



# ÅRSBERÄTTELSE

för

Örebro Läns  
Orienteringsförbund

2015

# FÖREDRAGNINGSLISTA

vid ÖLOF:s årsmöte tisdagen den 8 mars 2016 kl 18.30

**Plats:** Idrottens Hus Örebro

## Dagordning Årsmöte

1. Mötets öppnande och stipendieutdelning
2. Upprop och fullmaktsgranskning, samt fastställande av röstlängd för årsmötet
3. Fråga om mötets behöriga utlysande
4. Val av ordförande för mötet
5. Val av sekreterare för mötet
6. Val av två justeringsmän för att jämte mötesordförande justera dagens protokoll.
7. Val av två rösträknare
8. Behandling av styrelsens verksamhetsberättelse för det gångna verksamhetsåret
9. Behandling av styrelsens förvaltningsberättelse för samma tid
10. Behandling av revisorernas berättelse för samma tid
11. Beslut om ansvarsfrihet för styrelsens förvaltning
12. Behandling av förslag från styrelsen eller revisorerna
13. Behandling av förslag som inkommit enligt § 12 (motioner)
14. Fastställande av verksamhetsplan för innevarande räkenskapsår
15. Beslut om föreningarnas årsavgifter och andra avgifter, samt fastställande av inkomst- och utgiftsstat för innevarande räkenskapsår, dvs budget för 2015
16. Val av ordförande för tiden till och med nästkommande ordinarie årsmöte
17. Val av styrelseledamöter
18. Val av revisor och revisorssuppleant för tiden till och med nästkommande ordinarie årsmöte.
19. Val av kommittéordförande och ledamöter
  - a. Tävlingskommittén
  - b. Elitkommittén
  - c. Ungdomskommittén
  - d. Kartkommittén
  - e. Skid-O/MTB-O kommittén
20. Val av kontaktpersoner för nätverk Naturpass
21. Val av valberedning
22. Övriga frågor
23. Mötet avslutas

## SVENSKA ORIENTERINGSFÖRBUNDET

Röstlängd för: Örebro läns Orienteringsförbund

Följande föreningar i ovanstående distrikt har fullgjort sina stadgeenliga skyldigheter mot Svenska Orienteringsförbundet 2015

- Almby IK
- Askersunds OK
- Fellingsbro GoIF
- Garphyttans IF
- Hagaby GoIF
- Hällefors OK
- KFUM Örebro OK
- Laxå OK
- Lindebygdens OK
- Närkes Skogskarlar Klubb
- OK Alferna
- OK Järnbärarna
- OK Letstigen
- OK Milan
- OK Tisaren
- OK Tylöskog
- Östra Almby FK

**Antal föreningar: 17 st**

# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

för Örebro Läns Orienteringsförbund under förbundets 56:e verksamhetsår.

## STYRELSE

Ordförande:  
Sekreterare:  
Kassör:  
Ledamot:

Jan-Åke Stolt Karlsson  
Sara Garpenlund  
Inga Holmström  
Agneta Hasselkvist  
Åke Sundin  
Björn Alpberg  
Margaretha Pepa

### Tävlingskommittén inkl markkontakt

Björn Alpberg (ordf)  
Håkan Svensson  
Jonas Pettersson  
Torun Pahlm

### Ungdomskommittén

Britt-Marie Forsgren (ordf)  
Vesa Kutti  
Sara Garpenlund  
Mats Carlsvärd  
Per-Ola Thuresson  
Niklas Sander  
Elin Sundqvist-Berg

### Kommittén för MTB-O/SKID-O

Margareta Pepa (ordf)  
Thomas Jansson  
Stefan Aronsson

### Kartkommittén

C-G Garpenlund (ordf)  
Jonas Karlsson  
Mats Nylén  
Christer Garpenlund

### Elitkommittén

Tomas Hallmén (ordf & rankingansvarig)  
Kajsa Holmqvist  
Erik Harlén  
Anders Attås  
Ellinor Eriksson

Revisor

**Tore Carlsson**

**Susanne Helsing, suppleant**

### Valberedning

Ledamöterna i valberedningen utses enligt en långsiktig plan där föreningen väljs med uppgiften att utse en representant. Under året har följande klubbar utgjort valberedning

OK Milan (sammankallande)  
Hällefors OK  
Askersund OK

## SAMMANFATTNING AV ORIENTERINGSÅRET 2015

ÖLOFs styrelse har under året haft fortsatt fokus på att utveckla samarbetsformerna mellan föreningarna i Örebro Län och ÖLOFs styrelse och kommittéer. Vi har bl.a. genomfört ytterligare ett framgångsrikt år med de två distriktsgemensamma projekten ”13-18” och ”Elitmiljö”. Allt för att bli ett ännu bättre stöd med koppling till det syfte och mål som SOFT formulerat och där vi bl.a. ska fokusera på att utveckla vår idrott så att den attraherar fler deltagare och behåller befintliga - i våra fyra grenar:

Orienteringslöpning • Skidororientering • Mountainbikeorientering • Precisionsorientering.

Föreningsledarkonferens i Ånnaboda 29 november, med tema ”Vägval för distriktets orientering”. Vi i styrelsen lägger mycket kraft, tillsammans med SISU, att utveckla denna aktivitet som vårt distrikts viktigaste för att gemensam dialog och utveckling kring vad som fungerar mer eller mindre bra i samarbetet mellan våra föreningar och vår distriktsstyrelse och tar med oss detta vidare in i kommande verksamhetsplaner. Viktiga frågor som lyfts och som diskuterats och som nu vi tar med oss vidare fram till årsmötet härifrån är t.ex: Hur vi ska säkerställa fortsatt finansiering av vårt ungdoms- och elitmiljöprojekt och hur vi kan marknadsföra och förbättra samarbetet med både offentlig- och privat sektor vad gäller de positiva effekter vår idrott har på folkhälsan genom hela livet.

En viktig del i kommunikationen mellan ÖLOF och distriktets orienterare och föreningarnas styrelser samt kommittéer är vår hemsida. Den har också utvecklats en hel del under året och du finner den här: [www.orientering.se/orebro](http://www.orientering.se/orebro)

Vi vill här i vår sammanfattning också passa på att uppmärksamma och gratulera Marcus Jansson, från Garphyttans IF, som blev svensk mästare i MTBO-sprinten i september!

Detta, och övriga prestationer, aktiviteter och annan intressant information om distriktets orienteringsår 2015 summeras utförligt av ÖLOFs kommittéer på följandesidor.

