



# ÄLGPASSET NR:55

Sept 2005

OK ÄLGEN



Marcus Johanson 05





## Dra åt Hälsingland – Spring 5-dagars 2006!

Nästa år blir det fem etapper inom gångavstånd från centralorten. Start söndagen den 16 juli, vilodag på onsdagen och målgång på 5:e etappen fredagen den 21 juli. Till etapp 1, 2 och 5 är det 600 m och till etapp 3 och 4 är det 2 km från c-orten.

### Nyheter gällande husvagnscampingen nästa år

- Traditionella husvagns- och tältplatser samlade på c-orten. Kostnad 950:-.
- Husvagnsplatser på Moheds camping som ligger i direkt anslutning till c-orten, med eller utan el och utökad campingservice till ett högre pris. Platserna är begränsade, först till kvarn.
- Pris Moheds camping utan el – 1 200:-
- Pris Moheds camping med el – 1 500:-
- Ungdomscamping med mindre tältplatser till ett lägre pris – 500:-

Första anmälningsslaget är redan den 1 november och för att få nyttja den lägre anmälningsslaget betyder det i praktiken att jag måste veta senast den **25 oktober** om ni ska vara med. Den 1 november ska anmälningsslaget vara insatt på 5-dagars pg.

Nästa anmälningsslag är den 1 mars. För en senior kostar det då 1 070 kronor att anmäla sig jämfört med 990 kronor vid första slaget. Det sista anmälningsslaget är den 1 juni och priset då är 1 140 kronor för en senior.

Läs mer om tävlingen i anmälningsslaget eller gå in på <http://www.oringen.com>.

/Anna



# VÄLKOMMEN TILL O-RINGEN I HÄLSINGLAND 15-21 JULI 2006!

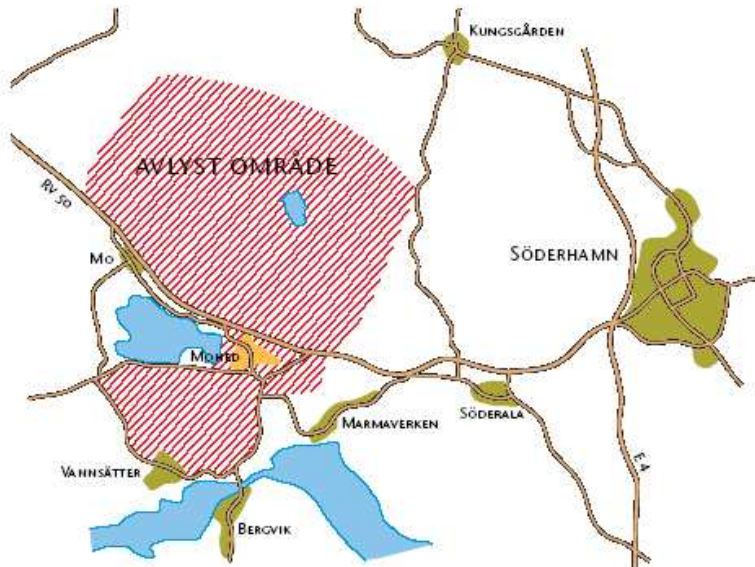


FOTO: HENRIK ÖSTERGÅRDS

## KLASSER

D10	H10		
D11	H11		
D12	H12		
D13	H13		
D14	H14		
D15	H15		
D16	H16		
D18 E	H18 E		
D18 L	H18 L		
D18	H18		
D20 E	H20 E		
D20 L	H20 L		
D20	H20		
D20M	H20 M		
D21 E	H 21 E		
D21 L	H21 L		
D21	H21		
D21 K	H21 K		
D21 M	H21 M		
		<i>E = Elit</i>	
		<i>L = Lång</i>	
		<i>K = Kort</i>	
		<i>M = Motion</i>	
D35	H35	D35 K	H35 K
D40	H40	D40 K	H40 K
D45	H45	D45 K	H45 K
D50	H50	D50 K	H50 K
D55	H55	D55 K	H55 K
D60	H60		H60 K
D65	H65		H65 K
D70	H70		
D75	H75	D35 M	H35 M
D80	H80	D40 M	H40 M
D85	H85	D45 M	H45 M
	H90	D50 M	H50 M
	H95	D55 M	H55 M
		D60 M	H60 M
		D65 M	H65 M
			H70 M

## Inskolning

U1-4 - är öppna för barn t.o.m. 16 år. I U-klasserna är det tillåtet med skuggning samt att delta i tävlingen i par eller patrull.

