



ALMBYBLADET

- MEDLEMSBLAD FÖR ALMBY IK

NR 1 2007

GRUNDAD 1923 CYKEL MOTION ORIENTERING SKIDOR

Nytt år, nya tag:



Vad händer 2007?

I detta nummer:

<i>Tankar från en avgående ordförande</i>	3
<i>Året som gått 2006</i>	4-5
<i>Julnötterna</i>	6
<i>Nyårslöften</i>	6
<i>Almbys fonder</i>	7
<i>Hatten av för</i>	8
<i>Veterangruppens program våren 2007</i>	9
<i>Veckorvärdar</i>	10
<i>Trekampen del två</i>	11
<i>Skid-KM</i>	12
<i>Tävlingsprogram OL</i>	14-15
<i>Kallelse årsmöte</i>	16

Almby IK vill passa på att **gratulera** Tove Anger, Jenny Hurtig Wåhlander och Cecilia Rydberg (Karlsson) till sina små bebisar som vi hoppas se i skogen senare i livet.

EFTERLYSES

Cykelsektionen efterlyser en utav sina utlåningscyklar. Om du vet att du har en sådan hemma, ta kontakt med Lasse P så att vi får koll på vilka som har dem.

Inför Almbybladet 2 2007

Vi i redaktionen efterlyser material till nästa Almbyblad. Vi vill ha materialet till 31/4. Det kan vara vad som helst; foton från tävlingar, ett litet kort referat från t ex OK Tors ungdomstävling, skidutflykter, åsikter efter årsmötet, vägval, tankar inför såväl cykel- som olsäsong. Välkomna med ert bidrag.

Har du flyttat?

Kom ihåg att meddela Peter Kristoffersson, peter.kristoffersson@sitel.se, så att han kan ändra i registret. Det är viktigt så att vi kan nå er med information och med Almbybladet.

Epostregister

Vi hade en gång ett register med medlemmars epostadresser. Dock så byter ju många adresser med tiden och vi tror att det vore bra om ett register över så många som möjligt fanns. Ni kan meddela Peter om detta också.

Tankar hos en avgående ordförande...

...Almby IK och framtiden är fortfarande en obesvarad fråga.

Styrelsen för Almby IK vrider och vänder på de hot och möjligheter som vi kan identifiera. Allt för att föreningen ska kunna utvecklas och anpassas till det omgivande samhället och för att stärkt kunna möta framtiden.

Inför 2006 ställde vi oss frågan ” Vad är det som omvärlden tycker är intressant med Almby IK?” Ur processen utkristalliserades tre resurser som, rätt utnyttjade och marknadsförda, skulle kunna utveckla profilen Almby IK:

- Idrottsplatsen – Ljungstugan och Markaskogen
- Arrangemangen
- Idrottsverksamheten

Under 2006 har ansökan inlämnats till Örebro kommun och Riksidrottsförbundet för att erhålla resurser till förverkligandet av ”Idrottsplats Ljungstugan”. Bidraget från RF förväntas bli 75 000 kr varvid Örebro kommun har förbundit sig att bistå med minst samma summa i form av arbetsinsatser och materiel. Den totala kostnaden är beräknad till ca 300 000 kr så det åligger föreningen att via eget arbete och sponsring bidra med ca 150 000 kr. **Klarar vi det?**

De påbörjade tankarna om utveckling och renovering av vår klubbstuga skall fullföljas. För att finansiera denna behövliga renovering bör klubbens stuga i Kilsbergen, ”Kimmy”, avyttras och vinsten investeras i Ljungstugan. **Vill vi och klarar vi det?**

Vidare så har diskussioner startats med OL-föreningarna i Örebro kommun om ett utökat samarbete på alla fronter. Avsikten är att med gemensamma krafter förbättra klubbengagemanget – kanske på sikt en allians. **Vill vi det?**

Glädjande för vår förening är att uppslutningen runt våra aktiva utövare fortfarande är stor men...en klubb överlever inte på sikt om det inte finns ett engagemang för frågor som är klubbövergripande:

- Tävlingsarrangemang
- Ekonomifrågor inkluderande sponsring
- Utveckling och bevarande av infrastruktur i form av klubbstuga mm

d.v.s. traditionellt styrelse- **och** medlemsarbete.

Tävlingsarrangemang är, och kommer att vara, föreningens i särklass största inkomstkälla om...:

- vi finner medlemmar som under planeringsfasen påtar sig ansvar
- vi finner medlemmar som under uppbyggnads och genomförandefasen tar aktiv del i arbetet
- vi finner medlemmar som tar aktiv del i sponsorarbetet

Finns ni?

Jag har inte svaret på ovanstående frågor men jag kommer att som medlem i Almby IK fortsätta dra mitt strå till stacken. Hoppas att Du – ny som gammal medlem gör detsamma.

