

KOK-nytt

Telefonvararen 0303-211884

<http://www.kungalvsok.se>

kok-nytt@kungalvsok.se

KOK-Nytt Nr 5

Postgiro 525877-7

Bankgiro 5794-2617

Tfn 0303/228044

Manusstopp 15 Juni



TRUT och Ungdomskommittén

Vi är nu en god bit in i maj och vårserien är igång igen. Det blir oftast härliga tävlingar med massor av ungdomar med väl blandade stilar och storlekar. Årets första etapp gick i Bergsjön i strålande sol och KOK ställde upp med inte mindre än 35 deltagare, härligt med tanke på att det var även vår ungdomsserie. En hel del fina resultat blev det också, Klara var vassast denna gång med en 3:e plats i D13. Efter 2 tävlingar har vi tagit ett gott grepp om täten (i division 3) så det är bara att hänga i på höstens etapper (*vår egen P-luff 24/8* och DM Medeldistans 6/9).

Vårserien slutar 7 juni och sedan blir det lite lugnare ett tag på tävlingsfronten. Glöm dock inte vår egen Sommarcup på tisdagarna samt DM sprint på nationaldagen 6 juni. Information om tävlingar, träningar mm finns i första hand på KOK's hemsida (www.kungalvsok.se).
Ungdomar – glöm inte att kolla ungdomsdelen av hemsidan ofta - där finns viktig info till dig om t ex om träningar, läger, tävlingar mm.

Nybörjarträning

Teres, Ulf och Maria kör sedan början av April nybörjarträningar varje torsdag. Det har blivit ett härligt gäng på ca 20 st som håller igång. Torsdagsträningarna fortsätter fram till 29 maj då vi tar semesteruppehåll fram 28 augusti (*kolla hemsidan för säkerhets skull*). Utnyttja nu sommarens alla möjligheter att träna konditionen; sim, cykla, spring osv – allt funkar!

Notera att "nya" nybörjare är välkomna så ut och värva bland grannar, släktingar och skolkompisar!

Sommarcupen

Enligt gammal god KOK-sed blir det sommarcup 4 tisdagar i juni (se månadsprogram). Det går till ungefär som vanliga OL-träningar men med tidtagning, resultatlistor osv. Banor finns från gul till svart nivå. Nybörjare som vill delta måste ha med en vuxen följeslagare.

Träningsläger

Du har väl inte glömt att boka helgen 19-21 September? Då är det dags för KOK's årliga träningsläger – säsongens höjdpunkt enligt många. Även i år blir det träning i "bortaterräng" följt av gemensam resa till tävling på söndagen. Mer information senare såklart.

TRUT/UK gm Staffan

Grattis till Ludwig

Klubben gratulerar Ludwig Wenklo som fått Idrottsfondens Ungdomsstipendium för framstående insatser som tävlande och god ledare.

Styrelsen

Vättlefjällsvandringen

Vättlefjällsvandringen genomfördes i samarbete med OK Alehof, som alltid första söndagen i maj. I år var det den 4

maj. Det var 5e gången jag och Janne var med och arrangerade denna vandring. Det har hänt en del under åren. Det roligaste är att vi lyckats få upp deltagarantalet till 80-talets siffror. Den stora anledningen till detta är att vi marknadsfört oss mer. Bl.a har vi nu en riktigt trevlig hemsida. Skyltar sitter uppe lite varstans vid idrottsanläggningar, motionscentraler mm.

Ni hörde väl Janne på radion den 2/5 ? Lite oförberett, men han annonserade ut vandringen i P4 så det var en del som nappade på vandringen, tack vare att de hört på radio. Vi hade ca 400 startande från Vättlestugan (kunde varit 440) men några kom ej till start.

Totalt antal vandrare i år inkl Dammekärr, blev omkring 750 personer. Vid start/mål i Vättlestugan var John, Anita, Ann-Britt, Bengt, Lilian, Ulla o Janne. Vaktavlösning vid middagstid, då Kristina N och Gull-Britt kom och hjälpte till med målgångarna

Serveringen i Vättlestugan stod Eivor och Lennart för och resultatet av det blev väldigt bra jämfört med tidigare år.

Vid vår vätskekontroll i Rördalen fanns som alltid Leif o Kerstin och servade med dryck samt visade tveksamma vandrare vägen. Erika E med sambo Mats skrev Diplomen för efteranmälda innan de tog en egen löprunda runt leden.

Tack alla för att allt fungerade så bra.

www.vattlefjall.se

Ulla o Janne Eliasson

Månadsmöten hösten 2008

Lite tidigt ute kanske du tycker, men vi vill redan nu berätta att den 30 september kommer kvällens ämne att heta **”Datorn i skogen”**. Bertil och Staffan kommer då att

informera och demonstrera spännande möjligheter för banläggargrupper, tidtagning, m.m.

Den 25 november är rubriken

”Sportjournalistens vardag & fest”.

Peter Pettersson Kymmer, sportjournalist på GP, kommer då att berätta om sina upplevelser hur det var att rapportera från årets OS i Kina och annat spännande han varit med om.

Som du märker fattas just nu ämne för månadsmötet den 28 oktober. Har du någon idé, hör av dig.

Styrelsen

Nyttig men ödslig arbetsdag i KOK-stugan

Söndagen den 18 maj hade vi arbetsdag i KOK-stugan, Svartedalen. Vi hade tydligen missat något då endast 2 medlemmar, Eivor och Lennart, utöver kommittén dök upp. Vi fick även besök av Mie med barnen Erik och Johan. Två inlägg i KOK-Nytt räcker bevisligen inte för en bredare uppslutning. Vi har missat att få med aktiviteten i månadsprogrammet, det finns inte med på hemsidan och det sägs inte ett pip om den i telefonsvararen. Vi lovar att skärpa oss och se till att klubbens informationskanaler nyttjas bättre till nästa år. Vi hoppas också att även ni medlemmar då visar en mer aktiv attityd till stugans skötsel och underhåll.

