

HÄLSINGLANDS ORIENTERINGSFÖRBUND

Verksamhetsberättelse 2021



Innehåll

Styrelsens sammansättning 2021	3
Ordföranden har ordet	4
Verksamhetsberättelse ungdom	5
Verksamhetsberättelse PreO	12
Verksamhetsberättelse MTBO	13
Verksamhetsberättelse SkidO	15
Verksamhetsberättelse tekniska kommittén	15
Rapport kartor	15

Bilagor

Dagordning
Bokslut 2021



Styrelsens sammansättning under 2021

Ordförande	Anders Andersson, Segersta OK
Vice ordförande	Peter Karsbo, Alfta-ÖSA OK
Sekreterare	Marie Fröjd, Rehns BK
Kassör	Monika Östberg, Alfta-ÖSA OK
Ledamot (ungdom)	Catherine Vennberg, Hudiksvalls OK
Ledamot (teknik)	Stefan Carlsson, Alfta-ÖSA OK

Adjungerande ledamöter under 2021

SkidO	Vakant
MTBO	Vakant
PreO	Vakant
Kartkonsulent	Karl-Erik Engblom, Valbo AIF

Valberedning

Sammanställande	Christina Westman, Hudiksvall OK
Ledamot	Lennart Persson, Söderhamns OK
	Annika Ottenbäck, Segersta OK

Revisorer

Ordinarie	Håkan Sturesson, Alfta-ÖSA OK
Suppleant	Karl-Erik Jonsson, Alfta-ÖSA OK



Ordförande har ordet

Återigen har vi lämnat ett annorlunda år bakom oss, där coronapandemin satt stora spår i vår verksamhet. När vi summerar tävlingssäsongen 2021 konstaterar vi att i princip alla tävlingar som skulle arrangeras från maj t.o.m. augusti fick ställas in på grund av restriktioner i pandemins spår. Senare under höstsäsongen lättade restriktionerna och vi kunde återigen ta upp tävlingsverksamheten, om än under speciella former. O-ringen, som för många är årets höjdpunkt, blev för andra året i rad inställt.

Träningsverksamheten har ändå med hjälp av kreativa lösningar bland föreningarna, rullat på under mer normala förhållanden.

HittaUt har verkligen slagit igenom stort och verkar ha kommit för att stanna, vilket vi tycker är väldigt roligt, då fler får möjlighet att prova på vår fantastiska sport!

Det som är mest glädjande av allt är ändå att ungdomsverksamheten blomstrar i flera av våra föreningar. Deltagarantalet på distriktsmatchen och Hälsingelägret var mycket bättre än på många år. Det fylls på bra i de yngre klasserna, vilket betyder att många föreningar bedriver en god ungdomsverksamhet med bra och engagerade ledare. BRA JOBBAT! Vi hoppas därmed att vi inom några år har möjlighet att skicka fler löpare till tex ungdoms-SM, och att vi även kan vara med och kämpa med lite bredare trupp på distriktsmatchen.

Glädjande är också att PreO visar framfötterna nationellt genom ett antal duktiga orienterare från Rehns BK.

Förra årets "ordförande har ordet" avslutades med: "Ser fram emot ett spännande och friskare 2021", och jag kan inte annat än hålla med om de orden och endast byta ut årtalet till 2022. Vi hoppas nu att pandemin lämnar oss för gott, så att vi kan återgå till normal verksamhet i klubbarna och spinna vidare på det goda som är på gång i Hälsingland!

Anders Andersson



Verksamhetsberättelse Ungdom 2021



Orientering och svampplockning stod på programmet på årets Hälsingeläger

Riksläggret i Idre 21-26 juni

INSTÄLLT p.g.a. pandemin.

Distriktsmatchen i Alfta 3 augusti

Redan 2020 var det Forsa och Ljusdals tur att arrangera tvådagars-arrangemanget med sprint + långdistans för 13–16-åringar från Hälsingland, Gästrikland, Dalarna, Uppland och Västmanland. Men då pandemin satte stopp för det arrangemanget blev det istället framflyttat till 2021.

Nu visar det sig ju att vi även 2021 behöver ställa in, alternativt anpassa arrangemangen. Så efter många turer, samråd med övriga distrikt och ändrade planer så landade det hela till slut vid ett endagars-arrangemang 3 augusti med Alfta-Ösa OK som arrangör (så nära övriga distrikt som möjligt för att det skulle funka utan övernattnig), dessutom utökning med en 17-årsklass.

