



HELSINGBORGS

SKID- OCH ORIENTERINGSKLUBB



Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb, Dag Hammarskjölds väg 81, 254 33 HELSINGBORG, www.hsok.se

Nr 1 År 2023

Årgång 10

Utgivningsdatum 27 mars 2023

PREGEN

Bulletin från Helsingborgs Skid- Och Orienteringsklubb

Ordföranden har ordet

Hej allihopa!

År 2023 har kommit igång och vilket år vi har framför oss! Några av de stora klubbaktiviteterna vi har framför oss är såklart våra egna tävlingar. Närmst har vi påsktävlingen på annandagen, därefter kommer Tre skåningar och en Dansk, Möllesprinten (tillsammans med IS Kullen) och till sist HBG Night Sprint och Indoor. Alla tävlingar kräver såklart en insats från alla oss medlemmar på olika sätt och vis, litet som stort, för att kunna erbjuda den nivå och service vi strävar efter i våra arrangemang.



Dennis

Tittar vi lite längre framåt i tiden, bortom år 2023, har styrelsen påbörjat ett arbete med att finna den väg som är bäst för klubben både sett till vilka vi vill vara, och vad det får kosta. Ett stort arbete som kommer ta tid, så ett svar har vi kanske inte i år. Vid någon tidpunkt kommer vi såklart att lyssna in vad medlemmarna i föreningen vill och ser framför sig. Var inte rädd att säga vad du tycker när du får frågan.

Ekonomi är också en stor fråga för styrelsen just nu. Om vi följer vår budget så kommer vi att ha ett underskott på upp mot 300 000 kr i slutet av året. Det här är vi inte alls nöjda med! Vi kommer därför att jobba på flera olika plan för att minska underskottet. Detta kommer att innebära att klubbens medlemmar behöver bidra med lite extra insatser för att skapa inkomster till vår kassa. Finansieringen av våra aktiviteter och det vi i övrigt som förening är till för har högsta prioritet.

Med det sagt så hoppas jag att vi tillsammans ser fram emot ett händelserikt och utmanande år som är fyllt med glädje och gemenskap.

*Er styrelseordförande
Dennis Rudqvist*

Innehåll

	Sidan		Sidan
Ordföranden har ordet	1	Innehållsförteckning	2
Bemannning vid Påsktävlingen	2	Nyårsorienteringen	3
Veckans bana	3	OL Nordväst natt-träningar	3
Hulebäckseröd	8	Uthyrning av klubbstugan	9
HSOK Årsmöte	10	HSOK Tävlingsmärken	11
HSOK Bästa poängplockare	12	HSOK Poängtabell	12
Antalet HSOK medlemmar	12	Vännernas årsmöte	13
SKOF Utmärkelser	13	Sverigelistan D16	14
Träningsläger i Spanien	14	Träning med landslaget	15
KM Natt-OL	15	Veteran OL	16
Samverkan OL Nordväst	16	Sverige premiären	17
Kattegattnatta	17	Hallandspremiären	17
Vårracet	17	Vasaloppet	18
Margit Nordin	18	Skidrännarna	19
Stighudsskidor	19	Skid-DM i Hulebäckseröd	20
Lång-SM, URM år 1973	21	OL Nordväst träningar	33
Resultat, tävlingar	33	Stamgästerna	35
Städning klubbstugan	36	Glad påsk	36
HSOK:s sponsorer	36	Och så till sist	37

Bemannning vid vår Påsktävling den 10 april

På Annandag påsk arrangerar vi orienteringstävling i Lärkeröd och vi behöver hjälpas åt med de arbetsuppgifter som behöver lösas. Många har redan satt upp sig på poster men det finns ännu ett rekryteringsbehov, både under tävlingsdagen och dagarna innan. De mest kritiska är följande;

- Skärtorsdag kl. 18 - packa släp
- Annandag påsk - spridda uppgifter, bl.a.: köra släp, packa ur släp, inskolningsstart mm

Vänligen gå in på länken och se vad just du kan bidra med för att klubben ska kunna genomföra ett lyckat arrangemang: [Bemanningslista Annandag påsk](#)

Tack på förhand!

Arrangemangsgruppen HSOK

Del av inbjudan till HSOK:s Påskmedel den 10 april 2023

Typ och distans: Nationell tävling, medeldistans

Samlingsplats: Lärkeröd. Vägvisning mellan Munka Ljungby och Örkelljunga. Följ anvisningar till parkering.

Klasser: DH10-DH90 inskolning, samt öppna klasser: mycket lätt 2.0, lätt 2.5, medelsvår 3.0, medelsvår 5.0, svår 3.0 och svår 5.0

Anmälan: Skall göras via Eventor senast. Ordinarie anmälan ska göras innan söndagen den 2/4 23:59.

Deltagare utan tillgång till Eventor kan anmäla sig via mail: anmalan@hsok.se

Efteranmälan: Senast torsdagen den 6/4 kl 23:59.

Anmälningsavgift: Ordinarie anmälningsavgift 70 kr -DH16, 140 kr DH17-. Efteranmälningsavgift 50% tillägg till ordinarie avgift. Ingen efteranmälningsavgift för öppna klasser.

Startmetod: Lottad minutstart i tävlingsklass. Fri start för öppna klasser.

Starttid: Första ordinarie start kl 10:00

Stämplingssystem: Sportident. Hyra är möjligt mot en avgift om 25 kr.

Karta: Koarp SO. Ritad 2021 av Fredrik Nilsson. Mindre revideringar av Patrik Johansson vintern 2023. Skala 1:10 000 DH16-40, 1:7 500 övriga.

Terrängbeskrivning: Tävlingsområdet är Hallandsåsens sydslutning med måttlig till stark kupering. Högstammig granskog/lövskog

Nyårsorientering i Tormestorp

Tormestorps IF arrangerade traditionsenligt sin Nyårsorientering den 1 januari. Årets arrangemang som var det 75:e i ordningen lockade 131 deltagare från 41 klubbar. Noterbart är att en av deltagarna representerade den tyska klubben OLG Basel.

Dag Lewis-Jonsson var den enda HSOK:are som deltog i Nyårsorienteringen och blev därmed först ut bland orienterarna.

Veckans bana

Traditionsenligt startade Patrik Johansson upp Veckans Bana den 6 mars. Kartor hämtas och återlämnas i svarta postlådan på förrådets vägg.

Ny karta/bana i postlådan varje måndag, sen eftermiddag eller kväll.

Veckans Bana pågår fram till slutet av november månad.



Veckans bana i Pålsjö skog

En form av motion där man inte tänker på hur långt man springer/går utan man är mer fokuserad på att hitta rätt.

Enkel orientering i närmiljön!

Upptäck stigar platser man inte varit på tidigare!

Hämta kartor vid Helsingborgs SOK klubbstuga i en brevlåda märkt Veckans bana på baksidan av huset dvs. ej huvudingången.

Gratis för den enskilde men vi uppskattar ett frivilligt bidrag via Swish. Mer info på brevlådan.

Kartor:



OBS! Om någon kontroll skulle saknas eller om ni upptäcker någon defekt v.g. kontakta Patrik: patrik988@hotmail.com

Samverkan OL-Nordväst träningar vinter 2022 – 2023

OL-Nordväst vinterträningsprogram, i regi av Fredrik Nilsson, bestod av femton träningstillfällen varav tio natt-träningar.



Nedan redovisas natt-träningarna nr 4 till nr 10.

Natt-träning nr 4

Natt-träning nr 4 löptes den 27 december 2022 i regi av Hjärnarps OL. Platsen var Djurholmens strövområde norr om Västersjön. Nattens karta: Västersjön i skala 1:10 000 respektive 1:7 500. Terrängen bestod av gran- och lövskog med mestadels god framkomlighet. Måttlig till stark kupering. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.

Resultat

Långa banan 7 650 meter

1:a John Oskarsson. 2:a David Andersson, IFK Lidingö SOK. 3:a Erik Alnervik.

Mellan banan 5 720 meter

1:a Henrik Olofsson, OK Kompassen. 2:a Elias Persson. 3:a Patrik Johansson.

Korta banan 3 890 meter

1:a Olle Bohman, Hjärnarps OL. 2:a Dan Johansson. 3:a Carl Lejonborg.

Lätta banan 2 410 meter

1:a Sara Andersson, OK Kompassen.

Natt-träning nr 5

Natt-träning nr 5 löptes den 10 januari i regi av FK Boken. Platsen var Spjutseröd strax nordväst om Perstorp. Nattens karta: Spjutseröd i skala 1:10 000 respektive 1:7 500. Terrängen bestod av öppen och lättlöpt blandskog med många stigar. Lätt kupering. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.

Resultat

Långa banan 7 200 meter

1:a Alfred Kjellén. 2:a Atle Kulstad. 3:a Felicia Persson.

Mellan banan 5 670 meter

1:a Patrik Johansson. 2:a Bengt-Åke Berntsson, Skåneslättnens OL. 3:a Thea Bökman.

Korta banan 3 750 meter

1:a Olle Bohman. Hjärnarps OL. 2:a Dan Johansson, FK Boken. 3:a Frans Hugoson, Örkelljunga FK.

Lätta banan 2 540 meter

1:a Sara Andersson, FK Boken. 2:a Melker Jansson. 3:a Stig Johansson, Örkelljunga FK.

Natt-träning nr 6

Natt-träning nr 6 löptes den 24 januari i regi av Örkelljunga FK. Platsen var strax väster om Ekets bygdegård. Nattens karta: Eket i skala 1:10 000 respektive 1:7 500. Terrängen bestod mestadels av öppen och lättlöpt gran- och lövskog. På vissa ställen var det dock ganska blött. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.

Resultat

Långa banan 7 210 meter

1:a David Andersson, IFK Lidingö SOK. 2:a Albin Kronkvist, Örkelljunga FK. 3:a John Oskarsson.

Mellan banan 5 960 meter

1:a Mathias Persson. 2:a Joel Sigfridsson Toft, Hjärnarps OL. 3:a Sebastian Giese, Örkelljunga FK.

Korta banan 3 790 meter

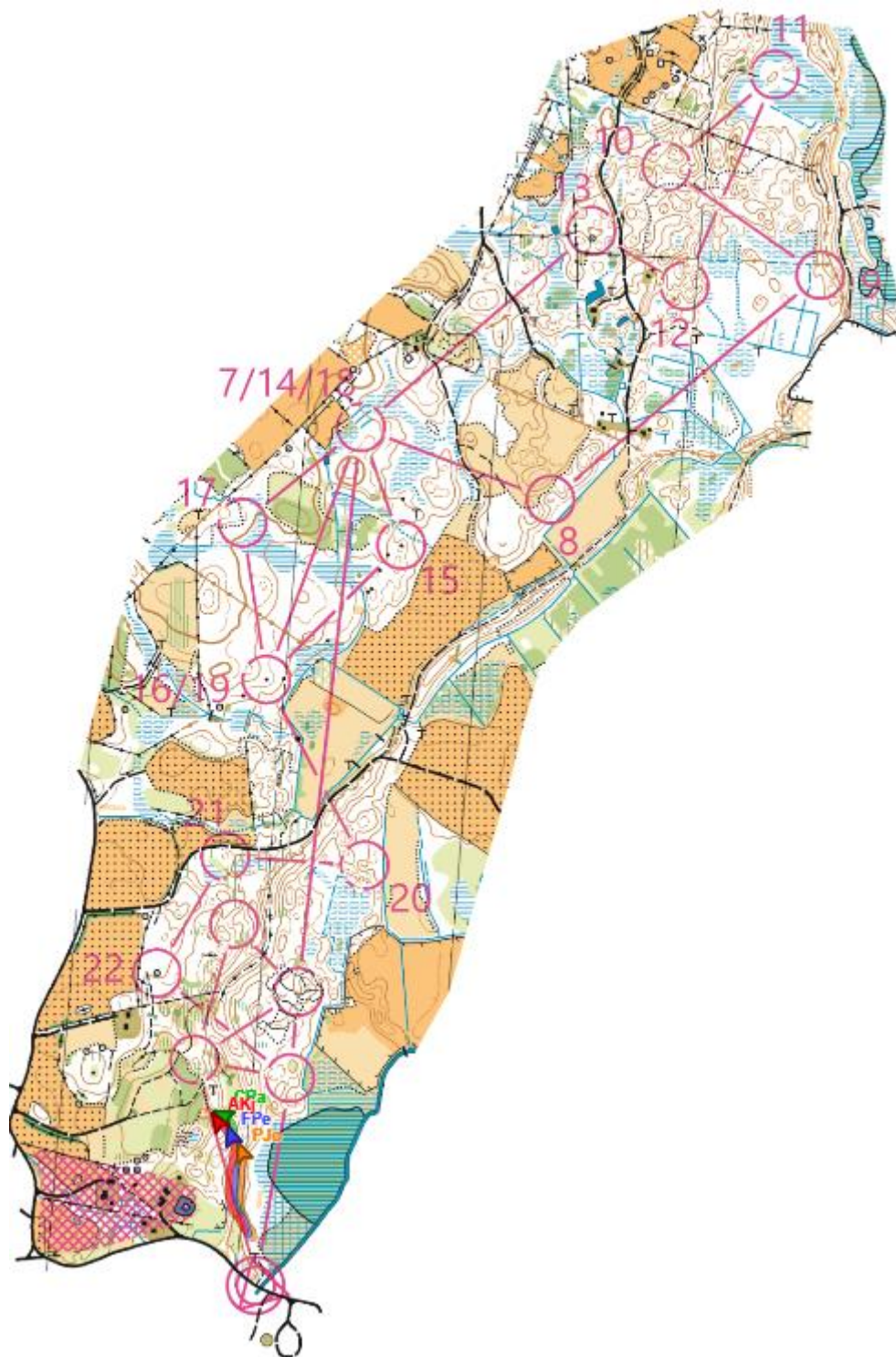
1:a Stefan Lindgren. 2:a Mats Orrhede. 3:a David Morén, Hjärnarps OL.

Lätta banan 2 310 meter

1:a Frej Bering. 2:a Stig Johansson, Örkelljunga FK. 3:a Ida Johansson, Örkelljunga FK.

Natt-träning nr 7

Natt-träning nr 7 löptes den 7 februari i regi av FK Boken. Platsen var Hagstad-Örahult strax norr om Oderljunga. Nattens karta: Hagstad-Örahult i skala 1:10 000 respektive 1:7 500. Terrängen bestod mestadels av lövskog med god framkomlighet samt inslag av åsterräng och gropar. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.



Kartan ovan

Natt-träning nr 7. Långa banan 7 360 meter med 23 kontroller.

Löpare på väg mot kontroll 1: Röd pil, Alfred Kjellén – Blå pil, Felicia Persson – Grön pil, Conny Rask – Orange pil, Patrik Johansson.

Resultat

Långa banan 7 360 meter

1:a Albin Kronkvist, Örkelljunga FK. 2:a Alfred Kjellén. 3:a Felicia Persson.

Mellan banan 6 040 meter

1:a David Morén, Hjärnarps OL. 2:a Lennart Morén, Hjärnarps OL. 3:a Lars Svantesson, Hjärnarps OL.

Korta banan 3 740 meter

1:a Ulf Bering, 2:a Isak Kämpe, Örkelljunga FK. 3:a Julius Johansson, Örkelljunga FK.

Lätta banan 2 190 meter

1:a Melker Jansson. 2:a Karl Jansson. 3:a Stig Johansson, Örkelljunga FK.

Natt-träning nr 8

Natt-träning nr 8 löptes den 14 februari i regi av Hjärnarps OL. Platsen var Sibirien väster om Ängelholm. Nattens karta: Sibirien i skala 1: 7 500 för alla banor. Terrängen bestod av flack strandskog med god framkomlighet. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.

Resultat

Långa banan 7 480 meter

1:a David Morén, Hjärnarps OL. 2:a Erik Alnervik. 3:a Patrik Johansson.

Mellan banan 5 760 meter

1:a Joel Sigfridsson Toft, Hjärnarps OL. 2:a Mathias Persson. 3:a Felix Alnervik.

Korta banan 4 020 meter

1:a Melker Jansson. 2:a Karl Jansson. 3:a Oskar Ranbro.

Lätta banan 2 500 meter

1:a Åsa Ståhl, Hjärnarps OL. 2:a Bengt Ståhl, Hjärnarps OL. 3:a Carina Eriksson, Hjärnarps OL.

