



BROOSKET



Mattias Westfält och Nina Bjersander på orienteringsgalan i Västerhejde. Vad de gör? Läs på sidan 3.

Foto: Magnus Ihreskog

I denna tidning:

Plus och minus under 2011

Möt Simon och Eva-Lotta

**Nr 4 Årgång 25
December 2011**

► Några ord från redaktören

Jag tycker att det är så väldigt roligt att springa orientering, särskilt i Småland. Småland är som bekant världens vagga ty där finns allt och lite till. I år ville ingen följa med mig till Smålandskavlen i Mariannelund så därför stack jag dit själv.

Jag var på höstlov med barnen i Stockholm och skulle sen ner och vinterfixa med stugan i Oskarshamn och då ligger ju Mariannelund – det samhälle man kan se om man hissas upp i flaggstången i Katthult – längs vägen. Så jag anmälde mig till den öppna klassen och satte mig själv som löpare på alla tre sträckor.

Resten av familjen tog färjan hem, men jag drog söderut i bil och på vägen ner sov jag hos en kusin i Mjölby, fick champis och fläskfilégryta som aftonförplägnad och två ostmackor och en kopp kaffe till frukost och kom sedan utvilad och laddad till start på söndagsmorgonen.

Jag vet inte om det på något sätt marknadsförts att det skulle komma en däre från Gotland och springa hela skiten själv men det verkade vara väldigt många på TC som kände till det, för jag fick glada tillrop från såväl arrangörer som tävlande som jag både känner och inte känner. Det var inte utan att jag kände mig lite speciell.

Första sträckan, andra sträckan – jag hade tre olika sportident-brickor med mig i en sån där liten skidväska på ryggen och skiftade i samband med växling – men på tredje sträckan började det ta emot. Så jag föll från 32:a till 39:e plats. Men det var ju ändå 80 lag och det skriver jag för att ni ska tycka att jag var rätt duktig.

Dessutom kom jag faktiskt 38:a, men det blev lite palaver med målpersonalen som inte ville låta mig målstämpla då jag hade första sträckans nummerlapp på bröstet. Så en jävel från Kexholm, som jag just sänkt i spurten, hann stämpla in tre sekunder före.

Jag funderade i hastigheten på om jag skulle sopa till någon av dem men jag tog en dusch och en korv istället.

Magnus Ihreskog

Gotlands Bro OK
Box 1145 621 22 Visby
Kinnerstugan, tel: 27 31 70
Hemsida:
www.gotlandsbrook.com
e-mail:
info@gotlandsbrook.com

Årsmöte 2012

Kom i håg årsmötet och årsfesten i Kinner
18 februari 2012.

Mer information på hemsidan när det närmar sig; www.gotlandsbrook.com

Nästa nummer av Broosket ges ut 13 mars 2012. Manusstopp 1 mars.

► Örjan, ordförande:

Nu börjar vi ladda för nästa år

Kan vi se tillbaka på ett bra år med Bro OK? Ja det tycker jag absolut, framförallt för att vi ökat antalet tävlande ungdomar och har många nya med på kurserna. Nu gäller det att få dem att fortsätta med orienteringen och på kurskvällarna, men då måste fler av de äldre orienterarna hjälpa till med de yngre grupperna. Kanske klubben skall utöka med ytterligare en träning i veckan som är mer anpassad för de äldre (15 år och uppåt), detta för att även alla ungdomsledare skall få tillfälle till egen träning, eller är det tillräckligt med motions-OL?

När det gäller elitträning skall vi nog försöka få ner någon bra instruktör, kanske en gång i månaden och då givetvis i samarbete med de övriga klubbarna.

Årets höjdpunkt för klubben var väl vårt arrangemang av SM, som vi genomförde mycket bra och vi fick mycket beröm av såväl löpare och ledare.

Grattis till den evigt unge tröjmästaren **Mattias Westfält** som satte undomarna på plats och till O-ringensegraren **Gert Lundquist** som bara verkar bli bättre med åren. På ungdomssidan är det kul att se att **Amadeus Hansson** har gjort några riktigt bra lopp på fastlandet och att våra ungdomar har fått bra placeringar i ungdomsstafetterna. Och äntligen kan jag få gratulera 25manna-lagen som tog sig i mål båda två, men framförallt hade vi ju en trevlig resa tillsammans.