Kjell Sunesson



Året som gått - 2006

Klas-Olof har gjort en kort återblick på året som gått och försökt plocka ut lite av det som hänt. Självklart förtjänar fler att nämnas men mer om det mesta finns ju att läsa i föregående nummer.

Vintern...

Snö och skidor 2006 inleddes med en praktvinter som vi inte sett sedan 1987. Unga almbyiter deltog i Skidringen m fl tävlingar. De vuxna åkarna deltog i Vasaloppsveckan, DM, Wadköpingsloppet m fl. Klubben håller skidspår i Markaskogen och Gustavsviks golfbana och får positiv uppmärksamhet för detta.



Birgitta Andersson lämnar kansliet.

Våren...



Ungdomskurs i orientering. Många ungdomar återkommer efter att ha varit med 2005.

Cykelskolan söker nya ledare. Skolan är populär och nya cyklister strömmar till. **10-Mila** arrangeras av närkeklubbarna och vi har fått Markan och VIP på vår lott. Tävlingen går bra, såväl sportsligt som ekonomiskt. Våra herrar föredrar att funktionärsjobba och startar därför inte i seniorkavlen. Men i de andra kavlarna är vi med på startlinjen.

Cyklisterna inleder säsongen med att hålla till i tåten på många tävlingar. Det är framför allt herrseniorerna som "flåsar landslaget i nacken".

Naturpasset startar och håller ur in i hösten; till den 30 september.

Ola stod för vårens främsta framgång. Seger i Mallorca 3-dagars.

Sommaren...

Deltävlingen i **Sverigecupen** i MTB ställdes in. Brist på sponsorer och dessutom otillräckligt med funktionärer angavs som orsak.

Orienteringsarrangemang Under året arrangerade Almby IK tre stycken tävlingar; DM-budkavlen vid Håkansgården samt Ungdomsluffen och Korpen vid Ljungstugan tillsammans med Östra Almby FK.

MTB; Finnmarksturen Mathias Bergkvist blev 5:a och Ola Hellström 15:de i herrklassen. Ca 710 fullföljde, därav ett stort antal från Almby IK.

Hösten...

Ljungstugans dag Varmt tack till hjälpande almbyiter. Vi vill å styrelsens vägnar tacka alla de som hjälpt till att snygga upp i och kring Ljungstugan samt i Markaspåret idag den 21 oktober. Åtskilligt med skräp har sorterats ut, fönster, väggar och golv är rena. TACK! Ni är jätteduktiga, det är ni som gör Almby IK. Annica Hellgren

Skidkul drar i gång med många ungdomar och dito ledare.

Skidlekis De som är väl unga för skidkul bildar skidlekis. Med de här skidaktiviteterna är Ljungstugan fylld

på måndagkvällarna.

Glögglunken Som traditionen bjuder blev det Glögglunk även denna höst. Orientering på skämt(?) Luciatåg med musik och sång inför en nästan fullsatt Ljungstuga. Ett stort fack till OL-ungdomarna och deras ledare!

Snön Lyser med sin frånvaro.

Öppna styrelsemöten Cykelsektionen börjar med öppna styrelsemöten. Många deltar och det kan få efterföljare.

Jogg IN ”Är du kvinna eller tjej och sugen på att komma ut i spåret men inte vill springa själv? Känner du dig osäker om du springer ensam? Vi är en grupp som samlas klockan 18:00 varje torsdag vid markspåret för tillsammans med en ledare från klubben gå, springa, jogga eller stavgå. Motionera tryggt med Almby IK!” Jogg IN var motionssektionens höstsatsning. Det ovan citerade budskapet fick genomslag i media. TvärsNytt rapporterade, liksom Nerikes Allehanda och Radio Örebro. Annica Hellgren, K-O J

Skogskrocket Knapp seniorseger i skogskrocket. 10 personer kom till start i den första deltävlingen av vinterns trekamp mellan ungdomar och juniorer/seniorer.. För ungdomarna tävlade: Hanna Wedin, Malin Lundberg, Carl Carlsvärd. Tobias Lundberg och Mats Carlsvärd och för junior/seniorerna tävlade: Anders Lindqvist, Malin Wiklund, Per Håstlund, Stefan Wedin och Helen Lindqvist. Tävligen genomfördes lördagen de 18 november. På programmet var denna dag: Skogskrocket.



Magnus och Gunilla gillar att lunka. Gärna med lite glögg efteråt.

Vinter igen...

Den, dvs snön, inleder säsongen 2006-07 med frånvaro, men kommer så småningom. Fast då är vi inne på nytt år.

