

O-NYTT

Klubbtidning för OK Linné
Nr 1 våren 2009

OK Linné



**Trea och tolva på 10mila –
nu drar vi till Finland!**

INSIDAN

Var ut på tävling i helgen. Jämnrått väder och regn var vad prognosen hotade med, så helt överentusiastisk var man inte, särskilt inte när man knappt ens kan räknas till vackert-väderlöparna längre utan snarare vackert-väder-publik och miniknatsmorsa. Möttes trots allt av sol och blå himmel och ljusnade lite till sinnes. Linnelöparna i Elitserien briljerade dessutom och dagen gick från att vara riktigt behaglig till väldigt trevlig. Men, trots allt var jag ändå rätt nöjd med att bara sitta där i solen och titta på. Det var då det hände - ett kort ögonblick men ack så tankeväckande.

Sonen, 2,5 år, som sakta trasslade sig fram mellan stolar, väskor och människor på TC, tvärstannade plötsligt vid en campingstol med (tom) ”drickahållare” i armstödet. Han tittade upp på personen som satt i denna och tvekade kanske en sekund innan han resolut stack ner handen i hålet och sa ”piip”.

Så självklart borde det kännas. Jag avundas den som så helt kan genomsyras av orienteringstänkandet. Får sträva efter att hitta dit och under tiden glädja mig åt att vara publik åt dem som söker - eller redan funnit.

/Stina Åberg, Redax

Manusstopp 2009:
november

Bidrag skickas till:
Stina Åberg
Vitkålgatan 101 C
754 49 Uppsala
onytt@oklinne.nu

Redax medlemmar:
Elin Hjertson
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 två nummer per år.

Omslagsfoto:
Fredrik Sundin

Kort om



OK Linné

Adress Klubbgården:

OK Linné
Tallbacksvägen 68
756 45 Uppsala

Ordförande: Anders Edling, 018-55 24 48
Anmälningar: Sker på klubbens hemsida
Träningar: Se hemsidan
Bankgiro: 5732-0954
Internet: www.oklinne.nu



Efter ytterligare en helg med stora framgångar, kan jag inte låta bli att ge min berättelse om hur de har kommit till.

Jag tänker ofta kring skeenden i form av berättelser och att varje berättelse är logisk och sann för den som berättar den. Detta är en förutsättning i mitt jobb som samtalsledare i olika sammanhang. Därför är även berättelsen att vår klubb är ett gäng hopvärvade stjärnor sann för den som berättar den. Men det finns också en annan historia som jag gärna berättar

Först några förutsättningar: En god sammanslagning av Fyris och Fyrisalm med en önskan att från grunden bygga upp en ny klubb. Starka krafter, starka ledare, som funnits med under resans gång. Att vi finns i en universitets- och inflyttningsstad, vilket ger helt andra möjligheter än exempelvis i Norrtälje. Att Mats och Jan 2001 valde att, efter några år som träningsmedlemmar, fullt ut satsa på att vara delaktiga i utformandet av vår klubb.

Utifrån dessa förutsättningar har vi efter hand samskapat vår organisation med den grundläggande idén att vi ska erbjuda var och en att utvecklas orienteringsmässigt på sin nivå på bästa sätt. Detta gäller då både elit, nybörjare, ungdom och motionär.

I dagens samhälle finns det en tendens att söka enkla lösningar för att nå målet direkt, men vi är många som har hamnat galet när vi använt den metoden i skogen. Vi har i OK Linné valt den grundläggande vägen, och jämförelsen med orienteringen är ofrånkomlig, att det är vägen till kontrollen/målet som räknas, att kontrollen/målet blir bekräftelsen. Vi tänker i form av tydlighet, långsiktighet och flexibilitet. Det gäller i klubben likväl som i skogen

Med dessa idéer har vi blivit en attraktiv klubb som våra elitlöpare känner sig hemma i. Här har inte behövts några övertalningskampanjer. Grundläggande är dessutom att våra medlemmar finns i Uppsala, så att man blir en självklar del av uppbyggandet av klubben, för ytterligare ett märkesord för oss, är delaktighet, att det är vi som är och gör OK Linné. Väl medvetna om att det är vägen som räknas, kan vi alla känna oss delaktiga i, och glädjas med dagens oerhörda framgångar.

Den här historien gillar jag och den är sann för mig, och den gör att det känns lätt och oerhört stimulerande att få vara OK Linnés ordförande.