Sagt och gjort – det blev en medeldistanstävling på förmiddagen på den alldeles färska kartan vid Ersk-Jansaklitten. Riktigt roligt var att Hälsingland efter ett antal år med en liten trupp nu fick med 17 löpare från AÖOK, EOK, FOK, HOK. Det visade sig att berget bjöd på en hel del klurigheter och det blev en hel del bommar bland deltagarna med stora tidsdifferenser i resultatlistan. Vi tog hem två klasser genom Jakob Lind, AÖOK i H14 och Oline Hansson, AÖOK i D15. Ytterligare tre löpare på pallen: Hanna

Rydesäter, AÖOK i D13, Martti Joki, FOK i H14 och Rut Sidenvall, HOK i D14 blev alla 3:a. Ett rejält avbräck i truppen fick vi också när Elin Ladänges, AÖOK skadade knät och fick tillbringa större delen av dagen på sjukhuset istället.

Efter tävlingen fick vi åka till vackra Forsparken i Alfta för dusch och blev bjudna på wok till lunch. Därefter hann man chilla lite grann innan det var dags för eftermiddagens sprint i centrala Alfta med mål inne i Forsparken. Även här blev det en hel del tidsavstånd, om det berodde på sämre vägval, sämre löphastighet eller helt enkelt tävlingsovana kan vi ju fundera över. Vi fick inga klassegrar på eftermiddagen, men två löpare på pallen: Ella Sandberg AÖOK, 2:a i D17 och Martti Joki FOK, 3:a i H14.

Efter prisutdelningar, där Dalarna som vanligt tog hem vandringspriset i lång och sprintsammanräkningen, kan vi glädjas åt att Hälsingland blev 2:a i bägge distanserna.

Ledare: Catherine Vennberg HOK, Gunnar Forsgren FOK, Carl Lundin AÖOK, Monika Östberg AÖOK m.fl. /Monika Östberg, Alfta-Ösa OK



Norrlandsmästerskap i Krokom/Offerdal 6-8 augusti

Ingen löpare representerade, då inget lag var anmält i Distriktsstafetten.

Hälsingelägret 28–29 augusti

Under helgen 28–29 augusti samlades ett 40-tal hälsingeungdomar på anrika Skålsjögården i Finnmarken nära gränsen till Dalarna. En bekant plats för många idrottare och där många blivande mästare spenderat en eller flera nätter. Det var Alfta-Ösa som organiserade orienteringslägret med stöd av ledare från de deltagande klubbarna Edsbyns OK, Rehns BK, Hudiksvalls OK och Söderhamns OK.

Tre skogspass genomfördes under de två dagarna med för orienterare mer eller mindre bekanta övningar som Larven, Brunbildsorientering, Finorientering och Kartteckenstafett. Terrängen var uppskattad och varierad. En del löpare togs sig dessutom tid att fylla på ur naturens skafferi med både bär och svamp. Mellan träningspassen fanns det utrymme för egna aktiviteter och här tog flera chansen att göra nya bekansksaper i de andra klubbarna.

Lördagens kvällsaktivitet var Slumporientering där ungdomarna i lag fick kämpa för att finna lösenordet. Kvällen avslutades med en tävling som fick hjärtat i halsgropen på en del ledare när lagen tilldelades ett brännbollsträ och en blindbock. Uppgiften att krossa pappmuggar under ledning av de andra lagkamraterna gick dock helt utan fara och lockade istället till många skratt.

Lägret avslutades med en traditionsenlig lägerstafett. 12 tremannalag gjorde upp om segern i strålande solsken. Efter den urladdningen kunde nöjda deltagare vända hemåt från lägret.

Många fina bilder från lägret finns i Facebookgruppen Orientering i Hälsingland
<https://www.facebook.com/groups/1332562920192273>

Johannes Tyve, Söderhamns OK



Ungdoms-SM i Falköping 17-19 september

På grund av pandemin så sköts ungdoms-SM i Falköping 2020 upp till 2021 och blev anordnad som en coronaanpassad variant av Falköping AIK OK. 17 september tog vi oss ner med hjälp av minibuss tidigt på morgonen och vi anlände lagom till att gå in i karantän kl. 12.30. Eftersom vi alla åkte i samma minibuss så gav det oss chans att gå igenom taktik och studera kartor under bussresan.