Skidkul och skidlekis fortsätter. Våra andra skidåkare laddar för Vasaloppet och andra tävlingar

Cyklister, detta år med framgångsrika utövare, fortsätter sin idoga inomhuscykling i Ljungstugan.

Orienterarna tränar i Mässan, PISk (Pannlampa I SKog), Skogskrocket fortsätter.

BingoLotto ångar på tack vare våra veteraner.

Reselotteriet har det lite kärvare än de tidigare 19(?) åren.



Julnöttertävlingen

Rebusarna

1. Inte lika?
2. Kännetecknar elektriker?
3. Manlig fröken Ur?
4. Gör laget före match?
5. Blomma på havet?
6. Som båten lägger till och från?
7. Lösenord för rövare?
8. Man från finlandsbåt?
9. Duktig trafikant?
10. Säger den skånska värdinnan?

Rätta svaren

- Nejlika
- Kanel
- Timjan
- Peppar
- Rosmarin
- Cayenn
- Sesam
- Persilja
- Körvel
- Kummin

Här följer vinnarna som får ett uppmuntringspris på årsmötet:

Frans Johanson
Rune Svensson
Karolina Karlsson
Karl-Axel Strid
Anita Hultin
Anna-Lisa Hellgren
Susanne Lundberg
Arne och Margot Johansson

Nyårslöften?

Almbybladet har inte frågat någon om den avlagt några nyårslöften. Istället tog vi tempen på klubbens aktiviteter under årets första vecka för att kolla om där bakom skulle dölja sig ett eller annat nyårslöfte.

Nog var det ett ambitiöst program som visades upp:

Först ut kunde ha varit skidorna som tog ledigt på sitt vanliga "Skidkul" och "Skidlekis" på själva nyårsdagen. Den inföll ju på deras dag; måndagen.

Tisdagen bjöd på löpträning i Mässan medan ganska få cyklister trampade på i Ljungstugans eget gym.

Onsdagen brukar vara rätt fri från träning, men så inte vecka 1. Den till OK Tisaren flyktade Isac Åkerberg bjöd in till "Spänsthoppsträning vid Markaspåret. Nyfikna som vi är var vi på plats och fick se: Ann-Britt och flera göra s k grodhopp. Karolina som en av dem som prövade på balansgång, vilken ej alls påminde skrivaren om hans skolgymastiska balansgång. Stefan Wedin hade därefter all möda att på sin rygg lyfta Isac i att antal tåhävningar. Så fortsatte kvällen med den ena spänstaktiviteten efter den andra. Alla upprepades ett antal gånger. Naturligtvis inleddes övningarna med rejäl uppvärmning. Samtidigt pågick OL-sektionens styrelsemöte inne i Ljungstugan.

Torsdagen den 4 januari var det pannlampsdags för orienterarna, medan cyklisterna höll till inne i Ljungstugan. Inte så många dock.

Dagen före trettondagen föreföll som en vilodag.

Och på lördagen tränades stafett (vad det nu innebar) och lördagsträningen, förstås.

Klas-Olof

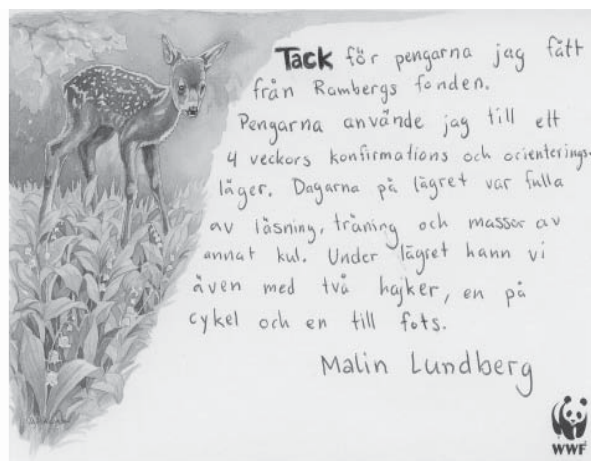
Almby IK:s fonder

Rambergsfonden instiftades av familjen Ramberg och utgör behållningen från försäljning av skriften "Från Eden till O-Ringen." Den gavs ut under O-Ringen 1979. Ungdomar under 20 år har rätt att söka för något särskilt ändamål.

Alf Erikssons minnesfond är avsedd att bidra till ungdomars lägerverksamhet. Behållningen överlämnas till OL-sektionen i samband med årsmötet.

Medlemsfonden är en fond för frivilliga kontantinsatser från medlemmarna. Fonden utnyttjas efter styrelsebeslut.

Mer information om fonderna: Ingrid Trygg Jansson
tel 019-36 43 68, E-mail ingrid.trygg@telia.com



Lokal partner – global kunskap

Från våra 70 kontor får du tillgång till Nordens största tekniska konsultverksamhet. Vi erbjuder helhetslösningar inom infrastruktur, byggande, management och IT.

