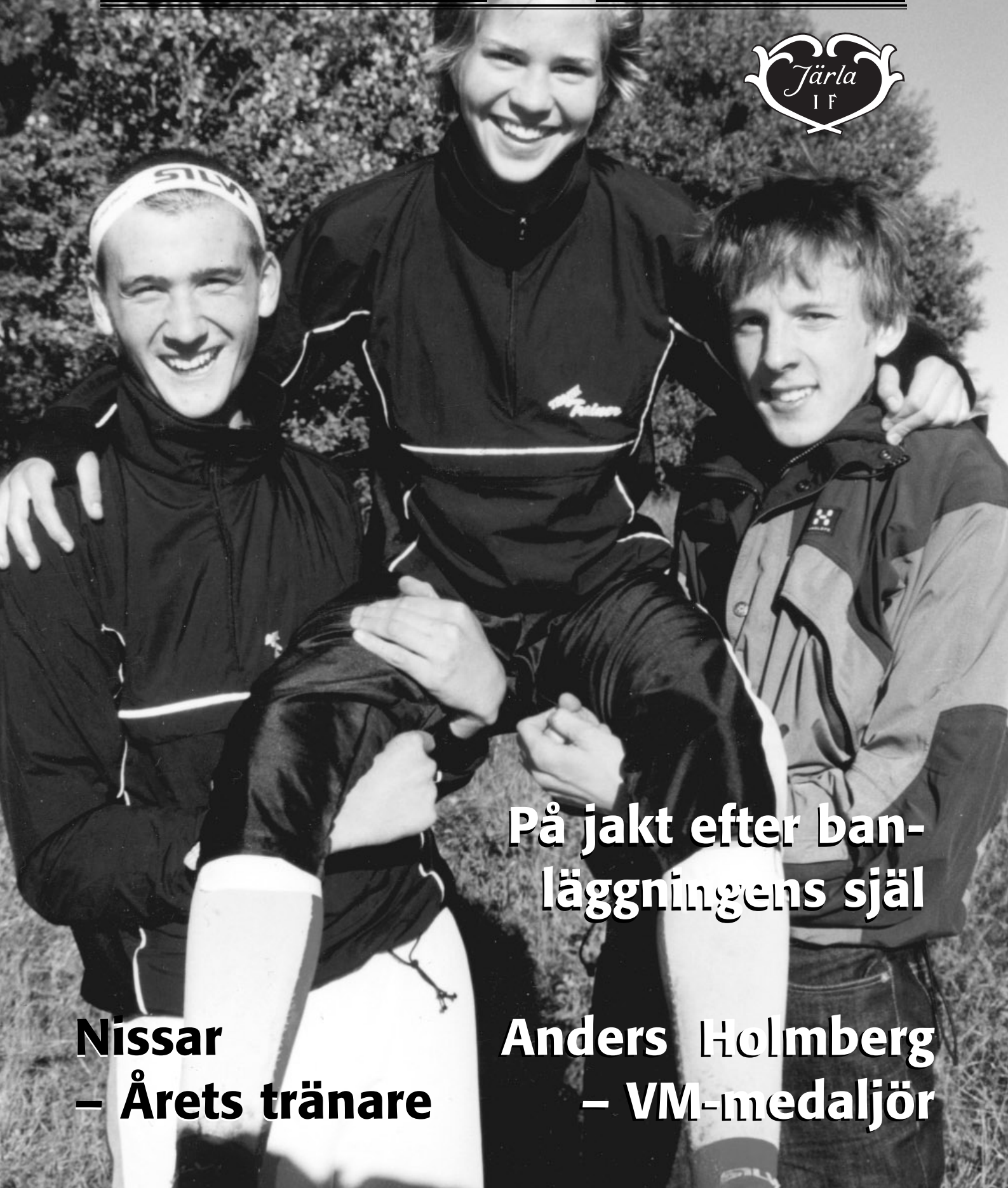


# MAGAZINET

Järla IF Orienteringsklubb, Nacka

Nr 1, december 2002, årgång 32



**På jakt efter ban-  
läggningens själ**

**Nissar  
– Årets tränare**

**Anders Holmberg  
– VM-medaljör**

## **REDAKTIONS RUTA**

---

Järlamagasinet är Järla IF OK:s officiella klubbtidning och utkommer i ett - tre nummer per år till klubbens medlemmar.

Redaktör: Fredrik Trahn  
Layout, original, repro: Bengt Hall  
Tryck: Jannes Snabbtryck  
Foto: Ryno Quantz, Henrik Ericksson och Sören Andersson, SOFT, Börje Palmqvist och klubbmedlemmar i Järla.

Redaktion: Järlamagasinet  
c/o Fredrik Trahn  
Mariatorget 5  
Stockholm  
08-615 17 22  
fredrik.trahn@home.se

Åsikter uttryckta i tidningen behöver inte nödvändigtvis överensstämma med Järla IF OK:s ståndpunkt utan står för respektive artikelförfattare. Osignerade artiklar är skrivna av redaktionen.



# Järla – Sveriges bästa klubb på SM?

**Det har stått i Skogssport flera gånger. Radiosportens expertkommentator Anders Gärderud har sagt det i radio. Och svenska landslagsledningen säger det till utländska löpare som kommer till Stockholm.  
– Järla är Sveriges bästa ungdoms- och juniorklubb just nu.**

Jag är säker på att det stämmer. Resultaten under 2002 har varit exceptionella. Tåtkänning i Tiomilas ungdomsklass, seger i Ungdomens Tiomila och därtill en hel drös med medaljer från VM och SM! Kanske är det till och med så att Järla var bästa klubb på SM med tre silver och två guld? Fantastiskt!

På träningssidan har det inte varit sämre. På en vanlig tisdagsträning är det mellan 50 och 100 personer på Järlagården. Vi är välorganiserade och har bra löpare just nu. Samtidigt har vi Anders Nissar som tränare. I det här numret av Järlam-

magazinet kan du läsa mer om honom.

Nu gäller det att gå vidare och förvalta vårt pund väl. Vi har nästan blivit bortskämda med bra resultat, speciellt när det gäller Anders Holmberg som haft ännu en kanonsäsong. Nu måste vi väga varje insats på guldväg för att vi fortsatt ska kunna titulera oss som Sveriges bästa ungdoms- och juniorklubb. Kanske kan vi om det går riktigt väl också vara med bland de bästa seniorklubbarna om fem år. Allt bygger på vad vi själva vill.

Problemet med felstämplingar fortsätter i Järla. På



# R E D S R U T A

individuella tävlingar och kavlar radas de nitiska orden "felst." upp i resultatlistorna. På 25-manna i fjol diskades båda våra två lag och i år var det förstalaaget som hade problem med kodsiffrorna och diskvalificerades.

## Diskade 5 gånger av 11

Det är inte första gången för Järila i 25-mannasammanhang. Sedan 1991 har vi strukits fem gånger ur resultatlistan. Fem gånger på 11 år innebär nästan varannan gång vilket självklart är helt oacceptabelt.

Jag ser några olika vägar att komma ifrån problemet:

- Stresståligare löpare.
- Större lagledning/coachning.
- Tävlingslik gafflingsträning.

Det sista alternativet attraherar mig mest. Det skulle kunna genomföras med gemensam start, tidtagning, alla kontroller gafflade med tio gafflingsvarianter på varje kontroll där gafflingarna sitter 20 meter ifrån varandra. Det skulle tvinga oss till extrem skärpa under stress vid varje kontrolltagning.

Om ett par månader är det Tiomila i Kungsör. Låt oss se till att vi inte stämplar fel där. Låt oss istället se till att Tiomila 2003 blir året då vi slår till ordentligt. Vältränade, väl förberedda och med flera lag i varje klass.

Vägen dit går genom en klar målsättning, tidig laguttagning, träning i liknande terräng, studerande av tidigare karta från tävlingsområdet, stark coachning-/lagledning och service samt alla löpare och supportrar på plats hela Tiomiladygnet.

Men först väntar en vinter med tung och rolig träning och förhoppningsvis mycket snö i Stockholm.

Fredrik Trahn

Redaktör

**God Jul och Gott Nytt År!**



Martin in action – 25-manna 2001

# Tiomila i friluftsområde

**Om fyra månader är det dags igen. Vårens höjdpunkt Tiomila går 2003 i Kungsör mellan Eskilstuna och Arboga.**



Borta är de dagarna då Tiomila gick i vildmarksområden. På grund av att tävlingen numera arrangeras i slutet av april istället för i början av maj tvingas arrangörerna enligt dem själva välja TC före terräng. Detta för att TC ska kunna stå emot regn, snö och gegga som kan råda en vecka tidigare på våren. Därför får vi nog snällt vänja oss med att även springa Tiomila i närområden i fortsättningen.

**Vägval på natten**  
Tävlingsområdet är beläget alldeles söder om E20 vid Lockmora friluftsgård. Terrängen är enligt tävlingsledningen: "Måttligt kuperad detaljrik skogsmark. Öppet och lättlöpt, förutom de på kartan markerade grönområdena. Närmast TC finns ett omfattande stigsystem. Kulturmark i liten omfattning." Enlig banläggaren ska nattbanorna erbjuda ordentlig vägvalorientering av nattkaraktär.

För första gången på många år går förstasträckan i herrkavlen i dagsljus, vilket också innebär mer nattsträckor på slutet av tävlingen.

**Brinkman berättar**  
Anders Brinkman som är bördig från området och har sprungit många tävlingar vid Lockmora friluftsgård berättar:

"Jag sprang min första tävling där när jag var 13 år och området är lika utnyttjat som många områden vid friluftsgårdar i Stockholm. Fin terräng är det dock även om det med åren har bedrivits skogsbruk där och därför har det blivit en del hyggen och grönområden nu. Resten är fint, ibland gles tallskog som i Dalarna och större delen vanlig fin granskog som bitvis är ordentligt detaljerad. En del steniga

partier finns. Någon vildmark är det inte att tala om. På kartan finns det inte en punkt som är längre från en stig än 300 meter. Men det kan bli rejält svårt ändå, speciellt på natten och i de detaljerade områdena", berättar Anders.

Kartan över tävlingsområdet kommer att sitta uppsatt på Järlagården från och med januari.

Järlas Tiomila 2002 var en ganska dyster upplevelse med undantag av ungdomarnas förstalag som kom nia.

## Placeringar 2002

Herrar: 125

Damer: 232

Ungdom: 9, 137, 236, -

## Herrkavlen 2003

Start lördag kl 19.30. Mål söndag ca kl 06.15.

1	10,2 km	60 min	dag	gafflad
2	10,2 km	65 min	skymning	gafflad
3	10,2 km	65 min	natt	gafflad
4	8,2 km	50 min	natt	gafflad
5	16,8 km	100 min	natt	rak
6	8,2 km	46 min	natt	gafflad
7	8,2 km	46 min	natt	gafflad
8	12,6 km	68 min	gryning	gafflad
9	6,5 km	33 min	dag	rak
10	14,2 km	90 min	dag	gafflad

# Anders Nissar



Foto: Börje Palmqvist

*utsedd till*

”Årets Tränare”

## I fyra år har Anders Nissar varit engagerad som tränare i Järla.

**I våras fick han det stora erkännandet av svensk orientering då han fick priset som "Årets Tränare".**

*Av Fredrik Trahn*

*– Nu är det dags att hitta nya former, speciellt för den kommande vinterträningen, säger Anders som inte vill fastna i gamla hjulspår och känna igen sig bara för att det har givit resultat.*

*– Upplägget av förra vintern var jag inte riktigt nöjd med. Det märktes i början av våren att vi inte var förberedda på bästa sätt. Den här vintern ska vi hitta lite nya grepp och hålla i gång fler i klubben och vässa till oss ännu lite till.*

Anders lovar en kombination av fysisk grundträning, teknik, teori, framförallt med sikte på de stora kavlarna som är huvudmålet under vårsäsongen.

### Spikrak utveckling

Fyra år har redan gått sedan Anders för första gången klev in på Järlagården. Då visste han inte mycket om Järla. Utvecklingen sedan dess har dock gått spikrakt uppåt och en av anledningarna är självklart Anders engagemang i Järla.

*– Jag tror inte att det handlar så mycket om min kunskap. Däremot tror jag att jag har bidragit ganska mycket som föreningsutvecklare och organisatör och inte bara tränare. Järla har jämfört med andra klubbar en enorm ledarkraft och jag tycker att hela klubbens ledarskap har utvecklats starkt under min tid i Järla.*

Priset "Årets Tränare" delas ut av stiftelsen Skogssportens Gynnare och Anders fick priset med motiveringen "... för de senaste årens framgångsrika arbete som tränare i Järla IF."

### Vilka har svårigheterna varit?

*– Självklart är det svårt att känna att man räcker till och veta om man ska lägga mer kraft på en grupp eller en annan. Jag skulle gärna vilja se ett ännu större engagemang från föräldrar som inte är med så mycket. Orientering är en sådan sport, att om inte föräldrarna är med och stöttar så blir det svårt för ungdomarna. Sen tycker jag också att vi ska orka fortsätta att utveckla och driva Aventureveckan som är en otroligt bra aktivitet.*

### Fjorton VM-medaljer

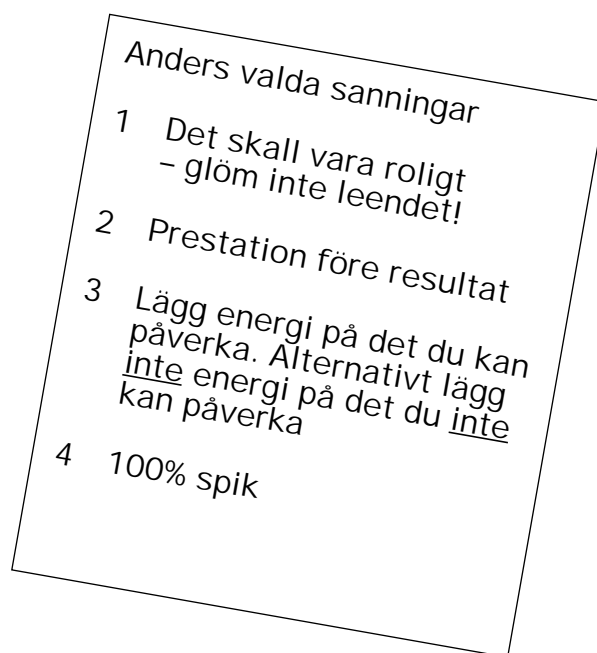
Anders tränarbakgrund är gedigen. Förutom hans utbildning som idrottslärare på Idrottshögskolan har han haft en mängd tränaruppdrag. Bland annat har han varit tränare vid orienteringsgymnasiet i Åmål 1984-1986. Under åren 1988-1993 var han förbundskapten för skidororienteringslandslaget. Med Annika Zell och Arja Hannus i spetsen tog Sverige sex guld, fyra silver och fyra brons i VM de åren. Under fem år har Anders också varit distriktstränare i Stockholms Skidförbund. I dag arbetar Anders som idrottslärare i Bro.

