



Verksamhetsberättelse 2009

KFUM Örebro Orientering



Medlemmar

Denna verksamhetsberättelse avser KFUM Örebro orienteringsklubbs 83:e verksamhetsår (2009-01-01 - 12-31) och redovisas härmed för föreningens medlemmar. Vid verksamhetsårets slut hade föreningen 294 medlemmar vilket är 16 fler än 2009. Drygt 150 har under året tränat och tävlat eller på annat sätt aktivt deltagit i föreningens verksamhet. Fördelningen mellan olika medlemskategorier är följande (2008 års antal inom parentes).

	Barn <u>- 12 år</u>		Ungdomar <u>13 - 16 år</u>		Juniorer, Seniorer <u>17 - 34 år</u>		Oldboys, oldgirls <u>35 - 49 år</u>		Veteraner <u>50 - år</u>		Totalt	
Kvinnor	22	(22)	8	(8)	29	(32)	33	(29)	30	(31)	122	(122)
Män	43	(29)	10	(8)	35	(36)	36	(34)	48	(49)	172	(156)
Samtliga	65	(51)	18	(16)	64	(68)	69	(63)	78	(80)	294	(278)

Styrelse och revisorer

Föreningens styrelse har under året bestått av följande ledamöter:

Ordförande:	Kerstin Norman
Vice ordförande:	Jan Johansson (Elit)
Sekreterare:	Birgitta Arlebo
Kassör:	Karin Andersson Erlandsson
Övriga ledamöter:	Kristin Jacobson (Kart-tävling) Sara Garpenlund (Ungdom) Barbro Carbonnier (Motion)
Revisor:	Lars Ekström och Emile Nicolas
Revisorssuppleant:	Bo Magnusson och Ingemar Widén

Representanter i övriga styrelser m.m.

KFUM: Mikael Friman och Lasse Arlebo har varit ledamöter i KFUM Örebros huvudstyrelse och i KFUM Regionens styrelse. Kajsa Källérus har varit orienteringens ombudsman i KFUK - KFUMs idrottsförbund.

ÖLOF: Föreningen har haft ett flertal medlemmar i Örebro läns orienteringsförbunds (ÖLOF) styrelse och kommittéer, Emma Arlebo (sekreterare), Pontus Halldin (styrelseledamot) Oskar Arlebo (rankingansvarig), Sara Garpenlund (ledamot i ungdomskommittén), Ingemar Widén (ordf. i tävlingskommittén) samt C-G Garpenlund (ledamot i kartkommittén).

Skogsk.: Ingvar Hultman har under året varit talman för Närkes skogskarlar

Skogsfl.: Maj Bodin har under året varit talhuldra för Närkes skogsflickor

Förbundstillhörighet

Föreningen är medlem i Sveriges orienteringsförbund (SOFT) samt KFUK-KFUMs idrottsförbund.

Mötesverksamhet

Föreningen har under året haft 3 klubbmöten inkl årsmötet, som hölls den 8 mars i KFUM-huset. Styrelsen har haft 10 ordinarie styrelsemöten. Samtliga möten är protokollförda.

Klubb dagar

Klubbmöten har under året hållits i samband med årsmötet 8 mars i KFUM-huset på Borgmästargatan, i klubbstugan i Karlslund den 9 juni samt den 7 november ihop med Timmen i Lekebergs IF:s klubbstuga i Hidinge.

Tävlingsresultat

Individuella tävlingar

Totalt har vi gjort 715 starter (936) i föreningen under 2009: 434 (540) herrstarter och 281 (402) damstarter. 2008 års antal inom parentes. Antal direktstarter är ej med i statistiken.

Distriktmästerskap (DM)

Sprint-DM var årets första DM-tävling. Den arrangerades OK Tylöskog den 30 maj. DM-mästare, Weine Fredriksson H60, Birgitta Arlebo D65, Ellinor Eriksson D14 och Jonatan Gustafsson H10. Övriga placeringar Per Sjögren 3:a H21, Christer Garpenlund 2:a H18, Emma Arlebo 2:a D21, Ingemar Widén 2:a H60, Jennie Brobakken 3:a D35, Jakob Eriksson 3:a H12, och Axel Strid 3:a H10.

Medel-DM Hagaby GoIF var ansvarig men hade lejt ut arrangemanget till Köping-Kolsva OK. Tävlingen gick i Kolsva 29 augusti. DM-segrare blev Pontus Halldin H35, Elisabeth Eriksson D60, Stina Johansson D10 och Axel Strid H10. Silvermedaljer gick till Anette Carlsson D21, Birgitta Arlebo D65, Weine Fredriksson H60, Christer Garpenlund H18, Erik Lindgren H16, Sara Johansson D10 och Jonatan Gustafsson H10. Brons till Susanne Eriksson D21, Stefan Aläng H35, Olle Lindgren H14 och Clara Johansson D12.

Lång-DM. Samma plats och samma arrangör som på medeldistansen, men den 30 augusti. DM-segrare Erik Göthlin H35, Ellinor Eriksson D14 och Jonatan Gustafsson H10. Silver till Erik Lindgren H16, Christer Garpenlund H18, Emma Arlebo D21, Stefan Aläng H35, Elisabeth Eriksson D60, Hans-Göran Pettersson H55 och Axel Strid H10 och brons till Birgitta Arlebo D65 och Henrik Nord H35.

Natt-DM. Avgjordes den 25 september vid Norvalla i Nora med OK Milan som arrangör. DM-segrare blev Weine Fredriksson H60. Silvermedaljer fick Oskar Arlebo H21, Susanne Eriksson D21, Christer Garpenlund H18, Erik Lindgren H16, Henrik Nord H35, Ellinor Eriksson D14 och Jakob Eriksson H12. Brons gick till Kristin Jacobson D21.

DM-stafetten arrangerades den 5 september av Laxå OK i Laxå. DM-guld gick till D21-laget med Emma Arlebo, Anna Jonhed och Iva Fagré., DM-silver gick till H13-16-laget Erik Lindgren, Olle Lindgren/Andreas Windefeldt/David Byrén och Ludvig Nilsson samt DM-brons till D21-laget Sara Garpenlund, Kristin Jacobson och Linda Länneväki, H12-laget Erik Frännfors, Jonatan Gustafsson/Axel Strid/Filip Öhrn och Jakob Eriksson samt till D13-16-laget Ellinor Eriksson, Rebecka Lifvergren/Malin Zennertun och Louise Gustafsson. Även D56-laget Birgitta Arlebo, Gunilla Bergman och Elisabeth Eriksson kom på silverplats.

