



Nyhetsbrev augusti 2018

Huvudstyrelsen

Ombyggnation av Ljungstugan

Vi har under flera år diskuterat och även avsatt medel för upprustning av samlingsalen och köket i stugan. Arbetet har gått lite i stå. Vi behöver nu komma vidare och behöver då få till en grupp som vill planera detta. Om du är intresserad av att delta så skicka gärna in ditt namn till info@almbyik.se

Restaurangchansen

Vi har beställt hem både RC-häftet och RC-appen som kommer att finnas för avhämtning i Ljungstugan första veckan i oktober (giltighetstid 1 oktober 2018 – 30 september 2019). Priset är 240:- och av detta går 50% till föreningen. Hjälp oss genom att ta upp beställningar på din arbetsplats eller i vänkretsen. Självklart ska du också boka in din egen och det gör du genom att skicka ett mail till info@almbyik.se. Ange antalet du önskar köpa samt häfte eller app. Läs mer på www.restaurangchansen.se

Medlemsinformation

Hoppas att du som medlem följer med på vad som händer i föreningen. Det kan du göra genom att läsa detta nyhetsbrev som kommer varje månad, men också genom att gå in på hemsidan. Om det är saker eller aktiviteter som du tycker är av värde för andra almbyiter så skicka gärna in din information till info@almbyik.se. Annica Kristoffersson och Maria Kylborn lägger ner tid för att utveckla sidan och det ska de ha en stor eloge för. Nu gäller det att vi andra hjälper till att fylla och utveckla sidan.

Klubbkläder

Webshoppen har öppet beställningsfönster 20/9-7/10, som du hittar på vår hemsida. Förväntad leverans v. 46. Innehåller fullt utbud av skidkläder och mössor samt ett urval av orienterings-, löp- och cykelkläder.

Huvudstyrelsen genom *Lasse Lundberg*

Orientering- och skidsektionen

Orientering

Det fortsätter att hända mycket inom barn- och ungdomsverksamheten. Här kommer ett axplock från sommaren och hösten.

O-ringen i Örnsköldsvik

Detta år arrangerades O-ringen i Höga Kusten som erbjöd svåra banor i tuff terräng. Almby IK ställde upp med femtiotalet deltagare. Det är roligt att se att många av dessa var barnfamiljer. Etappsegrar togs genom Bruno Göransson (H14 Kort), Ann-Britt Göransson (D65) och Erik Kylborn (U2). Vi hoppas och tror på minst lika många deltagare nästa år då O-ringen avgörs i Kolmårdsskogarna med Norrköping som centralort.



Ungdomens tiomila, Götene

I år ställde Almby IK upp med ett eget HD12 lag bestående av från vänster: Astrid Kraft, Emma Lindkvist, Oscar Kristoffersson, Alvin Isenström, Axel Kylborn och Sixten Widmark.

Våra ungdomar utgjorde också en viktig del av ÖLOFs distriktslag i HD18-klassen (fyra utav tio löpare: Johannes Green, Jonatan Kraft, Karl Kylborn och Johan Alpberg) och D18-klassen (tre utav sex löpare: Sofie Franzén, Sofie Bodin och Sofia Green). De senare lagen coachades av Yvonne Franzén med flera. Samtliga 13 almbyiter som deltog i år får delta på Ungdomens tiomila även nästa år. Men det finns många flera möjliga löpare nästa år till denna anrika ungdomsstafett. Roligt tycker vi!



Distriktsmatchen

En annan tävling för ungdomar i åldern 13-16 år är distriktsmatchen. Här tävlar ungdomar från Örebro län mot löpare från Södermanland, Värmland och Östergötland. I år ställde Almby IK upp med fem löpare (Henrik Franzén, Sofie Franzén, Jonatan Green, Sofie Bodin och Sofia Green) som alla gjorde bra individuella resultat. Tävlingen avslutas med en stafett där distriktslag tävlar mot varandra. Sannolikt var detta ÖLOFs bästa resultat någonsin i stafetten, eller vad sägs om resultatraden 2, 3, 5, 17 och 22 av 30 startande lag av vilka 28 fullföljde?



DM

Tre av fyra DM tävlingar har gått av stapeln. Almby har tagit ett antal DM-medaljer och flera av den äldste sort.

Natt-DM 24/8, Kungsör

Segrare var Astrid Kraft (D10), Sofie Bodin (D16), Nils-Olof Bodin (H60) samt Anders Robertsson (H65). Anne Bodin (D50) segrade också men p.g.a. för få startande uppfyllde tyvärr inte klassen DM status.

DM medeldistans och DM lång 25-26/8

Tävlingarna gick i eller i anslutning till naturreservatet Dunderklintarna i Kilsbergen. Almby IKs segrare på medeldistansen var Sofie Bodin (D16) och Ann-Britt Göransson (D65). Ann-Britt tog även hem guldmedaljen på DM lång, då i en sammanslagen klass (D60).

