



JÄRLANYTT



KLUBBTIDNING FÖR JÄRLAORIENTERARNA

NR 3

1975

ÅRGÅNG 6



SIGVARDS RUTA

Det ikullfallna trädet jag sitter på har en gång i tiden sträckt sina grenar sydost it mot Mysingen. Den ostliga vinden sliter i talltopparna och en mås hörs där nere från viken. För övrigt är det tyst och stilla. Den rödvita skärmen med det blå bandet lyser så vackert i sin sänka. Löparen jag väntar på skall snart bli synlig. Under tiden jag väntar glider tankegångarna in på den nytryckta kartan över DM-terrängen, som jag fick i min hand föregående kväll. Kommer den att infria de högt ställda kraven som dagens orienterare har på en tävlingskarta? Från tankarna på kartan är steget inte långt till DM-arrangemanget med alla problem som detta för med sig. Har jag läget under kontroll? Är det någon detalj jag missat? Finns det tillräckligt många funktionärer att tillgå? Någon större oro känner jag inte. Jag vet, att jag till mitt förfogande har en gammal stam som är väl inarbetad på sina respektive uppgifter.

Tankegången bryts av att mina ögon registrerar ett vitt föremål bland träden ett femtiotal meter söder om den plats jag sitter på. Jag uppfattar snart föremålet som varande den löpare jag väntar på. När han närmar sig får han syn på mig och ropar en hälsning. Han stannar ett ögonblick när han kommer fram och berättar att han blivit jagad av tre hästar (två bruna och en vit) när han skulle passera en hage. "Jag fick springa tillbaka 300 meter och sätta mig i säkerhet bland träden. Fa'n, vad jag sprang!"

Sänkan med kontrollen fick sedan sitt besök och löparen hastade mot målet. Själv reser jag mig från trädstammen och följer efter.

Ytterligare en orienteringsepisod rikare.

Vinden fortsätter att blåsa i trädkronorna men måsen har tystnat. Kanske hästarna skrämt bort den?



Årets 5-dagars, den 11:e i ordningen, var onekligen ett imponerande jippo. Succén blev säkrad tack vare en organisatorisk fullträff, men också med hjälp av det mycket fina vädret. Här några data:

10 100 deltagare från
835 klubbar representerande
24 nationer startade i
67 klasser. De åkte i ca 5-6 000 bilar samt bodde i
3 000 tält och servades av ca
800 funktionärer.

Någon har räknat ut att deltagarna under dessa varma julidagar sprang sträcka som motsvarar ca 6 varv runt jorden - men då hade denna någon såkert inte räknat med de enorma sträckor som Järlas jordgubbsgång tillryggalägger.

Ettapp 1: Så var det då äntligen dags för Järlas 33 deltagare (31 fullföljde samtliga etapper, 5 st). Måndag morgon bar det av med spända förväntningar och spänd fru till Tullinge och Kåltorps gårde - en stekhet gryta som normalt lär fungera som hästbetesplats. Framkomna till parkeringen imponerades man direkt. Flertalet av de 800 funktionärerna var där. Viftningar och tecken från dem gjorde att man kände sig som om man "taxade in" en Jumbo-jet på Arlanda. Första etappen sammanföll med årets dittills varmaste dag. Det blev en krävande dag i den risiga terrängen. Järlaiterna drack åtskilliga av de 40 000 läsk som såldes.

Ragge och Åke H startade upp mycket bra - förhållandevis bäst var dock Heikki den dag. Mest förkylda var Berit och undertecknad. "Blåsigast" om fötterna var Håkan som startade upp i sprillans nya skor. Resterna av Maud (nyss hemkommen från Berlin på morgonen) lär ha fullföljt utan allvarligare men. Helt enligt ritningarna blev jag "jordgubbe" denna dag - varför Harriet, som gick in på "bronsid", svarade för vägvalssnacket hemma på kvällen - medan jag var ovanligt tystlåten.

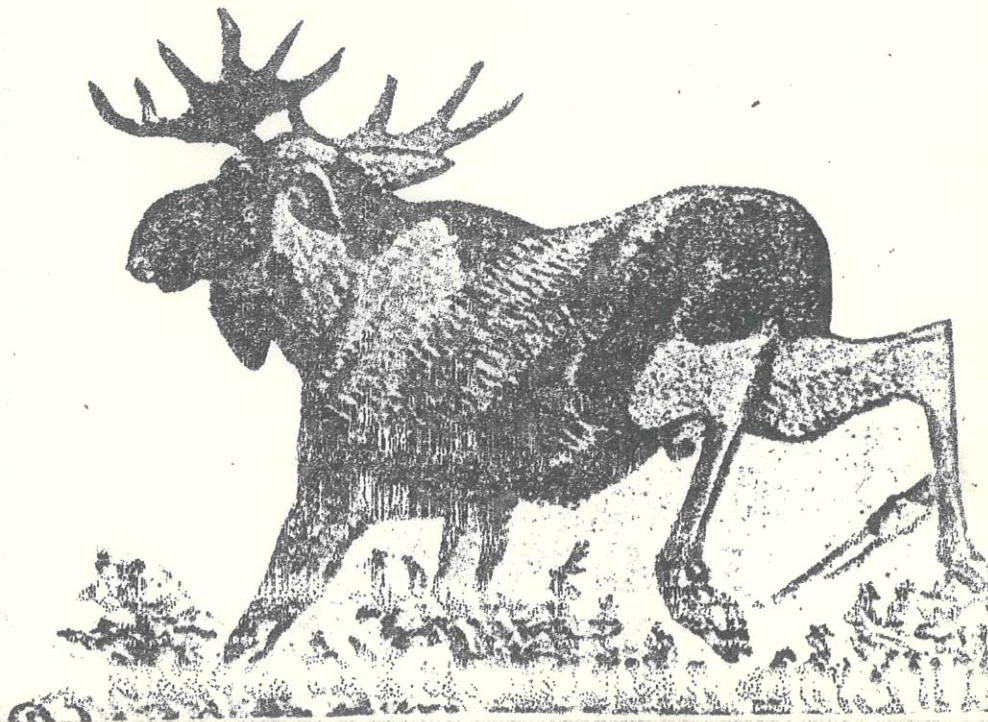


Kerstin radiointervjuades för första gången. Sedan följde radio- och TV-intervjuer, Reportage i tidningar med fotografier etc. När man en kväll skulle koppla av med en långfilm på TV blev man nästan snopen att inte Kerstin var huvudrollsinnehavarinna.

Ettapp 2: Kluriga hanor väntade andra dagen vid Ekeby Gård söder om Tungelsta. Skonande moln skymde solen, men det var mycket varmt och kvabt. Ragge var orolig för en vardhård i en tå och körde denna dag med de största 45:orna. Linus passade på att fylla 1 år och bjöd på läckra tårtor. Sven Ö varnade alla i jordgubbsgänget för terrängen på sina "hemmamarker" och gav så fina tips att Sven Ö själv blev jordgubbe - detta trots att Sven H i värmen spikat 7:e kontrollen direkt från 5:e! Lollo sågs irra och leta efter en brantfot i närheten av målområdet och tappade där en verklig topplacering. Hur gick det då för Ragge och hans variga tå? - Jo han blev etappsegrare!

Ettapp 3: Jag minns inte så mycket denna 3:e dag ute vid Mörby på Dalarö. Detta berodde antagligen på en magsjuka, men kan förstås berott på det seger-rus jag fortfarande befann mig i efter att dagen innan ha spöat samtliga jordgubbar (eller om det var något bakrus). Jag minns dock att Ragge blev ny etappsegrare. Åke H gör en "resa" och tappar många fina placeringar. Matts plåstar liksom alla andra dagar om sina vrister med 10-15 m plåster värt en förmögenhet. Sven H blir jordgubbe efter att alltför envist letat efter 1:ans skärm på fel berg.

