

2015



Verksamhetsberättelse för Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2015

Styrelsen för Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb avger verksamhetsberättelse för perioden 1 januari 2015 till 31 december 2015.

12 protokollförda styrelsemöten har hållits under året samt 2 föreningsmöten.

Nedan presenteras klubbens funktionärer samt verksamhetsberättelser från de olika grupperna.

Styrelse och funktionärer under 2015

Ordförande	Roy Owesson
Vice ordförande	Macke Selander
Kassör	Barbro Norrestam
Vice kassör	Oscar Grönvall
Sekreterare	Helena Åhlin
Vice sekreterare	Fredrik Hjort
Ledamot	Stefan Norrestam
Ledamot	Stefan Dahl
Suppleanter	Björn Hellrup Vakant
VU	Roy Owesson Barbro Norrestam Helena Åhlin
Revisorer	Tor-Eve Bengtsson Per Rudqvist
Revisorsuppleant	Lennart Borgkvist
Valberedning	Josefine Nilsson Dennis Rudqvist Roy Owesson (styrelserepresentant)

Aktivitetsgruppen (Tävling & Träning)

Styrelseledamot	Stefan Dahl
Ansvarig nybörjare/ungdom	Richard Henriksson
Ledamöter	Mikael Friberg Edo Drenth Johan Bökman Josefine Nilsson Mats Ranbro Linda Ranbro Stefan Dahl Pär Eriksson

Ansvarig Jun/Sen Ledamöter	Björn Hellrup Malin Thorneman Oskar Cervin Joakim Sjöberg Ellen Rosenkvist
-------------------------------	--

Ansvarig Bredd Ansvarig Veteraner	Dennis Rudqvist Stig Johansson
--------------------------------------	-----------------------------------

Arrangemang

Arrangemangsansvarig Ledamöter	Stefan Norrestam, (styrelseledamot) Mats Nilsson Roy Owesson Tommy Petersson Jonas Åhlin Patrik Johansson Sven-Eric Ericson Björn Hellrup Felix Alnervik Lennart Stensson Johannes Henriksson Sven-Åke Emanuelsson Edo Drenth Dennis Rudqvist Bengt Johnsson
-----------------------------------	--

Administration

Klubbadministratör Ledamöter	Macke Selander (styrelseledamot) Rolf Gustavsson Roy Owesson Bengt Lundh Lennart Stensson Barbro Norrestam Jonas Åhlin Göran Rosenkvist Jim Sjöberg Lars-Göran Frisell Dag Lewis-Jonsson
---------------------------------	--

Anslutning och representation

Föreningen har under året tillhört följande förbund och organisationer:	
Svenska Orienteringsförbundet	Föreningen Idrottsarkivet FIA
Svenska Skidförbundet	Helsingborgs Nya Bingoallians
Svenska Friidrottsförbundet	Helsingborgs Ungdomsråd
Skånes Orienteringsförbund	Hälsingborgsidrottens Samorganisation
Skånes Skidförbund	O-ringenföreningen 2014
Skånes Idrottsförbund	
Skånes Friidrottsförbund	

Ombud i förbund och organisationer

Skånes Orienteringsförbund	Roy Owesson
Helsingborgs Nya Bingoallians	Roy Owesson

Övriga ombud utses av styrelsen vid behov.

Aktivitetsgruppen (Tävling & Träning)**Junior & Senior****Träning**

Vi har under hela året – bortsett från sommarmånaderna – under måndagskvällar, bedrivit styrketräning i vår klubbstuga i Pålsjö. De torsdagsträningar som vi tidigare har haft, har vi dock tvingats se över p.g.a. allt mer sviktande deltagarantal. Resultatet blev att från och med mitten av januari har HSOK inte längre egna torsdagsträningar för juniorer/seniorer, utan löparna rekommenderas istället att träna med IS Göta som har intervallträning med mycket god uppslutning på bl.a. tisdagar och torsdagar. Detta har hörsammats av de aktiva.

