



PRÈGEN

BULLETTIN FRÅN HELSINGBORGS SKID- OCH ORIENTERINGSKLUBB

Rune Isaksson Världsmästare

Vid World Masters Championship 2017 på Nya Zeeland blev Rune Världsmästare i långdistans i klassen M90. Rune distanserade tvåan Hermann Wehner från Australien med 2 minuter och 8 sekunder.

På sprintdistansen blev det ombytta roller. Hermann tog guld och Rune silver.



Rune strax före mål på långdistansen

Distriktsmästare

Vid DM i Sprintstafett lördagen den 20 maj i regi av Härlövs IF tog Jacob Moberg och Thea Bökman hem mästerskapstiteln i klass DH16. Segermarginalen till tvåan Härlövs IF blev 51 sekunder.

Vid DM i Sprint söndagen den 21 maj också den i regi av Härlövs IF tog HSOK-löpare hem fem titlar enligt följande:

D14: Thea Bökman. H10: Kurt Sjöberg. D10: Felicia Persson. H35: Patrik Johansson och H21: Erik Alnervik.

Grattis DM mästare!

Provlöpning Tre Skåningar och En Dansk

Måndagen den 15 maj kallade banläggaren Oskar Cervin till en första provlöpning av årets banor till Tre Skåningar och En Dansk. Tävlingsområdet var Rosengården och 1:a etappens banor för klasserna H21, D21, D50, D55 och DH10 löptes. Ett bra träningspass och en fin genomkörare inför kommande Sprint-DM. 20 HSOK:are deltog.

Funktionärer till Tre Skåningar och En Dansk

Tävlingsledaren Mats Nilsson skickade den 10 maj, ”via allamedlemmar”, ut en preliminär bemanningslista angående årets Tre Skåningar och En Dansk. Klubbmedlemmar som finns med på listan ombuds kontakta respektive **ansvarig** för tilldelad arbetsuppgift **senast den 30 maj** och meddela sin medverkan. (Förhinder skall naturligtvis också meddelas). Slutgiltig bemanningslistan kommer därefter att skickas ut.

Alltså! Kontakta respektive ansvarig senast den 30 maj!

Intensivkurs i orientering

En intensivkurs i orientering för vuxna nybörjare hölls under helgen den 31 mars till den 2 april i Pålsjö. Sexton (16) förväntansfulla "elever" hade anmält sig till kursen och de fick genomgå intensiva utbildningspass under dagarna tre. Glädjande noterades att "eleverna" var synnerligen engagerade och nyfikna. Efterföljande kursutvärdering visade att kursen uppskattades och att "eleverna" var mycket nöjda.

Erik Ahlström, ansvarig för kursen, tackar klubbmedlemmarna Andreas, Barbro, Bengt, Dennis, Hanna, Hans, Oscar, Roy och Tommy för goda insatser i den svåra konsten att lära ut hur man tar sig fram med karta och kompass.



Kursdeltagare med lärare.

Foto Henriette J

POM, Portugal "O" Meeting 2017

POM arrangerades i år den 25 – 28 februari. HSOK:are som deltog var Eva och Sven-Åke Emanuelsson. Bilden nedan visar utsikten från en av starterna. Det tycks gå utför!



Foto Eva E

WMOC 2017

Årets World Masters Orienteering Championships 2017, WMOC 2017, hölls den 21 – 30 april i Auckland på Nya Zeeland. Sex HSOK:are fanns på plats för att försvara landets och klubbens färger.



Resultat från finalerna:

Sprint

Men 90 Final A

2:a Rune Isaksson, **Silvermedaljör**

Men 65 Final B

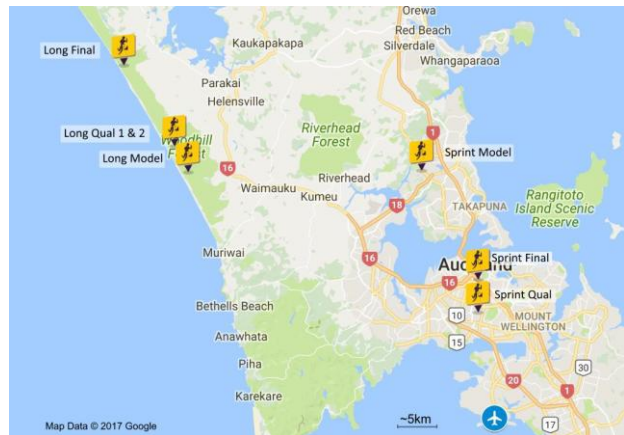
4:a Stig Johansson. 13:e Tommy Peterson

Men 55 Final B

33:a Lennart Stensson

Women 50 Final A

Britt-Marie Stensson mp



Tävlingsplatser WMOC 2017

Långdistans

Men 90 Final A

1:a Rune Isaksson, **Guldmedaljör**

Men 65 Final A

52:a Stig Johansson

Men 65 Final B

Tommy Peterson mp

Men 55 Final B

Lennart Stensson mp

Women 50 Final A

15:e Britt-Marie Stensson, **Starkt!**



Britt-Marie Stensson spurtar mot mål

Pålsjöterrängen

Pålsjöterrängen, Helsingborgs naturskönaste löpartävling, arrangeras den 6 augusti. Tävländare kan välja mellan distanserna 5 km och 10 km.