Sprinten ägde rum i Falköpings stadskärna med många hus och gator vilket innebar många snabba vägval. Resultatet blev: Aron Sidenvall, Hudiksvalls Ok 45:a H16, Oline Hansson, Alfta-Ösa OK 75:a D15. Lovisa Lundin deltog inte i sprinten på grund av knäproblem och uppladdning för de andra dagarna. Linus Hansson deltog inte heller för att han egentligen var för ung för USM men uttagen för att truppen skulle kunna delta i stafetten på söndagen.

Efter återsamling så åts middag och truppen begav sig mot stugan där vi skulle sova. Vi gick igenom dagens banor och sen med hjälp av utforskning i Falköpings lövskogar och schackspel, så vilade vi upp oss till lördagen. Dock blev det en galen kväll med möss och annan ohyra i stugan vilket inte blev så populärt.

På lördagen så åts det frukost och sen begav sig minibussen till de vackra skogarna på Hökensås. Det var långdistans som gällde och terrängen var tuff och utmanande. Det varierade runt en del myrar, tät skog och stora höjder. Det var många områden som var svåra att springa i, vilket ledde till många dumma vägval och onödiga bommar. Resultatet blev: Aron 71:a H16, Lovisa 92:a D16, Oline 71:a D15. Linus fick fortfarande inte vara med. Han och Calle Lundin deltog i Ostlöpet istället. Efter en tuff dag så drog vi oss tillbaka till stugan.

På söndagen var det distriktsstafett på samma område, vilket inte hjälpte vår trupp. Det blev en del bommar, fast vi hade varit på en del av kartan dagen innan. Resultatet blev: Sträcka 1, Linus 62:a. Sträcka 2, Oline 79:a. Sträcka 3, Aron 79:a. Sista sträckan, Lovisa 79:a. Det gav oss plats 79/79 om man inte räknar med de lag som inte startade. Även fast vi kom på sista plats så vann vi erfarenheter och lärde oss ett och annat.

Helt klart en lärorik och rolig resa full av utmaningar som vi tar med oss och vi hoppas på att vi har ungdomar nog till att delta i USM 2022 Stockholm!

Ledare: Calle Lundin Alfta-Ösa OK,
Johan Sidenvall Hudiksvalls OK.

/ Oline Hansson med stöd från Lovisa Lundin, Alfta-Ösa OK



Dala-Dubbeln i Falun 16-17 oktober

Även i år blev det lite förändringar kring planeringen av den gemensamma resan till Dala-dubbeln. Det beslutades att ingen stor buss skulle köras, samt att måltiderna skulle organiseras och spridas ut av respektive klubb. Ingen kvällsaktivitet skulle heller genomföras. HOK valde därmed att resa redan på fredagen för två övernattningar på Vassbo Vandrarhem, medan övriga klubbar anslöt till lördagen. Tävlingarna arrangerades på Lugnet i Falun och flera av deltagarna som varit med många år kände igen sig i terrängen. Alla genomförde bra prestationer, ingen nämnd, ingen glömd. Vädret var lite kylslaget men bjöd på sol och klarblå himmel. Detta år hittade vi också den mysiga ICA Nära Orsnäs, samt den lokala pizzerian, som båda ökade sin omsättning rejält denna helg.

Bild: Hudiksvalls IF på 90-talet möter Hudiksvalls OK på 20-talet.



P.g.a. pandemin erbjuder inte längre arrangörerna boende på hårt underlag till klubbar och distrikt. Det har resulterat i att vi nästa år inte har tillgång till Vassbo Vandrarhem, då vi enbart har bokat en natt och den nya klubben/distriktet har bokat två.

/ Catherine Vennberg, Hudiksvalls OK

Säsongsavslutning Indoor i Söderhamn

Frustrationen var ibland stor bland deltagarna i inomhusorienteringen som var avslutning för ungdomarna i Hälsinglands orienteringsförbund. Banläggaren, Hugo Flordal, hade skapat en klurig labyrinth bland Staffangymnasiets salar och korridorer. Runt 40 ungdomar från Söderhamns OK, Hudiksvalls OK, Rehns BK och Alfta-Ösa OK deltog under dagen.

Trots klurigheterna i banläggningen var det en uppskattad orienteringsstafett. Efter den fick lagen samla poäng i bäst-i-testövningar, som ordnades av ledare från de olika deltagande klubbarna.