Nu laddar vi upp batterierna för ett nytt bra orienteringsår 2012.

Örjan Högberg, ordförande

Mattias, Fannybanny och att nästan kräkas

Mattias Westfält och **Nina Bjersander** tilldelades GT:s mästartröjor vid OL-galan i Västerhejde 3 december. Förutom att ta emot blommor och gratulationer tvingades de av spexgänget till en del förnedrande lekar.

Bland annat fick de, under publikens jubel, stoppa så många marshmallows i munnen som möjligt och samtidigt säga "Fannybanny". Det är det momentet som pågår på förstasidesbilden.

Mattias sa att det var så äckligt att han höll på att kräkas

Under OL-galan prisades även **Lucas Mattsson** och **Amadeus Hansson**, vilka fick Skogskarlarnas pris för en fin säsong 2011.

Den här gången säger vi GRATIS till

Ingegerd Larsson 80 år 1 mars

Kerstin Nyberg 75 år 6 februari

Gertrud Gardelin 70 år 4 mars

Björn Flodman 40 år 2 februari

Monica Steen 40 år 24 februari

Max Suderbys 30 år 21 februari

► Rekryteringskommittén:

Många tillfällen till träning och trivsel?

Även under vintern finns många aktiviteter dit alla gamla och nya orienterare är välkomna, aktiviteter som passar gammal som ung. Kolla gärna hemsidans aktivitetsprogram för aktuell information.

Här är en del av det som väntar under vintern:

17 december	kl 13.00	Bad i Romabadet
13–14 januari		Nyårsläger i/vid Kinnerstugan
21 januari	kl 13.00	Bad i Romabadet
28 januari	kl 14.00	Familjegymna på Friskis & Svettis
11 februari	kl 14.00	Familjegymna på Friskis & Svettis
18 februari	kl 13.00	Bad i Romabadet
10 mars	kl 13.00	Bad i Romabadet
17 – 18 mars		Upptaktsläger

Insläpp vid badpassen är klockan 12.45

Naturligtvis är det också träning med efterföljande fika, soppa med mera vid Kinner alla tisdagskvällar klockan 18.00.

Anders Nilsson

• FEST • TRIVSEL • ROLIGT • SKOJ • SKRATT • FEST

Välkommen till tjejefest

Lördagen den 21 januari 2012

Arbetsföreningen, Kinbergsplats, Visby

Vi samlas klockan 17.00 för utomhusaktivitet

Sedan äter vi tre-rätters, vin finns att köpa, öl/vatten finns också. Och kaffe såklart med en kaka till.

Kostnad 170 kronor.

Den som vill ha något mer att dricka efter maten eller till kaffet tar med det själv. Ta också med ficklampa/penna/linjal och reflexer/reflexväst.

Välkomna till en underbar avslappnad fest

Anmälan till någon av oss senast den 16 januari.

Karin Skalberg 0498-274030 karin@skalberg.se

Monica Westfält-Nilsson, 0498-281172 monica.w.nilsson@telia.com

► Planeringsmötet

Plus och minus på verksamheten

23 personer samlades till planeringsmöte 17 november och diskuterade året som varit och framtida satsningar. Året som gått genomsyrades av SM tävlingarna där det lades ner cirka 6500 arbetstimmar, varav Bro OK bidrog med omkring 5300 timmar.

Plus

SM genomförandet
Barn & ungdomsverksamheten
Nya vuxna
Helg utan älg
Ledarvårdsdagen
Engagerade ledare
Många barn & ungdomar på tävlingar
Amadeus resultat på GM, USM stä-fett
2 lag godkända i 25-manna
U-10 mila
Kinnerstugan
Kajsa och Kjells engagemang vid Kinner

Minus

Få ungdomsledare
Parkering och anslagstavla
Terrängen vid Kinner
Dålig uppslutning vid specialträning,
nattcup, Skogis cup med mera
Få nya i arrangörsstab vid tävlingar
Ej få delta på egna arrangemang
Info på hemsida
Få Broare på O-ringen
Inga taylor, bilder, på väggarna som
visar verksamheten
Ingen vaktmästare

Kommittérapporter:

Kommittéerna rapporterade om sina planer för 2012.

