

# **BÄVERNYTT**

**Nr 2 - 2006**



FOTO: SARA SCHAGERLIND

*Bo Turesson och Terese Petersson ute på kanotfärd under Bävern Triathlon.*

## **31:a på Tjoget**

Bävern Fullföljde budkavlen för 31:a året i rad

## **Riksläger i Idre**

Bäverungdomar på äventyrligt träningsläger

## **Tom vann igen**

Tom Johansson tog sin andra seger i Georg Käcks Minne

## **Snöpuls i Danmark**

Orienterarna hann före våren vid Spring Cup

# Kontaktpersoner i klubben

## Ordförande

Egon Gustavsson  
Törnrosvägen 4, 574 50 Ekenäsö  
0383-308 85  
egon@okbavern.nu

## Sekreterare

Anna Adolfsson  
Stigaskäl 3, 574 94 Vetlanda  
0383-610 50  
annaadolfsson@spray.se

## Kassör

Christer Johansson  
Örngatan 6, 575 34 Eksjö  
0381-167 80  
christer.johansson@smt.se

## Ungdomssektionen

Gunnar Holm, 0383-310 47  
gunnar.holm@vetlanda.mail.telia.com

## Tävlingsanmälan

Anmälan till tävlingar görs normalt senast 10 dagar före tävlingsdagen i första hand på Internet, annars till Bo Turesson, tel 0382-61973.

## Redaktion för Bävernytt

Henrik Adolfsson, 070-2214480  
henrik@okbavern.nu

Johan Schagerlind, 073-8189368  
johan@okbavern.nu

Martin Schagerlind, 073-8189324  
martin@okbavern.nu

## Motions- och skidsektionen

Åke Hultgren, 0383-300 09

## OL-sektionen

Bo Turesson, 0382-619 73  
bo.turesson@vetlanda.mail.telia.com

## IT-kommittén

Henrik Adolfsson, 070-221 44 80  
henrik@okbavern.nu

## Bingolotto

Stig Adolfsson, 0383-303 84  
s.adolfsson@swipnet.se

## Festkommittén

Jan Broman, 0383-610 58

## Bävernstugan

Tel. 0383-306 90  
Ivan Karlsson, 0383-305 89

## Internet

www.okbavern.nu

## E-post

info@okbavern.nu

## Tryck, häftning och distribution

Kenneth Svahn, 0383-30601  
Inger Schagerlind, 0383-30879  
Ivan Karlsson, 0383-30589

## Nästa manusstopp 10 september

Material till nästa Bävernytt skall skickas via e-post till webmaster@okbavern.nu

# Georg Käcks Minne 2006

Efter att nu fått äran att arrangera handikapptävlingen för övriga klubbmedlemmar började planerandet. Vad skall vi vara? Var finns en nyreviderad karta på relativt nära håll. Jo, ESOK:s karta Lundstorp reviderad av Sveriges bästa kartritare, P-O Derebrant.

Runes kommentar vid ESOK:s tävling helgen före Georg Käcks minne,

- Ja, vi ska väl åka hit nästa helg också. Nog stämde det men detta behövde vi ju inte avslöja redan då.

Med lite hjälp av markägaren, Lennart Henriksson till banläggningen föll alla bitar på plats. En fin målplats med solsken mötte deltagarna på söndagsmorgonen. Banan som var 4,9 km lång bjöd på måttlig kuperad

## Långa banan, 4,9 km

	Löp-tid	Han-dicap
1. Tom Johansson	40.18	32.57
2. Inger Schagerlind	65.11	33.20
3. Bo Turesson	45.36	34.34
4. Göran Karlsson	52.23	35.14
5. Rune Thuresson	41.25	35.42
6. Egon Gustavsson	42.04	36.21
7. Jan Blomqvist	42.55	37.12
8. Sven-Olof Hultgren	56.19	39.10
9. Bernt Karlsson	63.12	46.03
10. Åke Persson	61.42	50.40
11. Robin Schagerlind	67.39	54.10
12. Stig Hultgren	75.58	62.29
13. Harry Andreasson	84.14	67.05
Ivan Karlsson		utgått

medelsvår terräng.

Den som klarade banan bäst var fjolårets banläggare Tom Johansson

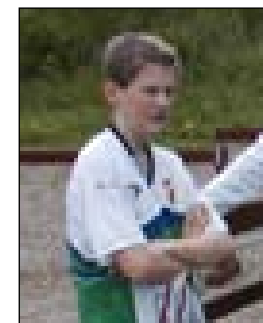


FOTO: SARA SCHAGERLIND

med knapp marginal till årets överraskning, Inger Schagerlind. Korta banan vanns av Oscar Gustavsson. För övrigt fick alla även gå en tipsrunda i terrängen runt målområdet.

En tanke: Deltagarantalet sjunker år från år, är det dags att förändra handikapptävlingen och försöka göra den mer attraktiv för att få med fler bävrrar.

Slutligen vill jag önska Tom lycka till inför 2007 och tacka alla som var med.

Evert Johansson

## Korta banan, 1,3 km

1. Oscar Gustavsson	7.35
2. Lucas J-Sundblad	8.45
3. Emmy Johansson	8.52
4. Emil Johansson	10.37
5. Sara Schagerlind	12.06
6. Ludvig Gustavsson	15.23
7. Siv Valdmaa	33.16
8. Carina Johansson	33.18
9. Astrid Svensson	33.21
10. Aina Käck	33.23

## Tisdagslunken startar om

Den 8 augusti startar höstens serie av Tisdagslunkar. Efter vårens fem omgångar leder Lennart Lundberg och Åke Hultgren, båda på 91 poäng. Men under hösten kan mycket hända så ledarna ska inte känna sig för säkra.

Deltagarantalet har varit lite mindre i vår jämfört med tidigare år. En tillfällig nedgång kanske och vi hoppas nu på ett ökat antal "lunkare" i höst.

Tisdagslunkens koncept har varit

i stort sett oförändrat sedan starten för drygt 10 år sedan men nu är det dags för lite förändringar. Fler kontroller, ca 10, på ett relativt litet område kring startpunkten är nyheten i höst. Detta ger de som förut nöjde sig med minimiantalet 5 kontroller chansen att ta betydligt fler kontroller på ungefär samma tid.

