



# Helsingborgs skid- och orienteringsklubb

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2012

Styrelsen för Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb avger verksamhetsberättelse för perioden 1 januari 2012 till 31 december 2012.

10 protokollförda styrelsemöten har hållits under året samt 2 föreningsmöten.

Nedan presenteras klubbens funktionärer samt verksamhetsberättelser från de olika grupperna.

### Styrelse och funktionärer under 2012

Ordförande	Sven-Åke Emanuelsson
Vice ordförande	Mats Ranbro
Kassör	Barbro Norrestam
Vice kassör	Marie Schulz
Sekreterare	Helena Åhlin
Vice sekreterare	Fredrik Hjort
Ledamot	Stefan Norrestam
Ledamot	Erik Alnervik
Suppleanter	Felix Alnervik Sofie Petersson
VU	Sven-Åke Emanuelsson Barbro Norrestam Helena Åhlin
Revisorer	Tor-Eve Bengtsson Per Rudqvist
Revisorsuppleant	Lennart Borgkvist
Valberedning	Mats Nilsson Lennart Stensson Mats Ranbro (styrelserepresentant)

### Tävling & Träning

Sportchef	Erik Alnervik (styrelseledamot)
Ansvarig nybörjare/bredd Ledamöter	Richard Henriksson Peter Svensson Edo Drenth Magnus Sjunnesson Mikael Friberg
Ansvarig tävling Ledamöter	Henrik Olofsson Lotta Lewis-Jonsson Viktor Stensson

Björn Hellrup (skidor)  
 Stig Johansson (veteraner)  
 Sofie Petersson  
 Axel Schulz  
 Joakim Sjöberg

### **Tävlingsarrangemang**

Arrangemangsansvarig  
 Ledamöter

Stefan Norrestam, (styrelseledamot)  
 Mats Nilsson  
 Lotta Lewis-Jonsson  
 Roy Owesson  
 Tommy Petersson  
 Bosse Öhgren  
 Jonas Åhlin  
 Patrik Johansson  
 Sven-Eric Ericson  
 Björn Hellrup  
 Felix Alnervik  
 Lennart Stensson  
 Johannes Henriksson  
 Sven-Åke Emanuelsson

### **Adminidtration**

Klubbadministratör  
 Ledamöter

Mats Ranbro (styrelseledamot)  
 Rolf Gustavsson  
 Roy Owesson  
 Bengt Lundh  
 Lennart Stensson  
 Barbro Norrestam  
 Marie Schulz  
 Jonas Åhlin  
 Göran Rosenkvist  
 Jim Sjöberg  
 Lars-Göran Frisell  
 Macke Selander  
 Dag Lewis-Jonsson

### **Anslutning och representation**

Föreningen har under året tillhört följande förbund och organisationer:

Svenska Orienteringsförbundet	Nordvästra Skånes Idrottskrets
Svenska Skidförbundet	Helsingborgs Bingoallians
Svenska Friidrottsförbundet	Helsingborgs Ungdomsråd
Skånes Orienteringsförbund	Hälsingborgsidrottens Samorganisation
Skånes Skidförbund	
Skånes Idrottsförbund	
Skånes Friidrottsförbund	

**Ombud i förbund och organisationer**

Skånes Orienteringsförbund	Sven-Åke Emanuelsson
Skånes Skidförbund	Björn Hellrup
Skånes Idrottsförbund	Sven-Åke Emanuelsson
HISO	Sven-Åke Emanuelsson
NSI	Henrik Olofsson, Richard Henriksson,
styrelserepresentant	
Helsingborgs Bingoallians	Roy Owesson
Helsingborgs ungdomsråd	

**Tävling & Träning****Träning- och nybörjarkurs**

Vi har under hela året bedrivit träningsverksamhet från mestadels vår klubbstuga i Pålsjö på måndagar till torsdagar. Under vinterperioden arrangerade vi distansträning på lördagar mestadels på Hallandsåsen.

I våras startade vi upp en nybörjarkurs i Pålsjö som riktade sig mot både ungdomar - och vuxna och responsen var mycket god. Den har fortsatt under hösten och vi har nu ca 15 nya ungdomar och vuxna som kommer kontinuerligt på klubbträningarna på torsdagar.

