



## Många NOK:are aktiva på Engelbrektsloppet



Berith och Elsie vid NOK:s matkontroll i Nordansjö.

FOTO: VIKTOR FUNCKE



Astrid Matsdotter i Lilla Engelbrektsloppet och Camilla Sjökvist i stora.

Sidan 9



**Kom ihåg tävlingarna den 1:a och 2:a maj.**

Sidan 8

## ANSVARIG UTGIVARE

Johan Källman  
0223-17754

## REDAKTION

Johan Källman  
Elisabet Elmertoft  
Thomas Gustafsson  
Mats Bergman  
Martina Karlsson

## GRAFISK FORM

Malin Björkqvist

## UPPLAGA

cirka 200 exemplar

## BIDRAG TILL NOK-NYTT

Johan Källman  
Ljungv. 9  
737 33 Fagersta  
johan.kallman@secotools.com

## ADRESS

Norbergs OK  
Engelbrectsgatan 73  
738 31 Norberg

## TELEFON

kansli: 0223-20419  
NOK-stugan: 0223-23475

Postgiro 112896-6  
Bankgiro 5750-8947

## HEMSIDA

www.norbergsok.se

## STÄDLISTA I NOK-STUGAN

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

<b>JAN</b>	<b>OL-KOMMITTÉN</b>
<b>FEB</b>	<b>MOTIONS-</b>
	<b>KOMMITTÉN</b>
<b>MAR</b>	<b>ARRANGÖRS-</b>
	<b>KOMMITTÉN</b>
<b>APR</b>	<b>KARTKOMMITTÉN</b>
<b>MAJ</b>	<b>STUGKOMMITTÉN</b>
<b>JUN</b>	<b>OL-KOMMITTÉN</b>
<b>JUL</b>	<b>OL-KOMMITTÉN</b>
<b>AUG</b>	<b>MOTIONS-</b>
	<b>KOMMITTÉN</b>
<b>SEP</b>	<b>ARRANGÖRS-</b>
	<b>KOMMITTÉN</b>
<b>OKT</b>	<b>KARTKOMMITTÉN</b>
<b>NOV</b>	<b>STUGKOMMITTÉN</b>
<b>DEC</b>	<b>STUGKOMMITTÉN</b>

## Årets NOK:are 2008 - Krister Johansson

Krister Johansson fick kannan av Elisabet Elmertoft med motiveringen att han gjort ett storverk för klubben genom att planera och driva fram projekt Elljusspår – inte bara till ett jättebra och

färdigt spår utan också med god ekonomi.

Sedan har han dessutom axlat kassörsposten.

## Styrelsens sammansättning

Ordförande: Lars Holm 21793

Sekreterare: Eva Pålsson 22296

Kassör: Krister Johansson 22402

SOL: H-Å Gustafsson 22977

SOL: Elisabet Elmertoft 25121

Motion: Jan-Eric Hellgren 22337

Arr: Mats Bergman 20385

Karta: Thomas Gustafsson

Stuga: Per-Arne Eriksson 23046

## Kommitéernas sammansättning

### SOL-kommittén

Hans-Åke Gustafsson, sammank.

Elisabet Elmertoft, styrelsen

Monica Wengrud

Robert Larsson

Per Andersson

Lars-Olof Borking

Johan Källman

Mikael Pettersson-Hjelm

Jan Åhs, klädansvarig

Fredrik Larsson

Leif Eriksson

Viktor Funcke

Johan Källman

### Kartkommittén

Thomas Gustafsson, sammank.

Ola Andersson

Mats Andersson.

### Stugkommittén

Per-Arne Eriksson, sammank.

Lars-Olov Borking

Jan-Eric Hellgren, materialförv.

Göran Eriksson

Henrik Hellgren, el och spår.

### Informationskommittén

Elisabet Elmertoft, sammank.

Johan Källman

Thomas Gustafsson

Martina Karlsson

Malin Björkqvist

### Motionskommittén

Jan-Eric Hellgren, sammank.

Kerstin Gottfridsson

Hans Bergström

Inge Gottfridsson

Egon Lundqvist

Catrine Lundqvist

Mats Andersson

Bengt Lindberg.

### Arrangörskommittén

Mats Bergman, sammank.

## ÖPPETTIDER I NOK-STUGAN:

**Tisdagar och torsdagar kl 18-21** (till och den 31 maj)

Stugan är öppen och varm.

**Lördagar kl 13-16** (till och med påskhelgen)

Stugan är öppen. Bastun sätts på av den som vill bada.

# Lucia 07 – bland pepparkakor och tärnor

Den 16 december var det lucia i NOK-stugan. Årets luciatåg bestod av tärnor och glada pepparkaksgubbar och lucian Sara Andersson.

Under några veckor övade vi så mycket vi bara kunde på det vi skulle sjunga allt under Lisas överinseende. Samma dag som vi skulle ha luciatåget bakade vi lussebullar och pepparkakor. Marie röjde i köket för att få plats med extra plåtar och de bakade pepparkakorna och lussebullarna.

## MEDAN SAFFRANET FRÄSTE

ihop med smöret började Lisa dela ut kavlar och förkläden till de entusiastiska bagarna.