Rambøll-koncernen har drygt 4 000 medarbetare på 70 kontor i Danmark, Sverige, Norge och Finland samt internationella aktiviteter från 50 kontor utanför Norden. www.ramboll.se

RAMBOLL

Fabriksgatan 54C, 702 23 Örebro, Tfn 019-16 67 00, Fax 019-16 67 46



Vi värnar om kundens värde och säkerhet. Det bygger på trygghet och engagemang.

PEAB

Box 981, 701 33 Örebro, Tel 019-19 61 00

Hatten av för

..våra 90-åringar

Atos Englund

Skidåkare

Vidar Klerne

O Cyklist

Margit Rahmberg

Orienterare. Medskapare till Rahmbergs fonden.

..och 80-åringen

Bengt Andersson

Skidåkare. "Ljungstugebyggare".

..samt 75-åringar

Birger Bergqvist

Skidåkare

Ove Hagberg

Orienterare. Div. uppdrag.

Åke Larsson

Orienterare. Fd klubbordförande mm.

Britta Ludvigsson

Lotteriföreståndare.

Eivor Ullbrand

Tidigare flitig funktionär.

Hans Ullbrand

Orienterare. "Ljungstugebyggare" mm.

..sedan 70-åringar

Hans-Erik Larsson

Stödjande medlem

Bernt Robertsson

Orienterare. Flera uppdrag tidigare.

Birgitta Schortz

Orienterare. tidigare klubbkanslist och andra uppdrag.

Ove Trygg

Orienterare och skidåkare. Tidigare klubbordförande mm.

Alf Wickström

Orienterare, tidigare funktionär.

Nils Erik Åberg

Skidåkare; Vasaloppsspecialist.

..och nu 60-åringar

Stig Andersson

Orienterare. Åtskilliga uppdrag.

Jan Englund

Skidåkare och orienterare. Tidigare flitig funktionär.

Lena Eriksson

Orienterare

Hans Gidebäck

En av klubbens egna "Verner och Verner"

Inger Groth

Tidigare klubbkassör.

Tommy Isaksson

Orienterare, 10-Milaspecialist. Numera norrman.

Barbro Johansson

Stödjande medlem.

Christer Johansson

Orienterare och tidigare funktionär.

Mogens Jörgensen

Stödjande medlem.

Solveig Lindkvist

Mångfaldig funktionär med mat som specialitet.

Ulf Magnusson

Orienterare. Lagledare under "Storhetstiden".

Gunnar Malmkvist

Stödjande medlem.

Barbro Rastelin

Stödjande medlem.

Birgitta Stymne

Sjukvårdsspecialist.

Ingrid Wolf

Sektionskassör; cykel.

..50-åringarna

Göran Kanedal

Orienterare

Ann-Mari Wåhländer

Orienterare. Tidigare klubbsekreterare, dito ordförande och mycket, mycket annat.

Mikael Åhlund

Orienterare. Ungdomsledare och flitig funktionär.

Veterangruppens program "vårterminen"

God fortsättning på det nya året. Programmet ser ut på nedanstående sätt:

Onsdagen den 24 januari .Vi tittar bl.a. på Sture Wåågs DVD-film tagen vid den av Sven- Olle ledda torpvandringen för Almby IK:s och OK Tisarens veteraner i april 2006. Ljungstugan kl. 10.00. Träffen inleds, **kl 9.30 OBS**, med en halvtimmes promenad alternativt skidtur för de som så önskar. Fika finns att köpa.

Onsdagen den 14 februari: Fåglar, fågelmärkning och Norrlandsskogar. Stig Enetjärn från Kilsmo berättar och visar bilder. Ett toppenprogram. Ljungstugan kl. 10.00. Träffen inleds kl. 9.30 med en halvtimmes promenad alternativt skidtur för de som så önskar. Fika finns att köpa.

Onsdagen den 28 mars. Ev. utflykt till Kvismardalen med bl.a. Öby kulle. Om vädret är för otjänligt ordnas inomhusaktivitet i Ljungstugan. Samling Ljungstugan kl.10.00. Medtag fika.