Fakta om höstens tisdagslunkar med datum, karta och samlingsplatser finns här nedan:

### Tisdagslunken hösten 2006

Datum	Karta	Samlingsplats	Ansvarig
8 aug	Boda	Vägen Bo - Näsby	Göran K.
15 aug	Ekenässjön NV	Tjunnaryds hpl.	Stig H.
22 aug	Klubbstugan Norra	Klubbstugan	Stefan A.
29 aug	Ekenässjön Östra	Vägen Solkarp - Alarp	Robin S.
5 sep	Klubbstugan Södra	Klubbstugan	Bo T.

Start från kl 18.30. Gemensam start för budkavleträning kl 18.45.

### En uppmaning...

...till alla som tränar eller motionerar vid Bävernstugan på tisdagarna:

Vänta till utsatt tid (normalt kl. 19.00) innan ni ger er iväg. På så sätt kan alla hitta en grupp i lagom tempo och ingen behöver springa/gå ensam.

### Klubbmästare medel 2006

H12	Oscar Gustavsson
H21	Martin Schagerlind
H45	Evert Johansson
H55	Bo Turesson
H65	Sven-Olof Hultgren

### Klubb- och Njudungsmästerskap

9 aug	Njudungsmästerskap, långdistans, Landsbro
20 aug	Klubbmästerskap, långdistans, Nässjö
20 sep	Njudungs- och klubbmästersk., natt, Stockaryd

## Resultat Tisdagslunken våren 2006

	25 apr	2 maj	9 maj	16 maj	23maj	Tot
1. Lennart Lundberg	21	22	14	22	12	91 p
2. Åke Hultgren	21	17	20	11	22	91
3. Stig Hultgren	20	10	20	14	23	87
4. Ingvar Fransson	21	21	14	16	13	85
5. Ewy Almquist	20	23	13	14	12	82
6. Ann-Charlotte Adolfsson	20	22	12	15	13	82
7. Ingrid Adolfsson	13	20	20	10	12	75
8. Gösta Andersson	12	22	13	13	12	72
9. Gustav Adolfsson	14	20	13	13	12	72
10. Lennart Karlsson	19	13	13	13	13	71
11. Stefan Adolfsson	12	18	15	12	13	70
12. Frida Johansson	21	14	21		12	68
13. Bernt Johansson	10	21	11	8	18	68
14. Dennis Eriksson	12	13	11	20	12	68
15. Mikael Öhrn	19	21	14	12		66
16. Robin Schagerlind	14	10	14	14	14	66
17. Agneta Holm	20	21	11		13	65
18. Jan Blomqvist		24	14	10	16	64
19. Robin Öhrn	18	21	15	10		64
20. Bo Turesson	13	12	11	18	9	63
21. Rune Thuresson		19	18	13	8	58
22. Egon Gustavsson	14	10	14	11	9	58
23. Susanne Karlsson	15	13	14	15		57
24. Siv Valdmaa	18	11	14	12		55
25. Beatrice Gustavsson	21	16			14	51
26. Hanna Adolfsson	14	14		21		49
27. Emmy Johansson		23	23			46
28. Inger Schagerlind		22	10		13	45
29. Roland Ottosson	18	15	12			45
30. Marcus Ottosson	20	23				43
31. Rickard Josefsson		21		13		34
32. Maria Luksepp	10	13	11			34
33. Sara Schagerlind		20	12			32
34. Joakim Frejd	19		13			32
35. Oscar Gustavsson	22		9			31
36. Peter Berg			18		13	31
37. Ove Johansson			13	18		31
38. Stig Adolfsson			19		11	30
39. Tom Johansson	14	13				27
40. Elam Karlsson			12		13	25
41. Helmer Oskarsson					22	22
42. Mikael Karlsson	21					21
43. Peter Oskarsson					19	19
44. Carolina Ahlstrand					19	19
45. Ida Karlsson	17					17
46. Astrid Svensson				16		16
47. Sara Adolfsson	12					12
48. Göran Karlsson				11		11
49. Harald Magnusson				10		10
50. Gunnar Holm					10	10
51. Anna Adolfsson			9			9
<b>Antal:</b>	<b>33 st</b>	<b>34 st</b>	<b>36 st</b>	<b>28 st</b>	<b>29 st</b>	

# Riksläger i Idrefjäll

## Söndag

På söndagsmorgonen påbörjade vi en mycket lång och varm bussresa till Idrefjäll. Vi åkte kl: 8.00 från Eksjö och kom fram kl: 17.45 på kvällen. När vi kom fram åt vi middag sen på kvällen var det disco.



I denna stuga bodde vi. Man bodde 11 pers i varje lägenhet.

## Måndag

På morgonen åt vi frukost kl: 7:30 på Idrefjälls värdshus. Sen kl: 9.00 promenerade vi till vår första träning. Det fanns tre olika banor att välja mellan. Det var mycket kurvbildsorientering. När vi kom tillbaka duschade vi och åt lunch. Kl: 13.30 åkte vi iväg till vår andra träning. Den gick på Nipfjället över trädgränsen. Vi sprang i par och utsikten var väldigt fin. På kvällen gick vi på en föreläsning om orienteringsteknik.

## Tisdag

På morgonen hade vi sluttningsorientering. Det var fin och lättläst terräng.

Det var både en rolig och nyttig träning. På eftermiddagen var det en till träning innan "Städjan night and day adventure" men den hoppade de flesta över. Istället tog vi sittliften upp på fjället. Vi såg vilda renar och beskådade den fina utsikten. På kvällen var det dags för "Städjan night and day adventure". Vi blev indelade i lag. Med de lagen skulle vi hitta olika orienteringsskontroller och lösa olika uppgifter. En kontroll satt längst upp på Städjan men dit tog vi oss aldrig upp.

## Onsdag

På onsdagsmorgonen fortsatte äventyret i två timmar. Det regnade men vi kämpade oss runt trots att vi var trötta. Efter lunch åkte vi iväg en bit med bussen. Där hade vi en träning där det var väldigt stenigt och smådetaljerat. På kvällen hade vi fri aktivitet och då bowlade vi.