Saffransdegen jäste och pepparkakor kavlades lagom tunna och gräddades i ugnen, temperaturen var hög i det lilla köket. Till och med så blev det en liten pepparkakskula, vilken försvann i gapet på tillverkaren så fort den kommit ut ur ugnen.

Nu var det lussebullarnas tur att tillverkas. Inte för mycket och inte för lite deg. Sno ihop och i med ett russin. Penslingen utfördes i köket efter jäsning.

Efter att vi hade bakat så fortsatte vi att träna sånger och att gå in och



Luciatåg. Med pepparkaksgubbar som sjunger Vi komma ...

ut, den här gången hade tärnorna levande ljus.

**SEN VAR DET** dags att ha luciatåget. Marschallerna brann på trappan och ute var det beckmörkt. Ljuset släcktes och luciatåget skred in med pepparkaksgubbar i släptåg.

De traditionella luciasångerna ljud vackert i NOK-stugan. Det hade

kommit mycket folk för att titta och lyssna på NOK-ungdomarnas luciatåg.

Efter att vi hade sjungit så fick man fika det som hade bakats under dagen. Det var gott och allt gick åt. Det var en trevlig lucia.

SARA OCH MARIE ANDERSSON

## Jubilarer i januari, februari, mars, april och maj:



Lars-Erik Jernström	80 år	6 januari
Elof Back	75 år	29 januari
Bo Dömstedt	70 år	5 februari
Anders Eriksson	60 år	20 februari
Christer Sjökvist	50 år	22 februari
Per-Olov Pettersson	70 år	6 mars
Egon Lundquist	70 år	28 mars
Jonas Gunnarsson	40 år	1 april
Kristina Andersson	60 år	13 april
Sven-Olof Pettersson	75 år	21 april
Paul Persson	75 år	6 maj

# Norbergs OK höll årsmöte på hotell Engelbrekt den 16/2

- § 1 Lars Holm öppnade årsmötet och hälsade de ca 30 medlemmarna välkomna.
- § 2 Mötet hade utlysts på rätt sätt.
- § 3 Dagordningen godkändes.
- § 4 Lars Holm valdes att leda årsmötet och Eva Pålsson fick skriva protokollet.
- § 5 Robert Larsson och Jan-Erik Hellgren utsågs till justeringsmän och vid behov även rösträknare.
- § 6 Verksamhetsberättelsen gicks igenom och godkändes.
- § 7 Revisionsberättelsen upplästes, revisorerna tillstyrkte ansvarsfrihet för styrelsen.
- § 8 Mötet fastställer resultat och balansräkning. Det kvarvarande kapitalet överförs till nästa års räkning.  
Styrelsen beviljas ansvarsfrihet.
- § 9 Medlemsavgifterna för 2008 blir de samma som föregående år.  
Aktiv vuxen 200 kr, Stödmedlem 100 kr, Ungdom 70 kr och Familj (med max 2 vuxna och tillhörande ungdomar) 400 kr.  
Som ungdom räknas man upp till 18 år.
- § 10 Verksamhetsplaner och budget gicks igenom och diskuterades. Mötet fastställde verksamhetsplan och budget för år 2008
- § 11 Styrelsens förslag till organisation för 2008 Administrationskommittén upplöses.  
Klädansvarig flyttas till SOL-kommittén.  
Materialansvar och förvaltning flyttas till Stugkommittén. Ansvar för resten av uppgifterna ligger kvar hos styrelsen.
- § 12 Till ordförande för ett år omvaldes Lars Holm. Till Styrelseledamot (sekreterare) för en två år omvaldes av Eva Pålsson. Kassör Lars Persson befrias från sitt uppdrag som kassör efter avsägelse. Fyllnadsval, till kassör för ett år nyvaldes Krister Johansson. Tre styrelseledamöter nyvaldes för en tid av två år, Elisabet Elmertoft ( SOL-kommittén) Jan-Eric Hellgren (Motionskommittén) Thomas Gustafsson (Kartkommittén). Övriga kommittéledamöter valda för ett år enligt organisationsplanen.  
Revisorer för ett år, omval Owe Andersson och Leif Svedberg, Suppleanter: Madeleine Bäckman-Eriksson och Stig Wilhelmsson.  
Valberedning för ett år, sammankallande Mats Bergman.
- Kenneth Elmertoft omvaldes och nyvald i valberedningen blev Lars-Olov Borking. Ombud och suppleant till VOF:s årsmöte 2008 valdes. Ordinarie ombud Lars Holm, suppleant Eva Pålsson.
- § 13 Inga frågor eller förslag har inkommit senast 14 dagar före mötet.
- § 14 Övriga frågor  
Passiv medlem döps om till stödmedlem. Styrelsen får i uppdrag att undersöka vilka möjligheter föreningen har att få del av Idrottslyftet för att till exempel få hjälp att handikappanpassa klubbstugan, Skolkartan i Kärrgruvan och läger för medlemmarna. Alla klubbens tillgångar ska förvaltas av kassören. Grupper av medlemmar ska inte själva ha hand om delar av tillgångarna. Vår medlem Per Georgsson, tillika ord förande i Norbergs Cykelklubb, tackar å Cykelklubbens vägnar för att de får möjlighet att hyra lokaler hos oss och talar om hur bra de trivs. Han passar också på att vädja om hjälp med det SM Cykelklubben tagit åt sig den 16 - 20 juli.  
Styrelsen får i uppdrag att se över hur vi ska kunna avyttra klubbens lager av gamla OL-kläder. Förslag är att ha en försäljning i samband med hemmaläget.  
Årsmötet beslutar att reklam ska finnas på alla kläder i lika stor omfattning.  
När nya kläder ska köpas in kommer NOK att vara testpiloter och prova nya kläderna från Jonas Gunnarssons firma Kalas.  
Alla som handlar på Inköpskortet på Konsum måste lämna kvittot antingen på Engelbrektslopps kansliet eller hemma hos Krister utan dröjsmål. Annars är det omöjligt att bokföra kostnaderna på rätt kommittéer och kolla fakturan. Styrelsen utarbetar tydliga regler och publicerar i NOK-nytt samt sprider i kommittéerna.  
Lars Holm föreslår att NOK istället för den årsfest som ställdes in på grund av för få deltagare försöker med en grillkväll i Nordansjö den 6 juni efter Lådkavlen. Styrelsen jobbar vidare med frågan.
- § 15 Lars tackar alla deltagare och avslutar mötet.