Informera gärna vänner och bekanta om detta trevliga terränglopp.

Information om loppet finns på:

www.palsjoterrangen.hsok.se



Ungdomsträning i Ramlösa Brunnspark

Torsdagen den 4 maj höll ungdomsgruppen en sprintträning i Ramlösa Brunnspark som förberedelse inför kommande sprinttävlingar i ungdomsserien. Fyrtiofyra (44) barn och ungdomar fanns på plats denna kväll och de fick prova på sprintbanor med olika svårighetsgrader som våra duktiga och ambitiösa ungdomsledare strängt. Att det är fart och fläkt när ungdomsgruppen har träningar är ett känt faktum. Så också denna kväll! Som avslutning på en givande träningskväll stod korvgrillning på programmet. Ett antal engagerade föräldrar deltog också i arrangemanget vilket ses som synnerligen positivt från klubbens sida.



Foto Bo Öhgren



Foto Bo Öhgren

Springtime 2017

Den 37:e upplagan av stadslöppet Springtime löptes lördagen den 6 maj i ett fantastiskt fint vårväder. I resultatlistan finner vi följande HSOK:are:

10 km: Andreas Blomqvist. Jonas Norén.

5 km Pojkar tom 16 år: Victor Ericsson. Alfred Kjellén. Kurt Sjöberg.

1 engelsk mile Flickor 7-12 år: Alma Kjellén. Bontu Johnson.

Ytterligare ett antal HSOK-orienterare tävlande för IS Göta deltog i Springtime.

Bilden: Bontu Johnson passerar mållinjen



Skolorienteringen

Liksom förra året sköter skolornas personal skolorienteringen helt i egen regi. Kartor över Pålsjö skog med 25 fasta kontrollpunkter, plastficka och stämpelkort, Skol-OL paket, köper skolorna från Helsingborgs SOK. Samlingsplats samt start och mål är på gräsplanen söder om Krematoriet. Hitintills i år har vi sålt totalt 1041 kartor. Merparten är Skol-OL paket men även kartor över Raus/Ättekulla, Rydebäck, Laröd, Sofiero och Arenan har sålts.

Klubbkväll den 1 juni

Torsdagen den 1 juni arrangeras en klubbkväll med Sprintstafett för alla klubbmedlemmar, ung som gammal. Samlingsplatsen är gräsplanen väster om Pålsjö Slott och stafetten löps i närområdet. Efter "Sprinten" bjuds det på hamburgare, korv och fika.

Anmälan via Eventor senast den 29 maj: <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/6648>

Välkomna hälsar Styrelsen och Ungdomsgruppen.

Skolornas trädplantering i Pålsjöområdet

Helsingborgsskolornas 4:e klassare planterade i år träd i ett område strax söder om Larösvägen inom naturreservatet Pålsjö. Årets plantering genomfördes tisdagen den 9 och onsdagen den 10 maj då ca 1400 elever av årets kull fanns på plats för att sätta varsin planta i marken. Planteringen sker i Miljöverkstadens regi under namnet Barnens skog.

Traditionsenligt fick eleverna, förutom att plantera träd, besöka ett antal stationer där olika föreningar och organisationer informerade om sina respektive verksamheter. HSOK erbjuder i år en enklare orienteringsbana i Sofieroskogen. De elever som valde att prova på orientering erhöll karta med inritad bana samt stämpelkort. Sedan var det bara att ge sig ut i skogen och leta skärmar. Ett uppskattat arrangemang.

Roy Owesson, ansvarig för HSOK:s aktivitet, framför ett stort tack till Dag Lewis-Jonsson (tjänstgjorde båda dagarna) och till Lennart Borgkvist.