Under vinterperioden arrangerade vi några prioriterade distanssträningar på lördagar. Det har också förekommit många spontanträningar under året. Dessa träningar har framförallt annonserats via gästboken på vår hemsida.

På tisdagskvällarna under vår och höst arrangerade OL-Nordväst träningar, vilka vi med stor entusiasm deltagit på.

HSOK Sommarcup 2015

För sjätte året i rad arrangerades HSOK Sommarcup med god uppslutning av folk i alla åldrar. Kul! Finalen genomfördes på Planteringen. De övriga etapperna avgjordes på Olympia och i Maria Park. Finalen på Planteringen avslutades traditionsenligt med förtäring och stämningen var som brukligt gemytlig.

Träningsläger*Upptaktssamling*

En upptaktssamling inför 2016 med diverse träningar i Nordvästra Skåne planeras kring jul/nyår.

Kolmården

Trots att årets nationaldagshelg inte bjöd på några extra lediga dagar åkte vi traditionsenligt iväg på läger. I år gick färden till Kolmården där vi sprang OK Kolmårdens och Finspångs SOK:s träningspaket. En handfull personer deltog och var mycket nöjda med lägret.

Klubbläger

Ofta brukar vi köra 10Milas träningspaket i november men p.g.a. det långa avståndet valde vi i år att istället åka på Finspong Training Camp. Det är Finspångs SOK som under en helg anordnar tre träningar vilka är öppna för alla klubbar. Medan snön vräkte ner i Skåne hade vi i princip barmark i de underbara östgötska skogarna där vi bland annat fick återbesöka terränglådan från 10Mila 2010.

Tävlingsresor*Pan-Våren*

Som bekant inleder Pan-Våren tävlingssäsongen och HSOK:s löpare var entusiastiska att få ge sig ut i den snabblöpta tallskogen utanför Åhus. Vi ordnade gemensamt boende i stugor.

Vårracet

I mitten av mars arrangerar OK Orion Vårracet och i år genomförde vi en tävlingsresa dit. Torhamnslandet, där tävlingarna gick, bjöd på teknisk orientering. Terrängen, som är relativt flack och mycket detaljrik, kan ha varit något av det mest relevanta inför 10Mila som går att hitta i södra Sverige. Fredrik Nilsson noterades för bra placeringar båda dagarna i det starka startfältet.

Klubbresa – Örebro

I mitten på maj åkte ett glatt gäng på ca 30 personer upp till Örebrotrakten för att delta i Närkekvartetten. Det bjöds på fyra tuffa tävlingar – två medeldistanser och två långdistanser – i den kluriga och tunglöpta Kilsbergsterrängen. Såväl vädret som resultaten varierade, men sammanfattningsvis var nog de flesta överens om att det var en riktigt rolig klubbresa som gärna skulle kunna få genomföras igen.

Klubbmästerskap

Klubbmästerskap Dag. Dag-KM arrangerades i samband med Älgots Cup-finalen som Ringsjö OK anordnade den 3/10. Detta då vi ville se om detta kunde öka det normalt relativt låga deltagarantalet på KM samt var det svårt att hitta ett annat lämpligt datum för KM. Klubbmästare blev följande personer (det måste finnas minst två startande i resp. klass för att klubbmästare ska utses):

<u>Klass</u>	<u>Namn</u>
D10	Felicia Persson
H10	Olle Borkmar
D12	Thea Bökman
H12	Victor Ericsson
H14	Axel Orrhede
D35-49	Britt-Marie Stensson
H35-49	Henrik Olofsson
H50-64	Pär Ericsson
H65-	Roy Ovesson

Klubbmästerskap Natt. Natt-KM arrangerades hemma i Pålsjö sedan vi inväntat normaltidsomställningen samt ett höstlov. Det blev då den 5/11. Det bomrades friskt på de gafflade banorna som avlöptes med gemensam start.