**Carols Minne** tilldelades Amanda Elmertoft för sina stora framsteg 2007. Amanda har orienterat sen hon var 7 år, hon fyller 13 år den 4 april. FOTO: JOHAN KÄLLMAN

## Två lag på Tiomila

NOK har inför säsongen 2008 planerat att ha ett 2:a lag i årets 10-mila.

Andra laget är helt utan ambitioner om placeringar som är bättre än topp 100.

Sträckorna är mellan 5,5 och 17 km. Tävlingarna äger rum 26-27 april i skogarna runt Rosersberg.

[www.10mila.se/2008/](http://www.10mila.se/2008/)

Anmäl gärna intresse genom att kontakta oss. Gör detta så fort som möjligt, så vi har tid på oss att sammanställa anmälningarna.

**UTIFRÅN INTRESSET TAS** sedan det på pappret bästa laget ut av Lasse Nordström och Robert Hellgren i samråd med Bobban "Coach" Larsson.

**DE SOM HITTILLS** anmält intresse är: Ulf Eriksson, Jan Gottfridsson, Johan Ahlbäck, Mats Bergman, Kalle Nordström, Henrik Hellgren, Robert Larsson, Lars Nordström, Robert Hellgren

ROBBAN HELLGREN & LASSE NORDSTRÖM

## Minnenas spår ...

Jag har åter åkt längdskidor efter det numera nyrustade elljusspåret i Nordansjö. Det väckte många varma minnen. Jag har åkt runt det spåret ett flertal varv sedan jag var liten och kunde stå på ett par skidor.

Jag minns då för länge sedan när Medaljakten avgjordes i Nordansjö. Jag kommer ihåg det året när jag var ca 11-12 år och skulle åka runt hela spåret, 2,5 km, för första gången. Det kändes långt och det var skidstavar med trissor nedtill. Starten hade gått och jag hade bra fart, jag flög fram i spåret allt var toppen! Plötsligt låg jag i snön och allt hade tagit tvärstopp! Min glädje och fart hade abrupt förbytts i förvåning, ilska, tårar och svordomar. Vad hade hänt? Jo, det som hänt var, att ibland, då för länge sedan, när det gick så otroligt bra att åka skidor och jag flög fram i skidspåret hade skidspetsen helt enkelt åkt in i stavtrissan. Det blev ett omdelbart och ofelbart tvärstopp och jag stöp på öronen i snön! Ungefär där rastplatsen vid Boten ligger nu. Ibland gick det lätt att trassla sig loss, men den här gången gick det inte lätt att komma loss. Till slut hade jag trasslat mig ur skidor och stavar och kunde fortsätta skidåkningen mot målet i Nordansjö, arg som ett bi. Jag skulle ALDRIG mer åka på de idiotiska längdskidorna med de dumma stavarna! Vilken tur att människan har så lätt för att glömma. Nästa helg åkte jag Medaljakten i Nordansjö igen och då gick det mycket bättre. Inga skidspetsar som fastnade i stavtrissorna. Turligt nog så går tekniken framåt och trissorna på stavarna är numera ett minne blott. Såna skidor och stavar finns nu för beskådning på diverse museum.

Ett annat mer glädjefullt minne, dök upp när jag åkte runt elljusspåret i Nordansjö. Det var minnet efter min farmor Britta, död sedan några år. Hon tyckte mycket om att vara ute och gå, cykla och att åka skidor. Farmor Britta bodde i Kärrgruvan. Det var lätt att ta sig på gamla träskidor vallade med en ljusstump till Nordansjö via den gamla järnvägsvallen och ansluta till skidspåret runt elljusspåret. Det gick inte fort när vi åkte tillsammans, men det skulle det heller inte göra. Farmor Britta och jag åkte många gånger runt elljusspåret och småpratade om allt möjligt, hade olika teorier och lösningar på det mesta, men alltid överens. Vi blev omåtkta av de som hade mer bråttom. Vad gjorde det, när vi hade svaren på livets alla frågetecken. Varven runt elljusspåret i Nordansjö med farmor Britta minns jag med stor värme och glädje så här efteråt.