Onsdagen den 24 april. Ann Holmqvist hälsar oss välkomna till en **vandring på "Brunnsleden" i Lännäs**, lättgången,. drygt 5 km. Vi passerar St. Catarinas brunn etablerad på 1700-talet. Du kan smaka på vattnet. Alla krämpor försvinner garanterat! Vi tänker oss in i det livaktiga brunnslivet för c:a 100 år sedan. Avfärd från Ljungstugan kl. 9.30 eller kom direkt till Lännäs hembygdsgård senast kl.10.00. Innan vandringen, visning av hembygdsgården. **Medtag matsäck!**

Upplysningar: Ann Holmqvist 019-254606, 070-6458573

Onsdagen den 23 maj. Vandring kring Tomasboda. Avfärd från Ljungstugan kl. 9.30 eller kom direkt till Blankhult senast kl. 10.00. Guide: Sten-Olof Bergman. **Medtag matsäck!**

Onsdagen den 13 juni. Utflykt till Hammarby. Bengt Persson visar först ett bildspel, guidar oss sedan i bruksmiljön under en vandring på c:a 3,5 km. Avfärd från Svampens parkering kl. 9.30 eller kom direkt till Hammarby senast kl. 10.00. **Medtag matsäck.**

Har du en e-mailadress och inte har meddelat den tidigare vore det bra om du så gjorde till: kaare3@spray.se .

Med förhoppning om en trevlig "vårtermin"

Kåre
36 45 22

Veckovårdar 2007 - obs under revidering

Vecka	Namn	Tel nr	Namn	Tel nr
1.	Lars Andersson	36 42 39	Rolf Johansson	36 46 46
2.	Torgny Lindström	24 07 08	Roland Lindkvist	33 04 45
3.	Lars Eriksson	36 31 78	Karl-Erik Kullgren	24 05 85
4.	Gabrielssons!	14 93 60	Stig Andersson	24 56 05
5.	Rolf Karlsson	27 22 36	Kåre Schortz	36 45 22
6.	Per Rahmberg	24 05 21	Gerd Wall	24 53 83
7.	A-B Göransson	31 45 49	Mats Hedberg	36 14 29
8.	Margit Karlsson	12 92 06	Inga Svedberg	36 43 92
9.	ChristerBrandt!	10 70 07	Sven Franzon	23 80 12
10.	Bengt Karlsson	36 37 88	Vakant	
11.	Vakant		Yvonne Franzèn?	36 44 49
12.	Ulf Magnusson	36 10 32	Vakant	
13.	Bertil Törnqvist	23 41 50	S-Olov Hultin	23 81 67
14.	Vakant		Bert Håstlund(?)	33 06 93
15.	Roif Schagerström	36 14 79	Kalle Strid	24 0770
16.	L-O Magnusson	36 45 64	Ann-Mari Wåhlander	36 06 23
17.	Valter Fall	364672	Mikael Åhlund	240583
18.	Björn Jonsson?	36 0141		
19.	S-E Lejerskog	264098		
20.	Per-Åke Hull	235360	Anders Jacobsson	44 55 23
21.	Vakant		K-O Jansson	36 43 68
22.	ChristerBrandt	10 70 07	Vakant	
23.	Per Ludvigsson	36 44 87	Ingrid Trygg	36 43 68
24.	K-G Wahlström	445691		
25.	Inger och P-Å Johnson	323638		
26.	Vakant			
27-30.	Semester		Semester	
31.	Margit Karlsson	12 92 06	Inga Svedberg	36 43 92
32.	Kalle Strid	24 07 70	Rolf Schagerström	36 14 79
33.	Vakant		Vakant	
34.	Vakant		Vakant	
35.	Sven O Hultin	23 81 67	Bertil Törnqvist	23 41 50
36.	A-B Göransson	31 45 49	Mats Hedberg	36 14 29
37.	Stig Andersson	24 56 05	Gabrielssons	14 93 60
38.	A-M Wåhlande	36 06 23	L-O Magnusson	36 45 64
39.	Vakant		Vakant	
40.	Ingrid Trygg	36 43 68	Per Ludvigsson	36 44 87
41.	Torgny Lindström	24 07 08	Roland Lindkvist	33 04 45
42.	Valter Fall	36 46 72	Mikael Åhlund	240583
43.	Bengt Karlsson	36 37 88	Vakant	
(5)44. 44.	Kåre Schortz	36 45 22	Rolf Karlsson	27 22 36
45.	Gerd Wall	24 53 87	Per Ramberg	24 05 21
46.	Anders Jacobsson	44 55 23	Per-Åke Hull	23 53 60
47.	ChristerBrandt!	10 70 07	Sven Franzon	23 80 12
48.	John-Olof Eriksson			10 70 07
49.	Thomas Johansson	611 00 9		
50.				
51.	K-E Kullgren	24 05 85	Lars Eriksson	36 31 78
52.	Lars Andersson	36 42 39	Rolf Johansson	36 46 46

Kompletteringar sker fortlöpande. ? betyder "Ej klart"

Det är två värdar varje vecka. Det har ju den fördelen att om någon uteblir, finns det i alla fall en värd på plats. Istället har varje värdpar två veckor - en på första och ytterligare en vecka under andra halvåret. Dessutom finns det inte bemanning på kansliet längre, så nyckel måste hämtas annorstädes. Observera att alla veckovärdar inte är tillräckligt informerade ännu. Vid frågor eller problem; kontakta Klas-Olof tel 36 43 68, e-mail klasolof.jansson@telia.com.