**Jan-Åke Stolt Karlsson**  
Ordförande

**Sara Garpenlund**  
Sekreterare

**Inga Holmström**  
Kassör

**Agneta Hasselkvist**  
Ledamot (vice ordf)

**Björn Alpberg**  
Ledamot

**Åke Sundin**  
Ledamot

**Margaretha Pepa**  
Ledamot

## **ÖLOF:s ÅRSMÖTE**

Den 18 mars var ca 20 personer samlade på Idrotten Hus i Örebro under ledning av Anders Bergman och med Asta Sjöberg som sekreterare.

## **FÖRENINGSLEDARKONFERENSEN**

Lördagen den 28 november var cirka 50 stycken ledare från distriktets klubbar samlade till den årliga föreningsledarkonferensen för ordförande, ungdom, elit, tävling/karta/mark samt MTBO/skidO verksamhet. Konferensen arrangerades i samarbete med SISU i Ännaboda. Dagen började med att deltagarna samlades i funktionsvisa grupper och arbetade. Innan lunchen sammanfattade alla grupperna vad dem hade diskuterat. Även vägval för distriktets orientering i framtiden diskuterades med hjälp av SISU. Efter lunchen fortsatte dagen med en lägesrapport kring SM 2017 och rapporter för distriktets två gemensamma projekt. Dagen avslutades med en föreläsning av Lilian Forsgren, med temat - Bra mat – Bättre resultat!

## **STYRELSEN**

Styrelsen har under året haft 10 protokollförda möten.

## **KANSLIET**

Förbundets kansli är inrymt i Idrottens Hus, Karlsgatan 28 i Örebro.

## **HEMSIDA**

På hemsidan finns information till distriktets orienterare dels för respektive kommitté och dels löpande information om vad som är på gång.

Adressen till sidan är: [www.orientering.se/orebro](http://www.orientering.se/orebro)

## UTMÄRKELSER 2015

Följande ÖLOF-stipendier utdelades:

<b>Ledarstipendiet</b>	Jonas Pettersson	OK Tisaren
<b>Ungdomsstipendiet</b>	Anna Hallmén	OK Tisaren
<b>Juniorstipendiet</b>	Andrea Svensson	OK Tisaren

Varje stipendium var på 2000 kr och utdelades vid årsmötet den 18 mars.

### Närkes Skogskarlar utmärkelser 2015

#### *Mästarjackor*

H21 Martin Regborn, Hagaby GoIF

H20 Gustav Hindér, OK Tisaren

H18 Martin Särnbrink, OK Tisaren

#### *Gustav Löfgrens pris:* Fellingsbro GoIF

Närkes Skogskarlar har även donerat en summa pengar till ungdomskommittén till priser i ungdomsserien

### Närkes Skogsflickors utmärkelser 2015

Följande har tilldelats uppmuntringspriser för fina insatser under 2015.

#### *Stora DM-priset*

D21 Rebecka Nylin OK Tisaren

#### *Årets resestipendium*

D16 Anna Hallmén OK Tisaren

#### *Uppmuntringspriser*

D20 Ellinor Eriksson KFUM Örebro OK

D18 Josefin Erlandsson OK Milan

D16 Elin Schagerström Garphyttans IF

D14 Sofie Franzén Almby IK

D12 Sofia Green Almby IK

Presentkort från Löpex Sport.

### Skogssportens Gynnares stipendier och utmärkelser 2015

#### *Gynnarnas juniorstipendium orientering – 8 000 kr*

Andrea Svensson, OK Tisaren

#### *Utvecklingsstipendium för talanger - 7000 kr*

Marcus Jansson, Garphyttans IF

## KARTKOMMITTÉN

Kartkommittén har bestått av C-G Garpenlund, Jonas Karlsson, Mats Nylin och Christer Garpenlund.

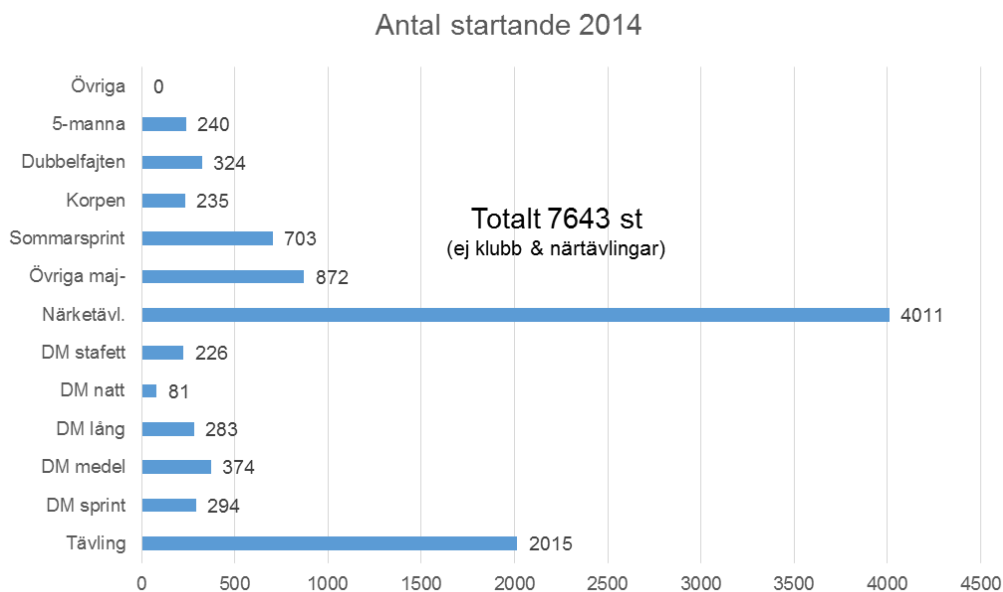
- Kartkommittén har haft 4 möten sammankomster under året.
- Har godkänt ett antal kartor samt 5 skolkartor.
- Har haft en kartpromenad där man tittade på olika laserdata material för kartframställning. Bra genomgång men dålig upplutning.
- Har börjat titta på ett PM för kartproduktion.

## TÄVLINGSKOMMITTÉN

Under verksamhetsåret har föreningarna i länet arrangerat totalt 19 tävlingar fördelade enligt följande tävlingstyper:

- Mästerskap (7st) (inkl. Skid-O SM)
- Nationell (8st)
- Distrikt (4)

Natt-DM arrangerades av Västmanlands Läns OF och är inte med i antal egna arrangemang ovan.