Därför är det så extra trevligt att elljusspåret i Nordansjö åter är så fint och jag och alla andra kan åka skidor, gå med barnvagn eller rullstol och springa runt spåret igen. Förhoppningsvis ligger många varv och väntar på att få upplevas runt detta fint kuperade och kurviga spår.

Ett stort tack till alla flickvänner, sambon och fruar som släppt iväg era män till Nordansjö för att lägga ner alla dessa timmar på det nya elljusspåret!! Ett stort tack också förstås till alla ni som arbetat med ALLT, från början till slut, rörande det nya elljusspåret i Nordansjö.

Vi ses runt spåret med eller utan skidor!

MARIE ANDERSSON

# Annandagskul med Krister

På annandagsmorgonen var det dags för en årlig återkommande händelse, det var Krister Johansson som modifierat Nordansjökartan så pass mycket att det ställde till huvudbry på samtliga startande.

Klockan 10.00 var det dags, kartorna delades ut varpå samtliga fick tre minuter på sig att läsa in sig på kartan, detta var ju lättare sagt än gjort. Några lyckades ju dock med detta varpå jag var en av dem som helt och fullt litat på Kristers samvete att inte göra detta alldeles för svårt.

När sedan fem personer kom till ettan, eller ja, det ställe på kartan där vi trodde att den satt såg någon att banläggaren klippt ur och klistrat in ett område rätt långt från den punkt vi stod vid för tillfället.

Bara att lägga benen på ryggen och ta sig till första kontrollen. Sedan

fortsatte ju detta genom hela banan. Spegelvänd karta, inklippta kontrollpunkter, utdragna delar av kartan, ja detta är några av problemen som de ca 30 startande fick tampas med i skogen.

**DETTA VAR JU** riktigt roligt, väldigt svårt, men mycket kul! Krister hade lagt ner mycket tid på denna träning och ska ha ett stort tack.

För en gammal orienterare som mig, som är lite ringrostig i Nordansjö och för övrigt alla orienteringsskogar var ju detta mycket svårt, inte bara skulle man hitta till kontroll-

punkterna man skulle också hitta mellan de olika kartområdena på banan, inte helt lätt men då är det ju bra att ta rygg på någon gammal räv som känner skogen som sin egen ficka.

**JAG TROR, TROTS** banläggarens uppsåt till förvirring, att alla tog sig runt banorna, på mer eller mindre snabba sätt. Träning ska vara kul och varierande så jag ser fram emot träningsorienteringar i vår som uppladdning inför 5-dagars men också 10-mila!

ROBERT HELLGREN

## Många Norbergare kämpade och slet i tungåkta Vasaloppsspår

Det 84:e Vasaloppet blev en tungåkt historia. En hel del nollgradig nysnö föll på kvällen, natten och morgonen före loppet och det gjorde att spåren blev ganska tungåkta.

Nåja, ett spår gick ganska lätt så där blev det trångt och så småningom sönderkört.

Som vanligt var det en hel del åkare med anknytning till NOK som deltog i något av veckans olika lopp. Per Janzons lopp i stora Vasaloppet imponerar, bara trekvart efter segrande Jörgen Aukland.

**UNDER VECKAN VAR** det varierande förutsättningar. Några av dagarna var det vackertinterväder med isiga och lättåkta spår, andra var det riktigt grisigt med regn, rusk och tungåkt snö.

Många varv har det i alla fall tränats på elljusspåret i Nordansjö även om vintern 2007/2008 går till historien som en av de varmaste i "manaminne".

JOHAN KÄLLMAN

**HÄR ÄR ETT UTDRAG AV NOK-RELATERADE ÅKARE I FÄDRENS SPÅR. URSÄKTA OM VI MISSAT NÅGON:**

### **DAMER:**

324) Camilla Sjökvist, Norbergs OK, 08:25:17,  
605) Malin Björkqvist, Norbergs OK, 10:03:50

### **HERRAR:**

341) Per Janzon, Arboga SK, 4:57:51  
529) Johan Holm, Föreningen Englebredsloppet, 5:07:11,  
1537) Gunnar Klingberg, Karbenningens GoIF, 5:52:32,  
1974) Johan Källman, Norbergs OK, 6:06:05,  
2018) Kalle Björkman, Arboga SK, 6:07:25  
2761) Urho Hakso, Norbergs SK, 6:28:56,  
4003) Stefan Virtanen, Norbergs OK, 7:03:06,

5839) Ingemar Skoglund, Norbergs SK, 8:05:54,  
8099) Hans-Åke Gustafsson, Karbenningens GoIF, 9:30:59