Vi gratulerar alla segrare och övriga almbylöpare till fina prestationer denna helg.

Ungdoms-SM i Luleå 31/8-2/9

Vi har just nu många duktiga ungdomar i klubben. I år representeras vi av hela fyra löpare i klasserna D15 (Sofie Bodin, Sofia Green), D16 (Sofie Franzén) och H15 (Henrik Franzén). Huvudcoach för ÖLOFs löpare är Nils-Olof Bodin. Vi önskar er alla lycka till!

Ungdomsverksamheten

Ungdomsverksamheten för hösten startade torsdag den 23/8 med stjärnorientering i och kring mossarna i Markaskogen. En uppskattad, men tuff träning som inbjuder till att våga



använda kompassen. De äldre ungdomarna i orange-violett grupp förberedde den fyrklövertävling som de ska arrangera i Sommaro den 6/9. Vi tränar en gång i veckan fram tom v.43.

25-manna på Järvafältet 6/10

Efter ett uppehåll förra året siktar vi på att ställa upp med ett kombinationslag tillsammans med OK Tylöskog i år. I laget behövs 25 orienterare i alla åldrar på de 10 olika sträckorna. Vissa sträckor är tilldelade damer och vissa "låsta" till olika åldersintervall. Svårighetsnivån varierar mellan VIT till BLÅ. Skulle du vilja vara med? Vi hoppas att det blir kamp om platserna i laget. Anmäl ditt intresse för att delta, coacha eller supporta laget genom t.ex. matservering snarast! Anmäl vilken sträcka/sträckor alternativt uppgift du är intresserad av till Per Håstlund tranvattnet@hotmail.com eller Yvonne Franzén FranzenLarsson@outlook.com

Längdskidor

Snart börjar skidsäsongen på allvar. Många av våra skidaktiva barn-och ungdomar är fortfarande upptagna med orientering, cykling och fotboll. Kanske några även är ute och tränar på rullskidor. Vi återkommer med mer information när vi drar igång den organiserade skidträningen. Om du som är förälder eller annan vuxen är intresserad av att hjälpa till under kommande skidsäsong hör av dig till skidor@almbyik.se

SOL-sektionen genom *Annica Kristoffersson*

Cykelsektionen

Klubbmästerskap och Bergslagsloppet

Den 1 september ska vi kora årets klubbmästare i klasserna flickor och pojkar 10-12 år, 13-14, 15-16 samt dam och herr junior och vuxen. Detta kommer ske i Sörbybacken där det under dagen finns andra cykelaktiviteter.

BERGSLAGSLOPPET

Den 9 september körs årets upplaga av Almby's långlopp – Bergslagsloppet. Ett fantastiskt cykelevenemang i vår underbara Kilsbergsmiljö med start och mål i Ånnaboda. Läs mer på www.bergslagsloppet.se

Till båda dessa lopp kommer det behövas funktionärer, innan under och efter loppet. Bergslagsloppet arbetas med dagen innan och någon dag efter medan KM görs under samma dag. Kom ihåg att kostnaden för att träna med Almby är låg och att vi inte ägnar oss åt försäljning av lotter eller liknande. Finansieringen sker framför allt genom inkomsterna

från arrangemang såsom Bergslagsloppet. Allt vi kräver är att man under några dagar per år ställer upp som funktionär.

Som funktionär finns följande att göra:

- Uppmärkning av bana
- Utdelning av nummerlappar
- Assistera vid start, varvning och målgång
- Försäljning i kiosken (enbart Bergslagsloppet)
- Säkerhetsvakt – varna både trafik och cyklist om fara t.ex. korsningar
- Städning efter tävling
- Borttagning av banmarkering

Anmäl er som funktionär till Bergslagsloppet på funktionar@bergslagsloppet.se

Anmäl er som funktionär till Klubbmästerskapet på cykel@almbyik.se

Cykelkläder

Nu finns cykelkläder att prova i samband med träningar. Cykelsektionen har beställt cykeltröjor (Trimtex Team) för utprovning, barn storlek 130, 140, 150 och 160 samt vuxen S, M, L och XL. Dessutom har vi 2 stycken av varje barntröja till försäljning, 400 kr/st, som kommer att fyllas på vid behov. Ta kontakt med någon tränare om intresse finns.



Cykelsektionen genom Peter Birath

Du får detta nyhetsbrev då din mejladress är registrerad i Almby IK:s medlemsregister i SportAdmin. Frågor angående vår integritetspolicy och GDPR hänvisar vi till vår hemsida <http://www.almbyik.se/foreningen/omforeningen/Integritetspolicy/>