Natt-träning nr 9

Natt-träning nr 9 löptes den 28 februari i regi av Örkelljunga FK. Platsen var Grytåsa strövområde. Nattens karta: Grytåsa i skala 1:10 000 respektive 1: 7 500. Terrängen bestod av blandskog med överlag god framkomlighet. Inslag av grop och ås terräng. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.

Resultat

Långa banan 7 310 meter

1:a David Morén, Hjärnarps OL. 2:a Albin Kronkvist, Örkelljunga FK. 3:a Erik Alnervik.

Mellan banan 5 520 meter

1:a Stefan Pålsson, Skåneslättnens OL. 2:a Kurt Sjöberg. 3:a Mathias Persson.

Korta banan 3 950 meter

1:a Conny Rask, Hjärnarps OL. 2:a Isak Kämpe, Örkelljunga FK. 3:a Signe Ranbro.

Lätta banan 2 180 meter

1:a Sara Hansson, Hjärnarps OL. 2:a Carina Eriksson, Hjärnarps OL. 3:a Stig Johansson, Örkelljunga FK.

Natt-träning nr 10

Natt-träning nr 10 löptes den 14 mars i regi av OK Kompassen. Platsen var Lycke strax norr om Hyllstofta. Nattens karta: Lycke-Tostarp i skala 1:10 000 respektive 1: 7 500. Terrängen bestod av blandskog med överlag god framkomlighet. Spridningsmetod förekom på långa- och mellanbanan.

Resultat

Långa banan 7 210 meter

1:a John Oskarsson. 2:a Patrik Johansson.

Mellan banan 6 030 meter

1:a Stefan Pålsson, Skåneslättens OL. 2:a Håkan Palm, FK Boken. 3:a Erik Albinsson, Hjärnarps OL.

Korta banan 4 100 meter

1:a Frans Hugosson, Örkelljunga FK. 2:a Signe Davidsson. 3:a Olle Bohman, Hjärnarps OL.

Lätta banan 2 840 meter

1:a Sara Andersson, OK Kompassen. 2:a Stig Johansson, Örkelljunga FK. 3:a Ida Johansson, Örkelljunga FK.

Serien OL-Nordväst Natt-träningar slutresultat efter 10 deltävlingar

Långa banan

1:a Patrik Johansson, HSOK, 108 p. 2:a David Morén, Hjärnarps OL, 106 p. 3:a Albin Kronkvist, Örkelljunga FK, 92 p. 4:a John Oskarsson, HSOK, 88 p. 5:a Alfred Kjellén, HSOK, 74 p. 6:a Felicia Persson, HSOK, 69 p. 7:a Erik Alnervik, HSOK, 65 p. 8:a Conny Rask, Hjärnarps OL, 62 p. Atle Kulstad, HSOK, 59 p. 10:a David Andersson, IFK Lidingö SOK, 54 p.

Mellan banan

1:a Joel Sigfridsson Toft, Hjärnarps OL, 119 p. 2:a Lennart Morén, Hjärnarps OL, 105 p. 3:a Sebastian Giese, Örkelljunga FK, 95 p. 4:a Torbjörn Ottosson, Örkelljunga FK, 95 p. 5:a Erik Albinsson, Hjärnarps OL, 84 p. 6:a Mathias Persson, HSOK, 72 p. 7:a Stefan Pålsson, Skåneslättens OL, 65 p. 8:a Marie Olsson, Örkelljunga FK, 63 p. 9:a Henrik Olofsson, OK Kompassen, 54 p.

Korta banan

1:a Olle Bohman, Hjärnarps OL, 132 p. 2:a Dan Johansson, FK Boken, 98 p. 3:a Dan Johansson, HSOK, 84 p. 4:a Maja Kylmä, HSOK, 83 p. 5:a Marie Albinsson, Hjärnarps OL, 82 p. 6:a Julius Johansson, Örkelljunga FK, 81 p. 7:a Isak Kämpe, Örkelljunga FK, 77 p. 8:a Signe Davidsson, HSOK, 72 p. 9:a Lotta Morén, Hjärnarps OL, 72 p. 10:a Frans Hugosson, Örkelljunga FK, 65 p. 11:a Stefan Lindgren, HSOK, 61 p. 12:a Emma Olsson, HSOK, 58 p.

Lätta banan

1:a Stig Johansson, Örkelljunga FK, 118 p. 2:a Ida Johansson, Örkelljunga FK, 109 p. 3:a Carina Eriksson, Hjärnarps OL, 100 p. 4:a Sara Andersson, OK Kompassen, 87 p. 5:a Frej Bering, HSOK, 43 p. 6:a Melker Jansson, HSOK, 38 p. 7:a Sara Hansson, Hjärnarps OL, 32 p. 8:a Åsa Ståhl, Hjärnarps OL, 20 p. 8:a Julius Johansson, Örkelljunga FK, 20 p. 8:a Emma Olsson, HSOK, 20 p. 8:a Karl Jansson, HSOK, 20 p.

Hulebäckseröd

Fredagen den 16 december blev det för undertecknad längdåkningspremiär i skidmeckat Hulebäckseröd uppe på Hallands ås strax norr om Hjärnarp. Väderleksmässigt var förhållanden denna dag de bästa möjliga. Minus 11 grader, sol från en klarblå himmel och helt vindstilla. Åkmässigt var det rena njutningen att glida fram i spåren. Slingan, med en längd av c:a 3 km, bestod av två parallella skidspår vilket eliminerade trängsel mellan "amatörer" och "vasaloppsrännare".

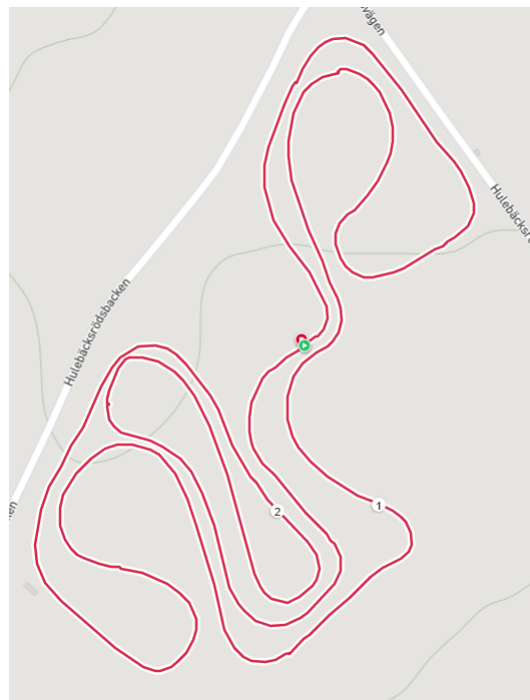
Ideella krafter, inom Hjärnarps OL, med Christer Ljungdahl i spetsen har med hjälp av snöskoter och spårsläde preparerat slingan på en vackert belägen öppen mark. Slingan "ormar" sig fram elegant och funktionellt på det svagt kuperade området.

För den som vill prova på längdskidåkning men saknar utrustning finns det möjlighet att hyra skidor, pjäxor och stavar. Barn lånar skidutrustning helt gratis.

Via www.skidspår.se är det möjligt att informera sig om spårstatus, väderlek etc. Det finns även en webbkamera som visar delar av skidområdet. En helt frivillig spåravgift betalas lämpligen via Swish.

Tyvärr! Tyvärr! Veckan efter slog väderleken om till mildväder och spåren försvann på några dagar. Det blev i alla fall 6 skiddagar i december månad. I början på februari månad kom snö och kyla tillbaka och möjliggjorde ytterligare 5 skiddagar.

Onsdagen den 8 mars var det så dags med en kortare vinterperiod som varade till söndagen den 12 mars. Under denna period förberedde Hjärnarps OL och IF Ski Team Skåne ett arrangemang av DM i längdskidåkning. Tävlingarna hölls lördagen den 11 mars. Se artikel på sidan 20.



Slingan c:a 3 km



Jenny S



Fina spår

Bilder: Macke S

Uthyrning av klubbstugan i Pålsjö

Det finns möjlighet för privatpersoner, företag och föreningar att hyra vår klubbstuga i Pålsjö.

RIKTLINJER FÖR UTHYRNING ÅR 2023

Festlokalen är utrustad för max 50 sittande gäster.
Vid bokning gäller alltid ”först till kvarn”.

Bokning respektive avbokning enligt nedan:



Teckning: Martin Frohm

För **MEDLEMMARS** privata fester gäller följande priser:

Fredag/lördag. Dagn. kl. 12-12	2600, - kr (inklusive lån av nyckel)
Extra tid före/efter kl. 12	200, - kr/ tim
Mindre arrangemang. Barnkalas (ej lördagar)	200, - kr/tim (min 3 tim)

För **ICKE MEDLEMMAR** (privatpersoner) gäller alltid förskottsbetalning efter följande grundregler och priser (undantag för student- halloween- och nyårsfester).

Bokningsavgift (avgår vid slutbetalning)	800, - kr
Fredag/lördag. Dagn. kl. 12-12. Upptill 30 personer	3000, - kr
Fredag/lördag. Dagn. kl. 12-12. Över 30 personer	+50, - kr person (max +20 personer)
Extra tid före/efter kl. 12	200, - kr/tim
Vid eventuell övernattning (finns luftmadrasser)	+80, - kr/person (max 20 styck)
Barnkalas. OBS! endast söndag em. från kl. 13	250, - kr/tim (min 3 tim)

OBS! Vid uthyrning till ungdomar (under 23 år) krävs en uppdaterad deltagarlista som visar alla deltagares namn och ålder. Finns det omyndiga deltagare (under 18 år) skall namngivna målsmän för dessa anges med mobiltelefonnummer. Är alla under 18 år måste minst två (2) målsmän finnas i lokalen under hela tillställningen.

UTHYRNING VARDAGAR

Heldag kl. 08-16.30

Halvdag kl. 08-12 eller kl. 12.30-16.30

Toaletter (tillgång med egen nyckel)

IDROTTSKLUBBAR, FÖRENINGAR kan erhålla rabatterade priser. Begär offert.
FÖRETAG, SKOLOR, KLUBBAR och FÖRENINGAR kan faktureras i efterhand.

Lokalerna återlämnas alltid i mottaget skick. Eventuella skador ersätts alltid av hyrestagaren.
Bortslarvad nyckel/larmbricka ersätts med 3000, - kr

Kontakta ansvariga för information om regler och priser:

- Roy Ovesson 0708251359
- Anders Brandtsfridh 0725616120
- uthyrning@hsok.se

HSOK:s Årsmöte

HSOK:s årsmöte hölls måndagen den 13 februari. Tjugoen (21) klubbmedlemmar fanns på plats i klubbstugan och de fick uppleva ett intressant och givande årsmöte.

Komplett årsmötesprotokoll finns på klubbens hemsida samt på anslagstavlan i klubbstugan.

Nedan redovisas några beslut som togs vidmötet:

- Till mötesordförande valdes Dennis Rudqvist och till mötessekreterare Helena Åhlin.
- Styrelsens verksamhetsberättelse och förvaltningsberättelse gicks igenom godkändes och lades till handlingarna.
- Revisorernas berättelse presenterades.
- Balans- och resultaträkning fastställdes.
- Styrelsen beviljades ansvarsfrihet för det gångna verksamhetsåret.
- Styrelsens medlemmar presenterades för mötesdeltagarna.
- Styrelsen presenterade ett förslag på reviderad budget för 2023. Den innebär ett netto på minus 288 000 kronor. Underskottet är styrelsen ej nöjd med. Intäkterna måste ökas under året. Ett aktivt arbete för att öka inkomsterna kommer att prioriteras.
- Årsmötet godkände det reviderade förslaget till budget med tillägget att styrelsen rapporterar det ekonomiska läget efter sommaren för att vid behov vidta åtgärder.
- Inga inkomna motioner.
- Uppdragen som ansvariga för aktivitetsgruppen är vakant. Styrelsen har utsett ledamöter i de olika grupperna som kontaktpersoner vilket godkändes av årsmötet.
- Årsmötet beslutade att välja Ulf Bering till ledamot i valberedningen på en tid av ett (1) år. Årsmötet beslutade att ge styrelsen i uppdrag att via fyllnadsval tillsätta en ny ledamot efter avgående Christian Johansson.

Följande klubbmedlemmar erhöll föreningens tävlingsmärken respektive vandringspriser:

Tävlingsmärke i brons, 2 500 poäng

Magnus Stéen	Nr 241
John Oskarsson	Nr 242
Linnea Stéen	Nr 243
Miriam Orrhede	Nr 244
Signe Davidsson	Nr 245
Liv Palmertz	Nr 246
Andréas Palmertz	Nr 247
Maja Kylmä	Nr 248

Tävlingsmärke i silver, 5 000 poäng

Kurt Sjöberg	Nr 129
Alfred Kjellén	Nr 130

Tävlingsmärke i guld, 10 000 poäng

Rolf Gustafsson	Nr 55
-----------------	-------

Tävlingsmärke tennfat, 20 000 poäng

Patrik Johansson	Nr 14
------------------	-------

Vandringspriser

Gösta Spogardhs vandringspris: Felicia Persson, Oskar Ranbro, Melker Jansson,
Atle Kulstad och Signe Ranbro

IS Götas vandringspris: Alfred Kjellén

Angående HSOK:s tävlingsmärken och vandringspriser

Regelverket för tävlingsmärken och vandringspriser finns i HSOK:s stadgar, Appendix 2. Då vi under de senaste åren fått många nya medlemmar i klubben som kanske ej hunnit ta del av regelverket tar undertecknad sig friheten att nedan presentera Appendix 2.

Appendix 2 till stadgar för Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb

Klubbens tävlingsmärke och Vandringspriser

Tävlingsmärket delas ut enligt följande:

Brons	2 500	poäng
Silver	5 000	poäng
Guld	10 000	poäng
Guld med krans	15 000	poäng
Tennfat	20 000	poäng
Tennfat, numrerade	25 000	poäng
Tennfat, numrerade	30 000	poäng osv. för varje 5 000 poäng

Poängberäkning i serien:

- Sker vid individuella tävlingar där den tävlande representerar HSOK. Klubbävlingar är dock undantagna från beräkningen.
- Klasser där färre än 3 tävlande startat från 2 olika föreningar poängberäknas ej i serien.
- Högst 10 resultat per kalenderår får räknas.
- Tävlande i U-klass, kortklass för ungdomar och åldersindelade motionsklasser för vuxna får 20 poängs avdrag.
- Deltagare i Öppen motionsklass och Inskolningsklass får 1 poäng per fullföljd och godkänd tävling.
- Då Elitklass förekommer får Huvudklass 10 poängs avdrag.
- Då Elitklass ej förekommer men huvudklass är uppdelad i exempelvis Ultralång - Lång/kort eller Lång - Kort/medel får de senare 10 poängs avdrag.

Den som vinner en klass erhåller	100	poäng
Däröver t.o.m. 1 % på segrartiden	99	poäng
Däröver t.o.m. 2 % på segrartiden	98	poäng
Däröver t.o.m. 3 % på segrartiden	97	poäng
Exempel 98 % på segrartiden	2	poäng
Fullföljd tävling	1	poäng

Skid-, Terräng- och Långlopp som saknar orienteringsmoment får 2 poängs avdrag för varje % på segrartiden. Motions- och Propagandaklasser vid dessa tävlingar får 3 poängs avdrag för varje %.

Ändringar i poängberäkningssystemet kan föreslås av Aktivitetsgruppen, men måste godkännas av styrelsen. Statistikförare som utför poängberäkningen utses inom Administrationsgruppen.

Tävlande som i HSOK erövrat mer än 5000 poäng, förs vidare i statistiken även sedan denne slutat sin aktiva bana eller flyttat till annan klubb.

Poängberäkningen ligger även till grund för utdelning av klubbens VANDRINGSPRISER enligt nedan:

GÖSTA SPOGARDS PRIS till årets bästa ungdom (-16 år) i poängtävlingen

FK BOKENS PRIS till årets näst bästa ungdom (-16 år) i poängtävlingen

IS GÖTAS PRIS till årets bästa junior 17-20 år i poängtävlingen

Märkes- och Vandringsprisutdelningarna sker på det Ordinarie årsmötet i februari månad.