## Torsdag

På torsdagen var det väldigt varmt. Träningen på morgonen gick i området där vi bodde. Det var ganska kuperat. På eftermiddagen hade en del orienteringsskytte. Först fick vi prova att skjuta på tavlor. Sen på tävlingen hade vi "falling target". Tävlingen bestod



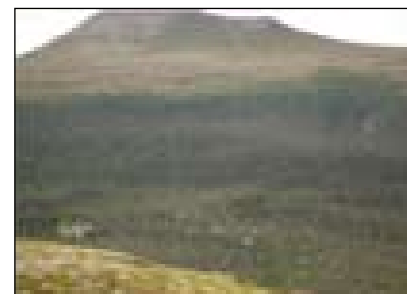
Renarna på fjället.

av tre moment. Först sköt vi, sen var det punktorientering. Vi följde en snitslad bana där vi skulle pricka in på kartan var kontrollerna satt. Man fick en 1 min i tilläggstid för varje mm. man prickade fel. Sen var det skytte igen. För varje bom

fick man springa en straffrunda. Alla hade inte orienteringsskytte utan en del hade vanlig träning. På kvällen var det fri tid igen. Då spelade vi minigolf och sen var det disco!

## Fredag

På fredagsmorgonen var det en sprinttävling. Det fanns två banor att välja mellan. Orienteringen var ganska lätt men det var väldigt kuperat och varmt. Vi sprang med EMIT-bricka. Efter det packade vi våra saker, åt lunch och påbörjade den långa bussresan hem. Vi var hemma vid halv tio-tiden på kvällen.



Städjan dit vi aldrig tog oss upp.

Frida & Beatrice

# Bävern Triathlon 2006

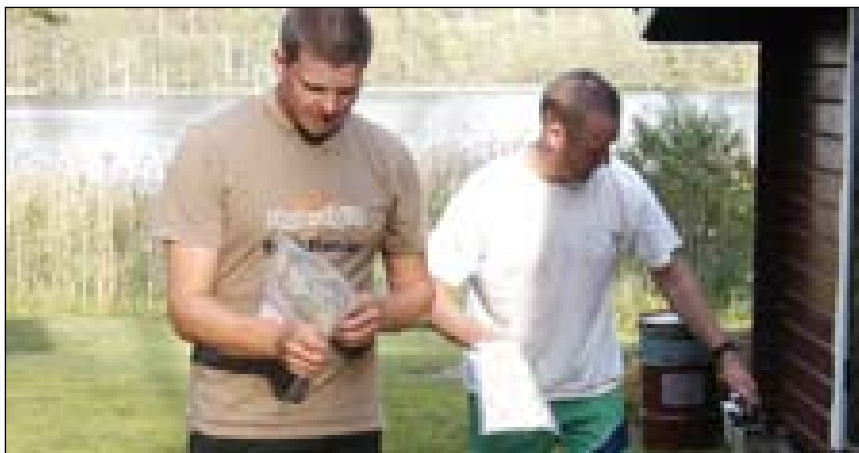


FOTO: SARA SCHÄGERLIND

Mickael Karlsson och Stefan Adolfsson ger sig ut på Orienteringsrundan.

Som vanligt, strålande sommarväder inramade årets triathlon. Tjugo par kom till start i årets holmgång. Några nya deltagare från Pinuten noterades till årets "race". Det är nyttigt med nytt blod i ådrorna.

Cykeltruren runt "vår" sjö förflöt

utan intermezzo för de flesta. Dock råkade min kamrat från Hvitale-bygden, musiklärararen, ut för ett luftskott. Luften gick ur hjulingen mitt på banan. Den gode Stefan fann dock på råd, liftade på kamrat Rosgrens pakethållare, och så var det missödet åtgärdat.

Sjöfarten på Stensjön är nu så väl organiserad att några missöden ej göre sig besvär. När alla deltagare också är väldigt sjösäkra så "flyter" allt väldigt bra.

O1-rundan gick mot sols på vår karta norr om klubbstugan. Detta medför ju alltid en stor uppförsluta i starten. Att äldre och yngre fick "gena" på banan hade tydligen inte gått fram till Emmy och Sara R,



FOTO: SUSANNE KÄRILSSON

Tvillingarna vann varsin tårta.

utan de sprang hela rundan. Ni är tuffa.

När sedan alla kommit i mål och fräschat upp sig väntade så fika och prisutdelning. Tack alla damer som hjälper till att serva vårt fikabord. Priserna lottades som vanligt ut bland alla deltagare. Dock fick Emil och

Christian först var sin tårta för att de på snabbaste tiden klarat av banan.

Ett stort tack till alla som deltagare och inte minst alla som hjälper till för att få denna trevliga afton att fungera.

Robin

## Resultat Bävern Triathlon 2006

		Cykel	Kanot	Orientering
1	Emil / Christian Hjalm	12.45	18.56	41.43
	OK Njudung	12.45	6.11	22.47
2	Stefan L. / Rickard R.	15.12	21.34	45.05
	OK Njudung	15.12	6.22	23.31
3	Kjäll Ottosson / Bengt	13.24	19.11	45.42
	OKB / OKN .	13.24	5.47	26.31
4	Ulf S. / Riclard L.	12.53	19.02	45.57
	OK Njudung	12.53	6.09	26.55
5	Pontus L. / Nicklas L.	13.26	19.39	46.15
	OK Njudung	13.26	6.13	26.36
6	Martina K. / Carolina	15.29	23.03	48.46
	OK Njudung	15.29	7.34	25.43
7	Rune Turesson / Egon G	16.13	24.32	50.39
	OK Bävern	16.13	8.19	26.07
8	Gustav A. / Harald M.	15.20	22.11	52.26
	OK Bävern	15.20	6.51	30.15
9	Tom J. / Rickard J.	17.55	25.17	54.26
	OK Bävern	17.55	7.22	29.09
10	Ellinor K. / Tomas K.	15.30	22.46	54.58
	OK Njudung	15.30	7.16	32.12
11	Bo T. / Therese P.	16.26	23.25	55.42
	OKB /IFK Sävsjö	16.26	6.59	32.17
12	Christer J. / Tommy J.	17.23	23.45	58.43
	OKB / NOK .	17.23	6.22	34.58
13	Stefan A. / Mikael K.	18.22	25.06	59.19
	OK Bävern	18.22	6.44	34.13
14	Mikael Öhrn / Robin Öh	15.10	24.34	1.00.06
	OK Bävern	15.10	9.24	35.32
15	Beatrice G. / Emma Ros	17.36	26.43	1.01.49
	OKB / OKN .	17.36	9.07	35.06
16	Bo Dahl / Jan Brandin	18.14	25.40	1.04.04
	Sävsjö Kommun	18.14	7.26	38.24
17	Per S. / Johan S.	19.37	29.52	1.05.21
	OK Njudung	19.37	10.15	35.29
18	Emmy J. / Sara R.	20.52	31.07	1.21.58
	OKB / OKN .	20.52	10.15	50.51
19	Andreas K. / Henrik M.	16.11	23.47	1.23.39
	Ekenäs IF	16.11	7.36	59.52
20	Helen S. / Annette E.	21.37	30.29	1.28.16
	OK Njudung	21.37	8.52	57.47

