

Bara veckor kvar!



VM 2004
ORIENTERING
11-19 SEPTEMBER
SVERIGE
VÄSTERÅS



Nu är det mindre än en månad till VM i Västmanland, och för NOK:s del huvudåtagandet för långdistansen i Västervåla den 12 och 16 september. Matthias Müller (bilden) är en av NOK-schweizerna som lyckats mycket bra och förhoppningen är att han skall dels kvala in till VM och sedan hålla sig långt framme.

NOK har förresten på många sätt redan haft nytta av VM. Inte nog med att vi fått disponera flera topplöpare, de många landslagen som bott och tränat i Norberg har köpt massor av kartor och träningspaket. Samt gynnat Norbergs näringsställen.

se sidan 12-13

Många ungdomar igång

Det har varit full fart på ungdomsverksamheten under vintern, våren och sommaren. VPT, Hytt-Haralds och SOL-skola för att nämna något.

- se sidan 4-6

Familjedag

Söndag den 15 september

KlubbMästerskap

Tisdag den 17 september

- se sidan 14

På kant med redaktör'n

Så kom den till slut - sommaren!

Här i Sverige är vi fixerade vid att tala om vädret. Är det inte för kallt för årstiden är det för varmt eller för regnigt.

I andra länder pratar man inte alls så mycket om vädret. Som till exempel i Singapore. Den gamla brittiska kronkolonin ligger precis söder om Malaysia, så gott som på ekvatorn. Där snackas det inte så mycket om väder.

Där vet man inte vad vinter är. Inte sommar heller för den delen. Där vet man bara att i stort sett varje dag ser likadan ut. Sol, någon regnskur, luftfuktighet så hög att allt är klabbigt - för jämnheten. Och 28-35 grader plus. Varje dag året om.

Att förklara för en singaporean vad en rejäl vinter innebär, hur det är att vistas i -18 grader eller mer, är inte så lätt. Enklarest är att säga att det är som att bli i en frysbox. Att förklara vad Engelbrektsloppet eller Vasaloppet innebär är inte heller så lätt för den som aldrig sett snö.

Visst har vi det bra här uppe Norden som har rejäla svängningar i klimatet. Det blir ju sällan långtråkigt. Och så har vi något att snacka med grannen om.

Ibland vore det enkelt att ha det som i Singapore. Att alltid veta vad som väntar.

Nu vet vi i alla fall vad som väntar i september. VM i orientering. Med NOK i en viktig arrangörsroll igen.

Låt oss hjälpas åt att göra det till det bästa VM:et någonsin.

Oavsett vad det blir för väder.

Johan Källman, redaktör

Ansvarig utgivare

Johan Källman 0223-17754

NOK-Nytts redaktion

Lasse Nordström, redaktör

Johan Källman

Mikael Hjelm-Pettersson

Patrik Jansson

Karin Nordström

Upplaga

c:a 200 exemplar

Bidrag till NOK-nytt:

Johan Källman

Ljungv. 9

737 33 FAGERSTA

johan.kallman@telia.com

Utgivningsplan 2004

| | |
|------|-----------|
| Nr 1 | Februari |
| Nr 2 | Juli |
| Nr 3 | September |
| Nr 4 | December |

NOK-Stugan

Telefon svarare: 0223-23475

NOK:s adress:

Norbergs OK

Engelbrektsgratan 73

738 31 NORBERG

Tel: 0223-20419

Postgiro: 11 28 96-6

NOK:s Styrelse 2003

Ordförande:

Johan Källman 177 54

Sekreterare:

Eva Pålsson 222 96

Kassör:

Kenneth Elmertoft 251 21

Orienteringskommittén:

Berith Larsson 232 88

Camilla Sjökvist 233 64

Arrangörskommittén:

Leif Eriksson 212 24

Motionskommittén:

Ulf Magnusson 220 77

Kartkommittén:

Elisabeth Elmertoft 251 21

Stugkommittén:

Per-Arne Eriksson 230 46

Blir Bingolotto med Gunde ett uppsving? Eller satsa på Sverigelotten

Bingolotto startar i höst med Gunde Svan som programledare. Frågan är om det blir ett uppsving eller om kräftgången fortsätter.

Hursomhelst så har Bingolottoförsäljningen genom åren varit en bra inkomstkälla för NOK såväl som för andra föreningar. Så fortsatt att köpa Bingolotter genom prenumeration och ange att överskottet skall gå till NOK. Kontakta Birgitta på kansliet så hjälper hon till.

En nyhet från Folkspel (där vår egen "Bobban" Larsson jobbar) är "**Sverigelotten**". Det handlar om en skraplott som kan ge stora vinster. Varför inte köpe Sverigelotter i stället för Triss. Stor andel av överskottet kan gå till NOK.

NOK vinner på det och förhoppningsvis Ni med...

Problem med trycket på kläderna

Vi har haft problem med att trycket på många av våra nya klubbplagg lossnat. Det finns en lösning med omtryck. Du som har kläder där trycket lossnat, ta med dessa till CH så har han lovat att fixa medan man väntar, alltså mycket snabbt enligt CH själv. Lämna inga kläder där. Gå dit en annan gång om han inte kan fixa på direkten.

Vi har kommit överens om att hålla inne med den fullständiga betalningen tills problemen är åtgärdade.

Anmäl till tävlingar via Klubben On-line eller kansliet 20419,

På kansliet skall det finnas en pärm med inbjudningar till de flesta tävlingarna i vårt och granndistrikten. Det är bara att kolla där om du inte vill/kan anmäla dig till tävlingar via Internet och Klubben On-line

För att få reda på vad som händer i klubben:

Läs NOK-nytt - Kolla i fönstret vid kansliet - Titta i Fagersta-Posten - Ring någon av kommittécheferna.

NOK:s alltid aktuella hemsida på Internet:

www.idrott.nu/norbergsok

Telefon NOK-Stugan: 23475, Kansliet: 20419

Medlemsavgifter:

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Vuxna aktiva medlemmar | 150:- |
| Ungdom (t.o.m 18 år) | 50:- |
| Familj (inkl. ungdom t.o.m 18 år) | 300:- |
| Passiva medlemmar | 75:- |

Det känns konstigt

I år är det konstigt!

Hoppade över O-ringen i år, det har bara hänt en gång sedan 1971. Har i alla fall gjort 33 stycken så nästa år...

Det var för övrigt många andra i klubben som också hoppade O-ringen. Alla har sina skäl, men varför inte börja ladda redan nu för nästa år då vi inte har något VM att koncentrera oss på.

Det är lite upp och ner i klubben just nu. Ungdomarna stormar fram, flitiga på allehanda aktiviteter. Samma sak med våra elitlöpare, framförallt våra schweizare som förgyllt resultatlistorna i vår och sommar. Speciellt Matthias Müller med sina EM- och O-ringenframgångar (får se vad han kan göra i VM på "hemmaplan") och Michael Oswald som varit på plats i Norberg större delen av våren/sommaren.

Men vi "gamla" NOK-are har inte syns i så stort antal i resultatlistorna.

