



BROOSKET



BOSSE har koll på dojorna

Sid 10-11

**43-kavle
rapport**

Sid 6-8

**Brudarna
har varit i
Tyskland**

Sid 14-15

GT-tröjan
avgörs i helgen
aktuell ställning på
sidan 4

BROLOTTO
På sista sidan

**Nr 3 Årgång 20
Augusti 2006**

INNEHÅLL: Sid 3-4 Ordföranden har ordet Sid 4 Daladubbeln GT-tröjan 2006 Sid 5 Höstens kurser Sid 6-8 H43 + H55-kavlen Sid 9 2-dagars Tack Sid 10-11 Bosses doxor Sid 12-13 Tankenötter Sid 14-15 Eurocamp 2006 Sid 16-18 Krister-en Ironman Sid 19 MANUSSTOPP 1 DECEMBER!	Hej! Efter en härlig sommar gör vi oss redo för härliga höststormar och orienteringstävlingar. Själv förbereder jag mig som alltid för 25-manna genom att fråga, fråga, fråga. Skall du med? Hur tänker du resa? Skall familjen med? Lämna över lite frågande till Wallis för att inte trötta ut er och mig själv. Den 7 oktober då står vi där igen med 2 Brolag på startlinjen! Detta nummer är som vanligt laddat med lite av varje och jag hoppas att ni som inte hittar det ni söker ser till att komma med ett bidrag till nästa nummer, eller tjuvar lite på den som borde skriva. Jag har i knåpandet av detta Broosket dragit lite på smilbanden lite extra åt Mattes bidrag om 43-kavlen, strongt gjort att skriva om nåt som är så försmädligt och bjuda oss alla på det! Du får revansch på 25-manna. Leendet dök också upp när Bosse mailade sitt skobidrag. Förhoppningsvis hittar ni också nåt ni gillar, jag önskar er mycket nöje!
Gotlands Bro OK Box 1145 621 22 VISBY ☎-svarare ☎ 21 11 21 Kinnerstugan ☎ 27 31 70 Hemsida: www.gotlandsbrook.com e-mail: info@gotlandsbrook.com	Redaktör: Helene Nilsson ☎ 24 77 24 / 0736-76 67 46 Stenkumlaväg 7A, 621 46 Visby helene.nilsson@gotlandsbrook.com

Några ordförandereflektioner

Vilken sommar, 25-30 grader varmt, snustorrt hela juli. Detta innebär att Gotlandspaketet kunde genomföras på traditionellt svettigt sätt.

Tack alla som engagerat sig i våra juliarrangemang, speciellt naturligtvis ni som tog på er centrala roller, ingen nämnd ingen glömd. Bortsett från några små malörer klarade vi som vanligt våra åtaganden på ett bra och säkert sätt. Om man ska vara lite eftertänksam kan man ju dock undra varför deltaganden undan för undan har minskat. Det finns säkert flera orsaker, konkurrensen från andra arrangemang har ökat, antalet orienterare har allmänt gått ner, vi har kanske tvingats? pga 5-dagars att köra tävlingarna lite för tidigt i förhållande till semestrarna. Men faktum kvarstår och jag tror att det är viktigt att vi till nästa år gör vårt yppersta för att ändra denna trend. Dels behöver vi intäkterna, dels måste vi behålla statusen på arrangemanget. Jag tror att ett Gotlandspaket som kan ses som ett storarrangemang (men avspänt och familjärt) är jätteviktigt för orienteringssveriges syn på Gotländsk orientering. Jag tror också vi måste vända trenden för att själv känna glädje och entusiasm över arrangemanget.

Vad då göra inför nästa år? Tidpunkten är ju fastlagd, och är om jag förstått det rätt bättre än i år. Antalet orienterare kan vi inte göra så mycket åt, så det gäller att vässa arrangemanget, det ska vara enkelt, snabbt, bra banor mm. Men vilka arrangörer har inte dessa mål. Kan vi göra nåt mer som väcker intresse och gör oss unika. Mycket har ju prövats genom åren och det blir lätt lite förmätet att slänga ur sig käcka, kanske inte alldeles genomtänkta ideer. Men jag tror att det är viktigt att vi försöker fundera på vad vi ska göra för att öka inresset och inte bara tro att arrangemanget i sig föder inresset. Och kom ihåg, vi kan inte lägga hela ansvaret på tävlingsledningen, fler måste hjälpa till både med ideer och genomförande.

I övrigt ramlar vi ju nu in i en intensiv höstsäsong med DM-tävlingar. Sedan väntar ju 25-manna, hoppas 2006 blir en lika rolig breddmanifestation från klubbens sida som dom senaste tre åren.

Sensommarhälsningar från Pelle L

DALADUBBELN 14-15 OKTOBER

GOF åker till Daladubbeln...