Klubbmästerskap (KM)

Årets *dag-KM* avgjordes i Klockhammar den 3 oktober i samband med RM. Slutligen kunde vi kora ett antal segrare vars namn kommer att pryda "KM-väggen" i klubbstugan i minst ett år framöver. Dessa är: Oskar Arlebo H21, Leif Fredriksson H70, Anders Bergman H65, Weine Fredriksson H55, Johan Haglund H35, Birgitta Arlebo D65 och Gunilla Bergman D60. Ungdomarnas KM avgjordes den 6 och 7 oktober i Sommarro och klubbmästare där blev Erik Lindgren H16, Andreas Windefelt H14, Jakob Eriksson H12 och Jonatan Gustafsson H10. Tyvärr var det för få flickor som deltog för att det skulle bli några klubbmästare.

Natt-KM avgjordes i samband med Nattugglan. Klubbmästare blev Ari Hyvönen H40, Erik Lindgren H16, Andreas Windefelt H14, Jonatan Gustafsson H12 och Louise Harker D16. Tyvärr var det för få startande för att få fram fler KM-mästare.

25-Manna

Efter en handfull återbud och lika många övertalanden lyckades vi även i år få ihop 3 lag till 25-mannastafetten vid Nytorps ängar i Västerhaninge, ca 25 km söder om Stockholms centrum. Det var 28:e året i följd vi ställde upp i tävlingen och 16:e året med 3 lag. I år lyckades vi få runt alla tre lagen utan diskningar. Förstalaget tog sig in på 54:e plats, medan andra och tredjelagen med hjälp av omstart lyckades slå in sig på 235:e resp. 238:e plats. En mycket jämn laguttagning där lagen turades om att vara före varandra under tävlingens gång, så att vi först efter slutsträckan visste vilket lag som blev bäst.

Jukola & Venla

I år avgjordes Jukola och Venlakavlarna i Mikkeli nordost om Lathi 14-15 juni. Vi ställde upp med 3 herrlag och 3 damlag. Damernas förstalag slutade på en 54:e plats med laget Josefin Gerdevåg, Anette Carlsson, Iva Navratilova och Emma Arlebo. Andralaget kom på 301:a plats och tredjelaget på 524:e plats. Herrarnas förstalag Per Sjögren, Oskar Arlebo, Per Eklöf, Janne Johansson, Oskar Axelsson, Stefan Aronsson och Per Jonhed blev 78:e lag. Calle Olsson i 2:a-laget fick en gren i benet så laget tvingades bryta, medan 3:e-laget fick fel karta (arrangörsmis) och därmed ingen placering, men Peter Johansson fick springa långt.

Ungdom

Ungdomskommittén har under året bestått av Lasse Arlebo, Lasse Hellstrandh, Björn Lindgren, Sara Garpenlund, Gunnel Öst och Stina Öst.

Inom kommittén har Lasse Hellstrandh och Gunnel Öst ansvarat för nivåerna upp till gul och Lasse Arlebo, Björn Lindgren, Sara Garpenlund och Stina Öst för orange. De allra minsta, Skogskul, har ingått i ett projektarbete för en grupp gymnasister.

Vi har under året fortsatt med indelningen i färdighetsnivå (färgnivå) i stället för de tidigare mer strikta åldersindelningarna. Träningarna har organiserats så att grön till gul nivå har haft gemensamma träningar av och till med banor av orange svårighetsgrad. Verksamheten för orange-violett nivå har varit ojämn och egentlig träning för denna nivå har varit sparsam.

Ungdomarna har en egen, gemensam sida på hemsidan där all information om träningar mm läggs ut. Detta har fungerat bra

Rekrytering

Erfarenheten är att den huvudsakliga rekryteringen sker via kompisar och syskon. Trots detta har en skoldrive gjorts utan något större gensvar. Påskäggsorienteringen i Brunnsparken gav också ett visst nytillskott. Nyrekrytering har skett i nivå med antalet barn som lämnat verksamheten, varför det totala antalet yngre barn är jämförbart med 2008.

Skogskul

För andra året i rad har vi haft verksamhet för sex- och sjuåringar, en grupp som fått namnet Skogskul. Verksamheten har varit mycket uppskattad av föräldrar och barn och de yngre ledare som har ansvarat för Skogskul har fått ta emot mycket beröm. Tre ungdomar från KFUM och en från Hagaby har drivit träningen som ett skolprojekt inom sina gymnasiestudier. Antalet barn i gruppen har legat runt 10 st, några har slutat, några har gått vidare till svårare träning och andra har tillkommit under året.

Vit – gul verksamhet

Parallella träningar har även i år genomförts på tisdagar och onsdagar. Det har varit ett mycket bra koncept då barnen kunnat välja träningsdag från vecka till vecka. Man har då inte missat så många träningar vilket säkert är en av anledningarna till att vi tappat så få barn i år. Liksom tidigare har vi varit i Karlslund varannan vecka och däremellan i någon annan skog. De gånger vi varit i Karlslund har fokus legat på att det ska vara mycket spring och fysisk träning. Lite svårare teknikträningar har vi haft när vi varit på annat håll. I Karlslund har vi också liksom tidigare bjudit på mjölk och smörgås vilket gjort att barnen lärt känna varandra bättre och vi har fått möjlighet att tala med föräldrar och informera. Föräldrar har ansvarat för inköp och framdukning.

Träningarna har genomförts med hjälp av fyramannagrupper av klubbmedlemmar som har satt ut och tagit in kontroller samt hjälpt till under själva träningarna. Detta har mestadels fungerat bra.

Årets verksamhet startade med en fest för alla ungdomar på KFUM-huset där det bjöds på lekar, trolleri och tacos. Ett 30-tal barn och ungdomar deltog i detta mycket lyckade arrangemang. Vi startade sedan träningarna i slutet av mars, hade uppehåll under sommarlovet och avslutade vid allhelgonahelgen. Under vintersäsongen har inga aktiviteter ordnats. Under de varmare månaderna har vi haft ca 30 barn på träning varje vecka, under för- och eftersäsong något färre.