### **HALVVASAN:**

Gunnar Klingberg, Karbenningens GoIF, 2:42:27,  
Stefan Virtanen, Norbergs OK, 2:51:38

### **STAFETTIVASAN:**

130) Vägverket Fagersta, 6:09:07  
(Andreas Holm, 1.43.21, Johan Holm, 1.20.39, Leif Eriksson, 50.24, Krister Johansson, 50.13, Lars Holm, 1.30.45)

### **ÖPPET SPÅR SÖNDAG:**

Egon Lundquist, Norbergs OK, 7:34:57, Kent Persson, Norberg, 8:07:55, Per Georgsson, Norberg, 8:08:06

# Två nya skånska tjejer i klubben

FOTO: JESPER ERIKSSON

Namn: Erika Nilsson

Ålder: 24 år

Bor: I ett vindsrum ovanför Sparbanken men ska snart flytta in i en tvåa på Myntet.

Familj: singel, mamma, pappa, tvillingssyster, två storasyster och en storebror.

Yrke: Journalist

Kommer från: Stidsvig, utanför Klippan.

Tidigare klubbar: OK Kompassen, FK Göingarna, Söders SOL

## Hur känns det att ha flyttat till Norberg?

– Helt rätt av många orsaker. Jag har fått det jobb som jag har letat efter. Norberg är en mindre ort långt bort från storstadstress. Nu ska det bli kul att lära känna en nya ort och klubb.

## Hur är orienteringsformen?

– Den är ruskigt dålig ärligt talat och den kan bara bli bättre. Men viljan finns och jag är motiverad att träna i vår.

## Vad ser du fram emot orienteringsmässigt i vår?

– Att tävla för min egen skull och inte för att vinna eller få bra ranking. Jag är en stafettlöpare så de ser jag fram emot. SM, 25-manna och kanske Tiomila är de tävlingar som jag kommer att satsa seriöst på. Dessutom kommer jag att springa lite småtävlingar runt omkring här.

## Har du koll på NOK?

– Nej egentligen inte. Jag kände bara till de hårda killarna i Miners innan, men jag trodde inte att det var en så tjeffattig klubb.



MALIN BJÖRKQVIST

Namn: Malin Björkqvist

Ålder: 26 år

Bor: Ovanför blomsteraffären  
Familj: mamma, pappa, yngre bror och pojkvännen Viktor Funcke.

Yrke: Journalist

Kommer från: Kristianstad

Tidigare klubbar: Pan-Kristianstad och Söders SOL Tyresö

## Du har ju bott två år i Norberg redan. Varför byter du klubb först nu?

– Jag ville inte byta bara för bytandets skull. Det fanns ju heller inga tjejer i klubben och jag vill kunna springa stafetter. Men nu har jag väl insett att jag inte kommer att flytta tillbaka till Stockholm.

## Varför är Norberg så bra?

– Det är nära till allt. Vill man satsa på orienteringen så kan man inte bo bättre. Här finns bra förutsättningar med många kartor och fantastisk terräng.

## Är du alltid glad eller?

– Fråga Viktor ... hehe ... Jag kan vara dålig förlorare. Men visst, jag har mycket energi och så. Även om jag är trött så är jag taggad.

## Vad tror du om framtiden för Miners ladies då?

– Nu är vi ju tre tjejer så vi får väl satsa på stafetter med tre sträckor. Men även Tiomila, där kan vi ju ta in en yngre tjej på den raka sträckan. Och nu kommer det bli hård konkurrens om sistasträckan på 25-manna.

ERIKA NILSSON

## VOF-träffar runt om i Västmanland

Från slutet av december har vi ungdomar som är mellan 13-16 år flängt runt på olika träffar som Västmanlands orienteringsförbund har anordnat.

Målet med träffarna har varit att komma igång inför vårsäsongen, men även att lära känna konkurrenterna

från andra klubbar.

Förutom att träffa andra ungdomar har vi också tränat, allt från vanlig orientering till löppass i friidrottshallen i Västerås.

**DET HANNS OCKSÅ** med lite skidåkning i Norberg innan snön

försvann. Vädret har också varit varierande, allt från spöregn till näst intill snöstorm har vi fått stå ut med.

NOK hade med mellan 3-5 ungdomar på varje träff, så nu är vi en stark trupp som kommer på tävlingarna i år!

MARTINA KARLSSON

# Våra arrangemang 2008

## NOK:s Nationella

Boka in den 1 och 2 maj för båda de dagarna arrangerar vi nationella tävlingar. Torsdagen den 1 maj blir det en traditionell medeldistans. Fredagen den 2 maj provar vi något annorlunda. Patrulltävling för barn och ungdomar upp till 16 år. Masstart för vuxna.

Tävlingscentrum ska vara i den stora grusgropen vid Månsbo på väg upp mot Kallmorberget. Vi hoppas att så många som möjligt ställer upp och hjälper till. Ungdomarna får naturligtvis vara med och springa.

Funktionärsträff i NOK-stugan söndagen den 30/3 kl 18:00. Alla övriga intresserade är också välkomna.

## Veterantoren arrangeras av NOK den 22 maj

## Älg Birgers

NOK arrangerar Älg Birgers den 29 maj. Då behövs både funktionärer och massor av löpare.