Järla har både orientering, skidororientering och skidor på programmet och i dag får det betraktas som en unik kombination för en klubb i södra Sverige. Anders huvuduppdrag i Järla är inom orienteringen men i den mån det efterfrågas försöker Anders bidra med träning för skidor och skidororientering, både med teori och praktik.

### Järla om fem år?

– Svårt att säga. Beror lite på vad klubben vill. Snart går vi in i ett känsligt läge med juniorer som går ut gymnasiet, kanske ska göra lumpen, kanske resa eller kanske ska plugga på andra orter eller länder. Är vi bara tillräckligt starka på hemmaplan under den fasen kan det bli hur bra som helst.

Hur det än blir i framtiden så står det helt klart att Anders Nissars engagemang är en viktig del i dagens framgångsrika Järla.



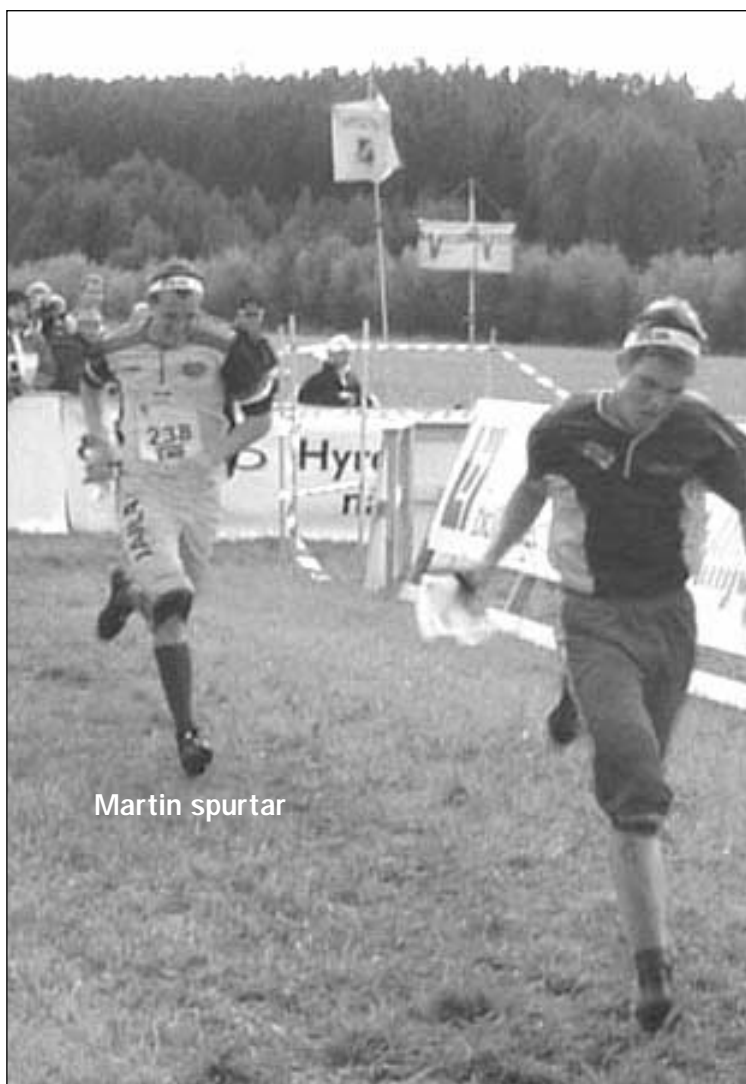
Anders budord, eller som han själv kallar dem – valda sanningar

# Budkavle-SM i Norberg

# Järla luktade på guldet

*Av David Andersson-Skantze*

**Resan den morgonen började med slingriga asfaltvägar badande i vacker morgonsol. Precis innan fukten i luften dunstat rullade den första bilen ut från parkeringen vid Kolsvas klubbstuga. Alla passagerare var redo för den väntande utmaningen.**



Martin spurtar

**Mästerskaps-  
extra**

Undertecknad skulle inte tveka att kalla det en av årets absolut mest prestigefyllda men också tuffa tävling. För guld krävs det att laget bemästrar det ovanligt hårda motståndet, som hör SM till, samt att klara av orienteringen: Ingen lätt uppgift i fysiskt krävande Norbergsterräng, riktig orientering med långa kluriga sluttningar.

Tävlingen gick i Karsbo en bit norr om Norberg. Tävlingscentrum var beläget i ett ängshörn omgärdad av ganska tät skog. Det första man såg var publikkontrollen som arrangörerna placerat i kanten av ängen. Den var mycket bra, helt rätt placerad. Man fick syn på löparna precis när de dök ut ur skogen för att stämpla. Det gjorde det hela mer fartfyllt.

Spänning från början

Redan första varvning i herrjunior klassen blev spännande. Johan Strandberg som startman i andralaget var två minuter före första-



lagets Petter Haraldsson som missat lite på den inledande slingan. Det var ingen direkt överraskning att en av förhandsfavoriterna hade intagit ledningen redan vid varvningen: Norberg OKs Thomas Gustafsson. Det laget bestående av endast sistaårsjuniorer bjöd på verkligt tufft motstånd.

Tiden gick fort och snart var de drygt nio kilometrarna avverkade för båda Järlas lag, Petter och Johan dök nämligen ut samtidigt ur skogen cirka två minuter efter Norberg. Martin Härberg i förstalaget gick klockrent på den andra sträckan och minskade avståndet till ledande Norberg till endast en minut. Erik Mattsson gjorde också ett stabilt lopp för andra laget, trots ett par tappande placeringar i sista slutningen.

#### Tung insats av andralaget

Anders "Haren" Holmberg gick ut efter Martin för förstalaget och jagade, med Johan Höij på kornet, guldet i årets upplaga av Budkavle-SM. Det var otroligt jämnt, Anders fick syn på Norbergsdräkten på avstånd emot slutet men kom aldrig ikapp. Trots siktet på guld, blev det ett silver, efter en väldigt fin insats! Andralaget slutade på placering 15 genom undertecknad som sprang den avslutande sträckan, också det en väl godkänd placering och förbättring från tidigare år.

Damerna kunde mycket väl ha varit uppe och krigat om topplaceringarna om Elin inte glidit ut snett i en slutning och tappat tio minuter på första sträckan. Men, efter den inledande sträckan följde två kanonlopp, det första av Karin Sörensen som bara tappade några få minuter på täten. Sedan följde Maria Andersson som även hon hade en konkurrenskraftig tid, tog laget till en åttonde plats i damernas juniorklass! Lysande.

Det är anmärkningsvärt, båda första lagen hade potential att ro hem ett guld i vardera juniorklass (trots ofta yngre medelålder än konkurrenterna!). Potentialen kommer med all säkerhet att kvarstå och lagen växa ännu lite starkare till år 2003. Erfarenhet från tidigare år är mycket viktig på ett SM då nerverna och psyket sätts på prov. Då är det värdefullt att veta ungefär hur det går till, konkurrens, taktik etc. På den punkten är det mycket våra juniorledares förtjänst som tidigt dragit med yngre löpare för att springa både förberedande träningsläger och Budkavle-SM.



För att återgå till tävlingarna kan jag berätta att de höll mycket hög klass. Framförallt vad det gällde utformning och även terräng och kartor. På parkeringen dagen innan stötte vi på Anders Brinkman som gästspelade som arrangör i moderklubben.

#### Festade med tårta

Vi bodde ju som tidigare nämnts i Kolsvas klubbstuga under samtliga SM-tävlingar och så även denna helg. Bra sömn i riktiga sängar tackar vi Pelle Andersson (Görans far) som lånade ut den till oss. På lördagskvällen firade vi Anders vinst i Kort-SM och Martins i Sprint-SM i klubbstugan med hembakad tårta som Görans föräldrar hade ordnat! Lyxigt värre!

Just nu väntar nu en höst med lite vila följt av tuff uppbyggnadsträning i vinter. Säsongen inleds sedan i april då Lång-SM går av stapeln. Jakten på medaljerna fortsätter!

Och sist men inte minst; Tiomila går ju i vår inte långt ifrån Köping-Kolsva, närmare bestämt lite söderut i Kungsör. Lita på att vi är taggade på svåra nattbanor då.



# Anders i sekundraffel i junior-VM

*Av Anders Holmberg*

**Det var en mycket förväntansfull andraårsjunior Anders Holmberg som efter ett antal tester och uttagningstävlingar fick förtroendet att åka till Junior- VM i Spanien för att representera det svenska landslaget. Här berättar han om ökenhetta och mañana i spanska Alicante i somras.**

Hela resan begynte, som alltid med juniorlandslaget, med en samling på restaurant "Alfredo" för att gå igenom resans alla trivialiteter (för de icke insatta kan det vidare nämnas att denna restaurang ligger i Arlandas köpcenter, Sky city). Efter samlingen och alla, inför läger ständigt återkommande bekantskapslekar, så styrde till slut tolv stycken förväntansfulla tjejer och killar, tillsammans med de fyra stycken ledarna, sin kos med flygplanet mot den spanska solkusten och det populära turistmålet Alicante.

De sportsliga målen jag hade satt upp inför denna resa var väl egentligen utstakade redan en lång tid innan själva resan. Jag hade försökt att förbereda mig så lång tid som möjligt inför detta och som alltid så hade jag väldigt högt uppsatta mål, vilka jag ville uppnå till varje pris. Kort och gott så var väl mina huvudmål att försöka ta hem åtminstone en medalj på någon av distanserna samt att kunna prestera ett optimalt löp på den klassiska distansen. Hur det sedan gick kommer jag att återkomma till lite senare. Först så hade jag tänkt att berätta lite om Alicante...

Värmen som en vägg  
Den värme och det klimat jag mötte när jag steg ut ur det flygplan som tagit oss från Stockholm till den spanska solkusten fungerade ungefär som en vägg. Hettan var nämligen tryckande samtidigt som den enormt höga luftfuktigheten bildade små vattendroppar på huden efter bara några sekunder. Många kanske tror att jag skall skriva att detta var påfrestande och jobbigt, men faktum är att jag började

njuta redan från första stund. Vidare njöt jag av hela denna resa, från början till slut!

Alicante som stad hade jag inga direkt höga förväntningar på. Jag antog att det helt enkelt var en sönderexploaterad spansk stad, invaderad av miljontals turister varje år, och visst föll den bilden in i ramen. Men utanför Alicante visade sig en helt annan sida av Spanien; pittoreska byar, gästvänliga människor och böljande landskap om vartannat. Detta fick istället stå som exempel för den bild jag hade av det "egentliga" Spanien. Denna bild kontrasterade verkligen till Alicantes amerikaniserade storstadsimpulser.

Kopplade av i poolen

I alla fall så kom vi efter en lång resa till slut fram till Alicante, och vi inkvarterade oss direkt på "Hotel Europa", som skulle komma att bli vårt residens tillsammans med ett otal andra länders juniorlandslag. Hotellet var väl ett medelklassigt sådant, fast med pool, vilken blev vår lilla oas i den spanska sommarvärmen. Poolen blev faktiskt också som en lekplats för oss juniorer när vi inte hade annat för oss.

Vi anlände till Alicante några dagar innan själva tävlingsdagarna för att vi skulle hinna akklimatisera oss, samtidigt som alla skulle lära känna varandra i laget. Detta var inga problem då laget fungerade som ett kompisgäng redan på Arlanda, och fortsatte att göra det under hela resan. Alla var kompisar med alla, precis som det skall vara (och som det är i Järla).

De första dagarna vi var i Alicante, så ägnade vi för-

middagarna åt träning, samtidigt som vi ägnade eftermiddagarna åt socialt samkväm. Många av eftermiddagarna, bör tilläggas, blev tillbringade på stranden där vi njöt av det varma Medelhavet, samtidigt som vi spelade fotboll mot varandra. Några gånger, då det blev tid till det, så åkte vi in till Alicante för att inhandla fundamentala ting för en seriös orienterare, såsom; godis, meloner och dylikt. Några gånger åkte vi även till tävlingskansliet och kontrollerade alla hemsidor som innehöll "försnack" inför JVM. Kvällarna blev sedan tillbringade på hotellet där vi tillsammans oftast till slut hamnade i poolen, samlade runt en volleyboll. Innan läggdags var det snack med ledarna och efter det satt allihop mest nere vid poolen tillsammans och ljög.

När man har kul går det fort  
Uttrycket brukar lyda: "att när man har kul, så går tiden fort", och så var det även här. De stora tävlingarna, och för mig årets stora begivenhet, närmade sig med stormsteg, och det stod inte på förrän det var dags för kval till kortdistansfinalen.

Kortdistanskvalet avgjordes på en karta alldeles intill den spanska solkustens strand, och terrängen bestod mestadels av tallhed med sand som underlag. Detta skulle alltså inbjuda till hög fart, men då terrängen var enormt detaljrik så skulle det bli oerhört viktigt att hålla tungan rätt i mun.

Innan start kände jag mig väldigt nervös, fast jag förberett mig, dock fanns det grund för denna nervositet då det var mitt allra första VM. Dessutom så visste jag inte hur bra mina konkurrenter från utlandet var, jag hade ju bara mött norrmän och finnar förut. I alla fall så var jag väldigt laddad och jag visste att om jag bara gick bra så skulle detta gå vägen.

Började med en stressmiss  
På väg till start så intalade jag mig själv att detta endast var ett kval och att jag huvudsakligen skulle tänka på att göra ett orienteringsmässigt bra lopp. Dock inleddes mitt kval katastrofalt. Med en bom på cirka 1 minut och 20 sekunder så kände jag mig manad till att löpa på allt vad jag hade för att komma vidare från kvalet. Jag stod på ända in till mål, dock med ett litet lägre tempo än vad jag skulle komma att hålla i finalen, och det räckte till slut till en 8e plats, cirka en minut efter "vinnaren". Jag hamnade i det allra hårdaste heatet, och det skiljde endast 2 minuter från heatets 1e man till heatets 20e man, vilken var den sista löparen i finalen.