10-mila helgen var en fantastisk upplevelse, inte bara för oss som fanns på plats nere i Skåne, utan även för alla vakande på hemmaplan. Tisdagen därefter bågade väggarna ånyo av både nybörjare och firare. Nu denna helg har vi genomfört Uppsala möte, i år med nya kvinnliga tävlingsledare på ett strålande sätt. Detta samtidigt som våra löpare varit i topp både på Elitserien och Juniorcupen.

När vi kom hem från 10-mila möttes vi av beskedet att Gunnar Gustafsson, klubbens förste hedersmedlem avlidit. Gunnar blev hedersmedlem efter att ha varit SM-general 1968, då i Fyrisalm. Vi hedrar "Gurra" för allt arbete han lagt ner för vår sport och klubb.

Nu ser vi fram emot en vår med nya utmaningar, och som för våra bästa avrundas med NOM och Jukola/Venla-kavlen, innan sommaren brutit helt.

Så stort Tack till er alla, samtidigt som jag önskar en Fortsatt Trevlig Vår!

/Anders

Tre sätt att stödja OK Linné

Nedan presenteras tre sätt att enkelt stödja din favoritklubb - i vissa fall utan att det kostar dig en krona!

Prenumerera på UNT och stöd Linné

Prenumererar du på UNT? Eller har tänkt börja göra det? Eller känner du någon som gör det? I så fall vänder sig denna artikel till dig!

För varje prenumerant av UNT som väljer att stödja OK Linné ger UNT OK Linné pengar. Om du idag inte redan är kund hos UNT erbjuds du dessutom rabatterat pris på din prenumeration. Låter det bra? Följande alternativ finns.

1. Om du redan är kund hos UNT gäller följande:

- Att du anmäler till UNT att du vill stödja OK Linné nästa gång du förlänger din prenumeration. OK Linné får då 50 kr. Din prenumeration i övrigt är oförändrad.

2. Om du inte är kund idag men planerar att bli har du följande möjligheter:



- Du kan välja att börja prenumerera på UNT i 6 eller 12 månader till ett rabatterat pris av 1000 kr (ord. pris 1279 kr) respektive 1900 kr (ord. pris 2279 kr). OK Linné får i och med din prenumeration 200 kr respektive 300 kr från UNT

- Du kan även välja att prova på UNT gratis i 14 dagar, utan kostnad, och därmed stödja OK Linné med 5 kr

Hur gör jag för att visa mitt stöd för OK Linné och samtidigt prenumerera på UNT? Det finns två sätt:

1) Gå in på följande adress: www.unt.se/prenumeration och välj ”Stöd en idrottsförening”

2) Åk till KG och hämta en svarstalong som du skickar till UNT. Talongen finns utanför omklädningsrummen

Tänk på att du gärna får be släkt, vänner och kollegor att gå in på www.unt.se/prenumeration och visa sitt stöd för OK Linné. Om du/de så önskar kan du hämta talonger åt dem i KG...

Har du frågor kontakta Henrik Boström.

Handla på nätet - stöd OK Linné

Beställer du dina resor, filmer, CD-skivor, böcker, bläckpatroner eller tjänster på Internet?

Nu kan du handla från CDON, Halens, InkClub och över 130 andra välkända nätbutiker till samma pris som vanligt, men med den viktiga skillnaden att en procentsats eller ett fast belopp på ditt köp tillfaller OK Linné. Givetvis utan att det kostar dig ett öre mer!

Gå in på <http://www.sponsorhuset.se/oklinne/> och prova hur enkelt det är att handla via Sponsorhuset. Du kommer också direkt till vår egen shoppinggalleria via sponsorhusets logga till höger.

Det sätt som betalar sig bäst av de olika alternativ som erbjuds är CINT. Registrerar du dig där får du en gång i månaden svara på frågor som kommer via mailen. Dessa frågor är valfria att svara på men om du svarar på en enkät går det ca 10 kr till OK Linné. Anmäl dig via denna länk: <http://www.sponsorhuset.se/oklinne/registrering/cint/>

Registrera dig också för sponsorhusets nyhetsbrev <http://www.sponsorhuset.se/oklinne/nyhetsmail/> så får du aktuella erbjudanden direkt till din mailbox.

Mattias Lundblad (för sponsorgruppen i OK Linné)

Max2wear

Stöd Linné och köp kvalitetskläder till låga priser. Sista beställningsdag är 25 maj

Ullmax sommarkollektion heter Max2wear. För er som åkte med bussen till tiomila visades det upp provprodukter där. Dessa finns nu i klädförrådet och kommer att hängas fram för provning och beskådning i samband med träningar.