# Engelbrekt Sommar

Blir som i fjol med tävlingscentrum på torget.

Engelbrektslöpet går fredagen den 4 juli och Engelbrektstafetten lördagen den 5 juli.

Årets inbjudan är nu klar. Hämta gärna ut på Engelbrektskansliet och dela ut till, vänner, bekanta och arbetskollegor. I år satsar vi på fler deltagare!

Arrangörsmöte kommer under våren.

### Frågor eller idéer, maila eller ring:

Viktor: vf@norbergsok.se, 070-321 93 63

Robert: robert.larsson@rf.se

## En annan banläggares vedermödor

Som ni kunde läsa i förra numret av NOK-nytt arrangerar NOK två tävlingar med TC i en bergtäkt. Anandag maj står undertecknad för banorna då vi bjuder in till långdistans med gemensam start i vuxenklasserna och patrulltävling i ungdomsklasserna. Dagen innan blir det medeldistans där Mats Bergman svarar för banorna.

### En luring

Jag har iallafall både lurat och klurat över det förståndiga att ta mig an denna banläggningsuppgift. Hösten både kom och gick utan att någon inspiration syntes till, då är det klart jag funderade över varför

jag gett mig på ett sådant här uppdrag. Att när jag inte ens kunde gå inte lät bli att säga ja.

### Kreativitet

För att skapa banor krävs kreativitet. För att vara kreativ krävs inspiration. Infinner sig inspirationen är banläggning som att läsa en spännande deckare. Så snart tillfälle ges tas boken fram för att läsa vidare och kartan för att fundera över olika bansträckningar.

Tankarna om vem som är mördare och olika alternativ för placering av starten finns även när jag inte har kartan framför mig. Det grubblas för att söka lösningar till problemen

och emellanåt trillar några idéer in som, ibland akut måste, prövas genom att sticka några nålar i kartan. Det här blir en bra bana, men hur ska jag från samma start komma förbi det här gröna med den här andra klassen?

Jag måste välja en annan startplats och samtidigt blir fina idéer till sträckningar obrukbara. Nya möjligheter testas och sträckor fogas samman. Förhoppningsvis slutar det i att jag lurat ut banor jag är nöjd med, och som även deltagarna får glädje av.

ERIK S





FOTO: VIKTOR FUNCKE

## Engelbrektsloppet ...

... kunde genomföras för tredje året i rad. Men det var på håret. Bara en dryg vecka innan loppet kom snön som gjorde det möjligt att genomföra tävlingarna.

Med en sådan vinter var det förståeligt att organisationen inte var på topp. Många räknade nog med att loppet skulle ställas in. Förberedelserna blev inte optimala, "om man säger", men tack vare alla rutinerade funktionärer både från NOK och andra som ryckte in med kort varsel fungerade det mesta ändå.

Bland annat tidtagningen skulle ju förenklas genom användandet av Emits chiptidtagning. Tyvärr fick vi inte fullgoda grejer och inte heller tillräckligt antal chip så vi i NOK fick ställa upp med den vanliga styrkan för att det överhuvudtaget skulle bli några tider. Men med rutin gick det och tur var väl det.

**HELA 1250 ÅKARE** sammanlagt i Kristina- och Engelbrektsloppet anmälde sig och det borde bli en hygglig slant över till föreningarna som jobbade. Inte minst till NOK som drar ett ganska tungt lass med Engelbrektsloppet.

Alla som ställde upp och jobbade skall ha ett stort och varmt tack för det.

Även en del åkare med NOK-anknytning tog sig fram i de på vissa bitar obefintliga spåren. Bra kämpat, flickor och pojkar!

JOHAN KÄLLMAN

### RESULTAT ENGELBREKTSLOPPET 2008

Kurt Jensen, Norberg, 4:27:49  
 Camilla Sjökvist, Norbergs OK, 4:31:29  
 Jan-Eric Hellgren, Norbergs OK, 4:31:32  
 Hans-Åke Gustafsson, Karbennings GoIF, 4:38:58  
 Anders Folkesson, Fagersta, 4:44:34

### ENGELBREKTSHALVAN

Per Andersson, Stora Enso, 2:16:19  
 Kalle Nordström, Engelbrektsloppet, 2:23:28  
 Malin Björkqvist, Norbergs OK, 2:26:45  
 Anton Fjellman, Norbergs SK, 2:35:18  
 Monica Fjellman, Norbergs CK, 2:45:33  
 Per Fjellman, Norbergs CK, 2:45:36

