



LUFFARNYT

SKOGLUFFARNAS ORIENTERINGSKLUBB

Box 40, 121 21 Johanneshov tel 81 78 08 www.skogsluffarna.se Nr 3 april 2006

Redax: Christer Moreau, Britt-Marie Skog

Räfsa, feja och fixa vid Brotorp torsdagen 18 maj!

Kl 10.00 samlas daglediga för att räfsa och feja runt stugan. Kanske finns det ett och annat att fixa till för den händige. Olle och Bertil kommer att stå för viss arbetsledning.

Förtäring med dryck finns i stugan.

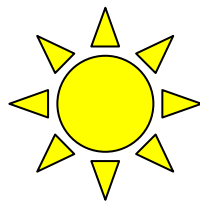
Kl. 18.00 tar vi andra vid och städar stugan och bastun.

Och äter och dricker av det som finns kvar.

Britt-Marie

Bidrag till Luffarnytt

Nästa manusstopp infaller 16/6. Bidrag skickas nu till: skog-woxblom@telia.com



"Sköna maj välkommen"

Resultat från KM i terränglöpning

”Trippel till familjen Mongård”

Tisdag den 25 april avgjordes årets terräng KM med start och mål vid Brotorp, i övrigt samma förutsättningar som de senaste åren, d.v.s. ”Två broar runt”. H21 sprang 3 varv, D21 och H50 sprang 2 varv.

Tidtagare var som vanligt Tony Millbrant.

H21 ca 7,8 km

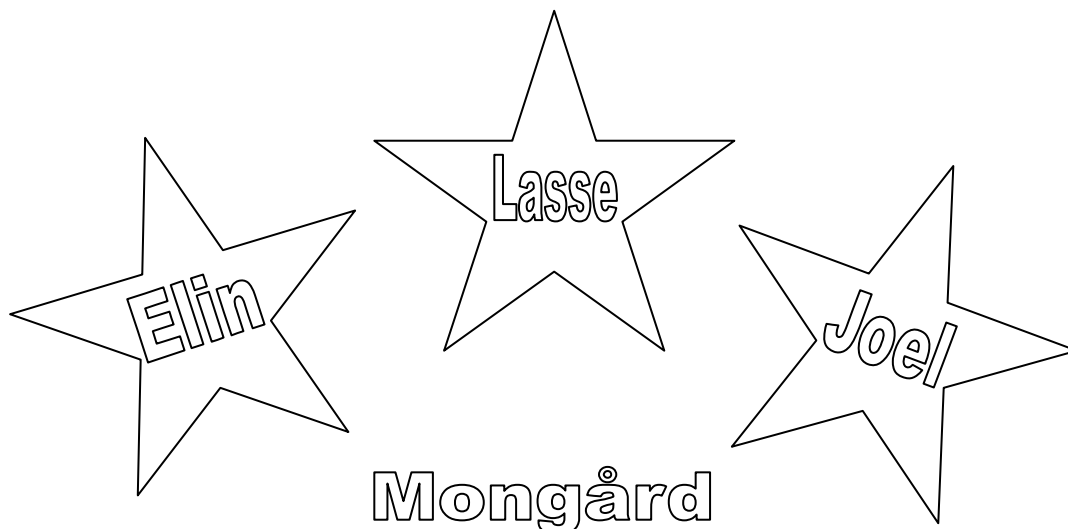
	<u>Varv 1</u>	<u>Varv 2</u>	<u>Varv 3</u>	<u>Sluttid</u>
1 Joel Mongård	16.00	16.31	17.39	50.10
Gustav Svedérus	16.25	17.15	Utgått	

D21 ca 5,2 km

1 Elin Mongård	20.00	19.10	39.10
2 Catrin Johnson	20.02	19.56	39.58
3 Britt-Marie Skog	32.55	32.00	64.55

H50 ca 5,2 km

1 Lars Mongård	16.15	16.40	32.55
2 Reine Borgström	16.26	17.15	33.41
3 Olle Öberg	18.05	19.50	37.55



TRÄNINGSVÄRDAR VINTER-VÅR 2006.