Vad det beror på kan vi ha olika åsikter om. Hursomhelst är det till sist upp till var och en att bestämma sitt deltagande.

Trots kommande VM-arrangemang där allas våra och andras krafter behövs (se VM-sidorna) hoppas jag att vi skall få ihop många lag till DM-budkväven och att det skall gå riktigt bra på den och andra tävlingar i höst. Så att vi kan komma tillbaka i tränings- och tävlingsskogen med full styrka 2005.

Nu koncentrerar vi oss på att genomföra vår andel i VM-arrangemanget och hoppas på att det eviga regnandet upphör så att vi också kan bjuda på strålande väder för alla gästerna från de 37 (hittills) anmälda länderna.

Johan

Ordförandens rader

NOK:s kommittéer och funktionärer, valda på årsmötet

OL-kommittén

| | |
|--------------------------|-------------------|
| Sammanställande (U-ansv) | Berith Larsson |
| Aktivas repr. | Camilla Sjökvist |
| Elitansvarig | Robert Larsson |
| Anm.ombud | Monica Wengrud |
| Skid-O-ledare | Henrik Hellgren |
| | Agneta Gustafsson |
| | Mats Andersson |
| | Niklas Gustafsson |

Motionskommittén

| | |
|-----------------|----------------------|
| Sammanställande | Ulf Magnusson |
| | Jan-Olov Andersson |
| | Inge Gottfridsson |
| | Kristina Stålnacke |
| | Kerstin Gottfridsson |
| | Egon Lundqvist |
| | Catrine Lundqvist |
| | Hans Bergström |

Arrangörskommittén

| | |
|-----------------|---------------------|
| Sammanställande | Leif Eriksson |
| Markkontaktman | Mats Bergman |
| | Lars-Olov Borking |
| | Hans-Åke Gustafsson |
| | Fredrik Larsson |

Kartkommittén

| | |
|-----------------|--------------------|
| Sammanställande | Elisabet Elmertoft |
| | Ola Andersson |
| | Thomas Gustafsson |

Stugkommittén

| | |
|----------------------|-------------------|
| Sammanst., Stugfogde | Per-Arne Eriksson |
| | Lars-Olov Borking |
| | Jan-Eric Hellgren |
| | Göran Eriksson |

Informationskommittén

| | |
|------------------------|-------------------------|
| Sammanst. NOK-nyttred. | Johan Källman |
| | Lasse Nordström |
| | Mikael Hjelm-Pettersson |
| | Karin Nordström |
| | Patrik Jansson |

Administrationskommittén

| | |
|-------------------------|-------------------|
| Sammanställande | Johan Källman |
| Skr. + Ledaransv. | Eva Pålsson |
| Kassör + Lotteriförest. | Kenneth Elmertoft |
| Klädansvarig | Elsie Eriksson |
| Materialförvaltare | Karl-Åke Eriksson |
| Skogsplantering | Ulf Magnusson |
| Sponsoransvarig | Jonas Gunnarsson |

Revisorer

| | |
|-----------------|----------------------------|
| Sammanställande | Owe Andersson |
| Revisor | Leif Svedberg |
| Suppleant | Madeleine Bäckman-Eriksson |
| Suppleant | Stig Wilhelmsson |

Valberedning

| | |
|-----------------|---------------------|
| Sammanställande | Göran Eriksson |
| | Hans-Åke Gustafsson |
| | Annelie Spolander |



Rasmus nöjd två i Västmanland Park Tour 2004

I vår har vi haft många flitiga deltagare med på VPT.

Fanny, Martina, Josefin, Rasmus och Amanda har varit med på alla fem deltävlingarna, Linda och Sara A har bara missat var sin.

Det var på tisdagskvällar med början i Västerås 11/5.

Många var ganska nervösa, det flesta har inte tävlat så mycket tidigare.

Bäst gick det för Rasmus som var mycket nöjd med sin 4:e plats i H12.

Vassast i NOKs D12 liga var sist startande Linda med en 9:e plats.

Deltävling 2, Hallstahammar. Barn och föräldrar stortrivs vid den vackra kanalen.

Rasmus skiner ikapp med solen när han lyckas knipa segern!

Amanda lyckas också bra med en 4:e plats. Dagens D12:a blev Fanny med en 7:e plats.

Deltävling 3 och Sprint DM i ett regningt Arboga. Sju barn ställde upp, men bara en enda tävlande i de äldre klasserna. Bäst gick det för Ida som blev 5:a, det här var ju lätt sa hon efteråt fast hon helst ville ha en skugga när hon skulle starta. Bra gick det också för Linda som blev 6:a tätt följd av Martina.

Deltävling 4, Skinnskatteberg. Vi fick med oss flera av våra nybörjare och Danielle gjorde comeback i D14, totalt var vi 16st. Alla var jätteduktiga trots att startpunkten spökade lite, var den kanske bakom starten? Den som lyckades allra bäst var Rasmus som blev 2:a.

Erika överraskade med en 3:e plats och Martina var vår bästa D12:a med en 5:e plats.

Final i Köping. Gårdagens spöregn har bytts mot en lagom skinande sol.

Arrangörerna fick problem när ett stort gammalt träd som skulle vara kontrollt sågades ner ett par dagar före tävling. Trädet fick ersättas av en plastgran med glitter och allt. Nästan alla är med i dag, till och med Maja fast bara som skugga.

Den här gången var det Jakob som lyckades bäst, han

Fanny Karlsson var en av NOK-ungdomarna som sprang alla VPT-tävlingarna 2004

blev 5:a och var nöjd med att ha slagit Rasmus. Ida gjorde åter en bra tävling och kom 6:a.

Rasmus var inte särskilt nöjd med att bli slagen av Jakob men blev desto gladare när det visade sig att han kom 2:a totalt i H12.

Barnen tycker att det här är en rolig tävlingsform och trots många sena kvällar och långa resor har vi haft en trevlig vår.

Lisa

Hytt-Haralds och Ungdomsläger

Lördag den 5 juni, skolan slutade i går, NOKs barn vill inte ha sovmorgon, de tycker att vi ska samlas kl 10 helst tidigare. Det ska bli Hytt-Haralds i Riddarhyttan. NOK har anmält fyra lag

Stigfinnarna: Camilla, Karin, Danielle, Belinda och Erika.

NOK-patrullen: Maja, Michael, Rasmus, Jan-Rune, Fanny

Skogsstjärnorna: Henrik, Lisa, Martina, Linda och Josefin.

Tigerungarna: Berith, Per A, Sara A, Ida och Amanda.

Vi tänker passa på att ha läger med barnen och ska sova över i militärtält efteråt.

Väl framme i Riddarhyttan börjar resningen av tältet, Erika bankar i alla pinnarna och tältet kommer snart på plats. Några passar på att ta ett dopp, andra provar pilbågsskytte.

Karin och Berith hade alla rätt på tipspromenaden, där det klurigaste var att sätta Ida i H10 och att veta vad ett myrlejon är. Medhavd lunch äts i gröngräset.