Preliminär och kortfattad information om värdskapet:

Tid och plats: Ljungstugan ca kl 17.30-20.30, tisdagar och torsdagar. Eventuellt byts tisdag mot måndag under våren. Info om detta kommer i så fall.

1. Hämta nyckel hos Klas-Olof, Lilla Ässkogsvägen 15 i Norra Bro. Tel se ovan.
2. Lås upp Ljungstugan före kl 18.00.
3. Läs månadsbladet och hemsidan om vilken verksamhet som gäller för kvällen.
4. Gör iordning saft till de som tränat (även varm dryck under kalla förhållanden).
5. Brygg kaffe och te. Tina bröd samt plocka fram smör och pålägg.
6. Ta betalt för fika enligt lista.
7. Diska. Städa en gång under veckan på lämplig dag. Städinstruktioner finns på en lista i städskrubben. Stäng av bastuaggregaten.
8. Påminn det värdpar som har ansvaret veckan efter.
9. Släck ljuset i alla utrymmen, kontrollera att ingen finns kvar i Ljungstugan och lås. Återlämna nyckeln.

Trekampen del två

Den andra deltävlingen i trekampen mellan klubbens ungdomar och seniorer blev en blöt och fartfylld tillställning. Kampen avgjordes i Gustavsviks vattenrutschtunnel i torsdags.

Ebba S, Hanna W, Elin Å, Felicia L-D, Carl C och Tobias L tävlade i ungdomarnas lag och de vuxnas ära försvarades av Charlotte W, Anders K (inlånad från KFUM), Stefan W, Anders L och Mats C.

Efter invägning körde alla tävlande tre åk i tunneln. Den elektroniska tidtagningen var ur funktion, men tävlingsledarna Susanne L och Karin W lyckades hitta ett sätt att ta tiden manuellt.

Karins startkommandon, hennes hukande i trappan upp till startplatsen och kisande ner mot mål, väckte, tillsammans med Susannes protokollförande, en viss nyfikenhet bland övriga badgäster.

Efter ett par dagars räknande meddelar Susanne och Karin nu att ungdomarna vann. Ungdomarnas poäng blev 0,22. Seniorerna fick 0,12. Det kom de fram till efter att ha bollat med medelvikter och medeltider i sin ekvation.

Snabbast i banan var Anders Lindqvist. Han noterades för 8,1 sekunder i sitt snabbaste åk.

Den sista, och avgörande eftersom seniorerna vann skogskrocketmatchen i november, deltävlingen i vinterns trekamp arrangeras förmodligen någon gång i februari. Tävlingsgrenen är, som vanligt, hemlig.

Information om tid och plats kommer här på hemsidan.

/Mats Carlsvärd

Det blev vinter även i år - och Skid-KM

I strålände sol och fem minusgrader korades årets första klubbmästare under lördagseftermiddagen. Först i mål var Jonas Wall klubbmästare i H14. Övriga klubbmästare blev Iva Navratilova i D21, Jonas Marjamaa i H21 och Mats Carlsvärd i H45. Fullständiga resultat.

D15-16 **5 Km**
Victoria Härd 26,15

D21 **5 Km**
1. Iva Navratilova 17,55
2. Linn Robertsson 20,45
3. Karolina Karlsson 21,20
4. Malin Wiklund 21,55
5. Charlotte Wahlström 22,30
6. Helen Lindkvist 25,45

H7-8 **1,5 Km**
Oscar Hedqvist Deltagit
Ludvig Alm Deltagit
Oscar Alm Deltagit
Linus Dudal Deltagit
David Dudal Deltagit

H11-12 **2,5Km**
Tobias Wall 9,45

H13-14 **2,5Km**
1. Jonas Wall 9,30
2. Karl Lundblad 11,20
3. Tobias Lundberg 13,37

H21 **10 Km**
1. Jonas Marjamaa 34,27
2. Anders Lindkvist 35,27
3. Per Håstlund 36,35

H45 **5 Km**
1. Mats Carlsvärd 17,39
2. P-Å Hull 20,40
3. Lasse Lundberg 23,10

//Pär Dudal

PS. Tävlingarna ägde rum på Gustavsviks Golfbana och det var på lördagen den 27 januari



**TILLVERKARE AV
TIPPSLÄP, LASTVÄXLARSLÄP
OCH TIPPÅBYGGNADER**

ORY Transportteknik AB Tel: 019-36 29 40
Gällerstav.115 Fax: 019-36 07 00
702 21 Örebro E-post: anders.tenor@ory.se



Använd cykelhjälm vid
träning och tävling

BRAVIDA HELSIDA!!!