Föreningen Idrottsarkivet, FIA, Årsmöte

Den 6 mars kallade Föreningen Idrottsarkivet till årsmöte i Idrottsmuseets lokaler. Till ordförande för år 2017 omvaldes Christer Fermvik. Till styrelseledamöter på två år omvaldes Per Bjärbo, Tommy Ebersjö, Sten Nilsson och Olle Pålsson. Dessutom nyvaldes Walle Holmberg på två år. Kvarstående ledamöter på ett år är Kjell Bohman, Sixten Forssman, Bo Johnsson, Stefan Lejon, Tommy Lilja och Berne Sten. Valberedningen föreslog att Leif Berg, tidigare kanslichef vid Skånes Idrottsförbund, adjungeras till styrelsen vid kommande konstituerande styrelsemöte.

Brottaren Sofia Mattsson mottog utmärkelsen årets idrottare 2016. I motiveringen läser vi: ***”OS-brons i 53 kiloklassen i Rio 2016. Trots skadat ledband och smärtor vann Sofia bronset på fall efter 29 sekunder”***.

HISO Årsmöte

Helsingborgsidrottens Samorganisation, HISO, höll årsmöte den 16 mars i Scandic Helsingborg Nords lobby. Till ordförande för en tid av ett (1) år valdes Lotta Falkenbäck. Till ledamöter för en tid av två (2) år valdes: Tommy Billquist, Charlotte Uhr, Katarina Ekman samt fyllnadsval för en tid av ett (1) år Jan Åke Stigborn.

2016 års HISO-stipendier delades ut till följande:

- Juniorstipendiat tjej: Sophie Hansson, Helsingborgs Simsällskap.
- Juniorstipendiat kille: Oliver Dahlqvist, HAK Greppet.
- Ungdomsledarstipendiat: Ryno Sjögren, Helsingborg Wrestling Team.

Skånes OF Årsmöte 2017

Skånes OF årsmöte 2017 hölls lördagen den 4 februari på Backagården i Höör med deltagare från tjugofem (25) klubbar. Vår ordförande Bengt Johnsson samt Mats Orrhede deltog i mötet. Ur årsmötesprotokollet saxar vi följande:

- ***Axel Orrhede***, Helsingborgs SOK, tilldelades ***Skånes Skogskarlar hederspris***.
- FK Boken blev utsedd till Årets arrangörsklubb.
- Elin Carlsson, OK Pan-Kristianstad, blev utsedd till Årets Orienterare i Skåne med motiveringen att hon representerat Sverige vid VM för juniorer i Schweiz.
- Till ny förbundsordförande valdes Roland Nilsson, OK Kompassen.

- Till ledamöter i Ungdomskommitté för ett år omvaldes **Mats Orrhede**, Helsingborgs SOK, Jörgen Olsson, OK Pan-Kristianstad, Peter Puke, Ystads OK, Niklas Kronkvist, Örkelljunga FK samt nyvaldes Jenny Lindblom, Malmö OK och Pontus Gustavsson, OK Kontinent.
- Till ledamöter i Junior- och Elitkommitté för ett år omvaldes Niklas Nilsson, Härlövs IF, Jannie Hagård, OK Pan-Kristianstad och Angelica Engström, Skåneslättens OL samt nyvaldes Magnus Nilsson, Lunds OK.
- Till ledamöter i Kart- och Markkommitté för en tid av ett år omvaldes Gert Olsson, OK Silva och Kjell Larsson, Andrarums IF.
- Till ledamot i Breddkommitté för ett år omvaldes **Sven-Åke Emanuelsson**, Helsingborgs SOK.
- Beslutades att det skall tillsättas en arbetsgrupp för att förutsättningslöst utreda 7-mannas och SSM:s framtid.
- Beslutades att ungdomsklasserna vid DM Stafett, enligt SKOF ungdomskommitté förslag, löps enligt följande:
 DH10, 2-manna vit-vit (raka), första sträckan parallell-upp till tre löpare
 DH12, 2-manna gul-gul (raka), första sträckan parallell-upp till tre löpare
 D13-16, 3-manna orange-orange-violett (gafflade), parallell mittsträcka-upp till tre löpare
 H13-16, 3-manna orange-orange-violett (gafflade), parallell mittsträcka-upp till tre löpare
 Ovanstående skall tillämpas från och med säsongen 2017.
- Beslutades att banlängderna vid DM Stafett, enligt SKOF tekniska kommitté förslag, skall vara som följer:
 Klass H180 likställs med D150 (3,5 – 3,0 – 3,5 km)
 Ovanstående skall tillämpas från och med säsongen 2017.

Fullständigt protokoll finns på Skånes OF:s hemsida.

Naturpasset 2017

Årets Naturpasset har pågått sedan den 2 maj. Naturpassetpaketet finns att köpa hos Apoteket Björnen och naturligtvis i vår klubblokal i Pålsjö. Kontrollpunkterna är i år utplacerade i följande tre separata områden: Pålsjö skog, Ättekulla och Rydebäck. Naturpasset pågår t.o.m. den 22 oktober.

