



Verksamhetsberättelse 2010



Styrelsens verksamhetsberättelse för 2010

Vid årsmötet 2010 antogs Visioner och Mål för OK Skogsfalken.

Arbetet med att ta fram dessa har pågått i drygt 1 år och hela klubben har på olika sätt varit med i arbetet.

Sju fokusområden pekas ut:

- **Sportsliga framgångar**
- **Fler medlemmar**
- **Klubben för ungdomar**
- **Sammanhållning och glädje**
- **Attraktiv arrangör**
- **Bra träningar**
- **Välkänd**

Det finns en allmänt formulerad Vision:

OK Skogsfalkens vision för 2020 vilar på en stark sammanhållning där glädje och klubbanda är ledord. Visionen ska ses som en helhet där varje enskild del bidrar till att skapa framtidens förening. Orienteringen tillsammans med en stabil ekonomi utgör också basen för verksamhet.

De mer tydligt formulerade långsiktiga Målen är:

- *2020 är vi en attraktiv ungdomsförening med minst 100 aktiva ungdomar i åldrarna 7-20 år.*
- *2020 har vi en anställd sportchef.*
- *2020 är vi en etablerad elitklubb med minst en landslagslöpare i vardera junior- och seniorklasserna.*
- *2020 är samverkan med andra föreningar, med syftet att nå utveckling och säkra resursförsörjningen, ett naturligt inslag i verksamheten. Vi samverkar både inom och utom orienteringssporten.*
- *2020 är vi en attraktiv arrangör som genomför olika typer av arrangemang av hög kvalitet ur såväl sport- som publikperspektivet. Våra arrangemang ska kännetecknas av modernitet och nytänkande.*
- *2020 har vi 600 medlemmar.*
- *2020 är vi en välkänd förening i såväl kommunen som i regionen. Vi utgör ett föredöme för andra föreningar både inom och utom orienteringssporten*

Under 2010 har på prov delar av verksamheten bedrivits i Projektgrupper. De flesta Projekten har utgjort tydligt definierade aktiviteter. På detta sätt har fler tagit på sig någon form av uppdrag under året.

Basverksamheten i form av Ungdomsutveckling, Elitutveckling, Arrangemang och skötseln av vår klubbstuga har bedrivits i normal kommittéverksamhet.

Ungdomsverksamheten har under året fungerat bra och en viss återhämtning kan noteras i jämförelse med 2009. Mest framgångsrika under året har Tove Ingvarsson, Wilma Persson, Fredrik Wennermark, Edvin Smedberg och Johan Wennermark varit.

På elitsidan är det som vanligt i Skogsfalkenflickorna som skapar de bästa resultaten. Johanna Erlandsson sprang till sig en bronsmedalj vid Lång SM och i övrigt har Rebecka Olsson och Lina Blomqvist också gjort fina resultat.

Lina Persson tävlade för Skogsfalken vid Ultra Lång SM i Ronneby och sprang då hem en fin femte plats. Lina har under hösten flyttat hem igen och avser att tävla för klubben under 2011.

OK Skogsfalken var 2010 värd för Riksmästerskapet för veteraner. Mästerskapet genomfördes under en helg i september med medeldistans på Jössa och dagen efter med långdistans på Södra Hoka. Arrangemanget genomfördes framgångsrikt i ett soligt höstväder.

Vintern 2010 och även början på vintern 2011 har varit ovanligt snörika vilket har gjort att många klubbmedlemmar har tagit fram skidorna. I första hand som träning men också som tävlingsdeltagare.

Skogsfalken har idag 311 medlemmar, vår egen anläggning i Öjavad, ett flertal kartor i trakterna runt Mörrum, Svängsta och Asarum .

Årets samlade ekonomiska resultat är ett överskott på 2 150 kr.
Föreningen har som helhet en god ekonomisk situation.

Styrelsen har under det gångna året bestått av:

Ordförande	Anders Wiberg
V ordförande	Christina Smedberg
Kassör	Sven-Olle Söderberg
Sekreterare	Magnus Kärvhag
Ledamot	Cecilia Rönnfjärd
Ledamot	Maria Wennermark
Ledamot	Cissi Lingerud
Suppleant	Patrik Wåhlin
Suppleant	Josefine Albinsson



Under året har åtta protokollförda sammanträden och ett allmänt möte genomförts.