**HSOK Sommarcup 2012**

För tredje gången arrangerades HSOK Sommarcup med väldigt god uppslutning. I år bestod cupen av distanserna sprint och medel, och avgjordes med en jaktstart i Pålsjö skog. De övriga etapperna avgjordes på Elineberg, Berga, Ramlösa och Råå. Finalen i Pålsjö avslutades med gemensam grillning och prisutdelning.

**Sommarskola, Filborna Day Camp och Motionsorientering**

Det var premiär för Helsingborgs SOKs Sommarskola under tre soliga dagar i juni. Hela 16 barn provade på orientering i Pålsjö skog. På programmet stod olika orienteringsövningar, lekar och varm lunch med grillning som avslutning.

Axel Schulz, Joakim Sjöberg och Dennis Rudqvist hade under sommaren sommarjobb hos klubben genom kommunen. Deras första uppdrag var att vara med och arrangera orienteringsövningar på Filborna Day Camp. De hade även uppdraget att arrangera motionsorientering i Pålsjö skog en gång i veckan under hela sommaren. Ett arrangemang som blev väldigt populärt och lockade många deltagare – både från klubben och från allmänheten i Helsingborg.

**Träningsläger***Skidläger*

Det arrangerades ett skidläger under vecka 2 i Sälen, och som vanligt blev det fulltecknat och en mycket god vecka.

*Vinterläger*

Under vecka åtta arrangerades det klubbvägar i Alicante i Spanien i samarbete med O-travel. Det bjöds på härligt väder, roliga träningar och god gemenskap.

*10MILA-läger*

I mitten av April arrangerade Helsingborgs SOK ett förberedande läger inför 10MILA uppe i Borensberg utanför Motala. Det var ett stort gäng som åkte upp och finputsade tekniken både på dagen och natten.

*Regionsläger*

Vi hade både ungdomar, juniorer och seniorer på SKOFs regionsläger under vintern.

## Tävlingsresor

### *Pan-Våren*

Precis som året innan hade klubben bokat gemensamt boende på ett vandrarhem i Åhus och även detta år var det god uppslutning. Mellan tävlingarna diskuterades det stafettlag och åts god mat. Det hans även med ett extra träningspass på lördagen.

## Klubbmästerskap

Årets klubbmästerskap arrangerades i samarbete med orienteringsgymnasiet i Örkelljunga.

*Klubbmästerskap Natt.* Natt-KM var först ut och det arrangerades på Ekholmskartan i Örkelljunga. Det kom tolv löpare till start och nedan ser ni vinnarna i de olika klasserna.

### **Klass Namn**

D17-34 Stina Berg

H17-34 Erik Alnervik

H35-49 Sven-Eric Ericsson

*Klubbmästerskap Sprint.* Tävlingen arrangerades på Dalhem i Helsingborg och det kom 30 löpare till start. Ni ser vinnarna här nedan (Det krävs minst två startande i klassen för att klubbmästare skall kunna koras).

### **Klass Namn**

D14 Malin Thornemann

D17-43 Stina Berg

H17-34 Erik Alnervik

D35-49 Bitte Stensson

H34-49 Björn Svensson

D50-64 Eva Emanuelsson

H50-64 Krister Karlsson

*Klubbmästerskap Lång.* Den klassiska distansen arrangerades av Ringsjö OK men tyvärr var det dålig uppslutning ifrån medlemmarna i klubben då vi bara hade sju startande och endast en klubbmästare kunde koras.

### **Klass Namn**

H17-34 Henrik Olofsson

*Klubbmästerskap Medel.* Medeldistansen gick utanför Vedema och bjöd på bra med stigningar och banorna hade tydlig medeldistanskaraktär. Stina Berg tog sin fjärde raka seger.

### **Klass Namn**

D17-34 Stina Berg

H17-34 Johannes Henriksson

H35-49 Mats Ranbro

*Klubbmästerskap Ultra.* Ultradistansen avgjordes uppe på Hallandsåsen norr om Västersjön och bjöd på långa och tuffa banor.

### **Klass Namn**

D17-34 Stina Berg

H17-34 Niklas Olofsson

**Kretsmästerskap**

*Kretsmästerskap Lång.* Årets kretsmästerskap arrangerades av Tockarps IK och vi fick hela fyra mästare i klubben av de totalt 21 startande.