Sen blev det lagledar möte och då passade resten av lagen på att värma upp med lite 7-kamp bestående av bla puckkrullning, bågsskytte och golf.

Starten till Hytt-Haralds går nere vid hyttan. Alla lagledare får ta tag i varsin träbit, sen säger Don att "Nu har ni startat". Vad gör vi nu??

Det finns något i träbiten, hur får man ut det? Alla ruskar skakar och vickar, några börjar såga och banka. Don säger "titta på kartan". Där finns en figur som visar hur det går till.

Vi lyckas med ett sågblad som mothåll, många har slagit itu sina träbitar och ett lag ger sig iväg dit där ledtråden är ritad på kartan (långt bort). Nu blir det rusning, alla vill iväg. Andra ledtråden visar vägen bra men alla letar länge innan någon tillslut hittar den tredje som är gömd under bron. Men den är svår att förstå (ska inte användas än).

Tigerungarna får fram vart de ska och ger sig av långt bort i skogen.

Vi hittar ett mycket närmare ställa att leta på, men det är fel, vi har en till idé, men kollar udden där alla letar först, fel. Stigfinnarna håller sig till stigarna och tar sig fram i ett lugnt tempo, de är bland de första till nästa område men hittar inget där.

NOK patrullen är första lag som hittar CD spelaren där ledtråd 3 kan spelas, men spelaren startar inte och många lag har samlats när reserven är hämtad. Vi tycker ledtråden är solklar och skyndar iväg. Men vi ska inte längst in i viken som vi och flera med oss trodde utan till vikens mynning. Där väntar Hytt-must från Hedsmora källa och Hytt-choklad.

Efter en liten rast bär det av igen. Tigerungarna får nu äntligen syn på fler lag i skogen och är åter med i matchen.

Hur får man upp en låst postlåda? Nyckeln?? Ingjuten i amuletten! Bara att såga.

Frimärket på brevet säger allt, men det är säkrast att lösa det kryptiska meddelandet, koden hör inte dit. Snabbt iväg. När vi flåsat uppför backen löser vi nästa uppgift utan

problem, Josefin cyklade på den hängande cykeln. Nu är det bråttom, målet nästa.

Vi når hyttan som bästa NOK-lag på en 7:e plats. NOK patrullen är inte långt efter på en 9:e. Stigfinnarna och Tigerungarna kom lite senare som 13:e och 14:e lag.

Alla får en stor hamburgare. När alla lag är i mål är det dags att få upp skattkistan.

OKH som kom etta hittade nyckeln och fick upp kistan, inuti finns ett kassaskåp med kodlås. Fel kod! Nästa. Fel kod! Alla lag fick försöka, fel kod!

De lag som inte haft sönder sin träbit fick en till chans, totalt 5 lag. "ställ er i nummerordning". Henrik först sen Maja. Nu gäller det Henrik. Rätt kod! Hurra.

Sen gick vi den 150 m långa vägen till vårt läger. Bad, lek, kanot och båt och bastu.

Kvällsmat och till sist in i tältet, de flesta var trötta och det blev en lugn natt trots sällskap av några myggor.

På söndagen stegade vi och hade en kompassövning, sen en bana. Men vart tog flickorna vägen? Har de gått fel? Nej då, bara badat lite här och var.

De som inte var för våta och sandiga var med på KM i sandtagshoppning. Fjolårssegraren Per var lite försiktig pga vinterns skada och kom 2:a med 6 hopp. Lisa vann med 5,7 och Josefin gjorde en strong insats och kom 3:a på 6,5 hopp.

Lägret avslutades med lunch, tältrivning, mer bad och båtåkning.

Skogsstjärna

Tack till Jan och Andreas Qvick som satte ut våra kontroller när vi andra var på Hytt-Haralds.

Bra lådkavle av NOK - Men Sura starkast

Lådkavlen 12 Juni 2004 arrangerades förnämligt av NOK efter Västanforsvägen. Trots många bra lopp av NOK-arna blev det Surahammar som drog det längsta strået. Tuffast var Annelie Spolander som fick fel karta och sprang den längre förstasträckan.

Nybörjarna skötte sig bra och det gjorde också seniorerna på sista sträckan där Michael Oswald var imponerande snabb. Johan Källman tog också sträcksegern på första sträckan.

| plac | Klubb | Tid | Str.tid |
|------------------|-------|------------------|---------|
| Sträcka 1 | | | |
| 1 | NOK 4 | Johan Källman | 28,36 |
| 2 | OKH 3 | Ragnar Eriksson | 28,37 |
| 3 | OKH 2 | Ulf Kjellin | 28,39 |
| 4 | NOK 1 | Mats Bergman | 29,15 |
| 5 | NOK 5 | Ola Andersson | 29,18 |
| 11 | NOK 2 | Camilla Sjökvist | 31,03 |
| 14 | NOK 3 | Maja Nordström | 31,16 |

| plac | Klubb | Tid | Str.tid |
|------------------|--------|---------------------|-------------|
| Sträcka 2 | | | |
| 1 | SSOK 1 | Gunnar Munktelius | 51,02 21,32 |
| 2 | OKH 3 | Tomas Kjellin | 56,15 27,38 |
| 3 | NOK 4 | Rasmus Elmertoft | 57,30 28,54 |
| 4 | NOK 3 | Jan Andersson | 57,41 26,25 |
| 12 | NOK 2 | Lars-Erik Jernström | 62,33 31,30 |
| 13 | NOK 1 | Elisabet Elmertoft | 62,30 33,15 |
| 20 | NOK 5 | Annelie Spolander | 70,25 41,07 |

| plac | Klubb | Tid | Str.tid |
|------------------|--------|-----------------------|-------------|
| Sträcka 3 | | | |
| 1 | SSOK 1 | Viktor Öhlen | 66,00 14,52 |
| 2 | OKH 3 | Karl-Axel Stjernström | 72,00 15,45 |
| 3 | SSOK 2 | Lars Hedberg | 74,35 14,41 |
| 7 | NOK 3 | Karin Nordström | 81,50 24,09 |
| 8 | NOK 4 | Fanny Karlsson | 83,14 25,44 |
| 10 | NOK 1 | Josefine Ågren | 83,40 21,10 |
| 11 | NOK 2 | Jakob Ohlsson | 84,10 21,37 |
| 15 | NOK 5 | Agnetha Gustavsson | 90,10 19,45 |