Höganäs Halvmaraton

Lördagen den 22 april var det premiär för Höganäs Halvmarathon. Arrangemanget lockade 900 löpare till start och de fick ta sig an en mycket trevlig bana. Inledningsvis gick banan utmed kustlinjen varefter den fortsatte i ”inlandet” och sedan slutligen längs kustlinjen igen. I resultatlistan hittar vi bl.a. följande HSOK-orienterare: 3:a Erik Alnervik, IS Göta. 27:e Felix Alnervik, IS Göta

Veteran-OL

Den 22 mars bjöd Siw och Roland Nilsson in Veteranerna till orientering i det omväxlande skogsområdet kring Stidsvig. Samlingsplatsen var Kopparmöllans IP med lokaliteter för dusch och fikastund efter väl förrättat värv. Långa banan mätte 4,4 km med 15 kontroller och korta mätte 3,0 km med 10 kontroller. 48 Veteraner deltog.

Den 5 april var det så dags för Ingrid och Ingvar Olofsson att arrangera Veteranorientering i ett fint område kring Skoghagahus. Samlingsplatsen var skjutbanan i Össjö där det fanns lokalteter för omklädning och gemensam fika. Dusch däremot företogs utomhus med ”vann” hemifrån. Långa banan mätte 3,9 km med 13 kontroller och korta 2,5 km med 8 kontroller. 46 Veteraner deltog.

Den 19 april arrangerade Laila och Nils Persson samt banläggaren Anders Henriksson Veteranorientering i Åstorp. Samlingsplatsen var Tingvalla vid Söderåsens nordvästra fot. Många höjdkurvor skulle bestigas denna dag i mestadels fin bok- och granskog. Långa banan mätte 4,5 km med 16 kontroller och den korta 3,0 km med 12 kontroller. Dusch inomhus och fika utomhus! Det går bra det också! 53 Veteraner deltog.

Den 3 maj besökte Veteranerna Grytåsa där Gull och Bo Svensson stod för arrangemanget. I detta härliga skogsområde hade värdparet strängt två trevliga banor där det gällde att vara noggrann med orienteringen. Långa banan mätte 4,4 km med 16 kontroller och den korta 3,1 km med 11 kontroller. Dusch utomhus i egen regi samt den obligatoriska fikastunden också den utomhus i ett för årstiden fint väder.

Den 17 maj stod Söderåsen sydsluttning på tur. Det var Christina och Gert Olsson som bjudit in Veteranerna till Rävhallahus. Öppen bokskog med utsikt från Malmö till Kullen och vissa dagar även till Danmark stod det i PM. Det stämde säkert om nu Veteranen hade tid med sådant. All koncentration och kraft gick åt till kartläsning samt att hålla styrfart i den kuperade terränglådan. Långa banan mätte 4,0 km med 12 kontroller och korta banan 3,0 km med 8 kontroller. Dusch i egen regi utomhus men även eftersnack och mysig fikastund ute i det fria. 38 Veteraner deltog.

Något om genomförda OL tävlingar

Danish Spring, Helsingör SOK – OK Öst Birkeröd, Sprint, den 24 mars

D50: 17:e Eva Emanuelsson. 20:e Lisbeth Dahl. 45:e Maj-Britt Gustafsson. H50: 67:e Tommy Peterson. 68:e Sven-Åke Emanuelsson. 85:e Rolf Gustafsson. 97:e Roy Owesson.

Danish Spring, Helsingör SOK – OK Öst Birkeröd, Middle, den 25 mars

D21B: 2:a Helena Åhlin. D50: 4:a Britt-Marie Stensson. D55: 5:a Eva Emanuelsson. H50: 24:a Jonas Åhlin. H55: 28:e Lennart Stensson. H60: 18:e Sven-Åke Emanuelsson. H65: 24:e Tommy Peterson. 30:e Rolf Gustafsson. H70: 8:a Roy Owesson.

Danish Spring, Helsingör SOK – OK Öst Birkeröd, Long, den 26 mars

D35B: 1:a Helena Åhlin. D50: 2:a Britt-Marie Stensson. D55: 9:a Eva Emanuelsson. H45AK: 4:a Jonas Åhlin. H55: 28:a Lennart Stensson. H60: 19:e Sven-Åke Emanuelsson.

Vårdubbeln, OK Skogsfalken, Medel, den 25 mars

H16: 9:a Jacob Moberg, 11:a Axel Orrhede

Vårdubbeln, OK Skogsfalken, Lång, den 26 mars

H16: 7:a Jacob Moberg

Rigor/Ulven-Dubbeln, IF Rigor, Medel, den 25 mars

D14: 5:a Thea Bökman. H50: 11:a Johan Bökman.

