

HÄLSINGLANDS ORIENTERINGSFÖRBUND

Verksamhetsberättelse 2019



Innehåll

Styrelsens sammansättning 2019	3
Ordföranden har ordet	4
Verksamhetsberättelse ungdom	5
Verksamhetsberättelse PreO	15
Verksamhetsberättelse skidorientering	16
Verksamhetsberättelse MTBO	16
Verksamhetsberättelse tekniska kommittén	17

Bilagor

Dagordning
Rapport kartor 2019
Bokslut 2019



Styrelsens sammansättning under 2019

Ordförande	Lennart Persson, Söderhamns OK
Vice ordförande	Christina Vestman, Hudiksvalls OK
Sekreterare	Marie Fröjd, Rehns BK
Kassör	Monika Östberg, Alfta-ÖSA OK
Ledamot (ungdom)	Christer Lagerhäll, Rehns BK
Ledamot (teknik)	Stefan Carlsson, Alfta-ÖSA OK

Adjungerande ledamöter under 2019

SkidO	Erik Broman, Alfta-ÖSA OK
MTBO	Hans Olevik, Edsbyns OK
PreO	Stefan Larsson, Rehns BK
Kartkonsulent	Karl-Erik Engblom, Valbo AIF

Valberedning

Sammanställande	Tommy Öst, Ljusdals OK
Ledamot	Stefan Larsson, Rehns BK
	Annika Ottenbäck, Segersta OK

Revisorer

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



Ordföranden har ordet

Det har varit ett fantastiskt år 2019 för vår sport då vi blivit väl synliga i media. VM-framgångarna med TV-sändning på bästa sändningstid, fantastiska Tove som Bragdgulds- och Jerringprisvinnare. Sådant behöver vår sport.

Ett fint år också i vårt distrikt med många otroliga framgångar och insatser i våra fyra discipliner. Eller vad sägs om dessa axplock från säsongen.

SkidO: Erik Rost **Guld** på VM-sprint, EM medel, SM lång. Utsedd till årets Skidorienterare vid OL-galan. Tove Alexandersson **Guld** på VM lång och VM sprint, EM lång, SM lång, SM medel, SM sprint, Elin Ladänges **Guld** på SM medel i D16.

OL: Våra suveräna damer från Alfta slog till igen med en 2:a plats i TioMila och en 4:e i Venla. Fin insats av Elin Ladänges vid USM, D15, med en 6:e placering i både Lång och Sprint.

PreO: Malin Wiksell **Guld** på VM i TempO, SM-dag, SM-natt

MTBO: Linn Bylars **Brons** på VM-stafetten, **Guld** på SM sprint. Totalseger i Svenska cupen.

Aktiviteter som ordnats för våra ungdomar under året var Rikslägret i Idre (7 deltagare), Hälsingelägret i Forsa (35 deltagare) och så den populära säsongsavslutningen på Dala-Dubbeln (35 deltagare). Stort tack till alla ledare som gjorde detta möjligt.

HOF arrangerade också en aktivitetsdag i Alfta i november. Deltagarna (25 st) fick först prova på roliga orienteringsövningar. Därefter vidtog några gemensamma programpunkter med bland annat Karl-Erik Engblom som gick igenom nya kartnormen. Sedan uppdelning på Klubbledar- respektive Ungdomsledarträff där året utvärderades och nya planer skapades för kommande år.

Att arrangera är vi också mycket bra på i vårt distrikt. Under året har vi arrangerat hela 40 tävlingar (3-dagars inkluderat). Speciellt detta år var förstas alla SM arrangemang. SM Sprint och Sprintstafett (Forsa OK/Hudiksvalls OK/Ljusdals OK), SM Ultra och Veteran SM (Alfta-Ösa OK), SM Lång, SM Medel, SM Stafett (Söderhamns OK/Segeberga OK), PreO SM (Rehns BK). Fler av hälsingeklubbarna har också varit behjälpliga vid ett flertal av arrangemangen.

Mycket beröm för arrangemang, banor, terräng, har också hörts från förbund, coacher och inte minst från deltagarna. Som hälsing är det bara att suga i sig.

På lite olika hörn i vårt distrikt har man svårt att rekrytera nya ungdomar till vår fina sport. Lyckas man rekrytera några så kan det ta stopp i nästa fas, dvs att få med dessa ut på tävlingar. Som jag ser det så beror detta till stor del på ungdomsledarbrist. Här har vi ett stort jobb att göra de närmsta åren. En del av lösningen är förstas att klubbarna måste samarbeta, samverka, lära av varandra ännu mer än idag. Jag är övertygad om att potential finns.

Det är hög tid nu att börja styra om delar av vår enorma "arrangörskraft" till "rekryteringskraft" av ungdomar och ungdomsledare.