Här gällde det att både vara klurig och ha tungan rätt i mun för att lösa de olika uppgifterna. Rop och skratt ekade ut i korridorerna från rummen med testerna.

Dagen avslutades med prisutdelning där hemmaklubben Söderhamns OK fick ta emot pris som årets raketklubb, den enda klubb i distriktet som haft fler tävlande i år jämfört med 2019. Alfta-Ösa hade flest deltagare totalt och fick pris för Årets mesta ungdomsklubb.

Individuella priser i Hälsinglands ungdomspris delades ut till de ungdomar som samlat ihop mest poäng under de fåtal tävlingar som kunde genomföras under hösten. Vi summerar ändå ett lyckat år och ser fram emot ett nytt som förhoppningsvis inte präglas av Coronaviruset.

/ Johannes Tyve, Söderhamns OK



Säsongpriser

Trots alla inställda tävlingar under våren denna säsong, beslutade vi ändå att säsongspriserna skulle delas ut, eftersom ett flertal kunde arrangeras under hösten. Men då med bara 6 tävlingar och där deltagande i minst 3 tävlingar måste ha gjorts för att få ett giltigt resultat. Detta ledde till att i några klasser så delades det ut enbart 1–2 priser eller som i D10, då ingen tjej hade sprungit 3 tävlingar.

Vi hoppas att vi är tillbaka under kommande säsong med ett fullt tävlingsprogram både vår och höst, så att fler tillfällen erbjuds för våra ungdomar. I år vann Söderhamns OK årets raketklubb, den enda klubben som hade fler starter än 2019, trots färre genomförda tävlingar. Årets mesta klubb gick till Alfta-ÖSA OK.



Hälsinglands Skogskarlars & Hälsinglands Skogsflickors poängpris delas ut till segraren i resp. klass. Hälsinglands OF delar ut priser till 2:an och 3:an. Prisutdelning hålls i samband med säsong avslutningen vid Daladubbeln.

- Poäng beräknas på de bästa placeringarna i 4 av årets 6 deltävlingar (75 %).
- Poängtabell: 1:a 10p, 2:a 8p, 3:a 7p, 4:a 6p, 5:a 5p, 6:a 4p, 7:a 3p, 8:a 2p, övriga fullföljande: 1p
- Start i kortklass ger halv placeringspoäng.
- För att få pris skall man ha deltagit i minst tre av årets deltävlingar.

D10

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	My Holmsten	Forsa OK			10	10			20
2	Aprilia Edeborg	Alfta-Ösa OK					10		10
3	Märta Olevik	Alfta-Ösa OK					8		8

D12

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	Irma Jonsson	Hudiksvalls OK	10	8	(7)	10	10		38
2	Vanessa Lind	Alfta-Ösa OK			10	8		10	28
3	Julia Tyve	Söderhamns OK		10	8		8		26
4	Juni Norlin	Söderhamns OK		7	6				13

D14

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	Hedda Mattsson	Alfta-Ösa OK	10	10	10	(8)	10	(10)	40
2	Hanna Rydesäter	Alfta-Ösa OK	7	8	(7)	10	(7)	8	33
3	Elin Jonsson	Hudiksvalls OK	6		8	7	6		27
4	Rut Sidenvall	Hudiksvalls OK	8	7			8		23
5	Linnea Unborg	Alfta-Ösa OK	5	6	3	6			20
6	Lina Holmsten	Forsa OK			5	4			9

H10

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	Axel Jonsson	Hudiksvalls OK	10	8	10	(7)	(7)	10	38
2	Axel Davidsson	Alfta-Ösa OK	8	10	8	10	(6)	(8)	36
3	Ingmar Olevik	Alfta-Ösa OK	7	7	(5)	8	8		30
4	Philip Nyholm	Alfta-Ösa OK			7	6	10		23
5	Erik Svedberg	Rehns BK	6	5	2	1			14
6	William Nyholm	Alfta-Ösa OK			6	2	5		13
7	Petter Mikaelsson	Forsa OK			4	5			9
8	Eilis Johansson Kaislaniemi	Alfta-Ösa OK		4	1	4			9
9	Viggo Lans	Rehns BK		6					6
10	Vidar Trolin	Forsa OK			3	3			6
11	Morris Höglund	Alfta-Ösa OK					4		4
12	Sixten Flordal	Söderhamns OK			1				1