Avfärd fredag 13/10, troligtvis kl 12.55

Hemkomst söndag 15/10 23.30

Daladubbeln är en tävling där man tävlar i 2-mannalag.

På lördagen är det en medeldistansstafett och på söndagen springer lagen en patrulltävling ultralång distans, sedan räknas resultaten ihop.

Det finns klasser för ungdomar och juniorer upp till 20 år, (vanlig klassindelning).

De två tävlande i laget behöver inte ha samma klubb-tillhörighet, spring med vem Du vill!!

Vi sover på hårt underlag.

Kostnad: Ännu ej klart eftersom vi bl a inte fått prisuppgifter från arrangörerna.

Anmälan, frågor och funderingar till Eva Kappel, 532 84.

Anmälan senast den 20 september.

(helst så fort som möjligt om Du redan har bestämt Dig!)

Även Du som tidigare gjort intresseanmälan måste anmäla Dig!

Herrar	Sprint	Ultralång	Medel	GT- TRÖJAN 2006 Avgörs 1 och 3 september. Man räknar 4 av 5 deltävlingar. Vid lika poäng räknas resultatet på Lång-DM.
Erik Pettersson	20	20	13	
Andreas Nikolausson	13	11	20	
Max Samuelsson		13	17	
Mattias Westfält	17	17	8	
Håkan Mattsson	11	15	15	
Brent Godman	10	10	11	
Peter Skalberg	15		10	
Damer				
Linnéa Gustafsson	17	20	20	
Annika Skalberg	15		15	
Jennie Pettersson	20	17		

Höstens kurser

för nybörjare, ungdomar, vuxna och alla övriga har redan startat, men så här ser programmet ut

- 15/8 Kinner
- 22/8 Lickershamn
- 29/8 Kinner
- 5/9 Hejnum skärm vid vägen Hejnum – Bäl
- 12/9 Kinner
- 19/9 Hejnum skärm vid vägen Hejnum – Bäl
- 26/9 Kinner "Bro Big Secret" en avslutning så hemlig att inte ens ledarna vet hur det går till.....

Samling på respektive plats **kl. 18.00.**

Ändringar i planen kan ske, kolla med din gruppleddare.

Välkomna alla, ta gärna med en kompis.

När kurserna är slut fortsätter vi med tisdagsträningar vid Kinner kl. 18.00. Det börjar då bli lite mörkare på kvällarna, så det blir mest löpträning.

Dock kan det bli vissa orienteringsinslag.

Trevliga kvällar med klassiskt tisdagsfika utlovas.

Ring om något är oklart.

Ungdomskommittén

Uffe 21 51 28

Peter 27 24 42

Marie 26 46 62

Annika 27 40 73

Carina 361 78

Erik 360 28

Eva 532 84

Björn 22 58 08

Birgitta 27 50 28

H 43 kaveln – En resa mellan himmel och helvete.

Så var det dags igen för en av årets höjdpunkter nämligen H43 kaveln. Efter sedvanlig båtresa med som vanligt högt ställda förväntningar speciellt med tanke på fjolårets topplacering och att laget i år förstärkts med juniorerna Kjell och Göran.

När jag sen sitter i bussen med ett gäng skojfriska grabbar mot Finspång sprider sig ett härlig välbehag i kroppen, bara grabbar och bara orientering en hel helg, kan det bli bättre. Stämningen blir dock tung när Magnus plötsligt deklarerar att det i år inte blir någon guidning i Vetlanda av Lena Ph:s och den eviga hjälten, ikonen Lars Göran Frisks hus. Men Ronny räddar situationen och sliter snabbt upp PM, kartor och lite laguppställningar.

Väl framme på tävlingsplatsen sätts tältet traditionsenligt upp av juniorerna på ett föredömligt sätt medan vi övriga tittar på avslutningen av damkaveln, fikar och insuper känslan av att åter vara här. En gammal klubbkompis från Täby kommer fram och vill gärna vinna tillbaka sina pengar från förra årets vadslagning om vilken av våra klubbar som kommer först. Antar gladeligen vadet, det är ju som att ta godis från ett litet sovande barn.

Eftersom starten går vid midnatt kryper vi in i tältet vid 21 tiden. Magnus går igenom förutsättningarna och framförallt om alla följt den föreskrivna uppladdningen som gäller för laget. Uffe skruvar upp de på honom redan höga förväntningarna ytterligare då han skött uppladdningen föredömligt. Att sen försöka sova en stund visar sig vara omöjligt med ett gäng högljudda småländska gubbar i granntältet med så väloljade glappande brödintag att t om Thore Skogman skulle vara avundsjuk.