**Klass Namn**

D80 Solvey Bergdahl  
H85 Rune Isaksson  
H65 Roy Owesson  
H21 Henrik Olofsson

*Kretsmästerskap Natt.* Kretsmästerskapen arrangerades i samarbete med den sydvästra kretsen och tävlingen gick av stapeln utanför Eslöv. Här nedan kan ni se vilka som blev kretsmästare ifrån klubben

**Klass Namn**

H21 Erik Alnervik  
H55 Sven-Eric Ericsson  
H65 Roy Owesson

**Distriktsmästerskap**

*DM Ultralång.* Årets första DM-tävling arrangerades i Norra Rörrum av Ringsjö OK. HSOK fick ett gäng medaljer som ni kan se nedan.

**Klass Plats Namn**

H21 1:a Niklas Olofsson  
H21 2:a Erik Alnervik  
H20 3:a Johannes Henriksson  
H18 2:a Axel Schulz  
H85 1:a Rune Isaksson  
H60 2:a Sven-Eric Ericsson  
H55 2:a Fredrik Hjort

*DM Sprint.* Sprintmästerskapet avgjordes i de centrala delarna av Osby och Helsingborgs SOK hade 13 startande på plats. Rune Isaksson, Stina Berg och Linda Ranbro blev alla skånska mästare.

**Klass Plats Namn**

H85 1:a Rune Isaksson  
D20 1:a Stina Berg  
D35 1:a Linda Ranbro  
D14 3:a Louise Drenth  
D18 3:a Moa Olsson

*DM Natt.* OK Tuvan och Tormestorps IF delade på arrangemanget av årets Natt-DM som gick i Sösdala. Fredrik Hjort blev vår ende DM-mästare när han segrade i H55-klassen före klubbkamraten Sven-Åke Emanuelsson.

**Klass Plats Namn**

H55 1:a Fredrik Hjort  
H80 2:a Rune Isaksson  
H21 2:a Niklas Olofsson  
D45 2:a Britt-Marie Stensson  
H55 2:a Sven-Åke Emanuelsson  
D18 3:a Moa Olsson  
H20 3:a Fredrik Nilsson  
H45 3:a Mats Nilsson  
D14 3:a Malin Thorneman

*DM Lång.* Årets klassiska distans arrangerades av Örkelljunga FK och bjöd på två segrar till Helsingborgs SOK när Solvey Bergdahl och Johannes Henriksson var snabbast på sina respektive banor.

#### **Klass Plats Namn**

D80 1:a Solvey Bergdahl  
 H20 1:a Johannes Henriksson  
 D14 Kort 2:a Hanna Norrestam  
 H85 2:a Rune Isaksson  
 D21 2:a Sofie Petersson  
 D50 2:a Ewa Roos  
 H85 3:a Kurt Pålsson  
 D45 3:a Britt-Marie Stensson  
 D14 3:a Malin Thorneman  
 H21 3:a Niklas Olofsson

*DM Medel.* Årets sista DM-helg avgjordes i Kjugekull norr om Kristianstad och det bjöds på väldigt oskånsk terräng men stora klippblock och stenar varvat med öppna marker och bokskog. Klubbens enda medalj gick till Rune Isaksson som vann H85.

#### **Klass Plats Namn**

H85 1:a Rune Isaksson

*DM Stafett.* Stafetten gick på samma område som medeldistansen och länge hade vi segern inom räckhåll i H21-klassen men vi fick tillslut ge oss för en pigg fyrtioåring som sprang hem segern till FK Göingarna.

#### **Klass Plats Namn**

D14 2:a Malin Thorneman, Ellen Rosenvkist & Astrid Henriksson  
 D150 2:a Britt-Marie Stensson, Ewa Roos & Eva Emanuelsson  
 H17-20 3:a Joakim Sjöberg, Axel Schulz & Fredrik Nilsson  
 H21 2:a Erik Alnervik, Henrik Olofsson & Niklas Olofsson  
 H180 3:a Sven-Eric Ericson, Stig Johansson & Roy Owesson

#### **SM**

*SM Natf.* Den första SM distansen avgjordes i Hälsingland och HSOK hade två representanter på plats – Niklas Olofsson i H21 och Moa Olsson i D18. Tyvärr blev det inga framskjutna placeringar detta år.

*SM Sprint.* Sprinten gick samma helg i de centrala delarna av Gävle. Det gick inte helt optimalt på kvalet och varken Moa och Niklas lyckades att ta sig till final.