Styrelsen tackar alla medlemmar, funktionärer och sponsorer för ett framgångsrikt 2010.

Svängsta 3 februari 2010

Styrelsen



Ovan t.v. Emma B och Rebecka på prisballen på Sprint-SM. T.h. SOL-skolan. Luciatåg på bingot i Medborgarhuset. Nedan Lina B, Rebecka, Johanna 7:a på SM-stafetten.



Verksamhetsberättelse från elitkommittén

Kommittén har haft följande sammansättning under 2010:

Jonas Johansson, Pontus Larsson, Birgitta Olsson, Fredrik Smedberg och Patrik Wählin.

UK för damerna har varit Christina Smedberg och för herrarna Birgitta Olsson.

Under 2010 har vi upplevt en ordentlig snö vinter både i början och slutet av året. Detta har givetvis påverkat vår verksamhet när det gäller träningar och tävlingar. Vi ställde in ett planerat tiomilaläger och sedan blev även ett antal tävlingar inställda eller flyttade under vårsäsongen. Våra juniorer har utvecklats positivt under året och nått stora framgångar såväl i juniorcupen som på SM. Bästa SM-placering nådde Johanna Erlandsson i Karlstad på långdistansen där hon tog brons. Totalt blev det 9 st tio-i-topp-platser på SM distanserna.



Johanna SM3:a

Träningshelger

Första träningshelgen i januari genomfördes på hemmaplan med orienteringsträning i snö från Karlsnäsgråden och Hällaryd samt boxning, innebandy och laserdome som kompletterande inomhusträning.

Nästa träningshelg var förlagd till Växjö i februari. Där blev det återigen orienteringsträning i snön samt ett uppskattat spinningpass inomhus.

Nu ställde vi in träningshelgen i mars och åkte ner till Åhus den sista lördagen och sprang två teknikpass i tallskogen.

Nästa träningsdag var i juni med orienteringsträning på SSM kartan i Jakobstorp.

Årets sista träningshelg var förlagd till Jönköpingstrakten. Nu hade vintern återkommit så det blev orientering i snön igen.

Juniorcupen

Efter den långa vintern och mycket snö i Småland blev det säsongspremiär utanför Jämsjö den första helgen i april. Här visade juniorerna strålande form och inte mindre än sju personer tog poäng i juniorcupen. Det var Tobias Nilsson, Anton Wiberg, Hanna Wählin, Johanna Erlandsson, Rebecka Olsson, Emma Bergman och Lina Blomqvist som kom bland de 30 bästa och fick poäng med sig. Övriga deltävlingar avgjordes i Ronneby, Arvika, Örebro, Umeå, Avesta och Kolsva. Under året tog även Mia Kaisajuntti och Simon Smedberg poäng i cupen.

De två främsta totalresultaten fick Johanna och Rebecka som båda kom på 14:e plats sin klass.

Stafetter

Skånemixen avgjordes i mycket snö nere i Åhus första helgen i mars. Damerna slog till med seger och herrarna blev 12:a.

Nästa stafett blev 10-mila i Finspång. Här hade vi två damlag och ett herrlag. Damerna gjorde som vanligt bra ifrån sig men mot världens bästa på sistasträckan hängde de inte med och fick placeringarna 59 och 70. Herrlaget som bestod av sju juniorer kämpade väl och blev 156:a.

Nästa stafett var Venla/Jukola bara fem mil norr om Helsingfors. I år åkte vi med egna fordon till Stockholm och sedan med gemensamma bussar ut till tävlingen. Det var ett uppskattat sätt att ordna resan på. Damlaget med Emma, Sofia, Rebecka och Anna blev 56:a medan andralaget kom 84:a. Herrarna gjorde enormt fina prestationer under nattens regn och blev 136:a. Årets Jukola var en av de mest orienteringskrävande i tävlingens historia.

Tjoget med deltagande av många i elitgruppen gav oss en fjärdeplats med snudd på tredje.