Rigor/Ulven-Dubbeln, IK Ulven, Lång, den 26 mars

ÖM7: 7:a Lena Johansson. Inskolning: Arvid Johansson. Harry Johansson.

DM-Natt Göteborg, Göteborg-Majorna OK, Lång, den 31 mars

ÖM8: 4:a Patrik Johansson. 6:a Oskar Cervin. 11:a Anton Marmelid.

Sydsvenska Mästerskapen, FK Göingarna, Individuellt, Lång, den 1 april
D14 SSM: 6:a Thea Bökman. H16 SSM: 10:a Axel Orrhede. 12:a Jacob Moberg.

Vildmarksfejden, FK Göingarna, Lång, den 1 april
D50: 2:a Britt-Marie Stensson. H10: 6:a Kurt Sjöberg. H50: 10:a Johan Bökman.
D70: 12:a Astrid Johannesson.

Herkules Skogsdåd, FK Herkules, Medel, den 1 april
D10: 7:a Alma Kjellén. H12: 13:e Alfred Kjellén.

Sydsvenska Mästerskapen, FK Göingarna, Stafett, den 2 april
Distriktsklass: 4:a Skånes OF lag 1. Albin Kronkvist – Thea Bökman – Edvin Selin – Lovisa Weiden.

Göingefejden, FK Göingarna, Medel, den 2 april
D40: 3:a Linda Ranbro. H85: 3:a Rune Isaksson. H10: 4:a Kurt Sjöberg. 10:a Benjamin Davidson. 13:e Elis Olsson. H45: 5:a Mats Ranbro. 12:a Mats Orrhede. D12: 6:a Ebba Ranbro. D50: 7:a Britt-Marie Stensson. U1: 9:a Oskar Ranbro. 10:a Signe Ranbro.
H14: 11:a Gustav Friberg.

Frosta OK, Medel, den 9 april
H12 Kort: 1:a Elias Persson. H10: 1:a Kurt Sjöberg. 5:a Elias Palmertz. H35: 1:a Mathias Persson. 2:a Andreas Palmertz. 4:a Jonas Norén. D12: 2:a Ebba Ranbro. 3:a Saga Palmertz.
D40: 2:a Linda Ranbro. H50: 3:a Jonas Åhlin. D50: 4:a Helena Åhlin. D60: 6:a Lena Nielsen.
D70: 7:a Astrid Johannesson. D65: 9:a Maj-Britt Gustafsson. H65: 9:a Sven-Eric Ericson.
H21: 10:a Patrik Johansson. U1: 4:a Oskar Ranbro. 5:a Signe Ranbro.
Inskolning: Vilgot Backan. Ludvig Backan.

Friskusträffen, FK Friskus-Varberg, Medel, den 14 april
D14: 1:a Thea Bökman. D50: 7:a Helena Åhlin. H50: 10:a Johan Bökman. 16:e Jonas Åhlin.

OK Torfinns Påskjakt, Lång, den 15 april
H35: 1:a Jonas Norén. H12 Kort: 2:a Elias Persson. H10: 2:a Kurt Sjöberg. 5:a Elias Palmertz. D12: 2:a Saga Palmertz. 3:a Ebba Ranbro. D40: 4:a Linda Ranbro. H65: 5:a Sven-Eric Ericson. D50: 5:a Helena Åhlin. D70: 8:a Astrid Johannesson. H21: 15:e Patrik Johansson. ÖM9: 5:a Fredrik Hjort. ÖM5: 10:a Martin Nilsson.

HSOK Påske Cup 2017, Tisvilde Hegn OK, den 16 – 17 april
2,5 km Svår: 2:a Eva Emanuelsson

Påsklängen mitt i Skåne, Malmö OK, Lång, den 17 april
H12 Kort: 1:a Elias Persson. H16: 1:a Axel Orrhede. H10: 1:a Benjamin Davidsson. 2:a Kurt Sjöberg. 5:a Elias Palmertz. H35: 1:a Felix Alnervik. 4:a Andreas Palmertz. 5:a Jonas Norén.
D21: 2:a Julia Dahl. H12: 4:a Alfred Kjellén. D10: 5:a Alma Kjellén. D12: 6:a Ebba Ranbro. 9:a Saga Palmertz. H21: 8:a Erik Alnervik. D60: 9:a Lena Nielsen. H65: 9:a Sven-Eric Ericson. H50: 9:a Lennart Carlsen. H45: 10:a Mats Ranbro.
ÖM1: 2:a Johanna Davidsson. ÖM3: 2:a Sara Johnsson. ÖM6: 4:a Bengt Johnson. ÖM10: 5:a Stefan Dahl. ÖM9: 5:a Oskar Cervin.
U1: 3:a Oskar Ranbro. 4:a Signe Ranbro. U2: 9:a Albin Seglevi.