Ettapp 4: Vid Lilla Hållsättra i Uringe hade Ragge vissa problem med en fel-ritad höjd - mellan höjderna - men leder nu med hela 11 minuter! Åke H går säkert och börjar klättra uppåt igen i resultatlistan. Ensio gör ett bra lopp men vrickar foten mycket illa. Roffe drar på för fullt rätt in i en taggtrådshe- härva och blir en av 500-600 besökare till läkarvårdstältet detta 5-dagars, medan hans Brita når en topplacering - dock med hjälp av denna stora älg



De startar samtidigt och det blir kompiskörning en längre sträcka. Roland har gått mycket jämnt och fint hela veckan och ligger nu 7:a, vilket även blev hans slutplacering. Kerstin har en jättebra dag - bild i DN, intervjuer etc. Undertecknad blir en mycket mosig jordgubbe sedan en snedögd japan och jag haft vissa språksvårigheter mitt i ett blåkärr någonstans i Sörmländsskogarna. Det var den här dagen som vi gick skallgång efter lilla Ragge Stjernström. Allt hopp att finna honom var nästan ute när han fram på eftermiddagen med stolt min kliver ut ur sekretariatet efter att ha hjälpt dem några timmar.

Etapp 5: Slutetappen gick vid Berga Lantbruksskola. Ensio är tyvärr åskådare denna sista dag då han på grund av vrickningen tvingades avstå från att starta. Ragge blir klassegrare, men höjde spänningen genom att dra sig alldeles för långt åt vänster på en kompassträcka och kom i mål endast 17 sek före närmaste H 50 A. Kerstin slås i spurtan av "släktingen" Gunborg Åhling. (Spurtstrid bröst vid bröst, skrev DN - Gunborg hade tydligen de största).

Jag



tog snabbaste vägen

och undviker med 58 sek att bli årets jordgubbe. (Aldrig får man något pris.) Brita går bra utan älg och Harriet har sin bästa dag (orienteringsmässigt). En som tydligen inte tröttats är Benke, som gör sitt bästa lopp på sista etappen.

Så går solen i moln - många trötta ansikten knallar hem från målområdet. Harriet och jag "bommade" bilen med minst 15 min. Semestern kan börja. Bad, fiskegrejor, båt och groggveranda väntar. Jordgubbar blev det inte ätit mer denna sommar. Nästa års 5-dagars skall gå i Värmland och Erik Gustaf Geijers Ransätters Geijer lär med tanke på sin barndomstrakt ha skrivit: "Jag har sett världen". Är det så att jag får tillfälle att springa i dessa trakter kommer jag nog att bli mer - ja jag ger mig sjutton på att Geijer aldrig varit utanför kartan!

Jack "Spiken" Nordlander

Wuff ar rapport.

Den sista juni stack Anke och jag söderut för att kolla läget på Medelhavets badorter, testa glidet i de Österrikiska alperna och även ~~reka~~^W lite i de Sch~~e~~^eiziska skogarna.

Vi började med Pariståget. Anke ville kolla ifall han verkligen skulle bli fallskärmsjägare, eller inte. På tåget ner hade vi bl.a. sällskap med en chilenaire. Han var pratsjuk, men vi hade stora problem med språket. Han kunde bara chilenska, eller vad det kunde vara, plus några danska ord. Chilensk-danska är inte lätt, men med händer och fötter plus lite god viljafick vi de 24 timmarna att gå.

Något knäckta av chilensk-danskan och max 3 timmars sömn, kom vi i alla fall på morgonen till Paris. Tåget till Andorra gick inte förr än på kvällen, så vi hade en hel dag att bli om möjligt ännu knäcktare på. Vi hittade snabbt en Gävletjej som missat sitt tåg, så vi bestämde, att hon skulle tolka åt oss några timmar. Hon hann bl.a. fixa sovplatsbiljetter på Andorratåget, beställa lite mat och bli orienterad till rätt station. Så långt gick kartläsningen bra.

Åter ensamma jagade vi ut på Champs Elyseés och sedan upp i Eifeltornet. Anke var inte och blir aldrig något fallskärmsämne. Nu var vi helt knäckta, gick och köpte vin, ost och bröd och satte oss vid Seine för att kaka och titta på folk. Fransyskorna är verkligen inte dumma!! Vi satt hela eftermiddagen och väntade på middag och tåget. Äntligen skulle vi få sova!

På morgonen i La Tour de Caroll, väntan i 2 timmar på buss till Andorra. Frukost på en jättefin alpäng. Framme i Andorra, fixa hotellrum och sedan ut på stan. Att det var billigt i Andorra, visste vi, men så billigt!! nästan snuskigt. Vi stannade här i tre dygn, studerade priser och smakade på det mesta. Andorra är väldigt vackert. Det ligger i en stor dal och det



blir vansinnigt varmt mitt på dagen, så en siesta skadade inte.

Nöjda på värmen i Andorra siktade vi på solbad i Spanien. Efter en och en halv dags hattande med buss och tåg, övernattning i Barcelona, kom vi till Tossa de Mar. Vi skulle tälta. Campingen låg 2 km in i landet. En spikrak väg, solen nästan i zenit och med ryggsäckar som gått upp med 10 kg var i Andorra. Det var knäckande, men campingen var fin.

Här träffade vi en norsk orienterare. Vi snackade med honom dagligen, och han visste mer om svensk orientering än vi. De sista dagarna prövade vi t.o.m. hans träningsslinga.

Vi levde ett lugnt och skönt liv i Tossa. Efter ev. träning på morgonen gick eller liftade vi ner till vattnet. Många turister, med skapligt med plats på stranden. Jag är soldyrkare, Anke trodde han var det. Efter några dagar började han anta en kräftliknande färg och solade i fortsättningen under badlakandet. På eftermiddagarna gick vi "hem" och duschade, vilade och vid 9-tiden in till byn igen för att äta och kolla läget. Så här levde vi i 5 dagar.

De sista dagarna gick det stora vågor, så då lekte vi med de andra barnen i stället för att sola. Det var faktiskt ganska skoj. Man stod en bit ut i vattnet och väntade på en riktigt stor våg. När den kom, kastade man sig upp och åkte med den 10-15 m tills man skrapade i sanden, reste sig upp och hade 1 kg sand innanför badbrallorna. Det gick inte att styra, så man krockade ofta med folk, Anke oftast med unga tjejer.

Sönderskrapade och med huvudet fullt av saltvatten tog vi nattåget till Menton (franska rivieran). Vi hade sällskap på tåget med tre svenska grabbar, som bara hade vågat äta spaghetti i hela Spanien. Led dom av skörbjugg?

Efter letande och frågande, varken Anke eller jag kan franska, lyckades vi hitta en camping. Upp med tältet, tvätta jeans med nagelborste, sedan ner till stranden.

Det märktes att vi kommit till Frankrike, dubbelt så dyrt som Spanien. Vi nittade snart en bar med billigt öl och en massa ungdomar. (Det går många språkresor hit.) Här satt vi sedan och snackade till kl 2-3 på nätterna med Tyskar, Holländare och Svenskar, full fart.

En dag på stranden kom det fram en skaplig brud och la sig alldeles i närheten. Hon gick som vanligt direkt upp som etta på topplistan. Tyvärr måste jag gå och handla lunch åt oss. När jag kom tillbaks var Anke försvunnen. Bruden med!? Jag åt min lunch och efter en halv timme kom de tillbaks. Hon hade tagit initiativet till en simtur, pratat franska hela tiden och Anke hade inte fattat ett skvatt. Vad göra? Fram med anteckningsbok och penna. Sedan satt dom där och ritade figurer och teckningar fram till sena kvällen.

Det var kvällen före Frankrikes nationaldag, och den firades med karneval, ett fantastiskt fyrverkeri och konfettikastande. Det blev ganska sent. Fram på morgonen vaknade jag av ett skrik från Anke. En ödla hade kommit in i tältet. Det fanns gott om sådana, och Anke var livrädd för dom. Den här var ca 3 cm lång och säkert jättefarlig.