Av kortdistansen att döma insåg jag att den höga farten var livsfarlig för att kunna gå rätt. Därför började insåg jag att full koncentration skulle bli nyckelordet till framgång i finalen.

Finaldagens morgon var präglad av spänning i luften. På bussen ut till tävlingen var det inte många som

## Mästerskaps- extra

yttrade sig, alla satt mest tysta på sin plats i bussen och tänkte på det som väntade ute i skogen. För mig var det bara koncentration som gällde. Det jag ville var att löpa fort och rätt, och känslan jag hade kän-



Foto: Henrik Ericksson, Svenska Orienteringsförbundet

Anders njöt av värmen på Spanska solkusten.

des bra. Jag hade tidigare under året gjort bra kortdistanslopp, därför var det inga problem med självförtroendet. Minuten innan start kände jag mig stark, jag skulle ju ändå ut på min första VM-final.



Själva loppet började bra, och jag sprang hårt hela vägen. Jag kände att jag hade något bra på gång. På väg mot kontrollen innan varvningen gjorde jag dock ett litet misstag som troligen kostade mig en medalj. Det var den negativa kurv bilden som förvillade mig, och jag lyckades finna kontrollen först efter 50 sekunder av onödigt letande. Jag fortsatte i ett bra tempo, men det var bara ett par minuters löptid kvar, så jag kunde inte hämta igen någon förlorad tid. Jag slutade upp på en sjätte plats, vilket jag var väldigt nöjd med, då jag visste att det var den klassiska distansen som jag hade mest chans på.

Efter tävlingen blev det bad och prisutdelning. Det var de sex bästa som fick kliva upp på podiet för att få pris. Det var en väldigt härlig känsla. Nu var man ju känd även internationellt!

Den efterföljande dagen var det dags för klassisk distans, vilken skulle avgöras uppe i bergen, 70 kilometer norr om Alicante. Det skulle alltså bli kuperat så det räckte. På den klassiska distansen var det seedade grupper, och jag fick där möjligheten att starta i den sista startgruppen.

### Gräs i botten

Inför den klassiska distansen var jag oerhört laddad och formen var mycket bra. Jag visste att inte någon hade en chans att springa ifrån mig med den löpformen. Det var istället orienteringen det skulle hänga på. På startlinjen såg jag ut över skogen, och vegetationen såg mycket bättre ut än vad träningsterrängen hade varit. Den klassiska distansens terräng var präglad av relativt gles tallskog, fast med gräs på marken som hindrade sikten till en viss mån.

Jag inledde på ett sätt som man inte skall inleda ett orienteringslopp och definitivt inte en VM-final. Jag tappade 2 minuter och 15 sekunder redan på den första kontrollen! Den första kontrollen var placerad vid en väldigt liten sten i ett mycket tätt område i en detaljfattig sluttning. Jag kom på fel sida av en buske och var cirka fem meter från kontrollen när jag vilade bort mig. Efter att ha hittat kontrollen efter frenetiskt letande, så fortsatte jag i hårdast möjliga

tempo och jag sprang ifrån varenda medtävlare som försökte hänga på mig. När jag kom in på spurten låg jag trea. Jag slutade till slut som femma, 48 sekunder från segern, vilket var rätt frustrerande.

Liksom efter kortdistansen, så var det prisutdelning efter tävlingen. Även här fick jag stå på podiet och få pris. Nu var jag också ännu mer igenkänd bland mina internationella konkurrenter.

Efter ett tufft program, med tre hårda tävlingar på tre dagar, så kändes det välbehövligt med en vilodag. Men det blev inte mycket till återhämtning på vilodagen. Nej, vi spelade istället en volleyboll-landskamp mot Norge på stranden. Jag kommer inte ihåg det slutliga resultatet, men jag minns i alla fall att det blev en solklar seger för oss svenskar. Vi fortsatte sedan vilodagen med sol och bad, och så hann vi med att umgås med en massa nyvunna utländska vänner från bland annat; Norge, Slovenien, England, Skottland, Australien, Spanien, USA, Ungern och så vidare. Sist med inte minst så hann vi även umgås med vårt egna gäng, som under resan svetsades samman till ett riktigt järngäng!

### Stafettbrons

Efter vilodagen var det sedan dags för junior VM:s sista tävlingsdag, den prestigefyllda stafetten. Efter ett tufft program var jag inställd på att bara göra mitt bästa. Jag löpte första sträckan för förstalaget, och växlade som trea på första sträckan. Till slut hamnade vi på en härlig bronsplats. Detta var jag mycket nöjd med, då jag nu besitter en äkta VM-medalj!

På kvällen fortsatte sedan JVM med en avslutning och bankett. Det var en oerhört mäktig känsla då vi gick i procession till avslutningen genom en liten stad i bergen, vars hela befolkning verkade ha gått man ur huse för att hylla alla JVM-löpare. Efter den läckra inramningen tog sedan banketten vid och den fortsatte till natten blev till dag... Det var en helt otrolig avslutning på en helt otrolig resa. Jag älskar idrotten orientering.

Mañana, mañana!

JÄRLAMAGAZINET



Foto: Sören Andersson,SOFT

# Lasse på Veteran- VM i Australien

Mästerskaps-  
extra

*”Den svåraste  
banan jag  
någonsin sprungit”*

*Av Lars Göransson*

Fredag 4 oktober klockan nio på morgonen stiger jag ut från flygplatsen i Melbourne, Australien. Oj, vad kallt det är, regnar gör det också. Känner mig helt borta efter 27 timmar på olika flygplan tvärs över jordklotet. Nu är

det bara en vecka kvar till finalen som avgörs på det mytomspunna Mount Kooyoora, tänker jag och stiger in i minibussen som ska ta oss vidare.



Tillbringar två dagar i det kalla och regniga Melbourne. Stan är sig lik, lika fuktig och kall som förr. Regnvädren drar in på löpande band söderifrån Tasmanska sjön. Ölen är dock lika god som förra gången, för att inte tala om gemytet.

## Mästerskaps- extra

Vi drar vidare norrut de 20 milen till Bendigo som är centralort under Veteran-VM veckan. På vägen genom delstaten Victoria känner jag igen flera ställen som jag och Tranan besökte 1990. Mount Macedon, Creswick, Daylesford och andra klassiska hålur svischar förbi utanför bussfönstret. Skönt att vara "Down Under" igen. Det var ett tag sen sist.

Vid lunchtid är vi framme i Bendigo. Jag känner inte igen mig fast vi varit här förut. Snabb incheckning på motellet, river upp de ihopknölade OL-kläderna ur väskan och sedan direkt ut till skogen "One Tree Hill" för ett första träningspass. De säger att terrängen ska likna den som är på de båda kvalloppen. Känner mig fortfarande lite matt efter den långa flygresan. Mattheten försvinner när jag kommer ut i skogen. Gles eukalyptus skog och ganska kuperat, det går undan, jag tappar kartkontakten och gör en megabom. Lite pinsamt eftersom det är flera som springer efter mig.

Är fåglarna kvar?

Dagen efter kan man välja på två olika träningar. Den ena är ett område som liknar kvalloppens terräng och det andra området ska vara finallikt. Eftersom jag redan vet att jag är kvalificerad till finalen om jag bara fullföljer kvalloppen, så väljer jag den andra träningen. Den är i södra delen av Mount Kooyoora State Park, där finalen ska avgöras. Ser med spänning fram emot att komma tillbaka till det fascinerande Kooyoora. Jag tänker på när Tranan och jag var där och tränade 1990, är de skråniga kakaduorna kvar? Har skogen blivit tätare, fler stigar? Frågorna är många. Livet leker och kroppen spritter.

Nykalibrerad kompass

När bussen parkerar på picknickområdet nedanför Melville Caves så känner jag igen mig direkt, knappt någonting har förändrats. Beger mig ut på den nyreviderade 10 000-delskartan. Bommar första kontrollen direkt. Här gäller det att ha kartkontakt hela tiden och springa i rätt riktning ut från kontrollerna. Kompassen kalibrerad för södra hemisfären blir ett viktigt hjälpmedel. Det går lite halvdåligt några kontroller innan jag hittar flytet. Mot slutet av träningen känns det som jag har hittat rätt teknik för extrema Mount Kooyoora. Fåglarna då? Jo, de var kvar och lika skråniga som för tolv år sedan. Helt otroligt! Undrar vad de har gjort sen sist? På kvällen läser jag

en artikel i "Australian Orienteer" av Warren Key om hur man ska orientera på Kooyoora. Många av hans tankar stämmer med de erfarenheter jag fick under träningen.

Tisdag och dags för första kvalloppet. Målsättningen i dag är att få lite tävlingstempo i kroppen. Direkt när jag stiger av bussen vid TC inser jag att det måste gå undan i dag för att inte frysa. Sju plusgrader, regn med hagelskurar. Handskar? Det känns mer som höst i Sverige än som vår i Australien. Banan är knappt 10 km med 400 meters stigning. Hela banan går i gles eukalyptusskog utan undervegetation på hård botten, ganska lätta kontroller, en del vägvalsproblem. Ser många kängurur ute i skogen. Jag gör ett hyfsat lopp, bommar väldigt lite, men orkar inte springa i de branta uppforsbackarna. Slutar 12:a, 11 minuter efter. Känner mig ganska slut efteråt.

Andra kvalloppet går dagen efter. Vi återvänder till samma TC som dagen innan. Nu är det ännu kallare.

Frost på marken! Var är mina långkalsonger? Dagens bana är 10 km med 470 meters stigning. Den går i ett nordligare område men terrängen är likadan som dagen innan. Känner mig jättestel och har träningsvärk i benen. Får värma upp länge innan det känns bra. Drar iväg i ett hårt tempo mot första kontrollen, spikar den, liksom tvåan. Till tredje är det en långsträcka utför, jag släpper på och helt plötsligt viker sig min högerfot som den gjort så många gånger förut och jag gör en enorm kullerbytta. Aj, aj vad ont det gör. F-n! Reser mig upp och känner att foten inte är bra, men det går att stödja på den. För att komma till finalen får jag inte bryta. Jag linkar runt de resterande 8 km med stor plåga. Jag kom i mål och är nöjd med det. Slutar 22:a på loppet. Inte vad jag räknat med.

Nästa dag är det ingen tävling utan de som vill kan åka och träna i Kooyoora igen. Jag följer med dit för att testa om min fot håller. Jag har tejpat foten hårt. Det går att springa men väldigt sakta. Jag trimmar in orienteringstekniken, en viktig sak är att ha rätt utgångsriktning från kontrollen, om man kommer snett är det nästan omöjligt att läsa in sig bland de extrema granitformationerna och branterna. Värre än de värsta sandstensformationerna som man kan se i Tjeckien och Ungern.

**"... jag släpper på och helt plötsligt viker sig min högerfot som den gjort så många gånger förut och jag gör en enorm kullerbytta. Aj, aj vad ont det gör."**

## Finaldags

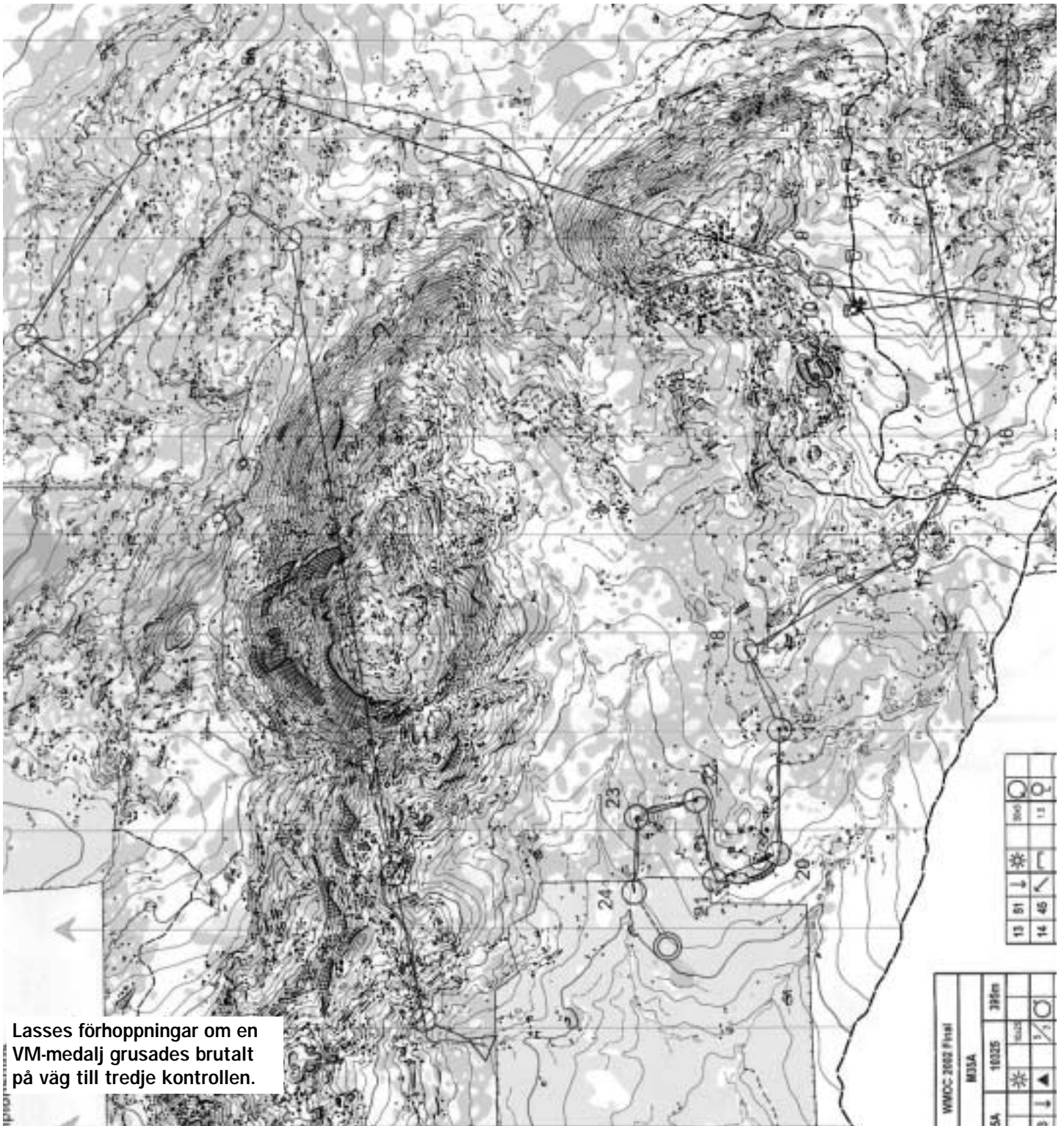
Fredag 11 oktober. Finaldags. Jag startar 29:a från slutet, sex minuter efter Donald Staudte. I dag är vädret helt annorlunda sol, klarblå himmel och 25 grader varmt. Äntligen kommer Australien till sin rätt. Jag joggar lite på målområdet och det känns fruktansvärt stelt. Foten känns inte heller bra. Dags för start.