Brotorpsträning med soppa, tisdagar kl. 18.00.

Vecka	Datum	Värd 1.	Värd 2.
18	2/5	Thomas Ström	Joel Mongård
19	9/5	Mikael Abramsson	Mats Björkman
20	16/5	Martin Liljekvist	Malin Skals
21	23/5	Agneta Mongård	Lasse Mongård
22	30/5	Joakim Dahl	Kristina Romare
23	6/6	Britt-Marie Skog	Gun Berggren
		SOMMARLOV!	

För **TISDAGSSOPPAN** gäller samma recept som tidigare gärna med personliga variationer. Soppa, bröd, pålägg, dricka och kaffe. Ev. te´ för de som önskar. Städning i klubbstuga och bastu som vanligt.

Kontrollera i förväg vilket material som finns och vad som behöver köpas.

OBS! Har Du svårt att ställa upp **Din** vecka, byt i god tid med någon i veckan före eller efter. Lycka till!

Skogsluffarnas Medeldistanstävling vid Ågesta

Söndagen den 23 april arrangerade klubben den tävling som vi egentligen skulle ha kört redan den 8 april, men som då blev inställd p.g.a. den sena våren och all snö som låg då.

Deltagarantalet blev mycket bättre än förväntat, drygt 1000 anmälda! Och alla verkade trivas med arrangemanget. Det vackra vårvädret, och att det var säsongspremiär i Stockholm för orienterarna bidrog naturligtvis till att alla njöt.

Ett 50-tal Skogsluffare hjälpte till som funktionärer, före, under och efter tävlingen. Ett JÄTTESTORT TACK till er alla!

Det ekonomiska nettot från tävlingen förväntas bli mycket gott.

/Tony

Vårt nästa arrangemang

Är en kretstävling i Ungdomsserien med fyra Stockholmsklubbar inbjudna. Tävlingen kommer att arrangeras tisdag den 23 maj vid "Örnboet" intill Flatens sydspets.

Vi räknar med ca 150 – 200 startande ungdomar.
Tony Millbrant är tävlingsledare och Mats Björkman banläggare.
Ett dussintal funktionärer kommer att behövas.

Hör av dig till Tony om du kan hjälpa till.

Skogsluffarlag vid årets 10MILA !

Klubben har anmält ett damlag, fem sträckor, och två veteranlag, tre sträckor, till årets 10MILA som arrangeras strax söder om Hallsberg.

Damkavlen startar kl. 14.00 lördagen den 29 april med målgång planerad till kl. 17.15.
Veterankavlen startar kl. 19.00, och målgången är planerad till kl. 20.40.

Vi fick inte ihop ett eget – eller sammansatt lag i herrtävlingen. Det första gången sedan 10MILA startade 1945 ! Sorgligt men sant.

Luffarligan våren 2006

Program

3/5	Källbrinks IP, Huddinge (54A8)	Karl-Erik Mogren
10/5	Torvalla IP, Haninge (75C4)	Åke Hall
17/5	Uttrans sjukhus, Uttran (67B2)	Lars Lindgren
24/5	Harbrostugan, Tumba (67F2)	Håkan Allinger

Starttid vid varje tillfälle klockan 10.00-12.00.

Banlängder: Ca 2,5 km, 3,5-4,0 km samt 4,5-5,0 km.

Startavgift: 10 kronor plus kostnad för karta och omklädnad.

Kolla med klubbens telefonsvarare, **81 78 08**, angående eventuella ändringar i programmet.