**ÖPPNA KLASSER** - föranmälan

**DIREKTKLASSER** - anmälan sker direkt på C-orten eller på etapperna

**SUPERELITKLASSEN** - världens bästa orienterare gör upp om segern i tre enskilda etapper.

**STÄMPLINGSSYSTEM** - SportIdent

**ANMÄLAN** - via Klubben Online.



O-RINGEN HÄLSINGLAND 2006  
15-21 JULI WWW.ORINGEN.COM  
ORINGEN2006@HIDROTT.SE  
BOX 523 82627 SÖDERHAMN  
TEL: +46(0)270-429202  
FAX: +46(0)270-429201





## FEM ETAPPER INOM GÅNG- AVSTÅND FRÅN CENTRALORTEN!

### Etapp 1 Enmyra. Detaljrikt och öppen tallhed. TC Flygfältet.

Längre banor börjar med detaljrika, måttligt till starkt kuperade höjder och hållmarker. Kortare banor och avslutningen på de längre går i ett parti med öppen tallhed med många vägar och stigar, mindre höjder och delvis stenbunden mark. Framkomligheten är överlag bra.

### Etapp 2 Olberget. Drömterräng på Olberget! TC Flygfältet.

På toppen av Ol-berget finns "drömterräng" med hållmarksskog och detaljrik kurvbild. Sluttningarna är delvis stenbundna och kuperingen är måttlig till stark. Kortare banor går fram genom tallhedsterräng med många vägar och stigar. Alla banor avslutas i ett f d grustäktområde med varierad kupering och delvis öppna sandtytor.

### Etapp 3 Bocksjön. Medeldistans i måttligt kuperad tallskog. TC Kyrkbyn.

Etappen präglas av måttligt kuperad tallskog med detaljrika partier. På vissa av de längre banorna kan grönområden förekomma. Avslutningen för alla banor går mestadels i kulturmark.

### Etapp 4 Kallebo. Blandskog och stark kupering. TC Kyrkbyn.

Etappen består mestadels av måttligt kuperad blandskog med vissa stenbundna områden. De längre banorna går delvis i ett starkt kuperat område med sten och hållmark. De korta banorna övervägande på stig och i kulturmark.

### Etapp 5 Håkanhatt. God framkomlighet och variationsrik terräng. TC Flygfältet.

Överlag god framkomlighet. Området kännetecknas av detaljrika höjdparter med hållmarksskog. Nära målet finns ett område med varierande terräng; öppen tallhed med vägar och stigar, mer stenbunden och detaljrikare terräng och f d kulturmark med begränsad framkomlighet. Banorna avslutas i samma terrängparti som den andra etappen.



Enmyra



Olberget



Bocksjön



Kallebo



Håkanhatt



**Vi behöver din hjälp  
med att få fler  
prenumeranter på  
bingolotter!**

**Vill du börja prenumerera eller känner  
någon som är intresserad kontakta:  
Helena Jonsson på telefon 0555 – 128 56**



**BINGO  
LOTTO**

**Sitt inte lottlös.**

# PARK TOUR VÄRMLAND 2005



*Värmländska park- och sprintcupen*

När Park Tour Värmland avgjordes onsdagen den 22 Juni tog **Fredrik Nordstöm** den totala segern i herrklassen.

**GRATTIS!**

---

- ✓ **Visste Du Att : OK ÄLGEN**  
*Segrade på Värmlandsserien i Grupp B*
- ✓ **Visste Du Att : Jonas B har fått senilsnöre till glasögonen !!**
- ✓ **Visste Du Att : Våra Ungdomar varit på Dejeläger & Breddläger !!**
- ✓ **Visste Du Att : Vi har en ny hemsidaadress**  
**www:okalgen.se** ( **Kolla in den !** )  
*där kommer också Älgpasset att finnas som pdf.fil..*
- ✓ **Visste Du Att :En del intressanta ”comebacker”**  
*Har under året förgyllt tävlingarna.*
- ✓ **Visste Du Att :VK2005 Har haft mångaSkogslekare & nybörjare samt övriga ungdomar igång under hela året, vi vill bli fler LEDARE !!**

# Tobias segrade i Poängjakten



Finalen i Poängjakten avgjordes vid Dejes skidstuga torsdag kväll (8/9) genom jaktstart. Tobias Katvala vann H12 efter att ha hämtat upp från en tredje plats från start. Grattis Tobias! Det blev ytterligare en pallplats genom Marcus W, 3:a i H16.

---

## Vi Vann Värmlandsserien Gr:B

Värmlandsserien, gick av stapeln på söndag och vi tog en överraskande seger i Grupp B och skall därmed spränga in oss i Grupp A nästa år .. GRATTIS TILL OSS SJÄLVA ! VK Tackar alla som bidrog till detta...Sträck på er alla Älgar!!



