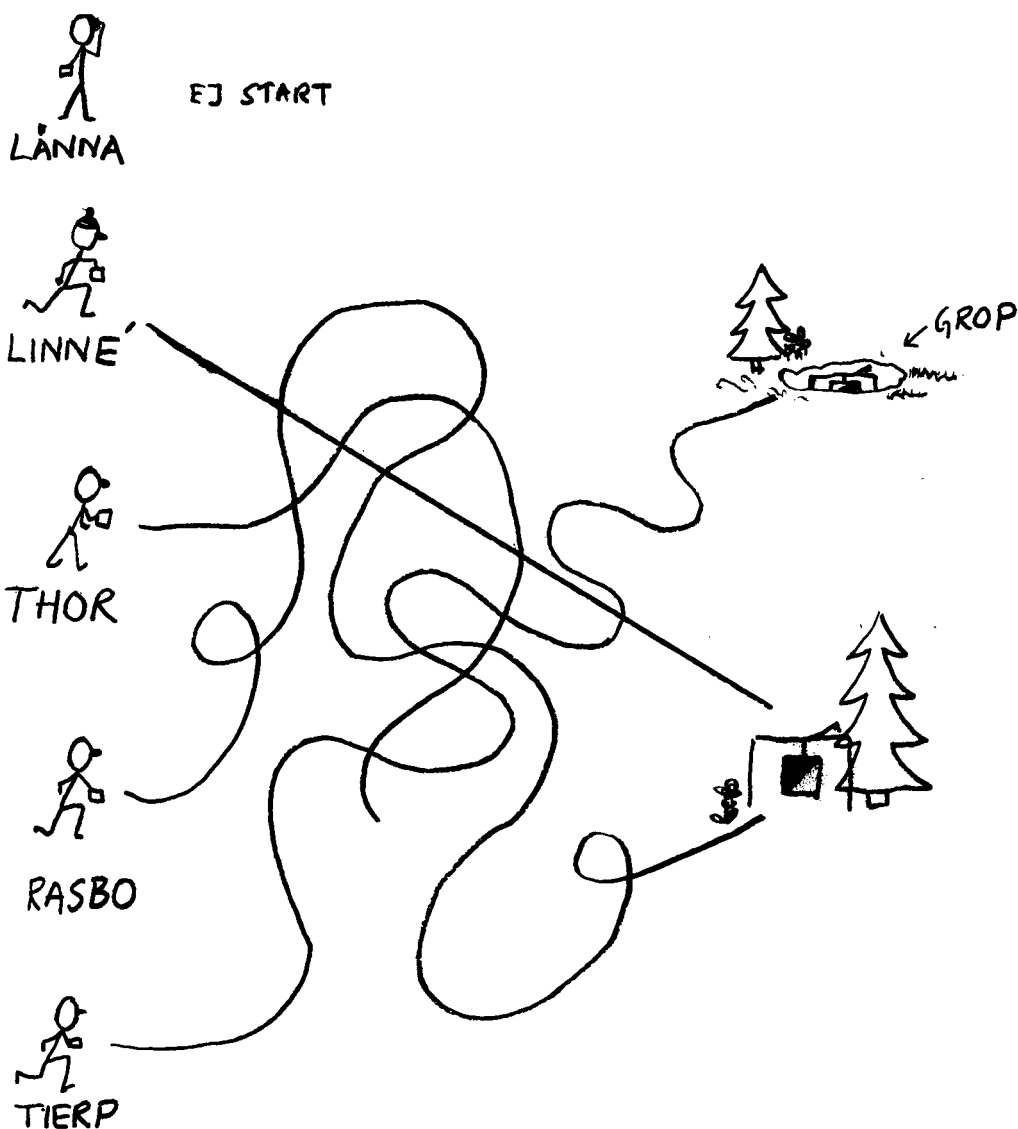


# O-NYTT

Klubbtidning för OK Linné  
Nr 1 våren 2004

OK Linné



KNEP & KNÅP: VEM SPRINGER VART?

# INSIDAN

Vårsäsongspremiär! Åtminstone för egen del. Måsenstaffetten är avklarad och det är nu man vet ifall vinterträningen varit tillräcklig eller inte. Det har den inte. Medan resten av redax nu sitter samlade hos Erik och jobbar för fullt med O-Nytt sitter jag med (ofattbart) stela ben kvar hemma och skriver redaxruta. Om jag blir riktigt törstig kanske jag kan stappla ut i köket och hämta något att dricka, men det är gränsen för vad jag tänker röra mig just nu.

Även om man egentligen inte är riktigt så tränad som man borde vara, ens för en sträcka i Linnés fjärdelag, vill man ju naturligtvis ändå göra sitt bästa. Inte minst för att samla några poäng i årets diskussionsämne – Dream Team! Endast en deltävling är i skrivande stund avklarad men spänningen är på topp och spekulationerna på TC var många.

Till nästa år ska jag försöka se till att ha lite fler träningstimmar i bagaget inför min premiär, men framför allt en sak har jag lärt mig i dag – stretcha!

*/Mats Åberg (Redax på distans)*

## **Manusstopp 2004:**

19 mars

**11 juni**

## **Bidrag skickas till:**

Stina Åberg  
Vallbygatan 3  
753 24 Uppsala  
onytt@oklinne.nu

## **Redax medlemmar:**

Elin Hjertson  
Erik Melin  
Mats Åberg  
Stina Åberg

### **Material till O-NYTT**

- Vi kan ta emot material antingen på papper, eller ännu bättre, elektroniskt på diskett eller via e-post. Frågor om möjliga dataformat besvaras av Erik Melin.
- Var ute i god tid, och respektera manusstopp.
- Tänk på att vårt utrymme är begränsat, nu när vi bara ger ut fyra nummer per år.