Ser fram emot ett spännande orienteringsår 2020

/Lennart Persson

Verksamhetsberättelse Ungdom 2019 – Hälsinglands Orienteringsförbund

Rikslägret i Idre 23-28 juni

Rikslägret i Idre arrangeras varje år av Svenska Orienteringsförbundet för ungdomar 13-16 år. Aktiviteten är inte finansierad av Hälsinglands Orienteringsförbund, men samordnas av klubbarna.

I år var följande deltagare med: Wille Långberg, Hjalmar Wennberg, Aron Sidenvall, Olle Långberg, Max Zetterberg samt Elin Ladänges. Ledare var Johan Sidenvall och Catherine Wennberg.

Veckan är alltid fylld med utmanande övningar under två pass per dag, en aktivitetsdag under onsdagen med lagtävling, intressant föreläsning (i år var temat orienteringsgymnasium, ifjol Tove Alexanderssons framgångsfaktorer) samt aktivitetsband för bowling, äventyrsbadet och minigolf. Vi försöker också alltid hinna med en topptur upp till Städjan.

Vi hoppas att fler vill vara med under 2020 och sänder här en grupphälsning från oss som var med 2019.



På Stadjans topp, i bakgrunden Idre Fjäll.

Hälsingelägret i Forsa 17–18 augusti

Årets Hälsingeläger arrangerades i Forsa med utgångspunkt från Forsa OK:s klubbhus. Det var totalt 35 barn och ungdomar som deltog ifrån klubbarna Aifta-Ösa OK, Hudiksvalls OK och Forsa OK. Lördagens program bjöd på orienteringsaktiviteterna Rävjakt och OL-intervaller. Rävjakten gav en bra start med samlad grupp där alla kunde orientera på sin nivå. Under OL-intervallerna blev det tydligt att det går mycket snabbare att springa på stig jämfört med på myr eller i skog. Sen var det en intensiv match i myrfotboll och på kvällen samarbetsaktiviteter där gruppen delades upp i lag utifrån ålder. Syftet var att bygga gruppkänsla för de i samma ålder och fler lärde känna varandra bättre vilket var roligt att se. På söndagen blev det en utmanande teknikbana med möjlighet till bad efteråt. Lägret avslutades med OL-skyttesprintstafett med hög fart och ambition. Som helhet blev lägret mycket lyckat. Som extra bonus

var det en del som passade på att se på VM som pågick samtidigt med mycket glädjande svenska resultat.



Distriktsmatchen 2019

I år var det Gästriklands tur att arrangera Distriktsmatchen. En minibuss åkte från Alfta med ett stopp i Bollnäs för att hämta upp Hjalmar som tagit bussen dit från Hudiksvall. Senare när vi kom fram till Årsunda skola så anslöt sig Albin också till truppen. Logi var på Årsunda skola och Hälsingland fick bo i ett litet bibliotek. När vi kom fram hade vi i Hälsingland gemensam lunch i biblioteket, sedan tog vi det lugnt och boade in oss innan det var dags för sprinten.

Första start var kl. 14:00. Banan bestod av en inledning i skogspartier med öppna gräsängar, sedan gick det vidare in i bostadsområden för att avslutas på skolgården. Det var inga kluriga vägval utan snabbt spring i benen var definitivt en fördel för bra resultat. Dagens resultat var D15 Elin Ladänges Alfta-Ösa OK 1:a, Irma Östberg Alfta-Ösa OK 9:a (+2:57), Ella Sandberg Alfta-Ösa OK 12:a (+3:10), D13 Oline Hansson Alfta-Ösa OK 4:a (+2:44), D14 Lovisa Lundin Alfta-Ösa OK 17:e (+9:04), H15 Hjalmar Wennberg Hudiksvalls OK 8:a (+11:28) och H16 Albin Blomberg Segersta OK 2:a (+0:40).

Efter prisutdelning och dusch var det dags för middag i skolans matsal. En ny sak för detta år var att det inte var någon planerad kvällsaktivitet, utan ungdomarna fick själva hitta på något. Det fanns möjlighet till bad, basket, fotboll m.m. även om Hälsinglands ungdomar mest spelade Skip-bo och åt godis under kvällen.