*Några av älgarna som deltog till segern i Grupp B*

# Värmlandsserien 2005

Klubb	Värmlands- registret	Antal anmälda	Grundpoäng anmälda	Antal startande	Grundpoäng startande	Placerings- poäng	Total- poäng
OK Älgen	32	30	188	27	169	226	395
Deje SF	14	23	200	19	200	155	355
SISU Forshaga SK	19	47	200	32	200	152	352
Åmotfors OK	15	22	200	19	200	152	352
Degerfors OK	26	43	200	33	200	147	347
Kils OK	53	34	128	28	106	201	307

## B1

1	Fredrik Nordström	54:52
6	Stefan Eriksson	1:25:34
8	Conny Gunnarsson	1:28:37

Löpare i resultatlistan till höger tog  
placeringspoäng för Älgen.

## B2

1	Fredrik Ekström	41:38
3	Morgan Tallberg	45:47
4	Jonas Bergenfur	47:04
7	Alexander Westberg	52:49
12	Niclas Carlsson	1:01:00

Övriga löpare som gjorde segern  
möjlig var.

Sara, Maria, Oskar, Johanna, Sara,  
Harriet, Marcus, Henrik och Mona

## B2D

6	Jeanette Carlsson	1:13:23
9	Anna Eriksson	1:34:46

## B3

7	Åke Gustavsson	48:25
10	Kjell Brinkman	55:40

## B3D

1	Sofia Rolén	43:59
5	Erika Umeland	51:01

## B4

7	Tobias Katvala	44:06
---	----------------	-------

## B5

3	Gunilla Olausson	42:16
10	Olle Nordström	54:08
12	John-Olov Eriksson	1:02:22



*Sofia Rolén segrare i B3D*

# Johan 8:a i Stockholm City Cup

Johan N, DM-mästare sprint 2003, som numera har flyttat in mot huvudstaden. Visar att sprint-takterna fortfarande sitter kvar. Han slutade på en total 8:e plats efter en jaktstart bland de tio bästa efter två etapper i god konkurrens.



## Stockholm City Cup, E1

Liljanskogen 11 maj

**H17 (284) 3440 m**

1 Fredrik Löwegren	IFK Göteborg	14:07
2 Niclas Jonasson	Södertälje-Nykvarn	14:11
3 Pål Skogtjärn	Södertälje-Nykvarn	14:21
4 Robert Wallsten	Leksands OK	14:30
5 Carsten Jörgensen	OK Ravinen	14:32
6 Mattias Johansson	IFK Lidingös Skid o OK	15:04
7 Dan Wester	Järla IF OK	15:06
8 Petter Jönsson	Järla IF OK	15:15
9 Mårten Waldenfjord	Järfälla OK	15:20
9 Isak Bergman	Södertälje-Nykvar	15:20
11 Anders Hedman	OK Hällen	15:21
12 Casper Giding	IFK Lidingös Skid o OK	15:23
13 Martin Larbo	IFK Lidingös Skid o OK	15:24
14 Jörgen Ohlin	OK Linné	15:25
15 Anders Boström	Järfälla OK	15:27
15 Niklas Serrander	Södertälje-Nykvar	15:27
<b>17 Johan Nordström</b>	<b>OK Älgen</b>	<b>15:28</b>
18 Mattias Allared	Tumba-Mälarhöjden OK	15:30
19 Mikael Jansson	IFK Lidingös Skid o OK	15:33
20 Lars-Göran Stenberg	Hammarby IF OF	15:37



*Johan Nordström 2:a etappen i Vitbergsparken 18 maj*



## Stockholm City Cup, E2

Vitabergsparken 18 maj

### H17 (264) 3030 m

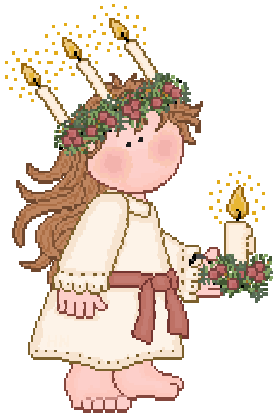
1	Niclas Jonasson	Södertälje-Nykvar	12:53
2	Peter Hemmyr	IFK Umeå	13:21
3	Carsten Jörgensen	OK Ravinen	13:51
4	Peter Jacobsson	OK Ravinen	14:21
4	Jonn Are Myhren	Södertälje-Nykvar	14:21
6	Petter Jönsson	Järla IF OK	14:24
7	Anders Boström	Järfälla OK	14:30
8	Liutauras Bilevicius	Solk Hellas	14:32
9	Mattias Johansson	IFK Lidingös Skid o OK	14:35
9	Isak Bergman	Södertälje-Nykvar	14:35
11	Casper Giding	IFK Lidingös Skid o OK	14:45
11	Christian Hansen	OK Ravinen	14:45
13	Dan Wester	Järla IF OK	14:46
14	Jonathan Alm	Järfälla OK	14:47
15	Rickard Wass	Järla IF OK	14:51
16	Erik Wiberg	Järla IF OK	14:57
17	Håkan Nyberg	IFK Lidingös Skid o OK	15:00
17	Martin Johnsson	IFK Lidingös Skid o OK	15:00
17	Pål Skogtjärn	Södertälje-Nykvar	15:00
<b>20</b>	<b>Johan Nordström</b>	<b>OK Älgen</b>	<b>15:01</b>

