

SNOOKEN

nr 218

Höstsäsongen 2024



Innehåll december 2024:

2. Startpunkten, Bisittaren, Citatet,
2. hittaut
3. Torsdagsträningar
- 3-4. Hösttävling
4. Klubbmästerskap
5. Poängtävlingen
- 5-6. Förenklingen
6. Skinkracet
7. Tisdagsvandringar NOK-50
8. NOK-50 på utflykt
9. Cafeteria och tipspromenader 2025
10. Kallelse årsmöte
11. Nässjö OK informerar
12. På Avigan



© Lennart Holst

Startpunkten

Ofrivillig paus

Får hoppas på att andra meningen i citatet slår igenom under 2025. Och möjligheten som jag hoppas på är att återigen kunna vara ute och springa i skogen. Nu är det fem månader utan löpning, utan orientering. Ja, nu börjar jag allt bli sugen på att försöka komma igång igen. Senaste passet, förutom ett litet test på cirka 1 km, var sista etappen på O-Ringen. Det är längsesedan. Ute har dessutom mörkret börjat komma nu. En av de härligaste perioderna. Nattorientering, tänk vad mysigt det är. Det är något att jobba emot, att få springa några natt-OLpass under 2025. När jag börjar komma igång igen får jag tänka på en annan okänd tänkare. *Ett steg framåt är alltid ett steg framåt oavsett hur långt eller snabbt det är.*

Simon Fennetmo



Bisittaren

Dennis fixar som alltid med Avigan, Citatet och han är en viktig kugge vid distributionen

Dennis Sjöblom
edsjoblom@telia.com

Citatet

(Dennis)

Citatet är från en okänd tänkare och gäller både vid vägval i skogen och i vardagslivet

"Det första steget är att bestämma sig för att det är möjligt. Sen brukar möjligheten dyka upp"

hittaut

(Simon)

Nässjö OK arrangerade hittaut för första gången 2023. Det var lyckat och det blev en fortsättning 2024. Hittaut arrangeras på flera olika orter runtom i Sverige. Totalt var det 93 hittautprojekt under 2024. Elin Svensson har varit projektledare och drivkraften även 2024 för att kunna få till ett genomförande av hittaut tillsammans med övriga orienteringsföreningar i kommunen, Annebergs GIF, Bodafors OK och Forserums SOK.

Årets hittaut startade cirka en månad tidigare än 2023 års variant. Redan i april kunde hittautare ge sig ut på olika kartor runtom i kommunen för att leta checkpoints. En nyhet för året var att det fanns checkpoints i Malmbäck. Härligt att kunna sprida arrangemanget till fler orter i kommunen. Det fanns också några fler checkpoints att besöka i år än förra året. Hela 144 checkpoints fanns jämfört med 110 år 2023. Likt förra året var det en blandning av skogs- och centrumnära checkpoints så alla har goda möjligheter att kunna delta.

Det var fler som var med i hittaut i år, såväl unika personer som totalt antal registrerade checkpoints. Totalt var det 1057 deltagare som registrerade 29 239 checkpoints. Det kan jämföras med 2023 då det var 904 deltagare som registrerade 26 392 checkpoints. Det var en jämn kamp mot Eksjö i antal deltagare och registreringar, men vi lyckades slå dem i år då Eksjö hade 1033 deltagare och 28 999 registreringar.

Kanonbra jobbat alla som varit delaktiga i hittautarrangemanget. Vi ser fram emot nya vägar, stigar och skogsupplevelser nästa år så när det närmar sig sprid gärna hittaut till dina kompisar, arbetskamrater, grannar med mera så kanske vi kan bli ytterligare ännu fler deltagare nästa år.

Torsdagsträningar

(Text Simon, Foto Åsa Flink Svensson)

Klubben har erbjudit ett gäng träningar på torsdagarna under hösten. Framförallt är OL-övningarna anpassade till ungdomarna, men det går också bra att som vuxen delta på dessa. Och repetition är ju kunskapens moder. Genom att regelbundet försöka nöta in de olika orienteringsteknikerna så borde ju också sannolikheten öka att man lyckas använda sig av dessa på tävlingar (undertecknad kan behöva det efter att ha varit utanför kartan på O-Ringen).