*SM Lång.* Årets långdistans gick någon mil utanför Sandviken och Helsingborgs SOK representerades av Niklas Olofsson i klassen H21. Tyvärr gick det inte lika bra som förra året och Niklas missade årets final.

*SM Medel.* Några mil söder om Sandviken avgjordes årets tekniska medeldistans. Många löpare hade problem på kvalet och tyvärr gick ingen av våra löpare till final. På plats fanns Niklas Olofsson, Björn Hellrup och Fredrik Nilsson.

*SM Stafett.* I år hade vi tyvärr bara två herrlag på plats i H21 respektive H20 klassen. H20-laget bestod av Johannes Henriksson, Joakim Sjöberg och Fredrik Nilsson och de sprang in på en 35:e plats. H21-laget hade inte riktigt det rätta flytet och var aldrig riktigt med i draget och sprang in på en 53:e plats. I laget sprang Niklas Olofsson, Henrik Olofsson och Erik Alnervik.

*SM Ultralång.* Även i år så var det bara Niklas Olofsson som representerade klubben på årets Ultralång SM. Niklas sprang in på en 23:e plats.

### **Stafetter**

*Sydsvenska 7manna.* Årets 7manna-stafett blev årets första stafett för klubbens löpare och den avgjordes uppe på Söderåsen vid Vargadalen. Vi börjar med 4dam där vårt damlag sprang in på en riktigt fin tredjeplats med Julia Dahl, Sofie Petersson, Angelika Larsson och Stina Berg i laget. Vårt andra lag i stafetten sprang in på en åttonde plats och blev bästa andralag. I laget sprang Matilda Stensson, Moa Olsson, Lotta Lewis-Jonsson och Elida Ottmer.

I herrstafetten blev förstalaget sju med Niklas Olofsson, Viktor Stensson, Henrik Olofsson, David Arborelius, Patrik Johansson, Axel Schulz och Erik Alnervik i laget. Andralaget bestående av Felix Alnervik, Fredrik Hjort, Magnus Ljungberg, Björn Hellrup, Anton Marmelid, Joakim Sjöberg och Per Rudqvist sprang in på en 22 plats.

*10-mila.* Förhoppningarna var goda när vi kom till 10-mila och trots skador och sjukdomar i herrlaget kunde man tillslut springa in på en stabil 101-plats. Tyvärr misslyckades målet med topp 100 men det var inte med mycket. Vi hade två damlag på plats som kom in på platserna 121 och 207. Vi hade även ett ungdomslag på plats, tyvärr var det inte fulltaligt och vi fick värva in en utomstående sistasträckslöpare som tyvärr stämplade fel.

*Jukola.* Årets Jukola gick strax utanför Helsingfors och vi kom tillstart med endast ett herrlag. Laget fick en tung start men sprang bättre och bättre desto längre stafetten pågick och till slut kunde Björn Hellrup springa in laget på en 128 plats.

*Tjoget.* Förhoppningarna var stora inför sommarens stora orienteringsupplevelse. Precis som förra året hade vi två lag på plats, stort tält och härlig stämning. Stafetten började mycket bra men slutade olyckligt för det ena laget efter en överhoppad kontroll. Vi fick nu förlita oss på vårt andralag som sprang in på en fin 40:e plats och placerade sig hela tre platser bättre än förra året.

*Smålandskavlen.* I år hade vi bara ett lag på startlinjen i årets Smålandskavlen och det var i klassen H21. I laget sprang Viktor Stensson, Fredrik Nilsson, Björn Hellrup, Patrik Johansson och Niklas Olofsson.

### **Övrig tävlingsverksamhet**

*O-ringen.* Årets stora orienteringsfest gick av stapeln i och runt Halmstad och det bjöds på härlig orientering och riktigt sommarvärme. Helsingborgs SOK hade hela 82 medlemmar som kom till start under veckan i olika klasser och under olika etapper. Det blev även i år fina totalplaceringar där Helena Åhlin sprang in på en andraplats i D45M. Samma placering tog Rune Isaksson och Eva Emanuelsson i klassen H85 respektive D50M. Lotta Sjöberg sprang till slut in på en fin tredjeplats i klassen Challenge W 10.