Vänder upp kartan och ser en jättesvår bana. Tar det lugnt till första kontrollen. Det är ganska tätt med dålig sikt, kommer lite snett men tar kontrollen ganska snabbt. Till tvåan, en skrästräcka längs berget går också bra men långsamt. Till tredje är det en

långsträcka tvärs över själva Mount Kooyoora. Jag springer upp på till en början för att sen ta mig ner i en stor ravin för att följa bergets norra kant. Det är nästan omöjligt att ta sig ner från berget, stenigt, täta buskar och vrålbrant. Jag kommer dock helskinnad ner efter en hel del action.

Tappar 16 minuter...

Nedanför berget i den stora sänkan är det lite bättre terräng. Min plan är att springa i sänkan fram till en bäck 250 meter innan kontrollen. Tyvärr viker jag kartan lite fel och tror jag är vid bäcken men istället är jag vid en bäck 500 meter tidigare. Jag går nog-





Lasse slipar tekniken bland virrvarret på Mt Kooyoora.

grann kompass från bäcken. Det är väldigt tät skog och stenigt. Jag letar på fel ställe i cirka tio minuter innan jag bestämmer mig för att gå bort till ett stort berg som jag ser lång borta. När jag kommer fram till berget kommer jag på att det är höjdpunkt 300 meter nordväst om tredje kontrollen. Då är det inga problem att hitta kontrollen. Den bästa tiden på sträckan är elva minuter, jag har 27 minuter! Stön...

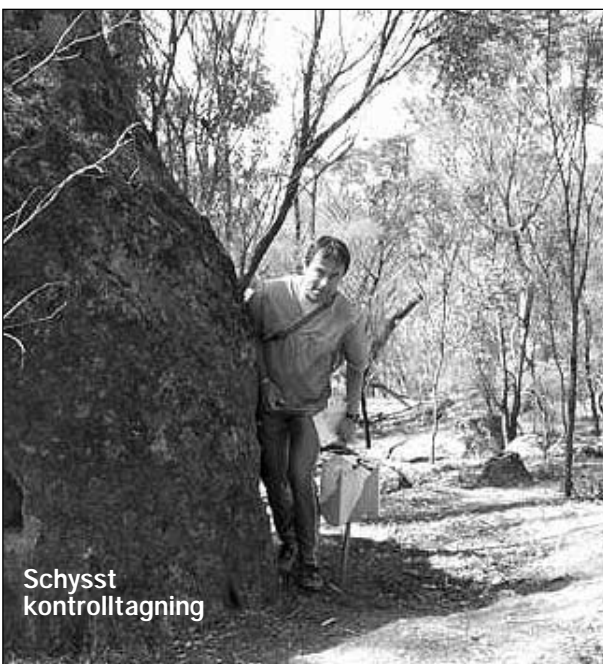
Efter jättebommen på tredje har jag bara som målsättning att komma i mål. Resterande del av banan går fint. Jag försöker gå så rakt på som möjligt för att jag ska orka runt. Till nionde kontrollen finns ett alternativ att gå vägen runt till vänster, jag väljer dock att

gå upp i stora sänkan mellan bergen. Jag får gå hela backen upp men antagligen hade jag fått gå på vägen också. Gör en liten bom på tolfte, annars spikar jag resten av kontrollerna. När jag når målet efter 102 minuter är jag helt slut och utpumpad. Jag kommer 22:a till slut, 32 minuter efter. Jag tänker på att om jag inte gjort denna megabom på tredje hade jag kunnat vara bland de 15 bästa, trots mitt låga tempo och min kassa fot. Don Staudte gör ett bra lopp och kommer åtta. Finalbanan är en av de svåraste orienteringsbanor jag någonsin sprungit/gått. Det var många som hade långa tider den här dagen.

#### Vilar upp i Söderhavet

På kvällen är det fest för att fira de som vann och de som inte vann och klockan tre på morgonen därefter lämnar vi Australien och åker till Nya Kaledonien, en för mig outforskad ö i Söderhavet, för att delta i tre tävlingar. Tyvärr blir jag febersjuk nästan direkt efter ankomsten till Nya Kaledonien så jag deltar bara på den sista tävlingen. Då går jag runt den långa banan på fem kilometer. Det är 30 grader varmt och helt ogenomtränglig djungel. Fast jag går runt så blir jag bara tio minuter efter. Efter en vecka på Nya Kaledonien är pengarna helt slut, ett av de dyraste länder jag varit i, och då åker vi hem till Sverige.

Detta var mitt första veteran-VM och det gav verkligen mersmak, så vi ses kanske i Halden nästa år? Eller Italien 2004. Edmonton 2005 känns som ett måste. 2006 absolut. 2007...



Schysst kontrolltagning



# Gipsfoten 20-årsjubilerar

## Matts avgjorde premiären av klassisk kavle



Av Fredrik Trahn

Året var 1981. Järilas träning- och tävlingskommitté (TTK) började känna en frustration över att klubben misslyckats vid flertalet budkavlar. Två års goda resultat på Tiomila, 59:a och 28:a hade följts av ett katastrofalt Tiomila 1981 då herrlaget placerade sig 110:a i lervällingen i Kungsängen. Ett drastiskt beslut stod för dörren. Här skulle det tränas stafettlöpning i klubben och man beslöt att instifta en klubbudkavle vid namn Dalkarlshuggskavlen.

32 löpare stod på startlinjen på Dalkarlsgräset ovanför Järlagården i ljummen tisdagskväll i början av juni. Åtta lag om fyra löpare utkämpade en nervpirrande jakt mot varandra där en spänstig Matts Andrée kunde gå loss på sista sträckan och föra sitt lag nr 6 till seger. En seger i en tävling som visade sig skulle bli en klassiker. I segrarlaget sprang Marie Olsén, Ulf Sandberg, Jespers Sundström och Matts.

Året därpå genomfördes en liknande lyckad kavle på våren. TTK kände dock att det måste till mer hårdhet i tävlingen för att den skulle uppfylla syftet. Samma år inbjöd därför Jonas Andersson till ytterligare en tävling, en variant av Dalkarlshuggskavlen. Namnet på den hårdare varianten fick namnet Järlagårdskavlen och datumet var satt till 28 september 1982. Längre och svårare sträckor signerade Ragge Andersson där samtliga skulle genomföras i mörker utlovades.

Regn och kompakt dimma rädde i Stockholm denna historiska tisdag. Sex sexmanningar utkämpade en kamp runt Orrmossen i något som kan beskrivas i det närmaste som vidriga förhållanden. Råkallt, ihållande regn, såphala berghällar och en fruktansvärt dimma gjorde kavlen till ett riktigt mandomsprov

och banläggaren Ragge fick agera sjukvårdare vid varje växling.

Några av de skadade var: Göran Glanshed med sönderslagen och blödande armbåge, Putte Hävrén med blödande och urljedvriden tumme, Anette Lindberg med bland annat brustet korsband (direkt till akuten för gipsning av hela höger ben), Eva-Lotta Hall med svår knäskada (skadan sitter i fortfarande) och Stefan Bergnér med blödande knäskål.

Chrippa Karlsson spurtslog Putte på sista sträckan och alla var överens om att hårdhet behövdes för Järila. Trots alla skador fick tävlingen betyget "Årets klart roligaste tävling" i Järlanytt.

1983 års upplaga av kavlen såg ännu en gång ett namnbyte. Efter den skadedrabbade tävlingen året innan fick tävlingen nu det givna namnet Gipsfoten. Ett namn som sedan dess levt kvar. Tävlingen har efter det haft olika utformningar med allt från nattstäckor, spegelvända kartor, kartor med bortklippa delar, kontroller under marknivå och kontroller som krävt simning.

Traditionen har alltid varit att vinnande lag arrangerar nästa års tävling. Det segrande laget i 1987 års upplaga var Erik Wiberg, Gunilla Larsson och Anders Wahlgren. De ansåg att kavlen behöver ett vandringspris av rang. Anders lät gjuta en gipsfot på vilken plåster sattes med namnen på segrarna. Vandringpriset förvaras i prisskåpet på Järlagården.

Segrarna i 2002 års upplaga Lena, Tommy, Erik F; Erik M, Tordan, Rebecka, Zacharias, Anna V och Putte är just igång med att klura ut förutsättningarna för nästa års tävling. Kanske får vi se nattsträckor runt Orrmossen igen...?

# På jakt efter banläggningens själ

## Asplund ser Järsla i 35-årspektiv

Av Fredrik Trahn

**Han har kallats Sveriges bästa skrivbords- och gångorienterare. Många är de som gått bet på hans klurigheter, framför allt ute på Åva Norra och på Tuna. Han är Järslas doldis nummer ett – Anders Asplund.**



Järslas doldis

Nyligen flyttade han och familjen pick och pack söderut från Stockholm till Blekinge för att känna på hur luriga långsträckor och svåra riktning-ändringar går att få till i "Sveriges Trädgård". Och jag lovar att han redan är på god väg. Jag var själv där i somras för att utsättas för ett litet skrivbordsmäster- verk à la Asplund. Tre kilometers skymningsorientering efter tio kilometers cykelorientering stod på programmet. Som vanligt underskattade jag herr Asplunds insats vid banläggningsbordet och jag fick mig en ordentlig omgång bland enbuskar, stenväxter och bokskog blandat med lianliknande växter som absolut inte finns i Nackareservatet.

**Varför fly Stockholm?**

– Vi kände att vi tillbringade för mycket tid i trans-

porter till och från jobb, dagis, affärer och så. Skulle vi till skogen fick vi sätta oss i bilen och åka 30 - 45 minuter. Nu har vi hittat ett boende där vi har skogen, havet, ängarna och staden på gångavstånd. Det känns som ett enastående privilegium att kunna uppleva naturen även "hemifrån".

De senaste 15 åren har han inte varit den som hängt särskilt ofta på Järslagården eller varit ute på tävlingar och tittat. Däremot känner jag ingen, för att vara på sidan av, är så intresserad av Järsla. Ofta pratar vi om hur det går i klubben och varför. För att inte vara aktiv själv skulle jag nästan säga att han har ett sjukligt intresse.

*– Jag började i Järsla i slutet av 60-talet och de första femton åren var jag med extremt mycket. Har väl i och*

för sig alltid varit lite av en "bakgrundsorienterare" men från första början haft en mycket stark känsla för Järla oavsett om det gäller julgransförsäljning eller Jukolare-sultat.

### Hur fick du din starka klubbkänsla?

– Jag tror det började när jag blev engagerad i Järlas egna tävlingar. Tillsammans med Peter Sandström, Matts André och senare även Roffe Ljungkvist var alltid vår målsättning att arrangera "den ultimata tävlingen". Vi ville att Järlas tävlingar skulle vara en totalupplevelse med allt ifrån banor till dusch och parkering. Jag tror nästan alltid vi lyckades överträffa oss själva och få till en riktig stor tävling.

### Järlas ryggrad viktig

Må vara att han inte varit med så mycket de senare åren, men det inte mer än en handfull personer i dag som kan se Järla i ett 35-årsperspektiv. Han pratar ofta om hur klubben utvecklats från en familjeklubb i mängden till en av Sveriges ledande orienteringsklubbar. Anders nämner att en förutsättning för den utvecklingen har varit Järlas ryggrad – ett antal starka personer som över en mycket lång tidsperiod höll igång föreningen även när resultaten uteblev.

– Mest imponerad är jag ändå av de nya eldsjälarna som lyft Järla mot elitvisionen. Att bli nämnd som "en plantskola för Sveriges orienterare" är det finaste betyg en förening kan få. Framgångsreceptet nu handlar nog om att våga satsa på en seniorelit samtidigt som det professionella arbetet med rekrytering och inskolning av nya fortsätter. Jag tror att klubben skulle må bra av att skapa en "vinnarkultur".

Anders är Järlas mest meriterade banläggare. Han är den ende som deltagit på banläggnings-KM 35 år i rad. Han har tre DM-segrar och ett par top-10 placeringar på RM. Första nationella tävlingen Anders lade var 1976 på Åva Norra. Sedan dess har han varit banläggare på ett tiotal stora Järlatävlingar med höjdpunkterna dag-DM 1984 Tuna,

NOM-test 1986  
Åva Norra, budkavle-DM 1987  
Åva Norra och SM-budkavlen 1995 i Fagerdala.

– Mest stolt är jag väl egentligen för att på tio tävlingar i rad ha haft 100 % korrekta banor utan fel i skogen, på kartan eller på någon definition. Men visst har det varit nervöst ibland.

### Varför blir man intresserad av banläggning?

– Ja, vem är egentligen intresserad av att lägga banor åt andra? Jag har alltid varit fascinerad av geografi och alltid studerat kartor i alla format. Att lägga banor ser jag som ett väldigt kreativt arbete. Det handlar om ett skapande med inbyggd problemlösning. En bra bana är också som ett bra konstverk.

Anders berättar hur det började. Av någon anledning kom han över en SOFT-publikation om vildmarksbanor som han slukade med hull och hår. Det mest vildmarksliknande i Stockholm visade sig vara Åva Norra-området, en av Järlas kartor.



Åva Norra i vinterskrud

”En extremt orienteringskrävande bana som ”man fick ont i huvudet av”. Den banan och känslan har sedan varit en ledstjärna i Anders banläggning.”

Vill få folk att stå still

En självupplevd bana som Anders berättar hjärtligt om är Skol-SM 1971 i Huskvarna. En extremt orienteringskrävande bana som ”man fick ont i huvudet av”. Den banan och känslan har sedan varit en ledstjärna i Anders banläggning.

– En bra bana ska få de tävlande att ”stå still och tänka” i skogen. Några gånger har jag lyckats och jag kommer ihåg att vid NOM-testen fick jag beröm av landslagsledningen som då var Signar Eriksson, Rolf Petterson och Göran Andersson.