Vi startade upp säsongen med stjärn/sling-OL vid Lionsgrillen i Lövhult. Perfekt för att kunna känna en trygghet av att inte vara så långt borta. För de som ville utmana sig själva fanns också möjlighet att springa på en karta där stigarna var borttagna. Vi har också haft övningar med fokus på sista-säkra där det på alla banor fanns inritade förslag på en tänkt sista-säkra innan själva kontrolltagningen. Vi har passat på att vara på lite halvnya områden, däribland Åkraberget. Där fick NOKarna känna på snabbheten då kartan är i



skala 1:4000. Just snabbhet gällde det även att ha när vi hade övningen Råven. Detta för att hinna springa in till kontrollen i skogen och sedan tillbaka och stämpla vid Råven, som går en slinga på stigen, innan man får springa in till nästa kontroll i skogen igen. Lite tidspress blev det också på en annan ungdomsträning när vi körde poängorientering där man skulle samla så många kontroller som möjligt på 30 minuter.

När vi varit i Lövhult har vi haft fika efter våra träningar. Men det går ju även bra att sitta och ljuga på ljugarbänken när vi är på andra kartområden.

Ungdomssäsongen avslutades sedan med att åka och springa tävling i Huskvarna, gofika på arenan och därefter hoppa av sig i trampolinparken Yoump i Jönköping.

Hösttävling

(Text Måns Lennermo, foto och fototext Berndt Halvardsson)

Det var dags för oss att åter besöka Tapplarp och Familjen Svenssons marker. Lördagen den 7:e september rullade bil efter bil in på parkeringsåkern. Folket travade den korta biten upp till arenan och fyllde upp båda sidor av målfällan. Kontrasterna var stora jämfört med hösttävlingen 2023 då regnet strilade ner under i stort sett hela tävlingen. Nu var det istället en underbar sensommardag med sol och värme.

Antalet föranmälda var stort, jämförelsevis mot vad tävlingar lockar nu för tiden. Vädret hjälpte till så att många lockades ut att ta en öppen bana. Vi fick till och med sälja våra uppsatta mallkartor i vissa klasser för att intresset var så stort. Alla erbjöds i alla fall en bana som de var nöjda med. Och nöjda, det var även deltagarna när de kom i mål. Terrängen i Tapplarp erbjuder riktig orientering där kartkontakten måste hållas genom hela banan. Intensivt blir det under en medeldistans där sträckorna är korta och riktningsändringarna många. 431 anmälda landade vi in på när alla var inräknade. Den goda uppslutningen gjorde också att kön till markan ringlade lång. Åtminstone så länge vi hade något att sälja. Även där lyckades vi sälja slut på allting vi hade. Klart lyckat!

Vi har det trevligt tillsammans oavsett väder. För så är det, det sociala runt en tävling är en stor del varför vi alla ställer upp varje år. Men det är klart att sol gör det hela ytterligare lite mer trivsamt och mer lättarrangerat. Bortsett från kondens i de vita toalett- och ombytestälten samt lite för hög belastning på elverket fungerade allt, som vanligt, smärtfritt. Stort tack till alla er funktionärer som hjälper till med allehanda uppgifter.

Extra kul att 11 av våra ungdomar passade på att springa. Få erfarenhet och upplevelsen. Ni gjorde det jättebra och hoppas att det gav inspiration till att vara med fler gånger.



Tält var det här. Nu är vi rustade med flera nya tält. Kul att många var med på detta bygge.



Vilket välkomnande i Tapplarp både som funktionär och tävlande. Skylt ifrån 2003.

Klubbmästerskap

(Simon)

Under andra halvåret har Nässjö OK arrangerat två klubbmästerskap, dag-KM respektive natt-KM. I härligt sensommarvärme kom det bil efter bil på grusvägen in mot Svenstorp där vi fick låna yta till såväl parkering och arena av Larssons. Tack för det. Det gällde att hålla i såväl karta som kompass i den utmanande södra Lövhultsterrängen. Gött att kunna erbjuda fin och OL-tekniskt bra skog vid ett klubbmästerskap. Det var drygt 20 NOKare som var ute i skogen.