Till och med augusti så får vi köpa produkterna med 25% rabatt, men klubben tjänar samtidigt lika mycket som utan rabatt. Dvs. det är en god idé att passa på att bunkra upp strump- och underklädesförrådet. Vi hoppas att ni vill testa dessa produkter och på så sätt stödja verksamheten i Linné.

Det är samma snabba leverans som med Ullmax – då vi får varorna två dagar efter inskickad beställning. Den första beställningen skickas in redan måndagen den 25 maj, så under den veckan kommer du kunna hämta ut dina produkter i KG. Din beställning skickar du till:

ullmax@oklinne.nu

Vi i klädkommittén har provat några produkter och de håller verkligen måttet. Bra passform, funktion och kvalitet. Kläderna är lämpade både för träning och till vardags. Vi hoppas att ni även tar tillfället i akt med dessa bra priser och även säljer till släkt, vänner och på era arbetsplatser. I klädförrådet finns produktkataloger och beställningsblock som är till för hemlåning. För utförligare produktinformation se <http://www.max2wear.se/>.

Med hopp om en lyckad försäljning!

/Karin, Elin och Mari

Inlagt 31 mars av Sofie Johansson

Stafettsäsongen äntligen igång

I söndags var det äntligen dags för tävlingspremiär eller åtminstone stafettpremiär för stora delar av senior- och juniortruppen. Måsenstafetten stod på programmet och vilken härlig dag det blev för damtruppen.

Extremt tidigt i söndagsmorgon var det samling vid KG och hela sex damlag och fem herrlag var redo för att anta utmaningen. Som vanligt var det till det välbekanta Buskhyttan strax söder om Nyköping som var TC denna dag, samma åker som de senaste tre åren. Att terrängen var välbekant för många gör inte så mycket när den är underbar att springa i, liknar Lunsen men med lite högre höjder. Vädret för dagen var grått och det blev ganska lerigt vilket vissa personer fick uppleva mer än andra, jag var en av dem som blev väldigt lerig.

Hur gick då själva stafetten? Jo, hur bra som helst för damtruppen. Sex lag till start och fem godkända lag i mål, så himla roligt! Lagen placerade sig som 2, 15, 30, 33 och 47 av 74 startande lag, bra jobbat. Många av tjejerna sprang sin första tävling och/eller stafett i Linnés färger denna dag. Riktigt roligt att se alla nya snyggar i de rödblåa

färgerna och bra sprang de också i premiären, roligt att se. Men det var inte bara de nya tjejerna som gjorde starka och stabila insatser utan hela damtruppen, YES! Det var otroligt roligt att se och höra tjejerna komma i mål och med ett leende på läpparna efter väl genomförda tekniska lopp precis som vi pratat om innan.

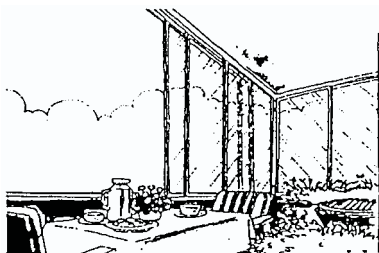
Herrarna var mindre nöjda men hade fem lag till start vilket resulterade med placeringarna 5, 11 och 15 av 72 startande lag.

Redan till helgen är det dags med stafett igen, Rånässtafetten då vi ställer upp med sju dam- och sex herrseniorlag, plus ungdomslag, gubblag och gumlag, riktigt kul! Helklubbsträningen på tisdagskväll är ett ypperligt tillfälle att jobba vidare på klubbens sammanhållning och skapa trygghet i gruppen för ökade prestationer i stafetter men även individuellt.

Tänk på tekniken extra mycket så här i säsongstarten, det är alltid skönt att börja med stabila orienteringstekniska lopp. I väntan på att det ska bli söndag och Rånässtafett är det bara att njuta av det fina vårvädret och träna på!

GLASKLART

INGLASNINGAR!



• Balkonger • Uterum

Ett glasmästeri i tiden!

Inglasningar och Bilrutor
Speglar och Plast
m.m.

Glasklart – Självklart
sedan 1986

www.glasklart.se

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

Inlagt 13 april av Jan Troeng

Millinger vann jaktstarten

Mattias Millinger imponerade stort när han vann elitseriepremiären i Norra Rörum. Efter en fjärdeplats i gårdagens kval, dominerade han i princip från början till slut i dagens jaktstart och vann en mycket välförtjänt seger.

Mattias gick ut som fyra i jaktstarten, drygt halvminuten efter ledande Jonas Pilblad från IFK Göteborg. Redan vid den tredje kontrollen stämpade Mattias först, och var sedan den som styrde och ställde i den sexmannaklunga som bildats i täten.