*Fyrklubbs.* Efter förra årets misslyckande att ta oss tillbaka till A-gruppen var det ett riktigt taggat lag som kom till start utanför Bjärnum. Vi lyckades krossa motståndet i B-gruppen och vann med hela hela 3 timmar och 39 minuter före närmaste klubben OK Kontinent. Nästa år får vi tävla mot FK Göingarna, Lunds OK och Pan-Kristianstad.

*Skånes Junior Cup.* Moa Olsson slutade på en fin andraplats i D18. Samma placering tog Stina Berg i D20 följd av Elida Ottmer och Matilda Stensson.

Johannes Henriksson fick i år se sig slagen då han placerade sig som nummer två i totalen. Klubben placerade sig på en andraplats efter Skåneslättens OL.

*Ungdomens 7-manna.* Den årliga stafetten arrangerades i år av Örkelljunga FK och gick av stapeln i Eket. Helsingborgs SOK hade givetvis ett lag på plats som till slut sprang in på en fin tionde plats.

*Skånes Ungdomsserie.* Malin Thorneman placerade sig på en riktigt fin tredjeplats i årets ungdomsserie i klassen D14.

*Silva League*. Till i år hade Elitserien och Silva Junior Cup slagits samma och bildat Silva League. Tävlningen bestod av en antal etapper som avgjordes med en jaktstart. Stina Berg sprang riktigt fint och blev totalnia i klassen D20E. Johanna Holmén slutade på plats 29 i samma klass.

## Veteranerna

Under året har Veteran OL, kallas även **Oldringsvården**, haft 22 sammankomster med totalt 952 startande vilket är en kraftig ökning jämfört med tidigare år med hela 124 startande eller i procent hela 13%. Detta ger ett snitt på 43 deltagare per sammankomst vilket också är en kraftig ökning jämfört tidigare år och i procent blir det 12%.

Deltagit har 31 damer och 53 herrar av olika åldrar allt från ynglingar på 55+ till godingar som är 85+. Av de 22 sammankomster har HSOK arrangerat 7 st och övriga av orienteringsklubbar runt om i nordväst Skåne. Vid våra underbara träffar har vi varit i områden från Pålsjö- Kullaberg- Örkelljunga- Klippan- Söderåsen- Lerberget- Tockarp- Ängelholm.

Vi träffas varannan onsdag på jämnt veckonummer och vi har semester under 3 onsdagar på sommaren. Första start är alltid kl 09.00 och då brukar de flesta redan vara ute i skogen och det är bara de yngre som startar efter kl 09.00.

Inför varje veteran ol skickas det ett mail på söndagen till samtliga veteraner vart vi träffas på kommande onsdag samt på onsdagskvällen får de ett mail med dagens resultat mm.

Vid träffen i Össjö var vi för första gången, bra karta och terräng även om det regnade så var det en härlig upplevelse.

Vid årets sista träff i Pålsjö använde vi oss av sportident vilket var positivt både för arrangören och de tävlande och gjorde det lättare i sekretariatet.

Vi har som flest varit 51 deltagare och som minst 33 deltagare och det har varit 19 olika banläggare. Det är inte bara vanlig orientering vi har haft utan också upplysta kontroller med gåta, Kartminnes OL, Poker OL, Eniro karta OL och lågt placerade skärmar på marken OL med pepparkakor mm.

Många nya veteraner har tillkommit under året så genomsnittsåldern har sjunkit fast att vi blir äldre, detta är ju den högre matematiken.

Trots de olika svårigheterna med terrängen, OL- banan, vädret, kontrollplaceringen, kontrolltypen så har alla tagit sig runt och ingen blivit kvar i skogen. Efter varje genomfört lopp samlas vi för en fikastund och lyssnar på dagens resultat och alla hemligheter som det berättas om.

Mot slutet av 2012 så har vi skapat en egen hemsida för Veteran OL i nordväst Skåne som Erik Alnervik har hjälpt till att skapa.

<http://veteranol.hsok.se/>

## Tävlingsarrangemang

Den 7 april anordnade vi en medeldistanstävling med TC på grusytan intill före detta skidanläggningen vid Kungsbygget. Allt byggdes upp dagen innan och när vi lämnade det hela tyckte vi alla att vi hade gjort ett mycket bra jobb. Vi räknade dock inte med att det skulle komma så mycket regn och blötsnö som det gjorde under natten vilket gjorde att vi hade ett ganska blött TC. Totalt 486 anmälde sig till denna tävling och 14 stycken något yngre provade på att springa knatte knat, denna dag.