## Stockholm City Cup, E3

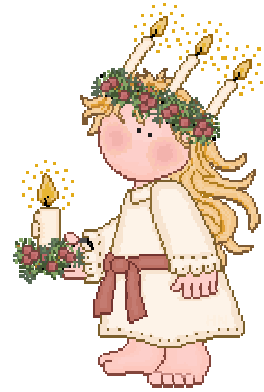
Karlbergsparken, Karlbergs slott 25 maj

### H17 final (10) 3700 m

1	Pål Skogtjärn	Södertälje-Nykvarn	20:05:07
2	Casper Giding	IFK Lidingös Skid o OK	20:05:22
3	Petter Jönsson	Järla IF OK	20:05:53
4	Mattias Johansson	IFK Lidingös Skid o OK	20:06:13
5	Dan Wester	Järla IF OK	20:06:16
6	Anders Boström	Järfälla OK	20:06:26
7	Isak Bergman	Södertälje-Nykvar	20:06:43
<b>8</b>	<b>Johan Nordström</b>	<b>OK Älgen</b>	<b>20:07:47</b>
9	Mikael Jansson	IFK Lidingös Skid o OK	20:07:52
10	Mårten Waldenfjord	Järfälla OK	20:08:30



# Luciaträning



Tisdag 29 nov kl. 17.30

Tisdag 6 dec kl. 17.30

Tisdag 13 dec kl. 17.30

Fredag 16 dec kl. 18.00



Ta med egna förslag på sånger.  
Spelar ni något instrument, ta med det.

Alla barn och ungdomar är välkomna att delta i  
Älgens luciatåg.



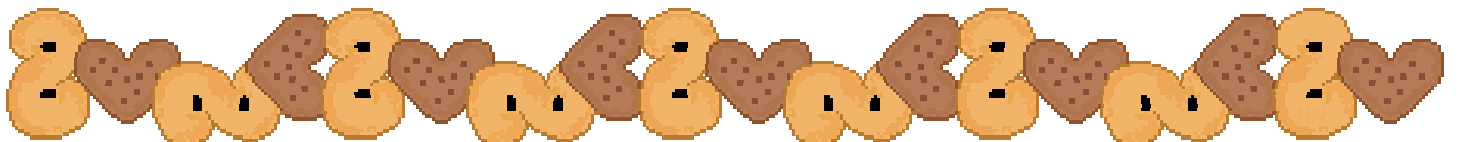
# LUCIAFEST



Fredag 16 december  
i klubbstugan kl. 19.00

Traditionellt luciatåg  
Lussekatt & pepparkaka  
Medaljutdelning  
Lotteri

Hjärtligt välkomna



# ÄlghÄlgen

Återigen har klubben visat att vi håller hög standard på våra arrangemang. Av övriga hösttävlingar i Värmland (detta skrivs 6/9) så är det enligt min bedömning ingen som matchar oss. Enda plumpen i protokollet är duschvattnet som pga. olyckliga omständigheter inte var varmt nog. Ett bevis för att även de aktiva var nöjda finns på vår hemsidas gästbok där signatur "blåvit" skrivit följande: "Tackar för en kanonhelg med bra terräng och tuffa och bra banor. Det var värt att åka de 22 milen från Göteborg!"



*Speakerteamet Mats och Jonas Bergenfur*

Antalet startande/anmälda på medeldistansen blev 333 st, motsvarande siffra på långdistansen var 313. Förhoppningen var givetvis att fler skulle komma även om vi egentligen inte räknat med fler.

Avslutningsvis vill jag tacka alla funktionärer och framförallt de som drog ett extra stort lass. Nästa större arrangemang blir till våren på en helt ny karta vid Edsbonden. Tävlingsledare då är Lottie Lindh.