Helsingborgs SOK:s bästa poängplockare under år 2022

1. Felicia Persson	1 000	11. Magnus Stéen	952
1. Oskar Ranbro	1 000	12. Lea Vercellotti	925
1. Melker Jansson	1 000	12. Patrik Johansson	925
1. Atle Kulstad	1 000	14. Elias Persson	924
5. Signe Ranbro	1 000	15. Linda Ranbro	919
6. John Oskarsson	996	16. Dan Johansson	906
7. Alfred Kjellén	994	17. Kurt Sjöberg	898
8. Britt-Marie Stensson	979	18. Stig Johansson	872
9. Miriam Orrhede	977	19. Thea Bökman	869
10. Liv Palmertz	970	20. Ewa Roos	861

Helsingborgs SOK:s poängtabell 1968 – 2022

Nedanstående poängtabell, den s.k. Maratontabellen, visar placeringarna 1 till 20 per den 31 december 2022. Under tävlingsåret passerade Patrik Johansson 20 000 poängsgränsen vilket renderade i tävlingsmärket tennfat.

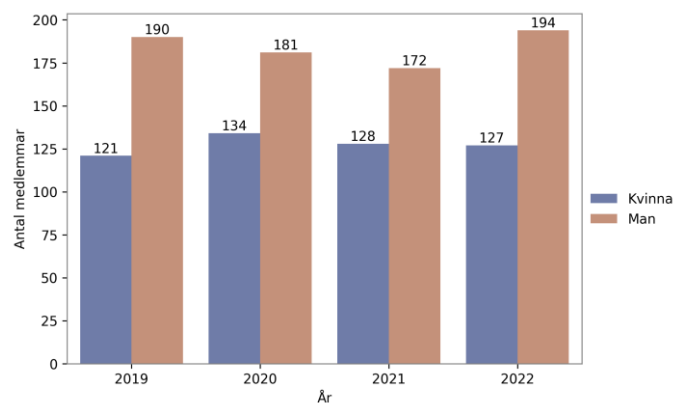
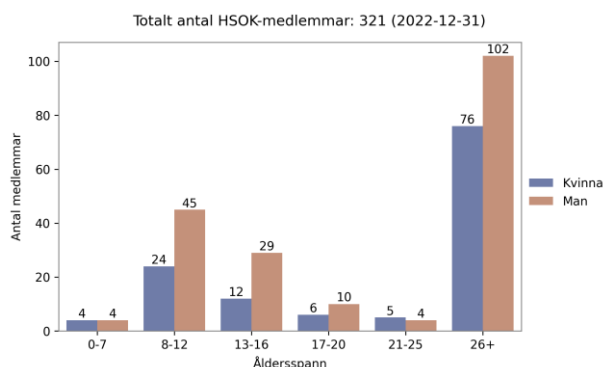
1. Rune Isaksson	45 294	11. Ewa Roos	21 161
2. Astrid Johannesson	32 231	12. Anna Hermansson	20 496
3. Martin Frohm	30 525	13. Patrik Johansson	20 204
4. Mats Nilsson	28 979	14. Jan Nilsson	19 983
5. Vitalis Andersson	27 446	15. Magnus Ljungberg	19 953
6. Kurt Pålsson	25 157	16. Sven-Eric Ericson	19 404
7. Edit Borg	24 704	17. Lars-Åke Forsberg	18 679
8. Åke Åkesson	23 956	18. Torbjörn Lage	18 650
9. Solvey Bergdahl	23 231	19. Erik Borgqvist	18 158
10. Roy Owesson	21 304	20. Lotta Lewis-Jonsson	16 494

Av ovanstående HSOK:are finns följande inte bland oss längre: Martin Frohm (1924-2013), Vitalis Andersson (1922-2009), Åke Åkesson (1920-2014), Erik Borgqvist (1917-2019), Solvey Bergdahl (1930-2021) och Kurt Pålsson (1925-2022).

Antalet medlemmar

Den 31 december 2022 räknade vi in 321 medlemmar i Helsingborgs SOK fördelade enligt följande:

I åldersgruppen upp till 7 år:	8 medlemmar varav 4 kvinnor och 4 män
I åldersgruppen 8-12 år:	69 medlemmar varav 24 kvinnor och 45 män
I åldersgruppen 13-16 år:	41 medlemmar varav 12 kvinnor och 29 män
I åldersgruppen 17-20 år:	16 medlemmar varav 6 kvinnor och 10 män
I åldersgruppen 21-25 år:	9 medlemmar varav 5 kvinnor och 4 män
I åldersgruppen över 25 år:	178 medlemmar varav 76 kvinnor och 102 män
Totalt antal män:	194 medlemmar
Totalt antal kvinnor:	127 medlemmar



Grafer: Klas Bogsjö

HSOK:s Vänner Årsmöte

Vännernas årsmöte hölls måndagen den 20 februari i klubbstugan i Pålsjö. Nedan redovisas en del av vad som behandlades på mötet:

- Till mötesordförande valdes Maj-Britt Gustafsson och till mötessekreterare valdes Macke Selander.
- Verksamhetsberättelse, resultat- och balansräkning samt revisorernas berättelse föredrogs.
- Styrelsen beviljades ansvarsfrihet för det gångna verksamhetsåret.
- Årsmötet föreslog kandidater till **Vännernas Fair-Play Pris**.
- Till funktionärer för verksamhetsåret 2023 valdes följande: ordförande Maj-Britt Gustafsson (omval), sekreterare Macke Selander (nyval), kassör Rune Isaksson (omval), revisor Tor-Eve Bengtsson (omval) och revisorssuppleant Sven-Eric Ericson (omval).
- Årsmötet beslutade att ordförande och kassör, var för sig, är föreningens firmatecknare.
- Styrelsen fick i uppdrag att utifrån årsmötets förslag utse kandidat till **Vännernas Fair-Play Pris**. Priset kommer att delas ut i samband med lämplig HSOK aktivitet.

Skånes Orienteringsförbunds utmärkelser för prestationer under år 2022

SKOF:s ungdomskommitté har utsett följande ungdomar till att erhålla Skånes Skogskarlar och Skånes Skogsflickors hederspris:

Ungdomar

H16: Elias Persson, Helsingborgs SOK

D16: Olivia Tillander, Ystads OK

H14: Isak Gustafsson, Lunds OK

D14: Elin Anzelius, Hästveda OK

H12: Hugo Petersen, Lunds OK

D12: Signe Ranbro, Helsingborgs SOK

H10: Melker Jansson, Helsingborgs SOK

D10: Liv Palmertz, Helsingborgs SOK



Signe Ranbro



Melker Jansson



Liv Palmertz



Elias Persson

Ledarpris

Vid årsmötet den 11 februari tilldelades Ulf Bering, Helsingborgs SOK, **SKOF:s Ledarpris**.

Förutom goda insatser som ungdomsledare i moderklubben har Ulf fungerat som speaker vid merparten av ungdomarnas serietävlingar under de senaste åren. Ulfs inlevelsefulla referat är ett stort mervärde för ungdomarna och orienteringssporten.



Ulf Bering

Övriga utmärkelser

På årsmötet delades det vidare ut följande utmärkelser:

Årets orienterare: Svante Selin och Wilmer Selin, FK Göingarna

Årets Ungdomsklubb: Lunds OK

Årets arrangörsklubb: Örkelljunga FK

Årets Ungdomsledare: Urban Arnesson, OK Torfinn

Årets Ledare: Per Sigbo, Hjärnarps OL

Hitta hem i närområdet:

Stipendier till **Lisa Kjellén, Helsingborgs SOK**, David Morén, Hjärnarps OL, Noah Krikström, Svante Selin och Wilmer Selin, FK Göingarna

Helsingborgs SOK har en stor ungdomsverksamhet mycket tack vare att klubbstugan och Pålsjö skog är lättillgängligt för många. Men man vill nå längre och låta orienteringen hitta nya hemvister. Dalhem är ett socioekonomiskt utsatt område.

Området är dock mycket lämplig för orientering varför Hitta Hem-Orienteringen startades upp i Dalhem år 2022.

Under maj till september har det genomförts gratisträningar, fikor, grillfester m.m. Det har varit roligt, aktivt och många har blivit nyfikna på orientering. Totalt har ca 70 barn deltagit och responsen har varit mycket positiv från både barn och deras föräldrar. Projektet har visat stort engagemang för orientering, men också för samhället i övrigt.

Lisa Kjellén har varit den drivande kraften och engagerat ett antal klubbmedlemmar att hjälpa till med arrangemangen.



Lisa Kjellén

Sverigelistan D16 Felicia Persson

Som HSOK:are är det med stolthet man läser Sverigelistan för D16. Vad månade bli av denna unga dam?

	Namn	Födelseår	Klubb	Poäng
1	Felicia Persson	2008	Helsingborgs SOK	14,75 →
2	Izabella Ljungberg	2007	OK Tyr	16,00 →
3	Signe Eskilsson	2007	IK Hakarpspojarna	19,49 →
4	Ellen Rubendahl	2007	Frölunda OL	21,51 →
5	Hannah Josefsson	2007	OK Skogsfalken	22,91 →
6	Ebba Skullman	2007	Linköpings OK	23,82 →
7	Irma Westh	2007	Ulricehamns OK	24,05 →
8	Jana Rifa Bernardino	2007	OK Njudung	24,54 →
9	Minna Turesson	2007	OK Renen	24,85 →
10	Alva Olsson	2007	Åmåls OK	24,92 →

Träningsläger i Spanien

I slutet av februari månad finslipade HSOK:arna Patrik Johansson, Alfred Kjellén, Espen Bogsjö Jensen och Jakob Bogsjö Jensen formen vid ett träningsläger i Spanien. Platsen var La Marina som ligger strax söder om Alicante. Med på lägret var också Elia Kämpe, Örkelljunga FK och David Morén, Hjärnarps OL. Lägret bjöd på mycket mängdträning i varierande terräng. Både sandskogslöpning, likt den söder om Åhus, till ansträngande bergslöpning. Orienterare från framför allt Sverige, Norge och Finland fanns på plats och de ”ockuperade” två gator på campingen.

Patrik Johansson tyckte att nattpassen var helt magiska. Speciellt när han befann sig högst upp i ”bergen” och såg ljusen från städerna längst med medelhavskusten.

Träning med orienteringslandslaget i Halmstad

Söndagen den 22 januari höll HSOK en träningsdag för klubbmedlemmar i terrängen kring Halmstad. Ett 20-tal HSOK:are deltog.

Passande nog befann sig orienteringslandslaget på träningsläger i Halmstad med omnejd under dagarna 21–27 januari. På landslagets program stod 11 träningstillfällen under 7 dagar.

Våra HSOK:are Alfred Kjellén och Mikael Löfving tog chansen att delta i långdistansträning på Nyårsåsen tillsammans med landslagslöparna.



Bilden ovan:

Alfred Kjellén visar ryggtavlan åt landslagslöparen Gustav Bergman. Alfred har just startat medan Gustav är inne för varvning och ger sig ut på banans andra del.

Klubbmästerskap i Nattorientering

Torsdagen den 16 februari avgjordes Helsingborgs SOK:s klubbmästerskap i Nattorientering. Tävlingsplatsen var Pålsjö skog. Lisa Kjellén höll i arrangemanget medan Fredrik Nilsson var banläggare.

Klubbmästare

<u>H16:</u>	Elias Palmertz.
<u>D14:</u>	Signe Ranbro.
<u>H14:</u>	Oskar Ranbro.
<u>D12:</u>	Miriam Orrhede.
<u>H12:</u>	Otto Rubin.
<u>H17-34:</u>	Erik Alnervik
<u>H35-49:</u>	Patrik Johansson
<u>D50-64:</u>	Britt-Marie Stensson
<u>H65-:</u>	Dan Johansson



Grattis Klubbmästare!

Teckning: Martin Frohm

Några ord om Veteran-OL i Nordvästra Skåne

Under år 2022 har veteranorienterarna i Nordvästra Skåne haft 45 sedvanliga orienteringsträffar och 5 lite mera träningsbetonade träffar. Som mest har träffarna samlat 71 deltagare och som minst 28 deltagare. Totalt har det gjorts 2 237 starter. Angående könsfördelningen så noterar vi 751 starter av Oldgirls och 1 486 starter av Oldboys.

Veteranerna ställer inte in någon orientering i första taget. Inställt finns inte på agendan! En orientering fick dock flyttas fram två dagar på grund av alltför djup snö i ”tävlingssområdet”. Geografiskt sett har Veteranorienteringarna arrangerats inom ett område från Tockarp i norr till Helsingborg i söder samt Torekov i väster och Tyinge i öster.

Samarbetet med OL-Nordväst har medfört att Veteranerna vid ett flertal onsdagar samlats på de platser där OL-Nordväst arrangerat natt-träningar på tisdagskvällarna. Veteranerna har då fått den stora förmånen att springa på Fredrik Nilssons OL-Nordväst banor. Detta samarbete har fungerat mycket bra och uppskattas av båda parter.

Veteranernas ”frivilliga startavgift” nådde upp till en ny rekordnivå. Se följande artikel.

Samverkan OL-Nordväst

Tack alla Veteranorienterare för Ert ekonomiska stöd till Projekt OL-Nordväst! Antalet ”Gynnare” till projektet har under verksamhetsåret 2022 noterats till 114 stycken och totalsumman kom upp till **69 485 kronor**. Pengarna har överförts till OL-Nordvästs konto hos SKOF.

Stig Johanssons jobb som administratör samt ett givande samarbete med Fredrik Nilsson i OL-Nordväst har ökat antalet aktivitetsmöjligheter för Veteranerna i NV Skåne. Antalet starter under år 2022 blev 2 237.

Bidrag från Veteraner i de fem huvudansvariga projektklubbarna noteras till:

Helsingborgs SOK	14 215 kronor (22)
OK Kompassen	10 300 kronor (14)
Örkelljunga FK	7 540 kronor (12)
Hjärnarps OL	11 380 kronor (11)
FK Boken	6 150 kronor (11)

Bidrag från Veteraner i klubbarna utanför projektet noteras till:

FK Snapphanarna	3 520 kronor (6)
IS Kullen	3 980 kronor (8)
IS Skanne	5 100 kronor (5)
Rävetofta OK	2 100 kronor (4)
Övriga klubbar	3 660 kronor (13)
Anonyma, Klubblösa	1 540 kronor (3)

Antalet bidragsgivare per klubb inom parentes.

Som tillägg till ovanstående riktar Styrgruppen att speciellt tack till Arne Rantzow Hjärnarps OL, Gull och Bo Svensson Örkelljunga FK samt naturligtvis Stig Johansson Helsingborgs SOK för deras insatser under år 2022.

Med denna redovisning tackar vi i Styrgruppen, åter en gång, för allt stöd under året och ser med stor optimism fram mot kommande års samarbete i NV Skåne där dagens orienterings-ungdomar är vår framtid.

För Styrgruppen i Projekt OL-Nordväst

Roy Ovesson

Sverigepremiären

Traditionsenligt arrangerade Ungdomsgruppen ett läger i samband med OK Pan-Kristianstads tävlingar den 3 – 5 mars. Basen för lägret var Åhusgårdens vandrarhem där två villor och två stugor bokats. Femtiosju (57) klubbmedlemmar deltog i lägret och övernattade på vandrarhemmet.



Tävlingsprogrammet såg ut som följer:

- Fredagen den 3 mars. Natt-OL. Av 30 startande HSOK:are var 22 ungdomar.
- Lördagen den 4 mars. Medeldistans. Av 72 startande HSOK:are var 36 ungdomar.
- Söndagen den 5 mars. Långdistans. Av 62 startande HSOK:are var 30 ungdomar.

Lördagskvällen var lite extra festlig för våra ungdomar och ungdomsledare då stora mängder pizzor beställdes hos den lokala pizzabagaren. Den obligatoriska bevakningen av Melodifestivalen på TV avslutade kvällen.

HSOK-löparna sprang till sig följande pallplatser efter de tre tävlingsdagarna: Sju (7) förstaplatser och sex (6) tredjeplatser. **Imponerande!**

Kattegattnatta

Fredagen den 10 mars arrangerade Halmstad OK och Laholms IF OK Kattegattnatta. Platsen var Skummeslöv. Terrängen bestod av svagt kuperad tallskog med ett rikt stignät samt en mycket detaljerad kurvbild. Karta i skala 1:7 500 ritad av Fredrik Nilsson år 2022.



Sex pallplatser sprang HSOK-löparna till sig denna natt. Tre (3) förstaplatser, två (2) andraplatser samt en (1) tredjeplats.

Hallandspremiären, medel

Lördagen den 12 mars arrangerade Halmstad OK och Laholms IF OK Hallandspremiären, medel. Platsen var Skummeslöv. Terrängen bestod av svagt kuperad tallskog med ett rikt stignät samt en mycket detaljerad kurvbild. Karta i skala 1:7 500 ritad av Fredrik Nilsson år 2022.



Fem pallplatser för HSOK-löparna. Två (2) andraplatser och tre (3) tredjeplatser.