Tävlingsledare var Lotta Lewis Johnsson och banläggare var Tommy Peterson och Jonas Åhlin. Helgen för midsommar anordnade vi tillsammans med Helsingörs SOK "Tre skåningar och en dansk" för femtonde året. Det blev som vanligt en mycket väl genomförd tävling utav många engagerade funktionärer från båda klubbarna. Under detta jubileumsår blev det tyvärr något färre startande i jämförelse med året innan. Den första etappen var en sprint som var förlagd på Råå, andra etappen ansvarade som vanligt Helsingörs SOK för och den var i år förlagd strax söder om Helsingör på ett område som heter "Ekebacken". Lördagens bana var lagd i Sofieroskogen/Bäckaskogen och den avslutande etappen var en sprint som gick i Pålsjö skog. Årets tävlingsledare var Mats Nilsson med Lotta Lewis Johnsson som biträdande.



En helt ny tävling genomfördes detta år, en terrängtävling som fick namnet "Pålsjöterrängen". Den genomfördes den 4 augusti med start och mål bakom Pålsjö slott. Fyra klasser erbjöds, 5 km herrar och damer samt 10 km herrar och damer. 230 kom denna fantastiskt soliga dag och sprang den tuffa 5 km bana i Pålsjö skog, ett eller två varv. Efter loppet hördes många nöjda röster och det framfördes en förväntan att tävlingen skulle återkomma även nästa år. Björn Hellrup var tävlingsledare för denna välarrangerade tävling.

## Naturpasset

### Medverkande

Anton Marmelid och Fredrik Hjort har hållit i årets Naturpass.

### När och var

Naturpasset pågick under perioden 1 maj till 15 oktober. Naturpasset var i år förlagt till Pålsjö skog.

### Försäljning

Försäljningsställen har varit klubbstugan och Apotek Björnen Drottninggatan. Apoteket sålde 22 Naturpass. I och med nya ägarformer har de flesta Apotek meddelat att de inte deltar i försäljning av Naturpasset. På HSOKs hemsida kan man läsa var man hittar Naturpasset. Vi har satt upp en affisch på anslagstavlan som står vid parkeringen nära Krematoriet. Naturpasset har som föregående år kostat 60 kr. Totalt såldes till apoteken för 1 320,00 kr samt ytterligare fyra ex till privatpersoner. Genom klubbstugan har sålts 3 st där Roy tagit hand om försäljningsintäkterna. Till Filbornaskolan och Procivitas samt Thoreen Business school har det sålts totalt 250 pass. Priset till skolorna har varit 15 kr/st för under 100 exemplar och 12 kr/st för beställningar över 100 ex (Pålsjö-karta, kontrollbeskrivning samt uppkopierat startkort i plastficka). Totalt såldes till skolorna för 3240 kr. Skolorna faktureras och betalar in direkt till klubben.

### Utgifter

Inköp av kakburk till Apoteket Björnen för 64,00 kr samt 3 vinster à 40 kr totalt 120,00 kr för priser som lottats ut bland årets deltagare. Respektive vinnare fick i år en trisslott och en tianlott vardera. Vinnarna meddelades via brev. Kostnader för tidigare inköpt material som finns i lager (mappar, startkort, skyltställ, klisteretiketter, plastmappar mm) samt tryckkostnader ingår inte. Totalt utlägg kontant 184,00 kr

### Intäkter -utgifter 2012

Total försäljning via apotek	1 320 kr	
Kontant försäljning		240 kr
Faktura skolorna		3240 kr
Utgifter: gåva apotek, vinster	- 184 kr	
Behållning (exkl utgifter för tidigare inköpt material o tryck) klubbst	4616 kr exkl	

### Redovisning

Bifogad redovisning har skickats till kassör Barbro Norrestam. Kontanter för försäljning hos apoteken motsvarande 1320,00 kr tog Stig Johansson på sig att överföra då jag inte befann mig i Helsingborg. Övrig kontant försäljning har överförts från Anton Marmelids konto till HSOK pg 38 95 85-1 motsvarande 56,00 kr (kontant försäljning 240,00 kr – utgifter 184,00 kr).