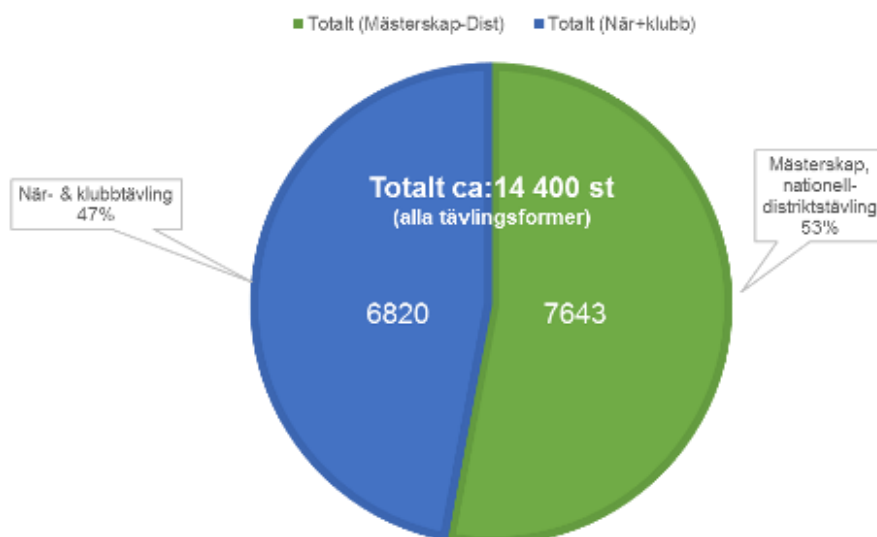


Utöver dessa tävlingar genomförs det också en omfattande träningsverksamhet av När- och Klubb tävlingsnivå där vi kan nämna t.ex. OK Milans poängtävlingar, Veteranorientering och Löpex vinterserie.



# Tävlingsstatistik 2015 (inkl. lokala arrangemang)

## DELTAGARE



Vi kan konstatera att antalet ”lokala arrangemang” är stort i distriktet och antal deltagare vid dessa tävlingar/träningar är nästan lika stor som antal deltagare vid större arrangemang. Lokala arrangemang organiseras också uteslutande i det gemensamma tävlingssystemet Eventor och det är därför dessa också synliggörs tydligare idag.

## Kurser utbildning, konferenser

Den 7-8 februari 2015 arrangerades två kurser i Ånnaboda med temat ”Arrangemang” samt ”Online teknik inom orientering. Det var totalt 12 deltagare i varje kurs, dvs. 24 deltagare vilka representerade samtliga omkringliggande länsförbund Kursutvärderingarna var mycket positiva och vi överväger att även nästa år genomföra liknande kurser.

Vid ledarkonferensen i Ånnaboda den 28 november gjordes en återblick över orienteringssäsongen samt vi gick också igenom kommande års tävlingsplanering.



Vid SOFT:s tävlingskonferens i Göteborg den 13-14 november representerades distriktet av Björn Alberg.

Kommittén har haft 8 möten varav 7 tillsammans med OL-dataföreningen.

## ELITKOMMITTÉN

I ÖLOF:s elitkommitté har under verksamhetsåret ingått:

- Tomas Hallmén (sammankallande)
- Jan-Åke Stolt Karlsson (repr. från ÖLOF:s styrelse)
- Representant från Hagaby
- Representant från KFUM
- Representant från Tisaren

Kommittén har haft två formella möten. Nedan följer verksamhetsrapporten inklusive målsättningar och status 2014-01-01 gällande ÖLOF:s elitorienteringsprojekt ”Elitorientering Örebro Län”

***Mål 1: Vi ska bli en av de attraktivaste elitorienteringsmiljöerna i landet.***

### Gruppen höst 2015-2016:

Andreas Bergander	Eksjö
Filip Dahlgren	Lidingö
Moa Enmark	GMOK
Josefine Erlandsson	Milan
Anton Hallor	Tisaren
Simon Hedlund	Årla
Gustav Hindér	Tisaren
Josefine Höög	Hagaby
Petter Johansson	Tisaren
Harald Larsson	Hagaby
Rebecka Nylín	Tisaren
William Pommer	Stora Tuna
Martin Regborn	Hagaby

### På distans även

Ellinor Eriksson	KFUM
Linnea Holmqvist	Hagaby
Andrea Svensson	Tisaren

### -Samordna elitträningar. Hög kvalitet.

**Aktiviteter teknikträning onsdagar. Vi försöker variera områdena så det blir nordväst om Örebro och i Sydnärke för bästa samordning.**

Träningsprogram, finns på ÖLOFs hemsida, utskickat till elitgruppen och alla klubbar i distriktet, stommen ser ut så här:

- Måndag Styrkegympa Tegelbruket 18.30 (sep-maj)
- Tisdag Långa Intervaller med Tisaren/Milans poängtävlning 18.00
- Onsdag ÖLOF Teknik/Löpex Vintercup 18.00
- Torsdag Träning med KFUM/Hagaby 18.00
- Fredag Friidrottshallen 16.30 korta intervaller/löpskolning (Nov-mars)
- Lördag/Söndag Distans 10.00 Skidor eller orientering, samordnas på Facebook

### **-Fungera som Mentor**

Träffar löparna regelbundet ca var femte vecka för uppföljningssamtal. Löparna har krav att skriva träningsdagbok, komma på träningsamtal och att delta på gemensamma träningar.

### **-Samordna stöd för Rehab, utrustning, föreläsningar mm**

- Rehab. Avtal med Löpex sport ang utrustning och träningskläder. Avtal med ÖKK. Avtal med SIGN för OL-kläder, Avtal med Nils-Olov Åsman massagebehandling.
- Föreläsningar. Samordnas bl a med landslag, SISU, föreningar mm

### **-Skapa förutsättningar för att kunna kombinera jobb eller studier med elitsatsande i distriktet.**

- Tomas Hallmén har kontor på Universitetet och jobbar därifrån 2 ggr/vecka.
- Örebro Universitet har tagit beslut om att elitidrottare (på landslagsnivå) har möjlighet till individuellt anpassade studier (Ex Martin Regborn).

### **-Engagerat marknadsföra Elitmiljö Örebro.**

- Informera åk 3 elever på olgy om verksamheten i Örebro.
- Logotype har tryckts upp på tröjor.
- Deltagit på Elittränarträffar och Riksidrottsförbundets konferenser. (SOFT betalar, avtal finns)
- Ordnat/ordnar läger för vår grupp/landslaget:
- Portugal v.8 (ca 30 resenärer)
- 10-milaträning
- 25-mannaträning
- Tävlingsresor ex Ultra-SM 2015

## ***Mål 2: ÖLOF ska utveckla arbetet med elit och ungdomsverksamheten***

### **-Delta på styrelsemöten och kommittémöten.**

Tomas är sammankallande deltagare för ÖLOFs elitmöten. Tomas rapporterar till ÖLOFs styrelse och deltar på de styrelsemöten han blir kallad till. Representera eliten på ÖLOFs föreningskonferens.