Hallandspremiären, lång

Söndagen den 12 mars arrangerade Halmstad OK och Laholms IF OK Hallandspremiären, lång. Platsen var Tylösand med Tylebäck som samlingsplats. Terrängen bestod av mestadels av lättlöpt och stigrik strandnära barrskog med inslag av bostadsområden samt havsnära klipphällar och sanddyner. Svag Kupering. Karta Tylösand reviderad år 2022.

En pallplats blev det denna dag genom en andraplats av Sandra Lejonborg.

Vårracet, lång

Lördagen den 11 mars arrangerade OK Orion Vårracet lång. Platsen var Vassaslätt 4 kilometer söder Jämfö. Terrängen bestod av lättframkomlig men tekniskt krävande berghällsterräng med få områden av kulturmark.



Vårracet, medel

Söndagen den 12 mars arrangerade OK Orion Vårracet medel. Platsen var samma som långdistansen.

Tre (3) förstaplatser, en (1) andraplats och en (1) tredjeplats blev det för HSOK:arna vid de båda tävlingsdagarna.

HSOK:are i årets Vasalopp

Nedanstående HSOK:are deltog i årets olika Vasalopp:

<u>Namn</u>	<u>Lopp</u>	<u>Klass</u>
Sanna Backan	Tjejvasan Motion	D35
Mikael Höglund	Öppet Spår söndag	H55
Felicia Persson	Vasaloppet 30	D12
Patrick Redestam, Danmark	Vasaloppet	H50



100 år sedan Margit Nordin åkte Vasaloppet

Vasaloppet arrangerades för första gången år 1922. Året efter, d.v.s. år 1923, anmälde sig Margit Nordin till detta historiska lopp mellan Sälen och Mora. Margit var 26 år, född den 10 augusti 1897 i Karlstad, och arbetade som gymnastiklärare och sjukgymnast i Grängesberg.

På den tiden var det ingen som trodde att en kvinna var mäktig att utföra ett sådant mandomsprov men ingen kunde stoppa henne. Av 169 anmälda skidåkare var det 161 som kom till start vid Olnispagården i Sälen. Vid målet i Mora stod många nyfikna kvar och väntade och man trodde väl in i det längsta att hon inte skulle klara av ett så långt skidlopp. Men det gjorde hon! Margit kom i mål som sista deltagare endast åtta minuter efter den siste mannen och fyra timmar efter segraren. En bit före mål hade Margit stannat för att plocka bort papiljotterna i håret. Hon ville inte bli kritiserad för sitt hår eller utseende när hon gick i mål.



Margit

Många år senare blev Margit intervjuad i TV av Sven "Plex" Pettersson. Vid intervjun berättade Margit att hon under månaderna före Vasaloppstarten hade en skogshuggare som patient. Denne skogshuggare hade brutit benet och bodde i en stuga i skogen 1,5 mil från Margits arbetsplats. Enda sättet att ta sig till stugan var att åka skidor. Margit besökte skogshuggaren tre gånger varje vecka vilket innebar att hon under arbetsveckan avverkade en vasaloppssträcka. På helgerna kunde hon dessutom åka träningsrundor på upp till 6 mil.

Det dröjde ända till år 1981 innan Vasaloppet öppnades för kvinnliga åkare. Året efter, den 3 maj 1982, dog Margit.

Skidrännarna Lars och Engelbrekt

Lars och Engelbrekt var kända ”rännkarlar” och skickades ut för att övertala Gustav Eriksson att vända tillbaka till Mora där han under julen år 1520, utan någon större lycka, försökt få folket i Dalarna med sig i kampen mot den danske tyrannen Kristian II.

Man kan ju bara spekulera i vad som hänt om de inte hunnit ifatt Gustav i trakten kring Sälen. Sannolikt inget Vasalopp! Nu hann de ifatt Gustav som återvände till Mora för att med dalkarlarna i täten leda kampen mot Kristian II. Efter två och ett halvt års krigande var Sverige ett fritt land.

Vid riksmötet i Strängnäs den 6 juni år 1523 valdes Gustav till Sveriges Konung och fick namnet Gustav Eriksson Vasa, i vardagligt tal Gustav Vasa.



Minnesstenen

År 1934 reste byamännen i Kättbo, 30 km sydväst om Mora, en minnessten invid Kättbo kapell till minne av skidrännarna Lars och Engelbrekt.

Minnesstenen har följande inskription:

Till hågkomst av skidrännarna Lars och Engelbrekt från Kettilbo och deras behjärtande fosterländska gärning nyårstid 1521 reste Kättbo byamän stenen 1934

Stighudsskidor

I mitten på juli månad förra året besökte undertecknad Olnispagården i Sälen. Olnispagården, vackert belägen intill Västerdalälven, är en släktgård med anor från 1500-talet som i dag fungerar som traktens hembygdsgård.

Den 19 mars år 1922 var gården startplats för det första Vasaloppet. Hundra år senare, närmare bestämt lördagen den 12 februari, var gården startplats för Jubileumsvasan som var ett hyllningslopp till pionjerna som drog igång och genomförde det allra första Vasaloppet.

Olnispagården har även ett museum/utställning som visar dåtidens längdåkningsskidor. I mängden av skidor fanns ett par, tidigt 1920-tal, med s.k. stighud. Guiden informerade om att man här i Sverige oftast använde älgskins som fästes med nubb (små spik) under skidan. I Norge däremot använde man oftast sälskins som placerades runt skidan och fästes på ovansidan med en metod som påminde om skosnörning.



Bild till vänster:

Stighudsskida från tidigt 1920-tal.

Bild till höger:

Dagens stighudsskida.
Fischer Twin Skin Race med mohair hudar.

Bilder:

Macke S



Skid-DM i Hulebäckseröd

Lördagen den 11 mars arrangerade IF Ski Team Skåne och Hjärnarps OL distriktsmästerskap i längdskidåkning. Platsen var Hulebäckseröd uppe på Hallandsåsen strax norr om Hjärnarp. Hjärnarps OL med Christer Ljungdahl i spetsen stod för spårdragningen medan IF Ski Team Skåne stod för det administrativa som anmälningar, tidtagning etcetera. 74 åkare från 20 klubbar kom till start.

Helsingborgs SOK ställde upp med tre deltagare och de skötte sig väl. I klassen H13-14 **segrade Vilgot Backan** med Ludvig Backan som tvåa. I klassen H50 skidade Magnus Backan in på en fin sjätteplats.

Grattis till Distriktsmästaren Vilgot Backan!

Tyvärr inga bilder av HSOK-löparna varför undertecknad tar sig friheten att visa två löpare representerande IFK Helsingborg.



Johan Olsson segrare i klass H50



Louise Börjesson trea i klass D35

Bilder:

IF Ski Team Skåne



Start- och målområdet

Hulebäckseröd på TV

TV4 uppmärksammade distriktsmästerskapet med ett inslag i programmet Efter Fem. Christer Ljungdahl, Hjärnarps OL, intervjuades.

Bild: Macke S



Helsingborgs SOK:s arrangemang av Lång-SM och Ungdoms-RM år 1973

Lång-SM den 21 oktober

Helsingborgs SOK:s arrangemang av Svenska Mästerskapet i Långdistans år 1973 blev ett riktigt succéarrangemang! Tävlingscentrum och målet var förlagt till klubbgården i Koarp medan starten var placerad på Hallandsåsens norrsluttning där Vallåsens skidanläggning finns idag. Banläggarna Vitalis Andersson och Bengt Andersson frångick inte regeln att lägga en så hård och utslagsgivande bana som omständigheterna tillät. Lång-SM deltagarna fick ta sig an en stundtals rejält kuperad bana som mätte 23 900 meter och hade 22 kontroller.

Från starten på norrsluttningen gick banan åt sydöst för att efter kontroll 4 gå rakt söderut och ner mot Snapphanestallarna. Efter kontroll 8 blev det uppför åsens sydsluttning och sedan ner igen för att tangera Rössjön med ett par ”skrå-sträckor”. Därefter norrut och det verkliga kraftprovet med 150 meters stigning på 1,3 km. Efter några sträckor upp mot Yllevads mosse blev det en ny hård kupering. Banan avslutades med ett lite mera lättlöpt parti fram mot målet vid klubbgården i Koarp.

Att i det starka startfältet utse några förhandsfavoriter till Lång-SM titeln var inte helt lätt. I försnacket nämndes dock fjolårsvinnaren Bernt Frilén, Skene SoIS – landslagsmeriterade Rolf Pettersson, Hagby GoIF – dag-SM och natt-SM vinnaren Olle Morelius, Stora Skedvi IK – världstvåan på 3000 meter hinder Anders Gärderud, Enebybergs IF för att nu nämna några.

Följande löpare stod för den skånska representationen: Kjell-Erik Ståhl, FK Eko Osby – Göran Hedberg, Lunds OK – Inge Persson, FK Boken. Ernst Jönsson, Frosta OK, tvingades tyvärr lämna återbud.

Våra skånska löpare stod för fina prestationer. Tidigt startande Kjell-Erik Ståhl, start nr 4, inledde loppet i lugnt tempo. Efter 4,3 km passeringen visade det sig att inte mindre än 14 löpare hade bättre passertider än Kjell-Erik. Men efter denna passering ökades tempot och det var bara slutsegraren som kunde matcha Kjell-Eriks framfart under resten av banan. I mål, med bästa tid, mottogs Kjell-Erik med stort jubel. Sluttiden understeg banläggarens förutsägelse med 4 minuter, varför de skånska supportrarna anade segervittring. Kjell-Erik själv visste bättre och lyssnade inte på det örat!

Göran Hedberg, Lunds OK, överraskade alla med ett helt suveränt lopp. Göran var visserligen framme och nosade på Kjell-Eriks passertider men mot slutet av banan tappade han något lite på varje sträcka. I mål hyllade de församlade skåningarna honom i lika hög grad som de tidigare hyllade Kjell-Erik. Göran var definitivt Lång-SM stora överraskning och när hans tid kom upp på resultattavlan trodde de skånska supportrarna knappt sina ögon. Två skåningar i topp på ett SM!

Inge Persson, FK Boken, gjorde ett stabilt lopp och sprang in på plats 30 i det 64 man starka startfältet. Noterbart är att Inge hade bättre sträcktider än slutsegraren på fem av banans sträckor. Vidare var Inges sluttid endast 1 minut och 44 sekunder sämre än en sådan meriterad löpare som Anders Gärderud.

Då löpare efter löpare passerade mållinjen utan att överträffa Kjell-Eriks sluttid blev det mer eller mindre en bekräftelse på att Osbylöparen presterat något alldeles extra. Titelförsvaren Bernt Frilén, Skene SoIS, noterade dock passertider i nivå med Kjell-Eriks. Vid några passeringar var han t.o.m. bättre. Men denna dag höll det ej under hela loppet för titelförsvaren.

En som däremot höll var Rolf Pettersson, Hagaby GoIF, vars passertider vid 4,3 km – 11,3 km – 18,6 km och 28,4 km var bättre än Kjell-Eriks. Rolfs tidigare meriter på långdistans motiverade dock inte till något favoritskap. Men en sjätteplats vid årets Natt-SM och landslagsman vid VM i Tjeckoslovakien under fjolåret kompletterat med en enorm löpstyrka var emellertid de ingredienser som passade till ett tufft Lång-SM. Rolf meddelade efter målgång att han under loppet ”löpt på säkerhet” och att han sammanlagt missat högst tre minuter. Sluttiden för Rolf blev 2.39.21 vilken underskred Kjell-Eriks tid med 3 minuter och 6 sekunder.

Vid målplatsen fanns en rejält uppförstorad karta visande Lång-SM banan med sina 22 kontroller. Segraren Rolf Pettersson fick i samband med segerintervjun redogöra för sina vägval till de 22 skärmarna. Åskådare, medtävlare och lagledare applåderade arrangerande Helsingborgs SOK för initiativet med ”storbildskartan”.

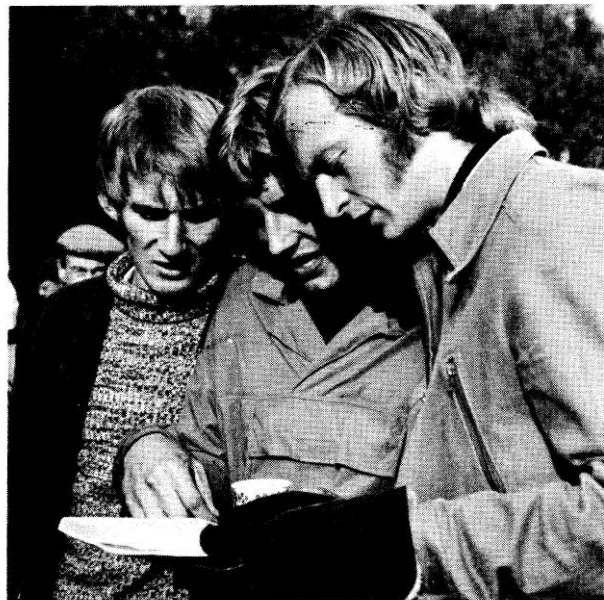
Även prisbordet höll högsta standard. Priser som radioapparater, cyklar, med mera, påminde mer om en proffsbetonad idrott.



Blivande segraren Rolf Pettersson på väg mellan 9:e och 10:e kontrollerna vid långdistans-SM på Hallandsåsen. (Foto Kjell Henrysson)



Tätkvintetten på lång-SM: fr höger Rolf Pettersson, Hagaby GoIF (svensk mästare), Kjell Erik Ståhl, FK Eko, Stefan Persson, Rehns BK, Göran Hedberg, Lunds OK, Bernd Frilén, Skene SolS. (Foto Harold Persson)



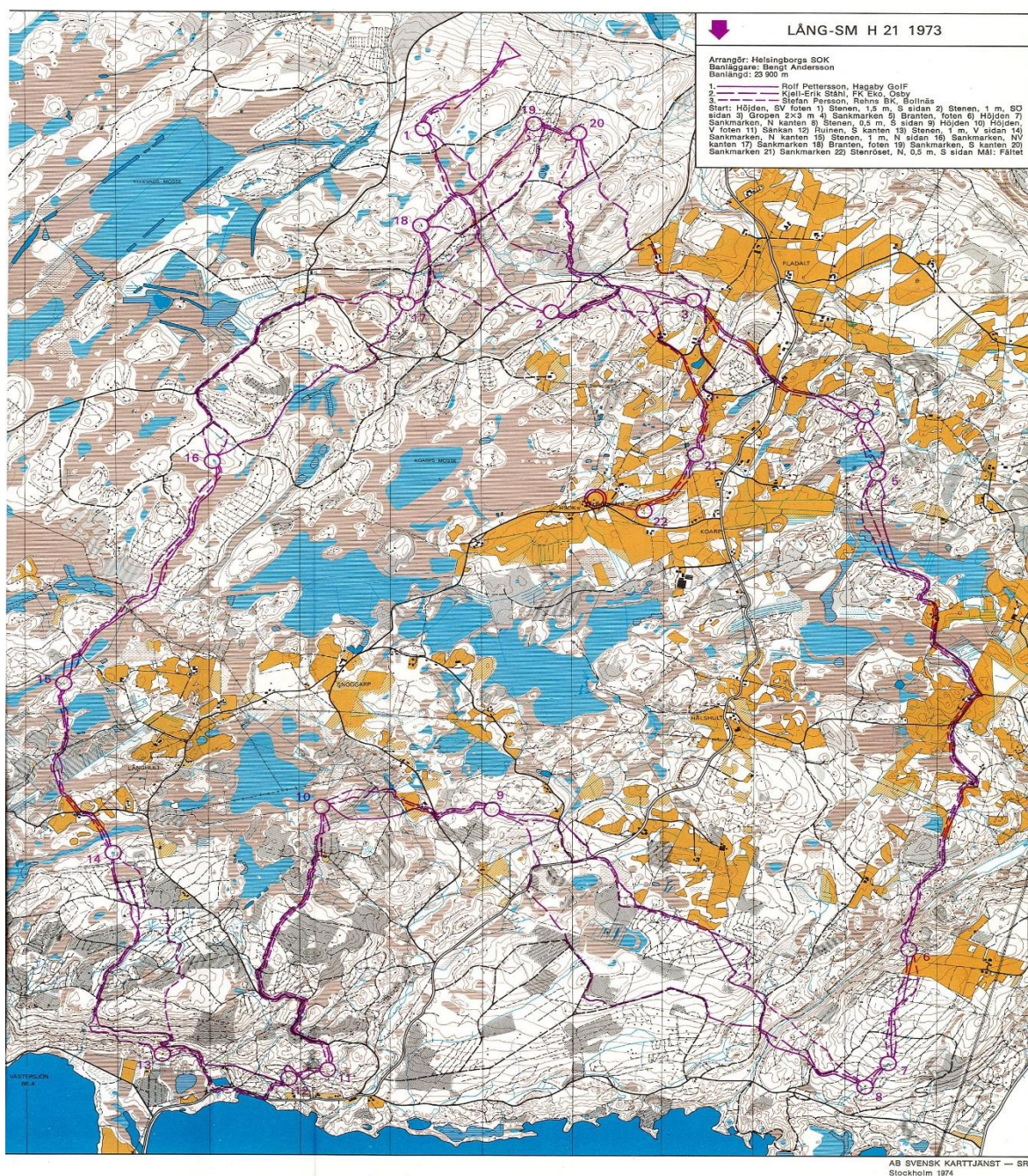
Göran Hedberg, Lunds OK (4.), Rolf ”snickarn” Pettersson, Hagaby GoIF (1.) och Kjell-Erik Ståhl (2.) begrundar vad som varit.