**Fredrik Nordström, Tävlingsledare**

# Bilder från ÄlghÄlgen



*Speaker Mats  
Bergenfur*



*Målområdet*

## Conny's Sydvästrace – 05

### 14-Års racet...

Nyårsafton 051231 är det dags igen.

För vår årliga träningstävling ,oavsett väderlek så brukar ett tjugofemtal personer söka sig till stugan på nyårsafton för att springa , gå eller bara titta på och deltaga i den avslutande fikasamlingen.

Försök locka med er alla ni känner som vill ut och röra på sig lite innan nattens fester,(Gäller alltså även icke medlemmar)

Vi ses / Conny

<b>PM</b>	<b>SYDVÄSTRACET-04</b>	
<b><u>Banalternativ</u></b>	<b><u>Långa banan 8,2km</u> <u>Korta banan 5,0km</u> <u>Mini banan 3,0km</u></b>	Öppen för alla(Herrklass) Öppen för alla(Damklass) Öppen för ungdom upp till sexton år. (separerad kille och tjej klass) Samt Äldre motionärer över 60 år !
<b><u>START</u></b>	<b>Gemensam kl.10.00</b>	
<b><u>Var ?</u></b>	<b>OK ÄLGENS- KLUBBSTUGA</b>	Alla skall bära nummerlapp. Utdelning i samband med Start.
<b><u>Banmarkering</u></b>	<b>Ingen i fysisk mening. Man springer på gatorna i Grums med hjälp av karta eller kompis. Lättorienterat Alla brukar hitta.</b>	
<b><u>Ombyte</u></b>	<b>Dusch,bastu sker i klubbstugan.</b>	
<b><u>Startavgift</u></b>	<b>Gratis !</b>	
<b><u>Priser mm</u></b>	<b>Överraskningspriser</b>	
<b><u>Övrigt</u></b>	<b><i>Segrare i dom olika klasserna SPRINGER SOM BRUKLIGT IFÖRDA LEDAR-SYDVÄSTAR..</i></b>	
<b><u>Tävlingsledare</u> <u>Upplysningar</u></b>	<b>Conny Gunnarsson 0555 - 91447</b>	
<b><u>VÄLKOMNA !</u></b>		

## ***Bokning av klubbstuga***

Efter flera incidenter med dubbelbokning av klubbstuga vill Stugansvarig påpeka följande: Om man planerar att ha någon form av aktivitet i klubbstuga måste stugansvarig alltid meddelas om detta. Det räcker inte att kolla i almanacka vid anslagstavlan i klubbstugan. Den är ett utdrag av stugansvarigs almanacka över bokningar av klubbstuga, vilket är den som gäller. Ändringar sker och almanacka i klubbstuga kan fort bli inaktuell.

## ***Höstens möten***

Medlemsmöte sker **tisdag 8 november kl. 19:00**.

Vid medlemsmöte kommer val till OK Älgens kommittéer att ske. Allt enligt klubbens nya stadgar. Därigenom möjliggörs vid årsmötet, fastställande av klubbens verksamhetsplan och behandling av budget.

Styrelsemöten sker:

- **Måndag3 oktober kl. 19:00**
- **Måndag5 december kl. 19:00**

## ***Nya stadgar***

Sedan 2005-03-14 har OK Älgen nya stadgar. Jag vill uppmana alla medlemmar att kika igenom de nya stadgarna. Det kan finnas något man berörs av. Stadgar finns vid klubblokal i pärm med styrelseprotokoll, som bilaga extra årsmöte 2005-03-14. I nya stadgar är det exempelvis reglerat vad som gäller för årsmöte, som: tidpunkt, kallelse, typ av ärenden och hantering av förslag. Bland annat framgår i stadgar att inlämnade förslag skall vara styrelsen tillhanda **senast** fyra veckor före årsmöte.

**KLUBBSEKRETERAREN..**

# OK Älgens klädsortiment

## Tävlingskläder:

Nylonkläder finns hemma I storlek från S  
Kortärmade blusar, Byxor med långa ben, 100 kr/del  
Önskas andra modeller o storlekar måste de beställas

## Träningskläder:

Överdragsoverall Micro- Traditionell modell.  
Pris c:a 850 kr, enbart jacka c:a 500 kr

Träningsoverall Extrem-Smalare modell som andas  
Pris c:a 950 kr, enbart jacka c:a 600 kr

## Mössor:

Rutig mössa 70 kr  
Träningsmössa 150 kr

Det mesta har vi hemma, slå en pling om du är intresserad

Lottie 129 54

---

## Sommarens Bingo

Vi från bingokommittén vill tacka alla som hjälpte till på bingon i somras. Utan Er hade det inte gått.  
Ett extra stort tack till Lottie som fick hoppa in som utropare och som skötte uppgiften galant.  
Tyvärr var vädret alldeles för bra, men trots det så gick bingon "hyfsat".  
Tack än en gång och väl mött nästa år.