Irma Östberg, Ella Sandberg, Lovisa Lundin, Oline Hansson, Elin Ladänges (AÖOK), Albin Blomberg (SeOK), Hjalmar Wennberg (HOK)

Dag två var det dags för långdistans, arenan var en dryg kilometer ifrån skolan. Banorna hade en svår inledning men följdes upp av tallhedar. Vid slutet av banan var det varvning och kartvändning för samtliga klasser. Pga att Ella vaknade upp med halsont så blev det ej start för henne, och en bom av Lovisa ledde till ej godkänd. Övrigas resultat var Elin Ladänges Alfta-Ösa OK 2:a (+2:35), Irma Östberg Alfta-Ösa OK 8:a (+16:07), Oline Hansson Alfta-Ösa OK 3:a (+4:43), Hjalmar Wennberg Hudiksvalls OK 10:a (+47:26) och Albin Blomberg Segersta OK 4:a (+7:54).

När alla kommit i mål och duschat serverades lunch och sedan var det prisutdelning innan bussen rullade hemåt igen.

Ledare: Monika Östberg och Erika Leanders (Alfta-Ösa OK)

USM i Oskarshamn

I år arrangerades USM av SOK Viljan nere i Oskarshamn och truppen, som för övrigt ökat med 100% från ifjol, tog sig via olika tåg till Stockholm C för en sammanstrålning och vidare tågresa mot Linköping och därefter bil till boendet. Vi anlände till "stugan" ca 10 på kvällen och halva truppen värmdes upp hjärnorna med lite schack, medan den andra halvan tog ett kort träningspass.

Fredag morgon tog vi sovmorgon och hade en slapp förmiddag där vi studerade kartor, jämförde vägval och spelade spel innan avresa mot karantän och sprint.

Sprinten gick inne i Oskarshamn där det mest var buskar och lägenhetshus, därav inte heller så kluriga banor, utan det blev mest löpning och snabba vägvalsbeslut. Trots de egentligen lätta banorna blev ingen av hälsingeungdomarna nöjd med sina lopp utan det småbommades (och storbommades) en del och resultaten ble: Albin Blomberg, Segersta OK 72:a (+4:23), Adrian Hansson Bånga, Alfta-Ösa OK 85:a (+5:12), Elin Ladänges, Alfta-Ösa OK delad 6:a (+0:36), Ella Sandberg, Alfta-Ösa OK 90:e (+4:48).

Efter sprinten var det kamratmiddag och invigning där Hälsingland fick gå upp på scenen och visa upp sig till Thore Skogmans låt "Dra ända in i Hälsingland". Trots vår stora ökning var vi minsta distrikt i år igen och störst var stockholmsslubbarna med närmare 90 pers.



Ella, Elin, Adrian, Albin

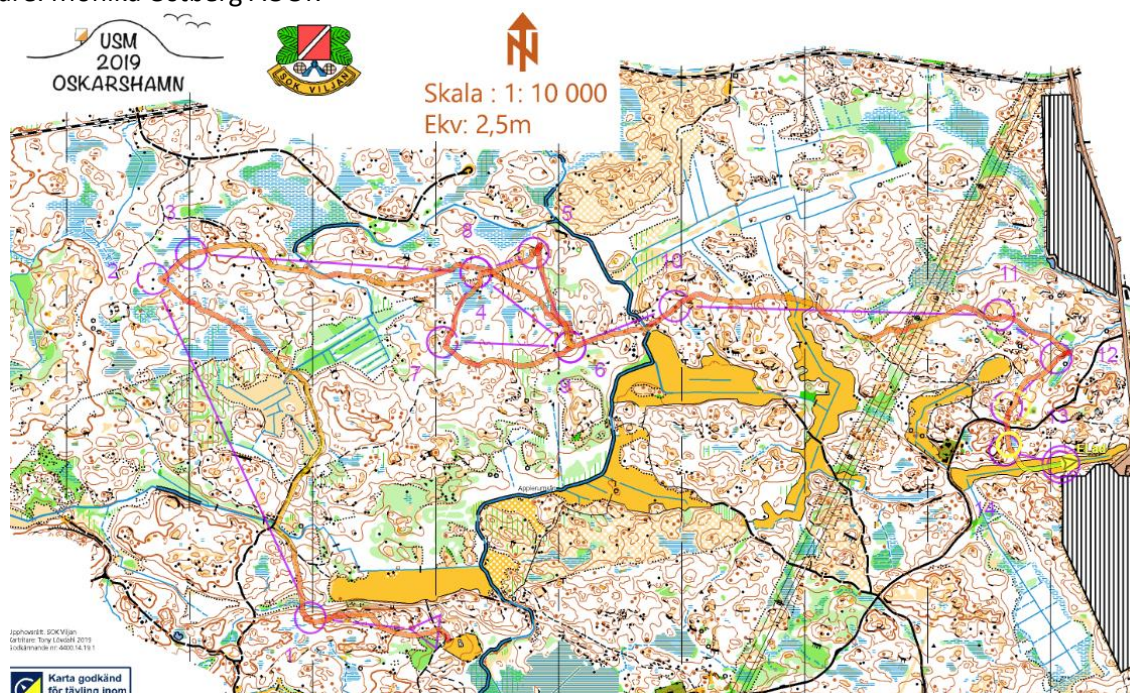
På lördagen var det dags för långdistans i ett svagt kuperat område med ett antal åkrar och varierande framkomlighet. Lättlöpta hållar varierades med höga buskar och myrar som enligt Albin "borde vara ritade som svarta" eftersom de var oframkomliga. Det bjöds på fina banor med en gaffling på mitten för att få lite spridning, dock upplevdes