Bilder:

Bilden ovan och ovan till höger hämtade från årsboken Skärmen.

Bilden till höger hämtad från årsskriften I Kärrkanten.

Banläggaren Bengt Andersson skapelse fick idel beröm av de representativa elitlöparna. Den 23 900 meter långa banan, stundtals rejält kuperad, med 22 kontroller var en av de bästa i Lång-SM:s historia.



Lång-SM kartan visar vägvalen för segraren Rolf Pettersson, tvåan Kjell-Erik Ståhl samt trean Stefan Persson.

Resultat vid lång-SM 1973

Tävlingen arrangerades den 21 oktober i anslutning till riksmästerskapen för ungdom på Hallandsåsen. Tävlingsledare var Thure Kleveholm samt banchefer Vitalis Andersson och Bengt Andersson. SOFI:s kontrollant var Carl-Åke Hansson, Laholm.

Plac.	Namn och förening	Distr.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Mål	Sluttid
1.	Rolf Pettersson, Hagaby Golf	13	4:33	8:43	5:09	7:03	3:12	18:10	4:45	1:25	18:15	5:12	8:58	2:49	4:52	10:29	8:32	9:47	7:58	5:15	4:57	3:43	12:05	3:38	0:31	2:39.21
2.	Kjell Erik Ståhl, FK Eko, Osby	14	4:34	9:44	4:52	7:18	4:02	17:49	4:04	1:07	18:54	5:51	8:45	2:05	5:30	10:45	8:47	11:01	7:09	4:08	5:17	3:30	13:36	3:09	0:30	2:42.27
3.	Stefan Persson, Rehns BK	9	4:36	10:54	4:53	7:50	2:57	17:35	4:40	1:23	17:38	6:01	9:03	2:50	5:00	12:10	9:13	9:34	7:02	4:04	5:16	3:40	12:29	3:21	0:32	2:43.41
4.	Göran Hedberg, Lunds OK	14	4:42	8:58	5:19	8:48	3:23	17:51	6:03	1:07	18:23	4:23	10:02	2:18	3:08	12:07	8:40	10:06	7:18	5:05	5:26	4:00	14:38	3:48	0:31	2:44.40
5.	Bent Frihén, Skene SoS	21	4:25	10:11	4:47	7:43	2:59	18:41	5:39	1:15	16:48	5:26	9:38	2:21	4:45	10:30	9:08	10:06	8:51	4:32	5:20	4:28	13:26	4:11	0:30	2:45.17
6.	Kalle Johansson, IFK Hedemora	3	4:32	9:23	5:12	7:36	3:12	19:51	4:29	1:13	16:48	5:26	8:45	2:28	4:44	10:52	8:45	9:51	8:13	4:39	4:46	4:00	13:15	4:10	0:32	2:45.57
7.	Håkan Gustavsson, Boxholms OK	24	4:55	8:30	4:49	7:28	3:18	19:05	4:08	1:24	18:23	6:18	10:01	2:02	4:55	11:23	8:53	11:31	8:09	4:21	5:14	3:50	13:31	4:04	0:34	2:47.55
8.	Jerkar Axelsson, Bottnaryds IF	15	4:50	8:06	5:07	7:37	4:23	19:10	4:27	1:38	17:00	7:15	9:04	2:06	4:45	11:40	8:45	9:45	8:35	4:15	5:38	5:10	14:20	4:15	0:32	2:49.13
9.	Roland Kusgård, Södertälje IF	17	5:05	8:07	5:14	7:25	3:14	19:00	4:42	1:38	17:00	5:49	9:25	2:26	4:39	11:10	9:00	10:55	8:40	5:47	5:50	3:39	15:19	4:14	0:34	2:49.22
10.	Olle Morelius, St. Svedvi IK	3	5:30	9:40	5:13	7:14	3:03	18:33	5:32	1:26	18:55	5:16	9:07	2:23	4:43	12:05	8:22	10:48	8:15	5:04	5:30	4:22	14:22	4:03	0:34	2:50.00
11.	Mats Andersson, IFK Göteborg	7	5:38	8:40	4:45	7:19	2:48	18:33	7:38	1:20	17:40	5:24	9:00	3:49	5:49	10:51	9:12	10:52	8:47	5:46	5:40	3:53	14:00	3:37	0:36	2:50.39
12.	Mats Abrahamsson, Bredaryds SK	15	4:58	10:02	5:01	7:19	3:05	21:14	5:56	1:25	17:25	5:46	9:35	2:13	5:21	11:30	9:04	10:06	9:41	4:30	5:00	3:43	13:50	4:00	0:35	2:51.23
13.	Göran Ohlund, IK Hakarpspojk.	15	4:45	9:44	6:04	6:53	3:19	20:54	3:46	1:31	18:25	6:47	9:54	2:58	5:08	12:03	10:22	9:56	8:16	4:28	4:42	4:05	13:15	3:53	0:35	2:51.40
14.	Blörn Nordin, Gustavsbergs IF	16	4:30	8:50	5:28	7:55	2:57	19:49	4:59	1:32	18:59	6:38	10:07	2:05	5:20	14:40	6:52	10:29	8:31	4:28	5:21	4:00	13:58	4:11	0:35	2:51.54
15.	Sven G. Dahlberg, IK Jarl, Rättvik	3	5:34	10:06	5:45	8:19	4:47	19:56	4:00	1:06	18:52	6:01	8:38	2:03	5:29	10:47	8:36	11:00	7:14	4:14	5:09	3:30	14:20	6:10	0:34	2:52.10
16.	Signar Eriksson, Vittjävs IK	12	5:30	9:47	5:25	7:49	3:19	19:55	5:56	1:39	17:17	5:53	9:31	2:10	6:35	10:40	9:34	10:58	8:58	4:22	5:50	5:02	14:54	3:53	0:36	2:52.33
17.	Per Åke Eriksson, Stockholms OK	16	4:45	8:40	4:59	8:00	3:10	19:34	7:15	1:25	17:41	5:41	9:08	2:13	6:35	11:07	8:03	10:25	8:56	4:43	6:18	3:59	14:20	4:00	0:36	2:53.43
18.	Rune Rådestrom, Snättringe SK	16	5:42	9:04	5:24	7:50	4:10	18:42	5:10	1:27	17:30	6:12	10:00	2:18	5:14	12:18	10:09	9:59	8:50	5:58	5:37	4:10	14:51	3:14	0:35	2:54.26
19.	Lars Andersson, IFK Göteborg	7	5:10	8:33	4:49	9:43	3:05	19:55	4:57	1:11	18:24	5:44	10:30	3:48	5:44	12:22	10:05	10:33	8:32	4:20	5:01	3:59	13:49	3:55	0:49	2:54.53
20.	Gert Pettersson, Mälarenhöjens IK	16	6:00	8:52	5:28	8:37	3:28	20:50	4:51	1:24	18:06	4:32	9:31	2:23	5:04	12:45	9:29	10:59	9:16	4:33	5:54	4:03	14:24	4:42	0:40	2:55.51
21.	Lars G. Skoog, Växjö OK	15	4:50	9:26	5:01	7:47	3:07	20:29	4:55	1:24	20:07	4:58	10:17	2:27	4:54	13:05	9:02	11:06	8:53	4:52	6:03	4:15	14:08	4:20	0:40	2:56.04
22.	Janne Jansson, OK Skogsmård.	3	5:15	9:35	5:14	9:26	3:52	20:07	4:42	1:25	17:49	6:32	8:27	2:25	4:54	11:36	9:10	10:50	9:16	4:15	7:20	4:40	14:45	3:48	0:38	2:56.17
23.	Billy Höglund, Hagaby Golf	13	6:10	11:17	5:38	8:40	3:25	19:47	4:55	1:36	19:06	6:46	9:54	2:01	5:19	14:16	6:54	10:35	8:58	4:17	5:15	4:00	13:46	4:11	0:35	2:57.51
24.	Roger Larsson, OK Kåre, Falun	3	4:35	8:41	5:17	8:41	3:16	20:13	4:34	1:21	21:47	5:33	9:42	2:14	4:59	11:55	9:05	10:45	10:37	4:30	5:52	4:30	14:32	4:23	0:38	2:58.40
25.	Anders Gärderud, Enebybergs IF	16	5:20	8:26	4:56	7:52	3:18	19:17	4:28	1:16	19:33	6:18	12:12	2:42	5:48	12:18	8:48	11:07	9:32	4:21	5:41	4:48	16:00	3:59	0:31	2:58.45
26.	Bent O. Karlsson, FK Finn Ljungby	15	8:10	9:36	5:09	9:24	3:11	19:59	4:56	1:16	17:54	6:03	9:37	2:27	4:51	13:19	8:35	10:30	9:13	4:21	7:11	4:43	14:50	3:50	0:39	2:59.11
27.	Karl H. Lindmark, OK Björken	20	5:05	9:04	5:19	8:45	3:42	20:43	4:44	1:25	20:23	6:10	8:58	2:05	4:56	14:50	8:40	12:56	9:37	5:14	5:44	4:27	14:22	4:45	0:40	2:59.53
28.	Kjell Johansson, Åkersnäs OK	15	6:05	9:13	4:56	8:02	3:19	19:00	4:39	1:13	19:43	6:05	9:03	1:58	4:57	14:51	8:46	10:55	9:37	4:39	6:11	4:35	16:21	5:21	0:37	3:00.29
29.	Orjan Svalin, Sundsvalls OK	11	5:45	8:45	5:01	7:19	2:55	19:01	5:13	1:16	16:59	5:43	8:10	2:03	6:43	10:44	9:15	12:21	10:28	5:22	7:51	3:47	18:45	4:35	0:43	3:00.04
30.	Inge Persson, FK Boken	14	5:26	9:35	5:32	8:35	3:17	22:24	4:06	1:15	16:54	6:17	9:23	2:16	6:07	12:25	11:39	11:15	9:00	4:42	4:51	4:40	14:20	4:11	0:39	3:00.29
31.	Kent Fransson, Kils OK	19	4:26	10:33	4:49	9:01	3:26	21:42	5:05	1:43	18:51	6:05	10:31	2:43	5:39	13:05	8:42	10:45	9:30	5:03	6:00	4:40	13:51	4:10	0:37	3:00.47
32.	Folke Björkman, OK Tyr, Karlstad	19	5:10	9:00	5:53	8:14	3:53	22:03	5:32	1:32	21:50	6:16	10:23	2:50	6:04	11:35	9:42	9:40	8:35	4:15	5:51	5:12	14:19	4:13	0:42	3:01.20
33.	Bengt Gustavsson, Ludvika OK	3	6:05	9:49	5:01	9:21	3:49	18:24	5:21	1:55	18:13	6:55	9:39	3:12	4:45	12:30	9:54	11:40	8:45	5:20	5:29	4:09	16:44	4:35	0:38	3:02.57
34.	Erik Westerlund, Gävle OK	6	5:22	9:09	5:05	8:18	3:21	21:16	7:06	1:06	17:01	5:38	10:10	3:12	3:44	12:28	8:57	14:08	9:10	4:54	5:31	4:15	16:40	3:24	0:41	3:03.10
35.	Arne Holmberg, OK Tor, Torsåkra	17	4:47	8:02	4:59	7:49	3:04	21:26	6:57	1:16	18:01	5:38	14:32	6:28	4:09	12:13	8:14	14:16	9:12	4:35	5:40	4:20	14:20	4:00	0:43	3:03.20
36.	Göran Fredberg, OK Blir, Storfors	19	5:03	9:41	6:20	7:53	4:03	19:30	5:30	1:13	18:51	10:49	10:06	2:31	5:00	12:02	8:36	11:19	9:18	4:49	5:19	2:47	17:20	3:56	0:40	3:03.24
37.	Christer Sundström, KFUM Örebro	13	4:57	10:35	5:22	7:54	3:37	21:45	5:12	1:24	18:51	9:35	9:50	2:11	4:49	13:30	9:33	11:19	9:22	4:27	5:23	4:45	13:38	4:03	0:41	3:03.26
38.	Sven Olov Wiklund, Arboga OK	22	4:53	10:21	5:13	8:14	3:09	20:10	4:49	1:52	19:40	5:47	9:53	2:49	5:27	12:10	10:38	10:44	10:05	3:47	4:50	4:25	18:20	4:35	0:39	3:05.01
39.	Leif Karlsson, Nybro OK	15	5:26	10:38	6:04	9:26	3:21	20:59	5:27	1:14	20:50	6:19	10:11	2:36	6:00	15:07	7:49	11:21	8:45	4:30	5:20	3:48	14:34	4:36	0:42	3:05.07
40.	Karl G. Gustavsson, Finspångs AIK	24	4:47	9:19	5:16	8:38	3:20	20:03	5:57	1:40	21:10	4:47	9:27	3:03	4:11	12:37	10:17	11:24	9:09	5:51	6:22	5:47	17:10	3:53	0:46	3:06.12
41.	Per Engkvist, Skogsvandarna	1	6:25	9:47	4:51	8:57	3:40	20:30	6:15	1:16	20:31	6:21	9:23	2:43	6:19	12:02	8:50	11:22	8:56	4:56	6:10	4:23	17:49	4:01	0:43	3:06.40
42.	Harry Hedberg, Järfälla OK	17	5:27	9:51	6:30	8:14	3:53	20:40	5:16	1:29	19:50	5:45	9:28	2:14	5:37	14:05	11:11	12:21	9:56	4:51	5:01	4:00	16:50	4:34	0:42	3:08.12
43.	Kalle Lindkvist, IFK Göteborg	7	10:30	8:54	5:19	7:55	3:21	19:23	7:01	1:31	17:04	5:35	14:10	6:17	4:27	11:36	8:58	10:21	10:16	5:19	5:19	4:58	16:32	4:13	0:37	3:08.44
44.	Kjell Hansson, Lindena OK	8	11:10	9:36	5:13	9:23	3:23	21:40	4:49	1:14	17:32	6:26	9:26	2:32	4:46	11:48	9:18	11:30	9:09	5:26	7:04	4:45	20:59	5:28	0:46	3:10.39
45.	Jan Åke Axelsson, IF Elfsborg	21	7:25	8:44	5:13	8:59	3:26	18:55	5:18	1:45	19:11	6:04	9:54	2:49	5:28	11:18	9:27	11:13	9:43	4:49	7:56	4:40	21:43	5:40	0:45	3:10.57
46.	Folke Lysell, Rehns BK, Bollnäs	9	4:45	10:40	5:10	8:53	2:57	21:00	4:50	1:21	20:47	6:38	9:40	2:25	6:09	14:57	11:22	12:10	9:48	4:53	5:34	4:43	17:15	4:21	0:47	3:11.26
47.	Hans Holmberg, Järfälla OK	16	4:50	8:39	5:59	7:44	3:38	20:15																		

Ungdoms RM den 20 – 21 oktober

Ungdomens riksmästerskap arrangerades parallellt med Lång-SM. De individuella tävlingarna lördagen den 20 hade sitt högkvarter i Boarp strax norr om Östra Ljungby medan stafetterna avgjordes i Koarp söndagen den 21.

Hur skulle våra skånska ungdomar klara sig i kamp mot landets bästa. Jo, sensationellt bra!