Somnar i alla fall till en kvart efter att starten gått och gubbarna tystnat men blir då väckt av dambesök i tältet som sen dessutom knökar sig ner mellan mig och Magnus. Först lite småförbannad över att jag inte får sova åtminstone ett par timmar. Det går sen över i ett leende då jag inser att jag är rätt nära himmelriket. Ligger i ett tält en varm sommarnatt med lika tokiga gubbar som jag, lyssnar på speakern om hur Gotlands Bro hänger med bra i täten och ska snart ut och springa själv. Och sen dessutom känna mixen

av Görans sankmarksdoftande Silva och en väldoftande dam tätt intill, det blir inte så mycket bättre.

Efter en stark inledning tappar vi lite mark till tätlagen och när jag ska ge mig ut på 8:e sträckan ligger vi kring 30:e plats. Kurre som växlar till mig har gjort ett godkänt lopp men det är ett glapp på ett par minuter fram till en liten klunga som jag bestämmer mig för att jaga ikapp. Gör ett riktigt hetsigt juniortrick, springer åt fel håll till ettan och får ta en runda runt ett backigt motionsspår, tappar nog en 4-5 minuter innan jag ens är på väg till 1:a kontrollen. Missar sen dessutom kontrollen och stämplar väldigt uppjagad vid en ringhöjd 50 meter norr om den ringhöjd jag egentligen ska ha. Hetsmissar sen ytterligare på ett par kontroller innan jag lugnar ner mig och flyter igenom banan riktigt bra. Otroligt besviken lämnar jag över till Göran på 9:e sträckan. Att sen få höra i målfållan att jag stämplat fel vid 1:a kontrollen och möta upp resten av grabbarna är ingen höjdare. Går med tunga steg mot duschen och passerar några finnar som ligger i en bil med nedfällda stolar och ur stereon hörs ACDC:s "Highway to hell". Orientering är ju inte alltid det roligaste som finns.

Går och lägger mig på en slänt med en värmande sol som just gått upp över trädkropparna, återställer vätskebalansen efter detta hårda lopp, ljuset återvänder. Tänker att det är ju egentligen bara Magnus på sista sträckan som blir drabbad. Hastar upp mot målområdet för att heja fram Magnus på sista sträckan, på vägen möter jag Anders N. Som får mig på lite bättre humör *"Gask upp di sorkpas, det är ju bare en gubbkavle och ni låg ju inte i täten precis"*. Magnus gör med förutsättningarna ett starkt lopp på sträckan. De äldre gubbarna i H55-klassen slutade för övrigt på en 46:e plats.

En hemfärd med en del pikningar om stämplingar men stämningen är god och alla är inställda på att nästa år, då jä..... Vi hinner även med ett besök på Playa del Oskarshamn där undertecknad och juniorerna fick de bikiniklädda badgästerna att resa sig upp. På ett minst 10 meter högt hopptorn utfördes graciösa framträdanden. Trots allt en härlig helg men kan ju ändå inte släppa tanken på varför jag tror jag för första gången stämplar fel på en kavle. Det är nog bara att konstatera att det måste bero på att jag slarvat med de

så tydliga förhållningsregler som gäller som uppladdning för H 43 kaveln. Och Håkan, nästa år slipper du långa natten för då ska jag vara i toppform.

Mats Sigalit

H 55-kavlen 2006

I samband med 43-kavlen arrangeras tävling för ytterligare klasser framförallt för ännu äldre gubbar och tanter.

Tävlingen genomfördes i Finspång på ett förträffligt Tävlingscentrum.

Vi deltog med ett lag i klass H 55 (snittålder på 55 år) och det verkar inte som om vi har tillräckligt med gubbar eftersom vi fick kalla på förstärkning i form av Erland Gardell från OK Rauken.

I övrigt var gossarna som sprang : Bosse, Anders N, Janne och Pelle.

Vi kan enkelt konstatera att sommaren inte bara bestått av träning utan att konditionen definitivt inte blivit bättre sen 3-dagars.

Vi slutade på 46:e plats av 60 startande lag och får nog lov att inse att det inte bara är att ta fram skorna vid tävlingstillfällen utan också en och annan gång mellan tävlingarna.

En tröst är dock att vi slog det andra Gotlandslaget från Hansa, Tjelvar och Gute med en timme – inte illa.

Anders

Smålandskavlen 28 – 29 oktober

OK Älme i Älmhult arrangerar årets Smålandskavle.

Vi brukar ju avsluta säsongen med Smålandskavlen och det finns klasser för alla åldrar och det är bara att anmäla sig.

Anmäl Dig till Anders N **senast 15 september.**

Till alla 2-dagars arrangörer

(lästes upp på sommarfesten då Magnus inte kunde delta)

Det grundläggande i mitt arbete som journalist är att ställa frågor så det var väl inga större problem.

Jag frågade och ni allra flesta svarade "ja".

Däremot är jag inte lika yrkestränad i att ha svaret på saker och ting. Som ni möjligen märkt under arbetet med 2-dagars. Aldrig har jag väl sagt så många "Jag vet inte" som de dagarna. "Vet du om någon skaffar diesel?", "Vem tar elverket?", "Vad är det för skillnad på en elefant?", "Var är Åke?". INTE EN JÄVLA ANING!