<u>Klass</u>	<u>Namn</u>
D10	Felicia Persson
H10	Olle Borkmar
H12	Victor Ericsson
H14	Axel Orrhede
D17-34	Julia Dahl
H17-34	Patrik Johansson
H35-49	Johan Bökman
D50-64	Britt-Marie Stensson
H50-64	Lennart Carlsen
H65-	Stig Johansson

Klubbmästerskap Terräng. Som vanligt arrangerades terräng-KM på slingan söder om järnvägen med olika antal varv beroende på klass. Årets arrangemang genomfördes den 24/9. Uppslutningen var mycket god, särskilt bland ungdomar.

<u>Klass</u>	<u>Namn</u>
D10	Felicia Persson
H10	Hektor Holm
D12	Thea Bökman
H12	Viktor Hugosson
H14	Axel Orrhede
H17-34	Erik Alnervik
D35-49	Sara Johnsson
H35-49	Per Rudqvist
H50-64	Bengt Johnsson

DM

Årets DM-tävlingar gav god utdelning. Många fina prestationer noterades och guld blev det för Oskar Cervin i H20 på sprintdistansen, Henrik Olofsson i H21 på långdistansen och Björn Hellrup i H21 på ultralångdistansen.

SM

Vi hade i år en SM-start. Björn Hellrup knep en fin 11:e plats i H21-klassen på den ultralånga distansen som arrangerades av OK Silva och Rävetofta OK på Söderåsen.

Stafetter

Sydsvenska 7-manna/4-dams

FK Göingarna stod för årets arrangemang som gick i bitvis risiga områden utanför orten Immeln. HSOK var givetvis representerade, detta är ju numera mer eller mindre den enda möjligheten att skaffa sig stafettrutin före varje års 10Mila. H21-laget gjorde en godkänd insats och tog sig i mål på en 14:e plats. I laget ingick Björn Hellrup, Henrik Olofsson, Fredrik Nilsson, Patrik Johansson, Joakim Sjöberg, Gustav Nilsson och Oskar Cervin. D21-laget bestående av Carin Stenberg, Cecilia Krona, Stina Berg och Julia Dahl blev tyvärr inte godkänt.

10Mila

Årets kanske största mål 10Mila ägde rum mellan Arlanda och Gottröra i ett område som aldrig tidigare använts för orientering. Det visade sig ändå vara helt ok. Typisk uppländsk terräng, ganska flackt och klurig kurvbild. Damlaget tog sig i mål på en 218:e plats med Julia Dahl, Stina Berg, Malin Thorneman, Carin Stenberg och Ellen Rosenkvist. Herrlaget låg på placering 92 efter sträcka 6 och det fanns en liten chans att förbättra vår tidigare bästa placering i modern tid (101) men tyvärr sprang vi sedan med fel karta vilket ledde till diskvalificering. I laget sprang Henrik Olofsson, Fredrik Nilsson, Björn Hellrup, Magnus Ljungberg, Erik Alnervik, Joakim Sjöberg, Felix Alnervik, Oskar Cervin, Gustav Nilsson och Patrik Johansson.

Tjoget

Tjoget-vädret slår som bekant aldrig fel och efter en skön inledning av sommaren blev det stekhett den där första lördagen i juli när vi rullade in på Kosta flygraka som utgjorde både parkeringsplats och TC. Arrangören bjöd på en riktigt trevlig terränglåda med tallhed och en nästan helvit karta. Förstalaget tog sig in på en 16:e plats medan andralaget tyvärr inte var fullt. Nästa år hoppas vi att vi åter kan ställa två hela lag på startlinjen i denna gemytliga familjetävling.

Revinge by Night

Denna enkla stafett en fredagskväll i oktober arrangeras av Lunds OK och Malmö OK. Den är perfekt för att skola in nya löpare i OL-stafetternas underbara värld. I år lyckades vi dock ändå bara skrapa ihop ett lag och med rutinerade löpare. Ambitionen var att försvara fjolårssegern. Vi nådde tyvärr inte riktigt hela vägen fram, men var till slut endast 25 sekunder från ytterligare en seger. Istället blev det OK Kontinent som skrällvann.