Sommarserien 2006

Ti	30/5	Mälarhöjdsbadet (33E8)	Mälarhöjdens IK
To	8/6	Torvalla IP, Haninge (75C4)	SoIK Hellas
Ti	13/6	???	Söders SOL
Ti	20/6	Ågestabadet (71A3)	IFK Enskede
Ti	27/6	Balingsnässkolan, Huddinge (69E4)	Skogsluffarnas OK
Ti	11/7	Hellasgården (56E2)	Järla IF OK
Ti	18/7	Masmo, Botkyrkavägen, Huddinge (53B7)	Snättringe SK
Ti	25/7	Flatenbadet (56E7)	Sofia CK
To	27/7	Nynäshamns klubbstuga	Nynäshamns OK
Ti	1/8	Söderbysjön (56D2)	Skarpnäcks OL
To	3/8	Björnöreservatet, Ingarö	Gustavsbergs IF

Starttid vid varje tillfälle klockan 16.00-19.00 (den 27/6 och 27/7 start från kl. 15.00)

Startavgift: 10 kronor plus kostnad för karta och eventuell omklädnad

Banor: A = 7,0-9,0 km svart, B = 4,5-5,5 svart, C = 3,0-4,0 blå, D = 2,5-3,0 gul samt E = ca 2,0 km mycket lätt.

Kolla med klubbens telefonsvarare, **81 78 08**, angående eventuella ändringar i programmet.

KM i banläggning 2006

Noll deltagare – alltså ingen klubbmästare i år !

Klubbresa till Närkedubbeln den 13-14 maj

När den officiella anmälningstiden gick ut den 13 april för denna, som vi tror, trevliga klubbresa var det oförskämt få som hade anmält sig. Vad det nu beror på ?

Vi skall nu försöka att få respit med anmälan några dagar till Ånnaboda, där vi skall bo.

Enligt förra Luffarnytt så åker vi i två minibussar från Stockholm ca kl. 17 fredagen den 12 maj och beräknas vara tillbaka i Stockholm ca kl. 17 söndag den 14 maj.

Klubben har bokat 5 flerbäddsrum i Kilsbergen Konferens & lodge.
Frukost, lunch och middag ingår.

De två tävlingarna vi skall delta i går bara några kilometer ifrån där vi bor, så det finns alla möjligheter till att umgås när vi tävlat färdigt.

Deltagaravgiften för denna resa är kraftigt subventionerad av klubben.

Följande avgifter gäller:

Ungdomar t.o.m. 26 år 200:-

Vuxna medlemmar 400:-

Eftersom vi redan är sent ute med bokningen för logi så måste du omgående anmäla ditt intresse att hänga med till Tony Millbrant, telefon 556 241 81, mobil 070-282 68 64,

E-mail: tony.millbrant@bredband.net

KM och klubbtävlingar

	<u>Arrangemang</u>	<u>Plats</u>	<u>Arrangör</u>
On 3/5	KM Sprint, utom H & D17	Gustavsbergs Centrum	Gustavsbergs IF
To 1/6	KM medeldistans	Barnbadet, Flaten	IFK Enskede
Sö 11/6	KM ultralång distans	Plats i nuläget okänd	Skogsluffarna
To 15/6	KM Sprint för H17 & D17	Norra Djurgården	I samband med STCC
Ti 27/6	3-dagarsträning	Balingsnässkolan	Skogsluffarna
On 28/6	3-dagarsträning	Torvalla IP	IFK Enskede
To 29/6	3-dagarsträning	Ågesta	Ågesta OK

O Ringens 5-dagars

Årets 5-dagars arrangeras i Hälsingland med Mohed väster om Söderhamn som centralort den 16 – 21 juli.

I nuläget är följande Skogsluffare anmälda:

Tony Millbrant och Tommy Ljusenius H60K, Lasse Andersson och Reine Borgström H65, Katarina Holmgren D21K, Britt-Marie Skog Ö2 och Karin Skog Ö3.

Nästa ordinarie anmälningsstopp är den 1 juni, sedan gäller efteranmälan.