Några gemensamma aktiviteter utanför ordinarie träningar har genomförts. Vi åkte med stor buss till OK Tors tävling, vi fyllde en buss till Sommarlandssprinten på Skara Sommarland liksom till Boda Borg. De som tävlat flitigt fick gratis resa till Skara och Boda Borg. I Skara hade också alla medföljande föräldrar chansen att gratis få prova på att springa orientering. Nästan alla nappade på den möjligheten.

För andra året i rad genomförde vi en påskorientering i Brunnsparken i samarbete med ICA Parken. Cirka 300 barn, mestadels yngre, kom och provade på orientering och letade påskägg. Många av våra ungdomar hjälpte till som funktionärer tillsammans med sina föräldrar.

Sammantaget har det varit full fart på verksamheten under året och vid utvärdering med föräldrarna uttryckte många att de var mycket nöjda och imponerade av kvaliteten på träningarna.

Orange – röd – violett verksamhet

I gruppen orange-röd dvs ungdomar i åldrarna 13 -16 år har ca 15 st deltagit och av dessa har ett tiotal tränat och tävlat mer aktivt. I mars deltog gruppen i Tibrotrippeln, men ett ymnigt snöfall några dagar innan tävlingshelgen gjorde att det mest blev snöpulsning. De traditionella vårbudkavlarna låg i år utplacerade vid av olika anledningar mycket olämpliga helger och då 10-mila var förlagt till Skåne blev det för de flesta i gruppen inga ungdomsstafetter under våren. Dock fick Erik Lindgren och Ludvig Nilsson chansen att göra debut på stora 10-mila.

Vad gäller träningar har OK Milans poängtävlingar mestadels utnyttjats med relativt stort deltagande. Höstens stora begivenhet var Dala-dubbeln där de flesta i gruppen deltog.

Vi har varit ansvariga för en parktour i Mellringe.

Vi hade inget ungdomslag på 10 –mila som avgjordes i Perstorp i Skåne, men Erik Lindgren deltog i ett Hagabytag.

Från KFUM blev Erik Lindgren uttagen till att åka till Halland i september och springa USM. Ludvig Nilsson följde med som reserv. På sprinten kom Erik 36:a och Ludvig blev 46:a. På långdistansen blev Erik 29:a.

På distriktsmatchen i Närke var det 4 stycken från KFUM som deltog.

Smålandskaveln gick av stapeln i slutet av oktober. I H16 sprang Erik Lindgren, David Byrén, Olle Lindgren och Ellinor Eriksson. Laget slutade på en 41:a plats.

Vi hade i år inga representanter i ungdomens -10 mila.

I oktober åkte ett 15-tal ungdomar i alla åldrar, som vanligt med resten av länets ungdomar upp till Faluntrakten och sprang Daladubbeln. Ett researrangemang som KFUM ansvarat för i många år. En klassisk tävling som alltid är lika rolig. Många kämpade väl, med flera bra placeringar. Bäst lyckades Christer Garpenlund som tillsammans med Martin Regborn Hagaby GoIF vann patrulltävlingen. Ellinor Eriksson tog tillsammans med Tisarens Nina Hallor hem tredjepriset i utklädningsstävlingen utklädda till grisar med svininfluensan.

Vid höstens DM stafett kom H 12 laget bestående av Erik Frännfors, Jonatan Gustafsson/ Axel Strid/ Filip Öhrn och Jacob Eriksson på en välförtjänt 3:e plats, endast 1 minut efter segrarlaget. H 13-16 laget kom på en 2:a plats med Erik Lindgren, Olle Lindgren/ Andreas Windefelt/ David Byrén och Ludvig Nilsson i laget. D13-16 laget kom på en 3:e plats och i laget sprang Ellinor Eriksson, Rebecka Lifvergren/Malin Zennertun och Louise Gustafsson.

Gustavsviksläger

Orienteringen är en populär del av KFUM Örebros gemensamma idrottsläger i Gustavsvik under tre sommarveckor, inte minst beroende på goda ledarinsatser av våra ungdomar, Kristin Carbonnier, Frida Fjellström och Linnea Utterheim. Ca 200 barn fick en positiv orienteringsupplevelse och c:a en tredjedel valde orienteringsalternativet på "fria val"-dagen.

Solskolan

I årets solskola var det 8 stycken deltagare med, både nybörjare och erfarna orienteringsungdomar. Solskoleveckan var väldigt varierande med många olika övningar i Karslundsskogen, Varbergaskogen och Hästhagen. Övningarna var bl.a. rutnätsorientering, bildorientering, sport-ID intervaller och keps-ol. Veckan avslutades i Kalltjärn med tipspromenad, skattjakt, bad m.m. Ledare under veckan var Kristin Carbonnier, Christer och Sara Garpenlund.

Handslaget

Fortsättningen på Handslagsprojektet i ett 10-tal låg- & mellanstadieskolor är fortsatt populärt och framgångsrikt. Programmet består av en halvdag poängorientering av "Timmen"-typ upplagt som en klasstävling och en halvdag med ett antal korta, snabba Sport-Ident-banor. 2009 års upplaga har arrangerats i Hästhagen/Jägarbacksområdet och har varit mycket uppskattat av både elever och lärare.

Elit och träning

Kommitténs medlemmar

Junior- och seniorkommittén har bestått av Jan Johansson (representant i styrelsen), Erik Harlén, Pontus Halldin och Björn Norman.

Träning

Som tidigare år har vinterträningen bestått av intervaller i Mässan, löpning från klubbstugan på torsdagar samt distans i Kilsbergen på lördagarna då vi ofta utgick från Klockhammar. Motionskommittén har även sett till att vi har fått möjligheten att bli både smidigare och starkare genom att arrangera gymna på fredagar.