Det allra viktigaste blev trots allt utfört, men återstående nödvändiga arbetsinsatser får kommittén nu försöka klara av på egen hand.

Stort Tack till Eivor och Lennart som ställde upp

Kerstin

P – luffen 2008

Arbetet med årets P-luff rullar på. Den 7 maj hade vi funktionärsmöte i Fontin. Av 32 kallade huvudfunktionärer kom 18. Vi gick igenom det arbete, som återstår fram till tävlingen och själva genomförandet av tävlingen. Den sista provlöpningen genomfördes den 29 april. Ett tjugotal löpare deltog. Många hade hörsammat uppmaningen från förra provlöpningen, då deltagandet var mycket skralt. Banläggarna var nöjda med resultatet och tackar provlöparna för en bra insats. Eftersom våra ungdomar skall delta på tävlingen så får de inte provlöpa. Annars hade säkert antalet provlöpare varit ännu fler. Vi har planerat in en TC-träff för huvudfunktionärerna onsdagen den 28 maj på Livelycke, kl. 18:00 - 20: 00.

Gemensam avresa från Kungälv's Parken kl. 17:30. Det som är viktigt nu är att alla funktionärer är kontaktade av respektive huvudfunktionär. Varje huvudfunktionär måste också meddela John Granäng vilket material som behövs för tävlingen.

Finns det nu medlemmar, som vill delta som funktionärer och som inte är uppsatta på funktionärslistan ver 6, som bifogas detta KOK-nytt, så hör av er till undertecknad.

De vakanta platser, som återstår, är biträdande tävlingsledare, biträdande startchef, biträdande målchef och vätskeansvarig.

Olle Olofsson / Tävlingsledare

Jubileum KOK 50 år

Som alla känner till fyller Kungälv's OK i år. För att fira detta kommer vi att ha en jubileumsfest på Kvarnkullen i Kungälv lördagen den 15 november dit alla medlemmar kommer att bjudas in. Vi kommer också att bjuda in ett antal gäster utifrån. Vi kommer också att ha underhållning, prisutdelning och dessutom

väldigt roligt under intagande av en välsmakande trerätters middag. För att klara av detta har vi bildat en kommitté, som består av Festkommittén (Anna Asplund, Marie Fröstad, Ingmari Pålsson och Annelie Gabrielsson), Kristin Ekdala, Carina Langmoen, Leif Andersson, Lennart Olsson, Roger Borg och undertecknad.

Olle Olofsson / ordförande

Ordförande har ordet

En vårsäsong går fort. Nu är den redan slut i vårt distrikt sedan nästan en månad tillbaka. KOK har deltagit på Tiomila med ett mixat (med andra klubbar) herrlag och ett ungdomslag. Jag tror att det är bra för framtiden att framför allt våra ungdomar får uppleva ett av de största evenemangen inom orienteringen. Eftersom det uppskattades av alla som deltog, kan vi ju hoppas på att vi kommer att kunna delta även kommande år.

För varje månad stiger medlemsantalet. Vi har nu passerat 400 strecket. En starkt bidragande orsak till detta är nya ungdomar och föräldrar som går på vår nybörjarkurs. I vår har vi haft ca 20 nybörjare, som har gått kursen och som förhoppningsvis också besöker våra nybörjarträningar i Fontin på torsdagar. På första vårserieetappen startade 34 av våra ungdomar. Några av dem placerade sig högt i prislistorna. Det ser med andra ord mycket lovande ut för tillväxten, vilket ungdoms-kommittén skall ha en stor eloge för.

Vi har också avverkat vår traditionella Loppmarknad med i vanlig ordning ett lysande resultat. I år hade vi också tur med vädret, som säkert bättrade på det ekonomiska resultatet.

Loppmarknadskommittén har också sett till att efterarbetet har gjorts på ett föredömligt sätt. Man har också haft ett möte och

dokumenterat årets erfarenheter. Därvid har man konstaterat att det är nästan bara medlemmar 60+, som jobbar innan loppisen. På själva Loppmarknadsdagen är spridning i ålder hos de ca 130 medlemmarna från de allra yngsta till de allra äldsta, vilket är förträffligt. Kommittén önskar att några yngre förmågor kom in i kommittén och att några yngre medlemmar kunde hjälpa till innan loppisdagen.

Vättlefjällsvandringen är på väg mot nya rekord. Nästan 900 deltog på den soliga promenaden den 4 maj. Ökar antalet deltagare till nästa år kommer det antagligen att behövas fler funktionärer från KOK än de femtontal medlemmar, som fixar vandrigen för KOK:s del. Detta är ju positiva problem. Medlemmar, som vill hjälpa till med Vättlefjällsvandringen, kan med fördel höra av sig till Ulla Eliasson tel. 031-711 88 99.

Om vi blickar framåt så kommer i tur och ordning vår tradionella tävling, Pepparkaksluffen den 24 augusti, Föreningarnas dag i Kungälvden 27 september, Rollsböndan den 2 november, Jubileumsfesten den 15 november, Julloppis den 30 november och Julfest den 6 december. I bland allt detta en hel drös med orienterings-tävlingar.

Det vi inte mäktar med i år är den tänkta tävlingen på Marstrand i juni, vilken vi härmed avstår ifrån. Vi kommer förmodligen att försöka genomföra den nästa år vid samma tid (ibörjan av juni). Finnsdet nu någon, som kan tänka sig vara tävlingsledare så hör av dig till undertecknad. Bertil Qvick har redan åtagit sig att vara banläggare.

Olle Olofsson / Ordförande