Tävlingsprogram vårsäsongen 2006

(Tävlingsprogrammet gäller för Stockholm och granndistrikten)

Klubbens tävlingsanmälarer, **Tony Millbrant**, tar emot tävlingsanmälningar per telefon, fax eller E-mail, enligt följande:

Telefon: **556 241 81**

Telefax: **556 241 82**

Mobiltelefon: (nytt nummer) **070-282 68 64**

E-mailadress: tony.millbrant@bredband.net

Oftast är senaste anmälan till tävlingar ca 2 veckor innan respektive tävling, men det kan variera.

OBS! Att du kan anmäla dig själv till tävlingar via klubben online.

Hör med Tony Millbrant om du vill veta hur man anmäler sig via klubben online.

<u>Datum</u>	<u>Arrangör</u>	<u>Typ</u>	<u>Tävlingsnamn</u>	<u>Senaste anmälan</u>
Lö-sö 29-30/4	Tiomilaföreningen	Stafett	10MILA	
Må 1/5	OK Klemmingen	Medel	Klemmingekorten	
On 3/5	Gustavsbergs IF	Sprint	DM + KM sprint	1/5
Lö 6/5	Järla IF OK	Medel		25/4
Lö 6/5	OK Roslagen	Lång	Roslagshelg	26/4
Sö 7/5	Södertälje IF	Lång		25/4
Sö 7/5	OK Roslagen	Medel	Roslagshelg	26/4
Lö 13/5	Hagaby GoIF	Medel	Närkedubbeln	3/5
Sö 14/5	Hagaby GoIF	Lång	Närkedubbeln	3/5
On 17/5	Sumpan/Södertörn	Sprint	Stockholm City Cup	14/5
Lö 20/5	Skogsluffarna	H-cap	Handicaploppet	15/5
Ti 23/5	Skogsluffarna	U-serien	Ungdomsserien	15/5
On 31/5	Sumpan/Södertörn	Sprint	Stockholm City Cup	28/5
To 1/6	IFK Enskede	Medel	KM medeldistans	27/5
Sö 11/6	Skogsluffarna	Ultralång	KM ultralång distans	4/6
To 15/6	Sumpan/Södertörn	Sprint	KM Sprint, H & D17	11/6

Brotorpslördag igen!!!

Klubbens framtid hänger på att vi kan få med flera aktiva medlemmar som vill orientera och som uppskattar klubbens verksamhet med Brotorp i centrum.

Under 2005 hade vi öppet hus ett antal lördagar vår och höst, vilket ledde till att vi har fått några nya medlemmar. Vi fortsätter att i första hand vända oss till ungdomar och vuxna som har intresse för att prova på orientering, eller kanske har orienterat tidigare och vill börja igen.

Det krävs att 4-5 medlemmar kommer ner till Brotorp och ställer upp som funktionärer de inplanerade lördagarna. Annons har gått ut i Mitt i Söderort..

Anmäl Dig till Olle om Du kan hjälpa till!

Aktivetslista Brotorpslördag våren 2006

Datum	Lörd. 29/4	Lörd. 6/5	Lörd.-Sönd.13-14/5	Lörd. 20/5
Kurs avsnitt	1 10MILA	2	3 Klubbresa Örebro	4 Handicapp Brostugedagen
¹⁾ Ansvarig	Sten Bergstrand	Leif Magnusson	Mikael Abramsson	Christer Moreau
Aktivitet	Vit-bana Orange bana snitslad bana	Vit-bana Orange bana snitslad bana	Vit-bana Orange bana snitslad bana	Vit-bana Orange bana snitslad bana
Servering-ansv	Gun Berggren	Britt-Marie	-----	Britt-Marie
Banläggare	Olle Ö	Tommy L	Tommy L	²⁾ Joel Svedérus
Funktionärer	MarianneBergstrand Mikael Abramsson ----- Henrik Wolff	Per Magnusson Olle Öberg Annika Nilsson?	-----? -----?	-----? -----?
Uppgifter	*Sätta ut kontroller *skugga *ta in kontroller	*Sätta ut kontroller *skugga *ta in kontroller	Sätta ut kontroller *skugga *ta in kontroller	Mentor för nybörjare
<p>*)"Skuggning" innebär att skuggan skall göra det aktivt! håll igång en dialog med den oerfarne, -inget tiggande om den oerfarnes misstag! -kartan skall vara i centrum -begär en idé om sista säkra och vägval innan det bär iväg</p>				