Övrig tävlingsverksamhet

Fyrklubbs

Förra året lyckades vi ta oss upp i A-gruppen och en mycket tuff uppgift väntade i år med att försvara oss mot OK Pan Kristianstad, FK Göingarna och Skåneslättns OL. Tävligen arrangerades av Hjärnarps GHOL vid Vallåsen. Efter mycket bra prestationer lyckades vi faktiskt slå Skåneslätten och klamrar oss därmed fast i A-gruppen ytterligare ett år! Vi blev även 3:a i breddtävlingen, d.v.s. i antalet fullföljande löpare som blev 50 st från vår sida.

O-Ringen. O-Ringen gick i år utanför Borås och HSOK hade 30-talet startande. Detta är kanske något färre än normalt men kan nog förklaras med att terrängen inte sågs som särskilt exotisk. Det var dock ändå mestadels rätt fin och öppen granskog och bitvis ganska detaljerat. Klassegrar lyckades Astrid Johannesson prestera i D70M och Rune Isaksson i H90. Nästa år när O-Ringen går i underbara Sälen så tror vi på ett högt deltagarantal.

Ungdomsgruppen 2015

Gruppens mål under 2015 har varit att:

- Stanna kvar i Ungdomsseriens elitdivision
- Höja kvaliteten på träningar
- Lyfta upp fler ungdomar i tävlingsklass

Vi nådde de mål vi satte upp för 2015. I Elitserien kom vi 3:a.

Exempel på aktiviteter under året:

- Tävling & träningsresa Åhus 28 februari-1 mars
- Ungdomstävling NV och läger NV 9-10 maj
- Våravslutning 4 juni
- Sommarskola 16-18 juni
- Ett flicklag till U-10-Mila + D/H 12 7-9 augusti
- Tävlingsläger DM Medel & stafett 5-6 september.
- Älgots Cup final & U 7-manna 4-5 oktober
- Höstläger i Pålsjö 29-30 november

Under året har det varit stor aktivitet med läger och tävling- och träningsresor. 15-20 ungdomar har deltagit i dessa. Sommarskolan samlade åtta barn. I år valde vi att inte hålla någon nybörjarkurs. Under hösten har sammanlagt 23 ungdomar kommit till torsdagsträningarna för att prova på. Även om en del inte har fortsatt så har det inneburit att antalet ungdomar på torsdagsträningarna har ökat till 30-35, jämfört med 20-25 föregående år. Två tredjedelar av ungdomarna i klubben ligger nu på en färdighetsnivå som motsvarar grön och vit nivå.

Två ungdomar har deltagit i olika tävlingar, tävlingsresor och läger arrangerade av SKOF. Ungdomarna har deltagit i träningar arrangerade av Samverkan Nordväst. Fredrik Nilsson har också använts för flera uppskattade klubbträningar inom ramen för detta projekt.

Veteraner

Under året har Veteran OL, även kallat **OLdringsvården**, haft 23 sammankomster med totalt 1075 startande, vilket är något färre än 2014. Detta ger ett snitt på 48 deltagare per sammankomst. Till detta kommer också den kulturutflykt som vi hade den 3 juni. Turen gick till Filbornaverken som är Europas modernaste avfallskraftvärmeverk.

Efter besöket åkte vi till Kullasparris i Jonstorp där vi fick smaka på mycket goda sparrisar och sparrissoppa samt andra grönsaker. Efter detta intog vi vår medhavda lunch i naturen innan färden fortsatte till Kullabygdens keramik i Nyhamnsläge. Ett 25-tal fina veteraner deltog på denna årliga utflykt.

Under året har vi ordnat veteran OL-träningar. Under ojämna veckor har vi oftast hållit till i Pålsjö skog. På dessa träningar har det totalt kommit 450 personer. På onsdagar jämna veckor har vi Veteran-OL tävlingar och här har deltagit 1075 veteraner från Lund i söder till Nässjö i norr.