Utbildning tog upp projekt värdefull IF genom SISU, att värdegrunder och värderingar ska dokumenteras. Vad vill vi och vad står vi för.

Rekrytering tycker att kompetensen för ledarna måste höjas och gick igenom aktiviteterna under 2012.

Träningskommittén sköter budget och bokning av det populära marslägret.

Stugkommittén informerade om investeringsprojektet att byta belysning i elljusspåret (budget 560000 kronor), garage till traktor och redskap. Bokningar, vem ska ha ansvar för det? Hur löser vi situationen utan vaktmästare?

Tävlingskommittén informerade att kartarbetet går segt. Följer inte tidsplanen.

Klubbsatsning på 5-dagars 2012. USM 2016, ska ansökan skickas in?

Anders Nilsson berättade om planerna för 3-dagars Tofta 2012

Datum för Årsmötet/Årsfesten bestämdes till den 18 februari 2012.

Thomas Romin Andersson

200 000. Klubben har fått 200 000 kronor från Riksidrottsförbundets satsning Idrottslyftet, vilket gör att belysningen på elljusspåret nu kan bytas ut.

► Stortävling igen: 3-dagars 12–14 juli 2012

Vi arrangerar återigen 3-dagars. Denna gång skall vi hålla till på Tofta skjutfält på samma ställe som vi arrangerade natt-SM i år.

En nyhet i arrangemanget är att vi alla dagar efter den vanliga tävlingen är avslutad skall vi fortsätta med mountainbike-OL vilket naturligtvis förlänger tävlingsdagarna något. Vi hoppas att detta nya grepp skall locka ännu fler till tävlingarna och MTB-O delen kräver färre arrangörer än själva 3-dagars.

Annars är det som vanligt. Många funktionärer behövs. Planera in din semester så du kan hjälpa till, tack.

Om du är ute tidigt så kan du tala om vad du vill göra under tävlingsdagarna annars kommer vi att kontakta alla under vintern!

Tävlingsledning: Anders Nilsson, Erik Löfgren och Mattias Westfält.

Banläggare: Magnus Ihreskog, Åke Kappel, Jonn Boman, Thomas Andersson.

Kontrollant: Birgitta Hjerthén

Anders Nilsson

► Följ med klubben till EM i Dalarna

Europamästerskapen i orientering avgörs i Dalarna under Kristi himmelfärdshelgen 2012. Nu finns chans även för dig att springa i den fantastiska terrängen där.

Kristi Himmelfärdshelgen 17-20 maj, åker vi till Dalarna. EM i orientering avgörs där och samtidigt finns möjlighet till fyra publiktävlingar i kanonterräng. Vi bor i 4-8-bäddsstugor i Rättvik, lagar maten själva, tävlar och hejar på vårt landslag.

Vi åker på onsdag eftermiddag och kommer hem sent söndag kväll. För att åka med ska du kunna springa utan skugga, ta hand om dig och dina saker och fixa matlagning alternativt ta med förälder.

Då trycket på boende är stort måste jag lämna besked om antal stugor redan i mitten av januari. Det finns ett tak för antalet tävlande och därför bör du också ganska snart gå in och anmäla dig till tävlingarna i Eventor.

Kostnad: Vuxna 200/dygn plus maten, ungdomar betalar för maten.

Anmälan snarast möjligt, senast 8 januari till

Eva Kappel, akeva.kappel@live.se eller 0736-414281

Anmälan senare i mån av plats i stugorna.

► Ur arkivet:

Femmanna och två olika DM 1974

► Femmanna-budkavlen 1974 avgjordes vid Grynge fiskeläge och segern gick till Bro med, i tur och ordning, **Curt Redner**, 34 år, **Kent Andersson**, 15, **Ronny Liljegren**, 14, **Anders Nilsson**, 28 och **Kjell Skalberg**, 25, i laget.