Odenracet, OK Silva – Rävetofta OK, Lång, den 22 april
D14: 1:a Thea Bökman. D40: 2:a Linda Ranbro. D14 Kort: 2:a Elsa Wiberg. H10: 2:a Kurt Sjöberg. 5:a Benjamin Davidsson. 7:a Elias Palmertz. 12:a Elis Olsson. 13:e Arvid Ronge.
D21: 2:a Julia Dahl. D10: 2:a Alma Kjellén. 3:a Felicia Persson. D12 Kort: 2:a Sofia Edman.

D60: 3:a Lena Nielsen. D50: 3:a Helena Åhlin. D35: 4:a Veronika Palmertz. H12: 4:a Alfred Kjellén. D12: 5:a Ebba Ranbro. 8:a Saga Palmertz. H35: 6:a Jonas Norén. H16: 6:a Jacob Moberg. 7:a Axel Orrhede. D70: 6:a Astrid Johannesson. H50: 6:a Lennart Carlsen. 9:a Johan Bökman. H21: 7:a Patrik Johansson. H70: 11:a Tor-Eve Bengtsson. H65: 11:a Sven-Eric Ericson.

ÖM1: 1:a Johanna Davidsson. ÖM4: 3:a Sara Johnsson. ÖM10: 4:a Edo Drenth. ÖM9: 6:a Andreas Blomqvist. 8:a Björn Svensson. ÖM4: 9:a Joakim Borg.

U2: 8:a Albin Seglevi. U2 Dam: 8:a Agnes Persson. 11:a Bontu Johnson.

Lagadalskampen, FK Finn, Medel, den 22 april

D60: 3:a Lisbeth Dahl. H70: 9:a Roy Ovesson

Hästveda Nationella, Hästveda OK, Lång, den 23 april

H16: 5:a Axel Orrhede. 6:a Jacob Moberg. ÖM9: 4:a Christian Johansson. ÖM8: 8:a Andreas Blomqvist.

10-mila kavlen i Göteborg - Partille, Göteborgs OF, den 29-30 april

HSOK ställde upp med två lag i årets 10-mila. Ett lag i Ungdomskavlen och ett lag i 10-mila kavlen i vilket en löpare från Örkelljunga FK ingick.

Båda lagen hamnade på listan "ej godkänd" efter diverse strul. Ungdomslaget råkade i stridens hetta överlämna fel karta i samband med växling. Laget i 10-mila kavlen stämplade fel på en sträcka.

Vättefejden/Gränsfejden, Tockarps IK – Markaryds FK, Medel, den 29 april

D14 Kort: 1:a Elsa Wiberg. D10: 1:a Felicia Persson. D45: 1:a Marie Wiberg.

H12 Kort: 2:a Elias Persson. D50: 3:a Helena Åhlin. D60: 3:a Lisbeth Dahl. H50: 7:a Jonas Åhlin. ÖM5: 5:a Joakim Borg.

Vättefejden/Gränsfejden, Tockarps IK – Markaryds FK, Lång, den 30 april

D10: 1:a Felicia Persson. H12Kort: 1:a Elias Persson. D50: 3:a Helena Åhlin.

D55: 4:a Eva Emanuelsson. D70: 6:a Astrid Johannesson. H60: 9:a Sven-Åke Emanuelsson. ÖM3: 1:a Andreas Feurst. 7:a Ingrid Borgkvist. U2: 6:a Elias Feurst.

Palmsprinten, OK Kontinent, Sprint, den 7 maj

D10: 1:a Felicia Persson, 2:a Alma Kjellén. H10: 1:a Kurt Sjöberg. 7:a Elias Palmertz.

10:a Teodor Edman. D12 Kort: 1:a Sofia Edman. H16: 1:a Jacob Moberg. H12 Kort: 1:a Elias Persson. D40: 2:a Linda Ranbro. D35: 2:a Veronica Palmertz. H35: 3:a Andréas Palmertz.

4:a Jonas Norén. H12: 3:a Alfred Kjellén. 9:a Olle Borkmar. D12: 5:a Ebba Ranbro. 7:a Saga Palmertz. 11:a Klara Friberg. H45: 5:a Mats Ranbro. D45: 9:a Marie Wiberg.