H12

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	Herman Larsson	Alfta-Ösa OK	8	(7)	10	10	8	(7)	36
2	Vilgot Säaf	Söderhamns OK	10	(5)	8	(7)	10	8	36
3	Samuel Svensson	Söderhamns OK		8	7	8	(6)	10	33
4	Marcus Unborg	Alfta-Ösa OK	5		6	6			17
5	Einar Blomberg	Segeberga OK	6	10					16
6	John Lind	Alfta-Ösa OK	7				7		14
7	Edvin Svedberg	Rehns BK	4	4	5				13
8	Hugo Rydesäter	Rehns BK		6				6	12
9	Johannes Fernström Al Maqdasi	Rehns BK					5		5

H14

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	Martti Joki	Forsa OK	10	8	(7)	8	(5)	10	36
2	Linus Hansson	Alfta-Ösa OK	5	10			10	8	33
3	Jakob Lind	Alfta-Ösa OK	7		8	10	8		33
4	Alfred Larsson	Alfta-Ösa OK	(4)	7	6	(6)	7	7	27
5	Filip Zetterberg	Hudiksvalls OK	8		10	7			25
6	Wilmer Wennberg	Hudiksvalls OK	6			5	6	6	23
7	Arvin Husson	Söderhamns OK					4		4

H16

Plac	Namn	Klubb	21/8	22/8	5/9	5/9	25/9	5/10	Totalt
1	Aron Sidenvall	Hudiksvalls OK	10	10	10	10	(10)		40
2	Max Zetterberg	Hudiksvalls OK			8	8			16
3	Walter Kazmierczak	Hudiksvalls OK			7	7			14

Deltävlingar

Datum	Namn	Arrangör	Gren
2021-08-21	Hälsingeheg, dag 1	Rehns BK	medel
2021-08-22	Hälsingeheg, dag 2	Rehns BK	medel
2021-09-05	DM, sprint, Hälsingland	Hudiksvalls OK	sprint
2021-09-05	DM, medel, Hälsingland	Hudiksvalls OK	medel
2021-09-05	DM, lång, Hälsingland	Segeberga OK	lång
2021-10-05	DM, natt, Hälsingland	Ljusdals OK	lång

Ungdomsledarmöten

Då pandemin höll i sig genomfördes inga ungdomsledarmöten under våren, utan det mesta fördes i dialog digitalt, främst mail. Däremot så genomfördes ett möte i samband med Hälsingelägret, ett i

samband med Dala-dubbeln. Det sista mötet var tänkt att ha på klubbledarträffen i Hedestugan i Hudiksvall, men den blev inställd.

/Catherine Vennberg, ungdomsansvarig Hälsinglands OF

Verksamhetsberättelse PreO 2021

Det här året har återigen inte varit som vanligt, för någon av oss. Först på höstkanten kunde några tävlingar genomföras. Några tävlingar resulterade i fyra medaljer: SM i PreO-dag och TempoO genomfördes i Grönklitt, Orsa.



Foto: Ola Wiksell

SM PreO-dag ovan: Guld Marit Wiksell, Rehns BK, Silver Stig Gerdman, Vingåker och Brons Erik Stålnacke, IFK Göteborg.



Foto Elisabet Wiksell

SM i TempoO: Segrare Robert Jakobsson, Tidaholm. Lennart Wahlgren, silver och Marit Wiksell brons, båda Rehns BK.



Foto: Rolf Karlsson

Den här trion tog SM-silver i stafett. Från vänster: Lennart Wahlgren, Marit Wiksell och Daniel Johansson, samtliga Rehns BK.

Landslagsuppdrag: Marit Wiksell var med i det mycket nöjda lag som vann Nordisk Landskamp för Sverige. Tidigare har Finland abonnerat på segern. Individuellt blev Marit tvåa.

Lennart Wahlgren var bankontrollant vid denna tävling som arrangerades av Norge.

Ytterligare ljusglimtar är alla virtuella TempO- och PreO-tävlingar som arrangerades/arrangeras över hela världen. Man kan säga att pandemin utvecklade Trail-O till en E-sport. Libor Forst i Tjeckien har utvecklat tekniken till en mycket väl fungerade plattform. Man har använt foton eller street view med inklistrade skärmar och naturligtvis en orienteringskarta. För att träna behöver man ingen inloggning, då kan man prova på i smyg. Testa gärna i lugn och ro.