Kort om



## **OK Linné**

### **Adress Klubbgården:**

OK Linné  
Tallbacksvägen 68  
756 45 Uppsala

**Ordförande:** Per-Erik Thunström, 018-21 58 01

**Anmälningar:** Sker i pärmen på klubbgården

**Träningar:** Se "Från Klubbarna" i UNT eller hemsidan

**Postgiro:** 36 48 11-0

**Internet:** [www.oklinne.nu](http://www.oklinne.nu)



Nu startar vi upp klubbens 10:e verksamhetsår efter en vinter som med uppsalamått har gett oanade möjligheter att åka skidor. Många mil på laggarna har det blivit men därför tyvärr allt för få kilometer löpning i terräng. Därför gäller det att försiktigt men idogt återskaffa en drömform inför vårens premiärtävling. Förresten premiär och premiär. De mest drivna i klubben har i skrivande stund redan tävlat och nått fina resultat.

Årsmötet den sista februari klubbades igenom lika skickligt som vanligt och inga kontroversiella frågor kom upp under mötet. Valberedningen hade dock icke lyckats finna någon villig att åta sig ordförandeskapet efter att jag av sagt mig omval. Däremot lovade någon att kandidera till posten på nästa årsmöte. Det gav mig hopp om framtida lösning på problemet och därför stannar jag kvar som ordförande ytterligare ett år. I övrigt beundrar jag valberedningen för arbetet att skaffa folk till alla poster i klubben och jag gratulerar klubben för att det finns så många som ställer upp och jobbar i de olika grupperna. Efter årsmötet utbröt i vanlig ordning en ymnig prisutdelning. Veteranföreningen delade slutligen ut premier till våra SM-hjältar. Protokoll från årsmötet medföljer O-Nytt.

Upplands OF har vid sitt årsmöte givit ut en diger verksamhetsplan där man bland annat återfinner visioner och mål. För att eliten skall kunna nå UOFs mål kommer bl.a. förbundet att ekonomiskt stödja föreningar som har landslagsaktuella löpare för aktiviteter som inte bekostas av SOFT. Klubbarna skall skapa förutsättningar för elitorienteraren att träna och tävla i bästa tänkbara konkurrens genom att bl.a. stödja löparna ekonomiskt under ömsesidigt ansvar. På samma sätt finns det mål för ungdoms- Preo och övrig verksamhet inom distriktet. Har denna verksamhetsplan rätt spridning i vår förening?

Varje idrott har sin julafton. Vi har nyligen avverkat Wasaloppet och bandyfinalen och kvar har vi vår egen d.v.s. Tiomila som i år kommer att genomföras i tuff och utslagsgivande kolmårdsterräng 24-25/4. Vi kommer att vara där med bästa möjliga lag för att visa att vi vill vara SVERIGES BÄSTA ORIENTERINGSKLUBB. I år får vi klara oss utan Kennet "Smidde" Smidemo som på ett förtjänstfullt sätt tillfört löparna bränsle under tidigare tiomiladygn. Tack Smidde. Nu får någon eller några andra kliva fram för att serva löparna.

Världsmästerskap i orientering utspelar sig de flesta år i andra länder eller långt från Uppsalas horisont. Nu har vi chansen att på ort och ställe åse årets VM i orientering. 11-19 september i trakterna av Västerås. Du har även möjlighet att tävla själv på dessa VM-kartor 16-18/9 efter att VM avgjorts. Jag hoppas att vår toppelit får chansen att springa något VM-lopp, vilket skulle förhöja intresset ytterligare.

Stöd klubben genom frivilliga belopp som Du sätter in på OK L Gynnare Pg 36 48 11-0. Du kan också köpa Bingolotter, skraplotter och SverigeLotten i klubbgården varje tisdagskväll. SverigeLotten ger föreningslivet mer pengar. Köp denna istället för Triss. Samma pris.

Den närmaste tiden jobbas det med vår egen tävling ingående i Uppsala Möte. Vi ses då.

*Per-Erik Thunström*

# Dags för loppis igen

I höstas sålde vi en massa prylar på Fyristorg. Var och när nästa loppis äger rum är ännu ej bestämt men troligtvis blir det nån gång i mars/april. Det är därför hög tid att börja rensa i skåp, lådor och vindsförråd och samla ihop en tillräcklig mängd prylar för en ny loppis.

Insamling av prylar sker alltså löpande i damernas omklädningsrum. Lämna helst grejor i samband med tisdagsträningarna då oftast någon av oss (se nedan) finns på plats men det går också bra att lämna grejor andra dagar. Vi kommer att flytta undan de inlämnade prylarna till någon bättre plats allt eftersom det blir fullt.

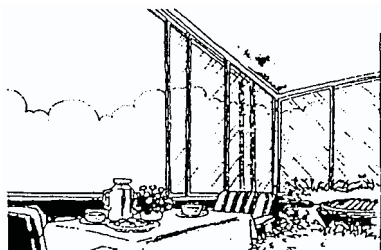
Alla gamla (och nya) prylar såsom porslin och glas av olika slag, kläder, böcker, leksaker ja i princip allt är av intresse. Enda kravet är att alla grejor skall vara hela och rena. Har du särskilda tankar om priset på någon sak du lämnar kan du tala om det för oss eller sätta en lapp på den.

Om du undrar något eller är intresserad av att hjälpa till kan du kontakta någon av nedanstående personer:

Elin Hjertson  
Frida Hjertson  
Karin Janerås  
Björn Olovsson

## GLASKLART

### INGLASNINGAR!



• Balkonger • Uterum

Ett glasmästeri i tiden!

Inglasningar och Bilrutor  
Speglar och Plast  
m.m.

Glasklart – Självklart  
sedan 1986

[www.glasklart.se](http://www.glasklart.se)

Glasklart AB                      Auktoriserat bilglasmästeri  
Bolandsgatan 15C              Tel: 018-65 13 30  
753 23 UPPSALA                Fax: 018-65 13 39

# Klädförsäljning tisdag 30 mars

Försäljning av OL-kläder, Coolmax t-shirts, benskydd m.m. i klubbgården från kl 19.00-ca 20.30. Nedan ser du vad som finns i lager samt priser.