Genom åren har det blivit ett sökande efter att förstå banläggningen själ och utveckla mystiken inom orienteringen. Anders är en utpräglad vägvalsbanläggare som gärna vill skapa svår orientering "på tvären". Han hatar "följa-strecket-orientering" och modern sprint och kortdistans utan huvudbry.

### Vilken är din bästa bana någonsin?

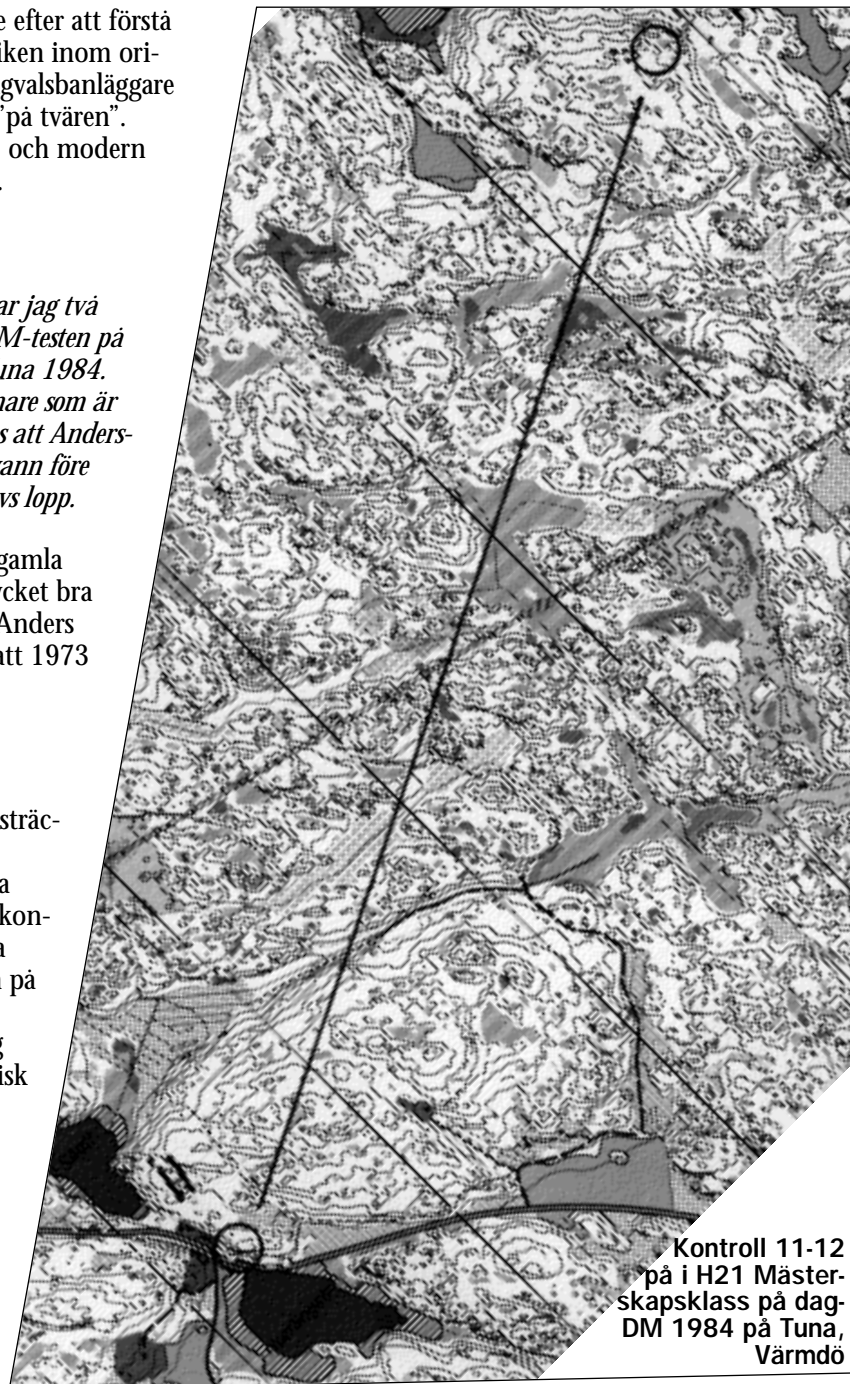
*– Bland Järlas arrangerade tävlingar har jag två favoriter. Det är H21-banorna på NOM-testen på Åva Norra 1986 och på dag-DM på Tuna 1984. Om jag måste välja blir det nog den senare som är mer orienteringstekniskt svår. Jag minns att Anders-Erik Olsson från Järfälla sensationellt vann före Lars Lönnkvist efter att han gjort sitt livs lopp.*

Vi sitter och gottar oss bland Anders gamla samlade verk. Vi tittar på ett antal mycket bra banor från banlägnings-RM och på Anders första tävling någonsin. En distriktsnatt 1973 från Nacka IP. Jag ryser.

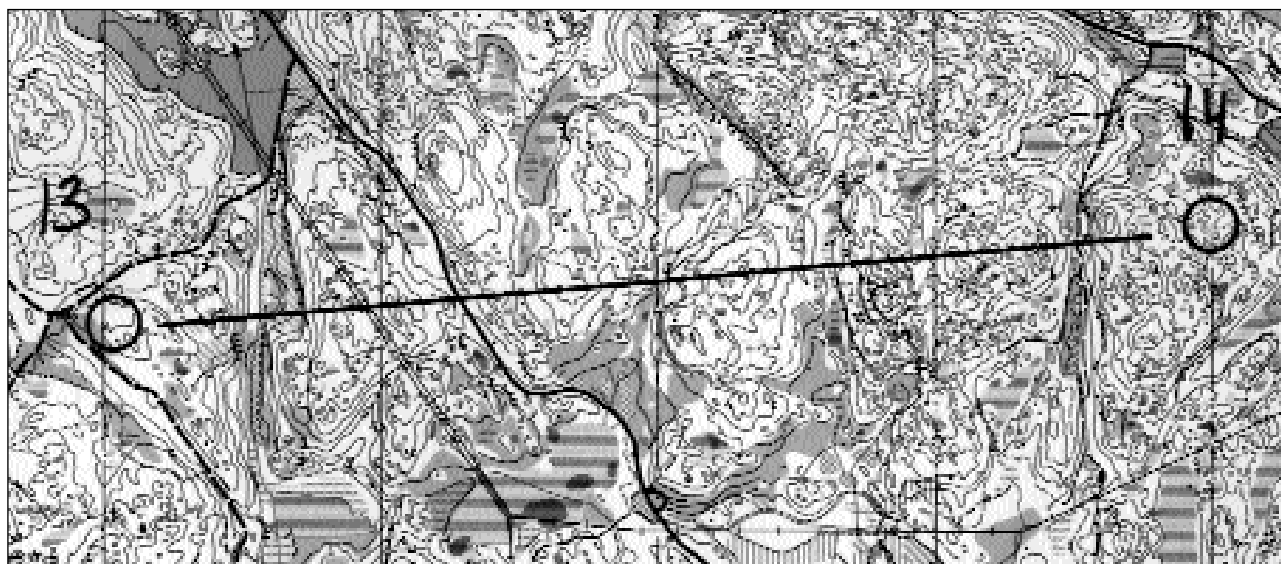
### Bästa sträckan

När jag ber honom att välja sin bästa sträcka någonsin plockar han fram två långsträckor från sina tidigare nämnda bästa banor. Han väljer sträckan från kontroll 11 till 12 på H21-banan på Tuna och sträckan 13 till 14 på H20-banan på NOM-testen. Två långsträckor som kombinerar extrem vägvalsoorientering med kartteknisk noggrannhet och fysisk prövning.

Visst är båda banornamästerverk som kräver sin man. Jag har provat dem själv och är det någon som är intresserad så finns de bevarade hemma hos både mig och Anders. Jag lovar att de kräver tid och ork.



Kontroll 11-12 på i H21 Mästerskapsklass på dag-DM 1984 på Tuna, Värmdö



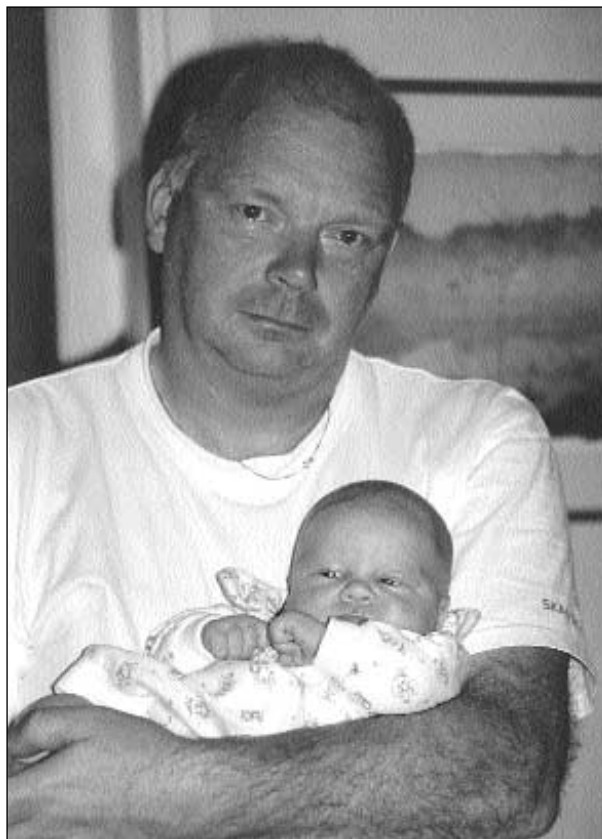
Kontroll 13-14 på i H21-banan från NOM-testet 1986, Åva Norra.

Det sägs att Åva Norra är tillgänglig för orienteringstävlingar igen och att Järla siktar på att arrangera en stortävling där 2004. Intresserad att sluta cirkeln som banläggare?

*- Njae... att vara banläggare för en nationell tävling igen är väl inget som lockar. Det har jag gjort allt för många gånger. Däremot är ju Åva Norra mitt favoritområde och en VM-test har jag ju aldrig lagt, vilket möjligtvis skulle kunna vara en utmaning.*

#### Klubbmatch i blekinge

Hursomhelst, Järlas doldis Anders Asplund kurar skymning vid köksbordet hemma i Nättraby i Blekinge med att kasta ner en kontrollring här och en vätskekontroll här. Vem vet, kanske dyker han helt plötsligt upp Järlabastun, på ett banlägnings-DM eller ett natt-KM. Eller så ser vi honom med Järla på en klubbmatch i Blekinge mot OK Orion. Man vet aldrig med Anders.



Familjen Asplund-Spjut växer...

# Vinterserien

## 2003 har vinterserien följande program

5 jan	Farstanäset	OK Södertörn
12 jan	Alby motionsgård	Söders OL
19 jan	Källbrinks IP	Snättringe
26 jan	Ågestagården	Skogsluffarna
2 feb	Kvickentorpsskolan	Mälarhöjden
9 feb	Broängsskolan	Tumba
16 feb	Gamla Älvsjö IP	Älvsjö-Örby
23 feb	Kärrtorps IP	Skarpnäck
2 mars	Ågestagården	Enskede
9 mars	Granby	Helas
16 mars	vakant	Järla

Banlängder 7-9 k svart, 5-6 km svart, 4 km blå och 3 km gul.

Start mellan 10.00 - 12.00

Startavgift 10:-, kostnad för omklädning och karta tillkommer.

Kolla med telefonsvarare om eventuell ändring 81 78 08 (Skogsluffarna) eller 39 43 69 ( Enskede)

# Järila försvarade segern i Ungdomens Tiomila

Det var vi som försvarade segern, stående från vänster: Kalle Andersson, Erik Mattsson, Lefte Rogell, Anders Holmberg, Johan Strandberg, Martin Härberg, David Andersson-Skantze, Johan Andersson. Sittande: Erik Amberg, Jonas Sandström, Axel Mattsson. Erik Brandhorst saknas på bilden.



*Av Erik Mattsson*

**Ungdomens Tiomila 2002 blev en fruktansvärt spännande tävling som kom att avgöras på den sista sträckan i en duell mellan några av världens bästa juniorer.**

Ungdomens Tiomila gick i år av stapeln i samband med Femdagars. Tävligen gick under fredagsnatten och sedan hade man lördagen på sig att vila för att sedan springa hela veckan. Detta gjordes i ett försök att locka fler lag till tävlingen. Hur som helst startade 85 lag i herrkavlen och drygt 90 lag i damkavlen.

Tävlingscentrum var detsamma som för den sista etappen på Femdagars, uppe på Billingen. En skillnad i år mot andra år var att den här gången hade vi

en rejäl supporterskara i form av föräldrar och syskon och andra som skulle springa Femdagars.

I år var vi ju titelförsvare och fick finna oss i att ha ett visst favorittryck. Vi hade visserligen tappat Peter, Dan W och Platten sen förra året men vi hade ändå ett lag starkt nog för att vara med och slåss i täten. Starten på herrtävlingen gick 01.30 och de första fyra sträckorna var nattsträckor. När tävlingen väl var igång fick vi en hyfsad start. David kom in ungefär en minut efter täten på första.



Segrarna belönas. Observera Järlaflaggan på taket.

### Ser oroväckande ut

Sen tappade vi upp till sju minuter efter täten innan Kalle och Johan Strandberg. Efter sträcka sju låg vi fortfarande sju minuter efter och nu började det bli ont om tid. Nu var det Johan Anderssons tur. Innan tävlingen var det osäkert om han skulle springa då han hade ont i knäna. Men han sprang i alla fall, och han gjorde det bra. Delta som ledde sviktade och i mål var Johan helt plötsligt tvåa, knappt en minut efter!

Vi låg nu tvåa, och med två landslagsmän kvar. Härberg stack nu ut. Han gjorde inget kanonlopp men kom ändå in med en ledning på omkring en halv minut efter ett ryck på slutet. Men det var tätt efter. Fem lag inom två minuter och i tre av dem fanns det juniorlandslagsmän på sista sträckan. Tisaren med schweizaren Merz (5:a på JVM), Lynx med ryssen Novikov (6:a på JVM) och Dalaporten med Martin Johansson (9:a på JVM). Anders hade ju blivit 5:a och 6:a så det skulle bli väldigt tufft.