Totalt har vi varit 1075 veteraner på Veteran-OL, 25 på kulturutflykten och 450 på veteran-OL träningar – totalt 1550 veteraner, inte illa.

Deltagit har 49 damer och 64 herrar av olika åldrar gjort. Allt från ynglingar på 55+ till godingar som är 90. Av de 23 sammankomsterna har HSOK arrangerat 8 st och övriga, av orienteringsklubbar runt om i nordväst Skåne. Vid våra underbara träffar har vi varit i områdena Pålsjö, Kullaberg, Lerberget, Örkelljunga, Klippan, Söderåsen, Tockarp, Ängelholm, Hyllinge, Lärkesholm och Åstorp.

Inför varje Veteran-OL skickas det ett mail till samtliga veteraner innehållande information om var vi träffas kommande onsdag. Efter varje tillfälle skickas även mail med resultat m.m. ut till samtliga deltagare. På samtliga Veteran-OL träffar använder vi oss av SportIdent.

Vi har som flest varit 69 deltagare vid ett och samma tillfälle, vilket är nytt rekord. Antalet banläggare det gångna året har varit 23 st. Vi har inte enbart ägnat oss åt traditionell orientering, utan även upplysta kontroller med gåtor, skärmar med plåster, glasfiberstolpar med och utan skärmar och mycket mera.

Många nya veteraner har tillkommit under året vilket har lett till att genomsnittsåldern har sjunkit fast att vi blir äldre, detta är ju den högre matematiken men tyvärr har några fallit ifrån. Trots de olika svårigheterna med terrängen, OL- banan, vädret, kontrollplaceringen, kontrolltypen så har alla tagit sig runt och ingen blivit kvar i skogen. Efter varje genomfört lopp samlas vi för en fikastund och lyssnar på dagens resultat och alla hemligheter som det berättas om.

Veteran OL i NV Skåne har en egen hemsida, se nedan:

<http://veteranol.hsok.se/>

Tävlingsarrangemang

På Kungsbygget anordnades i år igen en två dagars vår-tävling. Lördagen den 18/4 erbjöds en medeldistans och på söndagen den 19/4 blev det en långdistans. Totalt hade tävlingen 838 startande. Arrangemanget genomfördes i strålande sol med många nöjda tävlande. Tävlingsledare för denna tvådagars tävling var Mats Nilsson och Bengt Johnsson

Helgen efter midsommar anordnade vi tillsammans med Helsingörs SOK ”Tre skåningar och en dansk” för artonde året. Det blev likt tidigare år ett mycket uppskattat arrangemang. Tävlingen är en medeldistans med förkortade banlängder (Sprintnorm) förlagd till fin bokskogs-, strövområdes- respektive parkterräng i Helsingborgs och Helsingörs omedelbara närhet. På Helsingborgsetapperna var det likt tidigare år även inslag av stadsorientering. Det blev som vanligt en mycket väl genomförd tävling utav många engagerade funktionärer från båda klubbarna. Årets tävlingsledare var Mats Nilsson och Bengt Johnsson.

Den första etappen var förlagd i anslutning till Helsingborgs Arenan med ett TC strax norr om Ishallen. En nyhet för året var fri starttid för alla på denna etapp, något som uppskattades och fungerade mycket bra. Andra etappen ansvarade som vanligt Helsingörs SOK för och i år användes området Nyrup Hegn. Likt tidigare år så är bussningen till etappen en viss flaskhals. Lördagens Helsingborgs etapp var förlagd till Bäckaskogen med ett TC framför huvudentrén till Maria Park. Den avslutande etappen gick i och runt Maria Park området med samma TC placering som etapp tre. Totalt blev det 2926 starter på de fyra etapperna, (2706 starter förra året)