Ol-blus, kort ärm	230 kr	250 kr
Ol-blus, lång ärm	240 kr	260 kr
Ol-byxa, knäkorta ben	160 kr	180 kr
Ol-byxa, långa ben	170 kr	200 kr
Ol-byxa, lång med knäsnodd	220 kr	240 kr
Långa tights	300 kr	320 kr
Ol-benskydd	300 kr	300 kr
Coolmax t-shirt	240 kr	260 kr

Dessutom finns en del gamla kläder, t-shirts och märken till rimliga priser.

## Beställning av overaller

Vi har nyligen skickat en beställning på Trainer extreme-overaller. Det är dock ännu för få Combi- och Microoveraller beställda. En ny lista sitter nu uppe i klubbgården tills vi fått tillräckligt många beställningar. Du som redan har beställt behöver inte fylla i igen.

För att få ihop tillräckligt många har vi beslutat att vi bara beställer Combioveraller eftersom den ändå är en vidareutveckling av Microoverallen och så småningom helt kommer att ersätta Micron. De som beställt Micro kommer att erbjudas att ändra till Combioverall. Har du frågor angående detta får du höra av dig.

Minsta antal för att skicka en beställning är 10 overaller (fodrade och ofodrade).

Plagg att beställa på lista i KG	Ca pris
Combi jacka utan foder	440 kr
Combi byxa utan foder	320 kr
Combi jacka nätfoder	595 kr
Combi byxa nätfoder	435 kr
Combi jacka utan foder löstagbara ärmar	520 kr
Combi jacka nätfoder löstagbara ärmar	680 kr

Från och med i år kommer O-NYTT i pappersform endast att skickas till dem som inte kan eller vill läsa tidningen på nätet. Om du kan tänka dig avstå papperstidningen, ska du logga in på Linnés hemsida och välja Användarprofil från menyn Blandat. Kryssa för rutan som handlar om att avstå O-NYTT och tryck sedan på knappen Fortsätt längst ner. Följ därefter instruktionerna.

# Protokoll fört vid OK Linnés årsmöte

Söndagen den 29 februari 2004

§ 1 Årsmötets öppnande

Per-Erik Thunström hälsade medlemmarna välkomna till årsmötet.

§ 2 Fastställande av dagordning

Dagordningen godkändes.

§ 3 Årsmötets utlysande

Utlysandet av årsmötet godkändes.

§ 4 Val av ordförande och sekreterare för årsmötet

Gunnar Gustafsson valdes till ordförande och Birgitta Rosberg till sekreterare.

§ 5 Val av två justeringsmän, tillika rösträknare, som jämte ordförande skall justera årsmötets protokoll.

Till justeringsmän valdes Andreas Hjertson och Jenny Westerbergh.

§ 6 Styrelsen och sektionernas verksamhetsberättelser samt resultat- och balansräkningar för det senaste verksamhetsåret.

Verksamhetsberättelserna presenterades skriftligen.

Kassör Lars Petersson hade genomgång av resultat- och balansräkning.

§ 7 Revisorernas berättelse

Tom Karlsson föredrog revisionsberättelsen.

§ 8 Ansvarsfrihet för styrelsen

Årsmötet beviljade ansvarsfrihet för styrelsen.

§ 9 Fastställande av medlemsavgift

Styrelsens föreslog oförändrade medlemsavgifter, dvs:

Medlemmar till om med 16 år, medlemmar 65 år och äldre– 200 kronor/ år.

Medlemmar 17-64 år– 300 kronor/ år.

Familj – 600 kronor/ år.

Tävlingsavgift från 400 kronor till maximalt 1000 kr för enskild och 2000 kr för familj.

Årsmötet fastställde styrelsens förslag.

§ 10 Fastställande av budget för kommande verksamhetsår

Budgeten för kommande verksamhetsår fastställdes.

§ 11 Fastställande av ledamöter och suppleanter till kommande styrelse (minst fyra ordinarie ledamöter)

Årsmötet beslutade att styrelsen skall bestå av fem ordinarie ledamöter samt ordförande och en suppleant.

§ 12 Val av

a) Ordförande

Till ordförande omvaldes Per-Erik Thunström för ett år.

b) Övriga styrelseledamöter

Per-Olov Andersson och Anders Boström valdes på årsmötet 2003 på två år.  
Folke Boström, Lars Petersson och Jeanette Larsson omvaldes på två år.

c) Styrelsesuppleant

Olof Borell nyvaldes på ett år.

d) Revisorer

Tom Karlsson valdes på årsmötet 2003 på två år.  
Lennart Hägglund omvaldes på två år.

Sida 2 (3)

e) Revisorssuppleanter

Britt-Marie Bengtsson och Ove Carlsson omvaldes på ett år.

f) Övriga funktionärer

Ekonomi

Anders Boström, Folke Boström, Henrik Boström, Mattias Lundblad, Marcus Pheresson och Lars Petersson omvaldes på ett år. Jan Troeng nyvaldes på ett år.

Ordförande Per-Erik Thunström ingår också i gruppen.

Dam UK

Andreas Hjertson, Mattias Tärlund och Jenny Westerbergh nyvaldes på ett år.

Tillägg till träningsgruppen

Erik Jonsson nyvaldes.

Bingoansvarig

Bo Andersson omvaldes på ett år.

Lotteriansvarig

Bo Andersson omvaldes på ett år.

Anmälningansvarig

Jenny Westerbergh omvaldes på ett år.

Johan Westerbergh nyvaldes på ett år.

Kläder

Mattias Lundblad och Maria Lundblad omvaldes på ett år.

Material

Bo Andersson och Åke Jansson omvaldes på ett år.

Klubbgårdsförvaltare

Folke Boström omvaldes på ett år.

Klubbgårdsvårdare

Holger Johansson, Gunnar Gustavsson, Per-Olov Andersson, Per-Urban Bengtsson och Britt-Marie Bengtsson omvaldes på ett år.

Omklädesrumsordningsman  
Rebecka Österberg omvaldes på ett år.

Stugvärd  
Ebbe Palm omvaldes på ett år.

Evenemangskommittén  
Gunilla Bergström, Annika Härlin och Annette Petersson omvaldes på ett år.

Tiomila  
Inget förslag, organiseras av TTK.