Några månader efter dag-KM när mörkret kommit var det dags för klubbmästerskap i nattorientering. Vi passade på att använda Kjell Neros nyreviderade karta över Åkraberget som användes bland annat vid Gångbudkavlen. Gäller att passa på att springa i området innan det nya bostadsområdet börjar byggas. Det var en liten men tapper skara som sprang. Det var fem NOKare som sprang och mästerskapet hade också lockat långväga besök av Jonny som åkt ifrån Norberg för att få uppleva denna härliga tillställning. Poppe, som sprang discoorientering med sin blinkande lampa förra året, fick tyvärr uppleva helt mörker i skogen i år. Trots tester av lampan innan klubbmästerskapet ville lampan inte lysa hela banan utan la av efter några kontroller i skogen. Blir det tredje gången gillt nästa år?

Grattis till alla Nässjö OKs klubbmästare under 2024!

Dag-KM

D14 Alma Lundqvist
D18-45 Linda Sahlin
D50- Helena Karlsson

H10 Emil Lundqvist
H12 Simon Lundqvist
H14 Oscar Sandin
H18-45 Fredrik Lundqvist
H50- Magnus Svensson

Natt-KM

D18-D45 Linda Kindgren

H50- Magnus Svensson

Veteran-OL

Den 25 september arrangerade Nässjö OK höstens veteran-OL i Tapplarp. Arenan var granne med Svenssons hustomt. Det regnade en del på morgonen, men lagom till att löparna började komma och skulle ut och springa började det komma några härliga solstrimmor som de 63 startande fick uppleva.

Då är det anmält för denna gång bland veteranerna. Även denna löpare blev godkänd. Foto: Berndt



Skinkracet

(Simon)

20-årsjubileum av denna härliga sociala aktivitet. Orientering, klurigheter, gemenskap och gött julefika med gröt och skinkmacka. Ett koncept som hållit i 20 år. Det har varit många olika klurigheter genom åren, mycket skratt och glädje och många magar att mätta.

Skinkracet är en perfekt breddaktivitet där alla kan vara med och tävla på lika villkor. Likt tidigare gäller det att gissa sin egen tid innan man går ut på en bana eller springer en bana. Den som är närmst sin egna gissade tid vinner. I år bjöds vi på två olika banor. Banläggare Magnus Svensson hade återigen gjort det lite svårare för oss genom att lägga in ett par klurigheter.

Den första klurigheten var som en precisionsorienteringskontroll. Ifrån stigen skulle man kolla in i skogen och lista ut vid vilken av de tre olika punkthöjderna som skärmen hängde. Gissade man fel fick man två minuters tidstillägg. Många NOKare stod och kliade sig i huvudet vid stigen för att försöka lista ut vilken punkthöjd skärmen satt vid.

Den andra klurigheten, som fanns med på den svårare banan, var en stor kontrollring. På kontrollangivelsen kunde man, om man kom på att läsa på den, se att kontrollen skulle sitta vid en sten. Det fanns sex olika stenar i den stora kontrollringen. Några NOKare chansade och besökte inte alla stenar, medan några NOKare sprang sten för sten för att hitta skärmen. I vanliga fall sitter kontrollen i mitten av kontrollcirkeln, men det gjorde den ju inte nu. Där gick några NOKare bet på också utan var i mitten av den stora kontrollringen och letade förgäves.

På den lite längre banan blev det trippelseger för familjen Sahlin. Har det någonsin hänt i Skinkracets historia att en och samma familj tagit guld, silver och brons? På den lite kortare banan segrade Moa Svensson.

Efter skinkracet så bjöds vi på julegröt och skinkmacka som Dennis och Kenneth ordnat med. Gött!



Tisdagsvandringar NOK-50

(Berndt Halvardsson)



Höstens vandringar startades upp 3 september vid Paradis i ett strålande soligt väder. Fikaplotsen duger.

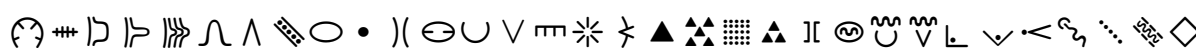
När det är älgjakt brukar vi vara i Lövhult. Denna gång lyxade vi till det med att besöka Café Lövhult.



1 oktober var det Forserum som fixade en runda. Här sitter vi på en fin plats vid Fallnäs som är Maj-Sofies och Alfs pärla. Alla tyckte det var en vacker plats med utsikt över Lilla Nätran



24 september bar det iväg till Isåsa. Svante fixade denna veckans runda. Här kan man undra vad Kerstin och Svante avhandlar. Är det om fåglar tro?