Men - min beundran för er alla som varit funktionärer kommer från hjärtat och är utan slut. Och ni som varit med längst - som cirkushästar är ni och gör era konster intill fulländning. Oavsett vad jag, eller någon annan, sagt till er hade ni gjort som ni alltid gjort med ett enda tänkbart resultat - det perfekta. Det tackar jag för.

Tack alla ni.

Tack alla ni som gjort detta fenomenala jobb, som gjort att jag kunnat glida runt på TC, kall som en glass, och ta emot beröm och ryggdunk. Att några klasser ströks det stryker vi nu, bara det bästa ska finnas kvar i det vi minns.

Men - jag vet att jag kunde gjort saker bättre. Det vet ni också. Tala om det för mig så får ni en bättre tävlingsledare nästa gång. Eller möjligen ingen alls.

Så skål på er där vid långborden och tack för ert jättejobb.

Själv sitter jag just nu vid min dator och leder som kvällsredaktör arbetet mot nästa dags tidning. I det känner jag mig betydligt tryggare än att tygla Kjell Skalberg och hans duschstril.

Tack å tack å tack igen.

- Magnus

GAMMAL(-T) ÄR BÄST!?

Charlotte Perelli och jag är ganska lika. Ja, kanske inte direkt till utseendet. Jag tänker mer på att vi har liknande sidor, alltså inte profilen eller så utan helt enkelt att vi har liknande intressen. I varje fall har vi *ett* gemensamt intresse – skosamlandet. Visserligen har vi fäbless för lite olika typer av skor, hon och jag, men ändå. Att våra efternamn får en att tänka på skor – hennes är ju märkesnamn för nån sorts sulor, och mitt, ja... är säkert bara en tillfällighet. Hursomhelst har jag (alltför) många skor.

En gång i tiden, för länge sedan, köpte jag rätt mycket löpdojor. Så fort jag såg ett nedsatt pris, kände jag att jag att jag bara måste köpa just den skon. Den skulle säkert komma till användning någon gång, tänkte jag. Det här var under min storhetstid som lång-löpare. Stor och stor förresten, allting är ju relativt. Men när jag var yngre var jag i alla fall bäst på min gata. Det var visserligen en mindre återvändsgata, men ändå. Mest var det pensionärer som bodde där.

Hursomhelst, för en tid sen, råkade jag hitta en ouppackad skokartong. Jag öppnade den och fann ett par obegagnade läckra Reebok, blåa och vita med ovansida av sammetslent tyg och fabriksnamnet med stora karmosinröda sirliga bokstäver. Antagligen sent 70-tal. Det syntes direkt att dom var snabba – sånt ser man. Perfekt passform, mina fötter hade uppenbarligen inte växt någonting på flera decennier. Jag kände att det började rycka i mina lemmar, i alla fall de två nedersta. Med en nästan sensuell rörelse, snörde jag på mig rariteterna och satte av på min vanliga löprunda. Vilken känsla! Utomordentligt sug och särklassig svikt. Perfekt balans. Rörde mina fötter vid marken? Jag vände mig om för att se om det blev några fotavtryck efter mig – såg inte några. Attans att jag inte knäppte av klockan. Det här gick säkert fort.

Hemma igen efter 4½ km, nästan oberörd, puls och andning som vid djupsömn. Dock hade jag den sista biten noterat att det kändes som om det fastnat nåt under ena sulan. Jag examinerade skodon. Det hade inte fastnat nåt under sulan. I stället hade ¾ av den stötdämpande mellansulan bara försvunnit. Det var i det närmaste tomt mellan den övre och den undre sulan – på båda skorna. Några konstiga vita plaströr hängde löst kvar. Lite förvånad blev man. Hade man forcerat så grymt? Tyvärr var det nog inte så.

Jag började så smått inse att det kanske inte är någon höjdare att spara löparojor för länge. Även såna saker åldras. Jag nödgas efter denna händelse till viss del ifrågasätta devisen: "gammal(-t) är bäst"! Kan man kanske sätta till ett "oftast" efter. Har efter detta ränt nämnda runda några gånger och längs vägen har mina ögon fastnat vid okända föremål i terrängen – märkliga små vita plaströr. Frågan som jag nu ställer mig: går det att reklamera varan? De var ju nya!!

Bo "Dojan" Sandahl

Om nu någon händelsevis skulle tvivla på denna händelse vill jag rekommendera en runda på den gamla fornvägen från Ausarve i Fole mot Grausne i Lokrume, där jag sprang. Spåren, finns kvar i gräset här och där- små vita plaströr.

Projekt "Orientering på Norra Gotland"

Projektet som vi startade i slutet av maj och höll på med hela juni lockade sammanlagt 23 nybörjare i olika åldrar.