Informationsgruppen (Klubbtidning och distribution ingår)  
Erik Melin (sammankallande), Per-Olov Andersson (distribution), Henrik Boström, Elin Hjertson, Mats Troeng, Stina Åberg och Mats Åberg omvaldes på ett år. Rikard Kjellberg nyvaldes på ett år.

Pressklippare  
Fredrik Sundin nyvaldes på ett år.

Utbildning  
Gertrud Nordlander omvaldes på ett år.  
Linda Gustavsson nyvaldes på ett år.

Sidan 3 (3)  
Kartor  
Britt-Inger Andersson, Christer Eriksson, Martin Fredholm, Thomas Kampf och Stig Roos omvaldes på ett år.

Arrangemang/tävling  
Christer Eriksson, Owe Fredholm, Anders Karlsson och Caroline Svensson omvaldes på ett år.  
Ove Carlsson nyvaldes på ett år.

Pre-O  
Tage Nilsson (sammankallande), Lennart Wahlgren och Martin Fredholm omvaldes på ett år.  
Owe Fredholm nyvaldes på ett år.

Skidkommittén  
Lennart Häggström, Åke Jansson, Torbjörn Johansson och Harry Pettersson omvaldes på ett år.  
Michael Bromark nyvaldes på ett år.

Naturpasset  
Mats Törngren (sammankallande), Gunnar Rutqvist och Roland Sundqvist omvaldes på ett år.

Skallgångsansvarig  
Thomas Kampf omvaldes på ett år.

g) Valberedning  
Elin Hjertson, Ulf Lagerkrantz och Erik Melin omvaldes.

### § 13 Övriga frågor

Per-Erik Thunström informerade om *Sverigelotten*, den fungerar som en trisslott. Priset är 25 kr varav 10 kr går till klubben. Henrik Boström informerade om *Idrottsrabatten*, ett rabathäfte, som nu är till försäljning. Priset är 100 kr, varav 50 kr går till klubben. Diskussion om O-nytt i pappersversion: Informationsgruppen fick i uppgift att se över hur de som inte önskar pappersversionen ska kunna avsäga sig den. Förfrågan om det blir en loppis på klubbgården till våren. Per-Erik Thunström framför frågan till Mattias Lundblad. Mötets ordförande gav en stor eloge till valberedningen.

### § 14 årsmötets avslutande

Omvalde ordförande Per-Erik Thunström avslutade mötet med att tacka styrelsen och kommittéerna för deras engagemang.

Vid protokollet

Birgitta Rosberg

Gunnar Gustavsson

Ordförande

Andreas Hjertson

Justeringsman

Jenny Westerbergh

Justeringsman

## Stöd Linnélöparnas VM-satsning

Ett par av klubbens bästa löpare har siktet inställt på höstens VM. Ge dem ditt stöd.

Att VM går i Västerås i höst har nog de flesta koll på. Några av klubbens absolut bästa löpare har höga mål inför dessa tävlingar! Ge dessa den ekonomisk möjligheten till extra träningar och läger i relevant terräng genom att köpa idrottsrabatten.

I år kommer alla pengar idrottsrabatten genererar oavkortat att gå till våra landslagslöpare i form av tex fria resor med klubbilen och lägerbidrag.

Idrottsrabatten köper du av Henrik Boström. På tisdagarna framöver kommer idrottsrabatten att finnas till försäljning under och efter träningen inne i KG. Ge våra landslagslöpare ditt stöd.

*Henrik Boström*

## Köp Sverigelotten

Lotten fungerar som en trisslott. Priset är 25 kr varav 10 kr går till klubben. Den säljs på tisdagar.

*Per-Erik Thunström*

# Protokoll fört vid medlemsmöte 2003-10-07

Val av ordförande, sekreterare och justeringsman för mötet

Ordförande: Per-Erik Thunström

Sekreterare: Andreas Hjertson

Justeringsman: Lars (Lasso) Magnusson

## 1. Öppnande

Ordföranden hälsar alla välkomna och förklarar mötet öppnat.

## 2. Val av ungdomskommitté 2004

Följande invaldes:

### Omval

Ola Hedberg (sammankallande)

Helen Borg

Peter Eklöv

Mats Fröberg

Björn Gembert

Helena Grennberg

Jeanette Larsson

Ulrika Meyerson

Lena Nilsson

Peter Ridefelt

Åsa Ridefelt

Stefan Roos

Erik Rudolphi

Gunnar Tegendal

Pia Thunman

Mats Wickbom

### Nyval

Bodil Lindberg

Eva Mårtensson

Michael Colberg

## 3. Val av TTK 2004

Följande invaldes:

Mats Linde (Sammankallande) Omval

Eva Lindman (Damansvarig) Omval

Lars Magnusson (Herransvarig) Omval

Marcus Pheresson (Läger & resor) Nyval

### UK

Anders Eriksson (Elitkontakt) Omval

Mats Troeng Omval

Kurt Boström (50+) Nyval

Anders Karlsson (resursperson) Omval

Mathias Tärlund (resursperson) Nyval

UK kan utökas genom val vid ordinarie årsmöte 2004.

### Träningsgrupp

Per Andersson	Omval
Henrik Göhl	Omval
Jan Troeng	Omval
Stig Andersson	Nyval
Annika Björk	Nyval
Rob Hart	Nyval
Mattias Nilsson	Nyval
Björn Olovsson	Nyval

#### 4. Kompletterande val av valberedning

Ulf Lagerkrantz, Elin Hjertson och Johanna Karlsson valdes vid årsmötet 2003.  
Eftersom Johanna befinner sig utomlands valdes nu **Erik Melin** som ersättare.

#### 5. Övriga frågor

Inga övriga frågor.

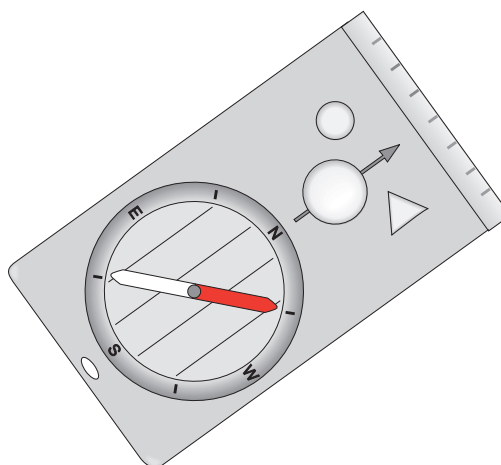
#### 6. Avslutning

Ordföranden förklarade mötet avslutat.