# Njudungskavlen

Djurgårdsstugan i Sävsjö var målplats för årets Njudungskavle, det stora genrepet inför Tjoget. OK Bävern mönstrade fem lag med Johan, Martin, Oskar, Henrik och Gustav startsträckan. Dessutom fanns sju lag från Njudung, samt ett lag vardera från Bodafors och Leksand(!) på startlinjen. Just Leksand, ett familjelag med tydliga rötter i arrangörsklubben, satte färg på tävlingen genom att vinna förstasträckan, tätt följt av sex njudungar och tre bävvar. Övriga lag sladdade lite.

På den andra sträckan hade Beatrice bästa tid och förde upp OK Bäverns förstalag till tredje plats, knappt en minut efter OK Njudungs förstalag. Allt talade för en tvekamp mellan dessa båda lag, där Harald och Evert skulle ställas mot Pontus Lindqvist och Claes Lökvist.

Pontus svarade för en bra

tredjesträcka och skickade ut Claes i en ledning med två minuter före Evert. När Evert inte hade sin bästa dag kunde OK Njudung defilera hem segern. OK Bävern sprang in på en lika betryggande andraplats, medan övriga bäverlag radade upp sig på platserna 6, 7, 8 och 9 av 14 startande lag.

Nästa år hoppas vi på ännu fler lag och givetvis ska Njudung stoppas från att ta tredje raka segern.

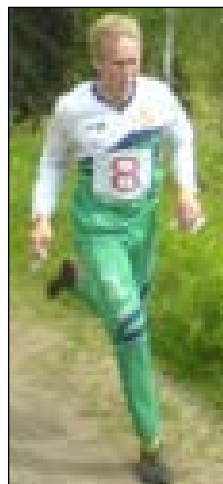


FOTO: HENRIK ADOLFISSON

Evert Johansson.

Martin Schagerlind



FOTO: SUSANNE KARISSON

OK Bäverns bästa lag på Njudungskavlen kom tvåa. Fr.v: Evert Johansson (str 4), Beatrice Gustavsson (str 2), Harald Magnusson (str 3) och Johan Schagerlind (str 1).

## Höstens planering för ungdomarna i OK Bävern

	Aktivitet	Info
Tis 8 aug	Tisdagsträning 17.30	Tisdagslunkens karta.
Ons 16 aug	Ungdomsserien, OK Bävern	Samling 17.15 Lilla Sälleryd.
Ons 23 aug	Ungdomsserien, IFK Sävsjö	Samling 17.15 Ekenäs skola.
Tis 29 aug	Tisdagsträning, 17.30	Tisdagslunkens karta.
Tis 5 sep	Tisdagsträning, 17.30	Tisdagslunkens karta.
Ons 6 sep	Ungdomsserien. Avslutning i Sävsjö badhus.	Avresa 17.30 från Ekenäs skola. Mer information senare.
Tis 12 sep	Tisdagsträning	
Tis 19 sep	Tisdagsträning	
Tis 26 sep	Avslutning på träningen	Samling 17.30 Bäverstugan.

## Statistik från våren

Här följer en sammanställning efter vårens tävlingar. Som synes så hålles samma "berg & dalbana" som de senaste åren, alltså upp och ner, i år ner.

### Statistik 2003-2006

	'03	'04	'05	'06
Startande Bävvar	50	42	59	56
Gjorda starter	260	197	314	249
Segrar	22	3	24	9
Andraplatser	17	8	14	13
Tredjeplatser	18	9	18	9
Budkavlar	4	3	3	4

### Aktuell ställning i Poängpriset

1.	Göran Karlsson	673,87
2.	Egon Gustavsson	541,01
3.	Tom Johansson	501,77
4.	Martin Schagerlind	469,43
5.	Johan Schagerlind	467,84
6.	Rune Thuresson	458,66
7.	Evert Johansson	451,92
8.	Bo Turesson	446,22
9.	Robin Schagerlind	426,58
10.	Astrid Svensson	415,68
11.	Oscar Gustavsson	410,74

En mycket haltande tabell. Endast fem av ocanstående kan räkna in stipulerande åtta tävlingar. Övriga siffror kan ses på OK Bäverns hemsida, [www.okbavern.nu](http://www.okbavern.nu).

Med reservation o s v.

Alf Malmgren



## Pröva på Naturpasset i sommar

Årets Naturpass, motionsaktiviteten i skog och mark med hjälp av karta har startat. Under tiden 15 juni – 15 september finns 40 kontroller utplacerade i terrängen öster om Ekenässjön och det betyder att kartan som används också i år är Ekenässjön Östra. Den är väl kanske inte riktigt aktuell i vissa områden på grund av förra årets stormfällning men nu är de flesta vindfällan borta och framkomligheten åter god.