- 1) Ansvarigs uppgift är att välkomna, orientera sig om elevens förkunskaper, diskutera lämplig bana, ge en kortfattad lektion i orientering, visa teckenkarta, orientera kartan ,tumgreppet etc.föra upp namn, adress, födelsedata etc. på deltagarlista.
-Rita in en bana
- 2) Läger också lämplig bana för nybörjare förutom handicapbanan

Aktivitetslista Brotorpslördag våren 2006

Datum	Tis. 23/5	Lörd. 27/5	Lörd. 3/6	Lörd. 10/6
Kurs avsnitt	U-serien	5	6	7
¹⁾ Ansvarig	Tony Millbrant	Lasse Mongård	Anders Winblad	Hans Rosen
Aktivitet	³⁾ Arrangemang Örnboet Flaten	Vit-bana Orange bana snitslad bana	Vit-bana Orange bana snitslad bana	Vit-bana Orange bana snitslad bana
Serveringsansvarig		Britt-Marie	Britt-Marie	Britt-Marie
Banläggare	Mats B	-----?	-----?	Tommy L
Funktionärer	Ca: 10-12 funktionärer erfordras	-----? Joel Mongård Elin Mongård Tony Millbrant	Karin Winblad -----? Elisabeth Tollemark	Olle Öberg Fredrik Malmberg
Uppgift	Start-funkt Mål-funkt Sätta ut/ta in skärmar	*Sätta ut kontroller *skugga *ta in kontroller	*Sätta ut kontroller *skugga *ta in kontroller	*Sätta ut kontroller *skugga *ta in kontroller
<p>*)"Skuggning" innebär att skuggan skall göra det aktivt! håll igång en dialog med den oerfarne, -inget tigande om den oerfarnes misstag! -kartan skall vara i centrum -begär en idé om sista säkra och vägval innan det bär iväg</p>				

- 1) Ansvarigs uppgift är att välkomna, orientera sig om elevens förkunskaper, diskutera lämplig bana, ge en kortfattad lektion i orientering, visa teckenkarta, orientera kartan, tumgreppet etc, föra upp namn, adress, födelsedata etc. på deltagarlista.
 - rita in en bana
- 3) Arrangemang med ca 200 ungdomar, Särskild inbjudan

L U F F A R L I G A N

LL/10 8 mars 2006

TC: Nynäshamns klubbstuga
 Banläggare: Heino Ols
 VÄDRET: Mycket snö i markerna
 Startande: 31 orienterare dock ingen från Skogsluffarnas OK

LL/11 15 mars 2006

TC: Farstanäsets Friluftsgård
 Banläggare: Ulf Eskilsson
 Tävl.område: Hökarängsskogen, karta 1:5000
 VÄDRET: Rejält vinterföre, c. 30 cm snödjup, temp. omkring
 nollsträcket
 Startande: 75, varav 2 från Skogsluffarna, men som åskådare
 sågs Lilian Ireby, Rune Pettersson och givetvis
 Rune Englund.

Korta banan 2,5 km 30 startande

1. TorstenLundborg,CMG 0.38.40
 13. Sven Gärderud 0.50.37
 20. Lars Lindgren 0.57.14
 28. ThureLundberg,Br-Vy 1.27.41

LL/12 22 mars 2006

TC: Frescatihallen, Norra Djurgården

Banläggare: Stenåke Johansson
 Medhjälpare: John Sjöberg, Stig Thörn, David Jonsson, Lennart Sjö-
 stål, Anne-Marie Johansson och Stig Sköldberg.
 VÄDRET: 2-4 minusgrader, heltäckande snötäcke, växlande sol/
 moln.
 Startande: 101, varav 6 Skogsluffare som "sprang" och givetvis
 Rune Englund som hejade på.