### **-Initiera och samordna aktiviteter som gynnar elit och ungdom.**

Tomas har samordnat träningar som ex 10-milaträning, Jukolaträning och 25-mannaträning, Information har gått ut till klubbar för att kunna använda sig av träningar. Samarbeta med gruppen 13-18 år. Regelbundna planeringsmöten med Sara Garpenlund.

### **-Samverka med andra intressenter.**

Regelbunden kontakt med Håkan Carlsson (förbundskapten). Avtal med SOFT finns.

***Mål 3: Elitorienteringsmiljön ska utvecklas utan att klubbarna upplever finansieringen som betungande.***

**-Skapa ett mervärde för klubbarna genom att arrangera och samordna elitträningar och andra elitaktiviteter som avlastar klubbarnas verksamhet.**

Se träningsaktiviteter ovan.

Träningsläger ex Utlandsläger och Tävlingsresor.

**From 2015-02-01 finansieras Tomas tjänst enbart av ÖLOF via distriktets klubbar.**

### **NÄTVERK NATURPASS**

Birgitta Gustafsson Hagaby GoIF Örebro och Johnny Erixon Fellingsbro GoIF har varit samordnare i nätverk Naturpass under 2015. Nätverk Naturpass

Två träffar en på våren och en under hösten har hållits för att utbyta erfarenheter och sammanställa länslista. Fortsatt gott arbete sker inom länet med många naturpass av flera slag. Gruppen är viktig för att inspirera och utveckla arbetet med kontinuitet och förnyelse. Inspirerar de som arbetar med naturpassen i klubbarna som är rätt ensamma med uppgiften.

**natur  Passet**

## UNGDOMSKOMMITTÉN

### Lägerverksamhet

**Vårläger:** Arrangerades av OK Milan och Lindebygdens OK 14-15/5 med ett antal deltagare i åldern 10-16 år.

**Höstläger:** Arrangerades av ÖLOFs 13-18 projekt den 21-22/11 med 25 stycken deltagare i ålder 10-16 år samt ett femtal ledare.

**USM-läger:** Arrangerades i samband med USM i Sundsvall den 9-11/9 med Sara Garpenlund och Michael Wennblom som ledare.

### Tävlingar

#### AXA-stafetten vid O-ringens invigning 18 juli

Två lag representerade Örebro län i AXA-stafetten. Dalarna vann, och ungefär 4 min efter och in på en 21:a plats kom Örebro läns första lag med Jonatan Gustafsson, Sofie Franzén, Melker Forsberg och Johanna Särnbrink. Vårt andra lag kom på en välförtjänt 38:e plats, och i laget ingick, Josef Wennblom, Lisa Hallmén, Valter Pettersson och Lovisa Gustafsson.

#### Distriktsmatchen 4-5 augusti

Värmland arrangerade årets Distriktsmatchen genom OK Djerf. Det samlades ca 130 deltagare under två dagar i augusti. På tisdagen bjöds det på rolig medeldistansorientering och på onsdagen på en fartfylld sprintstafett. Från Örebro län deltog 13 löpare och individuellt fick länet några framgångar genom Valter Pettersson som kom 1:a i H13 och Simon Björklund som kom delad 3:a i klassen H15. På onsdagens stafett lyckades Örebro lag 2 (döpt till ”Skogsgrön”) placera sig på en 10:e plats. I laget sprang Elin Schagerström, William Segura, Sofie Franzén och Melker Forsberg. Segern i lagtävlingarna gick både på den individuella tävlingen och stafetten till Östergötland.

#### USM Sundsvalls SOK, Sundsvall

Örebro Län hade 6 deltagare på USM Sprint och 8 deltagare på USM Lång samt 1 lag i distriktsstafetten.

Distriktets bästa resultat på Sprinten gjordes av Elin Schagerström, Garphyttans IF i klassen D15 som blev 16:e. På långdistansen blev Elin Schagerström 17:e i klassen D15. På distriktsstafetten fick vi ihop ett helt distriktslag, men det blev tyvärr inte godkänt enligt misstag av tävlingsledningen, men ska ha placerat sig på en 46:e plats.

#### Sprint-DM 2015

Arrangerades av Almbly IK och Hagaby GoIF antal startande ungdomar var 106.

#### Medel-DM 2015

Arrangerades av Lindebygdens OK. Antal startande ungdomar var 113st

#### Lång-DM 2015

Även denna tävling arrangerades av Lindebygdens OK. Antal startande ungdomar var 78 st.

#### Natt-DM 2015

Arrangerades av OK Hedströmmen. Antal startande ungdomar var 20 st.

#### Stafett-DM 2015

Arrangerades av OK Tisaren. Tävlingen genomfördes med klassindelning H13-16 (7 lag), D13-16 (0 lag) och HD12 (14 lag).

### **Parkserien**

Parkserien 2015 bestod av tre deltävlingar som alla arrangerades av Almby IK (med hjälp av Hagaby GoIF på Sprint-DM); 27/5, 10/6 och 21/6. Totalt deltog 102 löpare från distriktet i minst en deltävling.

### **Fyrklövertävlingar**

Fyra fyrklövertävlingar arrangerades under 2015. Med avslutning i Askersund i september.

### **Dala Dubbeln 18-19 oktober:**

Resan arrangerades av KFUM, 119 stycken ungdomar och föräldrar var involverade i den gemensamma resan och/eller login. Härlig stämning och upplevelser enligt deltagarna.

### **Löpex och Närkes skogskarlar ungdomsserie**

13 tävlingar ingick i ungdomsserien 2015. De sammanlagda ettorna, tvåorna och treorna i varje klass fick pris i form av presentkort på varor hos Löpex Sport. Priserna skänktes av Närkes skogskarlar och Löpex. Det lottades även ut priser bland alla övriga som deltog i någon av ungdomsseriens deltävlingar. Ju fler tävlingar man deltog i, desto större chans hade man att vinna. Sammanlagt har 82 st distriktsungdomar deltagit i minst en av tävlingarna.