Från våren och till hösten har vi framförallt tränat från klubbstugan på torsdagarna samt deltagit vid Milans välorganiserade poängtävlingar på tisdagar under våren och början av hösten. Under senare delen av året har även en satsning som kallas "Örebro/Hallsbergs Elitorienteringsmiljö" börjat ta form. Den syftar till att stötta satsande seniorer som är bosatta i Närke oavsett klubbtilhörighet. Detta har bl.a. resulterat i att utbudet på träningar har kompletterats med en teknikträning på onsdagar samt ett intervallpass i Mässan på fredagar. Vintercupen har även körts som vanligt.

Läger

Under vintern hade vi några träningshelger på hemmaplan där vi bl.a. utnyttjade F&S lokaler för extra spinningpass. För ett litet gäng har det blivit tradition att bege sig till Spanien för att träna en vecka och så blev det även i år. Som förberedelse inför SM arrangerade vi ett läger i mitten av sommaren i Oskarshamn. Terrängen var mycket relevant för den kommande medeldistansen samt stafetten. Det var inte så många KFUM:are som utnyttjade möjligheten. Däremot deltog även Hällen med ett stort antal löpare vilket var roligt då flera KFUM-löpare under flera års tid har följt med Hällen på vårläger. Några deltog även i Hagabys SM-läger i samband med sprint-SM för att förbereda sig för Lång-SM.

Ranking

Vi har haft 13 herrar (15 st 2008) och 7 damer (6 st 2008) rankade. Bäst vid årets slut var Oskar Arlebo (25:a) och Emma Arlebo (118:e).

Plac	Riks	Klass	Namn	Snittpoäng
1.	(25)	H21	Oskar Arlebo	6,8
2.	(193)	H18	Christer Garpenlund	15,39
3.	(205)	H21	Per Eklöf	15,87
4.	(435)	H21	Stefan Aronsson	25,39
5.	(590)	H21	Erik Harlén	33,54
6.	(662)	H21	Marcus Hardt	40,44
7.	(1000)	H18	Mathias Johansson	90
8.	(1001)	H21	Per Sjögren	90
9.	(1002)	H21	Per Jonhed	90
10.	(1003)	H21	Björn Norman	90
11.	(1074)	H21	Jan Johansson	90
12.	(1080)	H21	Oskar Axelsson	90
13.	(1122)	H21	Albin Arlebo	90

Plac	Riks	Klass	Namn	Snittpoäng
1.	(118)	D21	Emma Arlebo	16,09
2.	(247)	D21	Anette Carlsson	23,61
3.	(295)	D21	Kristin Jakobsson	27,4
4.	(299)	D21	Susanne Eriksson	27,47
5.	(645)	D20	Stina Öst	90
6.	(646)	D18	Victoria Nilsson	90
7.	(647)	D20	Sara Garpenlund	90

Elitserien

KFUM:s deltagande var magert även 2009. Ingen poäng inbringades av KFUM:s löpare. Vi blickar istället fram mot 2010.

J-Cupen

Christer Garpenlund gjorde en mycket fin säsong och slutade 7:a i H18 efter att ha deltagit i 10 av 11 deltävlingar.

10MILA

10Mila var i år förlagt till Ljungbyhed i norra Skåne vilket innebar den längsta resa någonsin för oss i 10Mila-sammanhang. Det påverkade deltagandet ganska kraftigt och vi ställde endast 1 Damlag och 2 Herrlag på startlinjen. Med vissa givna förstalagslöpare borta var målsättningarna inte lika högt ställda som vanligt. Desto roligare blev det då att herrarnas förstalag lyckades ta sig in på en 45e plats efter stabila insatser av samtliga löpare. Terrängen var mestadels snabblopp bokslog och visade sig passa oss bra. Vi lyckades med en bra inledning och kom med i en för oss så viktig snabb klunga på långa natten och höll oss därefter stadigt under 50-strecket i gryningen. Med ett väldigt bra lopp av Stefan Aronsson på nionde sträckan kunde därefter Per Jonhed springa in oss på 45e platsen i kamp med ett antal landslagsmän! I laget sprang även Per Eklöf, Per Sjögren, Oskar Axelsson, Oskar Arlebo, Albin Arlebo, Erik Harlén, Christer Garpenlund samt Calle Olsson. I andralaget fanns det 3 st som gjorde debut i herrkavlen - Erik Lindgren, Ludvig Nilsson och Emma Arlebo som dessutom hade damstafetten i benen. De gjorde det alla med den äran och andralaget slutade på en 195e plats! Totalt fullföljde 290 lag.

Damlaget hade tidigare bärgat en 125e plats av 298 fullföljande lag efter en bra inledning av Anette Carlsson. Därefter följde Susanne Eriksson, Kerstin Norman, Sara Garpenlund och Emma Arlebo.

Övriga Stafetter

Som vanligt var våren full av stafetter. Premiären gjordes på **Måsen** i den detaljrika kustterrängen öster om Buskhyttan den 29 mars där vi ställde upp med två herrlag (Lag 1 Placering 29, Oskar Arlebo, Per Eklöf, Oskar Axelsson, Erik Harlén, Per Jonhed, Lag 2 Placering 48 Jan Johansson, Daniel Gustafsson, Björn Norman, Stefan Aläng, Martin Sedström) och ett damlag (Placering 31, Anette Carlsson, Emma Arlebo, Susanne Eriksson).

Två veckor senare var det generalrepetition inför 10-mila då vi tog oss an **Stigtomtakavlen**. Här kunde vi komplettera med ytterligare ett damlag. (Damer Lag 1 Placering 18, Emma Arlebo, Susanne Eriksson, Kristin Jacobson, Lag 2 Placering 46 Jenny Johansson, Birgitta Arlebo, Stina Öst, Herrar lag 1 Placering 9, Per Eklöf, Oskar Arlebo, Erik Harlén, Stefan Aronsson, Per Sjögren, Patrik Eklund, Lag 2 Placering 35, Calle Olsson, Albin Arlebo, Björn Norman, Martin Sedström, Stefan Aläng)

I slutet av Maj så begav vi oss till Mora för att delta i flera tävlingar. Bl.a. sprang vi **Siljanskavlen** där vi hade två herrlag (Lag 1 Placering 8: Per Eklöf, Per Jonhed, Stefan Aronsson, Oskar Arlebo, Lag 2 Placering 24: Erik Harlén, Calle Olsson, Marcus Hardt, Stefan Aläng) och ett damlag (Placering 19: Susanne Eriksson, Stina Öst, Emma Arlebo).