det som att det var mer klungor under och efter gafflingen. Adrian hade en tuff dag och slutade som 93:a (+1:07:33), Albin 67:a (+25:25) och Elin 6:a (+4:19) och Ella som dessvärre vaknade med halsont kunde inte starta och fick heja på de andra istället.

På söndagen var det stafett, men eftersom vi inte fick ihop lag blev det Revanschen istället. Revanschen har gemensam start och samma banor som 15-klassen på stafetten. Banan gick på ungefär samma område som längen, men terrängen upplevdes mer kuperad. På revanschen gjorde nästan alla sitt bästa lopp under helgen och Albin slutade som 5:a (+0:12) trots en fällning på spurten, Adrian 21:a (+9:20) och Elin 1:a.

Så vi kan nog ändå summera USM som klart godkänt och hoppas på en ännu större trupp till Falköping nästa år!

Ledare: Monika Östberg AÖOK



Elin Ladänges USM-karta

Dala-Dubbeln vid Backa Herrgård, NO om Falun 19–20 oktober

Favorit i repris. Denna helg är en självklar säsong avslutning för våra ungdomar från Hälsingland. Och varför ändra ett vinnande koncept.

I år var vi 35 ungdomar och 15 ledare från Forsa, Hudiksvall, Segersta och Alfta. Och som vanligt ansvarade Alfta-Ösa OK för planering, mat och kvällsaktivitet.

I år var vi färre lag än tidigare, däremot var det fler som sprang öppna banor av ungdomarna. På lördagens stafett lyckades våra yngsta bäst där Irma Jonsson, HOK och My Holmsten, FOK i D10 knep en 11-plats. Även Frank Sidenvall, HOK och Samuel Svensson, SOK knep också en 11-plats i H10. Tyvärr är det bara de 10 första som får ny nummerlapp till söndagens patrull, så de fick starta i den ordinarie startlistan.



Starten i D10. Foto: Petra Pavlovska

Efter tävlingen åkte vi som vanligt förbi ICA i Falun, för att därefter fortsätta till Vassbo Vandrarhem. Som vanligt blev det tacobuffé till middag, prisutdelning av Hälsingepriiset till de tre första i varje klass från HD10-HD16, Hälsinglands "flest antal starter" samt "raketklubben".

Kvällsaktiviteterna bestod av en stafett med ett flertal utmaningar, såsom att flytta en ärta med sugrör mellan två lagmedlemmar från en skål till en annan eller riva tidningspapper och få ut det längsta sammanhållna m.m. I övrigt så var den traditionsenliga men aldrig programsatte leken "Vinken", där nästan alla, oavsett ålder, deltog i under övrig tid. Vi vuxna hann även med ett litet ungdomsledarmöte innan kvällen tog slut.



Alla vinnare av Hälsingepriiset som delades ut till de närvarande. Foto: Magnus Unborg

Efter en god frukost var det dags söndagens patrull och utklädnings. Däremot så bidrog det regniga vädret och den otroligt leriga arenan att utklädningsen lite kom av sig. Det var stövlar och storjacka som gällde. Det var tur att vi hade med oss tält detta år så vi kunde komma undan från den värsta kylan och nederbörden. Den långa långdistansen var som vanligt utslagsgivande och alla ungdomar gjorde jättebra kämpainsatser. Bäst på söndagen, och också i totalresultatet, lyckades Elin Ladänges AÖOK, med sin nya parhäst Sara Åbom från Gävle OK. De knep en fin 7e-plats i hård konkurrens i D16.