Senare på dagen skulle vi sticka vidare mot Venedig. Det höll på att bli kris med tåget. Vi kom ifrån varandra och stod och väntade på olika ställen, så det blev gatlopp till stationen, för Ankes del trädgårdslopp. Vi hann i alla fall med god marginal, 83 sek. På tåget, som var ganska fullt, hamnade vi i en toppenkupé. En kille från Mönsterås och 5 franska scoutledarinnor. Vi sjöng och spelade och hjälpte scouterna äta upp deras väl tilltagna matsäck. Utanför kupén stod en nunna, som saknade sittplats, och grymtade. Venedig tog emot oss med 37° värme. Vi fixade hotellrum ihop med Mönsteråsaren, som hette Ulf, och jagade sedan ut på stan. Åkte vaporetto (spårvagn på vattnet) på Canale Grande och tittade på alla fina byggnader.

Visst var det vacker mosaik och sånt, men oj, så mycket turister. Dom kom i stora fårscockar. Först en guide med ett paket eller paraply uppsträckt i luften, för att alla skulle kunna följa, sedan hela hjorden, som bara stirrade på den uppsträckta grejen, aldrig på byggnaderna de passerade.

På kvällen gick vi, Ulf och två svenska tjejer på ett diskotek. Där fanns en massa Amerikanare, som höll på med en skum dans. Kunde man inte den, var det ingen idé att visa sig på dansgolvet. Vi satt och pratade hela kvällen i stället. Anke blev uppraggad av en Norska, som ville bli av med alla efterhängsna Italianos. Hon blev så glad, när hon fick se en blond kille. (Är det Björn Borg som spökar.)

Arrivede'rei Vene'zia!! Nu vidare mot Österrike. Efter lite tågbyten och med postbuss sista biten från Zell am See, kom vi på morgonen till Kaprun, en liten och mysig plats insprängd mellan alptopparna. Vi började leta rum men gav snabbt upp.

När det såg som hopplösast ut, kom en Folkabuss och stannade. Det var 4 st Brommaorienterare, som av en händelse kom dit samtidigt. Vi hängde med dom till campingen. Upp med tälten och sedan ner i byn för att hyra slalomutrustning. Efter ett evigt provande var vi äntligen klara. Snabbt upp till bergbanorna, köpa liftkort och sedan upp mot snön.

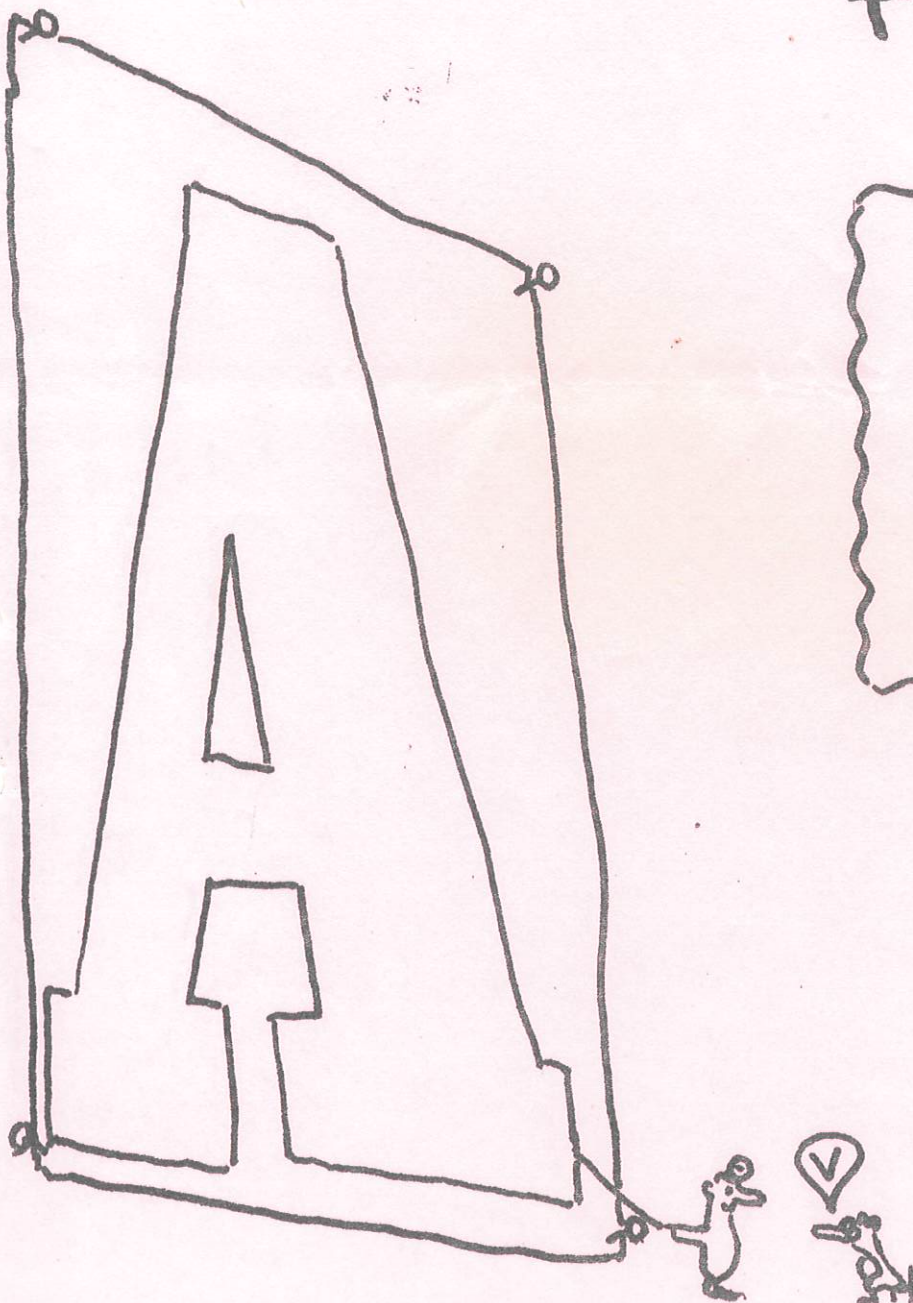
Vi var inga stjärnor, men såg inteut som sådana heller. Nu skulle vi verkligen ta det lugnt. Inga brutna ben till Schweiz 5-dagars. När jag kommit en bit ner i backen, kom först Brinki(Brommakille), sedan Anke switchande rakt utför. Anke kastade först solglasögonen, sedan bägge stavarna. Han trodde kanske, att det skulle gå långsammare, om, han lättade på klädseln, men insåg att det inte hjälpte utan kastade sig själv också. Vilken kanonvurpa!! Oj, Oj, Oj.

Det tog ca en halvtimme för honom att räta ut lemmarna och få allting på rätt plats igen. Brinkis nerfärd slutade i frontalkrock med en Österrikare. Han fick lära sig en hel del tyska svordomar.

Följande dag kom två Brommatjejer till campingen, så nu var vi ett helt gäng. Vi levde ett härligt liv. Upp kl halv 7 och ut på träningspass på någon alpsluttning. Sedan frukost och iväg mot backarna. Skidor hela dagen. På kvällen god mat och därefter något hålligångställe. 4 dagar på detta sätt. Nu återstod bara 5-dagars på den här jättelyckade resan. Att vi hade väldigt kul, hoppas jag ni förstår, men en sån här resa ger ingen formtopp precis. Det kanske märks på annat ställe i tidningen.

Peter

OM du har något rum, någon lägenhet, någon liten kåk eller stor villa som du är beredd att hyra ut så kanske vi har stor chans att få några unga lovande nyförvärv, bl a en svensk juniormästare. Klubbkamrater till Ensio och Peter på Tekniska Högskolan. Så tag kontakt med dem. Men det brådskar!!!





Sommarens sedvanliga orienteringssemester blev denna gång förlagd till Schweiz och deras 5-dagarsorientering. Fyra tappra järlaiter hade anmält sig att försvara klubbens färger. En kom bort redan före tävlingarna men lär ha synats vid Järlagården några gånger efter ovan nämnda tävling.