**Bingokommittén/Judith**

# Treklubbsmatchen 2005

Treklubbsmatchen avgjordes i år på hemma plan, närmare bestämt på "Gubbe-Stubbe"-torget längs Lassehallsvägen. Denna "lilla" tillställning som är en mångårig tradition i kampen mellan klubbarna Säffle OK, Åmåls OK och OK Älgen lockade till över 70 anmälda, varav hälften utgjordes av Älgar. Regnet vräkte i det närmast ner under hela tävlingsdagen, men trots detta visades riktiga orienterartakter, och endast ett fåtal uteblev.

För två år sedan vann Älgen tre inteckningar i segerbucklan, och tog hem vandringspriset för gott. Det nya vandringspriset hade nu en inteckning, från Åmåls hemmaseger förra året. Men många samlade Älgar gjorde en fin insats och segermarginalen framför Åmål blev över 70 minuter, Säffle lyckades dock inte få fullt antal fullföljande till laget. Därmed har även Älgen en inteckning i nya vandringspriset.

Älgens yngre ungdomar gjorde en mycket bra insats i pojk- och flickklassen där de segrade överlägset före Åmål, och Säffle på en tredje plats. Därmed tog Älgen en dubbelseger i årets treklubbsmatch.

Nästa år får vi åka till Säffle och se om vi kan leva upp till årets resultat...

Vuxentävlingen:

<b>Plats</b>	<b>Klubb</b>	<b>Tid</b>
1	OK Älgen	7:54:02
2	Åmåls OK	9:05:37
3	Säffle OK	9 fullföljande

Ungdomstävlingen:

<b>Plats</b>	<b>Klubb</b>	<b>Poäng</b>
1	OK Älgen	218
2	Åmåls OK	128
3	Säffle OK	42

# GRATTIS

*Till*



i  
Distriktsmästerskapen  
2005

Långdistans-DM  
D 55 Gunilla Olausson **Brons**

Stafett-DM  
H 12 Marcus Johansson, Tobias Katvala **Brons**  
H 21 Johan Nordström, Daniel Brohede, Fredrik Nordström **Silver**



# Dejelägret 2005

OK Älgen har återigen varit med som deltagare & arrangör vid ungdomslägret i Deje..

Deltagande ungdomar från älgen var i år !!

-Tobias Katvala, Jakob Wessmark , Fredrik Björnlod och Markus Westberg .

Vi tackar ledare och föräldrar för att ni ställer upp..vk2005

/cg /



*Jakob Wessmark i full färd med att leda sitt lag i skidgång !*

*Ungdomarna har även deltagit på Breddläger i Forshaga.*

## Information från kartansvarig

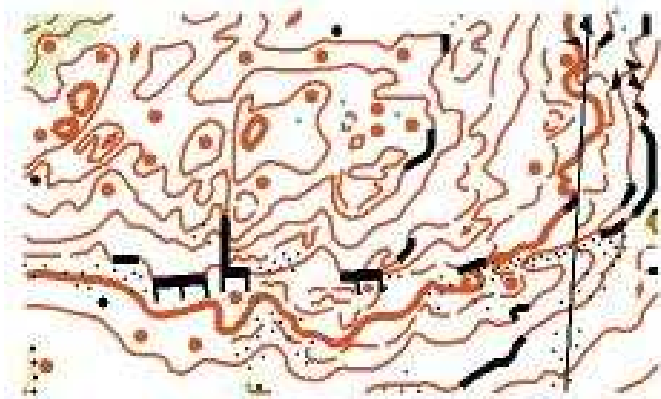
I detta nummer tänkte jag skriva om tre olika kartor - Solbergsåsen, Edsbonden och Liljedal.

### *Solbergsåsen*

Solbergsåsen undrar kanske många vad det är, men för er som tittade på den nytryckta kartan på vår tävling – ÄlghÄlgen – noterade kanske att kartan hette Solbergsåsen och inte Hulthöjden som den ursprungliga 5-dagars kartan hette. I sommar har Fredrik N och Jonas B lagt ned ett stort jobb på att revidera den västra delen av kartan. Östra delen ytreviderades ifjol av Sven Skalstad, men även undertecknad gjorde därefter en del kompletteringsjobb. Fredrik färdigställde kartorna inför tryckningen, där vi valde att trycka i A3-format och då i både skala 1:10 000 och 1:15 000. Det medförde att själva Hulthöjden inte fick plats på 10 000-delen så vi bestämde därför att döpa om kartan till Solbergsåsen som berget väster om 5-dagars TC:t heter. Kartorna är för övrigt ur ett trycktekniskt perspektiv bland det bästa jag har sett!