Kjell gick ut på sista sträckan men betryggande avstånd till VOK:s **Gert Lundquist**, sedan Anders plockan in åtta minuter på Svaides **Allan Olofsson**, som sprang bort sig ordentligt, och dessutom dragit ifrån i täten ett okänt antal minuter.

”Ingen tvivlade på att Bros slutman (9,7 km, 15 kontroller) skulle hålla undan” står att läsa i Gotlands Tidningars referat. ”Men Gert Lundquist, som tydligen är i sitt livs form, tog upp jakten på Kjell och var ifatt honom vid näst sista kontrollen. Men Kjell höll ändå distansen ut och vann med en minut”.

– Jag gjorde väl tre 15-sekundersmissar, sa Gert efter loppet. Men vi tar Bro nästa gång. Dessförinnan hade hela fem lag diskats, sedan fem av öns mest rutinerade orienterare stämplat fel. De skulle ha en sten, litade på varandra, stämplade vid en dunge och sen, vid målgång, var den dagen körd. De fem var **Åke Palmgren**, KA 3, **Ville Malmqvist**, Bro, **Pelle Blomér**, Bro, **Anders Olsson**, Bro och **Erland Hejdström**, Roma.

Redan där lades alltså grunden till klubbens förmåga att stämpla fel vid stafetter.

I tävlingens individuella 12-årsklasser hittar vi som segrare **Lars Silven**, Svaide och **Christina Albin**, Garda.

Felstämplandet fortsatte nästa stora budkavle det året, DM-kavlen i Halla, den 15 september. 200 orienterare i ett 70-tal lag kom till start. I H21-klassen vann för all del Bro utan komplikationer. Det var sjunde året i rad, **Anders Nilsson** hade varit med vid samtliga sju tillfällen. **Kjell Skalberg** (fjärde året i rad) och **Curt Redner** (andra året) var de övriga i laget.

I H35 kom Roma (**Sven Spjuth**) först i mål följt av Bros **Sauli Jakobsson**, men det var ändå tredje laget över mållinjen, Visborgs OK, som vann titeln. Sven och Sauli hade stämplat fel.

Ur resultatlistan, D13-16: 1) Svaide (Ann-Mari Fohgelberg, Eva Lyth, Marianne Lyth)...3) Bro (Helena Engqvist, Susanne Boman, Ulla Liljegren).

Klassiska DM avgjordes i Norrlandas löpvänliga terräng den 22 september 1974 och vanns av en banlöpare – **Torgny Björkqvist** (landslagsman på 5000 meter), han var en minut före trion **Gert Lundquist**, **Curt Redner** och **Kjell Skalberg**.

- Jag kan inte springa i vilken terräng som helst, då fastnar jag i skogen, sa Björkqvist.
- Småbommar och galna vägval, summerade Skalberg.
- Banan var betydligt bättre än de senaste tävlingarna på Gotland, nu gick det i alla fall att hitta kontrollerna, sa Lundquist.

I arkivet: Magnus Ihreskog

► Intervju:

Utflyttad broare – Simon Kappel

Denna gång har Broosket pratat med **Simon Kappel**, som kanske inte är helt utflyttad från föräldrahemmet i Hörsne. Dock har han börjat på Fredrika Bremer- gymnasiet i Haninge, naturvetenskapliga programmet. Och frågan är: hur har han det i sitt nya liv?

Birgitta Hjerthén ringde upp honom en kulen höstkväll.

Du går på OL-gymnasium, hur många orienterare går där?

– Vi är totalt 23 stycken, varav nio går årskurs ett.

Kan man gå vilket program som helst, även yrkesförberedande?

– Ja, det tror jag. Men orienterare är ju oftast teoretiker, så vi går alla på natur eller teknik. Jag hade tänkt gå natur på vilken skola jag än hade hamnat.

Är det flera än du som kommer ”utifrån”?

– Det är en tjej från Dalarna också, och i tvåan går det en utbytesstudent från Schweiz. Annars är det stockholmare.