Årets stafettfinal blev **Novembersprinten** där vi tillsammans med Garphyttan och Milan deltog med ett lag.

SM

Årets SM-tävlingar avgjordes för ovanlighetens skull i två olika delar av Sverige. I Bohuslän/Dalsland arrangerades Sprint, naturskönt på de karga klipporna utanför Strömstad, medan deltagarna på Ultralång fick testa klassiskt tuff västkustterräng i Ed. Vid långdistansen återvände tävlingarna till Strömstad och där trivdes Oskar Arlebo och Christer Garpenlund mycket bra och tog sig till final med varsin 2a plats i kvalet. I finalen fick Christer till ytterligare ett bra lopp och slutade på en fin 9e plats. De övriga distanserna Natt, Medel samt Stafettmedaljerna delades ut i Östra Småland. Småkuperad och detaljrik terräng mötte deltagarna på medeldistansen i Oskarshamn och återigen presterade Oskar och Christer bra kvallopp som gott och väl räckte till final. Christer gjorde även ett stabilt lopp i finalen och slutade 16e. Oskar slutade som 35a, med rätta nöjd över att ha kvalificerat sig till final på två distanser. Stafetten gick väster om Målilla och bjöd på rejäl kupering. I D21 inledde Anette Carlsson, följd av Kristin Jacobson och Emma Arlebo. I H21 fick Christer Garpenlund den tuffa uppgiften att inleda. Han överlämnade sedan till Jan Johansson och sist sprang Oskar Arlebo. SM arrangemangen avslutades med Natt-SM i Vimmerby där Christer tyvärr inte blev godkänd.

Resultatsammanställning från 2009 års SM

Klass/Namn	Sprint	Ultralång	Medel	Långdistans	Natt	Stafett
	27-28 juli	2 aug	11-12 sept	19-20 sept	23 okt	
D21						40:e
Emma Arlebo			18:e (Kval)	32:a (Kval)		
H21						51:a
Jan Johansson			22:a (Kval)			
Oskar Arlebo			6:a (Kval) 35:a (Final)	2:a (Kval) 32:a (Final)		
D20						
H20						
D18						
H18						
Christer Garpenlund	28:a (Kval)	15:e	4:a (Kval) 16:e (Final)	2:a (Kval) 9:a (Final)		

Kartor och tävlingsarrangemang

Kart- och tävlingskommittén har bestått av Lars Arlebo, Albin Arlebo, Erik Göthlin, Kristin Jacobson och Henrik Nord.

Kartprojekt

Under 2009 reviderades kartdatabasen Karlslund av CG Garpenlund. Databasen omfattar två kartor i 1:10 000 och tio stycken 1:5 000 kartor. Arbetet bekostades av kartbidrag. Han har också gjort små revideringar av kartan i Kinkhyttan som ska användas till vårens KFUM-träff och reviderat några tätortsnära små kartor exempelvis Brunnsparken och Gustavsvik. Christer Garpenlund har också reviderat några mindre kartor inom ett skolprojekt. CG har också ritat klart O-ringekartan i Mogetorp där första etappen av O-ringen avgörs i sommar. Roffe Pettersson reviderade delar av Getingedalenkartan inför vårens KFUM-träff i just Getingedalen.

Arrangerade tävlingar

Årets KFUM-träff ingick i **Närkedubbeln** 18 maj med målområde på Rolf Petterssons ägor vid Getingedalen, ett samarrangemang med Hagaby som på lördagen 17 maj anordnade Kilsbergsträffen. De båda tävlingarna samlade väldigt nära 1000 deltagare resp dag, vilket med tanke på övriga tävlingars deltagarantal under våren får betraktas som rel bra. Anmärkningsvärt var antalet direktanmälningar som var en aning mindre resp aningen större än 200 per dag, detta tack vare ett strålande vårväder. Tävlingsledare var Lasse Arlebo och banläggare Anders Bergman. Inför tävlingarna hade Rolf Pettersson reviderat delar av Getingedalskartan plus att han nyritat ca 1 km² norr om Hyttebacken.

KFUM Multisport genomfördes den 27 juni vid Björktjärn (f.d. Dammenlägret). Vi satsade i år på ett enklare arrangemang där vi enbart bjöd in till en kort bana men med tillägget att man även kunde delta i soloklass. 42 2-mannalag och 11 solokörare kom till start och kämpade väl i det varma vädret och avsaknaden av dusch var obefintlig då det gick utmärkt att bada i sjön efter tävlingen. Även i år fick vi mycket beröm för den höga klassen på arrangemanget och förhoppningsvis finns det kraft över för att bjuda in till ett liknande arrangemang även 2010, trots O-ringearrangemanget senare under sommaren.

Kartan **Getingedalen** tillsammans med en del av Alfernas Tomasbodakarta har varit den karta som Skogssport använt sig av till årets **RM i banläggning**.

Motion

Motionskommittén har bestått av Barbro Carbonnier, Tommy Haglund, Kajsa Källérus, Linda Länнемäki och Gunilla Pettersson. Kommittén har haft regelbundna sammankomster under året.

KFUM-klassikern

Den av Matts och Agneta Källérus påbörjade KFUM-klassikern avslutades under vintern och våren 2009 med grenarna skidåkning och terränglöpning. De fyra som fullföljde alla fyra grenarna, alltså även cykling och simning, var Birgitta Arlebo, Eleonor Grönwall, Linda Länнемäki och Nils-Olov Åsman.

Veteranorientering

För orienterare som kan komma ifrån på dagtid erbjuds veterantävlingar. Klubbarna i stan turas om att arrangera och KFUM har ansvarat för två av dessa varav den ena gick i Karlslundsskogen och den andra vid Hyttebacken med fika på tunet hemma hos Evert Eriksson.

Kurs för vuxna nybörjare

Under våren anordnade klubben en kurs för vuxna nybörjare. Matts Källérus och Tommy Haglund var huvudansvariga för detta och under fyra vardagkvällar lärdes grunderna i vår sport ut. I runda slängar deltog tio personer och fyra av dessa sprang öppen bana på vår tävling i Getingedalen i maj.