Vi startade på 9 olika platser från Fårö i norr till Visby i söder och genomförde sammanlagt 6 kurskvällar.

Det var framförallt i Slite och Tingstäde det var ett bra deltagande.

På 3 platser, Fårö , Fårösund och Stenkyrka, kom det inga deltagare alls.

Deltagarna kommer nu att kontaktas för att fortsätta orienterandet vid kurskvällarna under hösten.

Vi kommer nu att fortsätta detta projekt även nästa år och återkommer med hur vi skall göra för att nå ett ännu bättre resultat.

Ett stort tack till ungdomskommittén och övriga som ställde upp för att ro detta iland.

NÖTTER

I förra numret var det tre nötter att fundera på under sommaren. Troligen var det kanske lite för varmt för krävande tankeövningar. Särskilt många svar har inte strömmat in, närmare bestämt ett och det från Ronnie Nilsson som hade tagit med Broosket på semestern och fått hjälp att lösa nöterna av en slaktare, tillika förbandschef. (Han ansvarade för slakten av Lv 2, säger Ronnie)

Först var det ju tant Vera som skulle baka och enligt receptet behövde exakt 7 dl mjölk men endast hade två måttkärl, ett på 9 dl och ett på 4 dl. Hur skulle hon göra för att mäta upp exakt 7 dl? Så här kan hon göra: Först fyller hon 4 dl-måttet och håller detta innehåll i 9 dl-måttet. Sedan gör hon samma sak en gång till. Därefter fyller hon 4 dl-måttet för tredje gången och fyller därifrån 9 dl-måttet till randen. Återstår nu 3 dl mjölk i 4 dl-måttet. Hon dricker ur mjölken som finns i 9 dl-måttet (möjligen kanske hon kan hälla tillbaka det i stället.) Så håller hon de tre dl som finns i 4 dl-måttet i 9 dl-måttet och fyller därefter 4 dl-måttet fullt och håller detta i 9 dl-måttet. Här har man nu således sju dl mjölk.

Kanske skulle jag nämnt i förutsättningarna att Vera inte hade något ytterligare kärl att tillgå. Team Ronnie föreslår en lösning där man tar $4 \times 4 \text{ dl} = 16 \text{ dl}$ och därefter tar bort 9 dl. Detta förutsätter dock att man har ännu ett kärl och tant Vera hade ett mycket sparsamt kök.

Så var det de två olikhastande färjorna i Öresund. En startar från Köpenhamn och en från Malmö samtidigt. Vardera färjan håller konstant hastighet och ligger

still en halvtimme vid kaj innan de går ut på ny tur. När de startar samtidigt från var sin sida möts de första gången 10,2 km från ena kusten och andra gången på återresan 2,6 km från andra kusten. Hur brett är sundet?

Man kan lösa detta icke-matematiskt. Möjligen kan man förledas tro att bredden på sundet är $10,2 + 2,6 \text{ km}$, i det man förutsätter att de två mötesplatserna är identiska. Men eftersom färjorna inte går lika fort, kan mötesplatserna inte heller vara desamma. När färjorna möts andra gången har de tillsammans tillryggalagt sundets bredd tre gånger. Vid denna tidpunkt har var och en av färjorna gått den distans, som de tillryggalagt när de möttes första gången, tre gång-

er. Sundets bredd måste då vara 3 x 10,2 km minus avståndet till kusten vid andra mötet, dvs 28 km. Ronnie och kompis kom fram till 24,2 km. (Jag tror de mätte på kartan)

Slutligen var det Greta som berättade för sin väninna att hon sett en sommarkappa i affären som reades billigare och billigare. Från att från början ha kostat 1000 kr, sjönk priset först till 600 kr, sedan till 360 kr och därefter till 216 kr. Om affären fortsatte att sänka priset i samma takt skulle Greta slå till nästa gång. Vad skulle hon då få betala för den åtrådda kappan?

Man kan konstatera att priset sjunker 40 % vid varje ny rea. 216 kr minus 40 % ger ett pris på 129,60 kronor. Det här var på den gamla goda tiden då det fanns såväl 10-öringar som 1-öringar. Ronnie-gänget föreslår ett butikspris på 130 kronor eller varför inte 129,60 som ju låter hemskt mycket bättre.

Så var det. Kaffe till Ronnie och översten.

Nu en ny nöt att knäcka. Snart är det höst så det får bli en svamp-nöt:

Anna, Britta, Camilla och Dolores var för en gång skull ovänner. De hade varit ute och plockat svamp – och där låg hela orsaken. De trätte om vem som hade plockat mest. "Anna fick minst och Britta fick mest", sade Dolores. "Nä", svarade Camilla, "Anna fick mest och jag blev nummer tre." "Ta dig i ...", sade Britta, "Dolores fick minst och Camilla blev nummer två." (Britta uttryckte sig grovt ibland, så jag fick sanera språket lite /nötred. kommentar)

Man skulle naturligtvis ha kunnat lösa tvisten genom att väga svamparna. Men när vi vet att bara ett enda av de påståenden varje flicka kom med var riktigt – kan vi då inte lösa tvisten utan våg?