Uppsala 2003-10-08

Andreas Hjertson	Per-Erik Thunström
Sekreterare	Ordförande

Lars Magnusson  
Justeringsman



# Veteranernas hyllning

Uppsala 29 februari 2004

Martin Fredholm

Rebecka Österberg      Katrina Bergander  
Annika Billstam        Kristina Roberto  
Lina Bäckström        Marie Ohlin

Ni har föredömligt svarat för en idrottsprestation  
som vi Veteraner gärna uppmärksammar  
Vi, som numer mest ägnar oss åt lagom promenadmotion  
och inte hastar runt bland skogens skärmar och stammar

Ni personifierar dem, som vi hoppades en gång få likna  
våra framtidsdrömmar, våra önskade segrar  
Vi hyllar Er, förstår att Ni inte är särskilt besvikna  
över Era SM-prestationer, över målet som hägrar

Vi visste ej då, men vi levde på hoppet  
när vi spikade på Er present under Maja Gräddnosloppet,  
att just Ni skulle skänka oss idrottslig glädje  
Det känns gott vill vi medge.

Ifall vi veteraner hade hunnit  
skulle även vi ha vunnit  
Vi var visserligen kompassen trogen  
men det gick åt skogen

Veteranerna gratulerar Er för det som hänt  
med denna presentkortspresent  
där det ryms kronor och ören  
stämplade, utan kontrollerade snören.

OK Linnés veteraner  
*Bertil Palm*



*hj*

*Våra SM-medaljörer firar framgångarna.*

# oklinne.nu

Artiklar tidigare publicerade på OK Linnés hemsida

29 januari 2004, av Henrik Göhl:

## Om att åka skidor ända till Afrika

En halvmeter snö, lagom många minusgrader, friska vindar och ett stort slingrande spårssystem. Det var förutsättningarna för årets skidläger i Harsa. Här kommer en liten rapport från den gångna helgen.

Det var många Linnéare som tog chansen att få sträcka ut i härligt välpreparerade skidspår när det traditionella skidlägret i år var förlagt till Harsagården i hjärtat av Hälsingland. Inte mindre än 40 st var anmälda till lägret och det var precis så många sängplatser som vi hade bokat sedan lång tid tillbaka. Det gäller nämligen att vara ute i god tid om man vill boka logi för så många personer. Marcus Phersson undersöker redan nu tänkbara destinationer för nästa års skidläger. Hör av dig till honom om du har några bra tips.

De flesta åkte upp redan på torsdagkvällen och fick på så vis helgen att bli lite längre. Två pass på fredagen, två pass på lördagen och ett på söndagen. Det fanns de som trots detta inte fick nog utan stannade kvar för ett andra pass på söndagen. Många skidmil blev det. För skojs skull räknade jag ut un-

gefär hur många det blev. Om man antar att den genomsnittlige Linnéaren åkte 2 mil på förmiddagen och 1 mil på eftermiddagen så åktes det totalt 72 mil på fredagen, 120 mil på lördagen och 80 mil på söndagen. Det blir sammanlagt en sträcka på 272 mil. Ungefär lika långt som från Uppsala till norra Afrika. Inte så illa!

Förutom att träna, äta och sova hann vi även med lite intellektuell gympa på kvällarna. Mats Fröberg var frågesportsledare på fredagskvällen medan familjen Hjertson stod för en lite mer klurig variant av quiz under lördagen. Som den quiz-dominant man har blivit på senare tid såg man självklart till att vinna båda (med god hjälp av Sudden och Robban). Janne Jutila och Gunnar Lindberg tog chansen att ställa upp i en skidorientering som Gävle OK ordnade på söndagen. Har inte sett någon resultatlista men vad jag hörde så hade Janne tappat kartan i en nerförsbacke och kört till fel kontroll medan Gunnar bara var några minuter från att sätta Jabba & co på plats. Skidorienterings-KM kunde kanske vara något att köra på nästa års skidläger.

25 februari 2004, av Mattias Karlsson:

## Till Bergsgetens förlovade land

Backar, slask och mer backar. Däremellan mycket bus, skratt och kvicka kommentarer. Tufft värre med andra ord, även utan de stenhårda matcherna i fyrmanna-vist. När Linné drar på träningsläger då in-finner sig genast den rätta lägerkänslan.

Visst var det med blandade känslor man satte sig på flygbussen i riktning Skavsta. Lite oro över vad Ryanair egentligen erbjuder för sina 298pengar, härlig avkoppling från vardagens hårda studentliv och spännande värre. Kanske är det bara vid just denna känslorresultant som den rätta lägerkänslan kan uppenbaras? Hursomhelst så gick flygresan bra och innan någon hann säga "annars då?" fann man sig

nedbäddad i en varm säng på Hotel Romana i Lugano. Visserligen blev det inte spik på hotellet som planerat men vad är väl ett läger utan lite felnavigeringar.

**Onsdag 18/2:** Första träningspasset möttes vi av ljumma medelhavsvindar, strålande solsken och en försmak på alpssluttningarna, inte mer än en liten aptitretare egentligen i jämförelse med nästkommande pass. Då ska dock tilläggas att även detta pass satte musklerna i arbete.

Eftermiddagens utmanande vägvalorientering var dock snäppet värre. Här kunde stigningen på hela

den 7km långa banan variera från drygt 1000m för den vinnande vägväljaren och troligvis närmare oändligheten för den mindre lyckosamme. Detta förutsatt att man inte fastnade i någon av de otaliga ravinererna, som skar sönder sluttningarna, och fick bryta. Ett fåtal kämpar fullföljde men att bryta eller gena behövde inte betyda att man inte kunde vara nöjd för det.