För fjärde året arrangerades ”Pålsjöterrängen”. Den genomfördes den 1 augusti i strålande solsken med start och mål bakom Pålsjö slott. Likt tidigare år erbjöds fyra klasser, 5 km herrar och damer samt 10 km herrar och damer. Ungdomsbanor erbjöds som en nyhet i år men ströks på grund av få anmälda! En ny modell av tidtagning med Sportident användes i år! Under denna fantastiskt soliga dag sprang 228 (224 året innan) hoppfulla löpare den väl snitslade tuffa banan, ett eller två varv. Efter loppet hördes från många väldigt trötta och utmattade deltagare positiva kommentarer om banan och själva tävlingen. Lotta Lewis-Johnsson var tävlingsledare för återigen ett mycket välarrangerat arrangemang.

Administrationsgruppen

Pålsjö, klubbgården

Pålsjö har under året som vanligt varit flitigt använd. Inte minst ungdomsträning torsdagar och veteranernas träning varannan onsdag.

Många helger har stugan varit uthyrd, vilket inbringat bra ekonomiskt stöd till driften av stugan. I samband med klippning av häck storstädades inomhus. Automatisk belysning har installerats på samtliga toaletter och belysning mellan förråd och hus förstärkts.

Rune Isaksson har som vanligt på ett strålande sätt skött om gräsklippning, rensning av stenplattor och annat arbete utanför huset. Övrig städning har på ett bra sätt skötts av medlemmarna efter veckoschema.

Föreningsmöten

Under verksamhetsåret har det hållits två föreningsmöten i klubbstugan i Pålsjö. Den 25 maj respektive den 30 november.

Vid föreningsmötet den 25 maj var temat ”HSOK får allting gjort”. Mötet inleddes med en välsmakande landgång. Efter denna mjukstart tog ordföranden Roy O vid och informerade helt kort om ”tillståndet” i klubben. Därefter blev mötesdeltagarna indelade i arbetsgrupper och kvällens huvudtema attackerades.

Nedanstående frågor diskuterades och kommenterades:

1. Hur intresserar vi den yngre generationen för ideellt föreningsarbete?
2. Hur gör vi en ”skattning” och barnkonsekvensanalys? Kan SISU hjälpa till?
3. Hur kan vi ta emot fler barn och ungdomar om vi saknar ledare?
4. Kan vi starta upp ”Trivselkvällar” som växer till ”Klubbresurs”?
5. Hur skall vi prioritera vid ledarbrist? Barn och Ungdom kontra Junior, Senior, Bredd och Veteran?

Vid föreningsmötet deltog följande utombys:

- Erik Modig, SKOF:s junior-/elitkommitté. Projekt Skånsk orientering
- Andreas Feuk, SISU-utbildarna, Skåneidrotten
- Roland Nilsson, ordförande i OK Kompassen, vice ordförande i SKOF
- Christer Ljungdahl, ordförande i Hjärnarps OL, SKOF:s junior-/elitkommitté
- Axel Matsson, ungdomsledare Hjärnarps OL

Vid föreningsmötet den 30 november var temat ”Vad vi tillsammans åstadkommit under år 2015” samt ”Framtid”.

Föreningsmötet inleddes med att ordföranden Roy Owesson via bildspel presenterade vad vi i HSOK tillsammans åstadkommit under året. Idrottsliga framgångar, arrangemang, ungdoms-, junior-, seniorverksamhet, budget, OL-Nordväst m.m. Tyngdpunkten i denna presentation utgjordes av styrelsens budgetsiss för kommande verksamhetsår.

Beträffande framtid så informerade ordföranden om att målsättningen är att ha en budget i balans år 2019. Styrelsen är öppen för nya satsningar och aktiviteter. Budgeten kan revideras om aktivitetsplaner ändras och goda skäl föreligger.

Ordföranden Roy Owesson passade också på att gratulera Rune Isaksson till guldmedaljerna i Sprint respektive Långdistans vi årets Veteran-VM i Göteborg.

Styrelsemöten

Under verksamhetsåret har det hållits tolv styrelsemöten i klubbstugan i Pålsjö.