Cafeteria och tipspromenader 2025

Här kommer schemat för 2025. Vi startar upp med detta 2 mars. Det kommer att bli lika bra som vanligt. Många är ju rutinerade för detta vilket är ett bra stöd för dig som är med första gången. Roligt när många hjälps åt. Hoppas att schemat nedan stämmer någorlunda. Byt med varandra annars.



Datum	Vem har serveringen, cafeteria?
2 mars	Fam. Sjöblom
9 mars	Fam. Sahlin, Fam. Kent Larsson
16 mars	Måns, Simon, Bodil
23 mars	Fam. Charlotte Stenhag, Fam Syrén/Schill
30 mars	Fam. Åkesson och Fam. Elovsson
6 april	Fam. Carina Lax och Fam. Kindgren
13 april	Fam. Helena Karlsson, Fam. Franzén
21 april	Bo-Gunnar, Fam. Kent Holmgren, Iréne Holmgren Annan Dag Påsk
27 april	Fam. Halvardsson, Lennart Holst, Rune Gunnarsson
4 maj	Fam. Linnåsen, Leif Andersson, Kjell Nero
11 maj	Fam. Ann-Britt och Johan Carlsson, Fam Blomkvist
18 maj	Anna Nordmark, Fam. Lennartson
25 maj	Fam. Sjöblom
	Ingen caféteria i juni, juli och augusti

När	Vem har tipspromenaden?	1
2 mars	Dennis Sjöblom	X
9 mars	Svante Linnåsen	2
16 mars	Leif Andersson	2
23 mars	Bo-Gunnar Josefsson	X
30 mars	Berndt Halvardsson	1

Material: Tipspromenad fortsätter som vi vant oss med bland annat självbetjäning. Återkommer om hur vi ska ha det med tipspromenader till sommaren. Växelkassa till servering, mest Swish numera.

Kontanter Redovisa till Eva Sjöblom eller Berndt Halvardsson.

Bemanning: 4 per gång är att rekommendera i serveringen mars, april. Maj lugnare minst 3. Om du ej är med på listan och är sugen på att hjälpa till så kontakta Berndt 070-3612800 eller någon ovan.



Stugvärdskap med mera

Vi hjälps åt med att ta hand om vår klubbstuga. En eller ett fåtal veckor varje år har du ansvaret. Uthyrning sköts av Berndt och det är upp till hyresgästerna att städa efter sig. Men som stugvärd är det bra att göra en koll så att det ser bra ut såväl inför som efter uthyrningen. Utöver det ansvarar du för att hålla klubbstugan öppen torsdagskvällar (undantaget då vi tränar på annat håll) och erbjuda fika till de som kommer ut. Öppettiderna är 17.45 – ca 20.00 vartefter du plockar i ordning efter.

Våffelserving och tipspromenad kan du läsa om på annat håll i sNOKen. Men ta gärna en titt på hemsidan (www.nassjook.se). under länken ”Ansvarsdatum” för att se vilken vecka du ansvarar för klubbstugan och ifall du har något åtagande som reseledare.

Fungerar inte tiden – vänligen lös det genom att byta med någon annan på respektive lista.

Klubbmästerskap

Under 2025 kommer vi, likt vanligt, kora klubbmästare i sprintorientering, dagorientering och nattorientering. Samtliga kommer arrangeras av oss själva och i samband med torsdagsträningar. Däremot är inte datumen spikade i dagsläget.

Upplägget är likt tidigare. Åldersklasser för ungdomar. Sedan har vi två klasser för respektive kön för äldre löpare. Klasserna HD18 – 45 samt HD50 - . Handikappsystem används där varje klass i förhållande till basklasserna HD21 o HD50 samt varje kilometer ger ett avdrag på 30 sekunder (för sprintorientering är det 15 sekunder som gäller).

Mer information kommer på hemsidan.

Renovering Motionsgården

Renoveringen av Motionsgården är i full gång. Det skall vara klart och besiktat till sommaren, kring mitten av maj om tidsplanen håller. Eventuellt kommer det upp två baracker med lite värme i där det går att byta om till torra kläder efter träning. För vår del som har tillgång till klubbstugan kan vi byta om där.