Efter en snabb bilresa genom Östtyskland och på Västtyska alpvägar, med besök i gamla städer och på stora pampiga slott, anlände vi i god tid till staden Frauenfeld som var tävlingscentrum. Vi kunde sedan i lugn och ro resa vårt tält på den tomplats vi blivit tilldelade på stadens travbana. I stall och ridhus hade vi sedan alla bekvämligheter som, affärer post telegraf och restaurang med dans varje kväll. När tält och vi väl kommit på plats, skulle ett träningslöp begynna. Efter skiss skulle vi försöka lotsa oss fram till Oberwil där träningen skulle gå. Vad man inte upplyst om på denna skiss, var att i Frauenfelds närhet fanns ytterligare ett 20 tal platser med samma namn. Efter att ha besökt dom flesta Oberwil fick vi till slut hjälp av en orienterare från England och vi kunde något försenade börja vårt träningslöp.

Att orientera i Schweiz tror säkert många är svårt, bara en massa alptoppar att besöka. Visst fick vi orientera i berg men tyvärr inga alptoppar dom fick vi endast se som bakgrund. Nej, Schweiz kan bjuda på svensk terräng så man behöver inte känna sig bortkommen. Kartor och banor är också mycket bra. Arrangemangen är väl inte av samma höga klass som hemma. Felet ligger inte hos schweizarna utan snarare hos våra svenska tävlingsarrangörer som skämt bort oss med perfekta arrangemang. Det har väl kommit in lite för mycket allvar i det hela, det är ju fortfarande en hobby vi utövar.

Onsdag och första etappen. Vi väcks redan kl. 0500 av ett gäng hornblåsare som vandrar runt i tältstaden och halvt skrämmerlivet av folk. Efter morgontoalett och köande på muggen, kommer vi iväg till tävlingsplatsen. 25 min bilresa och sedan promenad med tant, ungar och packning i 45 min, hela tiden uppåt. Väl framkommen väntar en ny obehaglig överraskning. Till startplatsen 1500 m men med en stigning på 300 m. Nåväl man klarade även det och även löpningen gick bra. En 8:e plats blev resultatet av allt slit denna första dag. Då gick det sämre för våra två juniorer. Men deras uppladdning inför tävlingarna har väl inte varit dom allra bästa.

Ettapp två blev inte så dramatisk som första. Normal resväg med parkering vid målet, inga höga berg att passera. Det var bara att stå på och räkna stigar och vägar. Jag missade tyvärr en väg och hamnade omedelbart i mitten på resultatlistan. Peter och Anders hade nog missat några stigar till.

Till ettapp 3 var resvägen 15 mil varför vi beslutade att redan dagen före åka ner till tävlingsplatsen och där på något hotell i lugn och ro ladda upp för tävlingen. Nu blev uppladdningen tyvärr så noggrann att vi alla höll på att missa starten.

Vi fick dock en trevlig kväll på ett trevligt hotell C:a 5 km från tävlingsplatsen.

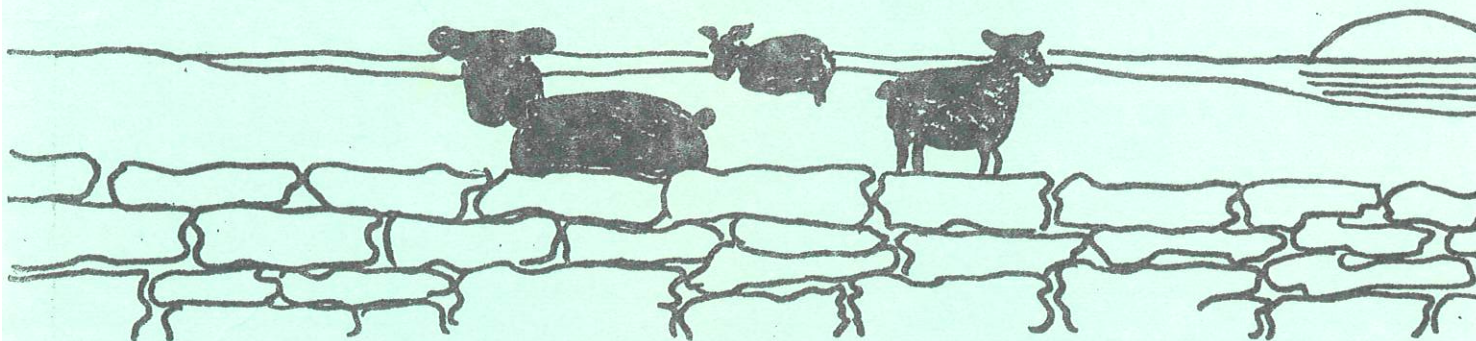
Efter en härlig middag, den första på en vecka för Anders och Peter, följde sedan flipperspel och underhållning av byborna. För underhållningen svarade en äldre gentleman i bästa ~~g~~ gåbortkostym och hatt. I byns största brunn (3x3) hade han för hotellets gäster en uppvisning i klädsim. Hoppet i brunnen bestod av en Mollbergare med dubbel skruv. Tyvärr fick underhållningen ett hastigt slut då mannen ifråga upptäckte att han inte kunde simma varför några bybor snabbt fick hala upp mannen.

Efter 4:e etappen som också förflöt lugnt, inga ovanliga händelser endast dom sedvanliga små bommarna ute på banorna, hade Ethel inbjudit våra juniorer till middag med bl. a sill. Men vad Ethel inte räknat med var att även i Schweiz stänger man sina butiker kl 1300 på lördagar. Några plåtburkar och den från Sverige medhavda sillen räddade nu den planerade middagen.

Vi var nu framme vid 5:e och sista etappen. Utgångsläget för oss var att jag låg på en 10:e plats. Peter och Anders låg omkring 50:e. Jag kunde nu tyvärr inte behålla min plats utan ramlade ner till 13:e plats totalt. Anders och Peter kunde även dom inte avancera något då avståndet framåt var för stort. Nu åker man ju inte ner till Schweiz enbart för att tävla det är ändå bara frågan om en semester, en semester jag gärna kan rekommendera. Nästa tävling går 1977 och då i Basel.

DANNE

GOTLANDSPAKETET 19-26 j



För vilken gång i ordningen vet jag inte, men som vanligt när det gäller 2-, 3- och 1-dagarsorienteringarna på Gutarnäs ö var följande familjer på plats: Halls (utom "interrail"-resenären Anders som sökte brantare terräng någonstans i Mellaneuropa), Eriksson och Lindström samt Norrbom. De senare hade svikit Ljugarn för Linusvänligare sovplats vid Fårösund. Morfar Börje var också på men honom glömmar vi i det här sammanhanget eftersom han numera springer för "Mälardalen" eller nått liknande - fy skäms!

Hallarna hade förstås intagit sin "hill" med utsikt över hela Ljugarn. Dom inhandlar nog snart den kullen. Strax efter snösmältningen hade Lindströms satt upp sin 3-rummare vid Simbas "träd". 10-årsjubileum på den platsen!

Så till skärmletandet. Träning på torsdagen. Vi hade inte tävlat på flera dagar så vi var verkligen på bättet. Här skulle göras resultat. Ulla-Britta spikar varenda kontroll, svåra sojdor och jätteluriga bryor och vätar. Allt stämmer. Det går knappt att prata med henne. Tänker anmäla sig i Kerst klass, men vi lyckas hindra henne!

19 juli. Första dagen på 2-dagars. Kort kan nämnas att Kerstin går bra. Led med 2 min. Maria förvånar. 4:a, sex min efter segraren, men med antagonister Ia L och Lotta K efter sig. Simbas husse stolt!

20 juli. Andra dagen bjöd inte på några större förändringar. Kerstin blev slagen av Gurli Hörnell men vann totalt med två minuter. Maria höll sin 4:e Ulla-Britta sexa. Vi andra - så där! Vi gick visserligen spik på varenda sk - men det var fel kodsiffror på dom!! Att inget stämde för Åke var ju inte underligt. Envisas man med att ha 1:15 000-skalan på kompassen så . . . Den hade han dessutom haft på hela 5-dagars. (Tur för Ragge kanske.)

Kvällen 20 juli. Gratulanterna står i kö vid Lindströms tält. Party traditionsenligt i gropan!