Naturpassets målgrupp är inte i första hand den aktive orienteraren utan i stället den vanlige motionären. Med hjälp av kartan kan han lämna de kända stigarna för att söka efter kontroller. På så sätt blir motionen lite annorlunda, kanske till och med

spännande. De flesta av Naturpassets kontroller är lätta, det fåtal som är lite svårare kan man välja bort då det räcker med att besöka 25 kontroller för att få delta i utlottningen av priser.

Naturpasset kostar 40 kr och finns att köpa på Preem och Konsum i Ekenässjön samt på Turistbyrån och Apoteket i Vetlanda. Information om Naturpasset finns också på vår hemsida [www.okbavern.nu](http://www.okbavern.nu). Naturpassarrangemang runt om i landet kan du också hitta på Internet. Via vår hemsida kan du gå in på [www.orientering.se](http://www.orientering.se) och klicka vidare på Naturpasset. Här finns ca 300 Naturpass att välja mellan.

**Välkommen ut i naturen!**

## Höglandets veteran-OL

Vårens veteranorienteringar avslutades den 14 juni då SOL Tranås arrangerade på den nyritade Dju-rafallskartan. Det var den nionde deltävlingen för våren och i medeltal har 49 veteraner deltagit. Det betyder att uppslutningen är nästan exakt densamma som förra våren.

Höstsäsongen startar den 2 augusti och sammanlagt 13 deltävlingar är inplanerade fram till höstfinalen i Tranås den 25 oktober. Också i år blir det en klubbmatch mot S. Vätterbygdens veteraner och den kommer att gå den 24 augusti vid OK Bergets klubbstuga utanför Taberg.

Tävlingen avgörs på en av kartorna från O-Ringen 2005 och det kan betyda att banorna blir rejält kuperade. Höglandets veteraner vann ju förra årets match i Landsbro och nu gäller det att försvara segern, något som kan bli nog så svårt.

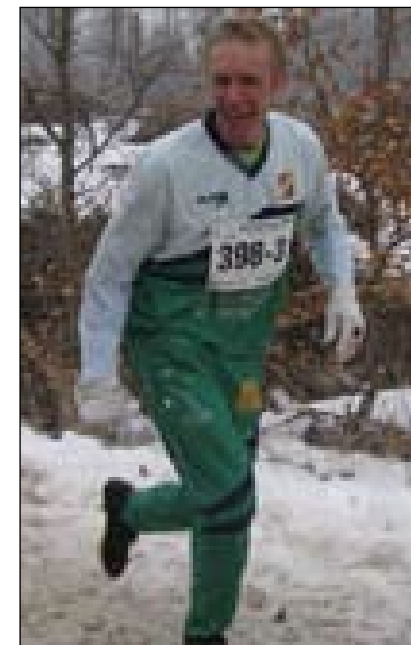
**Höstens program:** 2/8 Eksjö SOK, 9/8 SOK Aneby, 16/8 SOL Tranås, 24/8 Klubbmatch i Taberg, 30/8 Grännabygdens OK, 6/9 OK Bavern, 13/9 Nässjö OK, 20/9 Forserums SOK, 27/9 IFK Sävsjö, 4/10 SOK Aneby, 11/10 OK Njudung, 18/10 Eksjö SOK, 25/10 SOL Tranås.

## Bävrrar springer Snow-cup i Danmark

Årets upplaga av tävlingsresan till Danmark befarades att bli rena vinsterresan. Kung Bore höll hela norra Europa i ett kollosalt snögrepp. Vi hade fått uppleva den snörrikaste vintern i mannaminne, och till råga på allt begåvades vi med 15 cm nysnö till avresedagens morgon. Nåväl, årets resa hade glädjande nog lockat rekordmånga bävrrar att följa med. I sju minibussar lastade vi in femtionio (kanske var någon sjuk) bävrrar och en njudunge, Pontus Lindqvist, och begav oss av mot den hägrande våren i Danmark. Hoppet är ju det sista som överger oss.

På internätet kom det rapporter dagligen om snötäcket i springskogarna i Danmark. Detta minskade dock oroväckande sakta. Vid vårt första stopp på nerresan, fikar vid Sjöboda, kunde vi konstatera att vädret var mycket behagligare än vid fjolårets resa. I Skåne upphörde snön på de öppna fälten och båtfärden över sundet företogs i behagligt solsken. Efter matstopp i Graested anlände vi till vårt nu väldigt inbudda Feriecentret i Gilleleje. Snöfritt, härligt.

Vår reseledare, Evert, hade i år igen placerat oss tillsammans med Bernt och Evy i en stuga. Detta kändes ju väldigt tryggt, om det skulle bli problem med det sanitära. För övrigt när det gällde springandet så skulle han väl inte vara till något besvär, han deltar i samma klass där jag springer. Efter inkvartering var det så dags att göra sig i ordning för nattskubb. St. Dyrehave nord var det som gällde för



Reseledaren Evert Johansson.

FOTO: HENRIK ADOLFSSON

natten. Första tävlingen för året, man måste ju vara extra noga med att allt är med. Kompass, pinne på fingret och glasögon, detta finns ju i ryggsäcken så det går ju inte att glömma. Bernt som sprang i seniorklassen redan förra året började redan i höstas att visa upp ett stort självförtroende. Genom att hänvisa till sin badmintontränare, försökte han säga att jag nog skulle passa mig. Jo, jo, Bernt startade två minuter efter mej, så redan där hade han tappat kontakten. På väg till andra kontrollen kände jag att det flöt på väldigt bra. Väl i mål fick jag sitta en stund i arrangörernas tält och vänta på min antagonist. Efter en ett tag kom han, hur gick det sporde jag?

-Jag kom till första och skulle ta kompass till tvåan. Men var har jag kompassen? Letade överallt. Fanns ingenstans. Jag hade glömt den i stugan.

Det är ju rätt bra om man förbereder sig. Nu gick det ju ganska bra för den gode Bernt ändå. Han träffade på en norrman vars lyse ej fungerade och med bara en halv kompass. Trots språkförbistringar tog sig dessa båda gentlemän i mål tillsammans innan morgonen grydde.