### **Vinnare av Löpex och Närkes skogskarlar ungdomsserie 2014**

<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>	<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>
D12	Julia Berg, KFUM Örebro	H12	Henrik Franzén, Almby IK
D14:	Lovisa Gustafsson, KFUM Örebro	H14:	Melker Forsberg, KFUM Örebro
D16	Elin Schagerström, Garphyttans IF	H16	Jonatan Gustafsson, KFUM Örebro

### **Övrigt**

Kommittén har haft 5 sammanträden under 2014.

På ÖLOF- konferensen i november 2015 var ca 15 st ungdomsledare med på ungdomsdelen.

## **IDROTTSLYFTPROJEKTET:**

Under 2014 sökte klubben bidrag från Idrottslyftet för att kunna göra en gemensam satsning av hela distriktet på ungdomarna i åldrarna 13-18 år. Sara Garpenlund anställdes för att genomföra projektet, och har även varit anställd under 2015.

Information om alla aktiviteter har spridits till klubben, ledare, föräldrar och ungdomarna via mejl, ÖLOFs hemsida samt via Facebookgruppen ÖLOF 13-18-åringar.

Även info om distriktets övriga gemensamma aktiviteter har skickats ut till dem berörda. Aktiviteterna som har genomförts under året är:

- \* 8 februari genomfördes en resa till Karlskoga för att ha en rolig dag på Boda Borg.. Ungdomarna körde i olika lag, blandade över klubbgränserna och väldigt många banor klarade dem av. På aktiviteten deltog 22 ungdomar (10 st från KFUM Örebro OK, 4 st från OK Tisaren, 1 st från OK Milan, 3 st från Garphyttans IF, 4 st från Hagaby GoIF).
- \* 2 mars genomfördes en träning, gemensam matlagning och en frågesport i Karlslund. Träningen var en Nattjakt och bästa kille blev Melker Forsberg på 550 poäng, och bästa tjej blev Elin Schagerström på 500 poäng. Efter duschen blev det gemensam tillagning av tacos som vi sedan åt. Avslutningsvis så körde vi en frågesport. Av 8 frågor så lyckades Ludwig Gertzell och Marcus Klasenius bäst med 6 rätta svar. På aktiviteten deltog 17 ungdomar (5 st från KFUM Örebro OK, 3 st från OK Tisaren, 5 st från Garphyttans IF, 3 st från Hagaby GoIF, 1 st från Almby IK).
- \* 13-15 mars åkte ett gäng till Hallandspremiären och sprang 3 tävlingar. Vi åkte i ÖLOFs minibuss samt en bil. Under lördagseftermiddagen åkte vi till Halmstads äventyrsbad och badade, och på kvällen kollade vi på melodifestivalfinalen på storbildsskärm. Vi bodde och åt på Strandgården precis vid havet, en bit ifrån Halmstad. På lägret deltog 11 deltagare (2 föräldrar, Sara, en junior från KFUM och samt 4 st ungdomar från Garphyttans IF, 2 st från Hagaby GoIF och 1 st från Lindebygdens OK).
- \* 31 mars genomfördes bowlingspelande på Strike i Örebro och sedan en sprintträning i Björkhaga. Vi började med att äta buffé på Strike, och sedan spelade vi en timmes bowling. Bästa kille blev Adam Kutti med 129 poäng på en serie, och bästa tjej blev Regina Gustafsson med 109 poäng på en serie. På aktiviteten deltog 16 ungdomar (8 st från KFUM Örebro OK, 2 st från OK Tisaren, 1 st från Garphyttans IF, 4 st från Hagaby GoIF, 1 st från OK Tylöskog).
- \* 24 april genomfördes en aktivitet på Gustavsvik. Under kvällen genomfördes även en rutschkanstävling i den röda rutschkanan. Bästa kille blev Adam Kutti på tiden 7.34, och bästa tjej blev Lovisa Gustafsson på tiden 8.03. På aktiviteten deltog 22 ungdomar (8 st från KFUM Örebro OK, 3 st från OK Tisaren, 6 st från Garphyttans IF, 5 st från Hagaby GoIF).
- \* 23 maj genomfördes en aktivitet i Hästhagen i Karlslund. Ungdomarna paddlade först kanot i en timme (pga en skada så reducerades antalet med en mindre som fick åka till sjukhuset). Sedan grillade vi korv innan vi körde en 5 kamp som Lisa Hallmén vann. På aktiviteten deltog 7 ungdomar (4 st från KFUM Örebro OK, 2 st från OK Tisaren, 1 st från Lindebygdens OK).
- \* 25 maj genomfördes en aktivitet vid Kvarntorpshögen utanför Kumla. Ungdomarna sprang löptävlingen The Run innan vi fikade gemensamt. Snabbast på 5 kilometersbanan var Johannes Äng som kom 3:a i herrklassen på tiden 20.53. På aktiviteten deltog 3 ungdomar (1 st från OK Tisaren, 1 st från Hagaby GoIF, 1 st från Lindebygdens OK).



\* 6-7 juni åkte ett gäng ungdomar i två minibussar iväg till Skara för ett sprintläger. På lördagen sprang dem två sprinttävlingar i Götene. Sedan övernattade vi och åt mat i Skara. Söndagen tillbringades på Skara Sommarland. På morgonen sprang dem en sprinttävling inne på Sommarlandet. Dem flesta sprang i Extravaganta-klasserna, där kartan var omgjord, kontrollerna satt på konstiga platser, och där alla var tvungen att ta minst ett dopp ner i sjön. På lägret deltog 14 ungdomar (3 st från KFUM Örebro OK, 1 st från OK Tisaren, 2 st från Garphyttans IF, 5 st från Hagaby GoIF, 3 st från Lindebygdens OK).

\*3-4 oktober deltog 4 stycken ungdomar från grundskolan i Skol-SM. Tävlingarna gick i Eksjö, och deltagarna åkte i gemensam buss med Hallsbergs OLG. På lördagens långdistans kom Johanna Särnbrink (Transtenskolans IF) på en 25:e plats i D15, Lisa Hallmén (Engelbrektsskolans IF) kom 31:a i D14, William Segura (Olaus Petri Skol IF) kom 36:a i H14 och Melker Forsberg (Engelbrektsskolans IF) kom 38:a i samma klass. På söndagens sprint deltog våra ungdomar i klasserna D grund respektive H grund. Johanna placerade sig på en 31:a plats och Lisa på en 64:e plats. I herrklassen kom Melker 7:a och William kom 27:a.