Hur mycket träning blir det för din del?

– Vi har två OL-pass per vecka på skoltid. Jag kör även två pass på gymmet. Men jag är skadad nu, annars hade det nog varit ett par pass till per vecka.

Vad har du för skada?

– Jag har tränat för mycket, så jag får ont i benhinnorna.

Har du ökat träningen mycket sedan du började på OL-gymnasiet?

– Ja, både längre, mera och hårdare kan man säga.

Vilka är dina tränare?

– **Maria von Schmalensee** och **Peter Zetterström**. Peter är vikarie för **Robert Wallsten** som kommer tillbaka i februari.

Vad är största skillnaden mot träningen hemma på Gotland?

– Det är nog att det alltid är OL-moment i alla träningar, även i intervall och styrke-träning.

Hur får man in ett OL- moment i styrketräning?

– Medan man vilar, kan man till exempel få uppgiften att förenkla en kontrolltagning i teorin.

Har ni undervisning även i kost och mental träning och sådant ?

– Ja, ett pass per vecka. Jag som alltid trott att pasta varit den bästa kolhydratkällan, har lärt mig att ris och potatis är lika bra.

Hur bor du ?

– Jag bor hos mormor och morfar i Västerhaninge, i mamma **Evas** gamla flickrum.

Inga bekymmer med matlagning och tvätt alltså?

– Nej, det har jag inte. Men jag städar själv.

Blir det något mera än OL på fritiden?

– Jodå, jag har ganska mycket fritid. Jag spelar gitarr och hänger en del framför datorn. Jag umgås inte så mycket med de andra orienterarna på fritiden, men med de andra i klassen.

Har du märkt att du utvecklats något?

– Nej, det har ju gått så kort tid, så det kan jag väl inte säga. Men jag gjorde ett bra 25-manna lopp. Jag hade lagets bästa tid på sjätte sträckan. Och eftersom jag gick ut som nummer två, så var det väl bättre än lagledningen tänkt sig!

Är det något annat du vill berätta?

– Skolan är okej och det är allmänt kul, det flyter på helt enkelt!

Birgitta Hjerthén

► Banläggningskurs i februari

Banläggningskurs för banläggare som vill utbilda sig till eller förnya sitt banläggarkort 2 har genomfördes med 15 deltagare sista helgen i november. Fyra Broare deltog (**Birgitta Hjerthén, Magnus Ihreskog, Åke Kappel och Erland Gardell**). Utbildningen var såväl teoretisk som praktiskt arbete med OCAD.

Deltagarna skall nu lämna in en hemuppgift för att tilldelas banläggarkort.

Ytterligare en kurs med samma innehåll kommer att genomföras 11 eller 12 februari.

Anders Nilsson

► Intervju:

25-mannadebutant – Eva-Lotta Johansson

En av årets 25-mannadebutanter är en D35:a med mycket spring i benen: **Eva-Lotta Johansson**, som är relativt ny i föreningen. **Birgitta Hjerthén** har ställt frågorna.

Hur länge har du varit med i Bro OK?

– Ungefär två år. Det var familjen **Nilsson** i Hejnum som ville att min son **Rasmus (Virgin)** skulle testa orientering. Jag erbjöd mig att hjälpa till med något när jag ändå skulle till Kinner och vänta på honom. Officiellt är jag med i rekryteringskommittén sedan årsmötet 2011, men jag var med i ledarstaben redan hösten 2010.

Men det var inte din första kontakt med orientering och Bro OK ?

– Nej, jag var faktiskt med lite grann i början på 80-talet. Jag minns att jag sprang poäng-OL och en budkavle i Nisseviken. Då sprang jag tillsammans med **Monica Pettersson** (numera **Steen**) och vi genade över en sankmark, det var inte helt lyckat.

Du har även sysslat med andra idrotter, eller hur?

– Ja, när jag var yngre var det friidrott och luftgevär. Mycket hästar har det också varit, men på senare år mest löpning med P18.

Några framgångar värda att nämna?