Individuellt

Klass H13-14

Med start nr 9 i det 65 man starka startfältet passerade Tor Marntell, FK Boken, mållinje på dittills bästa tid. Att Tor var en snabb löpare visste många, men att han var så snabb var det inte många som visste. Tor hade avverkat den 4 900 meter långa banan på 39 minuter och 30 sekunder. Ingen trodde att tiden skulle räcka till seger, allra minst Tor själv. Men då löpare efter löpare passerade mållinjen med sämre tider stod det slutligen klart att **Skåne fått sin första URM-mästare i Tor Marntell.**

Jan Nilsson, OK Pan, sprang in på en 10:e plats och Anders Borg, OK Skäret, på en 19:e plats.

Klass H15-16

I denna klass var Per-Olof Lindgren, Örkelljunga FK, nära att upprepa Tor Marntells bedrift. Även Per-Olof startade tidigt då han i det 65 man starka startfältet löpte ut som nr 13. Per-Olof var sannolikt något tyngd av ett visst favoritskap men han höll ihop loppet väl samt med sin erkänt goda löpstyrka passerad han mållinjen med bästa tid. Efter en halvtimmes väntan kom så Lars Lönnkvist, OK Ravinen, och petade ner Per-Olof till en andraplats. Den löpare som nu kunde hota Per-Olofs andraplats var kompisen Åke Jönsson, OK Torfinn, som trots en fin avslutning fick nöja sig med en 3:e plats slagen av Per-Olof med 20 sekunder. Claes Nilsson, OK Tuvan, gjorde en prima insats vilket gav honom en 6:e plats. När får vi nästa gång se tre skåningar bland de sex bästa i en URM-klass?

Klass D13-14

Tidigt startande Eva Hjalmarsson, Hässleholms OK, hade länge bästa tid i denna klass. Senare startande Ylva Grape, IK Fyris, umgicks dock med andra tankar och presterade ett fantastiskt lopp som resulterade i bästa tid och seger. Viveka Åberg, Tyringe SOSs sprang in på en meriterande 4:e plats och ovan nämnda Eva Hjalmarsson hamnade till slut på en 6:e plats. Fjärde- och sjätteplats i denna klass. Imponerande!

Klass D15-16

Mellantiden vid radiokontrollen för Gunilla Nilsson, OK Klippan, gav förhoppningar om en topplacering. Då hon dessutom brukar öka tempot mot slutet av loppet blev ingen särskilt förvånad när hon löpte i mål med bästa tid. Efter målgång meddelade Gunilla att hon nog inte löpt tillräckligt fort och att hon bommat två minuter. Efter en timmes väntan förpassades Gunilla till andraplatsen slagen av Eva Eriksson, IFK Bergvik, med 17 sekunder. Efter ytterligare en halvtimme senare löpte Lena Tjernlund, OK Ravinen, in under målskynket efter ett fantastiskt lopp. Hon distanserade Eva Eriksson med 5 minuter och 36 sekunder. Den mest överlägsna segraren vid de individuella tävlingarna.

Kartor, vägval och resultat

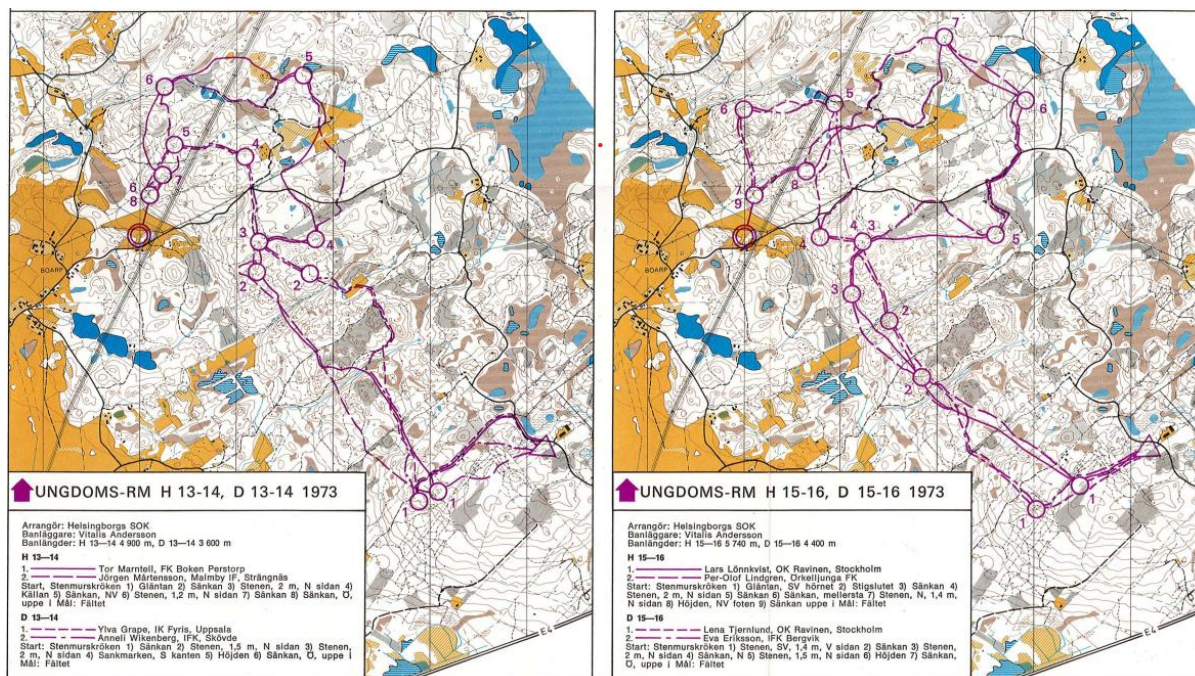
Ungdomens-RM kartor visar vägvalen för 1:an och 2:an i respektive klass.

H13-14: 1:a Tor Marntell, FK Boken. 2:a Jörgen Mårtensson, Malmby IF.

D13-14: 1:a Ylva Grape, IK Fyris. 2:a Anneli Wikenberg, IFK Skövde.

H15-16: 1:a Lars Lönnkvist, OK Ravinen. 2:a Per-Olof Lindgren, Örkelljunga FK.

D15-16: 1:a Lena Tjernlund, OK Ravinen. 2:a Eva Eriksson, IFK Bergvik.



KLASS H 13-14

Plac.	Namn och förening	Distr.	Sluttid
1.	Tor Marntell, FK Boken, Perstorp	14	0.39.30
2.	Jörgen Mårtensson, Malmby IF, Strängnäs	17	0.39.57
3.	Hans Skoog, IK Standard, Eskilstuna	17	0.40.26
4.	Anders Axelsson, Trollhättans SOK	21	0.41.01
5.	Håkan Lockby, OK Stigen, Värnamo	15	0.41.05
6.	Anders Larsson, Stora Tuna IK	3	0.41.28
7.	Ulf Magnusson, IFK Ronneby	1	0.41.43
8.	Christer Andersson, Hallstahammars OK	22	0.42.14
9.	Ola Andersson, OK Kåre, Falun	3	0.43.51
10.	Jan Nilsson, OK Pan, Kristianstad	14	0.44.27
11.	Lars G Malmqvist, Växjö OK	15	0.44.30
12.	Per Lundgren, Mjölby OK	24	0.44.50
13.	Hans Ove Wedin, Stockholms OK	16	0.44.53
14.	Magnus Johansson, Växjö OK	15	0.44.54
15.	Jan Pettersson, Snättringe SK, Stockholm	16	0.44.54
16.	Ingemar Gustavsson, Halmstads OK	8	0.45.10
17.	Stefan Brandt, Västerås IK	22	0.45.33
18.	Tomas Persson, Uddevalla IS	2	0.45.55
19.	Anders Borg, OK Skäret, Ljungbyhed	14	0.46.04
20.	Bengt Djuvfeldt, OK Råvarna, Stockholm	16	0.46.07
21.	Tomas Gustavsson, IFK Eskilstuna	17	0.46.07
22.	Anders Pettersson, Borås FK	21	0.46.13
23.	Tomas Eriksson, Säfte OK	19	0.46.40
24.	Anders Friberg, Arla IF, Eskilstuna	17	0.47.04
25.	Hans Olsson, OK Jösse, Arvika	19	0.47.07
26.	Ulf Didriksson, Storådalens SK	13	0.47.28
27.	Roger Asberg, OK Hedströmmen, Skinnkatteberg	22	0.48.21
28.	Michael Andersson, OK Landehof, Landvetter	7	0.49.12
29.	Anders Tholcke, IK Fyris, Uppsala	18	0.49.25
30.	Tor Steiner Schei, Ludvika OK	3	0.49.26
31.	Gunnar Roos, Linköpings OK	24	0.49.28
32.	Per Sandberg, OK Härjulf, Sveg	10	0.49.42
33.	Stefan Hjertén, IK Hakarpspojkarna, Huskvarna	15	0.49.43
34.	Björn Stenberg, SolIK Hellas, Stockholm	16	0.49.49
35.	Mats Olsson, OK Hammaren, Sandviken	6	0.49.50
36.	Anders Haglund, OK Hedströmmen, Skinnkatteberg	22	0.50.05
37.	Håkan Blomgren, Hagaby Golf, Örebro	13	0.50.20
38.	Björn Hammarström, OK Måsen, Oxelösund	17	0.50.56
39.	Per Sparrevik, IFK Umeå	20	0.51.11
40.	Kjell Emanuelsson, OK Malmia, Grängesberg	3	0.51.18
41.	Lars Almén, Linköpings OK	24	0.51.33
42.	Per Erik Josephsson, Tenhults SOK	15	0.51.52
43.	Mats Jonsson, IK Gandvik, Skara	21	0.51.57
44.	Lars Lindgren, Norrsundets IF	6	0.52.20
45.	Leif Thorn, Stigsökarna, Bengtsfors	4	0.52.51
46.	Anders Meurk, OK Landehof, Landvetter	7	0.53.50
47.	Per Grandin, Uppsala IF	18	0.53.58
48.	Göran Tjernberg, Selångers SK	11	0.54.05
49.	Jan Mårtensson, Surahammars IF	22	0.55.19
50.	Rolf Sundell, OK Friska Vindar, Ljusdal	9	0.56.04
51.	Peter Stöckel, Vännäs OK	20	0.56.12
52.	Roger Grann, Kristinehamns OK	19	0.56.51
53.	Jörgen Fors, Hällekis IF	21	0.57.12
54.	Kjell Andersson, Rimbo IF	18	0.58.27
55.	Björn Reger, Stockholms OK	16	0.58.43
56.	Lennart Malmberg, SOK Svalde, Visby	5	1.01.27
57.	Dan Lindau, OK Landehof, Landvetter	7	1.03.01
58.	Peter Härling, Lidköpings VSK	21	1.04.18
59.	Mats Byström, Skogslöparna, Mellansel	23	1.04.43
60.	Per Ljung, OK Malmia, Grängesberg	3	1.07.01
61.	Hans Gustavsson, Borås FK	21	1.07.38
62.	Sören Callenberg, Gävle OK	6	1.10.45
63.	Mikael Hörnkqvist, IFK Umeå	20	1.11.26
64.	Rikhard Holmgren, Bodens BK	12	1.15.07
	Lars Eriksson, IFK Bergvik	9	Brutit

KLASS H 15—16

Plac.	Namn och förening	Distr.	Sluttid
1.	Lars Lönnkvist, OK Ravinen, Stockholm	16	0.35.48
2.	Per Olof Lindgren, Örkelljunga FK	14	0.38.49
3.	Ake Jönsson, OK Torfinn, Bjärnum	14	0.39.09
4.	Ulf Eriksson, OK Landehof, Landvetter	7	0.39.31
5.	Anders Nilsson, Domnarvets Golf	3	0.41.01
6.	Claes Nilsson, OK Tuvan, Sösdala	14	0.41.02
7.	Bengt Levin, OK Tyr, Karlstad	19	0.41.20
8.	Sven Pettersson, Väsby OK, Stockholm	16	0.42.17
9.	Gunnar Johansson, IF Goterna, Stockholm	16	0.42.25
10.	Urban Jansson, Emmaboda OK	15	0.42.47
11.	Torbjörn Johansson, OK Hällen, Stigtomta	17	0.42.59
12.	Christer Andersson, GIF Färne, Ullared	8	0.43.06
13.	Håkan Back, OK Nolaskogsarna, Alfredshem	23	0.43.20
14.	Sören Andersson, Nybro OK	15	0.43.35
15.	Kari Mikkilä, Västerås IK	22	0.43.49
16.	Göran Andersson, Kolsva IF	22	0.43.59
17.	Eddie Israelsson, OK Milan, Nora	13	0.44.18
18.	Claes Gustavsson, Farsta OK, Stockholm	16	0.44.42
19.	Erling Gustavsson, OK Alehof, Nödinge	7	0.44.53
20.	Lars Pettersson, OK Landehof, Landvetter	7	0.45.06
21.	Ola Johansson, Rehns BK, Bollnäs	9	0.45.17
22.	Tomas Ostermark, Jönköpings OK	15	0.45.32
23.	Henrik Boive, Länna IF	18	0.45.39
24.	Lasse Johansson, Eds SK	4	0.45.55
25.	Björn Södergren, Visby IF/Gute	5	0.46.04
26.	Mikael Webering, Bodens BK	12	0.46.07
27.	Per Andersson, OK Orinto, Bollebygd	21	0.46.29
28.	Börje Åberg, OK Norrtelje	18	0.46.37
29.	Jörgen Härberg, Hestra IF	21	0.46.40
30.	Dan Johansson, Jönköpings OK	15	0.46.52
31.	Anders Johansson, Trollhättans SOK	21	0.47.03
32.	Mikael Lundström, OK Alferna, Örebro	13	0.47.44
33.	Mats Norman, IFK Hedemora	3	0.48.12
34.	Jan Nelson, OK Orion, Jämslätt	1	0.48.26
35.	Curt Danielsson, IFK Mockfjärd	3	0.48.29
36.	Anders Eriksson, Saffle OK	19	0.48.42
37.	Per Ake Söderblom, FK Friskus, Varberg	8	0.49.06
38.	Bert Westerlindh, OK Tor, Torshälla	17	0.49.33
39.	Jan Nordin, Sundsvalls OK	11	0.49.39
40.	Frank Larsson, Kolsva IF	22	0.49.48
41.	Tommy Erblom, Farsta OK, Stockholm	16	0.49.49
42.	Lars Jerlander, Åby IF	24	0.50.20
43.	Håkan Canland, Östersunds OK	10	0.50.32
44.	Mats Domeij, OK Nolaskogsarna, Alfredshem	23	0.50.38
45.	Krister Gumaelius, IF Hagen, Skövde	21	0.50.49
46.	Lars Carlsson, Stora Skedvi IK	3	0.50.53
47.	Lars Eriksson, OK Måsen, Oxelösund	17	0.50.55
48.	Jan Alvång, Stenungsunds OK	2	0.51.03
49.	Anders Ekman, Rimbo IF	18	0.51.20
50.	Anders Grundberg, Vännäs OK	20	0.51.52
51.	Stefan Gustavsson, OK Hällen, Stigtomta	17	0.52.22
52.	Björn Söderbäck, OK Eken, Atvidaberg	24	0.52.30
53.	Bengt Moström, Högåkers OK, Nordmaling	20	0.53.56
54.	Per Ledhagen, IF Hagen, Skövde	21	0.54.56
55.	Ulf Holgersson, Lessebo OK	15	0.55.33
56.	Ake Lovén, OK Milan, Nora	13	0.55.57
57.	Lars Ambrosiusson, IFK Våmhus	3	0.57.34
58.	Per Johansson, Mjölby OK	24	0.59.10
59.	Mats Nissilä, Sundsvalls OK	11	0.59.53
60.	Lars Olovsson, Rehns BK, Bollnäs	9	1.02.19
61.	Jerker Nets, Trollhättans SOK	21	1.02.42
62.	Stefan Carlsson, Storviks IF	6	1.03.35
63.	Håkan Hanning, Järla IF, Stockholm	16	1.05.57
64.	Håkan Nisula, OK Sflären, Hofors	6	1.11.34
65.	Mikael Utter, Surahammars IF	22	1.12.04



Tvåan i klass H15-16 Per-Olof Lindgren, Örkelljunga FK, visar vägvalen för orienteringslegenden Harold Persson (1906-2002).