**Torsdag 19/2:** Under andra dagen öppnade sig himlens portar och blottade sitt innehåll i form av snö, mycket snö. Förmiddagens pass genomfördes således i 10cm nysnö. Planerna för eftermiddagen ändrades och denna förgylldes istället med simning eller löpning upp på Monte Bré - Schweiz soligaste topp, vilken inte lämnade mycket till övers för de andra topparna. Bergsgetterna visade vägen.

**Fredag 20/2:** Fredagen bjöd på fortsatt snöfall övergående i regn och lite gammal hederlig tennis-OL. Efter lunch bekantade vi oss med ett närområde i Lugano och kryddade med fotboll och styrketräning i inomhushall, efter en hjälteinsats av fixar-frasse.

**Lördag 21/2:** Vilodag. Pål spelar in Lelle i fyrmansvisten.

**Söndag 22/2:** Efter det myckna snöandet togs beslutet att söka sig norrut för barmark. Ett mycket lyckat beslut. Bakom "San Berdinho"-passet och dess 15 (?) tunnlar möttes vi återigen av vårvindar och kunde tänja ut på steget i fina löv- och barrskogs-sluttningar. Lina tyckte det luktade mycket där hon satt - inte tillräckligt tyckte hunden som kom förbispringandes.

**Måndag 23/2:** Töandet skötte sig fint och förmiddagens pass i Acegno måste hamna på topplistan hos många. Eftermiddagen bjöd för några på avbockning av ännu ett berg, den här gången San Salvatore. Vädret var fint, vyerna hisnande och väderna förvånansvärt pigga.

**Tisdag 24/2:** G-start i Tesserete och 5,8km stod på programmet. Ett fint pass med lite högre tempo än vanligt. Bröderna Troeng drog längsta stråna före Pål. Själv blev man knäckt av Lennart. Lugano badade i solsken och snålblåsten kunde inte förstöra det mäktiga intrycket.

Lugano visade sig sammantaget vara en mycket trevlig stad och dessutom lika vacker i sig - pittoresk och rikt utsmyckad med både palmer och konst - som dess position omgiven av höga snötappar, branta sluttningar och sjön som bredde ut sig från strandpromenaden vid bergens fot och vidare bort genom ravinen.

Hemresan påbörjades tidigt vilket visade sig vara ett smart val när köerna mot Milano och Bergamo uppenbarade sig. Co-driver Melin fick tillfälle att testa sina färdigheter i det Italienska språket under sin vistelse. Bland annat lyckades han i en av de ovan nämnda köerna översätta en skylt med "varning för hastighetskontroll". Björn tog tillfället i akt att skämta och påpekade att: "I den här hastigheten lär vi ju få P-böter". Han överdrev inte. Efter en lyckad hemflygning och tuff bussresa fullbordades så lägret. Stort tack till de som hämtade oss i Stockholm mitt i natten.

En del frågor kvarstår dock. Varför Idol-Pål tejpede ihop sina kalsonger i en hög och hängde ut i hallen, varför tandkrämen smakade misstänkt salt en morgon och varför Janne och Lelle inte var mer diskreta än att de slängde kondompapper på balkongen; är frågor som sannolikt aldrig kommer få något svar. Inte med det sagt att spekulationerna och misstankarna uteblev. De haglade och tog sig ibland även uttryck i konkreta handlingar. Jodå för f-n satt, vi hankade oss fram. Fast jag vet inte om "hankar" är riktigt rätt ordval.

#### **Lite kuriosas:**

Bästa vistpar: Pål och Lelle

Bästa bilden: Lina och hunden

Bästa replik: "Och så spelar han in Leeeelle!"

Bästa Sömmerskan: Muschen



*Mot alperna!*

4 mars 2004, av Mats Troeng:

## I Robin Hoods fotspår

Få skogar är så mytomspunna som Sherwoodskogen. I denna legendariska skog strax norr om Nottingham i England hade Robin Hood sin hemvist på 1100-talet. Ett gäng linnéare kände historiens vingslag under en kall och vindpinad tävlingshelg i England.

Vi resenärer stod inför en intensiv helg där tre lopp skulle avverkas under en tidsrymd av 20 timmar. Här följer en lätt osammanhängande berättelse av hur resan gestaltade sig.

Resenärerna (Anna, Ulrik, Rob, Sparris och under-teknad) strålade samman på Stansteds flygplats utanför London sent på fredag kväll. Göte då, undrar någon. Skulle inte han med? Jo. Men han kastade in handduken i sista stund, på flygplatsen i Västerås, EFTER incheckningen av bagaget. Anledningen var att en elak hosta tilltog allt mer. Ett klokt beslut av stackars Göte, men vilket antiklimax! Ungefär som att hoppa av sin tiomilasträcka medan lagkamraten på sträckan innan är ute och springer. Göte lyckades snacka sig till sin incheckade väska och tog moloken och hostande bilen hem till Uppsala.

Sex personer blev alltså fem och vi klämde in oss tillsammans med all packning i en något underdimensionerad hyrbil. Rob styrde elegant fordonet längs vägarnas vänstersidor och förklarade att det inte var några problem att byta från svensk till engelsk trafik. Resans mål var natthärbärge hos Robs kompisar Rolf och Julia i lärdomsstaden Cambridge.

Nästa morgon vaknade man upp frostig om tårna. På de brittiska öarna verkar inte någon form av husisolering existera. Förmiddagen veks åt sightseeing i Cambridge där Rob kom med förslaget att vi skulle panta. Övriga resenärer insåg efter en stund att det inte handlade om att finansiera resan med returglas utan att åka en särskild sorts båt (punt) på floden Cam. Nu blev det inget "pantande" på grund av det kalla vädret, men en punt med besättning lyckades vi fånga på bild. Övriga kulturella inslag var avbockning av diverse katedraler på några av Cambridges tjugotal colleges samt beskådande av

de många båthusen för roddbåtar längs Cam. Roddmatchen Oxford-Cambridge är ju som bekant legendarisk.