22 juli. 3-dagars. Etapp 1: Lättsprungna och inte alltför genomtänkta banor på en ganska svårläst och dåligt tryckt karta vid Fole kyrka. Kerstin 1:a, Maria 3:a. Vi andra sprang också!

23 juli. Etapp 2: Bra nyritad karta kring Torsburgen, Gotlands Kebnekaise. Det fanns höjder som var flera meter. Bra banor. Kerstin tillbaka ett steg till 2:a plats efter Inga-Britt Larsson. Eivor Steen-Ölsson vann etappen och blir nog farlig. Maria kvar på 3:e. Håller hon?

24 juli. Etapp 3: Också vid "Kebnekaise"! Vi som slapp gå ut med nummerlappar (de 10 bästa) går överlag bra i dag. Det går t o m att prata med Åke när han gått i mål. Maria klarade inte trycket bakifrån. 6:a totalt. Kerstin då - vårt hopp? Radion meddelar att hon tappat 5 min på Inga-Britt. Inte bra. Hör efteråt att hon chansat mellan två säkra vägval. Även solen har som bekant fläckar! 4:a totalt!

På kvällen styr Hallarna kosan mot fastlandet. Bengt måste hem och se hur en riktig brantfot ser ut.

26 juli. Visborgs nationella. Underbart syrerikt regn. Kerstin vinner förstås och mina H 43-skärmar börjar sitta där de ska!

Den kvällen lämnade Norrboms ön. Därmed var ju inte orienteringsveckan slut för vi hade inte folk att delta i sista 6-mannastafetten. Skönt, då kunde man slänga sina trasiga, blöta kläder utanför tältet. Festa om lite och glömma karta och kompass och alla missar man gjort. Sagt och gjort! Men ack så dumt!

- - -

Kl 06.45 nästa morgon!

På Lindström, Skogsluffarna, knackar försynt på vårt tält: "Lennart e' du vaken? Du förstår, Claes är sjuk och han skulle springa försträckan i vårt lag. Den är bara 7 806 meter och det räcker om du är vid Fole kyrka kl 08.00. Det är visserligen 5 mil dit men du har ju folkvagn och äta kan du väl göra efter tävlingen och . . .?"

Jaha! Dum som man är så. På med de blöta kläderna och gör din plikt! Och se. Det blev min Gotlands-behållning (skryter lite nu). 46 min - växla 3 min efter förmodligen Sveriges snabbaste junior. Kändes skönt!

Därmed punkt för en minnesrik OL-vecka.

Tips till den som funderar på 5-dagars på Gotland 1977: Åk dit 1976 och bekanta dig med deras bryor, vätar, sojdar och liknande för oss "svenskar" förunderliga ting.

Lennart

SEN ■ SIST

(vi skrev den 15 juni) har det väl inte hänt så mycket - borde i varje fall inte ha gjort det - vi har ju avverkat våra semestrar. Vila, vila, vila. Vi har upplevt en underbar sommar med massor av bad och glass. Att någon har orkat plocka fram kompassen under sådana förhållanden är svårt att tänka sig. Men åh vad man bedrar sig. Till Sen sist-Red har inkommit rapporter som talar ett helt annat språk. Järlaiter har varit synliga i alla väderstreck inom Sverige och några ända ner bland Alperna. Järlaiter har inte bara varit synliga, dom har hörts också, t o m i TV och radio och den som främst har gjort Järkla känt är Kerstin Norrbom, som var en av 5-dagars stora sensationer och som gav eko en bit utanför Sveriges gränser. Sen sists kraftigaste grattis hittills. Ett extra påkostat grattis även till Ragge som ordnade Järklas första klassegger i 5-dagars. - Åke Hall kom med en liten överraskning, en helt egen karta som han kallat Hall-bladet och som han helt frikostigt hade lånat ut till Södertälje OK den 3 aug. Klassegger blev det naturligtvis. Sen sist rapport i kronologisk ordning: - Ragge 2:a i H 50 7 juni i Igulfejdens liten Karin 10:a i D 12 N. Grattis Karin! Sundsvall 8 juni. Grattis Ragge! Rösjölägrat för ungdomar 6-8 juni gav inga segrar men en hel del goda placeringar. Ensio 2:a och Bengt 4:a på lägermästerskapet. 28 juni var det dags för Ragnar och Jonas i Brunflos nationella. Ragnar 3:a och Jonas 10:a. - 7-11 juli var det dags för jättetävlingen 5-dagars och naturligtvis var Järkla med med inte mindre än 34 st! Och framgångar blev det som ovan nämnts. Åke Hall var också duktig med en 12:e plats i slutprotokollet och Roland Åhling blev 7:a i H 21 A2. Ensio i H 19 E började bra men vrickade foten och tvingades vara åskådare sista dagen. 19-20 juli försökte Rune Rova sig på att slå Bertil Norman i Vittjärvs 2-dagars men se det gick inte. - Gotland lockade med ett 0-paket 19-26 juli och naturligtvis nappade Järlaiter. Bäst Kerstin som bevisade att 5-dagarstriumfen inte var en tillfällighet. 1:a på 2-dagars, 4:a på 3-dagars och 1:a på Visborgs 26 juli. Vi bugar oss (pennan och jag). Maria Lindström får också ett grattis. De övriga måste ha fastnat mer eller mindre i enbuskarna. - Skulebergsträffen 27 juli sprang Roland in på en fin 7:e plats i H 21 A. Sedan var det dags med Kringelträffen på Halls karta. Kerstin fortsätter i samma stil, 2:a i D 21 E, 11 sek efter segr. H50A Åke Hall 1:a grattis! Ragge 4:a. D19-20 Berit Hansson 1:a. Grattis naturligtvis. D35B Britta Svensson god 2:a. Lite i skymundan gjorde bl.a. Sven H, Erik H, Ulla-Britta, Berit L och Per Erik L och Kalle G goda prestationer. - Vid Klemmingekampen 9 aug kan nämnas Ragnar 3:a, Anders 5:a, Bengt 7:a. - Den 15 aug var det dags för SOKs traditionella Dubbelskubbet, där så många gånger förr ungdomarna klarade sig bäst. Kl U: Åke S-Jonas A 2:a. Kl J: Peter S-Ensio K 3:a. Och pålitliga Gubblaget överraskande utanför prisplats. - 17 aug Örbys nationella Tungsramsloppet med stora framgångar för Järkla och tre klasseggar! Hatten av för Ulla-Britta, Anders och Ragnar. Fina 2:or Berit och Ensio. Peter 3:a, Lennart 4:a och Bengt 6:a. Samma dag visade Kerstin framfötterna i Nyköping genom att komma på 3:e plats i D21E. - Natt-D1 22 aug inget mästerskap, men Kerstin hade guldvittring, fin tvåa. Jonas 4:a och Håkan 5:a. - Rävorna svarade för värskapet den 24 aug och "Skogsräven" Ragge förnekade sig inte, ny klassegger. Vilken i ordningen? Ännu en klassegger till Järkla och det var lovande Mats Nordahl i H17B. Grattis båda. Ulla-Britta på väg uppåt igen, fin 2:a. Kerstin och Bengt lika fina 3:or. Överbetyg också för Anders, Sigvard och Åke. - Sista rapporten i skrivande stund: Cirkelskubbet (med massor av Cirkelkaffe) den 31 aug blev en hel del framgångar för Järkla. Vad sägs om Ensio 1:a och Peter 3:a i H19E eller Ragnar 1:a, Åke 3:a, Birger 4:a och Erik 8:a i H50 eller Berit 2:a i D19 Bengt 3:a och Roland 4:a i sina klasser. Sista grattis för denna gång. Sen sist-Red försökte sig också på en liten enkät bland Järlaiterna sistnämnda tävling om hur orienteringsåret har varit. Fick en liten intervju med det glada paret Harriet och Jack, vilka rapporterade, "att det gått som vanligt". Sen sist-Red erinrar sig också att i skrivande stund har vi Kerstin på SM i orient dit hon kvalificerat sig till både Dag och Natt. Det har ingen tidigare lyckats med inom Järkla. Vi önskar Kerstin lycka till! Sen sist-Red åter kommer till fjällen men lovar återkomma i god tid till Järklas 2-dagars 20-21 sept. Väl mött då. Samtliga! !