– På luftgevär har jag ett antal segrar på Gotlandstävlingar. Löpning är jag egentligen ganska bra på, men standarden på öns löpardamer är hög. Det är inte lätt att rå på **Åsa Edman**!

Vad har du för yrke?

– Jag är undersköterska på Gotlands Sjukhem. Jag trivs bra där, jag har varit på samma ställe i 21 år! Men målet är ändå att läsa till sjuksköterska eller sjukgymnast.

Har du några uppdrag i andra klubbar?

– Ja, på Friskis & Svettis sedan ett och ett halvt år. Jag är instruktör på gymmaskiner och övrig individuell funktionell träning. Jag gör minst fyra timmar per vecka där.

Har du någon OL-utbildning?

– Jag har gått SOFT:s BarnTränarUtbildning i Örkelljunga till sammans med **Susann Hansson**. Det var verkligen jättekul. Jag lärde mig mycket, fick många tips och nya vänner. Just nu går jag SISU:s kurs för ungdomsledare, inte specifikt orientering utan mera allmän träningslära.

När sprang du din första tävling?

– Det var på Helg utan Älg 2010, då sprang jag Ö2. Tävlingsklass sprang jag första gången på Medeltidsdubbeln 2011, då var det D35. Och så tog jag mig runt D35-banan på Bauertrampet (utanför Jönköping), min första fastlands-tävling. Det var 6,5 km på 15 000-del, enligt PM skulle 35-klasserna ha 10 000-del! Jag var väldigt överraskad, men som sagt, jag tog mig runt.

Annars händer det att du springer tre varv varje tävling, berätta!

– Jo, Rasmus, 11 år, klarar ju sig själv, men jag skuggar mina andra söner **Emil**, 9 år och **Jonatan**, 7 år. Emil springer U1 eller U2, Jonatan Inskolning eller U1. Sedan vill jag gärna hinna en egen ÖM-bana också. Ibland behöver andra barn skuggas också (Höstträffen till exempel) då får jag avstå eget tävlande.

Men på 25-manna sprang du en "herrsträcka", hur var det?

– Mycket gubbar var det! Jag sprang sträcka 6 på ca 4,5 km. Det var en bra bana för mig, för det gick att springa runt. Det var mycket värre på söndagens tävling, då var det bara rakt genom skogen.

Har du några tävlingsmål framöver?

– Jag skulle gärna vilja springa O-ringen någon gång, det verkar vara en upplevelse utöver det vanliga. Sedan tänker jag klara Lidingöloppets 30 km på runt tre timmar.

Lotta är ett härligt nytillskott i klubben, engagerad och alltid positiv. Att hon gillar att springa vittnar även hennes mejladress om: lottarunner@hotmail.com.

Birgitta Hjerthén

► Till sist:

Lite julnötter från Bosse

Varsågod, lite julgodis i form av ett korsord, eller snarare: ett korstal.

Vågrätt:

1. Ett år i detta århundrade där summan av de två första siffrorna är samma som summan av de två sista.
4. Tre siffror i följd (t ex 7 8 9).
5. Båda siffrorna är lika.
6. Addera alla siffror i lodrätt 3 och vågrätt 5.
7. Detta tal kan flera gånger delas med 5.
8. Varje siffra är dubbelt så stor som den föregående, dvs den andra är dubbelt så stor som den första, den tredje är dubbelt så stor som den andra osv.

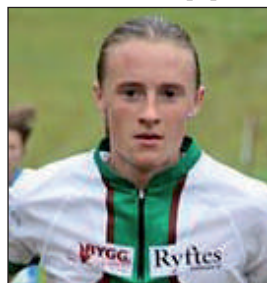
Lodrätt:

1. Den mellersta siffran är summan av de två övriga.
2. Den andra siffran är en tredjedel av den första.
3. Tre gånger vågrätt 1.
4. Multiplicerar du siffrorna får du 0.
6. Den mindre av siffrorna förekommer två gånger i detta tal.
7. Ett tal som kan delas med 7.

Lycka till med lösandet och God Jul önskar Bo Sandahl

	1	2		3
4				
5			6	
		7		
8				

Simon Kappel



intervjuas på sidorna 8–9