Vädret var som sagt kallt och den typiskt brittiska väderlekstypen duggregn med samtidigt inslag av ymnigt fallande snöflingor rådde när vi styrde norrut mot trakten av Peak District, där de brittiska nattmästerskapet skulle avgöras. TC var beläget högst upp på en åsrygg där den nordliga vinden hade fritt spelrum. Ombyte på parkeringen under huttrande. På läsidan av åsen var banorna strängade i en terräng som var öppen och fin. Ovan midjehöjd vill säga. Under denna höjd såg mängder av vissna fjolårsormbunkar tillsammans med björnbärssnår till att göra livet surt för nattorienteraren. Stigvägval var nyckeln till framgång. Kontrollmarkeringar i form av reflexer har inte lanserats i denna del av världen än. Man fick erfara att vanliga tygskärmar är luriga att få syn på när det är mörkt. Efter ett nytt huttrande ombyte efter målgång och lite suspekt soppa beundrade vi tävlingens egna ljuskonstellationer innan indisk mat (stark!) och sovsal i scoutstuga i Nottingham hägrade. En hemlig dröm gick i uppfyllelse när man oduschad kröp ner i sovsäcken för att få en god natts sömn inför morgondagens dubbla lopp i Sherwoodskogen.

Den goda sömnen reducerades några timmar av våra sovsalskamrater. Man grymtade lite för sig själv ovd undrade varför alla skulle upp och slamra i ottan, i alldeles för god tid. Förklaringen var att vi delat sovsal med tävlingsarrangörerna. Arrangörsklubben (Robs förra engelska klubb Jesus OK, som förresten ställer upp med lag på Tiomila i år) kommer från Oxford och består av före detta studenter som nu är spridda över hela landet. Därför flyttar klubben runt sin årliga tävling mellan olika landsändar.

Årets JOK Chasing Sprint, som tävlingen heter, var alltså förlagd till Sherwoodskogen. Vi såg grova ekar, Robins muntra män och böljande lövskog framför oss, men verkligheten visade sig vara en annan. Tävlingen, som bestod av prolog på förmiddagen och jaktstart på eftermiddagen, avgjordes i en flack och ganska detaljfattig del av skogen som gick under

namnet Sherwood Pines. Tallskog alltså, även om ett och annat lövträd kunde siktas. Broder Tuck kunde anas bakom buskagen och var det inte sherffens fogdar som kom ridande över nejden? Arrangören varnade i PM för björnbärssnår på prologen. Det gjorde de alldeles rätt i. Den rutinerade löparen ser till att inte ramla i sådana för att undvika att få in taggar i händerna. Den orutinerade sitter troligen än idag med pincetten i högsta hugg. Mellan loppet laddades det med Twix ur Ulriks 19-pack. Jaktstartens terräng var snällare och det tillsammans med klungbildningen och en sol som värmd litegrann gjorde att det gick snabbare än på förmiddagen. Några vilda spurter kunde upplevas på det soldränkta målgärdet.

Efter tävlingen (nej, någon dusch var det inte tal om) bar det så av till Cambridge igen och på vägen fick

13 mars 2004, av Niklas Henriksson:

## I fädens spår

### Eller hur man kår två portioner pasta på under 10 minuter

Berga by, Sälen 3:e mars 2002. Undertecknad stod förväntansfull längst fram i startled 7 efter mil av träning. Målet var att ta sig till Mora på under 7 timmar. Strax efter starten insåg jag dock det fatala misstaget att ställa mig långt ut på vänsterkanten. Som civilingenjör har man ju hört talas om laminärt flöde, och man borde då inse att det går snabbare i mitten än ute på kanterna. Teori och praktik stämde väl överens denna tidiga söndagsmorgon, vilket innebär att när spåren gick ihop blev man omåkt av tre startled och stod och samtalade med gubbarna i led 10 i den klassiska backen. Följaktligen låg jag en timme efter schemat redan i Mångsbodarna och tog mig till Mora på strax under åtta timmar.

Efter att ha smält denna bedrövelse i två år var det dags att göra ett nytt försök. Denna gång stod Öppet spår på programmet och målet var lika klart som för två år sedan: Att bräcka den magiska 7-timmarsgränsen. I Avesta anslöt min gode vän Peter från Göteborg det av Vasalöpare dominerande tåget. Väl framme i Mora och nummerlappskon träffade vi en fokuserad PA som på Linnémaner hade varit tidigt ute och hämtat sin nummerlapp för länge sedan. Efter att ha inkvarterat oss i S:t Mikaelsskolan var det

vi uppleva både ett bilvad och världens största katedral i förhållande till byn den var placerad i. Det tog emot att till sist duscha hos Robs kompisar. Efter en (kort för vissa) natts sömn bar det av hemåt till ett snöigt men vindstilla och därmed ganska behagligt Sverige.

Sammanfattningsvis var det en intensiv, kall och rolig helg. Det är alltid intressant och lite annorlunda att resa runt och se hur orientering gestaltar sig i olika delar av världen. Orienteringsturism vid den här tiden på året kräver dock antingen sydliga breddgrader eller varma kläder. Men med de billiga flygresor som numera erbjuds är en sådan här veckoslutsresa ganska överkomlig ekonomiskt sett. Hela resan gick på ungefär 1500 kronor, och då var precis allt inräknat.

dags för den där stora pastafrossan. Väl inne på restaurangen insåg vi att de bara serverade energi 10 ynka minuter till så då gällde det att skynda på. Fick i mig första portionen lagom till stängningsdags och fick den efterlängtade påfyllningen. Peter var då redan inne på sin tredje portion! Jag har aldrig någonsin sett två pastaportioner försvinna så snabbt...