Svar till bo.g.sandahl@tele2.se . Kaffe till bästa lottade lösare.

Lycka till önskar Bosse

EuroCamp 2006

Vi tjejer (Benita, Frida, Carita o Emilie) fick en förfrågan om vi ville åka till tyskland på en idrottsresa, där man skulle gå en ledarutbildning och prova på olika sporter. Vi sa självklart ja förutom Emilie som var tvungen att jobba hemma.

Den 5 augusti bar det av till tyskland med 9 andra sportande gotlänningar. Vi åkte båt och buss till Stockholm, där vi fick sitta från kl. 23 - 03 på Mc Donald's och vänta. Vi tog flyget från Skavsta till Hahn sedan åkte vi 5 timmar buss till anläggningen sportjugend mitt ute i skogen i ingenstans. Vi hade fått order om att ta med sovsäck och liggunderlag eftersom vi skulle bo en vecka i tält. Men till våran förvåning stod 12 st nybyggda stugor framför oss. 7 olika länder deltog i lägret, men endast 2 st från varje land skulle bo i 8-bäddstugorna. Där dök vårat problem upp, vi var 3 stycken! Vi klunsade om saken (sten, sax o påse). Spänningen var olidlig, Benita och Frida tog sax medan Carita tog påse och insåg att hon fick sova med någon annan. Sedan på kvällen slog det oss, detta var inget träningsläger, det var ett nöjesläger med valfria aktiviteter. Här var vi, med våra stora väskor, sprängfyllda med träningskläder. Så vi bestämde oss för att springa varje dag innan frukosten.

Varje land hade varsin kväll där dem fixade mat och lekar från deras eget land. Tyskland inledde med barbeque och lekar. Sverige hade sin dag på torsdagen, där vi inledde med små grodorna runt midsommarstången och gutniska lekar. Dagen innan hade vi sex svenska tjejer köpt in gula kort-kort (kort) kjolar, blå linnen och gula blommor i håret som vi hade på oss. Vi bjöd på ärtsoppa med pannkakor och äppelpaj som efterrätt. Men redan vid ärtsoppan började kaoset, det var nära att den inte skulle räcka till alla, men det gjorde den. Vi pustade ut och trodde att det var över. Men ack så fel vi hade, vi hade glömt att köpa dricka till maten, så vi fick skrapa ihop det som fanns i huset. Det tredje problemet dök upp när pannkakorna skulle ut, vi hade gjort för lite smet, så 10 personer fick inte ens smaka. Vi darrade av pinsamhet och vågade knappt dela ut äppelpajen. Trots våra misstag älskade alla oss och våran Sverigekväll. Vi avslöt med disco och vattenkrig i köket. Under veckan i skogen fick vi bland annat bada, shoppa, måla

tröjor, åka minibob, lagtävlingar, turneringar i olika sporter, gå på djurpark, paddla kanot mm. Efter en vecka åkte vi till Wetzlar för att bo på en sportskola. Där var det dags för klunsningen igen, denna gång med fler deltagande. Frida och Carita kom i ett rum och Benita med en annan. Senare hade vi en badminton turnering då vi trodde att vi hade chans till topplacering men det slutade med att vi kom på delad sista plats alla tre.

En dag hade vi en hel dag i Frankfurt där vi blev guidade runt och sedan shoppade vi. På kvällen drog vi med hela tjejgänget och vår tolk på en joggingtur med backintervall. Morgonen därefter var det dags för den beryktade paddlingsturen som var 15km lång. Det började med att Carita och Frida försov sig med en timme och missade frukosten. Vi hade förväntat oss en fartfylld och guppig kanottur men resan blev nästan tvärtom, ganska slö och man fick paddla häcken av sig. Under hela turen var vi små svidiga och trötta. När det äntligen började bli strömt så var kanotturen slut.

Sista dagen på EuroCamp 2006, hade vi en böntävling där man skulle utmana varandra och vinna så många bönor man kunde. Carita utmanade Benita och Frida i en kullerbyttas tävling, Frida slutade på en sista plats med sina sex kullerbyttor medan kampen mellan systrarna fortsatte. Benita slutade efter 86 st och Carita slutade stolt på 87 st och fick sina välförtjänta bönor.

Bönorna kunde man använda på casinot och vinna priser. Bussen mot flygplatsen avgick kl 05.30 så vi var uppe hela natten för att vara med gänget en sista gång, sedan väntade en lång resa hem. Under veckan på sportskolan så fick vi bland annat se på bio, åka inlines, spela basket, gå på flera guidade turer, spela volleyboll, massage mm.