ÖM5: 1:a Klas Bogsjö. ÖM8: 3:a Mathias Persson. U1D: 3:a Signe Ranbro. U1H: 3:a Oskar Ranbro. Inskolning: Liv Palmertz. Love Palmertz.

OBS! Alla ungdomsklasser i Palmsprinten är tyvärr strukna på grund av en felaktigt placerad avspärning. Inga poäng i ungdomsserien delas ut i denna tävling

OK Älmes Vårtävling, OK Älme, Lång, den 7 maj

D50: 2:a Britt-Marie Stensson

Lundasprinten, Lunds OK, Sprint, den 14 maj

D10: 1:a Felicia Persson. H10: 1:a Kurt Sjöberg. 2:a Elias Palmertz. 3:a Benjamin Davidsson.

D12: 1:a Ebba Ranbro. 3:a Klara Friberg. 4:a Saga Palmertz. H12: 1:a Olle Borkmar. H12

Kort: 1:a Elias Persson. D14: 1:a Thea Bökman. H50: 2:a Johan Bökman. H35: 2:a Jonas

Norén. 3:a Andréas Palmertz. D21: 3:a Sofie Petersson. D35: 3:a Veronika Palmertz. H16: 3:a

Jacob Moberg. H14: 4:a Gustav Friberg. H40: 4:a Mathias Persson. H21: 4:a Patrik

Johansson. 5:a Oskar Cervin. 9:a Anton Marmelid. 11:a Dennis Rudqvist. H65: 4:a Tommy

Peterson. 6:a Dag Lewis-Jonsson. H45: 6:a Erik Ahlström. 10:a Mikael Friberg. H55: 6:a Peter Svensson. U1H: 3:a Love Palmertz. U1D: 4:a Liv Palmertz.

Klubbmästerskap i Dag-OL den 16 maj

Klubbarna tillhörande OL-Nordväst höll sina respektive klubbmästerskap i samband med OL-Nordväst träning tisdagen den 16 maj. Platsen var terrängen strax norr om Rössjön och en helt nyritad karta designad Fredrik Nilsson användes. Fjölårets rekord på 133 deltagare slogs då årets resultatlista visade 144 deltagare. Fint arrangemang och bra banor var det allmänna omdömet. Ett mervärde är att tävlande kan lägga in sina respektive rutter i Livelox.

Följande Klubbmästare korades:

D10	Felicia Persson
H10	Kurt Sjöberg
H12	Alfred Kjellén
H17-34	Erik Alnervik
H35-49	Mathias Persson
D50-64	Britt-Marie Stensson
H50-64	Stefan Dahl
H65-	Tor-Eve Bengtsson

Grattis klubbmästare!

DM Sprintstafett, Härlövs IF, Sprint, den 20 maj

DH16: 1:a Helsingborgs SOK: **Jacob Moberg** och **Thea Bökman**.

DH14: 10:a Helsingborgs SOK: Elsa Wiberg och Sofia Edman.

DH55: 5:a Helsingborgs SOK: Sven-Åke Emanuelsson och Eva Emanuelsson.

Sprintstafett består av fyra delsträckor där lagmedlemmarna springer två sträckor var.

Distriktsmästare i fet stil! Grattis!

DM Sprint, Härlövs IF, Sprint, den 21 maj

D14: 1:a **Thea Bökman**. H10: 1:a **Kurt Sjöberg**. 5:a Arvid Ronge: 6:a Benjamin Davidsson. 13:e Teodor Edman. D10: 1:a **Felicia Persson**. 2:a Alma Kjellén. 13:e Agnes Persson.

H35: 1:a **Patrik Johansson**. 6:a Jonas Norén. 7:a Klas Bogsjö. H21: 2:a **Erik Alnervik**.

H16: 2:a Jacob Moberg. D50: 3:a Britt-Marie Stensson. H50: 4:a Johan Bökman. D40: 4:a

Linda Ranbro. H12: 5:a Alfred Kjellén. H55: 6:a Lennart Stensson. H60: 7:a Sven-Åke

Emanuelsson. H65: 9:a Tommy Peterson. D12: 10:a Sofia Edman. 13:e Klara Friberg.

D55: 10:a Eva Emanuelsson.

Distriktsmästare i fet stil! Grattis!

OBS! Denys Shcherbakov segrade i klass H21 men han tävlar för Ronneby OK.

Veckans bana

Veckans bana pågår för fullt. Kartor finns i den svarta postlådan på förrådets vägg. Du lånar en karta – springer – och lämnar tillbaka kartan efter fullgjort löp.

OBS! V.g. meddela om någon kontroll saknas eller om någon nålstämpel är ur funktion.

Tackar på förhand!