ALMBY IK - Tävlingsprogram OL 2007

Tävlingarna med **fet** stil är tänkta för Dig som bara vill springa ett mindre antal tävlingar. På dessa försöker vi samla större delen av klubbens aktiva orienteringslöpare. Till individuella tävlingar sker anmälan via Klubben Online, instruktion finns på hemsidan. Anmälan till stafetter sker på tavlan i Ljungstugan. Vid frågor angående anmälan, kontakta anmälningsansvarige Per Håstlund.

DATUM	VECKODAG	ARRANGÖR	TÄVLINGSTYP	ANMÄRKNING
2/3	Fredag	Pan-Kristianstad	Natt	
3/3	Lördag	Pan-Kristianstad	Stafett	
4/3	Söndag	Pan-Kristianstad	Långdistans	
18/3	Söndag	OK Denseln	Långdistans	
23-25/3	Fre-Sön	Spring Cup, Roskilde	natt,långdistans,stafett	Per Håstlund
24/3	Lördag	IFK Södertälje	Kringelträffen, långdistans	
30/3	Fredag	Vingåkers OK	Svartnatta, stafett	
31/3	Lördag	OK Tor	Ungdomstävling, långdistans	
1/4	Söndag	OK Tor	Torfejden, medeldistans	
1/4	Söndag	Jönköpings OK	SM, ultralångdistans	
5/4	Skärtorsdag	Katrineholms OK	Natt	
5/4	Skärtorsdag	IK Gandvik	Häxjakten, natt	
6/4	Långfredag	Kjula IF	Långdistans	
7/4	Påskafton	Västerås SOK	Medeldistans	
8/4	Påskdagen	Västerås SOK	Långdistans	
13/4	Fredag	FK Friskus-Varberg	SM, natt	
15/4	Söndag	Strängnäs-Malmby	Stockenfejden, långdistans	
15/4	Söndag	FK Friskus-Varberg	SM, sprint	
20-21/4	Fre-Lör	OK Hällen	Stigtomtaket, stafett	Thomas Johansson
21/4	Lördag	OK Djerf	Boforsloppet, långdistans	
22/4	Söndag	Degerfors OK	Letälvssträffen, medeldistans	
22/4	Söndag	Surahammars SOK	Långdistans	
28-29/4	Lör-Sön	Eskilstuna	10-MILA	Jan Holgersson
1/5	Tisdag	Norbergs OK	Långdistans	
5/5	Lördag	OK Tisaren	Tisarträffen, medeldistans	
6/5	Söndag	OK Tisaren	Tisarträffen, långdistans	
12/5	Lördag	OK Milan	Milronden, medeldistans	
13/5	Söndag	OK Milan	Milronden, långdistans	
17/5	Torsdag	KFUM Örebro	Närkekvartetten, långdistans	
18/5	Fredag	KFUM Örebro	Närkekvartetten, medeldistans	
19/5	Lördag	OK Alferna	Närkekvartetten, långdistans	
20/5	Söndag	Hagaby GoIF	Närkekvartetten, medeldistans	
26/5	Lördag	Askersunds OK	DM, sprint	
26/5	Lördag	IFK Mora/Älvdalens IF	Långdistans	
27/5	Söndag	IFK Mora/Älvdalens IF	Medeldistans	
2/6	Lördag	OK Klyftamo	Kurortssprinten Klubbläger, ungd.led.?	
3/6	Söndag	IK Gandvik	Sommarlandssprinten Klubbläger, ungd.led.?	
6/6	Onsdag	Almby IK	KM	Alt. Arboga juniserie?
16-17/6	Lör-Sön	Jukola/Venla Stafett (Lappo, Vasa i höjd med Ö-vik)		K-G W
26/6-1/7	Tis-Sön	Malungs OK Sälen	3+3	Per Håstlund ev.
10-12/7	Tis-Tor	Gotlands Bro OK	Gotlands 3-dagars	
13-15/7	Fre-Sön	Nackhe/Friskus-V	Hallands 3-dagars	
13-15/7	Fre-Sön	IK Standard	Eskilstuna Weekend	
23-27/7	Mån-Fre	O-Ringen, Mjölby	O-ringen, 5-dagars	
3-5/8	Fre-Sön	OK Silvanus	Fjällorientering, Patrull (Bruksvallarna)	
3-4/8	Fre-Lör	IF Hagen	Ungdomens 10-mila	
4-5/8	Lör-Sön	Linköpings OK	43-Kavlen (Åtvidaberg)	Nils-Olof Bodin
11/8	Lördag	Kvarnsvedens GoIF OK	Öppna SvM. Långdistans	
12/8	Söndag	Garphyttans IF	Ungdomsluffen + ultralång patrull	
12/8	Söndag	St. Sundby GoIF	Medeldistans	
18/8	Lördag	Laxå OK	Tivedsträffen, medeldistans	
19/8	Söndag	Laxå OK	Tivedsträffen, långdistans	
25/8	Lördag	Lindebygden	5-manna	K-G W
26/8	Söndag	Fellingsbro GoIF	Medeldistans	
1/9	Lördag	Almby IK	DM, Medeldistans	Vi arrangerar
2/9	Söndag	Almby IK DM,	Långdistans	Vi arrangerar