Under denna resa har vi åkt buss, båt, flyg och tåg i dryga 32 timmar och var glada att vi inte bodde i Ryssland som fick åka tåg i 80 timmar för att komma hem. Dessa tvåveckor i Tyskland har varit en upplevelse och vi har lärt känna många nya vänner och en del engelska och hoppas komma tillbaka nästa år igen.

Av: Carita, Benita och Frida

Krister, en Iron Man

Det kanske inte alla känner till, men i Bro bor det en Iron Man, han är dessutom Broare. Krister Dahlström heter han.

- Berätta för de som inte vet vad en Iron Man är!

Jo, det är den längsta distansen av Triathlon, originalet genomförs på Hawaii. Simning 3860 m, cykling 180,2 km och löpning 42 195 m. Allt genomförs i en följd och i sluttiden inräknas även växlings-tiden, dvs. när man byter kläder, får i sig mat m.m.

- När genomförde du detta?

- I Kalmar den 29 juli.

- Samma dag som du och Linda förlovade er, var det före eller efter loppet?

-Det var så fort jag kom i mål. Jag hade gjort upp med speakern att jag skulle få låna mikrofonen. Linda blev chockad, men hon sa "JA" som tur var. Det var inget frieri på knä, det fick bli stående, jag hade aldrig kommit upp om jag fallit på knä!

-Först var det alltså simning i Kalmarsund, var det kallt?

-Ca 19 grader, men kallare längre ut. Det var strömt så det gällde att kolla riktningen hela tiden. Somliga kom helt ur kurs och fick hjälp av arrangörerna. Är det under 22 grader har man våtdräkt, annars är det förbjudet eftersom den ger viss flytkraft. Banan gick i tre slingor, för varje varv skulle man upp på land och springa ca 20 meter. 1,19 tog detta moment.

- Och sen upp på cykeln, jag har hört att du höll en snitthastighet på 30 km/tim?

- Lite drygt faktiskt, 30,8. Även cyklingen gick i tre varv, och på andra varvet var jag uppe på 38 km/tim i snitt. Det var skönt med tre varv, det gjorde att man hela tiden möter cyklister, kör om och blir omkörd. 18 mil kan bli lite ensligt annars, men nu var det gott om publik. Cykeln var fulltejpad med mat, bananer, energikakor, energigel m.m. Jag hade hört att det bara är att ställa sig upp när man skall pinka. Men jag var så bedövd, så det gick ju inte. Jag fick kliva av cykeln och förlorade tid på det. Cyklingen tog 5,52. Jag har haft tur och fått tag på en begagnad racercykel. Våtdräkten har nu bytts mot en triathlondräkt som i mitt fall har lite stoppning i rumpan och benlängd som normala cykelbyxor. Det finns annars många varianter av triathlon kläder.

- Så var det bara löpningen kvar då...

- När jag klev av cykeln kändes det faktiskt som om jag hade sadeln kvar, och så var jag rejält stel i ryggen. Jag offrade hela 7 minuter på att stretcha, gå på toa, äta och dricka. Jag hade hört att nu är det bra att dricka Cola för att neutralisera all sportdryck som man fått i sig. Så jag drack Cola och vatten. Det gick hur bra som helst i 5 km, jag kände mig OK. Jag åt en energikaka, men det tyckte inte magen om, den kom upp direkt. Jag frågade medtävlarna vad jag skulle göra. Drick Cola, fick jag till svar. Bara ordet Cola fick mig att kräkas igen. Att bryta en sådan här tävling finns bara inte, så jag gick och sprang om vartannat, drack bara vatten med lite socker och salt i och åt en halv banan. Maran tog 5,06. Jag hade räknat med under 4 timmar.

- Hur förbereder man sig för en sådan här prestation?

- Man växlar mellan intervall och långpass. Ökar 15 minuter för varje gång man cyklar och springer. Spring alltid efter ett cykelpass. 6 timmar var de längsta passen jag tränade. 5 timmar cykel och 1 timme löpning. Så måste man träna på att äta under dessa pass. Simning har jag alltid kört utan cykel eller löpning. Först Solbergabadet, sedan blev det Träkumlagropen så man slipper alla vändningar. Jag räknar träningen i timmar inte i kilometer, det kan ju regna och blåsa som man måste ha med i beräkningen.

- Du har ju familj, Linda och André 15 månader, hur får man tid till all denna träning?

-Ja, man kan börja 04.30 cykla till Fårösund och så är man tillbaka i Bro lagom när de andra har vaknat... Jag älskar att träna, skulle kunna lägga ner mycket tid på det, men man måste ta hänsyn till familjen.

- Vad blir nästa utmaning?

-Jag vet inte ännu, jag har drömt om detta sedan 1994, och nu har jag gjort det. Men flera tävlingar blir det definitivt. Drömmen vore att göra en tävling under 10 timmar, för då är man kvalificerad att starta i Iron Man på Hawaii.