### På behörigt avstånd

Vid varvningen med ungefär två kilometer kvar att springa var det rusligt spännande. Vid radion hade de andra lagen plockat in lite på Anders. Men han var ändå först vid varvningen. Vi ledde med bara en liten bit kvar till mål. De andra lagen var på behörigt avstånd men det var ändå nervöst. Nu var det bara att springa till målfällan och vänta. För han skulle väl vara först där med?

Och mycket riktigt, det var Anders som var först. Sen blev det fotografering i målfällan med lagerkransen och firande. Det blev en otroligt spännande tävling som fick ett härligt slut. Jag tycker nästan att årets seger var roligare då det var så spännande men förra året var roligt för då var det första gången. Och så gjorde vid ju det ensamma den här gången, utan hjälp av Gustavsberg!

Vi hade ett tjejlager också. De kom på en fin 31:a plats av ungefär 90 lag. Bra jobbat! I laget sprang Elin, Karin H, Siri, Yvonne, Anna, Celia och Karin S.

Sträcka	Namn	Tid efter	Placering
1	David	1.20	5
2	Erik M	2.10	5
3	Leffe	7.00	10
4	Kalle	6.00	6
5	Johan S	3.30	7
6	Erik B, Erik A, Jonas	6.30	9
7	Axel	7.20	7
8	Johan A	0.50	2
9	Martin	0.00	1
10	Anders	0.00	1

# KLASSISKA BACKAR

Av Fredrik Trahn

**På allmän begäran inför stundande vinter med bland annat skidläger i Harsa kommer här en favorit i repris. Denna text publicerades i Järlam-agazinet nr 1-1991 och den förtjänar att läsas och begrundas igen.**



Järsla har sedan början av 70-talet med vissa avbrott haft Harsagården i Hälsingland som träningsställe för skidläger. Självt gjorde jag mitt första Harsaläger 1981 och kulmen i "Harsaintensitet" var vintern 1988 då jag var där sju gånger för träning eller tävling.

Nedanstående berättelse bygger således på 20 års egna erfarenheter under mycket skiftande snö- och väderleksförhållanden såväl i dagsljus som i mörker. Endast utförskörningar av stort eller mycket stort intresse har behandlats. Läs, plugga på och testa egna fartupplevelser under Harsalägret i januari.

## Varsågod: "HARSASKOGARNAS KLASSISKA UTFÖRSBACKAR"

### 1. Gluggvallsbacken

Bra backe för den oerfarne Harsaskidåkaren som vill få smak på utförskörning. Brant start och krockrisk med korsande Lätta milen är backens stora tillgång medan avsaknaden av kurvor gör den lätt för goda skidåkare.

**Betyg: 3 vallaklossar.**

2. Långa backen ovanför slalombacken  
Kanske spårsystemets längsta backe. Den kommer efter drygt två kilometer på Elitmilen och är ungefär en kilometer lång. Inte särskilt dramatisk men bibehållen äggställning ger ordentligt stumma och styva lår. Vid isigt före har starka åkare som gett allt sugits ur spåret i den avslutande kurvan. Kul backe men inga överraskningar utom vid is.

**Betyg: 3 vallaklossar.**

### 3. Avslutningsbacken

Denna backe är avslutningen på de flesta spåren norr om sjön. Trots att det är skyltat "Svår passage 100 m" i backens inledning ska man inte hålla igen. Lätta kurvor drar in onödan ner betyget för en i övrigt utmärkt backe. Farten är hög och i slutet passerar en viadukt och en "kompression" och faktiskt kan man

lätta något från snön vid dessa passager om man tar i ordentligt. Pluspoäng för att man ofta är trött här i slutet av ett pass men som sagt, här vurpar ingen erfaren skidåkare.

**Betyg: 4 vallaklossar.**

### 4. Slalombacken

En slalombacke är alltid en slalombacke med de svårigheter som det innebär med klassiska långskidor. Backen har en speciell roll för 80-talets lägerdeltagare eftersom Lollo Hannings teknikpass alltid avslutades här. Förr i tiden fick man spåra genom skogen från Gluggbergets topp för att nå den riktiga toppen på slalombacken vilket var en stark upplevelse i sig. Numera finns ju Elitmilens spår och dessutom är själva slalombacken ofta bättre preparerad än förr vilket försämrar njutningen och drar ner betyget. Ett klart plus är dock att tävlingar man mot man är möjliga under hyfsat rättvisa förhållanden. Ragges utkastade stavar, granruskor och snöhögar förhöjde alltid upplevelsen ordentligt. Uppbromsningen vid backens botten brukar också vara rolig att beskåda. Självt har jag knäckt ett par splitter nya Exelstavar för tusen spänn här i en tät kamp mot Robban Hanning.

**Betyg: 4 vallaklossar.**



5. Femmanbacken-med-svåra-kurvan  
En relativt okänd backe som sällan är uppkörd. Den har dock förutsättning att bli en klassiker. Sträckan går över ett igenväxande hygge och har tre efterföljande tvåra och svåra trampkurvor. Speciellt den sista vänsterböjen ställer stora krav på styrka och teknik på åkaren. Farten är inte maximal men den räcker då teknisk fulländning krävs för att inte vurpa.

#### ***Betyg: 4 vallaklossar.***

6. Femtons U-ramp  
Nu är vi uppe i elitskiktet av svåra backar. Vi börjar med Femtons u-ramp som är en höghastighetsbacke nästan längst bort på gamla femton. Backens styrka är framförallt den mycket höga toppfarten, kurvor är onödiga med sådan lutning. Kort och intensiv. Boten på u-et (backen går ner och sedan lika mycket upp igen) ligger på ett gammalt hygge. Vid snabbt före är kompressionen enorm här! Vid blåsig väder kan spåret istället driva igen vilken jag kan lova är dramatiskt och förvånande. Ett fall här kan vara förödande för såväl hälsa som utrustning. Strax innan backen finns en skylt på finska som förmodligen varnar för svårigheter. Denna hinner man emellertid aldrig läsa men kan vara bra att memorera för den rutinerade åkaren. Harsalägret 1983 såg blåis och skare. Att ligga bakom Ragge här och beskåda hans vurpa var sannerligen en fröjd för både kropp och själ! Två brutna stavar och uppskurra läppar och kinder blev resultatet.

#### ***Betyg: 5 vallaklossar utan tvekan.***

7. Korkskruven  
80-talets absoluta värsting utan tvekan. Min personliga favorit. Backen har dock inte varit preparerad nu på många år. För att hedra minnet av backen har jag dock sparat den själv vid ett flertal tillfällen vilket varit nog så dramatiskt. Vid maximal satsning är backen nästan omöjlig att klara utan fall, ty den är smal, snabb kurvig och gropig. Ragge har utbildat en och annan fejis i denna utförsörningarnas gigant. Orangea skyddsnät längst ner ledde nog mer till skid- och benbrott är det skyddade. Rafflande! Sly har nu börjat växa i spåret och en attraktion av toppklass har gått förlorad.

#### ***Betyg: 5 vallaklossar postumt.***

8. Harsatjärnsbacken  
Också en backe som numera sällan får upplevas efter att spårsystemet söder om sjön gjordes om för ett par år sedan. Denna prepareras endast vid mycket god snötillgång. Vid snabbt före är den en hissande upplevelse. Spåret brukar alltid vara dåligt eftersom många fejisar plogar i den långa serien av höger- och vänstersvingar och tät granskog. Korsningen med vägen längst ner ger självklart pluspoäng. Minnet

fastnar vid ett av mina första Harsaläger. I skarklistere före upplevde jag för första gången denna exceptionella rodelbana. Det hela resulterade i en duktig vurpa när Henke Stjernström framför mig fastnade i en uppstickande rot och en något tyngre pappa Stjernström bakom tryckte ihop oss till en hög av skidor, stavar och darrande kroppar.

#### ***Betyg: 5 vallaklossar säklart.***

9. Skalsvallsbacken  
Nu snackar vi världsklass. Denna ökända backe ligger endast något hundratal meter efter u-backen längst bort på femton. Allt en utförsälskare kan begära finns här såsom god fart, ojämnheter, kurvor och dramatik. Det är smal och spåret är ofta dåligt. Med pannlyse är backen är värsting. Undrar om det finns någon som åkt spåret och inte noterat ett fall här. Speciellt fin är backen på försäsong med dålig snötillgång. Då kommer de otaliga ojämnheterna verkligen till sin rätt och ett fall kan kännas ordentligt i svanskotan och ryggen. Absolut inget för oerfarna. Harald Stjernströms favoritbacke.

#### ***Betyg: toppbetyg 5 vallaklossar med plus i kanten.***

10. "Gamla-femton-baklängesbacke-från-kojan"  
En backe endast för mycket garvade och slipade skidorienterare! En absolut värsting i internationell toppklass. Denna sällan provade upplevelse är något som verkligen sitter i hjärtroten. En tämligen rak backe med endast en kurva till vänster efter vägkorsningen. Upplevelsen ligger dock i den kolossala lutningen vilken medför en fruktansvärd hastighet för åkaren. Själva vägövergången bildar ett duktigt hopp på minst tio meters luftfärd. Där kan man antingen välja backhoppstilen och blunda och hoppas på det bästa eller försöka svänga så mycket till vänster det bara går när man är i luften för att överhuvudtaget klara kurvan när man landar. Som grädde på moset är de mötande trötta åkarna med nedböjda huvuden på väg saxande uppför! Vid luftfärden efter vägen är man väl dold för mötande åkare. Pluspoäng även här. En av mina absoluta personliga favoriter. Värstingarnas värsting. Den som klarar denna med full satsning och samtidigt tittar ner och läser kartan till nästa kontroll är en utförsåkare av absolut toppklass, såväl fysiskt som tekniskt.

#### ***Betyg: Inget att orda om. 5+.***



# JÄRLAS TIO SVENSKA MÄSTARE



1978, Älvdalen  
Björn Reger, Jonas Andersson,  
Bengt Hall.  
Skidorientering, stafett, H20

1996, Timrå  
Erik Wiberg  
Skidorientering, H16  
1997, Ulricehamn  
Erik Wiberg  
Orientering, kort, H18



1996, Timrå  
Peter Eklund,  
Martin  
Gustavsson,  
Robert Hanning  
Skidorientering,  
stafett, H20





2001, Leksand  
**Elin Andersson-Skantze**  
Orientering, ind+stafett, D16



2000, Umeå  
**Anders Holmberg**  
Orientering, ind+stafett, H16

2001, Söderhamn  
**Anders Holmberg**  
Orientering, klassisk, H18

2002, Norberg  
**Anders Holmberg**  
Orientering, kort, H18

## ***Beslut om stadgeändring avseende "Mästarmedlemskap"***

*Vid föreningens årsmöte den 2 december 2001 beslutades enhälligt om följande komplettering av föreningens stadgar:*

*Under rubriken "FÖRENINGENS MEDLEMMAR" införes en ny paragraf 15 med följande lydelse:*

*"15 § Svenska och internationella mästare*

*Medlemmar som vinner officiella svenska mästerskap för seniorer eller internationella mästerskap (NM, EM, VM) för seniorer eller juniorer i orientering eller skidorientering får ständigt medlemskap i föreningen.*

*Medlemmar som vinner officiella svenska mästerskap för juniorer eller ungdomar i orientering eller skidorientering får fritt medlemskap i tio år per vunnet mästerskap.*

*Ständigt eller fritt medlemskap avser befrielse från medlemsavgift men ej från eventuella andra avgifter såsom exempelvis tävlingsavgift. För ungdomar som ingår i familjeavgift räknas tioårsperioden från det första året då de skulle ha betalt egen medlemsavgift."*

*Som en konsekvens av ovanstående ändras numreringen av efterföljande paragrafer i stadgarna.*



2001, Leksand  
**Martin Härberg**  
Orientering, ind+stafett, H16

2002, Norberg  
**Martin Härberg**  
Orientering, sprint, H18

# Bland minkpälsar och Toko Streamline i St Moritz



*Av Fredrik Trahn*

**Vintern 2001 drog Järlas långloppssektion för tredje året i rad ner till Alperna för ännu ett fristilslopp tillsammans med kortvuxna, svartmuskiga och snabba mellaneuropéer i färgspräckliga skidkläder. Denna gång över 15 000 st i Engadin Skimarathon i St Moritz i Schweiz.**

Efter en om möjligt ännu mer snöfattig vinter i Stockholm valde Lasse Englund, Janne Wiberg, Erik Wiberg och undertecknad det kortaste och mest lättakta loppet i långloppscirkusen. 42 km i Engadin-dalen med start på 1800 meters höjd nära Italienska gränsen.

Publik i tweedkavaj  
Ett par dagars höghöjdsuppladdning och vallatestning med goda måltider gjorde oss startklara för att bli framhejad av damer i minkpäls och herrar i engelsk tweedkavaj med pipa i munnen.

I det förhållandevis korta loppet över fyra mil visade det sig att man kunde bli trött ändå. Farten som drogs upp av täten var som under ett intervallpass hemma på golfbanan och VM-medaljören från Lahtis, Peter Schlickenrieder vann en sekund före Maurizio Pozzi på den rekordsnabba tiden 1.24.22.

Åtta efter "Schlicken"

Erik dansade snabbt fram genom dalen och i de gränder där spåret gick och det syntes att lite av klipset från den forna skidorienteraren av världsklass fanns kvar. Erik var 61:a, åtta minuter efter "Schlicken".

Alla långloppströtter ut en på sitt eget vis. Transjurassienne 2000 fick en att bli så genomtrött att man inte kunde prata. Engadins extremt höga fart krävde sitt av lären som i andra hälften av



Dansande Erik



loppet fullständigt stod i brand av mjölksyra. Åtta kilometers svag utförskörning efter halva loppet tvingade oss att åka bara med benen skejtande då farten var så hög så att armarna inte hängde med.

Sedvanligt gemyt och alpfest efter loppet ramade in allt till en underbar resa.

Resultat Engadin Skimarathon 2001, 42 km, 15 000 startande:

1	Peter Schlickerrieder, Tyskland	1.24.22
2	Maurizo Pozzi, Italien	1.24.23
3	Tor-Arnet Hetland, Norge	1.24.24
61	Erik Wiberg	1.32.28
338	Fredrik Trahn	1.40.29
1660	Lars Englund	2.12.01
1754	Jan-Erik Wiberg	2.37.45

**Fotnot:** I vintras åkte Lasse, Janne och Erik till Estland för att tävla i Tartu Skimaraton. Men det är en annan historia.