Promenader för daglediga

Vid ett flertal tisdagar har ett gäng daglediga, i huvudsak pensionärer, träffats och promenerat i dagsljus. Initiativtagare till detta har Agneta Källérus varit. Efter turen har man för det mesta fikat i motionscentralens café .

Moraläger

Istället för påskläger ordnades en resa över Kristi himmelsfärd. Till Mora åkte ett stort gäng motionärer tillsammans med elit och ungdomar för att tävla, träna och umgås. Vi hade hyrt in oss i stugor i Moraparken, men några bodde även i husvagn.

KUL-kavle

En vacker försommarskväll, den 9 juni, 14 lag och den vanliga växlingsdramatiken när den 29:e KUL-kavlen avgjordes i ett mycket välkänt terrängavsnitt, start 500 meter från klubbstugan. Årets segrare heter Samuel Hörnell, Kajsa Källérus och Oskar Arlebo. Lasse Hellstrandh stod som arrangör för detta lyckade evenemang.

H43-kavlen/D43

Den 1 augusti hade KFUM ett lag på startlinjen i gubbstafetten i Östergötland. Magnus Nilsson tog ansvar för logistiken och lade grunden för att våra gubbar presterade på topp. Slutresultatet blev en hedrande 32 plats som inleddes med att Erik Groth kom in i ledning efter första sträckan. Även damerna hade ett lag till D43-kaveln som kom på 25:e plats.

Jogga jorden runt

Två torsdagkvällar, 27/8 och 3/9, under ovan nämnda arrangemang erbjöd vi deltagarna två banor för att prova på orientering.

5-manna

Den 6 september gick 5-manna på Kilsbergsvallen i Garphyttan och med våra 10 lag var vi den största klubben. Samtliga lag gick i mål med den äran och vi kom tvåa i klubbtävlingen.

Nattugglan

Den 8 september arrangerade vi Nattugglan och år kom ca 80 löpare till start.

Invigning av naturreservat Varbergaskogen

Då Varbergaskogen invigdes som naturreservat den 13 september fanns vi med och gjorde reklam för vår sport. Ellinor Eriksson och Ludvig Nilsson representerade KFUM och erbjöd alla besökare att prova på en enkel bana.

RM/KM

Den 3 oktober var det vår tur att arrangera KFUM-RM i orientering och ett 50-tal löpare kom till start i det höstruskiga vädret i Klockhammar. Rolf Pettersson hade lagt hårda och utslagsgivande banor men är det mästerskap så är det. Värt att nämna är att Matteus IS hade gjort RM till en klubbutflykt med restaurangbesök och var därför väl representerade. Två löpare från Göteborg kom med tåg och med största sannolikhet fick de med sig uppdraget att ordna RM 2010 hem till Bohuslän. Samtidigt kunde vi örebroare kora ett flertal klubbmästare.

Timmen

Höstsäsongen avslutades den 7 november på sedvanligt sätt med Timmen i Kinkhyttan. 11 lag deltog i årets upplaga. Oskar Arlebo, Barbro Carbonnier och Malin Zennertun bildade det lag som tog hem segern med 178 poäng. Ett stort tack till Lasse Hellstrandh med medhjälpare för ytterligare ett högklassigt arrangemang!

Klubbstugan

Under året har klubbstugan används till ungdomsträning på tisdagar och onsdagar varannan vecka och på torsdagar till klubbens träning varje vecka. Städning har utförts av torsdagens värd på en bra nivå.

En städdag på hösten utfördes med behövlig grundlig städning och utrensning av gamla saker.

Uthyrningen har varit låg. Flertal bokningar blev avbokade av diverse orsaker och skapade mest arbete. Bokningen borde föras över till hemsidan.

Från förra årets diskussion om ändringar har det monterats in en värmepump. Ny elmätare har varit med i önskemålen men slutade med att det noteras mätarställning under elmätaren som kontroll av elförbrukningen. Lervällningen framför stugan är kvar men det har asfalterats på körbanan längre upp men inte framför stugan. Lasse Arlebo, Tommy Haglund och Pecka Norman har lagat delar av verandan. Ny toalettpappershållare är monterad. Belysningen och dämpning av ljudet har inte åtgärdats pg av brist på bra idéer

Kurser och utbildning

Kurser, studiecirklar och konferenser

Styrelsen genomförde en planeringsdag i KFUM-huset den 12 januari.

Lars Arlebo har varit kontaktperson gentemot SISU.

Nybörjarkurs i orientering för vuxna har hållits av Matts Källérus och Tommy Haglund. Båda igenom SISU som tillhandahållit kurslitteratur, Hitta rätt och Full koll.

Sara Garpenlund har avslutat sin SOFTs ledarutbildningskurs medan Kristin Carbonnier har påbörjat sin ledarutbildningskurs som fortsätter under 2010.

Ett flertal av föreningens kommittéledamöter har deltagit i de möten och konferenser som ÖLOF har kallat till. Vid den årliga höstkonferensen den 21 november var vi i stort sett representerade på alla ämneskonferenserna.

Kalljärn

Kalljärnsansvarig har varit Lars Arlebo. Hans Lundberg och Christer Öst har förtjänstfullt känt ansvaret för att vedboden under sommaren blivit ovanligt välfyllt.

Egna aktiviteter & uthyrning

Kalljärnsstugan har hyrts ut vid ett 20-tal tillfällen under året. Det är fritidsgårdar, skolor, scouter och andra föreningar samt några privatpersoner som har utnyttjat "Kilsbergens pärla". Övriga KFUM-grupper har som de senaste åren visat ett ljumt intresse för anläggningen.

Reparationer, underhåll mm

Vedboden har under sommaren fyllts på med osedvanligt mycket sågad och huggen ved. Under några dagar efter midsommar gjordes några arbetsdagar där ett antal ungdomar ställde upp och utförde den årliga storstädningen och en del utvändiga målningsarbeten, exempelvis har vedboden, dasset och en del av lillstugan målats med svart slamfärg. I övrigt har en hel del tid lagts ner på en översyn av storstugans tegeltak och röjning av slänten nedanför stor- och lillstugan som börjar växa igen.