Totalresultat:

H10: 12 Theo Lundin AÖOK, Herman Larsson AÖOK (av 89 lag)
 H10: 21 Franks Sidenvall HOK, Samuel Svensson SOK (av 89 lag)
 H12: 40 Linus Hansson AÖOK, Alfred Larsson AÖOK (av 103 lag)
 H12: 53 Filip Zetterberg HOK, Wilmer Wennberg HOK (av 103 lag)
 H14: 85 Olle Långberg HOK, Aron Sidenvall HOK (av 144 lag)
 H14: 111 Martti Joki FOK, David Nordström FOK (av 144 lag)
 H14: 117 Max Zetterberg HOK, Nils Blomberg SOK (av 144 lag)
 H16: 24 Albin Blomberg SOK, Wille Långberg HOK (av 89 lag)
 D12: 35 Elin Jonsson HOK, Rut Sidenvall HOK (av 119 lag)
 D12: 101 Linnea Unborg AÖOK, Amilia Riley HOK (av 119 lag)
 D14: 77 Oline Hansson AÖOK, Lovisa Lundin AÖOK (av 128 lag)
 D16: 7 Elin Ladänges AÖOK, Sara Åbom GOK (av 87 lag)

Följande patruller deltog också men inte fullföljde båda etapperna så inget slutresultat:

D10: Irma Jonsson HOK, My Holmsten, FOK
 H10: 41 Marcus Unborg AÖOK, Vanessa Lind AÖOK

Övriga ungdomar som sprang öppna banor:

Hjalmar Wennberg HOK, Ella Sandberg AÖOK, Freja Högberg AÖOK, Ylva Forslin FOK, Ellen Mikaelsson FOK, Axel Jonsson HOK, Einar Blomberg SOK



Lerig målsprint. Foto: Petra Pavlovska

I avsaknad av Elin och Ellas utklädningskreationer, var det en mer jämn kamp bland Hälsingeungdomarna detta år. Vann gjorde Irma Jonsson och My Holmsten som var utklädd till katter. Staty delades ut på hemvägen i bussen. Snön började falla lätt och efter att vi släppt av många i Alfta, så blev det tid för analys och möten innan bussen nådde Forsa. Ett extra stort tack till Christina Ladänges för maten, Per-Åke Bladh som vår trygga chaufför, Calle Lundin för kvällsaktiviteten och till Monika Östberg för allt roddande!

/Catherine Vennberg

Hälsinglands Ungdomspris 2019

Årets mesta orienteringsklubb

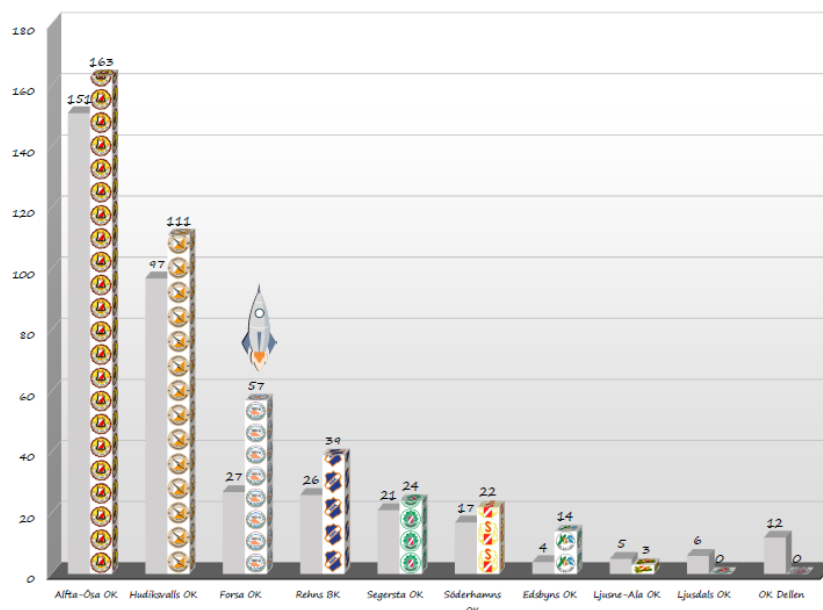
Förutom det individuella säsongspriset får de klubbar som haft flest deltagare bidrag till ungdomsverksamheten. Varje startande i Inskolning, U-klass samt HD 10–16 ger en poäng till deltagarens klubb. 3000 kronor går till den förening som haft flest starter i ungdomsklasser på Hälsinglands tävlingar under året. Segrare 2019 blev Alfta-Ösa OK före Hudiksvalls OK.

Årets raketklubb

3000 kronor går till den förening som har ökat mest jämfört med föregående år gällande antal starter i ungdomsklasser på Hälsinglands tävlingar. Segrare 2019 gjorde Forsa OK med 30 starter på pluskontot.