\* 30 oktober genomfördes en aktivitet i Karlslund. Träningen var en nattkeps-OL med pannlampa i Karlslundsskogen. Därefter så umgicks ungdomarna i klubbstugan, åt mat och spelade bl.a. kortspelet maffia. På aktiviteten deltog 11 ungdomar (4 st från KFUM Örebro OK, 2 st från OK Tisaren, 2 st från Garphyttans IF, 1 st från Hagaby GoIF, 1 st från Almby IK, 1 st från Lindebygdens OK).

\*21-22 november arrangerades ÖLOFs 10-16 höstläger. På lördagen inleddes det med en träning i Ånnaboda som var lag-OL. Sedan åkte vi tillbaka till Kilsbergsgården där resten av lägret var. Tacos till middag som dem hjälptes åt att laga, och sedan var det lagsamarbetstävlingar på kvällen. På söndagen hade vi ett samarbete med Hagaby, där dem äldre ungdomarna sprang Löpex vinterserie, och där dem yngre sprang modifierade lättare banor. På lägret deltog 25 ungdomar och 5 ledare (deltagarna kom från KFUM Örebro OK, Lindebygdens OK, OK Tisaren och Garphyttans IF).

\* 28 november genomfördes en aktivitet parallellt med föreningsledarkonferensen i Ånnaboda. På förmiddagen sprang ungdomarna en gemensam träning med elitmiljön. Efter duschen så åt dem en gemensam lunch i restaurangen med föreningsledarkonferensen, innan dem sedan även anslöt till att lyssna på Lilian Forsgren som föreläste om sin satsning mot VM i år, och hennes tankar kring kost. På aktiviteten deltog 12 ungdomar (3 st från KFUM Örebro OK, 3 st från OK Tisaren, 1 st från Garphyttans IF, 4 st från Hagaby GoIF, 1 st från Lindebygdens OK).

\* 18 december genomfördes en aktivitet med julbak i Karlslund. Först sprang ungdomarna en nattträning i Ånnaboda som riktade in sig på riktning och fart. På aktiviteten deltog 25 ungdomar (6 st från KFUM Örebro OK, 3 st från OK Tisaren, 4 st från Garphyttans IF, 3 st från Hagaby GoIF, 2 st från OK Milan, 7 st från Almby IK).

Förutom dessa aktiviteter har ungdomarna uppmanats att springa 25-mannaträningen som Tomas Hallmén arrangerade i Sommarroskogen (13 ungdomar deltog + några som åkte dit tillsammans med OL-gymnasiet i Hallsberg), och det har även funnits svårare banor i USM-relevant terräng inför USM.

Även ett gemensamt tävlingsläger i samband med O-eventet i Borås (6-8 november) planerades att genomföras, men efter att det blev för få anmälda deltagare, så genomfördes inte detta.

Uppslutningen har varierat beroende av tid på året, men ungdomarna har lärt känna nya kompisar och fått träna olika orienteringsmoment. Verkar vara uppskattade träffar bland ungdomarna.



## **MTB-OKOMMITTÉN**

### **Internationellt**

I Världscupen har länet haft representation genom Marcus Jansson, Garphyttans IF. Bästa placering för Marcus blev 21:a plats på medeldistansen på WC-tävlingen i Ungern. På EM i Portugal blev det en fjärdeplats, bara sekunder från brons, i mixed-stafetten tillsammans med Cecilia Thomasson. På långdistansen blev det en fin 16:e plats. Även på VM i Tjeckien deltog Marcus Jansson, Garphyttans IF och blev bäste svensk på samtliga distanser.

### **Nationellt**

SM arrangerades i år i Söderhamn och Örebro län var representerat av 5st tävlande. Bäst lyckades Marcus Jansson, Garphyttans IF med ett guld på sprinten och ett silver på medeldistansen i H21.

I D21 kom Karin Gustafsson 5:a på medeldistansen.

I Svenska cupen i MTB-O(10 deltävlingar) vann Marcus Jansson, Garphyttan totalen i H21.

Thomas Jansson Garphyttans IF kom på en sjätte plats.

Även i år arrangerades MTB-O på O-ringen som ett 3-dagars. Här lyckades Marcus Jansson ta hem slutsegern i H21.

### **Lokalt**

Garphyttans IF har genomfört ett antal träningsarrangemang samt ett öppet KM med deltagande från andra klubbar även från andra distrikt.

Inga officiella tävlingar har arrangerats i distriktet under året då den planerade tävlingen i augusti fick ställas in men planen är att den i stället skall köras i augusti 2016.

Tre kartor med MTB-O norm finns nu inom distriktet och ytterligare minst en planeras under 2016.

## **SKID-O KOMMITTÉN**

Säsongen 2014-2015

Under verksamhetsåret har skido/mtbo gruppen bestått av Margaretha Pepa, Thomas Jansson och Stefan Aronsson. Två möten har hållits under året.

Under hösten försökte vi arrangera en rullskidororientering men tyvärr blev vädret inte på vår sida utan den fick ställas in för halka.

Det största åtagandet under året var Jaktstarts SM som Alby IK och Örebro Skidallians med stöd av Svenska orienteringsförbundet arrangerade under Vinter SM veckan. Snön kom och räckte till för ett uppskattat arrangemang där Tove Alexandersson Alfta Ösa OK och Andreas Holmberg IFK Mora OK stod som segrare.

Ett stort tack till arrangörerna för genomfört arrangemang.

Garphyttans IF arrangerade ett KM i Ånnaboda i mars där det framgick tydligt att man inte behöver ett stort område för att arrangera ett skidororienteringsarrangemang. Många ungdomar deltog på detta arrangemang vilket är positivt för framtiden.

Inget DM arrangerades i distriktet och ingen SM representation från distriktet detta år.

## DM Segrare 2015 (EJ MTB-O eller Skid-O)

### Sprint 2015-05-27, Arrangör: Almby IK och Hagaby GoIF

<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>	<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>
H 21	Daniel Attås, OK Tisaren	D 21	Andrea Svensson, OK Tisaren
H 20	Jonathan Karlsson, OK Tisaren	D 20	Ellinor Eriksson, KFUM Örebro
H 16	Jonatan Gustafsson, KFUM Örebro	D 16	Elin Schagerström, Garphyttans IF
H 14	Melker Forsberg, KFUM Örebro	D 14	Sofie Franzén, Almby IK
H 12	Henrik Franzén, Almby IK	D 12	Sofie Bodin, Almby IK
H 10	Olle Malm, KFUM Örebro	D 10	Julia Gustafsson, KFUM Örebro
H 35	Klas Larsson, OK Milan	D 35	Sofia Carlsson, Lindebygdens OK
H 40	Magnus Persson, OK Tisaren	D 40	Ulrika Sander, OK Milan
H 45	Martin Persson, KFUM Örebro	D 45	Kari Nilsson, Garphyttans IF
H 50	Lars Schagerström, Garphyttans IF	D 50	Torun Pahlm, Garphyttans IF
H 55	Mats Carlsvärd, Almby IK	D 60	Lena Jansson, Garphyttans IF
H 60	Leif Johansson, OK Milan	D 70	Birgitta Arlebo, KFUM Örebro OK
H 65	Weine Fredriksson, KFUM Örebro		
H 70	Stig Israelsson, OK Tylöskog		
H 75	Ove Johansson, OK Järnbärarna		