Sponsorer

Vi tackar alla de som under året stöttat vår verksamhet på olika sätt.

I samband med KFUM Multisport 2009, lämnade följande företag sitt stöd till klubben: *N-O Åsman Massage, Norra Cykel & Motor, Ovation, Ullmax, Rönich och Projektengagemang.*

I samband med Närke-dubbeln lämnade följande företag sitt stöd till klubben: *Ejot & Avdel, Ullmax och Örebro Gasteknik.*

Avtalet med *ICA Parken* i Adolfsberg löper på sitt 16:e år.

Samarbete med *Ullmax* har gett många roliga arbetstimmar och pengar till vår verksamhet.

Tack alla Ni som jobbat för klubben och alla Ni onämnda och nämnda som stödjer oss!

Hemsidan och dokumentation

Hemsideskommittén har bestått av Anders Kallin, Oskar Arlebo och Per Sjögren.

Hemsidan

Hemsideskommittén ansvarar för utveckling och drift av vår hemsida, där en stor del av klubbens information, både internt och externt, förmedlas. Här görs också alla klubbens anmälningar, både till tävlingar och till interna arrangemang.

Lite statistik från året: 182 nyheter har skrivits på sidan, vilka har lästs totalt 45 383 gånger, alltså 249 gånger per nyhet i snitt. 2117 inlägg har gjorts i KFUM-pladdret, nyhetskommentarer, gästboken och andra forum på sidan. 177 medlemmar har tillsammans loggat in 10 448 gånger. Totalt antal besök på sidan uppgår till 109 781, ca 300 besök per dag under hela året.

Adressen till vår hemsida är <http://ol.kfumorebro.se>.

Dokumentation

Hans Jonhed har samlat allt som skrivits i dagspressen, som rört vår klubb.

Klädshopen

Birgitta Arlebo har ansvarat för föreningens klädshop.

Under året har inga nya inköp gjorts utan vi har haft tillräckligt i lager ändå. Vindoverallen finns även att hyra för de yngre något som utnyttjas flitigt. I lager finns vindoveraller, tävlingströjor, en svart mössa kompletterad med vårt namn, den traditionella kornblå toppluvan för träning och tävlingsbyxor i vissa storlekar. Omsättningen i klädshopen har varit måttlig. Extra roligt är att många av våra nybörjare har skaffat sig en vindoverall och den nya tävlingströjan.

Ekonomi

2009 blev ett ekonomiskt bra år för klubben. Vi budgeterade med ett underskott på ca 90 000 kr och underskottet stannade vid knappt 10 000 kr. Det främsta skälet till resultatet är att klubben fått kartbidrag för kartproduktionen i större utsträckning än budgeterat, vilket redovisas hos kart- och tävlingskommittén. Vidare har de övriga kommittéerna inte utnyttjat hela sin budget samt att vi haft lägre kostnader för tävlingsstarter jämfört med tidigare år. Alltså vår verksamhet har varit mindre än vad vi planerat. Vi har också fått lägre intäkter än planerat.

Närkedubbeln gav ett resultat på 40 123 kr (budgeterat 60 000kr), Multisporten gav 18 900 kr (budgeterat 20 000 kr) samt övriga tävlingsarrangemang 1 068 kr (budgeterat 10 000 kr).

Andra viktiga intäkter för klubben är sponsorintäkter på 16 000 kr (budgeterat 8 000 kr), Ullmaxförsäljningen som i år gav 25 995 kr (något högre än 2008), Insatser vid Våruset gav 14 500 kr (lika som 2008), julmarknaden 12 711kr och julkalendrar 6 595 kr (båda lägre än 2008). Packning av Ullmaxväskor genererade 7 200 kr. Klubben har fått in 65 433 kr i medlemsavgifter (2000 kr mindre än 2008) och de aktiva betalar en tävlingsavgift som uppgår till 23 560 kr (900 kr mer än 2008). När man betalt tävlingsavgift står klubben för alla startavgifter vid individuella tävlingar exkl sommartävlingar. Kostnaden för dessa var 89 894 kr, vilket är 5 700 kr mindre än 2008 samt en minskning med över 10% sedan 2007.

Angående kostnader för klubbstugan innefattas inte den sista elfakturan i resultatet då den inkommit för sent.

Under 2008 lånade klubben ut 100 000 kr till O-ringen 2010. Lånet har nu återbetalts då man börjat få in startavgifter till tävlingen.

Ungdomskommittén har något lägre kostnader än budgeterat. Främsta orsaken är att klubben ej deltog i U-Jukola och inte heller i U-Tiomila. Elitkommittén har lägre kostnader än budgeterat för främst SM och övriga stafetter (ej Jukola och Tiomila). Likaså har motionskommittén lägre kostnader än budgeterat. Framförallt har kart- och tävlingskommitténs kostnader varit lägre än budgeterat tack vare kartbidrag från ÖLIF och ÖLOF.

Klubbens likviditet är god. Vi har totalt tillgångar på 856 000 kr, varav drygt 68 000 kr avser varulager och drygt 20 000 kr är fordringar på O-ringen 2010. De faktiska skulderna utgör 28 150 kr (fakturor som avser 2009, som betalas 2010) samt den personliga lägerfonden på knappt 13 000 kr.

Övrigt

O-Ringen Örebro 2010

Under året har arbetet inför O-Ringen Örebro 2010 fortskridit.

KFUM har som huvuduppgift att genomföra den första etappen i Mogetorp, men många av oss blir även engagerade i andra uppgifter

För närvarande är det några i klubben som jobbat lite längre, men fler kommer in i jobbet med olika uppgifter efterhand.

Lars Ekström är ansvarig som etappchef för den första etappen i Mogetorp.

Albin Arlebo och Erik Harlén lägger banor. C-G Garpenlund ritar kartan.

Sara Kalander, Iva Navratilova och Johan Eriksson jobbar med marknadsföring och Ann-Marie R. Risberg med O-Ringenstaden.

Oskar Arlebo kommer in i arbetet med att hålla tekniken igång på O-Ringens hemsida och Niklas Sjögren håller i "tomtplanering och trafik" inom O-Ringenstaden.

Eleonor Grönvall, Agneta och Matts Källérus och Birgitta Arlebo kommer in i expeditjonsarbete så småningom.