Hälsinglands Ungdomspris 2019

Årets "Mesta klubb" & Årets "Raketklubb"



Hälsinglands Ungdomspris 2019

Deltävlingar

Datum	Namn	Arrangör	Gren
2019-05-18	Faxeträffen, dag 1, medel	Ljusne-Ala OK, Söderhamns OK	medel
2019-05-19	Faxeträffen, dag 2, lång	Ljusne-Ala OK, Söderhamns OK	lång
2019-05-31	SM, sprint, publiktävling, medel	Forsa OK, Hudiksvalls OK, Ljusdals OK, OK Dellen	medel
2019-06-01	SM, sprint, publiktävling	Forsa OK, Hudiksvalls OK, Ljusdals OK, OK Dellen	sprint
2019-06-06	Ösatriffen, dag 1, lång	Alfta-Ösa OK	lång
2019-06-07	Ösatriffen, dag 2, medel	Alfta-Ösa OK	medel
2019-06-08	Veteran-SM med Ösatriffen, dag 3, lång	Alfta-Ösa OK	lång
2019-06-09	Veteran-SM med Ösatriffen, dag 4, medel	Alfta-Ösa OK	medel
2019-08-31	DM, medel, Hälsingland	Rehns BK	medel
2019-08-31	DM, sprint, Hälsingland	Rehns BK	sprint
2019-09-01	DM, lång, Gästrikland + Hälsingland	Hälsinglands Orienteringsförbund, Storviks IF	lång
2019-09-15	SM, lång, final, publiktävling, medel	Segerstå OK, Söderhamns OK	medel
2019-09-21	SM, medel, final, publiktävling, medel	Segerstå OK, Söderhamns OK	medel
2019-10-04	DM, natt, Hälsingland	Hudiksvalls OK	lång

D10

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totalt
1	Irma Jonsson	Hudiksvalls OK									10	8		10	10	10	48
2	My Holmsten	Forsa OK						10	8		7				8	7	40
3	Vanessa Lind	Alfta-Ösa OK									8	10				8	26
4	Angelina Axelsson	Edsbyns OK							10								10

D12

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totalt
1	Ellen Mikaelsson	Forsa OK	8	10	10	7	10	7	8	6	10				8	10	94
2	Elin Jonsson	Hudiksvalls OK			8	8		6	7	10	8	10		8	10	6	81
3	Rut Sidenvall	Hudiksvalls OK				10		10	5	7	6	7	10	10	6	8	79
4	Hanna Rydesäter	Rehns BK	10	8			8	8	6	8		6		7	7	7	75
5	Lina Holmsten	Forsa OK	6	7	7	6		3	4		3				3		39
6	Hedda Mattsson	Alfta-Ösa OK					5	5	10	5	5	8					38
7	Linnea Unborg	Alfta-Ösa OK					7	4	3	4	4	4				5	31
8	Connie Bohlin	Söderhamns OK	7										5		4		16
9	Siri Forslin	Forsa OK				5					7						12
10	Marie Pavlovská	Söderhamns OK													5		5

D14

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totalt
1	Oline Hansson	Alfta-Ösa OK		10			10	10			10	10	10		10	10	80
2	Lovisa Lundin	Alfta-Ösa OK	10						5	5	5	8	8			8	49
3	Lydia Persson	Alfta-Ösa OK					4			4	7	7			8		30
4	Elisia Svedberg	Rehns BK						8		4	3,5	6					21,5
5	Elin Brandt	Alfta-Ösa OK						5									5

D16

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totalt
1	Elin Ladänges	Alfta-Ösa OK	10	10		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10		110
2	Ella Sandberg	Alfta-Ösa OK	8	8	10	8		8			8	8	8		8	10	84
3	Irma Östberg	Alfta-Ösa OK								8	8						16

H10

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totalt
1	Samuel Svensson	Söderhamns OK	8	10	10	10	10		10		10	10		7	10	10	105
2	Herman Larsson	Alfta-Ösa OK			8						8	8		10	8	6	48
3	Marcus Unborg	Alfta-Ösa OK					7	10	5	10	6	5				4	47
4	Frank Sidenvall	Hudiksvalls OK			8	8							10	8		8	42
5	Einar Blomberg	Segersta OK							6		7	7	8		7	5	40
6	Theo Lundin	Alfta-Ösa OK	10				8		8							7	33
7	Hugo Rydesäter	Rehns BK						8	7	8				6			29
8	Erik Svedberg	Rehns BK									4	6					10
9	Edvin Svedberg	Rehns BK									5	4					9
10	Axel Davidsson	Alfta-Ösa OK													6		6

H12

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totalt	
1	Wilmer Wennberg	Hudiksvalls OK				10	7	10	10	10	10	7		7	8	10	10	99
2	Linus Hansson	Alfta-Ösa OK			8				8	8	8	10	10	10		7		69
2	Martti Joki	Forsa OK	10	10		8					8	8	8	10		7		69
4	Filip Zetterberg	Hudiksvalls OK	8		8	10					6	7		7		8		54
5	Alfred Larsson	Alfta-Ösa OK													8	6		14
6	Josua Axelsson	Edsbyns OK											6					6