På lördagen var det så dags för klassisk distans på Horseröd Hegn og Guresö nord. Nu fick jag även tampas med altmeistern i klassen, Iffe. Med all den rutin och vana han har vid stora tävlingar (han har ju deltagit i 10-mila) så siktade han säkert på att bli klubbäst. Men, när man känner sin kropp så skall det inte behöva bli några överraskningar. I ett ganska lugnt tempo körde jag igenom banan. När vi fick resultaten kunde jag konstatera att mer än en långsida, kanske

tre kvarts varv skiljde till mina båda antagonister.

Mitt på banan, på stigen i det gröna, gjorde jag ett litet stopp, jag träffade på flickorna. Vi stannade upp och språkades vid lite på tre man hand, Astrid, Siv och jag. Vid sista både mötte jag och sprang om dom igen, flickorna har det riktigt trevligt i skogen. Och inte nog med det, Astrid vann. Pass upp Göran, med en sådan start på säsongen är det nog Astrid som står för hegemonin, inte bara i familjen utan i hela klubben.

Lördagskvällen ägnades åt en liten klubbträff på feriecentret. Välfylld smörgås, kaffe, te eller saft smakade riktigt bra. Vår reseledare tyckte att vi var lite för många för att kunna träffas i någon utav stugorna, därav detta fina initiativ. Du ser Evert, allt du gör är populärt. Ett tack fick du för detta, blomman som jag hoppas att Pia vattnar och paketet som du inte öppnade, men jag hoppas att det smakade bra. Fortsätt gärna med dessa resor, vi



FOTO: ANNI-CHARLOTTE ADOLFSSON

Middagen intogs på den förträffliga restaurangen i Græsted. Närmast kameran sitter Egon Gustavsson, Henrik Adolfsson och Ludwig Gustavsson.



FOTO: HENRIK ADOLFSSON

Harald Magnusson är, som förste bäver, på väg mot mål i budkavlen. Före Harald sprang Johan Schagerlind och Beatrice Gustavsson.

ställer alltid upp.

Söndagens kavle gick på södra delen av Djurparken. Sju lag i motionsklassen och ett lag i ungdomsklassen ställde vi upp med. Efter förste sträckan hade vi de bästa "bäverlagen" på placering fyra och sex där Martin och Johan sprang. Bosse fick gå ut 11 sekunder före Bea. Efter lite kompiskörning kände Bea att flera bävvar närmade sig bakifrån. En liten tempohöjning och Bea växlade som bästa "bäverlag". Bosses ben orkade inte stå emot. På andra sträckan gjorde även Sara A en mycket bra löpning och förde Adolfssons familjelag långt upp i resultatlistan. För oss är

detta en inbördes kamp och det bästa "bäverlaget" som kom på en slutlig 10:e plats bestod av Johan, Bea och Harald. I ungdomsklassen kom Tom, Oskar och Rickard på en plats 21:a.

Trots att det fanns en hel del snö i terrängen så kändes detta dock som ett bra avstamp inför den kommande säsongen. Vi får komma igång med att springa med karta och kompass och detta stimulerar väldigt. Nu får vi tro att det ljusa underlag vi länge begåvats med försvinner och att det mossgröna tar överhand. Det är ju så vi vill ha det i skogen.

Robin

## OK Bäverns nationella orieteringstävling

Den 30 april hade vi en Nationell långdistans orietering. TC var förlagt till Boda, utgångsläget var inte det allra bästa. Tävlingen skulle ha varit en vecka tidigare men Per & Kersti Cup ville byta med oss och om vi gjorde det blev vi mer eller mindre lovade Ungdomscupen. Men tyvärr,

lova är en sak, men hålla vad man lovar är en annan. OK Älme som hade tävling dagen efter oss fick cupen i stället trots att de har Smålandskaveln i höst, DÅLIGT. Det var orsaken till det låga deltagarantalet, endast 353 st. Vädret gjorde det inte bättre, regn och åter regn. Vi hade inte behövt lägga



ner mycket mer arbete även om dubbelt så många anmält sig.

Eftersom vi inte haft någon egen tävling sedan 1998, i Stigaskäl, så var vi något ringrostiga. Fast inte helt, Njudung och Bävern har ju haft gemensamt ihop. Tävlingsområdet var perfekt, allt samlat på

ett ställe. Tävlingen funkade mycket bra, jag har inte hört några klagomål och banläggarna Ivan och Harald hade lyckats väl med tuffa och väl genomtänkta banor.

Tävlingsledningen vill nu tacka alla funktionärer som har hjälpt till



Tävlingen lockade tyvärr endast 353 personer.

FOTO: HENRIK ADOLFSSON

både före, under och efter tävlingen. Även ett stort tack till markägarna samt de företag som skänkte de fina prisbord där Lennart L och Olle H gjort ett gott arbete.

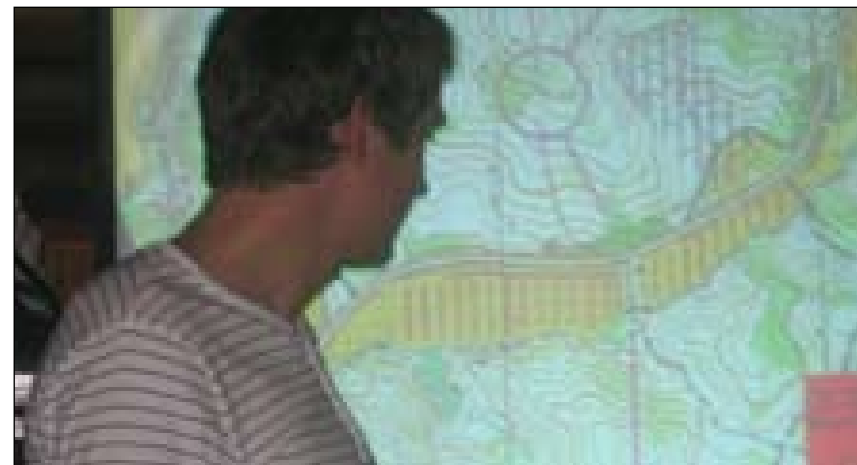
*Tävlingsled. Stig Adolfsson*

## Sverige-ettan hade föredrag på upptakten

Vi samlades ca 40 bävrar i bävernstugan vid fikabordet, efter att vi börjat våra träningsrundor lite tidigare. Detta för att vi skulle hinna i tid till föreläsningen av landslagslöparen David Andersson ifrån IKHP. Det började med lite strul av den tekniska biten men tur var att dataexperten Johan var på plats, det löste sig tillslut och strax efter åtta kunde vi börja. I nästan två timmar lyssnade vi och imponerades av Davids prat och hans entusiastiska arbete i att bli den bästa i Sverige. För 2005 blev han rankad som nummer 1 i Sverige med bland annat en fjärde plats i VM i Japan som merit. Medaljerna var nära men han skämtade om att de drack han upp för efter kontroll tio med tre kontroller kvar, stannade han

vid vätskekontrollen som de innan loppet blivit ”beordrade” att göra. Vi fick höra om hans väg till toppen och fick många tankvärda ord och tips.