Under hela vintern och våren håller vi klubbstugan öppen på torsdagskvällar. Du väljer själv om du vill träna lite, ta en promenad eller bara komma ut för att vara social till kaffet.

Höglands-OL, SprintCup och Höglandsserien

Föreningarna i zonen har tagit beslutet att pausa SprintCupen under 2025. Vi får se om den får se sitt ljus framöver igen. En skillnad under 2025 blir istället att ett par av Höglands-OL arrangeras med sprintdistans. På hemsidan, och senare även på Eventor, hittar du hela programmet.

Gällande Höglandsserien kommer vi testa ett upplägg med deltävlingar under såväl våren som hösten. Tre deltävlingar under våren (där vi i Nässjö OK arrangerar en av dem) följt av två deltävlingar under hösten (en av de på hösten är vår ordinarie medeldistanstävling 23/8). Höglandsserien är fokuserad mot ungdomarna men vuxna är välkomna att springa. Där görs det ett förtydligande så att vuxna startar efter ungdomarna.

Kläder

Klubbkläder: Vi planerar att beställa klubbkläder i början av året för att kunna få dessa levererade till början på vårsäsongen. Mer info kommer att komma på hemsidan i januari.

Ullmax: Är du i behov av underställ eller dylikt. Köper du kläder via Ullmax (www.ullmax.se) så kan du välja att stötta Nässjö OK vid köpet så får klubben tillbaka en viss procentsats av försäljningsvärdet.



På Avigan



Nu var det dags igen att återigen hitta nya ord att skriva ner här på Avigsidan. En massa spån och flisor blandas i hjärnan. Texten fastnar på skärmen framför mig. Eller rättare sagt så kanske det är huvudets restprodukter (kortslutningar, kanske??) som antar elektronisk form och kommer fram på dataskärmen.

Tänk egentligen vad ett år går fort när man ser bakåt. Årets aktiviteter i skogen är gömda i den gamla tidens garderob och det är dags att redan nu se fram mot nästa år och vad som händer då i vår OL-närhet. O-Ringen i Jönköping är väl det största förutom vår egen tävling under hösten.

December har nu har kommit till Undertecknad (och er övriga med naturligtvis, för vem har ensamrätt till en månad). Den har armåtagit sig fram ur det milt gråa som november bestod av. Med sitt ljus är den redan här i alla skyltfönster till och med innan november hunnit smyga iväg. Vilket är en föraning om att julen kommer vi inte undan. Vilken plats i livet man än befinner sig på så finns den där med sina olika förväntningar. Blir det snö? Kommer Tomten? Räcker skinkan och gröten?

När vårt Skinkrace, som nu firade 20 års jubileum, avgjordes räckte i vart fall både skinkmackor och gröt. Många var de NOK-are som hade sökt sig till Valborgsgården för att försöka lösa Magnus klurigheter och få fatt i den åtråvärda skinkan. En familj lyckades med att fylla en hel prispall för första gången någonsin. Grattis.

Att någonting inträffat för första gången någonsin är ett litet konstigt uttryck förresten. Hur menar man då? För har det hänt för första gången har det väl aldrig hänt tidigare? Nej, aldrig någonsin och har det hänt förut är det ju inte första gången det händer. Men denna gång stämmer ju talesättet för nu har det faktiskt hänt för första gången någonsin i Skinkracets historia. Vi får se hur det blir framöver. Går det att överträffa nästa år?

Nästa år finns Undertecknads Favoritlag kvar i den allsvenska fotbollen visar det sig. Det bevisar att undrens tid ännu inte är förbi. Då blir det att återigen att kämpa för en fortsatt vistelse i fotbollssocieteten för de grönsvarta. (Det blir det förvisso för alla lag är väl bäst att tillägga.)

Tänk på att all den motion som blir av nu i juletider, oavsett aktivitet, är bättre än den som inte blir av. Om man promenerar, joggar eller springer fort spelar ingen roll. Bara att det man tänkt sig göra blir av är den bästa motionen.

Tills vi ses i skogen nästa år önskas alla NOK:are

**God Jul och Gott Nytt År
/Bisittaren**

**”- Hörde du vad engelsmannen tyckte om älgkött?
-Nä
- Gött moose!”**