### *Edsbonden*

Som bekant så jobbar vi med att få fram en helt ny karta över Edsbonden. Rekognosering och renritning utförs av Per Bengtsson. En första delleverans som täcker norra delen från dammen ner över själva Edsbonden har klubben precis fått. Kartan kommer att användas första gången nästa vår då vi arrangerar ÄlghÄlgen 2006 genom en Medeldistanstävling.



*Utsnitt från den nya Edsbondenkartan. Området är 280x170 m och innehåller 25 punkthöjder, 19 branter, 3 stenar, 9 områden med stenig mark, 5 sankmarker ("en-pricks surdrag") och uppemot 30 sänkor...*

### *Liljedal*

2007 står vi som arrangör för sprint DM som är planerad att gå på en helt ny sprintkarta i Liljedal. Vi har fått en viss summa pengar från kommunen för att kunna färdigställa den. Rekognosering och renritning utförs av Jan-Olov Andersson och för grundmaterialet står Bengt Stark, Nora. Bengt har även gjort stereoarbetet för 'Solbergsåsen' och 'Edsbonden'.

*/Johan Nordström*

Hej!

Här kommer några rader till Ålgasset,  
om Jakola resan.

En trevlig ordnad resa, med bra program.  
tex. egna aktiviteter i Helsingfors, minituren i  
Anjalakoski och ett trevligt samkväm på  
fredag kväll. Det var också intressant att  
få vara med och se hur en stor orienterings-  
tävling fungerar. - Starten i Damernas och  
Herrarnas tävling. - Hur det såg ut på tävlings-  
centrum och hur allt fungerar runt en  
tävling mm. Det var spännande att se  
tävlingarna och se hur det gick för  
vårt lag. Tobias blev sugen att vara  
med och tävla, få se om det blir om  
tre år eller ~~si~~ senare.

Tack för en trevlig resa  
Mona Fingalsson  
Resan och Tobias Katala

# Vårens kavlar

Det som driver vinterns grundträning för många är de kavlar som OK Älgen brukar åka på under vår/försommar. Även i år har vi kämpat igenom ett antal med **Tiomila** och **Jukola** som de stora höjdpunkterna. Båda tävlingarna genomfördes med goda resultat och många längtar redan efter nästa års utmaningar.

## Tiomila

### Ungdomar

#### **312 OK Älgen lag 2**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Placering</u>	<u>Totaltid</u>
1	Jacob Wessmark	34,58	318	34,58
2	Marcus Johansson	26,09	317	1,01,07
3	Helena Jonsson	54,53	320	1,56,00
4	Charlotte Andersson	1,00,36	<b>312</b>	2,56,36

#### **Ej godk. OK Älgen lag 1**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Placering</u>	<u>Totaltid</u>
1	Fredrik Björnlod	44,29	338	44,29
2	Tobias Katvala	Ej godk.	-	-
3	Johanna Dahllöf	1,06,04	-	-
4	Marcus Westberg	1,22,00	-	-

### Herrar

#### **191 OK Älgen**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Placering</u>	<u>Totaltid</u>
1	Johan Nordström	58,07	20	58,07
2	Daniel Brohede	1,12,38	111	2,10,45
3	Fredrik Ekström	1,20,50	125	3,31,35
4	Mats Bergenfur	50,57	142	4,22,32
5	Fredrik Nordström	2,03,33	128	6,26,05
6	Stefan Eriksson	59,08	157	7,25,13
7	Mikael Tallberg	1,08,07	164	8,33,20
8	Morgan Tallberg	1,13,58	158	9,47,18
9	Jonas Bergenfur	1,12,39	152	10,59,57
10	Jan-Olov Andersson	2,23,23	<b>191</b>	13,23,20

# Jukola

## Damer

### **Ej godk. OK Älgen**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Tid efter</u>	<u>Plac</u>	<u>+/-</u>
1	Anna Eriksson	55,15	+22,04	660	
2	Jeanette Carlsson	56,40	+43,20	597	-63
3	Helga Älg	58,59	+1,03,20	500	-97
4	Ej start	-	-	-	-

## Herrar

### **275 OK Älgen lag 1**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Tid efter</u>	<u>Plac</u>	<u>+/-</u>
1	Johan Nordström	1,40,47	+17,50	452	
2	Daniel Brohede	1,23,47	+34,14	298	-154
3	Fredrik Nordström	1,41,47	+52,55	257	-41
4	Morgan Tallberg	1,03,02	+1,09,39	264	+7
5	Jan-Olov Andersson	1,18,36	+1,45,03	334	+70
6	Mats Bergenfur	1,24,59	+2,14,55	316	-18
7	Fredrik Ekström	1,47,48	+2,39,31	<b>275</b>	-41