DM-stafetten avgjordes mitt i Blekinge vid Johannishus. Här var det en otroligt fin terräng med liten kupering men ändå orienteringskrävande. Det blev seger i D21 av Anna, A, Anna O och Christina, i D20 av Johanna, Rebecka och Hanna och i H20 av Simon, Anton W och Felix.

25-mannastafetten norr om Stockholm avgjordes i ett fint brittsommarväder och här blev placeringen 132, några placeringar högre än föregående år.

Årets sista stafett Smålandskavlen gick i Tranås och här slutade herrarnas förstalag 88:a och andralaget 101:a. Damerna blev 23:a.

SM

Årets svenska mästerskap avgjordes på vitt skilda platser. Ultralång gick i Ronneby, natten i Tjällmo, sprinten och långdistansen i Karlstad samt stafetten och medeldistansen i Umeå.. Vi hade deltagare och ledare på samtliga platser och som tidigare nämnts togs ett flertal tio-i-toppplatser. Nedan följer en sammanställning av finalresultaten.

SM	Lina P D21	Emma B D20	Lina B D20	Rebecka O D20	Mia K D20	Hanna W D18	Johanna E D18	Anton W H20	Felix L H20	Viktor B H18	Simon S H18
Ultra	5	15	21					31			
Natt			8	7	20					13	40
Sprint		8		9		27	35				
Lång			19	14			3				
Medel			4	12			5		26	32	24
Stafett			7	7		56	7	56	40	40	40



*Deltagare på SM
i Umeå*

Verksamhetsberättelse för ungdomskommittén 2010

Kommittén har under året bestått av Örjan Christensson, Roger Sigvant, Lars Persson, Elise Wåhlin, Josefine Albinsson och Jonas Johansson.

Året har präglats av många aktiviteter och fina tävlingsframgångar både individuellt och i stafetter. Prova på aktiviteter tillsammans med Karlshamns kommun har resulterat i flera nya ungdomar på träningarna. Ungdomskommittén vill tacka alla de klubbmedlemmar som hjälp till under året.

Teknikträningarna har genomförts på måndagar under våren och hösten delvis i samarbete med Stigmännen. Ungdomarna har varit uppdelade i 5 nivåer med ca 20-30 deltagare/gång. Vi har även haft löpträningar på måndagar under mars, oktober och november ifrån Vägghallen med bra uppslutning. Vinterträningarna har bestått av ordinarie klubbträningar på tisdagar, löpträning och gymnastik på torsdagar, innebandy på fredagar och möjlighet till teknikträning på helgerna. Utöver detta har ungdomarna varit med på övriga klubbens aktiviteter t.ex. teknikträningar på torsdagar under tävlingssäsongen.

Läger har anordnats under hela året, det har varit hyfsad uppslutning med varierat antal deltagare per gång.

Följande läger har genomförts:

BLOF:s Vinterläger

Januariläger i Brösarp

Kick-off i februari

Solskolan

Regionsläger

Rikslägret

Hällevikslägret i augusti

USM-läger

Tävlingsresor har anordnats till:

Spring-cup i Danmark

10-mila

Sprintstafett FK Boken

Orions sprinthelg

Ungdomens 10-mila

Daladubbeln

Zoo-OL i Borås

Flera av klubbens ungdomar har representerat Blekinge OF i mästerskapstävlingar.

På USM var två ungdomar uttagna: Tove Ingvarsson och Fredrik Wennermark.

De främsta placeringarna var, Tove 29:a på långdistansen i D16 och Fredrik 47:a på långdistansen i H16.

På GM var sex ungdomar uttagna och de bästa resultaten var

Johan Wennermark 3:a i H14.

Fredrik Wennermark 15:e i H16.

Tove Ingvarsson 21:a i D16.

På distriktsstafetten kom Blekingelaget 5:a med Johan i laget.

På SSM startade sex ungdomar. I klass H14 vann Johan Wennermark och Edvin var trea i samma klass. I Blekingelaget som kom på en utmärkt andra plats i stafetten deltog Johan Wennermark.

På de individuella DM-tävlingarna tog ungdomarna 9 guld, 4 silver och 4 brons.