Prégen

Bulletinen Prégen har under verksamhetsåret utkommit med sex nummer och utgör en nätbaserad klubbtidning som tar upp stora och små händelser i klubben. I Prégen har klubbmedlemmen kunnat läsa om genomförda tävlingar, tävlingsresultat, externa möten, styrelsemöten, föreningsmöten, klubbträningar, träningsläger, egna arrangemang etc.

Senderödsgruppen

Senderödsgruppen, d.v.s. Dag Lewis-Jonsson, Rolf Gustafsson och Macke Selander, har under året haft möten i kolonistugan i Senderöd. Diskussioner angående det tilltänkta Naturreservatet Pålsjö samt Mark- och boendeprogram för Helsingborgs stad har stått på agendan. Skriftliga yttranden har skickats till Stadsbyggnadsnämnden angående Naturreservatet Pålsjö samt till Kommunstyrelsen angående Mark- och boendeprogrammet. Gruppen tycker bl.a. att det saknas och absolut bör tillföras hur Helsingborgs stad skall uppfylla Miljöprogrammets mål om utökad skogsplantering runt tätorterna.

Medlemsregister/Hemsida

Lars-Göran Frisell har under verksamhetsåret haft hand om medlemsregistret (IdrottOnline) och Eventor.

Felix Alnervik har som administratör hanterat hemsidan och ”allt” runtomkring denna funktion. På hemsida har klubbmedlemmen kunnat erhålla information om träningar och tävlingar i aktivitetskalendern. Men även bli informerad om nyheter, arrangemang, övrig verksamhet mm. Under fliken gästbok har medlemmarna bl.a. skrivit ”snabba” meddelande angående aktiviteter som kommande träningar etc. Under fliken övrigt finns bl.a. karpärm och fotoalbum.

Pålsjöterrängens hemsida har administrerats av Erik Alnervik och Tre Skåningar & En Dansk motsvarighet administrerats av Felix Alnervik.

Bingo, Sponsring

Helsingborgs Bingoallians, som bildades 1977 och som HSOK var delägare i, avvecklades den 2 juli i år. Därmed har en 38-årig verksamhet som betytt så mycket för ekonomin hos ägarföreningarna avslutats.

En ny Bingoallians, Helsingborgs Nya Bingoallians 2013, har bildats och HSOK:s styrelse har valt Roy Owesson till klubbens representant i denna allians. HSOK är ej delägare i denna allians utan endast medlem.

Motions-OL

Motionsorientering har under verksamhetsåret arrangerats vid åtta tillfällen. Toppnoteringar i antalet startande noterades den 7 juli med 78 startande och den 14 juli med 79 startande. Totalt gjordes 506 starter i årets motionsorientering. Glädjande noterade vi att antalet ”icke orienterare” sökt sig till arrangemangen och uppskattade orienterarens sätt att ta sig fram i terrängen.

Skol-OL

Under året har HSOK (d.v.s. tre Veteraner) dels arrangerat skolorienteringar och dels levererat kartor till Helsingborgs skolor. Till skolorna har vi erbjudit ett ”skolpaket” bestående av karta, plastficka och startkort. Sprintkartan över Pålsjö skog med banpåtryck bestående av 25 fasta kontroller användes. Kontrollbeskrivningar och karttecken visades på kartans baksida.

Klubbstugan i Pålsjö har fungerat som samlingsplats då vi i HSOK hållit i arrangemangen. Några få skolor höll i arrangemangen i egen regi och valde då andra samlingsplatser.

I ett fall har orientering i skolans närområde förekommit. Högastensskolan använde sprintkartan väster om Heden för sin skolorientering. Hjälp med banläggning erhöles från oss medan arrangemanget sköttes helt i egen regi.

Totalt under året har vi hjälpt 15 skolor med arrangemang alternativt enbart levererat ”skolpaket”. Vid arrangemangen i Pålsjö har antalet elever varierat mellan 40 och 180. Till skolorienteringarna har vi sålt 1 033 ”skolpaket” och det är Patrik Johansson som printat ut kartorna.