DATUM	VECKODAG	ARRANGÖR	TÄVLINGSTYP	ANMÄRKNING
7/9	Fredag	Hagaby GoIF	DM, Natt	
9/9	Söndag	Hagaby GoIF	DM, Stafett	
15-16/9	Lör-Sön	Visborgs OK, Gotl.	Ungdoms-SM	
15-16/9	Lör-Sön	OK Löftan, Halland	SM, Långdistans	
16/9	Söndag	OK Tylöskog	Korpen, långdistans	
21-22/9	Fre-Lör	Halmstad OK	SM, Medeldistans	
22-23/9	Lör-Sön	OK Tranan, Västergötl.	VeteranM, medel- + långdistans	
22/9	Lördag	Hällefors OK	Hälleforsdubbeln, medeldistans	
23/9	Söndag	Hällefors OK	Hälleforsdubbeln, långdistans	
23/9	Söndag	Halmstad OK	SM, Stafett	
29/9	Lördag	Köping-Kolsva OK	Golden Weekend, medeldistans	
30/9	Söndag	Arboga OK	Golden Weekend, långdistans	
6/10	Lördag	IFK Tumba/Mälarhöjden	25-Manna	Christer
7/10	Söndag	Snättringe SK/Södertörn	25-mannakorten	
13-14/10	Lör-Sön	Karlsbyheden/Korsnäs	Daladubbeln	
19/10	Fredag	Istrums SK	Axevallanatta	
20/10	Lördag	OK Enen	Oktober-Racet, medeldistans	
21/10	Söndag	OK Motala	Medeldistans	
27-28/10	Lör-Sön	SOK Viljan	Smålandskavlen (Oskarshamn)	
11/11	Söndag	Mjölby OK	Novembersprinten	

Elitserien

1/4 SM Ultralång, Jönköpings OK
15/4 SM Sprint, FK Friskus Varberg
21/4 OK Vilse, långdistans
22/4 OK Vilse, medeldistans
27/4 Tiomilaföreningarna, sprint
12/5 Leksands OK, medeldistans
12/7 VM-test, sprint, Pan-Kristianst.
14/7 VM-test, medel, Pan-Kristianst.
15/7 VM-test, lång, Pan-Kristianst.
16/7 SM, långdistans, Halland
20/10 OK Enen, Final

Silva Junior Cup

17/3 OK Orion, sprint
18/3 OK Orion, medeldistans
1/4 SM Ultralång, Jönköpings OK
13/4 SM natt FK Friskus-Varberg
15/4 SM sprint FK Friskus-Varberg
21/4 OK Klyftamo, långdistans
22/4 Sävedalens AIK, medeldistans
17/5 Rehns BK, långdistans
19/5 Rehns BK, sprint
25/7 O-ringen, etapp 3, medeldistans
23-27/7 O-ringen, totalresultatet
18/8 Final, Stora Tuna IK, långdistans



ALMBYBLADET

MEDLEMSBLAD FÖR ALMBYIK

Adress: Ljungvägen 16
70221 Örebro

Telefon: 019-361080

Fax: 019-364070

Hemsida: <http://www.svenskidrott.se/t/almbyik>

E-post: almbyik@telia.com

Plusgiro:

25948-1 Huvudkassa
659782-7 OL-sektionen
865559-9 Cykelsektionen

Bankgiro:

618-3917 Huvudkassa

I Redaktionen:

Annica Hellgren
Klas-Olof Jansson (Redaktör)
Helen Lindkvist
Malin Wiklund

Kallelse

till årsmöte med Almby Idrottsklubb

Torsdagen den 1 mars 2007 kl 19.00 i Ljungstugan OBS dagen!
(Observera också att första dragningen i Reselotteriet sker onsdagen den 7 mars).

Årsmötesförhandlingar enligt stadgarna

Kaffe och utmärkelser

Utdelning ur Alf Erikssons minnesfond

Motioner till årsmötet skall vara inlämnade senast torsdagen den
22 februari.

Alla medlemmar välkomnas!
Styrelsen