### Medeldistans 2015-08-29, Lindebygdens OK

<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>	<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>
H 21	Daniel Attås, OK Tisaren	D 21	Ellinor Eriksson, KFUM Örebro
H 18	Per Karlsson, OK Tylöskog	D 20	Nina Hallor, OK Tisaren
H 16	Simon Björklund, Lindebygdens OK	D 18	Saga Sander, OK Milan
H 14	Valter Pettersson, OK Tisaren	D16	Anna Hallmén, OK Tisaren
H 12	Henrik Franzén, Almby IK	D 14	Lovisa Gustafsson, KFUM Örebro
H 10	Rasmus Doering, Garphyttans IF	D 12	Karin Lindgren, KFUM Örebro
H 35	Klas Larsson, OK Milan	D 10	Julia Gustafsson, KFUM Örebro
H 40	Magnus Persson, OK Tisaren	D 35	Charlotte Wahlström, Almby IK
H 45	Mats Eriksson, Hagaby GoIF	D 40	Malin Halldin, KFUM Örebro
H 50	Lars Schagerström, Garphyttans IF	D 45	Marie Mäkiranta, Fellinsbro GoIF
H 55	Pär Lundkvist, Hagaby GoIF	D 50	Torun Pahlm, Garphyttans IF
H 60	Tomas Olausson, Askersunds OK	D 55	Gunnel Axin, Hagaby GoIF
H 65	Lars-Åke Wall, OK Tisaren	D 60	<b>Ann-Britt Göransson, Almby IK</b>
H 70	Håkan Mossberg, OK Järnbärarna	D 65	Maud Mossberg, OK Järnbärarna
H 75	Ove Johansson, OK Järnbärarna	D 70	Britt-Marie Eklöf, OK Milan

### Långdistans 2015-08-30, Lindebygdens OK

<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>	<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>
H 21	Martin Regborn, Hagaby GoIF	D 21	Rebecka Nylin, OK Tisaren
H 18	Martin Särnbrink, OK Tisaren	D 20	Josefine Höög, Hagaby GoIF
H 16	Simon Björklund, Lindebygdens OK	D 18	Anna Hallmén, OK Tisaren
H 14	Valter Pettersson, OK Tisaren	D 14	Sofie Franzén, Almby IK
H 12	Henrik Franzén, Almby IK	D 12	Sofia Green, Almby IK
H 10	Måns Bergqvist, Garphyttans IF	D 10	Johanna Berg, KFUM Örebro
H 40	Magnus Persson, OK Tisaren	D 35	Annica Kristoffersson, Almby IK
H 45	Jonas Pettersson, OK Tisaren	D 40	Malin Wiklund, Almby IK
H 50	Stefan Pettersson, Hagaby GoIF	D 45	Laila Hallmén, OK Tisaren
H 55	Pär Lundkvist, Hagaby GoIF	D 50	Sofia Holmgren, Hagaby GoIF
H 60	Olof Olofsson, Hagaby GoIF	D 55	Lena Jansson, Garphyttans IF
H 65	Lars-Åke Wall, OK Tisaren	D 60	<b>Ann-Britt Göransson, Almby IK</b>
H 70	Nils-Olov Åsman, KFUM Örebro	D 65	Maud Mossberg, OK Järnbärarna
H 75	Torbjörn Eriksson, Hagaby GoIF	D 70	Britt-Marie Eklöf, OK Milan

### Natt 2015-08-14, OK Hedströmmen och Örebro Läns OF

<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>	<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>
H 21	Daniel Attås, OK Tisaren	D 21	Rebecka Nylin, OK Tisaren
H 18	Martin Särnbrink, OK Tisaren	D 20	Nina Hallor, OK Tisaren

H 14	Melker Forsberg, KFUM Örebro	D 16	Elin Schagerström, Garphyttans IF
H 10	Axel Thybeck, Lindebygdens OK	D 12	Karin Lindgren, KFUM Örebro
H 35	Calle Olsson, KFUM Örebro	D 10	Julia Gustafsson, KFUM Örebro
H 40	Anders Haglund, OK Milan	D 50	Torun Pahlm, Garphyttans IF
H 45	Joacim Dahlberg, Almby IK	D 55	Annika Brodin, Lindebygdens OK
H 50	Lars Schagerström, Garphyttans IF		
H 55	Pär Lundkvist, Hagaby GoIF		
H 65	Lars-Åke Wall, OK Tisaren		
H 70	Stig Israelsson, OK Tylöskog		
H 75	Ove Johansson, OK Järnbärarna		

#### Stafett 2015-09-05, OK Tisaren

<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>	<u>Klass</u>	<u>Segrare</u>
H13-16	KFUM Örebro, lag 1	DH 12	Almby IK, lag 1
H 21	Hagaby GoIF, lag 1	D 21	Hagaby GoIF, lag 1
H 35	Garphyttans IF	D 35	KFUM Örebro, lag 1
H 55	OK Milan	D 45	Hagaby GoIF, lag 1
H 65	OK Tylöskog	D 55	Hagaby GoIF, lag 2

## SM Resultat 2015

### MTB -Orientering

#### SM Sprint 2015-09-04, Arrangör: Söderhamns OK

<u>Klass</u>		<u>Klass</u>	
H 21	1 Marcus Jansson, Garphyttans IF	D 21	1 Cecilia Thomasson, Fältjägarernas IF
			6 Karin E Gustafsson, Garphyttans IF

#### SM Lång 2015-09-05, Arrangör: Söderhamns OK

<u>Klass</u>	
H 21	1 Anders Frisk, Attunda OK
	13 Torbjörn Jansson, Garphyttans IF

#### SM Medel 2015-09-06, Arrangör: Söderhamns OK

<u>Klass</u>		<u>Klass</u>	
H 21	1 Anders Frisk, Attunda OK	D 21	1 Cecilia Thomasson, Fältjägarernas IF
	2 Marcus Jansson, Garphyttans IF		5 Karin E Gustafsson, Garphyttans IF
	7 Thomas Jansson, Garphyttans IF		
	22 Torbjörn Jansson, Garphyttans IF		