### **673 OK Älgen lag 2**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Tid efter</u>	<u>Plac</u>	<u>+/-</u>
1	Mikael Tallberg	2,07,39	+44,42	1090	
2	Stefan Eriksson	1,40,28	+1,17,46	881	-209
3	Conny Gunnarsson	2,07,19	+2,02,00	815	-66
4	Mats Larsson	1,00,01	+2,15,43	682	-133
5	Hans Persson	1,06,25	+2,38,56	608	-74
6	Niclas Carlsson	1,37,57	+3,21,45	596	-12
7	Urban Lundberg	2,41,22	+4,39,55	<b>673</b>	+77

### **Ej godk OK Älgen lag 3**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Tid efter</u>	<u>Plac</u>	<u>+/-</u>
1	Alexander Westberg	2,03,03	+40,05	1011	
2 (Deje)	Jonas Samuelsson	1,41,54	+1,14,36	847	-164
3	Daniel Sohl	2,11,40	+2,03,10	828	-19
4	Marcus Westberg	1,08,38	+2,25,30	733	-95
5	Henrik Jonsson	1,22,03	+3,04,21	734	+1
6 (Deje)	Per Andersson	1,23,39	+3,32,53	657	-77
7	Ej start	-	-	-	-

## Stafett-SM 18 September i Avesta

På årets stafett-SM, som avgjordes i höstfagra Dalarna, ställde OK Älgen upp med ett lag i herrklassen. Målsättningarna inför tävlingen var att komma på den övre hälften och att slå OK Tyr. Vi slutade på 51:a plats av 111 anmälda lag och OK Tyr slogs mycket riktigt med en ordentlig marginal. Vad redax kan erinra sig så är detta den bästa placering som ett herrseniorlag nått i SM sammanhang(rätta oss om vi har fel). **Mycket bra jobbat grabbar !!!!!!!**

<u>Str</u>	<u>Namn</u>	<u>Tid</u>	<u>Tid efter</u>	<u>Plac</u>	<u>+/-</u>
1	Johan Nordström	1,05,25	+0,31	19	
2	Daniel Brohede	1,19,23	+17,59	52	+33
3	Fredrik Ekström	55,43	+24,31	45	-7
4	Fredrik Nordström	1,36,33	+45,44	<b>51</b>	+6

Ni har haft besök!

Lycka till i tävlingen.

Rune Strömberg

Judith Kisch

Anrika Karlsson (komman-  
chet)

**Denna lilla lapp hittade vi i vårt vindskydd på  
Jukola !!!**

**Tack för det..**

# Hej på er alla Älgar!

Nu är det så här igen! Ja just det **PR** kommittén vill ju ha in material till ett nytt ex. av Älgpasset. Det är ju så att du och jag måste ju ställa upp och ge det vi kan i form av bidrag, för utan vår hjälp så blir det ingen tidning. Å blir det ingen tidning så är jag helt övertygad även i denna elektronikens värld med datorer och hemsidor är det många som skulle sakna Älgpasset. Men nu har man ju äntligen kommit igång, så det är ju lika bra och försöka att få detta färdig och få iväg det till redax via elektroniken.

Under den del av säsongen så har ju Älgen varit representerade vid olika arrangemang, där framgångarna har varierat. Men en utav dom viktigaste sakerna är ju att klubben syns ute på olika arrangemang. När det gäller arrangemang så har vi ju ett eget på gång under slutet av augusti. Men det blir väll som vanligt vi genom för detta med den vanliga höga standarden när det gäller våra tävlingar, eller hur???

Under hösten skall vi ju välja personer till olika kommittéer när det gäller detta så hoppas jag att alla ställer upp och hjälper valberedningen med förslag på personer, och kommer dom och frågar er så beror inte det på att dom vill bråka med er utan att dom tror att ni skulle passa till den tilltänkta posten.

Nu vill jag bara passa på och önska er en fortsatt trevlig sommar det som är kvar av den samt en trevlig och framgångsrik höst både privat och ute i skogen.

*Lars Jonsson*



**KOM IHÅG !**  
**Medlemsmötet i klubbstugan**  
**2005-11-08**  
**Klockan 19:00**

Vid medlemsmöte kommer val till OK Älgens kommittéer att ske  
Samt viktiga frågor att diskutera.  
Som exempelvis ,stuguthyrning och ev. 5-dagars i Värmland 2011