## Aktivitetsskalender våren 2008

14-16/3		<b>Hemmaläger</b>
21/3	Fr	<b>Påskstafett och påskträff</b>
29/3	Lö	Västerås, Medel
29-30/3		VOF 13-16 Upptaktsläger, Nyköping
30/3	Sö	Måsenstafetten, Nyköping
30/3	Sö	Västerås, Lång
3/4	Ti	<b>Träning Fagersta gemensam</b>
6/4	Sö	Torfejden, OK Tor
8/4	Ti	<b>Träning Fagersta gemensam</b>
11/4	Fr	Sala, Natt
12/4	Lö	Sala, medel
13/4	Sö	Hallstahammar, lång
13/4	Sö	Rånäs stafetten
15/4	Ti	<b>Start nybörjarkurs</b>
17/4	To	<b>Träning NOK gemensam</b>
18/4	Fr	Natt SM
22/4	Ti	<b>Nybörjarkurs</b>
24/4	To	<b>Träning</b>
26-27/4		10-Mila, Rosersberg Uppland
29/4	Ti	<b>Nybörjarkurs</b>
1/5	To	SM Sprint
1/5	To	<b>NOKs Nationella, medel</b>
2/5	Fr	<b>NOKs annorlunda, lång</b>
3/5	Lö	Dalaporten, medel
4/5	Sö	Dalaporten, lång
6/5	Ti	VPT 1, Sala
8/5	To	<b>Träning Fagersta gemensam</b>
10/5	Lö	Smedjebacken, medel
11/5	Sö	Smedjebacken, lång
13/5	Ti	VPT 2, Surahammar
14/5	On	Folkareserien, Avesta ungdom
15/5	To	<b>Träning</b>
17/5	Lö	Falun, medel, eftermiddag
18/5	Sö	Kopparkavlen
20/5	Ti	DM sprint, VPT 3, Skinnskatteberg
22/5	To	<b>Veterantoren, Norberg</b>
22/5	To	<b>Träning</b>
27/5	Ti	VPT 4, Västerås
29/5	To	<b>Älg Birgers, Norberg</b>
1/6	Sö	VPT final, Köping
6/6	Fr	Lådkavlen, Surahammar
8/6	Sö	Sommarlandssprinten, Skara
v24 ?		<b>Norbergs 3-dagars</b>
14/6	Lö	Jukola
22-24/6		Idre 3-dagars
24-29/6		Sälen 3+3
4/7	Fr	<b>Engelbrektsloppet</b>
5/7	Lö	<b>Engelbrektsstafetten</b>
20-25/7		O-Ringen, Sälen

Banläggarna på de gemensamma träningarna skall se till att använda SI-enheterna vid kontrollerna och att deltagarna skall ta med sina SI-pinnar.



## Periodens vinnare:

Per Andersson med bilden på Axel på en orienteringstävling. "Det blir ibland lång väntan på tävlingar och då är det bra att sysselsätta sig med annat. Axel har hittat en padda att leka med."

## Fototävling - fortsatt tävling

Hej alla glada fotografer. Låt andra se dina bilder! Var med i vår fototävling.

Bilderna ska ha med klubben eller orientering att göra. Alla är välkomna att skicka in bilder till Johan Källman  
johan.kallman@secotools.com

Senast den 5 april vill vi ha dem. Vi kommer att publicera en del i kommande NOK-nytt.

### Är det sant?

Två personer träffas.

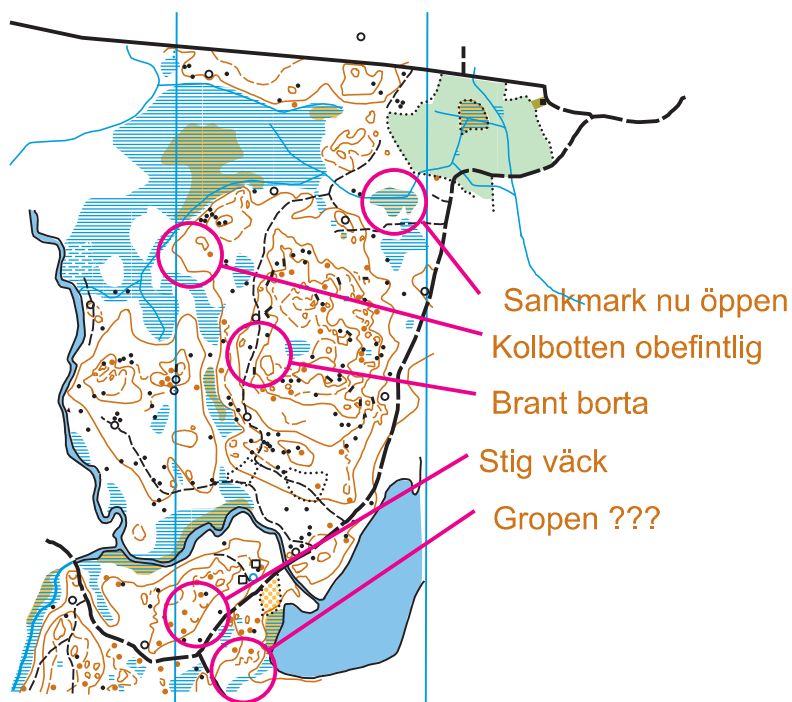
- Hur gammal är du? Frågar den ena. Den andra svarade:

- För två dagar sen var jag 19 år och nästa år fyller jag 22 år. Vilket datum träffades de?

### Jo, det är sant!

De träffades den 1 januari. (personen fyller år 31/12)

## Facit:



### Vems är renen?

Det är tyskens ren.