### Ungdoms-SM

#### Sprint 2015-09-11, Arrangör: Sundsvalls OK

<u>Klass</u>		<u>Klass</u>	
H 16	1 Axel Granqvist, OK Ravinen	D 15	1 Katrin Sjöden, Älvdalens IF OK
	30 Jonatan Gustafsson, KFUM Örebro		16 Elin Schagerström, Garphyttans IF
H 15	1 Kristoffer Tengroth, Sundbybergs IK		62 Johanna Särnbrink, OK Tisaren
	39 Josef Wennblom, Hagaby GoIF		
	56 Erik Kling, Lindebygdens OK		
	58 Simon Björklund, Lindebygdens OK		

#### Sprint 2015-09-12, Arrangör: Sundsvalls OK

<u>Klass</u>		<u>Klass</u>	
H 16	1 Ludvig Ek, Nyköpings OK	D 16	1 Jenny Wegebro, Umeå OK
	... Jonatan Gustafsson, KFUM Örebro		23 Anna Hallmén, OK Tisaren

H 15	1	Fredrik Hamrefors, Västerås SOK	D 15	1	Isa Envall, IK Hakarpspojarna
	45	Simon Björklund, Lindebygdens OK		17	Elin Schagerström, Garphyttans IF
	47	Josef Wennblom, Hagaby GoIF		52	Johanna Särnbrink, OK Tisaren
	73	Arvid Eriksson, Hagaby GoIF			
	84	Erik Kling, Lindebygdens OK			

## Senior-SM

### Ultralång 2015-04-11, Arrangör: OK Silva och Rävetofta OK

<u>Klass</u>			<u>Klass</u>		
H 21	1	Gustav Bergman, OK Ravinen	D 21	1	Tove Alexandersson, Stora Tuna OK
	4	Oskar Andrén, OK Tisaren		18	Lovisa Persson, OK Tisaren
	8	Viktor Larsson, Hagaby GoIF	D 20	1	Andrea Svensson, OK Tisaren
	14	Erik Lindgren, KFUM Örebro		10	Ellinor Eriksson, KFUM Örebro
	21	Johan Persson, Hagaby GoIF		19	Josefine Höög, Hagaby GoIF
H 20	1	Algirdas Bartkevicius, OK Denseln			
	15	Gustav Hindér, OK Tisaren			
	27	Sebastian Agerhäll, OK Tisaren			
H 18	1	Simon Imark, Tullinge SK			
	11	Martin Särnbrink, OK Tisaren			

### Natt 2015-04-17, Arrangör: Attunda OK

<u>Klass</u>			<u>Klass</u>		
H 21	1	Olle Boström, Järla Orientering	D 21	1	Nadiya Volynska, OK Orion
	21	Daniel Attås, OK Tisaren		6	Lilian Forsgren, OK Tisaren
	26	Love Sintring, Hagaby GoIF		17	Julia Lauri, OK Tisaren
	47	Viktor Larsson, Hagaby GoIF		19	Lovisa Persson, OK Tisaren
	54	Anton Hallor, OK Tisaren		31	Rebecka Nylin, OK Tisaren
	61	Ivan Forsgren, OK Tisaren		38	Elsa Ekelin, KFUM Örebro
	70	Oskar Andrén, OK Tisaren	D 20	1	Emma Bjessmo, IFK Lidingö SOK
	88	Jonas Lindahl, OK Milan		8	Ellinor Eriksson, KFUM Örebro
H 20	1	Emil Granqvist, OK Ravinen	D 18	1	Erica Edman, Leksands OK
	20	Gustav Hindér, OK Tisaren		30	Anna Hallmén, OK Tisaren
	37	Harald Larsson, Hagaby GoIF			
H 18	1	Simon Hector, Snättringe SK			
	33	Jakob Fransson, OK Milan			
	35	Martin Särnbrink, OK Tisaren			

### Sprint 2015-06-30, Arrangör: Njurunda OK, Selånger SOK, Sundsvalls OK och Timrå SOK

<u>Klass</u>			<u>Klass</u>		
H 21	1	Emil Svensk, Stora Tuna OK	D 20	1	Emma Bjessmo, IFK Lidingö SOK
	9	Martin Regborn, Hagaby GoIF		15	Josefine Höög, Hagaby GoIF
	19	Oskar Andrén, OK Tisaren			

### Lång 2015-09-12, Arrangör: Haninge SOK

<u>Klass</u>			<u>Klass</u>		
H 21	1	Albin Ridefelt, OK Linné	D 21	1	Helena Jansson, OK Ravinen
	9	Martin Regborn, Hagaby GoIF		9	Lilian Forsgren, OK Tisaren
	20	Daniel Attås, OK Tisaren	D 20	1	Johanna Öberg, Ryda Skidklubb
				4	Andrea Svensson, OK Tisaren
				27	Ellinor Eriksson, KFUM Örebro
			D 18	1	Linnéa Golsäter, Eksjö SOK
				32	Saga Sander, OK Milan

### Medel 2015-09-19, Arrangör: Skarpnäcks OL och Tullinge SK

<u>Klass</u>			<u>Klass</u>		
H 21	1	Gustav Bergman, OK Ravinen	D 21	1	Helena Jansson, OK Ravinen

	13	Martin Regborn, Hagaby GoIF		10	Lilian Forsgren, OK Tisaren
	29	Daniel Attås, OK Tisaren	D 20	1	Johanna Öberg, Ryda Skidklubb
H 20	1	Jens Rönnols, Täby OK		8	Andrea Svensson, OK Tisaren
	4	Harald Larsson, Hagaby GoIF		27	Ellinor Eriksson, KFUM Örebro
	8	Gustav Hindér, OK Tisaren			
H 18	1	Simon Hector, Snättringe SK			
	32	Martin Särnbrink, OK Tisaren			

**Stafett 2015-09-20, Arrangör: IFK Tumba SOK och Snättringe SK**

<u>Klass</u>			<u>Klass</u>		
H 21	1	Göteborg-Majorna OK, lag 1	D 21	1	OK Linné, lag 1
	20	Hagaby GoIF		11	Hagaby GoIF, lag 1
	28	OK Tisaren, lag 1		22	KFUM Örebro
	48	OK Tisaren, lag 2		41	OK Tisaren, lag 2
	76	OK Milan		54	OK Milan
H 20	1	IK Hakarpspojarna, lag 2		58	Hagaby GoIF, lag 2
	9	OK Tisaren			