Der Schilaufere: Erik, Janne, Lasse och Fredrik

**"Gammal skåpmat" från 2001**

”Gammal skåpmat” från 2001

# Skol-SM

## första ”riktiga” tävlingen i Erstavik sedan 60-talet

Av Peter Sandström

**Att arrangera tävlingar är inte alltid särskilt lönsamt. Vi som andra föreningar försöker finna de lönsamma arrangemangen. Matts Andréé föreslog ett skol-SM arrangemang föra hösten då han hört att detta ger skaplig vinst.**

*Lyckat arrangemang efter mycket slit!*

Jag tyckte idén att arrangera vid Saltsjöbadens Samskola var bra. Det var därför jag kände inspiration att ställa upp som tävlingsledare när vi blev tillfrågade att arrangera redan 2001. Det är normalt 4-5 års väntan men vi fick överta arrangemanget från Östersund på grund av datumkollision då 25-manna flyttades.

Vi ställdes nu inför uppgiften att genomföra ett arrangemang med Sportident. Dessutom ordna förläggning två nätter, servera två frukostar och en middag samt ett disko. Järla är sedan tidigare en erkänd arrangörsklubb. Tidigare satsade vi så mycket på våra arrangemang att verksamheten ibland blev lidande. Detta ville jag undvika denna gång.

Segt med Sportident

Med facit i handen skulle fler kunnat engageras i förberedelserna av tävlingen. Det kan sättas upp på minuskontot denna gång. Det blev väldigt slitsamt för några med jobb fram till två på nätterna vid fyra tillfällen under de två veckorna närmast före tävlingen. Det berodde till största del på att arbetet att hantera alla namn och Sportidentnummer tog oerhört mycket tid i anspråk. Varje deltagare skulle ju registreras för en skola istället för den klubb som man automatiskt är kopplad till. Vi hade ju heller aldrig använt Sportident vid något tidigare arrangemang. Utbildningen i sportident vid tävlingsarrangemang fick vi genomföra parallellt med förberedelserna.

Vi kom igenom detta slit och kunde sedan njuta av att allt flöt bra vid tävlingarna. Individuell tävling på

lördagen och budkavle på söndagen.

Skolan som förläggning fungerade så bra som man kunnat hoppas. Den hyrs annars aldrig ut för övernattning. Men vi lyckades via bra kontakter med brandmyndigheten och främst Nacka Fastighetskontor (läs Lasse Englund) ordna en vidarekoppling av brandlarmet till SOS-alarmering. Maten blev mycket uppskattad och ordnades perfekt av skolans husmor.

Som det alltid varit

Jag trodde även på ett bra disko när familjerna Andersson/Skantze/Bergström anlätades. Det blev bättre än väntat. Deltagarna var jättenöjda. Vi hade räknat med lite stök i samband med discot främst från andra Saltsjöbadsungdomar. Precis så blev det. Ett tag kändes det lite jobbigt. Vi var ca 10 vuxna som rörde oss utanför skolan som bästa föräldravandrare. Många försök att ta sig in förekom men till slut tröttnade de olika gängen och vi kunde andas ut. Det är väl som det alltid har varit på Skol-SM arrangemang, så var det också när jag sprang, men Skol-SM har alltid varit en tävling som man kommer ihåg som väldigt rolig.



Foto: Ryno Quantz

Anders Holmberg nedanför statyn "Den förste orienteraren" vid infarten till Saltsjöbaden.



Nedan följer några citat från reportaget i Skogs-sport skrivet av ungdomarna själva:

***"Det är ovanligt kul att springa här"  
"(jättebra ducshar)"***

***"Man kan sammanfatta terrängen med tre ord: Jobbig, knepig och kul."***

***"..årets Skol-SM disco blev jättebra med en härlig stämning"***

***"Maten var verkligen jättegod! De sa alla jag pratade med."***

Vi skall alltså vara mycket nöjda med vårt arrangemang. Det kanske rent av är så att vi skall ansöka om Skol-SM 2006. Vi får nytta av de speciella erfarenheter som arrangemanget gav och då har de deltagande ungdomarna gått ut skolan. Ett arrangemang som ger över 115.000:- i vinst är värt att upprepa.

**"Gammal skåpmat" från 2001**

# BLODSLITET VS FAIK-TRAMPEN

## Vad väljer du?

*Av Fredrik Trahn*

**Det började för två år sedan då Järlamagazinet listade de mest klassiska tävlingarna inom orienteringsidrotten. Skogssport kontrade strax efteråt genom att i en krönika utse de tuffaste och fjantigaste klubbnamnen. Järlamagazinet tar nu stafettpinnen igen och listar här nedan de hårdaste och fjantigaste tävlingsnamnen.**

### Tuffaste tävlingsnamnen

#### 1 Blodslitet

Hårdhet, kalla myrar, tungsprunget och svårt som det bara kan vara i Norge. En stenhård tävling med ett stenhårt namn. Utan konkurrens. En lingvistisk fullträff.

#### 2 Häxjakten

Kall värväll, men dagsvärmerna har gjort att det doftar gräs inne skogen. Som det bara gör i mars och april. Våren är på gång och Häxjakten är en klassisk nattorientering i Skara på västkanten. Snabbt och svårt. Klockrent namn.

#### 3 Höknatten

Må vara en plojtävling med fest efteråt i Sundsvall varje höst. Men namnet på tävlingen är underbart. Det andas jakt, lurpassning, sekundraffel och svettdimma runt virrande halogenlampor. Jag ryser.

#### 4 Stockholm City Cup

Inte särskilt klassiskt och mytomspunnet. Men känn på namnet. Suveränt modernt och ungdomligt. Rent och rakt. Speglar precis vad det är; sekundradramatik i huvudstadens parker. Och namnet är ju kilometer före det tontiga namnet Park World Tour.

#### 5 Jukola

Inte nog med att världens tuffaste budkavle också är den mest välarrangerade - den har också ett stenhårt namn. Låt det komma över dina läppar: J-U-K-O-L-A. Ultrafinskt så det förslår.

#### 6 Älgdrevet

En tävling som gått i graven. Men namnet är klassiskt och lever kvar inne i sura nylonställ och trötta muskler. Kanske väl mycket naturromantik i namnet för att det ska finnas högre upp på listan.

### Fjantigaste tävlingsnamnen

#### 1 FAIK-Trampen

Va f-n är det här? Nån cykeltävling för överviktiga pensionärer? Inte så konstigt att ungdomar väljer andra idrotter före orientering nuförtiden. God natt.

#### 2 Trekvällars

"Ska du med och ta en öl" säger de på jobbet. "Njaa... ähum... jag ska springa Trekv.... nej, jag ska träna ikväll, tyvärr". Man skäms ju bara över namnet. När ska orienterare lära sig?

#### 3 Korppropagandan

Jopphejdi...jopphejda! Här håller vi varandra i handen och mår bra tillsammans. Men ingen vill vara med, och det är väl inte så konstigt med ett sånt namn.

#### 4 NAIS-Träffen

Vad menas med "träffen" egentligen? Är det något frikyrkligt möte ute i naturen där alla mår bra och dricker varm choklad tillsammans? Suck.

#### 5 MIK-Korten

Hur kan man döpa en tävling till detta namn? Obegripliga förkortningar och suffix som andas nördstämpel så ingen ens vågar säga namnet på tävlingen de ska springa. Pinsamt.

#### 6 Mila by Night

Ett tävlingsnamn som sålt sin själ. Hette Stockholm by Night först innan en sponsor köpte namnet. Suck... Tacka vet jag den första deltävlingen i hela tävlingens historia. Arrangerades av Lasse Forsberg ensam en februarikväll i Orrmossen med snö bristande is. Tävlingen hette inget annat än Mastnatten. Det är ett riktigt tungt namn som speglar vad det var. Kommersialismen har tagit död på orienteringssjälen.

#### 7 Luffarligan

Hallå!? Vad håller man på med? Vem vill springa en tävling med det namnet....? Ströva utan stress.



# Tävlingssamarbetet med Gustavsberg avbrutet

*Av Fredrik Trahn*

Efter två år har tävlingssamarbetet mellan Järla och Gustavsberg tillsvidare upphört. Träningssamarbetet fortsätter dock i viss mån.

Samarbetet började på träningsnivå för att sedan innefatta kavlesarbete på ungdomssidan och på slutet även i junior- och seniorklasserna. Samarbetet gav stora framgångar med bland annat segrar i Ungdomens Tiomila och Tiomilas ungdomsklass. Samarbetet mellan klubbarna kom att diskuteras livligt i orienteringssverige där åsikterna var många om det var rätt eller fel att samarbeta på detta sätt.

Inför årets vårsäsong var Järla inställda på att fortsätta som förra året. I Gustavsberg var åsikterna annorlunda.

Gustavsbergs ordförande **Sara Hektor** berättar:  
– På ett allmänt valmöte i november förra året

hade vi en omröstning om hur vi skulle göra. Majoriteten i klubben tyckte att vi skulle fortsätta samarbetet och röstningen visade också det. Elitkommittén hade inte samma uppfattning. På årsmötet i februari hade vi en ny omröstning där resultatet blev tvärt om, att vi inte skulle fortsätta samarbetet.

Trots det avbrutna samarbetet har Järla fortsatt att få fina framgångar. Bland annat försvarade Järla segern i Ungdomens Tiomila i år, utan hjälp från Gustavsberg.

Både Gustavsbergs ordförande Sara Hektor och Järlas ordförande Nils Nilsson betonar dock att klubbarna är lyhörda och öppna för ett eventuellt förnyat samarbete i framtiden, framförallt att utveckla det på träningsidan. Nästa år arrangerar Järla och Gustavsberg bland annat en orienteringsresa tillsammans till Schweiz.

## Välkomna till Järla!

**Tjugotva personer har i år tagit det rätta beslutet att bli nya medlemmar i Järla IF OK. Vi önskar dem självklart välkomna och hoppas att få se dem under många givande år klubben.**

### Nya medlemmar 2002

Mikael Bengtsson	Dilligensvägen 41	131 48 Nacka
Fredrik Brandhorst	Kranglans Väg 5	131 41 Nacka
Anna Brandhorst	Kranglans Väg 5	131 41 Nacka
Johan Brandhorst	Kranglans Väg 5	131 41 Nacka
Erik Brandhorst	Kranglans Väg 5	131 41 Nacka
Max Brandhorst	Kranglans Väg 5	131 41 Nacka
Johan Bryggare	Valutavägen 35	129 34 Hägersten
Carina Bäsén	Torplockegränd 156	162 44 Vällingby
Hayato Fagerfjäll	Artillerigatan 87	115 30 Stockholm
Jörgen Gustafsson	Alviksvägen 76	167 53 Bromma
Lars Hagberg	Atterbomsvägen 38	112 59 Stockholm
Petter Haraldsson	Hemmesta Dalväg 33	139 30 Värmdö

Mats Lagerkvist	Södermannagatan 57	116 66 Stockholm
August Lindgren	Kärrgränd 137	162 46 Vällingby
Magnus Lindberg	Götgatan 31	116 21 Stockholm
Per Nilsson	Moränvägen 10	131 41 Nacka
Carl-Erik Nyqvist	Strandvägen 8	133 36 Saltsjöbaden
Maher Sharifi	Berguddsvägen 95	133 33 Saltsjöbaden
Johan Strandberg	Dalhuggenvägen 2	134 60 Ingarö
Mikael Vannesjö	Vanadisvägen 18	113 46 Stockholm
Johan Wikner	Prästgatan 19	111 29 Stockholm
Tove Österman	Finn Malmgrens v 10	121 38 J-hov

# "En av de allra bästa"

*Av Årsfestpatrullen*

## **Novemberdimman och diset låg som ett lock över stan när stora delar av Järla samlades en tidig gryningsmorgon utanför Centralen.**

Årets Årsfestarrangörer Peter, Kerstin, Anke och Eva-Lotta hade satt samman ett digert program som för vissa skulle visa sig hålla i sig nära ett helt dygn.

Temat "Från kust till stad" var ett genidrag som alla gillade. Med start i Dalarö och målgång på Järlagården kunde man tänka sig att många skulle vika sig tidigt. Det visade sig vara helt fel då livebandet vägrade att sluta spela förrän på morgontimmarna.

Järlas Årsfestpatrull Lars Göransson och Fredrik Trahn är tåliga Årsfestare. Tillsammans har de varit på alla Årsfester sedan mitten av 80-talet och det är inte många gånger som de inte lämnat skeppet sist, precis innan det rämnat. Utfestade och uppluckrade men väl medvetna om hur betygen ska sättas. Toppbetyg har varvats med bottennapp.

## **Ening Årsfestpatrull**

I år var dock Årsfestpatrullen helt enig om utlåtandet: "En av de absolut bästa vi varit på, kanske rent utav den bästa i Årsfesten i modern tid. Järlagården var en kokande svartklubb".

"Genomtänkt, omtänksamt, med känsla, stil och rock ´n roll. Alla fick vad de tålde", mumlade Fredrik med vickningen i halsen på väg hem på morgonkröken.

Lasse dristade sig till detta utlåtande i baren:

"I år har jag rockat på nattklubb i Ukraina, Norge, Australien, Sverige och i Söderhavet, men inget slår Järlagården det här året."

Vi tackar, bugar och rekommenderar de som inte var där att ansluta nästa år. Inget lätt koncept att slå, det är väl egentligen bara 90-årsjubileumsfesten 2004 som kan komma med något större.



Glada miner trots lång väg. Marie, Tove, Göran, Bosse och Helene har fått upp farten..



Nisse, Lasse och Anders Brinkman låter sig väl smaka vid korvstationen efter nån mil.



*– och hur rumsren  
verkar den historien  
vara som Danne drar  
för Hasse?*

*från Dalarö  
till Nacka*



*"Kolla vad jag  
hittade under en  
sten i skogen!"*

## Skogsmingel



# Tove sprang hem julskinkan

**Årets Skinklopp och Årsmöte samlade rekordmånga deltagare på Järlagården söndag 8 december.**

**I**sex minusgrader och med en lätt snöpuddrad Orrrrosse visade sig Tove Österman vara i en klass för sig när det gällde att i förväg gissa sin sluttid. Med sju sekunders felmarginal var hon ohotad seg-rarrinna på Hasse Holmbergs bana och hon belönades med en ordentlig julskinka.