- Kan du rekommendera andra att prova?

-Ja, absolut. Det finns ju andra distanser. T.ex. 750m – 20 km – 5 km, eller Olympiska distansen 1500 m – 40 km- 10 km. Den kanske jag skall köra på Island Games på Rodhos nästa år...

Forts nästa uppslag ➡

Forts Krister, en Iron Man

Träningskommittén informerar

Mitt under tävlingssäsong är det kanske svårt att få tid över till träning. Vi har dock en trogen skara som håller igång kontinuerligt och vi vill gärna ha med flera. Vad finns det för möjligheter till träning nu och senare under året för er medlemmar.

Tisdagar är det kurs alternativt Kinnerkväll.

Träningskommittén, oftast Jonn eller Mattias ser till att det finns en planerad träning.

Torsdagar har det varit Motionsorientering på olika kartor runt om på Gotland. Ett utmärkt tillfälle att pröva ny terräng och få ett teknikpass i benen. Sista motionsorientering var dock den 17 augusti så här är tomt just nu.

Inför **25-manna** kommer dock Träningskommittén genomföra 3 träningar för att tilltänkta löpare ska få vässa formen. Samling 18.00.

Tilltänkta datum är:

- ◇ 21/9, Snäcks parkering (ovanför fd slalombacken)
- ◇ 28/9, P18, RU-lägre
- ◇ 5/10, Terra Nova (bakom), infart vid Linds växthus

Efter tävlingarna är avklarade kommer det finnas organiserad träning på:

- ◇ tisdagar, enligt ovan
- ◇ torsdagar? Förra året fanns ett löpteknikpass varje med Svaide och Torbjörn Sköldefors som ledare där vi var välkomna
- ◇ lördagar, OL-träning med olika arrangörer
- ◇ söndagar, långpass med olika arrangörsklubbar.

I övrigt vill passa på att tacka arrangörer och deltagare i årets klubbkavle. Intresset håller fortfarande i sig så jag tolkar det

som att det fungerar bra i det stora hela. Dock har det kommit viss kritik kring klubbkavlen, att SportIdent inte används och att det läggs en klubbkavle i Juli när alla är på semester mm.

Det leder till min sista fråga – Hur ska klubbens träning se ut framöver, vilken typ av arrangemang, hur ofta.
Kontakta gärna mig eller någon annan i träningskommittén så att vi kan anpassa oss efter era önskemål.

/Göran Kimell, ordf i TrK



- När får vi se dig i OL-skogen?

- Jag är urkass på karta, men jag springer bra. På klubbkavlarna hänger jag gärna på den första för att sedan spurta om in till mål.

Att kalla detta för intervju är att ta i, Krister berättar glatt om det mesta långt innan jag hunnit ställa mina förberedda frågor. Men BIRGITTA har ändå sammanställt berättelsen, och jag är full av beundran och djupt imponerad.

Krister är också gitarrist av klass. Den som vill förgylla sin fest, bröllop eller dylikt med klassisk gitarr kan anlita honom.

Han ger även gitarrlektioner, kolla på www.kristerdahlstrom.se

SISTA SIDAN

TACK

Alla Broare för den härliga
uppvaktningen i samband
med min 60-årsdag
Kramar Kajsa

☺ ☺ ☺

BROLOTTO

Dragning nr 1 2006

Vinst Lottnr

500 89 Arne Pettersson

100 38 Birgitta Hjerthén

100 42 Erik Löfgren

100 62 Bettan Kimell

100 103 Anders Nilsson

100 161 Göthe Dahlberg

☺ ☺ ☺

URVUXNA OL-KLÄDER

Har du urvuxna kläder som du
vill skänka/sälja? Ta med dom
till kursen på tisdagar för det
finns intressenter.

Ungdomskommittén

☺ ☺ ☺

GAMLA MÖBLER

Stugkommittén tar gärna emot
gamla möbler som ni vill göra
er av med.

INFOMÖTEN

Vi prövar att införa regel-
bundna informationsmöten
sista tisdagen varje månad,
i samband med Kinner
träningen. Tanken är att vi går
igenom kommande månad.

**De som har något att
informera om gör det sista
tisdagen i varje månad
ca 19.30.**

Har du inte möjlighet att vara
på plats lämna din info till
Helene.

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★
★ **BROOsKet GRAT-** ★
★ **TAR:** ★
★ **Ove** Lindell 70 år den ★
★ 21/11 ★
★ **Maj-Britt** Andersson 70 år ★
★ den 25/11 ★
★ **Gunilla** Pettersson 60 år ★
★ den 24/11 ★
★ **Magnus** Thomsson 40 år ★
★ den 28/9 ★
★ **Håkan** Mattsson 40 år den ★
★ 14/11 ★
★ ★
★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★