| plac | Klubb | Tid | Str.tid |
|---------------------------------|--------|--------------------|--------------|
| Sträcka 4 (Slutresultat) | | | |
| 1 | SSOK 3 | Lars-Erik Carlsson | 115,45 40,49 |
| 2 | NOK 3 | Michael Oswald | 120,31 38,41 |
| 3 | OKH 3 | Anna Haglund | 123,08 51,08 |
| 4 | SSOK 1 | Anders Eriksson | 123,09 57,09 |
| 5 | NOK 2 | Tomas Gustavsson | 125,48 41,38 |
| 6 | OKH 2 | Robert Broström | 126,03 42,43 |
| 7 | NOK 1 | Fredrik Larsson | 126,15 42,35 |
| 8 | OKH 4 | Jonas Wikström | 126,17 46,42 |
| 9 | SSOK 2 | Joakim Thornell | 130,25 55,50 |
| 10 | OKH 1 | Roger Åsberg | 130,30 45,35 |
| 11 | NOK 5 | Ola Jernström | 131,30 41,20 |
| 12 | FOK 1 | Mikael Nilsson | 139,30 58,00 |
| 13 | NOK 4 | Robert Larsson | 141,32 58,18 |
| 14 | HOK 2 | Benneth Sundkvist | 143,35 53,30 |
| 15 | HOK 1 | Peter Kraft | 144,20 57,47 |
| 16 | SK T 2 | Ulf Johansson | 147,40 55,50 |
| 17 | FOK 3 | Alexander Eriksson | 153,00 61,54 |
| 18 | SSOK 4 | Gunnar Munktelius | 156,35 54,45 |
| 19 | SK T 1 | Mats Hållén | 164,35 73,13 |
| 20 | FOK 2 | Taisto Alatalo | Felst. |
| 21 | SK T 3 | David Stadig | Ej start |

Svagt Älg-Birgers av NOK - Här vann i stället Hedströmmen

NOK fick knappt ihop lag vid Älg-Birgers i Surahammar den 16 maj. OK Hedströmmen hade det bästa och jämnaste laget.

NOK fick en banseger och det var Mats Andersson som var snabbast på 4,7 km. Micke Oswald hade en dålig dag och blev bara trea på den längsta banan, 6,9 km.

Resultat:

- 1) OK Hedströmmen
- 2) Surahammars SOK
- 3) Norbergs OK

Tiomila - besvikelse för NOK - trots starka lag gick det mesta fel

Vid Tiomilaorienteringen i Kolmården började **NOK** bäst av norra länsdelens två lag i damklassen. **Lea Müller** sprang inspirerat och växlade efter den första sträckan på en sensationell **tolfte plats** bland de 380 lagen. OKH:s Anna Haglund växlade på 200:e plats.

På den andra sträckan sprang för NOK **Lea Wegmüller** och hon fortsatte på den inslagna vägen. Uppmuntrad av sin schweiziska landsmaninnas fina öppning höll hon nästan tatkänningen – kom in på 19:e plats.

OKH:s Linda Larsson lyfte sitt lag till 122:a plats.

På den tredje sträckan föll NOK med Kristin Jarlekrantz till 113:e medan OKH gick upp till 92.

På den fjärde sträckan växlade Kerstin Haglund i OKH som 70:e lag. NOK med Maja Nordström fortsatte kräftgången och var nu på 122:a plats.

På den sista sträckan sprang Cecilia Einarsson för OKH in på 75:e plats.

I NOK avslutade Camilla Sjökvist med att föra in NOK på 137:e plats. Ett fall framåt för de unga NOK-tjejerna.

Inte helt oväntat tog Ulricehamns OK hem segern. Detta efter att Jenny Johansson gett laget ledningen på den fjärde sträckan. Sedan avslutade Suveräna Simone Niggli-Luder till säker seger före norska Bäckelaget.

I herrkavlen hade Norbergs OK förhoppningar om att förbättra fjolårets fina 71:a plats. Och det började ganska bra.

Startmannen Benno Schuler öppnade friskt men strax före varvningen stämpelade han vid fel kontroll, upptäckte det vid nästa och fick vända tillbaka. Det här blev på något sätt typiskt för NOK:s insats. Mängder av missöden gjorde att det i stället för en förbättring blev ett betydligt sämre än förra året. En 169:e plats var klubben inte alls nöjd med.

Utrustningsfel – två pannlampor som krånglade, en missad växling och några rejäla bomlopp förstörde allt hopp om en framskjuten placering.

Coachen Robert Larsson var egentligen bara nöjd med tre löpare.

Matthias Müller gjorde en strong insats på "långa natten", **Johan Millinger** på den sjunde sträckan sprang överraskande bra och slutmannen **Michael Oswald** imponerade genom ett inspirerat lopp på slutsträckan. **Fredrik Larsson** på den tredje sträckan gjorde också ett hyggligt lopp, men en fotvrickning drog ner farten för honom.

Slaget om segern blev ganska odramatiskt. Halden från Norge var alltför överlägset. Med nästan idel landslagslöpare från Norge, Finland och Sverige tog man täten på den tredje sträckan. En ledning som man aldrig släppte, ja man behövde inte ens vara oroliga.

Årets Tiomila blev ovanligt utdraget. Terrängen var verkligt utslagsgivande och det var länge sedan det uppstod så stora tidsskillnader. Det ihärdiga regnet på sennatten gjorde också att det blev både halt, kallt och tungsprunget i den tuffa terrängen i närheten av Kolmårdens djurpark.

Resultat Tiomila:

Damer (381 startande)

1) Ulricehamns OK, 3:28:22, 2) Bäckelaget SK, 3:30:21, 3) Soik Hellas, 3:31:20, 4) IK Hakarpspojkar, 3:31:26, 5) OK Ravinen, 3:31:37, 75) OK Hedströmmen (Anna Haglund, Linda Larsson, Hanna Wikberg, Kerstin Haglund, Cecilia Einarsson) 4:10:20, 137) Norbergs OK (Lea Müller, Lea Wegmüller, Kristin Jarlekrantz, Maja Nordström, Camilla Sjökvist) 4:26:03

Herrar (392 startande) 1) Halden Skiklubb, 11:52:32, 2) Kalevan Rasti, 12:02:12, 3) Södertälje-Nykvarn, 12:09:59, 4) Tampereen Pyrintö, 12:10:11, 5) Delta, 12:12:08, 169) Norbergs OK (Benno Schuler, Hannes Friedrich, Fredrik Larsson, Patrik Jansson, Matthias Müller, Johan Källman, Johan Millinger, Johan Holm, Ulf Eriksson, Michael Oswald, 15:54:53



Structor
HULTHÉN STRÄTH AB
Byggsprojektering och Bygglledning
Örebro Fagersta
Tele 019-676 26 00 Tele 0223-475 90
Fax 019-676 26 29 Fax 0223-475 99



SWEROCK



www.tandvaardsgruppen.nu



WINTECH
KVALIFICERAD ELEKTRONIKPRODUKTION
FAGERSTA, Tel: 0223-420 50
www.wintech.se



noname

Något bättre i Jukola -mer än 1000 lag efter NOK

| Str | Löpare | Placering | Ändr | Tot. tid på str | Skillnad | Placering | Str.tid |
|-----|-----------------|-----------|------|-----------------|----------|-----------|---------|
| 1 | Michael Oswald | 70 | | 1.13.47 | +2.03 | 70/1295 | 1.13.47 |
| 2 | Fredrik Larsson | 71 | 1 | 2.26.19 | +9.10 | 90/1275 | 1.12.31 |
| 3 | Johan Millinger | 186 | 115 | 4.06.01 | +34.56 | 540/1255 | 1.39.42 |
| 4 | Per Janzon | 155 | -31 | 4.44.34 | +38.20 | 70/1233 | 38.32 |
| 5 | Robert Larsson | 187 | 32 | 5.33.41 | +53.16 | 442/1204 | 49.07 |
| 6 | Patrik Jansson | 228 | 41 | 7.00.48 | +1.21.32 | 514/1181 | 1.27.07 |
| 7 | Johan Holm | 259 | 31 | 8.41.19 | +1.49.28 | 438/1137 | 1.40.30 |

Fredrik bäste NOK-are i Oringen

Fredrik Larsson var den NOK-are som lyckades bäst under årets O-ringen i Göteborg. Fredrik blev 4:a i klassen H21K.