Frukost kl. 04.00. Alla som känner mig vet att morgnar inte är min bästa tid på dygnet. Men den här morgonen var något extra. Nu skulle de 45 milens träning äntligen ge resultat. Väl framme i Sälen var det kallt- riktigt kallt. Kvicksilvret visade på -25, och jag insåg att jag kanske borde ha lagt något annat än blått under skidorna... Hur som helst så var det inget problem med fästet i första backen! Väl uppe på myrarna började solen att värma (nja, solen tittade fram i alla fall) och det blev en strålande vinterdag. Stakade på och låg precis på schemat i Mångsbodarna. Efter en riktigt bister utförskörning ner mot det klassiska köldhålet Tennäng, fick man upp värmen igen i backarna upp mot Risberg. En tyngre period följde men låg jag precis på 3.30 vid 45- km markeringen och det tillsammans med Bertil Mäkinens påhejning gav mig en extra kick. Tyvärr blev de långa utförsloporna efter Evertsberg något av en besvikelse. Spåren var inte

i bästa skick och man fick börja staka alldeles för tidigt. Tack vare tjejernas framfart dagen innan håll spåren efter Oxberg betydligt bättre kvalitet och jag kunde njuta av det bästa glidet för dagen.

Strax innan Hökberg började loppet på allvar. Med två mil kvar kollade jag på klockan som visade 5.20, vilket innebar att om jag körde båda återstående milen på under 50 minuter vardera skulle jag klara mitt mål. Många tisdagskvällars stakande fram och tillbaka till Hammarskog i pannlampans sken fick nu resultat och jag ökade farten. Gunilla Mäkinen var på plats i Eldris och Bertil dök upp igen i Hemu-

sområdet. Det pirrade i kroppen när jag insåg att jag skulle klara mitt mål och att se kyrkspiran i Mora är en obeskrivlig känsla - det vet alla som åkt Vasaloppet. Korsade målportalen på 6.45.41 och var helnöjd i en dag innan jag såg att prins Carl Philip på måndagen åkte på 6.22.

Hursomhelst, i bussen på väg till duschen såg jag en racercykel ligga slängd i snön. Nästa gång blir det 30 mil i stället för 9.

One down and three to go!

15 mars 2004, av Jan Troeng:

## Uppladdningen har börjat

Med 6 veckor kvar till 10-mila har nedräkningen börjat på allvar. 40 linnéare deltog på helgens 10-milaläger med bas vid Solåsens kursgård i Krokek.

Fredag kväll och Henrik Göhl skickar iväg herrlöparna gruppvis i en mörk skog i närheten av Knektbråten, ett par mil öster om Krokek och Kolmårdens djurpark. Inte alls långt ifrån tävlingsterrängen med andra ord, och det märktes. 10-mila har aldrig känts närmare under vintern.

Dagens samtalsämne, tillsammans med klungmissen på den svåra och gafflade femte kontrollen, var barmarken. Alla utom skidåkaren Jörgen Ohlin enades snabbt om att det här var det bästa underlaget på flera månader, och spekulationerna om en stundande istid mattades - och lades faktiskt just på is.

Tillbaka på Solåsen var alla 40 lägerdeltagare på plats. Vattentemperaturen i duschen höll Bråvikenklass och efter en sen middag lockade sömnen.

Lördagen bjöd på ett numera traditionellt upplägg. Medeldistans på förmiddagen, varifrån startordningen för eftermiddagens (för damerna) och kvällens (för herrarna) baserades. Snön var närvarande och gårdagens nattlöpare togs ner på jorden igen. Men terrängen var fin och bana och karta bra.

Nytt för i år var att även ungdomslaget fanns på plats för att förbereda sig inför 10-milas ungdoms-

kavle. Tillsammans med damlöparna vände de tillbaka åt Böksjöhället och eftermiddagsträningen efter en kortare visit på Solåsen med lunch och lite vila. Öppen terräng med god sikt och en jobbig långsträcka med mycket snö var lite av det som väntade.

Herrarna fick utrymme för längre vila och ett excellent mellanmål innan det var dags. 10 kilometer nattorientering i Kolmården gav bra träning på vad som komma skall, och det var trötta själar som stapplade in på Solåsen vid niotiden. Precis som för damerna tidigare under kvällen stod maten på bordet vid hemkomst - ett jättetack till Britt-Marie och Per-Urban Bengtsson som hade koll på allt i köket och serverade på bästa tänkbara sätt. Varje lägerdeltagares dröm, med andra ord.

Efter att ha läst PM och regler om avlysningar en gång extra ägnades en halvtimme av söndag morgon åt TC-besök. Det som förra året var strängeligen förbjudet är i år tillåtet och vi noterade en åker med ett otal stolpar och ett par baracker, samt en portabel elstation. Rob Hart ville få in den rätta känslan och provsprang lite i det som om 6 veckor troligen är målfällan.

Lägret avslutades där det började på fredag kväll, vid Knektbråten. Ett långpass och glada miner avslutade helgen som tog oss två dagar närmare 10-mila. Snart är vi där!

**BEGRÄNSAD  
EFTERSÄNDNING**

Vid definitiv eftersändning eller felaktig adress återsänds försändelsen med nya adressen angiven

**B**  
FÖRENINGSBREV

SVERIGE  
PORTO BETALT  
PORT PAYÉ



**Uppsala Fläkt Service AB**

Installation – Service –  
Ventilationsanläggningar

**VKAB**  
VVS- och driftKonsult AB



**VVE-Teknik**

**Thermivent**

**SWECO THEORELLS**



**VB-Ventilation**

**LICA-NORBY**

VÄLKOMMEN ÖPPET TILL 20 ALLA DAGAR Mån - Lörd 9 - 20 Sönd 10 - 20

**GLAS**klart

*Kurt Boströms  
Möbelsverkstad AB*

Renovering och tillverkning  
av möbler och inredningar.

Tjädervägen 20 756 53 Uppsala  
Telefon och fax: 018- 32 49 87

**ABB**

*Jannes blommor*

Florist

Janne Hellström

Snittblommor - krukväxter - binderier;  
brudbuketter - dekorationer  
sorgbuketter - kistdekorationer

Svampstorget 4  
756 45 Uppsala

Tel 018 - 30 12  
Fax 018 - 30 12

**BR@VENTILATION**

SERVICE AB

FYRISVALLSGATAN 11 - 752 28 UPPSALA - TEL. 018 - 55 75 95

**SVEN WIXNER AB**

PEUGEOT • MAZDA

**OK Linné**

TALLBACKSVÄGEN 68  
756 45 UPPSALA