Davids egna bakgrund är att han är uppvuxen i en orienteringsfamilj. Vid tidiga år beslöt hans egna klubb med tre andra att slå ihop sig, detta ledde till större klubbgemenskap och fler ungdomar i hans egen ålder vilket han lyfte fram som väldigt positivt. När det var dags att välja gymnasium så valde han att gå på skidgymnasiet i Mora, för då kunde han fortsätta att satsa även på orientering. Som junior kom han med i landslaget och fick sen efter gymnasiet chans att åka till Schweiz. Där kunde han kombinera träning med ett jobb som au pair i en familj där han



David Andersson visar karta från VM i Japan.

FOTO: ANNA ADOLFSSON

hade hand om tre pojkar i skolåldern. Den här tiden intensifierades träningen för David väldigt mycket.

Efter ett år kom han tillbaka till Sverige där han fortsatte sin satsning som nu helt gick över på enbart orientering. Han bodde hemma vilket gjorde att han kunde arbeta halvtid så att han kunde fortsätta sin hårdträning. Halvtidsjobbet var som lärare och det blev han sugen på. Han flyttade till Huskvarna och arbetar nu som instruktör på Sandagymnasiets orienteringslinje 40 %.

Han visade oss avsnitt ur sin träningsdagbok som han alltid för både från det att han var 14 år men även en från årets säsong. Från att som 14-åring ha tränat 2 gånger i vecka plus 2-3 tävlingar i veckan tills det idag att träna 65-70 timmar /månad, varav 50 % är löpning. Han tränar alla dagar i veckan men ”bara” 3 snabba pass i veckan. Han påpekade att det är viktigt med alternativ träning och olika sorters träningstempo.

Framgångsfaktorer som David

ville lyfta fram:

- Mycket fysisk träning
- Tydlig målsättning och planering
- Mycket orienteringsteknik
- Mycket kartstudier – arkivera kartor, rita in banan och analysera dina vägval –
- Mental träning
- Våga satsa, tro på dig själv och sträva alltid efter att utvecklas.

Som sammanfattning på allt detta var det viktigaste: **Ha roligt, lek blandat med allvar. Glöm aldrig att du orienterar för att det är kul!!!**

Efter allt detta berättade han om VM hur det började med hans målsättning att nå dit och hur han sen kom dit hur han la upp sin träning och hur uppladdningen och förberedelserna gick till. Och som avslutning gick han igenom sin bana från VM.

En jätteintressant kväll som gav mycket som även en liten motionär som en annan kan ta med sig fast man får lägga det på sin egen nivå.

*Anna Adolfsson*  
17

## 31:a på 31:a Tjoget

Solen lyste och temperaturen var nästan 30 grader, typisk tjoget-väder med andra ord. Platsen var Skurebo, samma ställe som 1994-tjoget. Förutsättningarna såg mycket goda ut och alla såg fram emot att försvara vår fina placering från i fjol, och kanske det viktigast av allt att slå OK Njudung. Förhoppningarna minskade dock en del när vi hörde radion från första sträckan, ingen Nicklas Ottosson rapporterades, men tekniken har ju haft fel förr... Tyvärr visade sig inte så den här gången när en taper Nicklas tog sig i mål 16 minuter efter täten, plågsamma astmabesvär var orsaken till förseningen. I den ursprungliga planen var det sen meningen att Oscar Berg skulle ta fram laget till en tätplacering. Han gjorde ett mycket stabilt lopp och var tredje snabbast på sin sträcka, så de 16 minuterna hade minskat till 15. Debutanten Emmy Johansson fick sedan axla sin storbrors sträcka från

tidigare år och gjorde bra ifrån sig, dock var hon lite besviken på grund av ett antal missar vid några kontroller.

Men vi fortsätter att plocka placeringar

och när Sara Adolfsson skulle ut på sträcka 7 låg vi på en 43: plats, och trots att Sara som hon själv sa missade på "alla" kontroller tog hon upp 5 placeringar. Vi var dock 54 minuter efter ledarlaget och Martin fick gå i omstarten på första nattsträckan. Det gick fort på natten och Martin gjorde

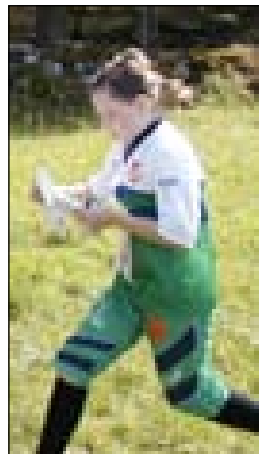


FOTO: MARTIN SCHÄGERLIND

Emmy på sträcka 3



FOTO: MARTIN SCHÄGERLIND

Rickard gjorde ett mycket bra lopp, här ger han sig ut på 3:e nattsträckan.

bra ifrån sig och höll sig långt framme i omstartsklungan, växlade över till nattspecialisten Harald som fick bra draghjälp och sprang precis så fort som han mäktade med. 1:a, 2:a, 3:e, 4:e, 5:e, 6:e, 7:e och på väg till 8:e kontrollen som var en långsträcka fick han plösligt stanna upp. Kollade kartan, kollade kodsiffran...