Plac.	Namn och förening	Distr.	Sluttid
1.	Ylva Grape, IK Fyris, Uppsala	18	0.31.37
2.	Anneli Wikenberg, IFK Skövde	21	0.34.54
3.	Arja Hannus, Selångers SK	11	0.35.26
4.	Viveka Åberg, Tyringe SoSS	14	0.36.01
5.	Anna-Lena Bönemark, OK Måsen, Oxelösund	17	0.37.33
6.	Eva Hjalmarsson, Hässleholms OK	14	0.38.28
	Yvonne Jonsson, Ludvika OK	3	0.38.28
8.	Karin Josefsson, Jönköpings OK	15	0.39.00
9.	Kristina Karlberg, OK Hammaren, Sandviken	6	0.39.22
10.	Lena Olsson, Kungälv OK	7	0.40.15
11.	Barbro Storbjörk, Fagersta OK	22	0.41.35
12.	Lena Börjesson, IF Sisu, Tidaholm	21	0.41.40
13.	Lena Henriksson, Skogsvandrarna, Kallinge	1	0.42.16
14.	Britt Olsson, IK Viking, Hagfors	19	0.42.31
15.	Hildi Lundblad, Laholms IF	8	0.42.36
16.	Magdalena Löfstedt, IFK Strömsund	10	0.43.14
17.	Eva Blom, Finspångs AIK	24	0.43.30
18.	Karin Nåbo, OK Ravliden, Stockholm	16	0.44.10
19.	Lena Isaksson, Älvdalens IF	3	0.44.12
20.	Vivianne Olsson, IK Omega, Hultafors	21	0.44.32
21.	Christina Söderblom, FK Friskus, Varberg	8	0.44.38
22.	Marianne Lyth, SOK Svaide, Visby	5	0.44.42
23.	Ann Larsson, Eds SK	4	0.44.56
24.	Carina Dayle, Skattkärrs IF	19	0.45.00
25.	Birgitta Söderberg, IF Elfsborg, Borås	21	0.45.21
26.	Gunilla Gedin, OK Måsen, Oxelösund	17	0.45.56
27.	Lena Kagardt, Kovlands IF	11	0.46.12
28.	Jennie Andersson, Landsbro IF	15	0.47.32
29.	Eva Johansson, Garphyttans IF	13	0.47.43
30.	Agneta Nilsson, Vimmerby OK	15	0.47.51
31.	Monika Björkman, OK Hammaren, Sandviken	6	0.47.56
32.	Marianne Fischerström, Annebergs Golf	15	0.48.11
33.	Liselotte Melin, Uddevalla FK	2	0.48.19
34.	Görel Johansson, Surahammars IF	22	0.48.32
35.	Irène Carlsson, IF Thor, Uppsala	18	0.48.48
36.	Eva Andersson, Farsta OK, Stockholm	16	0.48.57
37.	Karin Tjäder, IK Fyris, Uppsala	18	0.49.28
38.	Birgit Lundh, OK Linden, Lindesberg	13	0.49.33
39.	Karin Gustavsson, Mjölby OK	24	0.49.39
40.	Barbro Eriksson, OK Dellen, Delsbo	9	0.50.04
41.	Marie Lienzén, Bromma OK, Stockholm	16	0.50.29
42.	Eva Andersson, IK Uven, Lindome	8	0.50.30
43.	Liselotte Liljeholm, OK Tor, Torshälla	17	0.51.06
44.	Anneli Johansson, OK Klippan	14	0.51.22
45.	Maria Rehn, Jönköpings OK	15	0.52.05
46.	Asa Kronkvist, Farsta OK, Stockholm	16	0.52.30
47.	Eva Andersson, Tolereds AIK	7	0.53.39
48.	Eva Wickbom, OK Vargen, Kalix	12	0.54.09
49.	Ann Hållidin, Ärla IF, Eskilstuna	17	0.54.21
50.	Gunilla Vedin, Skogslöparna, Sjölevad	23	0.54.57
51.	Kicki Forsgren, OK Renen, Luleå	12	0.55.22
52.	Ingrid Jonsson, OK Dellen, Delsbo	9	0.55.54
	Agneta Nilsson, Ludvika OK	3	0.55.54
54.	Maria Olsson, IF Rune, Kungsör	22	0.56.33
55.	Agneta Fries, OK Björken, Umeå	20	0.56.51
56.	Kerstin Flood, Kjula IF	17	0.56.58
57.	Marie Gustavsson, Rembo IK	3	0.58.26
	Pia Ahlén, Hallstahammars OK	22	0.58.26
59.	Monika Henriksson, Eksjö SOK	15	0.58.29
60.	Gun Emanuelsson, OK Malmia, Grängesberg	3	0.58.35
61.	Anita Johansson, OK Tranen, Tranemo	21	0.59.42
62.	Maria Turén, OK Björken, Umeå	20	1.01.26
63.	Pia Lindblad, Västerås IK	22	1.02.37
64.	Susann Persson, Karbenning IF, Norberg	22	1.05.41
65.	Margareta Roos, Amåls OK	4	1.25.36



Resultatredovisning modell år 1973

Plac.	Namn och förening	Distr.	Sluttid
1.	Lena Tjernlund, OK Ravinen, Stockholm	16	0.38.12
2.	Eva Eriksson, IFK Bergvik	9	0.43.48
3.	Gunilla Nilsson, OK Klippan	14	0.44.05
4.	Marie Olausson, Göteborgs KvIK	7	0.44.17
5.	Christina Eriksson, Domnarvets Golf	3	0.44.51
6.	Stina Hedberg, Grycksbo IF	3	0.47.13
	Mona-Lisa Hellström, OK Nalle, Flen	17	0.47.13
8.	Tuala Hannus, Selångers SK	11	0.47.51
9.	Brita Sandewall, OK Fyris, Uppsala	18	0.47.52
10.	Ingela Karlsson, IK Westmannia, Köping	22	0.48.38
11.	Lena Frohm, IK Stern, Göteborg	7	0.49.01
12.	Kerstin Olsson, Skogslöparna, Själevad	23	0.49.17
13.	Ulla Klingström, Bromma OK Stockholm	16	0.49.18
14.	Ann-Sofi Duberg, Fagersta OK	22	0.49.20
15.	Karin Larsson, Vänersborgs SK	21	0.49.27
16.	Görel Carlsson, FK Eko, Osby	14	0.49.36
17.	Ingrid Mogren, Snättringe SK, Stockholm	16	0.50.02
18.	Anneli Lindberg, Timrå SOK	11	0.50.14
19.	Jannicke Wåhlberg, OK Kåre, Falun	3	0.50.22
20.	Annika Åkerlund, IK Jarl, Rättvik	3	0.50.52
21.	Marie Johansson, OK Eken, Atvidaberg	24	0.50.53
22.	Irene Pettersson, Åby IF	24	0.51.28
	Gunilla Johansson, IK Standard, Eskilstuna	17	0.51.28
24.	Birgitta Bergfält, Hudiksvalls IF	9	0.52.17
25.	Ann-Katrin Karlsson, Målilla OK	15	0.52.18
26.	Asa Gustavsson, Skogsvandrarna, Kallinge	1	0.52.35
27.	Gunnlöf Pettersson, Hultsfreds OK	15	0.52.51
28.	Gunilla Larsson, Bredareds IF	21	0.53.12
29.	Karin Gunnarsson, Alvesta Golf	15	0.53.28
30.	Mari Kollberg, Tranås AIF	15	0.53.33
31.	Gunilla Eriksson, OK Wesslan, Köping	22	0.53.38
32.	Mariette Magnusson, OK Landehof, Landvetter	7	0.54.30
33.	Gunilla Hallqvist, Kvarnsvedens Golf	3	0.55.08
34.	Gunilla Forsström, Krokeks OK	24	0.56.43
35.	Annica Nylund, IFK Umeå	20	0.56.45
36.	Ia Lillstrand, Bromma OK, Stockholm	16	0.57.04
37.	Karin Klint, SOK Träff, Karlsborg	21	0.57.13
38.	Inger Lexell, OK Klemmingen, Gnesta	17	0.57.46
39.	Birgitta Almqvist, OK Enen, Enköping	18	0.58.29
40.	Kerstin Johansson, Kils OK	19	0.58.56
41.	Berit Kenttä, Haparanda OK	12	0.59.10
42.	Elisabeth Groth, Östersunds OK	10	0.59.23
43.	Maud Karström, Jäderfors SK, Sandviken	6	0.59.42
44.	Siv Svensson, Östra Almby FK, Örebro	13	0.59.52
45.	Ingela Gotthardsson, IFK Umeå	20	1.00.13
46.	Helene Thyrsen, Herrestads AIF	2	1.00.33
47.	Elisabeth Mårtensson, Malmby IF, Strängnäs	17	1.01.18
	Carina Karlsson, Grycksbo IF	3	1.01.18
49.	Eva Rabe, Fjärås AIF	8	1.03.12
50.	Anita Engström, Finspångs AIF	24	1.04.11
51.	Lotta Karlqvist, SOK Svalde, Visby	5	1.04.13
52.	Brita Nilsson, IFK Umeå	20	1.05.58
53.	Britt Eriksson, Hallsbergs OK	13	1.06.31
54.	Eva Jansson, IK Fyris, Uppsala	18	1.07.18
55.	Eva-Lena Aronsson, OK Skogsvandrarna, Vargön	21	1.07.43
56.	Elisabeth Rost, Östersunds OK	10	1.08.22
57.	Marie Hammarsten, OK Tyr, Karlstad	19	1.16.13
58.	Maria Lettius, Rimbo IF	18	1.17.24
59.	May Gustavsson, OK Tranan, Tranemo	21	1.26.32
	Kristina Malkusson, Amåls OK	4	Brutit
	Lena Olsson, OK Mangen, Mangskog	19	"
	Anita Nordin, Halmstads OK	8	"
	Carina Brölund, Jäderfors SK, Sandviken	6	"
	Anna-Karin Svensson, Hägersta Golf, Munktorp	22	"
	Ann-Mari Käck, Domnarvets Golf	3	"



Dags för prisutdelning från ett välfyllt prisbord

Stafett

Skåne ställde upp med följande stafettlag: Viveka Åberg, Tyringe SOSs – Tor Marntell, FK Boken – Gunilla Nilsson, OK Klippan – Per-Olof Lindgren, Örskelljunga FK.

På första sträckan spurtade Yvonne Jonsson, Dalarna, in som etta 7 sekunder före Ingrid Johnsson, Hälsingland. Viveka Åberg sprang i mål som åtta 3 minuter och 10 sekunder efter ledarlaget.

Tor Marntell på andra sträckan lade in högsta växel men tummade för den skull ej på säkerheten. När Tor dök upp för växling visste jublet inga gränser. Skånelaget var nu på femteplats 3 minuter och 25 sekunder efter ledande Hälsingland. Jörgen Mårtensson vann sträckan medan Tor blev trea 27 sekunder efter Jörgen.

Tredje sträckans Gunilla Nilsson gjorde trots några småmissar ett behärskat lopp och tog in två placeringar. Skånelaget låg nu på tredje plats 5 minuter och 23 sekunder efter ledande Hälsingland. Arja Hannus, Medelpad, vann sträckan medan Gunilla blev sjua.

Fjärde sträckan. Nu gällde det för Skånes slutman Per-Olof Lindgren att få kontakt med Hälsinglands Ola Johansson. Trots Per-Olofs säkra orienterande och goda löpstyrka var det på förhand föga troligt att ta in över fem minuter på den 5 300 meter långa fjärdesträckan. Hälsinglands Ola gjorde dessutom ett perfekt lopp och sprang ohotad i mål som slutsegrare. Per-Olof tog dock in en placering varför Skånelaget slutade på en sensationell andraplats. Lars Lönnkvist, Stockholm, vann sträckan före Ulf Eriksson, Göteborg, och Per-Olof på tredje plats.

Bilden nedan:

Skånes stafettlag som sprang in på en meriterande andraplats.



Per-Olof Lindgren, Gunilla Nilsson, Tor Marntell och Viveka Åberg

Bilder:

Samtliga färgbilder från Ungdomens RM är hämtade från Per-Olof Lindgrens privata arkiv.

Resultatlista Ungdoms-RM i stafett 1973

Distrikt	Tid	Växel 1		Tid	Växel 2		Tid	Växel 3		Tid	Mål	Plac
		Plac.			Plac.			Plac.				
1. Hälsingland	9	27.27	Ingrid Jonsson	2	54.35	1	1.25.53	1	2.03.08	1		1
2. Skåne	14	30.30	Rolf Sundell	8	58.00	27.08 (2)	Ewa Eriksson	31.18 (2)	Ola Johansson	37.15 (5)		2
3. Angermanland	23	27.34	Viveka Åberg	5	58.50	27.30 (3)	Gunilla Nilsson	33.16 (7)	Per-Olof Lindgren	36.20 (3)		3
4. Dalarna	3	27.20	Kerstin Olsson	1	55.51	31.16 (1)	Mats Byström	32.48 (5)	Håkan Back	36.25 (4)		4
5. Södermanland	17	30.29	Yvonne Jonsson	7	57.32	28.31 (5)	Stina Hedberg	35.27 (13)	Anders Nilsson	37.25 (7)		5
			Liselotte Liljeholm	7	57.32	27.03 (1)	Elisabet Mårtensson	34.00 (9)	Torbjörn Johansson	37.35 (8)		6
6. Västmanland	22	27.27	Barbro Storbjörk	2	54.58	27.31 (4)	Ingela Karlsson	36.54 (14)	Göran Andersson	38.30 (11)		7
7. Småland	15	29.28	Karin Josefsson	6	58.30	29.02 (6)	Ann-Katrin Karlsson	33.18 (8)	Urban Jansson	40.55 (15)		8
8. Medelpad	11	27.32	Tuula Hannus	4	1.00.02	32.30 (12)	Arja Hannus	31.04 (1)	Mats Niesslä	43.29 (18)		9
9. Göteborg	7	34.09	Lena Olsson	17	1.07.17	33.08 (16)	Marie Olsson	31.29 (3)	Ulf Eriksson	35.52 (2)		10
10. Dalsland	4	31.15	Kristina Malkusson	13	1.06.14	34.59 (19)	Ann Larsson	32.26 (4)	Lasse Johansson	37.15 (5)		11
11. Västergötland	21	32.53	Karin Larsson	16	1.02.29	29.36 (9)	Lena Börjesson	35.06 (12)	Jörgen Härberg	41.55 (17)		12
12. Värmland	19	32.23	Carina Doyle	14	1.01.54	29.31 (8)	Lena Olsson	39.01 (17)	Bengt Levin	39.07 (12)		13
13. Närke	13	32.39	Birgit Lundh	15	1.01.56	29.17 (7)	Britt Eriksson	39.32 (18)	Eddie Israelsson	40.23 (13)		14
14. Halland	8	35.09	Christina Söderblom	20	1.12.24	37.15 (20)	Eva Rabe	34.14 (10)	Per Nilsson	38.18 (10)		15
15. Västerbotten	20	30.39	Agneta Fries	9	1.02.30	31.51 (11)	Annica Nylund	34.46 (11)	Anders Grundberg	48.06 (23)		16
16. Blekinge	1	34.53	Lena Henriksson	18	1.08.14	33.21 (17)	Ann-Christin Johansson	38.14 (16)	Kent Olsson	40.30 (14)		17
17. Uppland	18	30.52	Brita Sandevall	10	1.08.24	37.32 (21)	Ylva Grape	37.26 (15)	Börje Åberg	41.25 (16)		18
18. Jämtland/Härjedalen	10	30.58	Magdalena Löfstedt	11	1.03.32	32.34 (13)	Elisabeth Groth	40.38 (20)	Håkan Carnland	44.08 (20)		19
19. Stockholm	16	43.24	Karin Näbo	23	1.22.31	39.07 (23)	Lena Tjernlund	32.54 (6)	Lars Lönnqvist	34.28 (1)		20
20. Östergötland	24	35.00	Karin Gustafsson	19	1.07.52	32.52 (14)	Irene Pettersson	41.46 (21)	Björn Söderbäck	43.32 (19)		21
21. Gästrikland	6	31.05	Maud Karlström	12	1.04.07	33.02 (15)	Kristina Carlberg	42.02 (22)	Håkan Nisula	47.27 (22)		22
22. Norrbotten	12	45.20	Eva Wickbom	24	1.24.05	38.45 (22)	Berit Kenttä	43.19 (23)	Mikael Webering	38.09 (9)		23
23. Bohuslän	2	42.31	Liselott Melin	22	1.22.17	39.46 (24)	Helene Thyrsen	39.54 (19)	Jan Alfvång	46.24 (21)		24
24. Gotland	5	39.54	Marianne Lyth	21	1.14.27	34.33 (18)	Lotta Karlqvist	50.33 (24)	Björn Södergren	56.03 (24)		

Succé arrangemang

För arrangemangen fick Helsingborgs SOK stort beröm av tävlande, ledare och den församlade pressen. Vid den avslutande prisutdelningen framförde Svenska Orienteringsförbundets representant, Folke Fransson, ett stort tack och ett stort beröm av arrangemanget.