Förutom Mattias ingick där William Lind, Jonas Pilblad, Michail Mamleev, Mikael Kristensson och Oleksander Kratov - ett helt gäng med klasslöpare med andra ord. Men det spelade ingen roll när Mattias fick upp farten, och dessutom orienterade bäst av alla.

Efter 20 minuters löpning hade han skapat en lucka på 10 sekunder, som sedan växte till halvminuten vid varvningen. Där kunde åskådarna se vem som hade bäst fart på benen - bara på den korta snitslade sträckan förbi inne på arenan ökade avståndet till den bakomvarande klungan med ytterligare 4 sekunder.

Trots en liten miss på den sista korta slingan var det inget snack om saken, och det var ren defileringsring på upploppet.

-Jag hade inte tänkt att vara i någon superform nu, men det verkar jag ju vara, konstaterade Mattias i segerintervjun.

I och med segern toppar Mattias också Elitserien, i och med att det här var den första deltävlingen.

25 april (Av Johan Höij)

Millinger och Ridefelt bäst i Finspång

Eliteseriens tredje, och juniorcupens första, deltävling avgjordes idag i Finspång. Mattias följde upp sin fenomenala säsongsinledning med ytterligare en seger. Albin visade att tiomilaformen inte var tillfällig och vann H18-klassen.

Mattias vann den 16 km långa, tuffa och tekniskt krävande banan med dryga minuten. I skuggan av "airbussen" Mattias gjorde Mats (4:a), Henrik (5:a) och Jan (8:a) mycket fina prestationer. En mycket imponerande laginsats!

Albin höll också han ett imponerande tempo i de finspångska skogarna och sprang i mål som segrare, trots ett par smärre kontrollmissar. Albin följde upp lördagssegern med en fin andraplats på söndagens medeldistans.

I eliteseriens herrklass är det nu dubbelt Linné i toppen. Mattias har med sina två segrar en överlägsen ledning. Henrik ligger tvåa, trots att han enbart startat i två av tre deltävlingar. Albin leder juniorcupens H18-klass med 10 poängs marginal. Bra jobbat grabbar, fortsatt så!

Herransvariga konstaterar stolt att OK Linné befäster positionen som Sveriges ledande klubb på herrsidan. Stort grattis Albin och Mattias!

I damklassen slutade Sofie på en 14:e plats, och Inga kom 21:a. Värt att notera är att Rebecka vann E2-klassen. Hon avancerar därmed till E1 vid de nästkommande elitserietävlingarna i Gästrikland. Grattis Rebecka!

Inlagt 19 april av Johan Höij

Pallplats och Sverigebäst på 10mila

En gedigen laginsats av herrlaget nere i Perstorp, Skåne, resulterade i OK Linnés första pallplats på 10mila. Att vi dessutom var bästa svenska lag var en extra god krydda på moset.

De tre första sträckorna löptes helt enligt planen. De tre bockarna bruse [Csaba, Jörgen och Liutas] gjorde alla tre fullkomligt perfekta 10milalopp och skickade ut Tomas i tät på den långa mörka natten. Bättre start än så går inte att få.

Sin vana trogen tog Tomas kommandot över en skara mer löpstarka än tekniskt slipade killar. Han dirigerade sina undersåtar tryggt och säkert genom Skånes ogästvänliga snårskogar. In från långa natten kom Tomas med 13 lag tätt samlade runt omkring sig.

Efter långa natten och innan gryningen hade nått Perstorp fortsatte Albin och Janne på den inslagna vägen och gjorde två högklassiga prestationer.

Detta var blott 18årige Albins första framträdande i förstalaget i 10milasammanhang. Att leverera på toppnivå under de förutsättningarna är inte annat än imponerande. Men undertecknad är luttrad och har för länge sedan slutat förvånas över Albin, eller Abbe som han föredrar att bli kallad.

Janne visade att förra helgens formdipp var en tillfällighet, vilket visade sig vara oerhört viktigt för laget då 6:e-sträckan löptes i furuöst tempo. Efter den 6:e sträckan var Linné och Gö-

teborg ensamma i tät med en lucka på ca två minuter ner till den jagande klungan.

När natten började övergå i gryning började också de första negativa rapporterna från lagets framfart i de vildsvinstäta skåneskogarna att strömma in. Varken Mats eller Johan (undertecknad) hade någon vidare bra dag på jobbet och kunde inte försvara tätpositionen. Efter den 8:e sträckan låg vi på en 6:e plats, 7 minuter efter ledande Göteborg.