– Har jag verkligen varit vid sjuan? Utan vetskap om han hade varit där tog han det säkra före det osäkra

och vände och sprang tillbaka. Efter målgång kunde han inte säga om han hade varit där första gången eller hur han hade det. Det visade sig dock när sträcktiderna kom upp att han mycket riktigt hade stämplat där första gången, men en enligt honom "fullständig blackout" gjorde att han helt enkelt var tvungen att vända tillbaka, och fullt förståeligt var det för igen vill väl vara den första i OK Bävem som inte går runt på Tjoget. Efter Harald tog

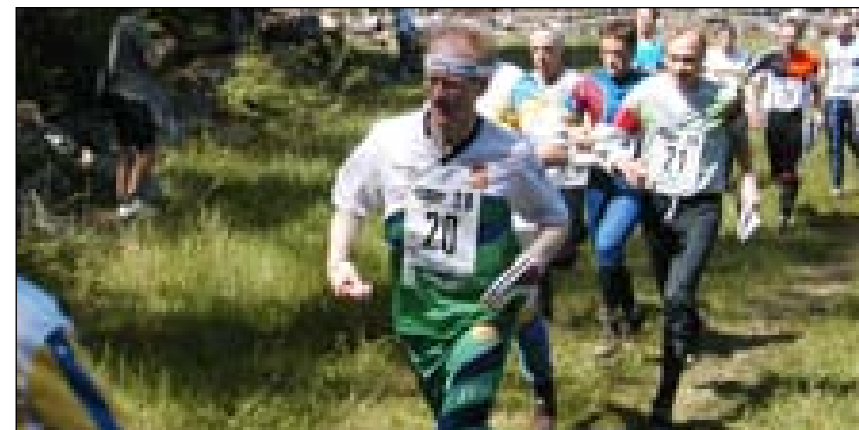


FOTO: MARTIN SCHÄGERLIND

Egon i omstartsklungan, i mål tog han in laget på 31:a plats

Rickard Holm vid och gjorde mycket bra ifrån sig. Han plockade på täten och var fyra på sin sträcka.

Natten fortsatte och så småningom gick solen upp och bävrarna gjorde varken bort sig eller gjorde kanoninsatser men vi plockade placering efter placering. Gustav visad dock stryka och gjorde bra ifrån sig på den långa 13:e sträckan. En stund efter att segrarlaget OK Orion gått i mål med VM-löparen Yuri Omelchenko som slutman, fick Egon ge sig ut på omstart på sistasträckan. Egon imponerade

löpmässigt och hängde med i täten av omstartsklungan ända in i mål, han tog därmed in laget på en 31:a plats, på OK Bävems 31:a Tjog.

Mot OK Njudung och Eksjö SOK fanns inte mycket att göra, men om vi hade legat med bättre på förststräckan och inte stämplat vid kontroller två gånger :-), så hade vi alla fall kunnat ge dem en match.

Sträckstatistik finns på sista sidan i tidningen.

Henrik Adolfsson

# Tjoget - 2006-07-01

## OK Båvern

Str	Längd	Namn	Måltid	Egen tid	Km-tid	Egen plac	Måltid led.lag	Tid efter led.lag	Bästa str.tid	Bästa km-tid	+/- tid	+/- plac	Plac
1	7 300 m, Dag	Nicklas Ottosson	63.10	63.10	8.39	74	46.59	16.11	46.59	6.26	+16.11	+73	74
2	3 800 m, Dag	Oscar Berg	87.21	24.11	6.22	3	71.45	15.36	22.30	5.55	-0.35	-26	48
3	2 600 m, Dag	Emmy Johansson	108.57	21.36	8.18	66	86.51	22.06	13.12	5.05	+6.30	+6	54
4	7 300 m, Dag	Kjäll Ottosson	165.27	56.30	7.44	42	132.28	32.59	43.52	6.01	+10.53	-7	47
5	2 500 m, Dag	Pia Lundberg	182.50	17.23	6.57	26	147.52	34.58	14.43	5.53	+1.59	-1	46
6	6 200 m, Dag	Evert Johansson	230.34	47.44	7.42	23	188.44	41.50	40.30	6.32	+6.52	-3	43
7	4 300 m, Dag	Sara Adolfsson	272.31	41.57	9.45	50	217.55	54.36	29.08	6.47	+12.46	-5	38
8	7 500 m, Natt	Martin Schagerlind	330.53	58.22	7.47	31	275.11	55.42	54.15	7.14	+1.06	+1	39
9	5 300 m, Natt	Harald Magnusson	393.36	62.43	11.50	70	316.26	77.10	38.54	7.20	+21.28	+5	44
10	5 000 m, Natt	Rickard Holm	432.35	38.59	7.48	4	357.37	74.58	33.47	6.45	-2.12	-6	38
11	6 200 m, Gryning	Henrik Adolfsson	486.29	53.54	8.42	32	406.59	79.30	39.04	6.18	+4.32	0	38
12	2 600 m, Dag	Beatrice Gustavsson	507.47	21.18	8.12	26	424.24	83.23	15.12	5.51	+3.53	-1	37
13	7 500 m, Dag	Gustav Adolfsson	565.43	57.56	7.43	28	472.30	93.13	44.11	5.53	+9.50	0	37
14	3 900 m, Dag	Tom Johansson	597.44	32.01	8.13	30	503.21	94.23	24.17	6.14	+1.10	-1	36
15	4 900 m, Dag	Arne Berg	643.45	46.01	9.23	20	546.36	97.09	39.09	7.59	+2.46	-3	33
16	8 100 m, Dag	Johan Schagerlind	710.41	66.56	8.16	46	598.46	111.55	49.53	6.10	+14.46	0	33
17	6 500 m, Dag	Jan Blomqvist	778.32	67.51	10.26	54	648.07	130.25	42.50	6.35	+18.30	+1	34
18	3 000 m, Dag	Stefan Adolfsson	807.17	28.45	9.35	17	674.06	133.11	22.56	7.39	+2.46	-1	33
19	5 100 m, Dag	Rune Thuresson	862.02	54.45	10.44	43	709.06	152.56	30.47	6.02	+19.45	-1	32
20	7 900 m, Dag	Egon Gustavsson	922.24	60.22	7.38	28	757.32	164.52	46.37	5.54	+11.56	-1	31