Kerstin Norman håller ihop det sk "Friskvårdsprojektet" med Örebro Universitet.

Lars Arlebo hjälper Lars Ekström med bl a markkontakter och Anders Bergman är "skogsarbetare" och hjälper Albin.

Claes Sandholm hjälper till med att ordna fram dataresurser då och då.

"Pecka" Norman som håller ihop tävlingsadministrationen är medlem i ledningsgruppen för O-Ringen 2010.

Vi har säkert missat några och Ni får ursäkta då fler och fler tar åt sig uppgifter i den växande organisationen

Alla goda krafter behövs givetvis och Du som känner speciellt för något och vill börja jobba redan nu kan höra av sig till Pecka Norman.

O-vännerna

Styrelsen för klubbens stödförening, KFUM-orienteringens vänner (O-vännerna), har bestått av "damerna", Hans Jonhed och Göran Gustafsson. Föreningen stöder vår verksamhet med gåvor av olika slag främst till ungdoms- junior- och seniorverksamheten.

Medlemsregistret

Anne Eriksson har skött föreningens medlemsregister.

Kalendrar

Drygt 800 adventskalendrar har sålts under hösten till stor del av ungdomarna.

Bergslagsleden

Våra åtaganden för underhåll av Bergslagsleden mellan Mogetorp och Blankhult har skötts av Ingvar Hultman med hjälp av Hans Lundberg.

KFUM:s julmarknad

Den traditionella julmarknaden hölls den 5 december i Centrumgården. Vi ansvarade traditionsenligt för serveringen. Ungdomarna anordnade aktiviteter för de yngre genom chokladhjul mm. Vi ordnade även ett lotteri med matkorgar och korvar som vinster, skänkta av sponsorer inom klubben.

Veteranklubben

Den årliga nattvandringen till Kalltjärn gjordes den 30 november av ett femtontal ärrade veteraner.

Viktiga insatser

Förutom olika orienteringsarrangemang ställer klubbmedlemmarna upp i en rad olika aktiviteter som bidrar positivt till klubbens ekonomi. Årets insatser har bestått av försäljning av Ullmax-produkter (underställ och strumpor), parkerings- och städhjälp vid Våruset (ett motionslopp för damer som arrangeras av KFUM:s friidrottare) samt packning av Ullmax-produkter.

Priser och utmärkelser

Bucklan vanns av Ellinor Eriksson

Älghornen numera 3 stycken. Juniorhornet, Seniorhornet och Veteranhornet. Dessa kommer att vara ständigt vandrande. Juniorhornet gick till Christer Garpenlund, seniorhornet till Emma Arlebo och veteranhornet till Birgitta Arlebo.

Natt & dag Den stora pokalen för ungdomarna vanns av Erik Lindgren. Den lilla pokalen för juniorer och äldre vanns av Christer Garpenlund.

Årets viking Till årets viking utsågs

Veteranklubbens pris Detta uppmuntringspris för 2009 utdelades till Linnea Utterheim och Rebecka Lifvergren.

Skogsflickornas pris Skogsflickornas stora pris till distriktets bästa i D21 tilldelades Susanne Eriksson och för klass D14 Ellinor Eriksson.

Skogskarlernas pris Inget pris i år till vår klubb.

Slutord

Vad minns vi från orienteringsåret 2009? Vilka minnen kommer att finnas kvar hos oss efter detta år?

Vi gör några tillbakablickar från det gångna orienteringsåret.

Det allra färskaste minnet är i alla fall den sedvanliga tomtejoggen på julafton. Ett trettiotal entusiastiska orienteringstomtar samlades tidigt på julaftonens morgon i Karlslund, för en liten joggingtur djupt in i den mörka skogen, för att träffa tomtefamiljen Ekström. Vi bjöds på snöpuls och sedvanlig glögg och pepparkakor och en värmande eld. Stort tack till hela familjen Ekström.

10Mila i Perstorp, Skåne. Vårens, kanske största orienteringshändelse. Ett damlag och två herrlag på startlinjen. Vi kommer säkert att komma ihåg minusgraderna på natten i herrkavlen och den mystiska förlusten av vårt tunneltält. Vart tog tältet vägen? Ingen som vet, ingen som vet.

Kristihimmelsfärdshelgens läger i Vasaloppets skogar med boende i Moraparken. Ett 20-tal av KFUM's orienterare deltog.

KFUM-träffen i Getingedalen, två tävlingsdagar med "riktig" tekniskt utmanande Kilsbergsorientering.

O-ringen i Eksjö. Vi påminnes om att vi själva snart står där som arrangörer av detta stora evenemang. Flera av oss deltog i mässan, där vi gjorde allt för att locka deltagare till Örebro sommaren 2010. Vi fick ta emot flera anmälningar och under hösten har deltagarantalet ständigt ökat.

2009 hade vi både ett herrlag och ett damlag på 43-kaveln! Hoppas denna trend håller i sig och att vi framöver får se fler KFUM-lag på startlinjen i denna kavel.

25-manna i Västerhaninge – återigen kunde vi ställa upp med 3 lag på startlinjen! Imponerande! Det blev återigen en jämn kamp mellan andra och tredje laget, vilket tyder på en bra laguttagning, stort tack till UK m fl.

Vi kan som förening stoltsera med ett antal udda och roliga tävlingsinslag under året, t ex Kulkavlen och Timmen (den 34:e i ordningen). Stort tack till Lasse Hellstrand för allt engagemang. Inte att förglömma KFUM-klassikern som också genomfördes under året. Tack till Matts och Agneta Källérus.

Våra veteraner har som vanligt varit flitiga under hela året. Både med orienteringstävlingar och promenader.

Stort tack alla för det år som gått. Vi vänder återigen blad i KFUM's historiebok. Under det kommande året kommer arbetet med O-ringen 2010 i Örebro att intensifieras. Om ett halvt år står vi själva som arrangörer av världens största orienteringstävling! Spännande!

Örebro 15 januari, 2010
KFUM Örebro Orientering

Kerstin Norman

Birgitta Arlebo

Karin Andersson Erlandsson

Jan Johansson

Kristin Jacobson

Sara Garpenlund

Barbro Carbonnier