Rasmus Elmertoft gjorde också en bra vecka i klassen H11.

Glädjande också att Viktor Funcke är tillbaka efter att ha tillbringat våren och sommaren i Amerika. Viktor vann Direkt-8 den sista dagen.

Matthias Müller som tävlade i Super-Elit gjorde ett bra 5-dagars men från sin fina 21:a plats efter fyra dagar orkade han inte fullfölja sista dagen.

EM-veckan direkt följd av O-ringen blev i tuffaste laget.

Här är NOK-arnas totalresultat samt etapp 5.

| Klass | Pl | Namn | Tid | Tid+ | E5pl | E5tid | E5tid+ |
|-------|-----|--------------------|----------|--------|------|----------|--------|
| H21SE | | Matthias Müller | Ej godk. | | | Ej godk. | |
| H21 E | 43 | Michael Oswald | 406:14 | 61:52 | 60 | 84:04 | 16:04 |
| H21 E | | Hannes Friederich | Ej start | | | Ej start | |
| D65 | 19 | Monica Wengrud | 249:26 | 84:43 | 34 | 59:01 | 27:07 |
| D35 M | 22 | Carina Bergman | 260:14 | 91:46 | 28 | 56:04 | 19:30 |
| D35 M | 23 | Elisabet Elmertoft | 261:53 | 93:25 | 33 | 58:25 | 21:51 |
| D21 | | Irene Raeber | Ej start | | | Ej start | |
| D18 L | 45 | Camilla Sjökvist | 279:03 | 38:29 | 18 | 51:33 | 5:53 |
| D18 L | | Maja Nordström | Ej godk. | | | Ej start | |
| U1 | 84 | Amanda Elmertoft | 117:41 | 50:19 | 98 | 22:25 | 9:31 |
| Ö4 | 30 | Karin Nordström | 332:58 | 167:34 | 39 | 65:37 | 37:40 |
| D45 K | 98 | Berith Larsson | 273:49 | 124:52 | 104 | 60:10 | 30:24 |
| H11 | 54 | Rasmus Elmertoft | 138:47 | 45:21 | 17 | 18:03 | 2:05 |
| H17 N | 11 | Andreas Bergman | 309:53 | 86:15 | 15 | 72:59 | 31:32 |
| H21 K | 4 | Fredrik Larsson | 217:47 | 14:54 | 6 | 47:02 | 3:04 |
| H21 K | 53 | Johan Ahlbäck | 274:11 | 71:18 | 52 | 54:45 | 10:47 |
| H21 K | 116 | Robert Larsson | 325:11 | 122:18 | 107 | 61:58 | 18:00 |
| H40 K | 76 | Mats Bergman | 245:59 | 54:04 | 83 | 53:38 | 12:14 |
| H21-2 | 33 | Patrik Thoma | 302:22 | 57:20 | 14 | 62:51 | 6:33 |
| H21-2 | 116 | Henrik Hellgren | 420:15 | 175:13 | 134 | 93:50 | 37:32 |
| Dir8 | | Viktor Funcke | | | 1 | 37:39 | 0:00 |
| Dir9 | | Per Janzon | | | 25 | 59:01 | 11:39 |
| Dir9 | | Hannes Friederich | | | 49 | 64:35 | 17:13 |

Läs mer på www.oringen.com samt på NOK:s hemsida

Matthias sensation i Super-Elit!

Matthias Müller såg till att sätta Norbergs OK ordentligt på Göteborgspublikens hornhinnor. Matthias inledde årets femdagars med att springa in på en mycket fin 6:e plats Super-Elit, med de flesta världstjärnorna på plats! Matthias ledde när han kom i mål, men fick till slut se sig besegrad av Tobias Noborn, OK Orion. En härlig start på O-ringen.

H21 SuperElit 2620 meter40 anmälda - Prolog

| | | |
|---|-------------------------------------|---------|
| 1 | Tobias Noborn, OK Orion | 15:26.0 |
| 2 | Valentin Novikov, Delta | 15:29.0 |
| 3 | Peter Hemmyr, Södertälje-Nykvarn | 15:57.0 |
| 4 | Peter Öberg, OK Hällén | 16:10.0 |
| 5 | Toni Louhisola, Turun Metsänkävijät | 16:26.0 |
| 6 | Matthias Müller, Norbergs OK | 16:30.0 |

Oswald tog etappseger i Eskilstuna Weekend

Det var på den tredje etappen i tredagarstävlingen i Eskilstuna, som Michael slog till i klassen H21 Lång och vann etappen med fyra sekunder tillgodo på tvåan.

Totalt slutade Michael på elfte plats, slagen av Tomas Hallmén, OK Tisaren, med nästan sju minuter. På de två första etapperna gick det inte fullt så bra för Michael.

AEB
 RÖR AB
 0240-180 00
 UTFÖR RÖRENTREPNERADER
 ÖVER HELA SVERIGE

B
BERG &
BYGGTEKNIK
 I NORBERG AB

SBE BrikettEnergi

Brodyr
 III design


 Ing.F:a Erik Dahlin AB
 Spårnarhyttan, S-738 92 NORBERG
 Tel. 0223-222 00 • Fax. 0223-220 90

 Erikslunds
 Åkeri AB

Flügger
 färg
 Gunnarssons Färg
 Elverksgatan 1 Tel: 0223-232 30

 • Trappor
 • Betongelement
Forsellstrappan
 Bergvägen • 738 21 Norberg
 Tel: 0223-209 10 • Fax: 0223-233 52
www.forsells prefab.se

Många nybörjare i 3-dagars

Detta års arrangörer tackar för god uppslutning och bra väder.

Extra kul var att se så många Nybörjare i målfållan!!

Vi lämnar över uppdraget med stort förtroende till **Nästa års arrangörer, som är:** Egon Lundkvist, Lars Holm, Thomas Gustafsson, Camilla Sjökvist och Eva Pålsson

Janne Hellgren, Inge Gottfidsen, Hans Bergström, Per Janzon och Robert Hellgren.

Vi tackar också våra familjemedlemmar som varit med och hjälpt till!