Långa banan 5,1 km 35 startande

1. Peter Karlberg, TSK 0.38.14
 0.38.25
 17. Reine Borgström 0.54.55
 0.40.25
 35. Tomas Karlstedt. -- 1.22.59
 0.44.13
 1.04.09

Korta banan 2,6 km 25 startande
 1.11.25

Mellanbanan 3,7 km 41

1. Nils Nilsson, Järsla
 2. Gunnar Mongård
 4. Sten Bergstrand
 35. Sven Gärderud
 41. Lars Lindgren

1. Gunnar Bramsten, SIK 0.28.51
10. MARIANNE BERGSTRAND 0.54.54
24. ThureLundberg, Br-Vy 1.16.49

LL/13 29 mars 2006

TC: Haninge IP, Västerhaninge

Banläggare: Bror Wahlberg

Bitr. -- : Bror Forsberg

Bankontr. : Tommy Lindberg

Medhjälpare: Lisbeth Forsberg, Kerstin Eahlberg, Sven Jakobsson och

Uno Dahl.

VÄDRET: Gråmulet, tidvis lätt regn, 4-7 plusgrader, mycket snö, iland upp till 4 dm, som endast bar på hårt till-trampade Stigar.

Startande: 108, varav 7 från Skogsluffarna.

Långa banan 5,1 km 26 startande
startande

Mellanbanan 3,4 km 53

1. VidasArmalis Hellas 0.46.44
0.41.54

11. Reine Borgström 1.00.43
0.46.18

24. Tomas Karlstedt, -- 1.43.10
1.00.41

1.16.23

Korta banan 2,4 km 29 startande

1. Gunnar Bramsten, SIK 0.31.22

20. Björn Sandberg 0.53.50

23. Bengt Åman 0.57.05

24. Berndt Forsman 0.58.44

29. SvenLugnegård, Solna 1.15.38

1. L-E Almroth, Haninge

9. Henrik Wolff

43. Sven Gärderud

53. Lars Lindgren

LL/14 5 april 2006

TC: Enebybergs IP

Banläggare: -

Medhjälpare: -

VÄDRET: Några plusgrader, heltäckande snö i skogen. Belysta spåret och upptrampade stigar var moddiga.

Startande: över 150, varav 11 skogsluffare som "sprang" och Evert

Gillberg och Rune Englund, som var ute och luftade sig.

Långa banan 5,3 km xx startande		Mellanbanan 3,5 km xx
startande		
Reine Borgström	0.53.16	Sten Bergstrand
0.36.21		
.		Olle Öberg
0.50.11		
Korta banan 2,x km xx startande		Sven Gärderud
0.53.28		
	Göran	Hyttfors
0.54.20		
Lars Lindgren	0.43.19	Björn Sandberg
1.09.57		
Bengt Åman	0.44.45	
Lars Andersson	0.45.30	
MARIANNE BERGSTRAND	1.01.55	
Berndt Forsman	1.12.25	

SAMMANSTÄLLNING

St = antal starter
Bl = antal gånger banläggare
Mh = antal gånger medhjälpare
LNp= Poäng på Luffarnubben

	L U F F A R L I G O R									
	LL/1 - LL/14				Luffarnubbpoäng					
	4 jan - 5 april				4 jan - 5 april					
	St	Bl	Mh	LNb	10	11	12	13	14	
Andersson, Lars	1	-	-	1	-	-	-	-	-	1
BERGSTRAND, MARIANN	5	-	-	6	-	-	1	-	-	
Bergstrand, Sten	11	-	-	17	-	-	2	-	3	
Borgström, Reine	6	-	-	6	-	-	1	1	1	
Ekblom, Björn	1	-	-	-	-	-	-	-	-	
Englund, Rune	-	-	1	-	-	-	-	-	-	
Forsman, Berndt	4	-	-	3	-	-	-	1	-	
Gärderud, Sven	7	-	-	14	-	2	1	2	1	
Hyttfors, Göran	1	-	-	-	-	-	-	-	-	
Hägerskog, Janne	1	-	-	1	-	-	-	-	1	
Lindgren, Lars	7	1	1	8	-	1	-	1	3	
Mongård, Gunnar	2	-	-	6	-	-	3	-	-	
Sandberg, Björn	2	-	-	3	-	-	-	3	-	
Wolff, Henrik	1	-	-	3	-	-	-	3	-	
Åman, Bengt	6	-	-	9	-	-	-	2	2	
Öberg, Olle	2	-	-	3	-	-	-	-	2	