RESULTAT

Mälardalsträffen, 8 maj 1975

H 43 A

- | | |
|----------------------------|-------|
| 1. Lennart Öberg Arboga OK | 64.04 |
| 50. Karl-Bernt Gawelin | 98.55 |

D 35

- | | |
|-----------------------------|--------|
| 1. Karin Lexell, Klemmingen | 63.10 |
| 21. Maud Gawelin | 123.02 |

Lilla Siljanskavlen, 18 maj

H 17-20

- | | |
|---|--------|
| 1. OK Tyr I | 125.25 |
| 4. Järila IF I, Peter Sandström/Håkan Hanning/Ensio Kolari | 127.55 |
| 68. Järila IF II, Anders Hall/Lasse Nordlander/Anders Asplund | 145.40 |

H 13-16

- | | |
|---|--------|
| 1. FK Boken | 84.44 |
| 30. Järila IF I, Å.Svensson/B.Hall/J.Andersson | 94.58 |
| 165. Järila IF II, H Stjernström H.Kolari/O.Stjernström | 128.80 |

Igulfejden, 7 juni

H 50

- | | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Viktor Rydkvist, Brännan | 56.39 |
| 2. Ragnar Andersson | 57.42 |

H 15-16 A

- | | |
|--------------------------|-------|
| 1. Mikael Bäck, Malax IF | 47.00 |
| 14. Jonas Andersson | 57.58 |

D 12 N

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Eva Volinder, Sundsvalls OK | 21.00 |
| 10. Karin Andersson | 35.39 |

Sundsvall 8 juni

H 50

- | | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Ragnar Andersson, Järila | 45.59 |
|-----------------------------|-------|

H 15-16 A

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Rolf Sundell Friska Vindar | 39.55 |
| 11. Jonas Andersson | 54.43 |

D 12 N

- | | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Eva Wählinder, Sundsvall | 19.15 |
| 24. Karin Andersson | 49.29 |

Rösjölägret 6 - 8 juni

Nattorientering

Herrar 5 km

- | | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Bengt Djuvfeldt, Rävorna | 40.01 |
| 14. Åke Svensson | 45.26 |

Herrar 3,5 km

- | | |
|---------------------------|-------|
| 1. Lars Hellman, Järfälla | 24.56 |
| 3. Bengt Hall | 26.21 |
| 10. Olof Stjernström | 31.16 |
| 11. Harald Stjernström | 32.00 |
| 17. Jussi Kolari | 36.45 |

Stafett

- | | |
|---|--------|
| 1. Spårvägen I | 133.05 |
| 6. Järila/Bromma I, O.Stjernström/Å.Svensson/E.Kolari/M.Nissar/B.Hall | 137.05 |

Lägermästerskap

H 17-20 A

- | | |
|-------------------------|-------|
| 1. Lars Hörnström, Täby | 51.53 |
| 2. Ensio Kolari | 56.03 |
| 17. Anders Hall | 66.08 |
| 29. Anders Asplund | 79.57 |

H 15-16 A

- | | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Bengt Djuvfeldt, Rävorna | 44.03 |
| 13. Åke Svensson | 57.46 |

H 13-14 A

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kjell Markusson, Österåker | 35.30 |
| 4. Bengt Hall | 38.54 |
| 25. Olof Stjernström | 50.07 |
| 46. Harald Stjernström | 62.46 |

Brunflo nationella 28 juni

H 50

- | | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Uno Pettersson, Heby AIF | 55.21 |
| 3. Ragnar Andersson | 57.20 |

H 15-16

- | | |
|----------------------------|-------|
| 1. Per Grandin, Uppsala IF | 32.17 |
| 10. Jonas Andersson | 43.17 |

5-dagars, 7 - 11 juli se bilaga

Vittjärvi IK 2-dagars 19-20 juli

H 35

- | | |
|--------------------------------|--------|
| 1. Bertil Norman, IFK Hedemora | 122.32 |
| 69. Rune Rova | 216.24 |

Roma 2-dagars 19-20 juli

D 21 A

- | | |
|----------------------------|--------|
| 1. Kerstin Norrbom, Järila | 115.99 |
|----------------------------|--------|

H 43 A

- | | |
|-------------------------------|--------|
| 1. Nils Magnusson, Södertälje | 105.55 |
| 15. Lennart Lindström | 138.18 |

RESULTAT 5-DAGARS 7-11 juli 1975

KLUBB: 0308 JARLA IF

STALLNING EFTER ETAPP 5

021E	7	NORRBO	KERSTIN
H19E	42	KOLARI	ENSIO
H17E	47	HANNING	HAKAN
H21A2	47	AHLING	ROGUSTAV
H21A2	93	GRANNING	LOLLO
H21B2	84	HANNING	MATTIS
H35A2	76	ANDREELSSON	DAN
H35B2	1120	DANIELSSON	ROLF
H43A2	63	GWELIN	KALLE
H43B2	63	NORDAHL	SETH
H43B2	148	STJERNSTRÖM	HANS
H43B2	183	OSTERBERG	SVEN
H43B2	193	NORDLANDER	JACK
H43B2	196	HANNING	SVEN
H50A	1	HANNERSSON	RAGNAR
H50A	128	HALLAKE	OLLE
H50A	178	LARSSON	ERIK
H50A	83	HÄGGEBRO	P-E
H50B2	129	LINDGREN	MATS
H17A2	131	NORDAHL	MATS
H15A2	116	ANDERSSON	JONAS
H15A2	118	SVENSSON	AKE
H13A2	133	KOLARI	HEIKKI
H13A2	67	HALLBERG	HARALD
H13A2	141	STJERNSTRÖM	OLCF
H13A2	150	KOLARI	JUHA
H13A2	162	STJERNSTRÖM	BRITTA
D35B	133	SVENSSON	HARRIET
D35B	107	NORDLANDER	MAUD
D35B		GAVELIN	MAUD
D43	67	GAVELIN	ULLA-BRITTA
D43	109	HALLGREN	BERIT

SAMMANL	EFT LEC	ETAPP	RESULTAT	EFT	SEGR
5.55.40	20.34	12	1.01.57	7.00	
5.02.56	54.55	72	EJ START	16.12	
5.13.27	25.58	29	1.04.07	5.40	
5.33.26	45.57	69	1.58.08	9.30	
5.38.32	1.11.03	82	1.02.58	10.30	
5.39.07	1.15.48	89	1.57.26	14.01	
5.39.37	1.25.43	17	55.11	13.24	
5.42.48	1.56.31	15	1.18.19	35.24	
5.45.53	44.44	40	1.56.31	38.24	
4.17.59	52.57	34	44.44	8.11	
4.59.59	52.57	130	55.04	8.48	
5.19.13	1.35.03	165	55.04	19.01	
5.27.55	1.35.03	58	46.46	10.42	
5.28.51	2.3.55	118	53.59	17.58	
4.02.22	16.53	197	56.11	12.24	
4.13.13	52.33	34	49.13	15.58	
4.54.55	55.03	29	49.13	15.58	
4.57.46	55.03	28	59.39	13.27	
5.51.46	2.30.45	127	1.12.39	17.47	
6.29.02	1.21.45	168	1.53.29	20.47	
4.19.49	1.31.08	154	53.24	18.00	
4.20.49	46.17	57	36.33	16.27	
3.16.01	1.46.21	16	38.37	22.51	
3.31.42	1.57.11	166	1.08.01	38.27	
4.31.10	2.37.50	127	48.50	17.51	
4.42.04	2.42.50	125	45.11	17.40	
5.22.23	2.3.50	136	50.45	10.08	
5.55.23		61	EJ START	15.42	
4.54.19	1.35.48	100	EJ START	24.37	
6.05.27	2.46.48	104	1.04.47	26.29	