Resultat 3-dagars 2004

Nybörjare

| | | | |
|----|--------------------|-----|-------|
| 1 | Jan-Rune Qvick | SKT | 20.12 |
| 2 | Linda Öström | NOK | 19.00 |
| 3 | Martina Karlsson | NOK | 21.28 |
| 4 | Albin Blom | NOK | 23.04 |
| 5 | Josefin Ågren | NOK | 22.44 |
| 6 | Sara Andersson | NOK | 26.38 |
| 7 | Erika Hernlund | NOK | 26.07 |
| 8 | Fanny Karlsson | NOK | 24.27 |
| 9 | Amanda Elmertoft | NOK | 26.24 |
| 10 | Angelica Meths | NOK | 28.03 |
| 11 | Ida Wenggren | NOK | 24.31 |
| 14 | Sofia Andersson | NOK | 30.06 |
| 15 | Tess Bölja | NOK | 37.28 |
| 16 | Kim Bölja | NOK | 37.20 |
| 17 | Danielle Backström | NOK | 33.09 |
| 18 | Mirelle Wallin | NOK | 32.42 |

3 km Lätt

| | | | |
|---|--------------------|-----|-------|
| 1 | Rasmus Elmertoft | NOK | 31.27 |
| 2 | Elisabet Elmertoft | NOK | 30.32 |
| 3 | Catrin Lundkvist | NOK | 58.22 |
| 6 | Åse Jansson-Blom | NOK | 58.02 |
| 7 | Eva Pålsson | NOK | 57.29 |

3 km Svår

| | | | |
|----|-------------------|-----|-------|
| 1 | Sören Wahlström | FOK | 37.13 |
| 2 | Dag Axelsson | SKT | 41.37 |
| 3 | Jan Qvick | SKT | 40.26 |
| 4 | Agneta Gustafsson | NOK | 41.21 |
| 5 | Egon Lundkvist | NOK | 42.05 |
| 10 | Anneli Spolander | NOK | 44.57 |
| 15 | Berith Larsson | NOK | 66.44 |
| 17 | Ulf Magnusson | NOK | 72.53 |

5,5 km Svår

| | | | |
|----|-------------------|-----|-------|
| 1 | Thomas Gustafsson | NOK | 41.28 |
| 2 | Jonas Vikström | OKH | 48.47 |
| 3 | Mats Andersson | NOK | 49.33 |
| 5 | Johan Källman | NOK | 56.54 |
| 6 | Camilla Sjökvist | NOK | 66.47 |
| 7 | Leif Svedberg | NOK | 66.00 |
| 10 | Lars Holm | NOK | 80.11 |
| 11 | Ola Andersson | NOK | 76.53 |

Matthias och Benno NOK-are i EM

Två NOK-schweizare deltog med den äran i Europamästerskapen som avgjordes i Roskilde i Danmark veckan före O-ringen.

Medeldistans

Matthias Müller sprang mycket starkt. Han blev för dagen bäste schweizare och slutade på en jättefin 16:e plats. Müller gjorde ett stabilt lopp utan egentliga bommar och visade god styrka mot slutet av loppet.

Sprint

Ett suveränt kvallopp och en ödesdiger finalmiss – det blev resultatet för Matthias Müller vid EM-sprinten.

Matthias öppnade sitt kvalrace på onsdagsmorgonen på bästa sätt. Var hela tiden bland de tre bästa och större delen i knapp ledning. Vid de två näst sista kontrollerna låg han i delad ledning med svenske Johan Modig för att i spurten gå ifrån med en (!) sekund.

Finalloppet började Matthias lite lugnare men vid den sjätte kontrollen låg han på en fin sjätteplats, bara sju sekunder efter Emil Wingstedt som då tagit ledningen. På den sjunde kontrollen kom en miss på drygt 20 sekunder och låg 20:e vid den 14:e kontrollen. Men sedan kom det stora misstaget.

-Jag sprang helt enkelt förbi den 15:e kontrollen och gick direkt på nummer 16. Ett förfärligt misstag, säger en klart besviken Matthias som diskades.

Långdistans

Benno Schuler, NOK:s andre EM-löpare kvalade in till A-finalen. Det gick hyggligt för Benno. Han slutade på 37:e plats.

Matthias Müller gjorde åter ett starkt lopp och vann B-finalen.

Stafett

Schweiz lyckades inte alls i stafetten. Men Matthias i förstalaget gjorde en mycket stark andra sträcka i laget som blev 22:a. Benno i andralaget, som var placeringen efter, sprang förstasträckan men var hela åtta minuter efter.

Handelsbanken
www.handelsbanken.se
NORBERG, tel. 217 10

AB KARL HEDIN SÅGVERK
KARBENNING

Kärrgruvans
Kursgård
"LÖPARGÅRDEN"

Bergslagens LBC

Transportvägen 7, 737 30 FAGERSTA
Tel. 0223-475 60 • Fax. 0223-475 75
www.bergslagenslbc.se

NCC

noname

NORBERGS
GLASMÄSTERI AB

Välkommen till

NORBERG

www.norberg.se

Höstens Tävlingsprogram

Det är ganska ont om tävlingar på nära håll i höst. Förutom VM och alla publiktävlingarna där är det OK Hedströmmen med budkavle-DM samt Ung-VM tävlingarna inom distriktets gränser.

Men visst skulle det vara kul att se lite fler NOK-are på de tävlingar som ändå finns. Det var lite tunt med deltagandet i våras.

Så kolla igenom tävlingsprogrammet, pricka för det du skall springa och kom ihåg att anmäla dig genom Internet och Klubben On-line.

Har du inte tillgång till Internet, kontakta Birgitta på kansliet så hjälper hon till.

Pricka in speciellt **söndagen den 5 september** då det är **budkavle-DM och lördagen den 9 oktober** då det är **25-manna**.

Hjälp till att få många NOK-lag då så vi kan visa att vi håller ställningarna!