## Administrationsgruppen

### **Pålsjögruppen**

Pålsjö har under året som vanligt varit flitigt använd. Många helger har stugan varit uthyrd, vilket inbringat bra ekonomiskt stöd till driften av stugan. Vi har haft två storstädningar under året. Vi har även haft en arbetsdag under hösten, då vi klippte häcken och gjorde snyggt kring den. Rune Isaksson har som vanligt på ett strålande sätt skött om gräsklippning, rensning av stenplattor och annat arbete utanför huset. Övrig städning har som vanligt på ett bra sätt skötts av medlemmarna efter veckoschema.

Ny diskmaskin, kyl/frys och damsugare har införskaffats under året som gått,

### **Luciafirande**

Torsdag 13 december var det traditionsenligt luciafirande i Pålsjö. Ungdomarna bjöd på luciasång och sedan var det god fika och lotteriförsäljning.

### **VINST – OCH FÖRLUSTRÄKNING 2012**

Se bilaga.

### **UTGÅENDE BALANSRÄKNING 2012**

Se bilaga.

### **TÄVLINGSRESULTAT 2012**

#### **Orientering mästerskapstävlingar**

#### **SSM**

Klass	Plac	
D14	24	Astrid Henriksson
	25	Malin Thorneman

#### **Veteran-RM medel**

Klass	Plac	
D35	1	Sofie Petersson
H85	2	Rune Isaksson

#### **Veteran-RM lång**

Klass	Plac	
D35	1	Sofie Petersson
H85	1	Rune Isaksson

**Skidor****Vasaloppet**

	Tid	Placering
Magnus Ljungberg	7:50:15	8459

**Tjejvasan**

	Tid	Placering
Malin Persson	3:46:38	6457

**Öppet spår**

	Tid	
Mathias Persson	6:42:44	
Matilda Stensson	9:17:00	

**Kortvasan**

	Tid	
Johanna Holmén	2:36:49	

**DM Sprint**

Klass	Plac	
H21	1	Niklas Olofsson
	2	Henrik Olofsson
H60	1	Lars-Åke Forsberg

**DM 15 km**

Klass	Plac	
H65	3	Lars-Åke Forsberg

**Tävlingsstatistik**

Tävlandes aktiviteter	2012	2011	2010	2009	2008
Antal som tävlat	134	135	121	152	167
Antal starter	1656	1458	1311	1527	1913
Antal segrar	114	94	103	97	106
Antal tävlande som segrat	48	41	41	38	41

## **Bästa poängplockare under 2012**

1	Rune Isaksson	991
2	Stina Berg	979
3	Niklas Olofsson	976
4	Sofie Petersson	969
5	Henrik Olofsson	949
6	Patrik Johansson	930
7	Britt-Marie Stensson	928
8	Malin Thorneman	924
	Fredrik Hjort	924
10	Erik Alnervik	920

## **Föreningens tävlingsmärke**

Följande löpare har under året uppnått erforderliga poäng för föreningens tävlingsmärke:

2 500 poäng	brons	Nr 205	Macke Selander
		Nr 206	Felix Alnervik
		Nr 207	Ellen Rosenkvist
		Nr 208	Dennis Rudqvist
5 000 poäng	silver	Nr 107	Sofie Petersson
		Nr 108	Eva Emanuelsson
		Nr 109	Axel Schulz
		Nr 110	Stig Johansson
10 000 poäng	guld	Nr 46	Tor-Eve Bengtsson
		Nr 47	Anna Åhlin
15 000 poäng	guld med krans	Nr 25	Lotta Lewis-Jonsson

## **Föreningens vandringspriser**

Följande löpare har erhållit inteckning i föreningens vandringspriser:

Gösta Spogardhs vandringspris  
FK Bokens vandringspris  
IS Götas vandringspris

Malin Thorneman  
Astrid Henriksson  
Stina Berg

**Antalet klubbmedlemmar**

Antalet klubbmedlemmar var 188 vid verksamhetsårets slut, varav 52 ungdomar mellan 7 – 20 år.

Styrelsen tackar alla som gjort en insats för klubben under året och ser fram mot ett gott år 2013.

Sven-Åke Emanuelsson  
ordförande

Barbro Norrestam  
kassör

Helena Åhlin  
sekreterare

Stefan Norrestam

Mats Ranbro

Fredrik Hjort

Marie Schulz

Erik Alnervik

Felix Alnervik  
suppleant

Sofie Petersson  
suppleant

# 2012



Verksamhetsberättelse för Helsingborgs Skid- och  
Orienteringsklubb