Guld till Tove Ingvarsson D16 natt/ lång, Vilma Persson D12 sprint/natt/medel, Johan Wennermark H14 sprint/natt/lång samt Edvin Smedberg H14 medel.

Silver till Tove I D16 sprint, Vilma P D12 lång, Johan W H14 medel samt Jonathan Ljungberg H10 sprint.

Brons till Tove I D16 medel, Julia Hed D14 medel, Fredrik Wennermark H16 sprint samt Edvin S H14 lång.

På stafetten blev det silverplats till Johan Wennermark, Felix Persson, Simon Sigvant och Edvin Smedberg i klass H16. Bronsplatser fixade Julia Hed, Vilma Persson och Tove Ingvarsson i klass D16 samt Lukas Mårtensson, Tony Andersson, Viktor Pettersson, Jonathan Ljungberg och Max Kärvhag i klass H12.

I Blekingecupen med 10 deltagare vannade tre ungdomar på medaljplats:
Guld till Tove Ingvarsson D16 och Johan Wennermark H14.
Silver till Vilma Persson D12.

Klubben vann återigen ungdomsserien i Listerkretsen.
Klassegrare blev Tove Ingvarsson D16, Vilma Persson D12, Fredrik Wennermark H16, Johan Wennermark H14 och Lukas Mårtensson H12.
Andra plats till Julia Hed D14, Edvin Smedberg H14 och Max Kärvhag H10.
Tredje plats till Klara Arnesson D14 och Tony Andersson H10.

På ungdomsseriefinalen med samtliga blekingeklubbbar slutade klubben på en tredje plats.

På O-ringen gjorde Johan Wennermark en suverän vecka genom att bli tvåa i klass H13.

Årets stafetter inleddes med Skåne-mixen, en andraplats i klass HD14 i ett kombinationslag med Stigmännen.

På Spring Cup i Danmark hade vi två lag i HD16, placeringarna blev 12:a och 31:a. Vi hade även ett kombinationslag med Korsnäs IF i klass HD12 som segrade.

På ”stora” 10mila hade vi ett lag med placering 173.

Sprintstafett FK Boken, seger i klasserna D14 och H14. I H16 hade vi två kombinationslag med Skåneslätten respektive Vilse, placeringarna blev 1:a och 2:a.



På ungdomens 10-mila hade vi kombinationslag med Stigmännen i HD18 och eget lag i D18, placeringarna blev 25:a respektive 43:a.

På Vittuskavlen blev det tredjeplatser i klass H13-18 och D13-18 samt en andraplats i inskolning.

Blåbärskavlen i Växjö resulterade i en 5:e plats i klass 1.

Till året ungdomsorienterare utsågs Johan Wennermark.

Arrangementskommittén

Under 2010 har kommittén bestått av: Magnus Kärvhag, Magret Carlsson, Per Erlandsson, Oskar Blomqvist och Tomas Blomqvist.

Första arrangemanget för säsongen var Skogskampen, stafett för kommunens 4:e klasser. Plats Asarums IP. Tävlade gjorde 13 klasser.

Vårens 1:a U-serie genomfördes i Svängsta (söder brandstationen) med Tomas Blomqvist som tävlingsledare och Rebecka Olsson/Lina Blomqvist som banläggare. 81 ungdomar sprang tävlingen.

Långasjönäs (Kvarnen) var TC för vårens andra U-serie. Tävlingsledare Tomas B, Anders Blomqvist banläggare. Tävlade gjorde 56 ungdomar.

KM-dag arrangerades 6:e juni med totalt 43 deltagare. Plats Lönsboda/Hjärtsjön. Tävlingsledare OK Gyngge (Tomas Blomqvist)

4/5 september var det dags att arrangera Veteran RM. Tävlingsplats var Jössa för lördagens medeldistans. Banläggare Magret Carlsson. Anmälda löpare 505 st. Tävlingsplats för långdistansen var Södra Hoka. Banläggare Christina Smedberg. Anmälda löpare 487 st. Tävlingsledare för RM var Per Erlandsson.

U-serieavslutningen för hela Blekinge genomfördes vid Södra Hoka (Kroksjögl). Tävlingsledare Tomas B, Anders Blomqvist banläggare. Tävlade gjorde 148 ungdomar.