#### Gult hus

Norrman  
Vatten  
Ford  
Katt

#### Blått hus

Dansk  
Te  
SAAB  
Häst

#### Rött hus

Engelsman  
Mjölk  
Volvo  
Kanariefåg

#### Vitt hus

Svensk  
Öl  
Moped  
Hund

#### Grönt hus

Tysk  
Kaffe  
Porsche  
Ren

## Påskträff

Vår sedvanliga påskstafett med lunch på långfredagen.

Vid NOK-stugan långfredagen den 21 mars kl 10,00.

Lunchen serveras kl 12,00.

Påsklunchen består av ägg, sill, potatis, korv och saft.

Övrig dryck medtages.

Sista anmälningsdag är den 15 mars.

Inge och Kerstin Gottfridsson tar emot anmälan på telefon 219 28.

Stafetten består av 2-mannalag som kommittén mixar.

Man kan bara springa eller bara äta, eller både och, vilket man vill.

Det kostar förstås en liten slant:

40:- för vuxen mat, 15:- för barn.

Stafettpriset är 15:- för alla.

Diverse priser delas också ut till de tävlande.

*Alla är hjärtligt Välkomna!  
Motionskommittén*



## Att använda Konsumkortet:

NOK har ett inköpskort på Konsum. Har du fått i uppdrag att handla hämtar du först kortet i informationen. Vid kassan lämnar du fram kortet och legitimerar dig. Kortet lämnas sedan åter i informationen.

På kvittot skriver du din signatur och vad du handlat till. (Tex soppa.)

Kvittot ska sen omedelbart lämnas till kansliet eller till kassören! Detta är mycket viktigt för att få kontroll på fakturan.

Styrelsen

## Ny klädansvarig

Jan Åhs tar över som klädansvarig efter Elsie Eriksson. Vi tackar Elsie för lång och trogen tjänst.

Vi ska nu ha utförsäljning av äldre blåvita kläder. Alla kläder kommer att finnas i NOK-stugan för försäljning på hemmaläggret, lördagen den 15 mars kl 11-16.

Jan Åhs kan kontaktas på telefon 226 42.



## Dags att betala medlemsavgiften 2008.

Aktiv vuxen: 200 kr

Ungdom

(t o m det år man fyller 18): 70 kr

Stödmedlem: 100 kr

Familj 400 kr. (Max två vuxna samt familjens ungdomar)

### AKTIV VUXEN:

Omklädning och dusch i klubbstugan när den är öppen. Klubben betalar ordinarie startavgifter till OL-tävlingar utom under perioden 15/6 till 31/7. tartar du inte får du själv betala anmälningsavgiften. Förmånen att kunna delta i våra klubbaktiviteter. Tidningen NOK-Nytt. (En per hushåll)

### UNGDOM:

Omklädning och dusch i klubbstugan när den är öppen. Klubben betalar ordinarie startavgifter till OL tävlingar, startar du inte får du själv betala anmälningsavgiften. Förmånen att kunna delta i våra klubbaktiviteter. Tidningen NOK-Nytt. (En per hushåll)

### STÖDMEDLEM:

Omklädning och dusch i klubbstugan när den är öppen. Förmånen att kunna delta i våra klubbaktiviteter. Tidningen NOK-Nytt. (En per hushåll)

### FAMILJ:

Vuxen räknas som aktiv.

## Resersättningar

Resersättningar betalas ut för resor till:

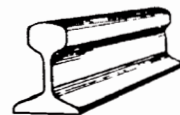
Orienteringsbudkavlar, representation när man företräder NOK och utbildningar för klubbverksamheten. Bil ersättning utgår med 18 kr/mil, samåk om det går.

Finns gemensamt färdmedel betalas ej ersättning för sammanfallande resväg.

Reseräkning ska vara kassören tillhanda senast 30 dagar efter resa.

## Stugvärdlista

12	17 mars	Åke Eriksson	22283
13	24 mars	Mats Andersson	20740
14	31 mars	Leif Eriksson	21224
15	7 april	Allan Persson	20436
16	14 april	Monica Wengrud	21625
17	21 april	Hans Bergström	22834
18	28 april	Berith Larsson	23288
19	5 maj	Egon Lundqvist	21235
20	12 maj	Elsie Eriksson	22283
21	19 maj	Gunnel Fjellman	21811
22	26 maj	Eva Pålsson	22296
23	2 juni	Lars-Ove Jansson	23209



**AB SPÄRBYGGNADER**



**B**ERG &  
**B**YGGTEKNIK

★ **COWBOY** ★

**Handelsbanken**

www.handelsbanken.se  
NORBERG, tel. 217 10



**Ing.F:a Erik Dahlin AB**  
Spännarhyttan, S-738 92 NORBERG  
Tel. 0223-222 00 • Fax. 0223-220 50

**SECO**



**Flügger färg**



**NCC**



**SWEROCK**

**STORAENSO**



**NORBERGS**  
GLASMÄSTERI AB

**Structor**  
HULTHÉN STRÄTH

[www.tandvaardsgruppen.nu](http://www.tandvaardsgruppen.nu)

**Erikslunds**  
Åkeri AB