Alla har kunnat tävla på samma villkor även i år och dessutom inga anmälningsavgifter! För att tävla behöver man dock registrera sig, för att få en inloggning. Se länken: <http://temposim.yq.cz/>

Deltagare från Rehns BK har varit, Marit Wiksell, Lennart Wahlgren och Elisabeth Norsell Karlsson. Där har säkra Marit oftast varit högt i resultatlistan.

Precisionsorientering är kanske den av orienteringens grenar som är mest jämlik. Alla kan vara med och, tävla tillsammans på sina egna villkor, antingen man är man eller kvinna, elitlöpare eller rullstolsburen. Det som skiljer banorna åt är orienteringskunskaperna.

/Elisabeth Norsell Karlsson

Verksamhetsberättelse MTBO 2021

Som tidigare år började även detta med inställda arrangemang runt om i Sverige. Första tävlingarna som arrangerades för året var SM i Ö-vik i juli, där både Peter Rosén från Alfta ÖSA och Hans Olevik från Edsbyn ställde upp. Peter såg till att kamma hem guld under lördagens långdistans i H55-klassen och Hans knep en fin tredjeplats i klassen H70. Dessa tävlingar var också de första tävlingarna i Svenska cupen.

Den 28–29 augusti var det dags för den andra cup-helgen och nu var det Gävle OK som stod som arrangörs-klubb. Tävlingarna hölls i Skutskär där banorna karaktäriserades av tallhed och lättåkt stigar. Totalt under helgen så var det 10 personer som var representerade från Hälsingland och klubbarna Forsa OK, Segersta OK och Edsbyns OK. Segersta OK:s Einar Blomberg tog dubbla segrar under helgen i H12 klassen och Hans Olevik från Edsbyn kammade hem ett guld och ett silver i H70-klassen. Linn Bylars från Forsa OK fick även med sig en andra plats i klassen D21 och Lina Wiberg en första plats i D40.

I slutet av september arrangerades svenskacup-avslutningen i Surahammar. Sprint och medeldistans stod på schemat. På plats var Linn Bylars och Jens Wickberg från Forsa OK och Hans Olevik från Edsbyns OK. Olevik slutade på en 1:a plats i sprinten och en 3:e plats under söndagens medeldistans. Dessa fina lopp under helgen resulterade i att Hans plockade hem hela svenska veteran-cupen i H70. Det var en tight kamp om toppplatserna där Hans vann med 5 poäng före Bengt Stenerhag från Västerbergslagens OL. Linn Bylars tog med sig en 3:e plats i den totala cupen i klassen D21.

Linn Bylars, Forsa OK, har även detta år varit en del av det svenska MTBO-landslaget. Landslaget har under året varit på läger både på Öland, Stockholm och Dalarna. Fystester har genomförts på Bosön både under våren och hösten. Pga de inställda tävlingarna under våren var landslaget tvungna att genomföra VM-tester för att kunna göra sina uttagningar till VM i Finland. VM-testerna hölls under två helger i maj, totalt fyra tävlingar, i Karlstad och Eskilstuna. Testerna gick bra och Linn blev uttagen till VM.

Linns egna ord om VM och EM:

Efter hem-karantän för alla deltagare i två veckor innan tävling, samt PCR-tester så kunde en "bubbla" skapas och VM/Världscupen i Finland genomföras. Tävlingarna hölls i Kourtane och inleddes med masstart. I masstart är det viktigt att ta sig fram tidigt i startfältet för att få en fin position ut på banan. Jag fick en fin start och gjorde ett bra tekniskt och fysiskt lopp och kunde tillslut spurta mig till en 5:e plats. Veckan fortsatte sedan med sprint och medeldistans. En teknisk sprint med många kontroller och berg i dagen. Tyvärr en sämre dag för min del då jag gjorde några dåliga geningar och tillslut diskades pga felstämpling.

Efter nya tag var det nu dags för medeldistansen som skulle avgöras i lättcyklad och tallrik skog. Jag fick en fin start på loppet och var med i tät under första delen av banan. En förödande bom under mitten av banan blev ett tidstapp vilket resulterade i en 9:e placering för dagen. Efter vilodag var det nu dags för den sista individuella distansen, långdistans, där segrartiden normaltsätt ska ligga på 2-2.15 timmar. Jag gör ett bom-fritt lopp men tyvärr så inleder jag tävlingen med två vägval som i efterhand visar sig vara kostsamma och förlorar därmed för mycket tid. Det blir en 10:e plats och på långdistansen och sammanfattar veckan som ändå väldigt bra.