När den, för OK Linnés del, otäcka gryningen hade övergått i dag återupptogs dock trenden med högklassiga prestationer. Millinger visade att förra helgens elitserieseger inte var en tillfällighet. Han bokstavligen flög fram genom Skånes träskmarker. När han skickade ut Henrik på den sista sträckan var det på en 4:e plats, ca 4 minuter efter ledande Kristiansand och Göteborg.

I konkurrens med fyra VM-medaljörer, varav två flerfaldiga världsmästare, svarade sedan Henrik med en grym avslutning. Åt Kristiansands Daniel Hubmann gick inget att göra. Men den trefaldiga VMmedaljören Mats Haldin, IFK Göteborg, fann idag sin överman i Henrik Löfås i kampen om pallplatsen och den ärofyllda titeln ”bästa svenska lag”.

Avslutnings- och sammafattningsvis kan konstateras att vi befäster positionen som Sveriges bästa klubb på de stora stafetterna. Nästa steg är en seger. Snacket inför Jukola och 10mila i Finspång är redan igång. Jag längtar!

Inlagt 21 april av Amelie Fondell

Damerna tolva på 10mila

Damstafetten på 10mila ägde rum på lördags-eftermiddagen i mestadels strålande solsken. För Linnés del fick vi alla tre lagen bland de 103 bästa.

Kristina, som sprang förstasträckan för lag 1, gjorde en kanonsträcka och växlade som tionde lag två minuter efter täten. Becka missade enligt egen utsago inte så mycket på andra sträckan, men var lite missnöjd över att det gick för långsamt. Elisa gjorde 10milapremiär på tredje-sträckan och växlade över till Sofie på 23:e plats. Sofie plockade några placeringar och Ingas jagande på sista sträckan belönades med ytterligare ett hopp uppåt i resultatlistan. Inga sprang i mål som 12:e dam, en fin placering i hård konkurrens.

Efter tredje sträckan var det jämnt mellan andra- och tredje laget, bara 20 sekunder skilde lagen åt vid växling. Efter målgång hade sekunderna dock blivit sju minuter till andralagets fördel vilket gav en 79:e plats. Tredje laget slutade på plats 103, och (såvitt jag kunde se i resultatlistan) fjärde bästa tredje laget.

Fotnot: I andralaget sprang Christine Rufer, Karin Hedberg, Hanna Axelsson-Meyersson, Sara Bengtsson och Elin Hjertson. Tredje laget bestod av Emma Isaksson, Lena Kask, Ekaterina Orekhova, Jennie Hellström och Mari Troeng.

Inlagt 23 april av Anna Linde

Ungdomsstafetten på 10mila

Med strålande solsken och nerverna på topp gick startskottet, för årets ungdomsstafett på 10mila i Skåne. För många var det allra första gången de sprang en så stor tävling vilket inte alltid är lätt. Simon och Filip gick ut på sträcka ett, tillsammans med knappt 250 andra ungdomar. Killarna höll kontakten under loppet och kom i mål sekunderna efter varandra knappa fem minuter efter täten.

Den raka andrasträckan skötte Agnes och Nora utan några större misstag. Även de kom in i målfållan strax bakom varandra ca 19 minuter efter ledande lag.

Anna och Lovisa gick alltså ut bara några sekunder mellan varandra men syntes dock desto min-

dre i skogen. Självt är jag inte nöjd med loppet men Lovisa gjorde ett felfritt. På sista sträckan släppte vi ut Mandus och Lukas som båda gjorde ett bra lopp. Lag ett slutade efter en kanonupphämtning av Mandus på en 64:e plats och lag två på en 194:e plats.

Alla åtta ungdomarna skötte sådant som att få rätt karta, kolla kodsiffrorna och även ljus samt ljudsignal vid varje kontroll vilket är A och O på en stafett. Bra! Nästan trettio av de 250 startande lagen blev diskvalificerade.

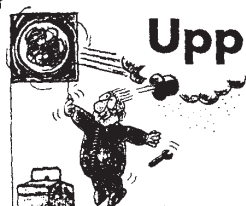
På söndagen åkte vi hem med många nya erfarenheter och flera dåsiga kroppar efter nattens spännande herrstafett. Det verkade som om alla hade en rolig helg och det är i alla fall det viktigaste!

**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.

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

Även små annonser syns i
O-nytt!

Jannes blommor

Florist

Janne Hellström

Sniittblommor - 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

OK Linné

TALLBACKSVÄGEN 68
756 45 UPPSALA