Julgröt och prisutdelningar för årets insatser följde tävlingen innan Årsmötet tog vid. Putte Hävrén manövrerade ordförandeklubban skickligt genom dagordningen där följande mest intressanta punkter avhandlades:

**Styrelsen för 2003 är:** Ordförande: Nils Nilsson. Ledamöter: Christina Bergström, Fredrik Brandhorst, My Heinrup, Hans Holmberg, Christer Karlsson, Peter Sandström. Suppleant: Gunilla Kreiss.

**Avtackades ur styrelsen gjordes:** Kristina Osterling, Annika Sundvall, Lars Vannesjö. Ingrid Osterling avtackades också som avgående kassör.

**Informationskanalerna i Järsla:** En diskussion kring de informationskanaler vi har i klubben fördes. Många åsikter noterades och beslut togs att styrelsen ska ta de till sig och komma med ett förslag på bättre utnyttjande av kanalerna dvs. Veckomejlet, Månadsinfo, JIF-Info, Hemsidan, Järlamagasinet, Telefonsvararen, Postutskick och Anslagstavlan.

**Kampanj riktad till företag:** Styrelsen redogjorde för de ökade kostnaderna som den ökade verksamheten fört med sig och presenterade ett projekt för ökade intäkter. Förslaget bygger på Bidragskommitténs

arbete med att knyta sponsorer och samarbetspartners till Järsla. Detta kan ske på olika sätt som exempelvis uthyrning av Järlagården eller köp av reklamplats på till exempel klubbdräkten, Järlagårdens informationstavlor, hemsidan eller klubbtidningen. All hjälp att öka intäkterna till klubben välkomnades självklart.

Styrelsen tackade alla medlemmar för ett lyckat 2002 och hälsade välkommen till ett ännu bättre nästa år med följande slutord:

*"År 2002 kommer att gå till historien som ett av de bästa hittills. Tävlingsframgångarna, träningsintensiteten och de stora ungdomskullarna motiverar detta omdöme. Juniorer, ungdomar och inte minst alla duktiga ledare är värda allt beröm.*

*Det måste dock konstateras att vi inte nått alla våra mål för året. Trots att vi fått många nya medlemmar har vi inte ökat medlemsantalet totalt, eftersom vi inte har lyckats behålla alla tidigare medlemmar. Vi har inte heller uppnått det ekonomiska resultat vi hade tänkt oss och det är nödvändigt för en fortsatt utveckling av vår verksamhet att vi lyckas hitta nya inkomstkällor.*

*Styrelsen tackar alla medlemmar för det gångna året och ser med tillförsikt fram mot ett nytt bra Järslaår."*

De som önskar ett exemplar av verksamhetsberättelsen och den ekonomiska förvaltningsberättelsen för 2002 kan kontakta styrelsen.



Ordförande  
blickar  
framåt.

# Silly Season

## och annat skvaller

Rykten kommer och rykten går. En del är sant och en del inte. Hur det blir vet man egentligen aldrig förrän vid vårens första tävling. Alltså vilka personer som byter klubbar. Silly Season helt enkelt.

Järlamagazinet presenterar här de senaste nyheterna och skvalleret.

**Björn Larsson**, 17 år, från OK Älvsjö-Örby kommer enligt honom själv att tävla i Järlas färger från och med 2003. Björn är duktig förstasträckslöpare och var först in på första sträckan på Ungdomens Tiomila i somras. Björn vann också H18 läng på Femdagars.

**Kennet Hanning**, 22 år, går tillbaka till Järsla efter fem år i Haninge SOK. Kennet brukar mest synas i de stora kavlarna. I våras var han inne ett par minuter efter täten på förstasträckan på Tiomila.

**David Healy**, 19 år, från Irland har varit med och tränat med Järsla under hösten. Healy studerar i Stockholm och kommer 2003 att finnas i Järlas färger. Healy var med på junior-VM i Spanien i somras.

**Erik Boström**, 15 år, och han bror **Olle Boström**, 13 år, från Enebybergs IF har tränat med Järsla under hösten. Till Järlamagazinet säger de att de kommer att finnas i svartvitt nästa år.

**Erik Wiberg**, 23 år, är snart klar med universitetsspluggandet i Umeå och kommer att flytta tillbaka i

stan i sommar. Då lär vi få se mer av honom. Just nu är målet att förbättra vinterns 258:e plats på Vasaloppet. **Torbjörn Engberg**, 26 år, lär dock bli kvar i Umeå ett tag till men rapporterar skidträning tillsammans med Erik.

Järlas tredje Umeåbo, **Christoffer Sandberg**, 26 år, har under hösten pluggat en utbytestermin i Ecuador, men säger också att han är på väg att byta till en närmare klubb då han inte planerar att komma till stan på ännu ett tag. I Sydamerika här i höst även **Mattias Cleasson**, 26 år, varit. Han har gjort sitt examensarbete på KTH i Argentina och rapporterar viss underhållande träning.

**Jakob Jansson**, 22 år, är igång och tränar så smått igen efter ett par lugna och universitetsspluggande år i Uppsala. Till Järlamagazinet säger han att han kommer att springa sparsamt under nästa år men siktar på riktig comeback 2004.



Samlarbild

Karin samlar sig för en ny säsong.

# KM-ligan 2002 Slutställning

Placering		Natt-KM	Kort-KM	Terräng-KM	Dag-KM	Summa
1	<b>Johan Andersson</b>	25	20	25	25	95
2	Axel Mattsson	25	25	20	20	90
2	Ellen Jansson	20	25	20	25	90
4	Lena Jansson	25	25	13	25	88
5	Anna Hall	20	25	17	25	87
5	Hilda Mattsson	25	17	25	20	87
7	Hugo Nissar	20	14	20	25	79
7	Jonas Sandström	17	20	17	25	79
7	Klara Hall	17	17	25	20	79
10	Göran Andersson	25	25	0	25	75
11	Joel A-Skantze	25	0	25	20	70
11	Rebecka Heinrup	20	25	0	25	70
11	Yvonne Rogell	25	0	25	20	70
14	Celia Svedhem	25	17	20	0	62
14	Malin Sandström	25	20	17	0	62
16	Kerstin Sandström	20	0	17	15	52
17	Lars Vannesjö	17	0	17	17	51
18	Nils Nilsson	0	0	25	25	50
19	Gunilla Kreiss	15	0	14	17	46
20	Gustav Grandin	25	0	20	0	45
20	Johan Brandhorst	20	0	25	0	45
20	Johan Strandberg	25	20	0	0	45
20	Marika Skantze	0	0	25	20	45
24	Guje Almroth	17	0	0	25	42
24	Linnea Vannesjö	14	14	14	0	42
26	Dan Engberg	0	0	20	20	40
26	Jan-Erik Wiberg	20	0	0	20	40
28	Kalle Andersson	20	17	0	0	37
28	Siri Engberg	0	0	20	17	37
30	Tove Österman	0	20	15	0	35
30	Fredrik Brandhorst	20	0	17	0	37
32	Max Brandhorst	17	0	17	0	34
33	Anders Platt	0	15	0	17	32
33	Bo Andersson	0	15	0	17	32
33	Leif Mattsson	0	17	0	15	32
36	Oskar Rådberg	0	0	17	15	32
37	Anna Wägström	17	0	0	14	31
38	Erik Amberg	0	15	15	0	30
38	Erik Fornander	15	15	0	0	30
38	Helene Osvald	15	0	15	0	30
38	Linnea Fornander	15	15	0	0	30
42	Eva-Lotta Hall	14	0	0	14	28
43	Anders Hall	0	0	0	25	25
43	Anders Holmberg	0	25	0	0	25
43	Bengt Hall	0	0	25	0	25
43	Erik Mattsson	0	25	0	0	25
43	Hans Holmberg	0	25	0	0	25
43	Karin Sörenssen	0	25	0	0	25
43	Malin Wiberg	0	0	0	25	25
43	David (från Irland)	0	0	25	0	25
51	Elin Andersson-Skantze	0	20	0	0	20
51	Elisabeth Argus Längberg	0	0	0	20	20
51	Fredrik Trahn	0	0	20	0	20
51	Ida Vinell	0	0	20	0	20
51	Jan-Olof Norén	0	20	0	0	20
51	Johan Sundvall	0	0	20	0	20
51	Karin Härberg	0	20	0	0	20
51	Lars Göransson	0	0	0	20	20
51	My Heinrup	0	0	0	20	20
51	Oskar Lindberg	0	20	0	0	20
51	Peter Sandström	0	0	0	20	20
51	Rolf Karlsson	0	20	0	0	20
63	David Andersson-Skantze	0	17	0	0	17
63	Ida Andersson	0	17	0	0	17
63	Kerstin Fredriksson	0	17	0	0	17
63	Linnea Längberg	0	0	0	17	17
63	Moa Nissar	0	0	0	17	17
63	Tomas Grelsson	0	17	0	0	17
63	Johan Bryggare	0	0	17	0	17
70	Anki Holmberg	0	15	0	0	15
70	Christian Jutvik	0	0	0	15	15
70	Leif Rogell	0	0	15	0	15
70	Linnea Almroth	0	0	0	15	15
73	Tommy Fornander	0	14	0	0	14
73	Ville Jutvik	0	0	0	14	14
73	Anders Brännström	0	13	0	0	13
73	August Lindberg	0	13	0	0	13
73	Helene Östling Mattsson	0	0	0	13	13
73	Sylvia Brännström	0	0	12	0	12

# Järlas Bästa DM-löpare 2002

Plac.	Namn	Natt	Dag	Sprint	Kort	Sammanlagt
<b>1</b>	<b>Anders Holmberg</b>		<b>239</b>	<b>234</b>	<b>234</b>	707
2	Elin Andersson-Skantze	<b>226</b>	<b>243</b>	<b>224</b>		693
3	Erik Mattsson	202	<b>253</b>	171	181	636
4	Nils Nilsson	166	202	<b>232</b>	151	600
5	Petter Haraldsson	<b>165</b>	<b>217</b>		<b>200</b>	582
6	Johan Brandhorst	171	187	140	198	556
7	Axel Mattsson	161	166	111	180	507
8	Erik Brandhorst		212	75	219	506
9	David Andersson-Skantze	181	110	119	181	481
10	Malin Sandström	132	168		174	474
11	Karin Sörensen	193	110	106	143	446
12	Martin Härberg	164	150		129	443
13	Joel Andersson-Skantze		218	74	147	439
14	Johan Strandberg	139	118	181	110	438
15	Maria Andersson	<b>182</b>	144		94	420
16	Karin Härberg	136	129	61	148	413
17	Rebecka Heinrup		127	121	160	408
18	Åke Hall	90	164		132	386
19	Kalle Andersson	78	163		113	354
20	Rolf Karlsson		155	94	104	353
21	Ellen Jansson		192		156	348
22	Leif Mattsson	95	159	119	123	337
23	Yvonne Rogell		158	106	73	337
24	Peter Sandström	73	128		133	334
25	Johan Andersson		152		161	313
26	Anna Hall	68	134		106	308
27	Bengt Hall	125	173			298
28	Klara Hall		149		139	288
29	Lena Jansson				<b>243</b>	243
30	Linnea Längberg		158		82	240
31	Fredrik Barndhorst		114		120	234
32	Ulla-Britta Hall		90		140	230
33	Hilda Mattsson		145	29	40	214
34	Göran Andersson	211				211
35	Anders Platt	67	66	67	67	201
36	Riggan Frändén		113		78	191
37	Elisabeth Argus-Längberg		94		95	189
38	Anders Hall	45	75		66	186
39	Gunilla Kreiss		66		113	179
40	Kerstin Sandström		169			169
41	Ingvar Larsson		167			167
42	Jonas Sandström		161			161
43	Celia Svedhem		59		92	151
44	Max Brandhorst		139			139
45	Erik Amberg		66		70	136
46	Jan-Erk Wiberg			132		132
47	Gustav Grandin	34	97			131
48	Viktor Karlsson		98	27		125
49	Hugo Nissar		119			119
50	Marika Skantze				103	103
51	Siri Engberg		101			101
52	Erik Fornander		100			100
53	Bo Andersson	45			55	100
54	Oskar Lindberg		94			94
55	Ida Andersson		91			91
56	Sanna Larsson		77			77
57	Linnea Fornander		65			65
58	Jan-Olof Norén		60			60
59	Kristin Andrée				60	60
60	Eva-Lotta Hall				55	55
61	Johan Sundvall		45			45
62	Mikael Refors		41			41
63	Robert Hanning			37		37
64	Annika Sundvall		33			33
65	Helene Östling-Mattsson				29	29

Tre av fyra DM-tävlingar medräknas i totalpoängen, fet stil = distriktsmästare

# Het Nylon

## Landslagsjuniorer

Anders Holmberg och Martin Härberg har tagits ut till svenska juniorlandslaget för 2003. Junior-VM avgörs 7 - 12 juli i Estland och Nordiska Mästerskapen i Flen 1 - 4 maj.



## Mest poäng

Järla IF OK var 2002 den klubb som samlade mest poäng i Silva Junior Cup före Tullinge SK. Sju löpare från Järla tog sammanlagt 738 poäng. Anders Holmberg slutsegrade i H18 och Johan Strandberg var fyra i samma klass.



## Harsaläger

45 personer är anmälda till skidläger i Harsa 1 - 5 januari. Skidkommittén utlovar ett par ordentliga teknikpass både för skidteknik och skidorientering. Deltagarlista sitter på anslagstavlan på Järlagården.

## 50-åringar

Bosse Andersson, Putte Hävrén, Tord Jansson och Brigitta Johansson har uppnått den myndiga åldern av 50 år. Ingrid Osterling och Ragnar Lindgren har fyllt 60 år. Georg Dahlberg har fyllt 80 år. Järla lyfter på hatten och välkomnar till nya tävlingsklasser.



## Arrangeman på gång

Den 25 januari arrangerar Järla en närtävling i skidorientering. Som vanligt är vi också delarrangör av Stockholm City Cup under maj och juni. Söndag 5 oktober arrangerar vi en dagtävling klassisk distans i Orminge.



## Familjen Engberg växer.

Sedan förra Järlamagasinet har Torbjörn Engberg och hans fästmo Lollo fått en dotter Tilde. Redaktionen grattar och hälsar Tilde välkommen till Järla.

## 90-åring

2004 fyller Järla 90 år. Räkna med tunga jubileumsaktiviteter.



Davve drar iväg mot nya mål.

*Redaktionen öskar alla en  
Bra Jul  
&  
Ett Festligt Nytt År*