Roma 2-dagars forts.H 21 A

1. Ola Lindholm Mjölby OK	99.92
52. Björn Norrbom	136.82

H 50

1. Bengt Holgersson Kumla OK	91.96
10. Åke Hall	105.16

D 17-18

1. Margareta Erikhans Gustafs	94.48
4. Maria Lindström	100.30

D 43

1. Sylvia Bendelin, IF Hansa	82.70
6. Ulla-Britta Hall	101.27

H 13-14 A

1. David Oxenstierna, Garde IK	51.19
14. Bengt Hall	74.34

H 17-18

1. Henrik Boivie, Länna IF	83.80
30. Jöran Eriksson	148.39

3-dagars, 22 - 24 juliD 21 E

1. Inga-Britt Larsson, Svaide	173.07
4. Kerstin Norrbom	189.61

H 21 A

1. Gunnar Ehn, Tullinge SK	167.97
56. Björn Norrbom	204.82

H 43 A

1. Nils Magnusson, Södertälje	120.16
24. Lennart Lindström	146.27

H 50

1. Gösta Björnlund, VIF Gute	106.04
29. Åke Hall	163.10

H 17-18

1. P-O Lindgren, Örkelljunga	97.08
34. Jöran Eriksson	144.85

H 13-14 A

1. Stefan Nilsson, Ringsjö OK	82.74
19. Bengt Hall	113.21

D 43

1. Inga Maj Persson, FK Eko	88.89
18. Ulla-Britta Hall	131.89

D 17-18

1. Ch. Rosencrantz, Hanninge	124.84
6. Maria Lindström	146.78

Visborgs OK, 26 juliD 21 E

1. Kerstin Norrbom	60.16
--------------------	-------

H 43 A

1. Åke Andersson, IFK Tumba	58.80
6. Lennart Lindström	65.52

H 50

1. Gösta Björnlund Gute	46.89
15. Rolf Eriksson	71.49

H 17-18

1. Bengt Djuvfeldt, Rävorna	57.40
24. Jöran Eriksson	102.07

D 17-18

1. Ulla Nyström, Visborg	41.85
12. Maria Lindström	73.33

Västerviks SOK, 27 juli

Kerstin Norrbom (felstämpl.)	1.10.12
---------------------------------	---------

Skulebergsträffen, 27 juliH 21 A

1. S-G Bylund, Brännans IF	72.04
7. Roland Åhling	84.09

Kringelträffen 3 augustiH 19-20 E

1. Håkan Dahlgren, Väsby	1.13.51
18. Peter Sandström	1.38.33

H 17-18 E

1. Gunnar Johansson, Goterna	1.00.27
21. Anders Hall	1.20.55

D 21 E

1. Birgitta Thunell Lidingsö	1.08.37
2. Kerstin Norrbom	1.08.48

H 21 A

1. Göran Lampinen, IK Standard	1.29.37
15. Roland Åhling	1.39.52
48. Gustav Grandin	1.51.52
72. Björn Norrbom	2.07.34

H 35 B

1. Rolf Ulfvess, Mälarhöjden	54.11
38. Rolf Svensson	1.20.13

H 43 A

1. Lennart Stenberg, Hellas	52.02
6. Kalle Gavelin	1.00.20
16. Lennart Lindström	1.04.25

Kringelträffen forts.H 43 B

1. L-E- Eriksson, Solna	53.59
9. Sven Hanning	1.01.21
23 Sven Österberg	1.13.58

H 50 A

1. Åke Hall, Järle	50.01
4. Ragnar Andersson	54.02
11. Erik Hågebo	1.01.57
13. Olle Larsson	1.02.47