Augusti

| | | | |
|-------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------|
| 10 | Storviks IF | Storviks-Natt 2004 | Natt |
| 14 | Avesta OK | DOF Kaveln | Budkavle |
| 14 | Härnösands OK | SM-Klassiskt, Kval | Klassisk |
| 14 | Sundsvalls OK | Veteran-RM Kortdistans | Kort |
| 15 | Sundsvalls OK | Veteran-RM Klassisk | Klassisk |
| 15 | Härnösands OK | SM-Klassiskt, Final | Klassisk |
| 17 | Fagersta OK | KM | Klassisk |
| 17 | Sidensjö IK | SM-Natt | Natt |
| 20 | Skogslöparna | SM-Kort Kval | Kort |
| 21 | Skogslöparna | Kort SM, Final | Kort |
| 21 | Skogslöparna | SM-Kort Final | Kort |
| 21 | Valbo AIF | | Kort |
| 22 | Valbo AIF | | Klassisk |
| 22 | OK Nolaskogsarna | SM-Budkavle | Budkavle |
| 22 | Solna OK | | Klassisk |
| 22 | Västerås SOK | Ung VM | Ungdomstävling |
| 28 | Stora Tuna IK | DM, Kort Västmanland | Kort |
| 29 | Arboga OK | Dag-DM Västmanland | Klassisk |
| 31 | Sala OK | Ung-VM delat | Ungdomstävling |
| Sept | | | |
| 03 | Västerås SOK | Natt-DM | Natt |
| 05 | OK Hedströmmen | DM-budkavle | Budkavle |
| 11 | VM 2004 | Sweden WOC-tour 2004-1 | Sprint |
| 11 | IFK Hedemora OK | | Klassisk |
| 12 | VM 2004 | VM, långdistans, kval | Klassisk |
| 13 | VM 2004 | Sweden WOC-tour 2004-3 | Kort |
| 13 | VM 2004 | VM, medeldistans, kval | Kort |
| 15 | VM 2004 | VM, sprint, kval och final | Sprint |
| 16 | VM 2004 | VM, långdistans, final | Klassisk |
| 16 | VM 2004 | VM, trail-O, dag1 | Precisionsorientering |
| 16 | VM 2004 | Sweden WOC-tour 2004-4 | Klassisk |
| 17 | VM 2004 | Sweden WOC-tour 2004-5 | Sprint |
| 17 | VM 2004 | VM, trail-O, dag 2 | Precisionsorientering |
| 18 | Västerås SOK | Ung-VM Final | Ungdomstävling |
| 18 | VM 2004 | VM, medeldistans, final | Kort |
| 18 | VM 2004 | Sweden WOC-tour 2004-6 | Klassisk |
| 19 | VM 2004 | VM, stafett | Budkavle |
| 24 | OK Klemmingen | Patrull Natten | Natt |
| 26 | Kvarnsvedens GoIF OK | | Klassisk |
| 26 | Nynäshamns OK | Nynäshamns OK | Klassisk |
| Okt | | | |
| 02 | Hällefors OK | Hällefors OK Klassisk | Klassisk |
| 02 | OK Österåker | Österåkerskavlen | Ungdomskavle+kort |
| 03 | Hällefors OK | | Kort |
| 03 | Täby OK | | Klassisk |
| 09 | OK Ravinen | 25manna | Budkavle |
| 10 | Tullinge SK | 25-manna-korten | Kort |
| 16 | Finland | Halikko | Budkavle |
| 16 | Karlsbyhedens IK | Daladubbeln | Budkavle |
| 17 | Karlsbyhedens IK | Daladubbeln | Ungdomstävling |
| 23 | OK Enen | Oktober-Racet | Kort |
| 30 | OK Njudung | Smålandskavlen | Budkavle |
| Nov | | | |
| 06 | OK Rodhen | Rodhenloppet | Natt |

**Norbergs
Plåtslageri HB**

Kallmobergsvägen 1, 736 50 Norberg • Mobil 073-181 98 80
Tel. 0223-202 80 verkstad • 0223-235 62 bostad

NORBERGS
SPORT & FRITID

Norbergs-Tryckeriet AB

Box 35, 738 21 Norberg
Tel: 0223-228 00 • Fax: 0223-233 43
norbergs.tryckeriet@telia.com

ROMMIG ALPIN

SECO

Seco Tools AB, 737 82 Fagersta,
tel 0223 40 000, fax 0223 718 60

Frihandblåst glas
från egen hytta

SJÄLAGLAS

www.sjalaglas.se

AB SPÅRBYGGNADER

STORAENSO

Nu är VM nära!

Nu har nedräkningen mot VM gått in i slutfasen. Otaliga timmar har redan lagts ner i förberedelserna. Det är en minutiös planering som behövs för att VM i Västmanland skall bli tidernas bästa VM.

För NOK:s del är det framförallt Långdistansen som avgörs med TC i Västervåla som är huvuduppgifterna. Krister Johansson är "tävlingsledare" med Leif Eriksson som biträdande. De har hittills lagt ner enormt med arbete och mera blir det de närmaste veckorna. Men det är flera NOK-are som har övergripande tunga uppgifter för hela VM-veckan. Robert Larsson med flera är tungt engagerad i IT-gruppen och Johan Källman med flera i Mediagruppen.

Men alla NOK-ares insatser kommer att vara viktiga, speciellt under tävlingsveckan. Det blir dagsverkestimmar som räknas klubben tillgodo när inkomsterna fördelas.

Nedan finns en sammanställning över de NOK-are som bokats upp för uppdrag under VM. Skulle du sakna ditt namn eller har du möjlighet att hjälpa till på ytterligare poster går det bra att kontakta Krister.

VM-Nytt

Antalet nationer som kommer till start vid höstens VM ökar. När den officiella anmälningstiden gått ut hade 34 nationer anmält sig, men VM-arrangörerna har ännu inte stängt dörren. Just nu är det 37 nationer anmälda av 43 möjliga (det krävs fullt medlemskap i Internationella Orienteringsförbundet, IOF, för att delta).

- Vi hoppas fortfarande på ytterligare några nationer, då vi har fått samtal från några som eventuellt vill delta, berättar generalsekreteraren Lars Jakobsson.



VM 2004
 ORIENTERING
 11-19 SEPTEMBER
SVERIGE
 VÄSTERÅS

Program för VM (WOC)

Lör 11/9 Modelltävling + Invigning
 Sön 12/9 Långdistans (kval)
 Mån 13/9 Medeldistans (kval)
 Tis 14/9 Modelltävling + Vilodag
 Ons 15/9 Sprint (kval + final)
 Tor 16/9 Långdistans (final), Trail-O
 Fre 17/9 Vilodag, Trail-O dag 2
 Lör 18/9 Medeldistans (final)
 Sön 19/9 Stafett

FAMILJEDAG

för alla glada NOKare

I Nordansjö Söndagen den 15/8
från kl 14

Det blir lite olika aktiviteter tex
tipsfrågor, fika, brännboll mm.

Kanske lite Cykelorientering

Framåt kvällningen tänder vi grillen
och dukar upp för grillknyttis.

Varmt välkomna

Dags för KM

Fagersta OK inbjuder klubbarna i
Norra Regionen inklusive Hallstaham-
mars OK till Dag-KM

Tisdagen den 17 augusti

Samling: Vägvisning, skärm, från vägen Fa-
gersta – Ängelsberg.

Parkering på skogsväg. Samåk!

Start: Första start kl 18 00.

Avstånd TC – start 100 m.

Karta: Skala 1: 10 000; ekv. 5 m.

Banor:

1. 2200 m vit
2. 3300 m violett
3. 4650 m blå
4. 6500 m blå

Stämplingssystem: Emit. Angiv behov av hyr-
brickor vid anmälan. Kostnad för hyra 20:-

Startavgift: 35 kr per deltagare.

Anmälan till Kansliet eller till:

Gösta Hansson,

Uddnäs vägen 1, 73740 Fagersta

Tel. 0223-17304

senast onsdagen den 11 augusti.

Dusch: Saknas. Vid eventuellt uppehållsväder
medtag eget tvättvatten.

**Välkomna till tävling i vår VM-liknande
terräng**

Kulturvandringen

När TV 4s Farmen dragit vidare mot skärgården kunde man
nu vandra vägen till Norn igen utan att störa inspelningarna.
Vilket också var målet för årets Kulturvandring.