H14

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totallt
1	Olle Långberg	Hudiksvalls OK	10		10	10	10	10					10	8		8	86
2	Aron Sidenvall	Hudiksvalls OK			7			8	8		10	10	8	10	10	10	81
3	Nils Blomberg	Segersta OK	5	5			5	5			8	6				6	40
4	Max Zetterberg	Hudiksvalls OK			8	7							8			7	30
5	Walter Kazmierczak	Hudiksvalls OK			6	8						7	7				28
6	Leo Magnusson	Alfta-Ösa OK								10							10

H16

Plac	Namn	Klubb	18/5	19/5	31/5	1/6	6/6	7/6	8/6	9/6	31/8	31/8	1/9	15/9	21/9	4/10	Totallt
1	Albin Blomberg	Segersta OK	10	10			8	10	10		10	8	10				76
2	Hjalmar Wennberg	Hudiksvalls OK	7					8			8			10	10	10	53
3	Adrian Hansson Bånga	Alfta-Ösa OK				8		6	8		7	10					39
4	Wille Långberg	Hudiksvalls OK			10	10	10	7									37
5	Anton Henriksson	Söderhamns OK	8														8



Årets raketklubb Forsa OK

Verksamhetsberättelse PreO 2019

Marit Wiksell har haft ett enastående år.

VM i precisionsorientering (Portugal) avslutades med ännu ett svensk guld. Marit Wiksell bärgade titeln i TempO i överlägsen stil. "Jag är helt överväldigad", säger Marit.



Bäst i världen, bäst i Sverige, bäst i Bollnäs. När Rehns BK arrangerade årets SM vann Marit två grenar, PreO-dag och PreO-Natt. Marit kunde delta på grund av att hon aldrig varit i tävlingsområdena.

Landslagsuppdrag: Marit och Lennart Wahlgren var uttagna till VM och Nordisk landskamp. De båda har även i år varit framstående både nationellt och internationellt inom PreO-sporten. Lennart tog tre segrar under året. Nordic Choice PreO-cup bestod i ett antal tävlingar i Norge under året. Lennart låg mycket bra till efter vårtävlingarna, men hade inte tid och möjlighet att fullfölja hösttävlingarna.

Rolf Karlsson tog en seger, samt var bäste svensk på ytterligare tre tävlingar.

Rehns BK arrangerade årets SM-tävlingar i PreO. Fyra tävlingar på tre dagar var ett hårt arbete. För första gången i historien genomfördes nya grenen Stafett. Tävlingsledare var Curt Landin och banläggare Lennart Wahlgren. Markan stod Matsas mat för, street food i världsklass. PreO-gruppen riktar ett stort tack till alla som var med och hjälpte oss att genomföra detta. Det blev en succé och vi har fått höra många lyriska ord från deltagarna.

En upplevelse som undertecknad, kommer att minnas länge var när Pinja Mäkinen och Anti Rusanen från Finland helt plötsligt ställde sig upp och sjöng Finlandia av Sibelius under "karantänen" före TempO-finalen. Och de sjöng mycket bra. De flesta hörde inte detta då de gått ner för att se finalen.

Glädjande noteras att Hälsingland representerades av två klubbar, Alfta-Ösa OK och Rehns BK. Andreas Davidsson stod för en fin insats på PreO-SM dag, då han kom på 5:e plats.



Rehns BK arrangerade även två tävlingar på vårsidan. En regnig dag vid Bolleberget, men kanske var det bergets skugga som gjorde att det i princip blev uppehåll under tävlingarna.

Resultat PreO-DM Hälsingland:

1. Marit Wiksell, Rehns BK
2. Andreas Davidsson, Alfta-ÖSA OK
3. David Däldehög, Forsa OK

Om året inleddes med glädjetårar så slutade det i sorgetårar. En grå dag i mitten av november nåddes vi av budet att Stefan Larsson hastigt avlidit. Våra tankar går till hustru Ann-Sofie och de övriga i hans familj.

Vid pennan: Elisabeth Norsell Karlsson

Verksamhetsberättelse skidororientering 2019 – Hälsinglands Orienteringsförbund

Vi har tidigare bildat en kommitté inom HOF för Skido. Erik Broman sk, samt Peter och Ingela Rydesäter. Förra vintern körde Ljusdal en träning, samt även Alfta med Broman som ansvarig 27 jan 2019.

Resultat 2019:

EM Sprint: Tove Alexandersson 3:a och Erik Rost 2:a. Mixstafett Tove och Erik 2:a Medel: Erik 1:a och Tove 5:a. EM Lång: Tove 1:a och Erik 3:a.

SM Östersund: Medel Tove 1:a, Bente Rost 7:a; Erik 3:a, samt seger till Elin Ladänges i D16.