Den rikstäckande draken **Dagens Nyheter** skev bland annat:

Årets SM var säkerligen det bästa som hittills hållits, både vad gäller terräng, banor och kvaliteten på löparna.

I dagspressen kunde man vidare läsa:

Orienterarnas långmästerskap blev en rasande grann tävling. Helsingborgs SOK svarade för charmanta arrangemang vid sin klubbstuga uppe på Hallandsåsens östra del.

Arrangörs succén var ingen slumpens skördar utan resultatet av ett långvarigt och metodiskt förarbete.

Helsingborgs SOK, som efter tre års förberedande arbete äntligen stod vid målet, kan med stor förvisning andas ut efter att alltigenom serverat deltagarna ett perfekt arrangemang.

Ett fantastiskt orienteringsmästerskap är till ända. Som så ofta är det de som borde äras först och mest som så att säga inte syns. HSOK:arna Ture Klevheim, Lars Holm, Vitalis Andersson och Bengt Andersson och givetvis alla ni andra – ett stort tack för en verklig orienteringsfest.

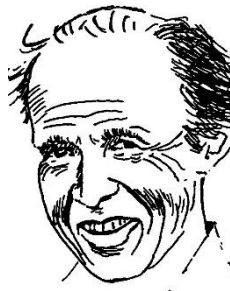
Funktionärer

Utan HSOK:s många duktiga ideellt arbetande funktionärer hade det inte gått att föra detta jättearrangemang i land. Undertecknad tar sig friheten att presentera några HSOK:are i betydelsefulla positioner.

Teckningar: *Martin Frohm*



Thure Klevheim
Tävlingsledare



Vitalis Andersson
Banläggare



Bengt Andersson
Banläggare



Lars E Holm
Ordförande

Några Ungdoms-RM deltagares vidare öden

Många av deltagarna i Ungdoms-RM gjorde senare i livet stora avtryck inom orienteringssporten. Vi väljer ut fyra av deltagarna:

Jörgen Mårtensson, Malmby IF

Jörgen blev Mr. Orientering med hela svenska folket. Meritlistan är imponerande.

VM: 2 guld, 6 silver och 2 brons.

Nordiska Mästerskapen: 5 guld, 1 silver och 2 brons.

Nordiska Mästerskapen, juniorer: 1 guld och 1 silver.

SM: 9 guld, 3 silver och 7 brons.

SM, juniorer: 4 guld, 2 silver och 1 brons.

VM, veteraner: 3 guld.

Dessutom blev han svensk mästare i Maratonlöpning år 1993.

Lars Lönnkvist, OK Ravinen

VM: 1 guld, 2 silver och 2 brons.

Nordiska Mästerskapen: 2 guld och 4 silver.

SM: 4 guld.

Arja Hannus, Selångers SK

VM: 4 guld och 1 silver.

SM: 8 guld.

Dessutom följande inom Skid-OL:

VM: 5 guld, 6 silver och 3 brons.

SM: 10 guld.

Per-Olof Lindgren, Örkellunga FK

Per-Olof satsade hårt på orientering under ett antal år och vann många tävlingar som junior.

Sprang hem ett antal DM-tecken, blev sydsvensk mästare och var med i Örkellunga FK:s

juniorlag som blev 2:a på Stafett-SM. Blev antagen till idrottspluton på I 3 i Örebro 1977-78

och blev uttagen till militära VM i Schweiz. Framskjutna placeringar på 5-dagars och 10-mila och vann som senior några nationella tävlingar.

Vid 25-års ålder drabbades han av diverse skador och trappade ner med orienterandet för att i stället prioritera jobb efter studier på Lärarhögskolan i Linköping.

Samverkan OL-Nordväst Träningsplanering våren 2023

Fredrik Nilsson meddelar följande angående vårens träningar:

<u>Datum</u>	<u>Dag</u>	<u>Karta</u>	<u>Träningstyp</u>	<u>Klubb</u>
18 mars	lördag	Västersjön	Momentslingor	HOL
25 mars	lördag	Vedby	OL-intervaller	OKK
28 mars	tisdag	Skoghagahus	Riktning	Origo
04 april	tisdag	Harbäckshult NV	OL-intervaller	ÖFK
11 april	tisdag	Kollebäckstorp	Momentslingor	HOL
18 april	tisdag	Klövahallar	Kurvbild	OKK
25 april	tisdag	Jägersborg	K-plock	ÖFK
02 maj	tisdag	Hålehall	Framförhållning	HOL
09 maj	tisdag	Aggarp	Förenkling	HSOK
16 maj	tisdag	Lärkesholm	Riktning	ÖFK
23 maj	tisdag	Åsljunga	Klubbmästerskap	
30 maj	tisdag	Koarp Ö	Vägval	HSOK
06 juni	tisdag	Eket	Tempoväxl/Attack	ÖFK
13 juni	tisdag	Forestad N	Kartminne	OKK
20 juni	tisdag	Örahult	Kurvbild	FKB

Resultat från tävlingar

HSOK:s Klubbmästerskap i Nattorientering, Pålsjö, den 16 februari, 55 startande
Klubbmästare i **fet stil**:

H10

1:a Vidar Jansson.

D12

1:a **Miriam Orrhede**. 2:a Liv Palmertz.

H12

1:a **Otto Rubin**. 2:a Melker Jansson. 3:a Viggo Rubin.

D14

1:a **Signe Ranbro**. 2:a Signe Davidsson. 2:a Maja Kylmä. 4:a Neimi Ljungberg.
5:a Emma Olsson

H14

1:a **Oskar Ranbro**. 2:a Albin Ekstén. 3:a Victor Borg.

H16

1:a **Elias Palmertz**. 2:a Anton Lindell. 3:a Wilmer Bergvall. 4:a Klara Eriksson.

H17-34

1:a **Erik Alnervik**. 2:a Elias Persson. 3:a Anton Marmelid.

H35-49

1:a **Patrik Johansson**. 2:a Felix Alnervik. 3:a Mathias Persson. 4:a Johan Bökman.

D50-64

1:a **Britt-Marie Stensson**. 2:a Eva Emanuelsson.

D65-

1:a Åsa Ståhl, Hjärnarps OL.

H65-

1:a **Dan Johansson**. 2:a Stig Johansson. 3:a Bengt Ståhl, Hjärnarps OL. 4:a Rolf Gustafsson.

Mycket lätt

1:a Elliot Wikstrand. 2:a Alvar Nordblad. 3:a Minna Grant. 4:a Matilda Haglund. 5:a Hedda Källström. 6:a Hugo Enckell. 7:a Samuel Davidsson. 8:a Therése Eriksson. 9:a Justus Lejonberg. 10:a Aaron Rynningsjö.

Lätt

1:a Gustav Eriksson. 2:a Fredrik Wahlberg.

Medelsvår

1:a Tor-Eve Bengtsson. 2:a Fredrik Hjort.

Sverigepremiären Natt, OK Pan-Kristianstad, Lång, den 3 mars, 603 startande

D16: 1:a Felicia Persson. D60: 1:a Britt-Marie Stensson. D14: 4:a Signe Davidsson. H45: 5:a Mathias Persson. 9:a Jonas Norén. H18: 6:a Jakob Bogsjö Jensen. 15:e Esben Bogsjö Jensen. H12: 10:a Melker Jansson. H65: 14:e Dan Johansson. H16: 15:e Benjamin Davidsson. H14: 18:e Vilgot Bering.

Lätt 2,5 km: 3:a Liv Palmertz. 4:a Lowe Palmertz.

30 startande från HSOK.

Sverigepremiären, OK Pan-Kristianstad, Medel, den 4 mars, 1 680 startande

H35: 1:a Karl Jansson. D35: 1:a Sandra Lejonberg. D16: 1:a Felicia Persson. D12: 3:a Miriam Orrhede. 10:a Liv Palmertz. H10: 4:a Vidar Jansson. D14: 4:a Signe Davidsson. 13:e Signe Ranbro. H16: 6:a Atle Kulstad. H40: 10:a Patrik Johansson. D45: 11:a Linda Ranbro. H65: 12:a Dan Johansson. H45: 13:e Mathias Persson. H12: 13:e Otto Rubin.

Mycket lätt 2 km: 3:a Samuel Davidsson. 9:a Adam Abel. Lätt 5 km: 5:a Åsa Abel.

72 startande från HSOK.

Sverigepremiären, OK Pan-Kristianstad, Lång, den 5 mars, 1 350 startande

D16: 1:a Felicia Persson. D35: 1:a Sandra Lejonberg. D12: 3:a Miriam Orrhede. D14: 3:a Signe Ranbro. 12:a Signe Davidsson. 15:e Emma Olsson. H40: 6:a Patrik Johansson. D60: 8:a Britt-Marie Stensson. D40: 11:a Veronika Palmertz. H65: 13:e Dan Johansson. H10: 14:e Vidar Jansson. H12: 15:e Melker Jansson.

Inskolning 2 km: 11:a Alva Jansson. Mycket lätt 2 km: 13:e Samuel Davidsson. 15:e Justus Lejonberg.

62 startande från HSOK.

Kattegattnatt, Halmstad OK – Laholms IF OK, Lång, den 10 mars, 526 startande

D60: 1:a Britt-Marie Stensson. H40: 1:a Patrik Johansson. 6:a Felix Alnervik.

H18: 2:a Alfred Kjellén. H70: 2:a Stig Johansson. H12: 7:a Melker Jansson.

Svår 3 km: 1:a Stefan Lindgren. 7:a Oskar Ranbro. 8:a Linda Ranbro.

Lätt 2,5 km: 3:a Veronika Palmertz. Svår 5 km: 10:a Mats Ranbro.

16 startande från HSOK.

Hallandspremiären, Halmstad OK – Laholms IF OK, Medel, den 11 mars, 1205 startande

H35: 2:a Karl Jansson. D60: 2:a Britt-Marie Stensson. H40: 3:a Patrik Johansson. 7:a Mikael Löfving. 12:a Felix Alnervik. H18: 3:a Alfred Kjellén. D14: 3:a Signe Davidsson. H65: 5:a Dan Johansson. H70: 6:a Stig Johansson. D40: 10:a Veronika Palmertz. H12: 10:a Melker Jansson. D12: 17:e Liv Palmertz.

Svår 5 km: 7:a Oskar Cervin. 14:e Joakim Sjöberg. Svår 3 km: 16:e Erik Olsson.

30 startande från HSOK.

Hallandspremiären, Halmstad OK – Laholms IF OK, Lång, den 12 mars, 907 startande

D35: 2:a Sandra Lejonberg. H12: 7:a Melker Jansson. H10: 7:a Vidar Jansson.

H40: 8:a Patrik Johansson. H65: 9:a Dan Johansson. D21: 18:e Matilda Arborelius.

Mycket lätt 2 km: 18:e Justus Lejonberg. 19:e Estrid Lejonberg.

11 startande från HSOK.

DM-längdskidor, Hjärnarps OL – IF Ski Team Skåne, den 11 mars, 74 startande

Klass H13-14, 4 km

1:a Vilgot Backan, distriktsmästare. 2:a Ludvig Backan.

Klass H50, 10 km

6:a Magnus Backan.

Vårracet lång, OK Orion, Långdistans, den 18 mars, 447 startande

D16: 1:a Felicia Persson. H16: 4:a Atle Kulstad. H18: 6:a Elias Persson. H45: 13:e Mathias Persson.

Lätt 5 km: 1:a Malin Persson

5 startande från HSOK.

Vårracet medel, OK Orion, Medeldistans, den 19 mars, 416 startande

D16: 1:a Felicia Persson. H45: 3:a Mathias Persson. H18: 5:a Elias Persson.

H21: 12:a Atle Kulstad.

Lätt 5 km: 2:a Malin Persson.

5 startande från HSOK.

Stamgästerna

Den 11 januari startade Stamgästerna upp årets Veteran-OL. Platsen var Sjutseröd strax nordöst om Perstorp. Sören Andersson och Leif-Åke Andersson stod för arrangemang. Banläggare var Fredrik Nilsson. 35 Veteraner deltog.

Den 18 januari var det samling i Sonnarp strax nordöst om Örkelljunga. Gunbritt Falkman, Sven Falkman och Olle Bohman stod för arrangemanget. Banläggare var Fredrik Nilsson. 54 Veteraner deltog.

Den 25 januari besökte veteranerna Eket sydväst om Örkelljunga. Anna Larsson och Gunnel Wester stod för arrangemanget. Banläggare var Fredrik Nilsson. 59 Veteraner deltog.

Den 1 februari bjöd Roy Ovesson in Stamgästerna till Pålsjö. Banläggaren Roy hade strängt banor både i Pålsjö skog och landborgenområdet. 55 Veteraner deltog.

Den 8 februari var det dags för Stamgästerna att besöka Hagstad-Örahult strax norr om Oderljunga. Sören Andersson stod för arrangemanget och Fredrik Nilson hade strängt banorna. 47 Veteraner deltog.

Den 15 februari fick Sibirien väster om Ängelholm besök av Stamgästerna. Åsa och Bengt Ståhl stod för arrangemanget och Fredrik Nilsson för banläggningen. 69 Veteraner deltog.

Den 22 februari besökte Stamgästerna nordvästra delen av Söderåsen. Samling vid Tingvalla i Åstorp där Laila och Nils Persson samt Per-Olof Fernberg stod för arrangemanget. 59 Veteraner deltog.

Den 1 mars samlades Stamgästerna vid Grytåsa strövområde sydväst om Örkelljunga. Kristina och Björn Mauritzon stod för värdskapet och Fredrik Nilsson för banläggningen. 55 Veteraner deltog.

Den 8 mars skulle Stamgästerna orientera i Vedby Strövområde nordöst om Klippan. Men läs och häpna! Veteranorienteringen ställdes in på grund av snöoväder! Arrangörerna Kjell Lindau, Sonja och Allan Hammar bjuder in till Vedby vid ett senare tillfälle.

Den 15 mars besökte Stamgästerna Lycke strax norr om Hyllstofta där Helle och Kenneth Ragnarsson stod för värdskapet och Fredrik Nilsson för banläggningen. 46 Veteraner deltog.

Städning av klubbstugan

2023 års städschema för klubbstugan i Pålsjö finns på hemsidan under – Föreningen – Klubbstugan – Städning av klubbstugan.



Påskan närmar sig

Klubbmedlemmar, Vänner och övriga läsare av Prégen önskas en riktigt



Helsingborgs SOK:s sponsorer



Peab Bostad



noname

Och så till sist

I vidstående artikel, införd i den alltid alerta tidningen Norra Skåne, berättas hur det kunde gå till vid det gamla danspalatset Stensäter i Tyringe.

Stensäter med anor från år 1915 var inte bara en danslokal med dans, tjo o tjim och klackarna i taket utan här spelades revyer, artistuppträdande av olika slag, festlokal för större och mindre sällskap etcetera.

Stensäter fungerade också under många år som Tyringe Brottarklubbs hemmaarena.

I januari månad år 1958 brann tyvärr byggnaden upp i en rejäl brasa som syntes vida omkring.

Teckning:

Konstnär Gunnar Sanborn.

PS. Undertecknad är född och uppväxt i Tyringe och har bott i Malmö i unga år men saknar meriter inom både brottnings och boxning. DS



□ Tyringe hade en gammal festplats, Stensäter i norra delen av samhället, men redan då gick vettet ut hos besökarna där spriten gick in och även de mest obetydliga meningsskiljaktigheter "måste" göras upp man mot man.

För att undgå den fruktade vakten, Stor-Oskar, förlades alla handgripligheter utanför staketet om man bara hann så långt.

En högt meriterad tyringebrottare hade råkat i "krakel" med en okänd dansbanebesökare och allt skulle göras upp utanför stängslet.

För att imponera på motståndaren presenterade sig tyringebrottaren med sitt namn och tillade, – TYRINGE BROTTARKLUBB!

"Den okände" replikerade genom att säga sitt namn, därefter sa det bara PANG!!!

När stjärnhimmeln försvunnit för tyringebrottaren och denne kravlat sig upp, tillade "den okände":

– BOXNINGSKLUBBEN ENIGHET, MALMÖ!!!

Nästa nr av Prégen

Nästa nummer av Prégen utkommer den 22 maj 2023.

Skriftställare

Macke Selander

e-post: macke.selander@gmail.com

telefon: 0703887079