D 19-20

1. Berit Hansson, Järle	57.08
-------------------------	-------

D 35 B

1. Märta Larsson, Tumba	50.16
2. Brita Svensson	55.09

D 43

1. Märta Frykholm, Södertälje	46.05
10. Ulla-Britta Hall	1.00.09

D 50

1. Ulla Jansson, Hammarby	31.49
7. Berit Lindgren	54.33

H 15-16 A

1. Sören Andersson, Goterna	36.29
39. Jonas Andersson	56.21
45. Åke Svensson	1.00.13

H 13-14 A

1. Håken Andersson, OK Hallen	29.39
11. Bengt Hall	37.11

Bana 1

1. Mikael Ågren, Skogsluffarna	24.36
6. Per-Erik Lindgren	35.26

Klemmingekampen, 9 augustiH 21 A

1. H-O Eriksson, Nyköping	1.12.33
22. Björn Norrbom	1.42.58

H 50 A

1. Arne Svensk, OK Tjärnen	40.00
3. Ragnar Andersson	44.01
9. Åke Hall	51.43

H 17

1. Eddie Johansson, Åkers IF	55.15
5. Anders Hall	1.03.45

H 15 A

1. Hans Vedin, Sthlms OK	32.08
24. Johas Andersson	50.13

H 13 A

1. Joakim Eriksson Oxvreten	27.15
7. Bengt Hall	32.51

Nyköpingorienteringen, 17 augustiD 21 E

1. Margareta Ericson, Finspång	77.36
3. Kerstin Norrbom	84.29

Umeträffen 15 juniH 19-20 A

1. Anders Levin, OK Tyr	56.08
19. Anders Asplund	77.19

Frösö Nordiska, 29 juniH 50

1. Rune Axelsson, OK Nipan	47.26
2. Ragnar Andersson	50.31

OK Ekens Nationella, 10 augustiD 21 E

1. Kerstin Norrbom	82.17
--------------------	-------

H 19-20

1. Lars Jörbrink, Västervik	86.37
2. Peter Sandström	89.09

Dubbelskubbet, 15 augustiKlass A

1. Järfälla OK II	144.30
18. Järle G.Grandin/R.Åhling	161.01

Klass B

1. Mälardals IK	133.22
29. Järle I Å.Hall/A.Hall	174.37
30. Järle II D.Danielsson/L.Hanning	175.50

Klass Gubbar

1. SoIK Hellas I	111.32
10. Järle IF II L.Lindström/ R.Andersson	122.20

Klass Juniorer

1. Örby IS	108.10
3. Järle IF	114.39

Klass Ungdom

1. IFK Lidingö I	65.56
2. Järle Å.Svensson/J.Andersson	66.00

Tungsramsloppet, 17 augustiLagtävling

1. Järfälla OK	182 poäng
2. Järle IF	144 poäng

H 21 A

1. K-E Lennartsson Luffarna	77.03
16. Roland Åhling	93.10

H 19 A

1. J. Retsloff Hellas	70.14
2. Ensio Kolari	75.03
3. Peter Sandström	75.53

Tungsramsloppet forts.H 21 A 1

1. B. Pahlén Spårvägen	79.05
2. Lollo Hanning	79.06
19. Gustav Grandin	95.15

H 35 A

1. G. Bergman, Ravinen	75.20
33. Rune Rova	118.54

H 43 A

1. N. Fögeby, Järfälla	63.19
4. Lennart Lindström	68.01

H 43 B

1. H. Lundström, Rotebro	63.33
9. Sven Österberg	74.20
13. Sven Hanning	78.23

H 50 A

1. Ragnar Andersson	50.15
12. Erik Hågebo	58.37
18. Åke Hall	61.38
33. Sigvard Greta	70.46

H 17-18 A

1. Anders Hall	56.53
22. Håkan Hanning	79.31

H 15-16 A

1. B. Stenberg, Hella	40.45
11. Jonas Andersson	52.46
21. Åke Svensson	61.47

H 13-14 A

1. L. Palmqvist, Järfälla	32.48
6. Bengt Hall	37.59
17. Heiki Kolari	45.49

D 35 A

1. U-B Östlin, Haninge	67.52
8. Brita Svensson	34.00
11. Terttu Kolari	97.33

D 43

1. Ulla-Britta Hall	62.09
---------------------	-------

D 19-20 A

1. C. Moline, Gustavsberg	86.47
2. Berit Hansson	89.44

Bana 5

1. O. Bång, Goterna	43.09
11. Rolf Eriksson	54.27

Natt-DM, 22 augustiH 21 M

1. P-Å Eriksson, Stholms OK	90.01
27. Lollo Hanning	115.17

H 35 M

1. I. Andersson Tullinge	85.09
20. Dan Danielsson	97.58
49. Rune Rova	144.05

H 43 M

1. G. Pettersson, Sthlms OK	66.05
37. Sven Hanning	99.08

H 50 M

1. T. Lundberg, Bromma OK	61.10
10. Åke Hall	76.24
23. Ragnar Andersson	85.44

H 15-16 M

1. J. Junegard, Farsta	39.14
4. Jonas Andersson	43.21
49. Åke Svensson	70.01

H 17-18 M

1. G. Andersson, Gustavsberg	59.00
6. Håkan Hanning	64.28
35. Anders Hall	96.06

D 21 M

1. I. Ohlsson, Järfälla OK	76.57
2. Kerstin Norrbom	87.25

D 35 M

1. I. Carlsson, Täby	68.30
14. Terttu Kolari	113.41

H 14 P

1. Järfälla	34.42
14. Järle B. Hall/O. Stjernström	45.32
17. Järle H. Kolari/H. Stjernström	50.47

Vaddö OK, 24 augustiH 50

1. Marthe Andersson, Lidingö	42.18
3. Birger Johansson	50.26

Alfträffen 31 augustiH 43 B

1. L. Johansson Degerfors	51.25
26. Seth Nordahl	72.33

H 17-18

1. Sven Petterson Letstigen	53.04
14. Mats Nordahl	81.11

Schweiz 5-dagars 23-27 juli

<u>H 35 B</u> segrartid	4.04.39
-------------------------	---------

13. Dan Danielsson	4.30.54
--------------------	---------

<u>H 19-20 A</u> segrartid	4.09.17
----------------------------	---------

51. Peter Sandström	5.02.19
---------------------	---------

<u>H 17 A</u> segrartid	3.30.12
-------------------------	---------

107 Anders Hall	4.34.55
-----------------	---------

Åmot-Jädraås OK forts.

H 17-18 I

1. Anders Ekman Rimbo SOK	43.01,6
12. Håkan Hanning	48.46,5
31. Anders Hall	52.46,6

H 15-16 A II

1. Jan Nilsson OK Pan	30.16,3
42. Åke Svensson	39.40,7
45. Jonas Andersson	40.04,3
64. Lars Nordlander	43.06,8

H 13-14 A

1. Lane Jonsson Hudiksvalls IF	22.20,6
36. Olof Stjernström	28.27,5
106. Bengt Hall	41.47,0
110. Heikki Kolari	44.31,3

H 12 B

1. Anders Johansson IF Fyris	19.20,7
48. Stefan Danielsson	36.31,5

Direktbana 1

1. Lars Zetterström Karlsbyh.	41.36,6
32. Rolf Svensson	70.31,1

Direktbana 2

1. Egon Svedlund Ockelbo	39.13,7
41. Maud Gawelin	64.32,7

Direktbana 3

1. Ankie Bakke Storviks IF	18.29,1
31. Ola Svensson	30.29,7

Träningsstävling Trollsjön 5 juni
Banläggare: Ensio Kolari

Långa banan 7,5 km

1. Håkan Hanning	63.00
2. Gustav Grandin	80.25
3. Björn Norrbom	88.20

Mellanbanan 5,6 km

1. Åke Svensson	55.30
2. Sigvard Gretas	56.10
3. Kerstin Norrbom	57.30
4. Olof Stjernström	58.45
5. Jan Lindgren	59.25
6. Erik Hågebo	59.50
7. Sven Hanning	75.45
8. Terttu Kolari	79.45
9. Hans Stjernström	83.05

Kortkorta banan 2.8 km

1. Ola Svensson	35.00
-----------------	-------

Goda råd

för Järlas

ungdomar

i orientering och skidor.

Några råd för anordnande av tävlingar i orientering.

Maximitiden får ej vara snävare än att säkerheten tillgodoses, beräknas lämpligen på basis av 25 min per km.

Samtliga tävlande måste vara försedda med karta, kompass, klocka och visselpipa. Visselpipa får endast användas för att tillkalla hjälp i händelse av olycksfall. Härvid blåses SOS signal (... - - - ...)

Korta råd för träning och tävling i uthållighetsgrenar.

Skidtävlingar på skidor bör ej genomföras vid tungt före eller stark kyla. Före tävling i skidlöpning bör man ha tränat på skidor i minst 2 veckor.

En god form för konditionsträning är lekar och bollspel.

Träningen bör icke drivas så hårt att man känner sig trött efteråt.

Det måste bestämt avrådas från att med barn försöka efterkomma de vuxna elitmännens träning.

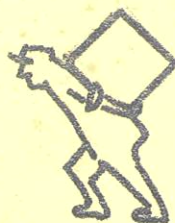
(Hämtat från Handbok för Skolidrottsledare.)

Brita S

VI GRATULERAR

16/9	Juha Kolari	13 år
20/9	Berit Lindgren	50 år
24/9	Birger Johansson	53 år
27/9	Sven Österberg	48 år
30/9	Björn Norrbom	30 år
1/10	Ragnar Andersson	50 år
1/10	Stefan Stål	15 år
2/10	Eva Svensson	13 år
3/10	Terttu Kolari	38 år
7/10	Anna Gretas	51 år
12/10	Lars Gretas	19 år
29/10	Roland Åhling	33 år
5/11	Åke Jansson	55 år
5/11	Harald Stjernström	13 år
13/11	Rolf Svensson	36 år
20/11	Sven Hamning	46 år
2/12	Anders Asplund	20 år
10/12	P O Bengtsson	50 år
10/12	Lena Bragnell	37 år
10/12	Sigvard Gretas	50 år

DE FLYTT...



ifrån oss -

Kerstin, Björn och Linus - för att under några år bosätt sig i Holland. Det är Björns arbete inom databranschen med alla dess internationella grenar som gör flyttningen aktuell. Men kan man orientera i Holland när så gott som hela landets yta ligger i nivå med havets eller därund? Men det finns säkerligen andra aktiviteter att ta till. Man kan ju t ex å skridskor på kanalerna när dom fryser till. Och kanaler lär det finnas gott om. Vi önskar dem lycka till på sin nya vistelseort och när längtan till skogen blir för stark är de hjärtligt välkomna tillbaka till oss!

DU

som tänkt skänka pris till vår Dag-DM-tävling den 21 september men ännu inte gjort det, tag kontakt med Sigvard Gretas, tel 717 27 05, som tar emot och lagrar i garaget. Han blir så glad, så glad!

PR

är fint det. Det är sådant som klubben behöver massor av. Och när vi nu seglar litet i medvind så skall vi också ta vara på allt som det kan ge. Vi har nu fått vår nya karta färdigtryckt och skall svara för årets dag-DM på den. Och vi har en hel del folk som tränar, tävlar och placerar sig regelbundet på tävlingarna. Bl a blev vi tvåa efter Järfälla i lagtävlingen bland alla stockholmklubbar och samtliga klasser. Men i Nacka-Saltsjöbadstidningen är våra resultat inte alls nämnda i samma utsträckning som Ravinen och Gustavsberg. Ett flertal segrar hos oss den senaste månaden är inte alls omnämnda. Kanhända ligger felet hos oss själva. Skärpning!

x) i Tungsramsloppet

...OCH DE KOM

till oss, de Berit Hansson, duktig flicka som tävlar i D 19-20, och närmast kommer från IF Enskede, dels Ola Berggren som tävlar i klass H 19-20. Vi kommer säkert att få mycken glädje av dem och hälsar de båda mycket välkomna.

JULNUMRET

som utkommer den 15 december kommer inte att innehålla något recept på Moster Finas pepparkakor men många läsvärda saker ändå. Bl a ett fullödigt referat från vårt DM-arrangemang, något om vår karta, några julnötter att knäcka, resultatlistor, Flyttbrev från Holland, solen gång över Saharas öken från någon som varit där och en del annat. Och Du som känner att Du vill medverka skall vet att Du är mycket välkommen med Ditt alster. Men tänk på att red vill ha Ditt alster före den 1 december!