Skinkskubbet avslutade säsongen med 58 st deltagare. Banläggare Magret Carlsson, Tävlingsledare Mats Persson.

Förutom dessa tävlingar har det också arrangerats 3 st Sprintcuper, samt att vi har genomfört ett antal aktivitetsdagar på skolorna i Karlshamn.

Projektgrupper

Under 2010 har OK Skogsfalken lyft ut vissa aktiviteter från det traditionella kommittéarbetet och bildat ett antal projektgrupper.

Målsättningen med dessa projektgrupper är att lättare få folk att engagera sig i klubbarbetet när projekten pågår under kortare period än traditionellt kommittéarbete.

Följande projektgrupper och aktiviteter har varit under året:

Årsfest:

Kerstin Arnesson

Ingrid Ottosson

Anton Wiberg

Lina Blomqvist

Hanna Wåhlin

Årsfesten för 2011 började att planeras i slutet av 2010. Datumet beslutades till lördagen den 8 februari med Abba-tema. Festen ska hållas på fritidsgården i Asarum.

Tjoget:

John D Söderberg

Anton Wiberg

Linus Pilblad

Tjoget genomfördes traditionellt i början av juli strax söder om Emmaboda.

Vi hade 2 lag som placerade sig med en fin 4:e placering för första laget och andra laget kom på 53:e plats.



4-plats på Tjoget

25-manna:

Sofia Forsgren

Anna Olsson

Per Malmberg

Under helgen 9-10 oktober gick 25-mannaresan till Stockholm.

Vi deltog med två lag.

Bornholmsresan:

Kenth Svensson

Bornholmsresan genomfördes i oktober med stor uppslutning som vanligt. 20 st falkar for till den danska ön och tävlade i två dagar.

Jettemilen:

Sven-Olle Söderberg fick 12 medlemmar med sig till Danmark för att delta i årets jättemil som gick 14 november.

Sommarfalkfesten:

Josefin Albinsson, Elise Wåhlin arrangerade sommarfalkfest i augusti vid klubbstugan. Aktiviter för kvällen var orienteringslekar och tävlingar. Fika och grillning stod också på programmet. Christina Smedberg blev gratulerad för sin seger på veteran VM. Ett 50-tal medlemmar i alla åldrar deltog.

Skinkskubbet:

Mats Persson

Ulf Ingvarsson

Carin Erlandsson

Skinkskubbet med nästan 100 deltagare, fina banor trots snö samt sedvanliga priser och fika efteråt genomfördes sista helgen i november vid klubbstugan.

Klubbresa:

Christina Smedberg

Maj-Lis Olsson

Per Andreasson

Klubbresa planerades genomföras till Värmland men på grund av dåligt intresse ställdes klubbresan in.

Skötsel av spåren:

Anders Blomqvist

Willy Olsson

Johan Gyberg

Anders Henriksson

Spåren har röjts och glödlampor har bytts av denna grupp under året.

Falkposten:

Pernilla Larsson

Ester Johansson

Hanna Wåhlin

Viktor Blomqvist

Maja Lingerud Sorinder

Lina Svensson

2 nummer av Falkoposten har utgivits under året.

Fler medlemmar:

Brodde Nilsson

Paul Lindqvist

Jens Nilsson

Cecilia Rönnfjärd

Denna grupp har inte träffats något under året som gått.

New-Body försäljning:

Ingrid Ottosson

Vid två tillfällen har New bodyförsäljning genomförts i klubben.

Kläder

Maria Wennemark har under året skött beställning och leverans av klubbens tävlingsdräkt.

IP-skogen kontakt

Styrelsen utsåg Cecilia Rönnfjärd som representant från OK Skogsfalken till IP- skogengruppen.

Naturpass:

Årets naturpass arrangerades dels som Fotoorientering i Mörrum, Svängsta och Asarum, dels som traditionell orientering på Buskelundskartan väster om Mörrum och på Långasjönäs.

Nytt för året var en gemensam avslutning i september vid Långasjönäs badplats med orientering och korvgrillning. Totalt såldes 63 st naturpass.



Deltagare på Veteran-VM med segrare i D45 Christina Smedberg.