Det kom dessvärre inte så många som man kunde hoppats
på och vi blev bara sju: Ulf och Solveig Magnusson, Kerstin
Kloo, undertecknad, två taxar och en schäfer. Men vi hade
det roligt i alla fall, och med fint väder, matsäck och många
trevliga raster kom vi både till Norn och tillbaka.

Karin Nordström

Tipspromenaderna ...

... startar söndagen den 26 september.

Sedan på går de 7-8 söndagar beroende på väder och
hugade arrangörer.

Alla, både klubbmedlemmar och andra välkomnas. Fika
ingår i den blygsamma startavgiften

Naturpasset pågår ...

...t o m 31 augusti.

Ulf har gått hopp om att deltagandet skall bli bättee än
förra året och gå över 300 sålda paket.

Fina vinster att kapa hem, bl a en cykel.

Engelbrekt-Sommar

Som vanligt genomfördes Engelbrekt-Sommar helgen
efter Midsommar. Deltagarantalet totalt minskade margi-
nellt, men glädjande nog var det en ökning i knatteklas-
sen. Till nästa år blir det nog ytterligare en ungdomsgrupp
för de något äldre ungdomarna som tycker att 5 km är för
långt. Vi plaenerar i alla fall för detta.

Och så får vi ta oss i kragen för att försöka göra Stafetten
mer känd. Det finns potential för både "gamla" lag och de
nya som kommit till är alla positiva och tycker att det är
ett trevligt arrangemang. Nyheter är i alla fall på gång.

Guinness-rekord

I samband med avslutningen av Norbergsdagarna sattes
ett prydligt världsrekord i Norberg. Aldrig tidigare har så
många med en Orts namn som efternamn samlats på
orten och samtidigt spelat in en sång. Hela 581 Norberg-
are från hela landet hade samlats. Mest exotisk var nog
den familj från en gammal svenskby i Ukraina (bosatta
sedan några år i Stockholm) som kommit.

Naturligtvis ställde ett antal NOK-are (dock ingen med
efternamnet Norberg) upp som "bokstavsvärdar inför
fotograferingen.

Stugvärdlista:

Instruktion finns i mappen som lämnas över vid värdbyte.
 Byte på måndagar.

Städlista i NOK-stugan.

Vidstående kommittéer har ansvaret för städningen i NOK-stugan. Städningen skall göras före den sista i månaden.

| | |
|-----|--------------------|
| JAN | OL-kommittén |
| FEB | Motionskommittén |
| MAR | Arrangörskommittén |
| APR | Kartkommittén |
| MAJ | Stugkommittén |
| JUN | OL-kommittén |
| JUL | OL-kommittén |
| AUG | Motionskommittén |
| SEP | Arrangörskommittén |
| OKT | Kartkommittén |
| NOV | Stugkommittén |
| DEC | Stugkommittén |

Öppettider

Klubbstugan är öppen och basturna varma följande dagar (helgdagar kan det vara annorlunda) och juli är det helstängt.

| | | |
|-----------|-------|---|
| Tisdagar | 18-21 | Under skidsäsongen är elljusspåret belyst alla dagar från skymning till 22.30 |
| Torsdagar | 18-21 | |
| Lördagar | 13-16 | |

| V:a | Byte | Namn | Telefon |
|------|--------|------------------------|---------|
| 2004 | | | |
| 30 | 19-jul | Rune Andersson | 20740 |
| 31 | 26-jul | Bengt Lindberg | 20926 |
| 32 | 02-aug | Jan Åhs | 22642 |
| 33 | 09-aug | Sören Linder | 21176 |
| 34 | 16-aug | Göran Eriksson | 22693 |
| 35 | 23-aug | Krister Johansson | 22402 |
| 36 | 30-aug | B-O Fjellman | 21811 |
| 37 | 06-sep | Jean Stenberg | 20756 |
| 38 | 13-sep | Sven-Olov Pettersson | 22666 |
| 39 | 20-sep | Åsa Lindfors | 22943 |
| 40 | 27-sep | Annelie Spolander | 23210 |
| 41 | 04-okt | Hans-Åke Gustavsson | 22977 |
| 42 | 11-okt | Inge Gottfridsson | 21928 |
| 43 | 18-okt | Leif Sundh | 22131 |
| 44 | 25-okt | Jan-Erik Hellgren | 22337 |
| 45 | 01-nov | J-O Andersson | 22709 |
| 46 | 08-nov | Lars-Erik Jernström | 23095 |
| 47 | 15-nov | Lars-Olov Borking | 25054 |
| 48 | 22-nov | Bror Thonander | 20833 |
| 49 | 29-nov | Sven Fredriksson | 71902 |
| 50 | 06-dec | Ola Andersson | 61270 |
| 51 | 13-dec | H-I Pettersson | 22917 |
| 52 | 20-dec | Leif Svedberg | 22360 |
| 53 | 27-dec | Madde Bäckman-Eriksson | 23046 |

Informerade om SM 2005

Vi gratulerar följande NOK-are som fyllt eller snart fyller år:

| | | |
|----------------------------|--------------|---------------|
| <i>Hilding Westerlund</i> | <i>80 år</i> | <i>2 jun</i> |
| <i>Bror Thonander</i> | <i>80 år</i> | <i>24 aug</i> |
| <i>Lennart Forsman</i> | <i>80 år</i> | <i>8 okt</i> |
| <i>Karin Magnusson</i> | <i>80 år</i> | <i>20 okt</i> |
| <i>Karin Lindberg</i> | <i>60 år</i> | <i>15 jul</i> |
| <i>Hans-Åke Gustafsson</i> | <i>50 år</i> | <i>28 aug</i> |
| <i>Ulf Eriksson</i> | <i>30 år</i> | <i>24 jun</i> |

Knep och knåp

I förra numret gällde det att tippa NOK:s placering i 10mila.

Ingen vågade tippa varför det inte delas ut något pris

Kanske det blir fler svar den här gången.

Grattis!

Tippa VM

Det är snart dags för VM där NOK har en viktig funktion vid den klassiska distansen.

Hur många funktionärer lyckas NOK mobilisera till detta det viktigaste arrangemanget i år?

Ledtråd finns i det här numret av NOK-nytt. Men det blir nog ytterligare ett antal.

Svar skickas till informationskommittén.

**Lasse Nordström, Järnvägsgatan 27
732 30 NORBERG**

e-post: Lars.Nordstrom.0815@student.uu.se

Pricka in intressanta datum i din egen kalender. Du som är utsedd att ordna träning eller annat, kolla genast att du kan, eller byt med någon annan!

Sätt upp en lapp i luckan vid NOK-stugan och **meddela Kansliet** så skickar Birgitta vidare till **Fagersta Posten** som ska föra in den under klubbnotis dagen innan träningen.

E-postadress till Kansliet: engelbrektsloppet@swipnet.se E-post till FP: redaktionen.fp@ingress.se

Det ska stå var och när träningen är och vilka banor man kan välja på.

För även in på aktiviteter på NOK:s hemsida: **www.idrott.nu/norbergsok**