Tyvärr är det så att vissa skolor utmärker sig med synnerligen stökiga elever. Kontrollpinnar rycktes upp och kastats iväg. Toaletterna vid klubbstugans huvudentré grisades ner. Engångstallrikar och bestick samt tomma dryckesförpackningar kastades iväg eller lämnades kvar. ”Arrangörerna” fick ikläda sig rollen som städare. Tråkigt! Tråkigt!

Luciafirande

Torsdagen den 10 december hölls traditionsenligt Luciafirande i klubbstugan i Pålsjö. Våra ungdomar stod för ett magnifikt Luciatåg med fantastiskt vacker sång. Det bjöds på lussekatter och pepparkakor till de knappt 90 klubbmedlemmar som var församlade denna kväll.

VINST – OCH FÖRLUSTRÄKNING 2015

Se bilaga.

UTGÅENDE BALANSRÄKNING 2015

Se bilaga.

TÄVLINGSRESULTAT 2015

Orientering mästerskapstävlingar

SSM

Klass	Plac	
H14	24	Axel Orrhede

GM Lång

Klass	Plac	
Inga delt.		

GM Sprint

Klass	Plac	
Inga delt.		

USM Sprint

Klass	Plac	
Inga deltagare		

USM Lång

Klass	Plac	
Inga deltagare		

Veteran Sprint

Klass	Plac	
D35	2	Sofie Petersson
D55	8	Eva Emanuelsson
H55	25	Sven-Åke Emanuelsson
H90	1	Rune Isaksson

Veteran Medel

Klass	Plac	
D35	10	Sofie Petersson
D55	18	Eva Emanuelsson
H55	50	Sven-Åke Emanuelsson
H90	3	Rune Isaksson

Veteran Lång

Klass	Plac	
D35	2	Sofie Petersson
D55	ej godkänd	Eva Emanuelsson
H55	29	Sven-Åke Emanuelsson
H90	1	Rune Isaksson

Skidor**Öppet spår**

	Tid	
Jonatan Lage	11:47:01	

Inga DM-tävlingar på skidor 2015

Tävlingsstatistik

Tävlandes aktiviteter	2015	2014	2013	2012	2011
Antal som tävlat	157	157	141	134	135
Antal starter	1753	1857	1340	1656	1458
Antal segrar	104	86	89	114	94
Antal tävlande som segrat	38	42	39	48	41

Bästa poängplockare under 2015

1	Thea Bökman	1000
2	Britt-Marie Stensson	997
3	Ewa Roos	971
4	Julia Dahl	953
5	Patrik Johansson	903
6	Rune Isaksson	902
	Henrik Olofsson	902
8	Fredrik Nilsson	822
9	Axel Orrhede	814
10	Oscar Cervin	803

Föreningens tävlingsmärke

Följande löpare har under året uppnått erforderliga poäng för föreningens tävlingsmärke:

2 500 poäng	brons	Nr 217	Thea Bökman
5 000 poäng	silver	Nr 115	Lennart Carlsen
		Nr 116	Anton Marmelid

Föreningens vandringspriser

Följande löpare har erhållit inteckning i föreningens vandringspriser:

Gösta Spogardhs vandringspris	Thea Bökman
FK Bokens vandringspris	Axel Orrhede
IS Götas vandringspris	Oscar Cervin

Antalet klubbmedlemmar

Antalet klubbmedlemmar var 244 vid verksamhetsårets slut, varav 14 st upp till 6 år, 77 st 7–20 år och 12 st 21–25 år.

Styrelsen tackar alla som gjort en insats för klubben under året och ser fram mot ett gott år 2016.

Roy Owesson
ordförande

Barbro Norrestam
kassör

Helena Åhlin
sekreterare

Stefan Norrestam

Stefan Dahl

Fredrik Hjort

Macke Selander

Oscar Grönvall

Björn Hellrup (suppleant)