I oktober var det dags för EM i Portugal, där både medeldistansen och sprinten ingick i den totala världscupen. Det var några varma dagar i Abrantes och termometern stod på över 30 grader. Här skulle det bjudas på en lite annan terräng än vad vi svenskar är vana vid. Det var kuperad, stigrik och tät eukalyptus-skog med mycket taggbuskar och pinnar. Taggarna och pinnarna är förödande för däcken när det gäller cykling. Trots slittåligare däck och mer tätningsvätska i däcken så blev det tyvärr en punktering under den inledande medeldistansen. Nya däck och nytt fokus blev det nu på långdistansen. En tuff bana med 510 höjdmeter i 35-gradig värme skulle genomföras i ett orienteringstekniskt område med mycket stigar. Jag tar några vägval som kräver mer höjdmeter och tappar därmed tid. Kroppen är trött men försöker hålla ihop det och fortsätter kämpa. I slutet av banan kommer ett område med mycket taggbuskar, och därmed också pypunkan som ett brev på posten. Det blir till slut en 10:e placering. Att få med sig ett resultat från denna dag är viktigt för den totala världscupen där jag nu får med mig en 9:e plats.

Under det gångna året har Forsa OK och Ljusdals OK arrangerat lokala MTBO-träningar. Rehns BK har även haft evenemanget KartoHoj som inneburit fem veckobanor med utlottning av fina priser från TeamSportia. Forsa OK har också påbörjat kartritningen av ett nytt MTBO-område i Hudiksvall, som under nästa år ska användas under två deltävlingar i Svenska Cupen i mountainbikeorientering.

Sammanfattningsvis så har det varit ett bra MTBO-år i Hälsingland. Fler personer börjar testa på sporten och förhoppningsvis så är vi nästa år ännu fler personer som representerar Hälsingland runtom på de svenska tävlingarna.

/Linn Bylars

Verksamhetsberättelse SkidO 2021

Det var en svår säsong avseende coronaläget. Nationella tävlingar genomfördes bara för elit D/H 21 med juniorer som satsade på landslaget med i de klasserna. Inga tävlingar för övriga tyvärr.

Alfta-Ösa OK:s tävlingar fick flyttas till Kräckelbäcken pga snöbrist i Kygelvallen, men blev ändå ett lyckat arrangemang.

Lisa Larsen, AÖOK, vann VM guld i jaktstart i Estland efter att ha blivit 9:a i sprinten.

/Robert Ladänges

Verksamhetsberättelse Tekniska 2021

Planerade/genomförda tävlingar 2021

4/6	A-Ö OK	Nat	Medel	Inställd
5/6	A-Ö OK	Nat	Lång	Inställd
6/6	A-Ö OK	Nat	Medel	Inställd
21/8	Rehns BK	Nat	Medel	
22/8	Rehns BK	Nat	Lång	
5/9	Hudiksvalls OK	Mäst	DM Sprint	
5/9	Hudiksvalls OK	Mäst	DM Medel	
12/9	Ockelbo OK	Mäst	DM Stafett	
19/9	Valbo AIF	Mäst	DM Ultra	
25/9	Segersta OK	Mäst	DM Lång	
5/10	Ljusdals OK	Mäst	DM Natt	

Övriga dist. arrangemang:

3/8	A-Ö OK	Dist/medel	Distriktsmatch ungdom	
3/8	A-Ö OK	Dist/sprint	Distriktsmatch ungdom	
9/6	Alfta-Ösa / Edsbyns OK	Dist	Bredd-stafetten	
1/7	Söderhamns OK	Dist	Hälsinglands 3-Dagars	Inställd
2/7	Vallsta SK	Dist	Hälsinglands 3-Dagars	Inställd
3/7	Rehns BK	Dist	Hälsinglands 3-Dagars	Inställd

Kartrapport 2021

Följande kartor har fått ett godkännande- och registreringsnummer under 2021:

XH588	Segersta Sprint	1:4000	Segersta OK
XH589	Måga	1:10/1:7500	Ljusdals OK
XH590	Ersk-Jansaklitten	1:10/1:7500	Alfta-Ösa OK
X591	Hölik	1:10 000	Hudiksvalls OK
X592	Gia	1:5000	Hudiksvalls OK