15 Skogsluffare har gjort 57 starter under våren
2003: Våren 190 + hösten 201 = 391 starter
2004: Våren 184 + hösten 224 = 408 starter
2005: Våren 184 + hösten 190 = 374 starter
2006: Våren

HÅGKOMSTER FRÅN FÖRR

Ur EKENSORIENTERAREN, stockholmsorienterarnas kalender 1960, med allt som hände 1959 har jag saxat följande:

James Engman från dam- och JSM-kavlen.

"Att juniorerna inte står våra seniorer efter när de gäller att springa budkavle, det fick man svart på vitt på när höstens JSM-drabbning brakade loss ute på Värmdön den 18 oktober. Där fanns allt man kan begära av raffle, hårda fighter, segersisu och vad ni vill. Med andra ord en kavletävling av högsta klass.

Det var verkligen roligt att se våra blivande storfräsare i aktion - vilket tempo både i löpet och i orienteringen! Med såna grabbar är det ingen fara med återväxten bland seniorerna de närmaste åren. Det vimlade av talanger och stora framtidslöften bland i det närmaste 400 juniorer som tampades om kavletecknen. 131 star-

tande av 133 anmälda lag, en höjning med 30 procent av fjolårets rekordsiffra, visar också det lavinartat ökande ungdomsintresset för skogssporten.

25-årsjubilerande Skogsluffarna höll rutinerat i trådarna. Man har en garvad funktionärsstab, som vet hur slipstenen ska dras. Det

var bäddat för en perfektävling, när de många deltagarna invaderade Gustavsberg på lördagskvällen. Eftersom även damernas kavle avverkades samtidigt, med 50 startande lag - arttigheten borde naturligtvis ha bjudit att den tävlingen nämnts först - och Hellas svarade för skol-DM med bortåt 700 deltagare också i Gustavsbergstrakten, så kan man gott säga att det var rena orienteringsinvasionen ute i porslinssamhället.

Tore Gustafsson och Folke Franzon, som opererat ute i SM-marker-

na ett tjugotal gånger för att få fram snitsiga banor - och som också lyckades med det - drog iväg med damkavlens startfält längst ut

på Värmdölandet, medan juniorerna fick inleda vid Hemmesta. Första växeln var gemensam vid Skärmarö, och andra växlingen skedde för damernas del vid Älvsby och för juniorerna ovanför Fagerdala. Slut-

målet var för båda kavlarna vid Viks gård. Banlängder: 5,2 - 6 - 7.5 resp. 9.8 - 6,2 -10.1 km. Karta förstås nya topografiska."

SELÅNGERS SK segrade i damkavlen, knappa 7 minuter före IK Göta, Stockholm.

VÅSBY OK segrade bland juniorerna 23 sekunder före Turebergs IF. Dryga 15 minuter efter segrarlaget kom SKOGSLUFFARNAS OK I och i laget sprang Roland Lagesson, 11:a på sträckan - Olle Sjöberg, 40:e - Håkan Ekblom 23:a.

Vårt andralag kom 70:e, 43 minuter efter segrarlaget. I laget sprang Tom Persson (34:a) - Nils-Olov Persson (43:a) - Stig Isaksson (101:a).

Vi hade även ett tredjelag med som kom 101, dryga timmen efter segrarlaget. Och i det laget sprang Sören Fagersten (3:a) - Tony Millbrant (114) - Uno Karlsson (112:a)

Sven Gärderud