Senderödsgruppen

Senderödsgruppen, d.v.s. Dag L-J, Rolf G och Macke S, höll årets första möte den 21 april i kolonistugan i Senderöd. På agendan stod bl.a. planering av årets kommande arbeten.

HSOK:are i otäck olycka

Det är på morgonen söndagen den 7 maj. Rune Isaksson och Roy Owesson är med Runes bil på väg till OK Kontinents tävling Palmsprinten. Sista biten fram till tävlingens bilparkering körs på en landsväg med hastighetsbegränsningen 40 km/tim. Bilens hastighet är nu nere i promenadtakt då det snart är dags att svänga in mot bilparkeringen. **Plötsligt smäller det till! Pang!** De blir påkörda bakifrån av ett annat fordon och krocken är mycket kraftig! Runes bil ”flyger” c:a 10 meter framåt! Rune klagar på nack- och ryggsmärtor varför personal från räddningstjänsten i Trelleborg fixerar nacken varefter bilens tak klipps bort och Rune lyfts ur bilen på ett säkert sätt. Därefter transporteras Rune med ambulans till Universitetssjukhuset i Malmö för observation.

Roy och föraren i den påkörande bilen klarar sig mirakulöst nog utan allvarligare skador och behöver ej uppsöka sjukhus. Av ”krockvåldet” att döma har sannolikt det påkörande fordonet vida överskridit gällande hastighetsbegränsning på 40 km/tim. Båda bilarna ”blev skrot” och fick bärgas från platsen.

När detta skrivs, lördagen den 20 maj, har Rune lämnat Universitetssjukhuset i Malmö och befinner sig nu på Helsingborgs lasarett för vidare observation och vård. Roy, som bröt ett antal revben i den kraftiga krocken, meddelar att han efter omständigheterna mår bra men att han har fått rejäla blåmärken på kroppen, är öm och har värk.



Foto: Andreas Mårtensson, Trelleborgs Allehanda

Bilden:

Personal från räddningstjänsten i Trelleborg i arbete vid Runes bil. Notera det avklippta taket i förgrunden.

Fasta kontroller

Den 25 april placerades kontrollstolparna till de fasta kontrollerna (nummer 26 – 50) ut i Raus/Ättekulla och i Rydebäck. Kontrollerna används till Naturpasset men även till skolorienteringar.



Foto Tor Eve Bengtsson

Bilden:

Undertecknad och Kent Bornlinder någonstans i Raus/Ättekulla området

HSOK:are i årets Vasaloppet

Felix A påpekar att Stefan Dahl ej finns med i resultatlistan under rubriken ”Vasaloppet” i förra nr av Prégen. Orsaken är den att Stefan ej uppgivit någon klubbadress. Vid sökning av resultat för skidlöpare från Helsingborgs SOK finns det alltså ingen Stefan Dahl. Stefan! Det är en ära att få representera Helsingborgs SOK i detta anrika lopp. Klubben har ett antal skidlöpare som har både 30 och 40 Vasalopp i benen och tillhör Veteranklubben.

Efter korrigering har alltså följande HSOK:are fullföljt årets Vasalopp:

Öppet spår söndag:

Felix Alnervik, Bengt Johnsson och Stefan Dahl.

Öppet spår måndag:

David Arborelius.

Felix påpekar vidare att ett antal icke klubbmedlemmar åkt årets Vasalopp och angivit Helsingborgs SOK som klubbtilhörighet. Två (2) löpare är svenskar, en (1) är norska och två är (2) danskar. Detta måste vi titta lite närmare på!

För 105 år sedan

För 105 år sedan, år 1912, invigde kung Gustaf V av Sverige de Olympiska sommarspelen i Stockholm. Spelen, som var de femte moderna spelen, hölls den 5 – 15 juli på Stockholms Olympiastadion och kom att kallas för solskensolympiaden på grund av det soliga och varma vädret. Det var också året då konst och kultur fick egna grenar i OS. Arkitektur, grafik och måleri, litteratur, musik och skulptur blev så kallade bedömningsporter och grenarna fanns kvar i OS till år 1948.

Och så till sist Valborgsmässoafton

Valborg brukar inte direkt bjuda på något behagligt vårväder. I år noterade vi visserligen 8-10 plusgrader men en obehagligt kall vind störde känslan av vår. Vi skall i alla fall vara glada att det inte var som den 30 april år 1886. Då rådde det på sina ställen i landet ”hjälpigt slädföre” och enligt tidningen Dagens Nyheter spårade ett tåg ur vid Falköping på grund av snödrivor på en och en halv meter.

Nästa nr av Prégen

Nästa nummer av Prégen utkommer den 3 juli 2017.

Skriftställare

Macke Selander

e-post: macke.selander@telia.com