Stafett: Herrar Erik och Joel Sjölander AÖOK 2:a, Damer Tove Alexandersson och Bente Rost 1:a AÖOK

SM Malung: Tove vann både Sprint och Lång och Erik vann Lång. VM Piteå: Både Erik och Tove vann Sprinten och Tove vann även Lång där Erik blev 6:a.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE MTBO 2019

Linn Bylars, Forsa OK har under året varit etablerad i Sveriges MTBO-landslag. Höjdpunkten under säsongen var onekligen stafettlagets tredjeplacering vid VM i Danmark. Individuellt blev det som bäst placering 10 på masstarten.



Linn Bylars, Nadja Larsson, Sara Forsgren, glada treor i VM-stafetten.

I Svenska Cupen var Linn på pallen i de flesta deltävlingarna varav 5 segrar, vilket ledde till en totalseger i Cupen. Även Amy Rankka, D 21 Forsa OK, gjorde fina resultat i Cupen. Vid SM tog Linn en seger i sprint och placering 3 på långdistansen.

Fina SM-placeringar blev det också för Alftaåkarna Lisa Larsen D 21 sprinttrea. Adrian Hansson-Bånga H 16 trea på medeldistansen och Peter Rosén H 50 fyra på långdistansen.

Hans Olevik Edsbyns OK H 70, segrade på lång- och medeldistans.

Vid O-ringens MTBO-tävlingar tog Alftas Leia Magnusson D 16 en etappseger och en andraplats.

Vid veteran-VM i Tyskland blev det andraplaceringar för Hans Olevik på lång- och medeldistans. Peter Rosén var fyra på masstarten.

I Norrhälsingland har, kanske tack vare Linns framgångsrika satsning på MTBO, genomförts 4 MTBO-träningar, 2 i Ljusdal samt i Forsa och Hudiksvall.

Rehns BK har även det här året genomfört Kart O'hoj, ett breddarrangemang där det gäller att med hjälp av cykel leta rätt på kontrollpunkter.

/Hans Olevik

Verksamhetsberättelse Tekniska 2019

Följande tävlingar arrangerades 2019

18/5	Söderhamns OK	Nat	Medel
19/5	Söderhamns OK	Nat	Lång
26/5	Rehns BK	Mäst	DM PreO
26/5	Rehns BK	Nat	TempO, PreO
31/5	FOK/HOK/LOK	Mäst	SM Sprint, kval
31/5	FOK/HOK/LOK	Nat	Medel
1/6	FOK/HOK/LOK	Mäst	SM Sprint, final
1/6	FOK/HOK/LOK	Nat	Sprint
2/6	FOK/HOK/LOK	Mäst	SM Sprint, Stafett
6/6	A-Ö OK	Mäst	SM Ultra
6/6	A-Ö OK	Nat	Lång
7/6	A-Ö OK	Nat	Medel
7/6	A-Ö OK	Mäst	Veteran-SM Sprint
7/6	A-Ö OK	Nat	Sprint
8/6	A-Ö OK	Mäst	Veteran-SM Lång
8/6	A-Ö OK	Nat	Lång
9/6	A-Ö OK	Mäst	Veteran-SM Medel
9/6	A-Ö OK	Nat	Medel
18/6	Ockelbo OK	Mäst	Ultra/Ungdomstävling
31/8	Rehns BK	Mäst	DM Sprint
31/8	Rehns BK	Mäst	DM Medel
1/9	Storviks IF	Mäst	DM Lång
6/9?	Hudiksvalls OK	Mäst	DM natt
8/9	OK Ödmården	Mäst	DM stafett
14/9	Söderhamns OK	Mäst	SM Lång, kval

14/9	Söderhamns OK	Dist	Medel
14/9	Söderhamns OK	Mäst	SM Lång, final
14/9	Söderhamns OK	Dist	Lång
20/9	Söderhamns OK	Mäst	SM Medel, kval
20/9	Söderhamns OK	Dist	Medel
21/9	Söderhamns OK	Mäst	SM Medel, final
21/9	Söderhamns OK	Dist	Lång
22/9	Söderhamns OK	Mäst	SM Stafett
27/9	Rehns BK	Mäst	SM Natt PreO
28/9	Rehns BK	Mäst	SM Dag PreO
28/9	Rehns BK	Mäst	SM Stafett PreO
29/9	Rehns BK	Mäst	SM Tempo PreO

Övriga distriktsarrangemang:

12/6	Edsbyns OK	Dist	Utgått
1/7	Rehns BK	Dist	Hälsinglands 3-Dagars
2/7	Ljusne-Ala OK	Dist	Hälsinglands 3-Dagars
3/7	Vallsta SK	Dist	Hälsinglands 3-Dagars/Stefan Carlsson

