



VENTILEN



MÅNADSBLAD FÖR TOLERED-UTBY OI

Nr 4 april

Årg 29 2009

Red: Robert Jerkstrand, Lotta Berggren

ÅRSMÖTE TOLEREDS AIK

Efter årsmötet ser styrelsen ut på följande sätt:

Ordförande Claes Lindegårdh
Kassör: Jan-Erik Porath
Ledamöter: Björn Lindau, Åsa Ekedahl, Eive Jerkstrand
Lennart Bernhed, Lotta Berggren
Suppleanter: Daniel Karlsson, Eva Lahti
Valberedning: Niklas Åberg, Jan Martner, Robert Jerkstrand, Mia Gustafsson

Styrelsen

BAKA TILL VÅR TÄVLING DEN 4/4

Vi behöver många som kan ställa upp och baka inför vår tävling den 4 april. Hör av er till mig på telefon 031-582848 eller på mail janepoka@hotmail.com om att ni vill vara med och baka samt vad ni tänker baka.

Tack på förhand!

Jane Poka

TRÄNING YNGRE UNDER APRIL

Tisdagar

Tisdagar tränar hela klubben gemensamt. Se vidare i kalendern.

Torsdagsprogram

2/4 Backatorpskolan.
16/4 Södra kanten av Svarte Mosse.
Parkering vid Friskvåderstorget
23/4 Klubbstugan

Egen träning

Påsklovet och valborg tar bort två torsdagsträningar! Men vi hoppas att ni tränar flitigt ändå. Vi har ju tisdagsträningar och det är bra om ni tränar även på egen hand. Ni kan träna konditionen och ni kan också ta er ut på egen hand och träna med karta. Om ni är med i någon bollsport skall ni springa mycket under matcherna! Man gör nytta för laget genom att spela även utan boll.

Man har konstaterat att för att bli bra på något behöver man träna mycket! Från 12 år bör man träna så man blir ordentligt trött åtminstone fyra gånger i veckan! När man sedan har vilat sig är man piggare än förut!

Eive Jerkstrand

NYBÖRJARKURS

Årets nybörjarkurs börjar torsdagen 16 april 18.00 vid vår klubbstuga. Vi hoppas många av våra småsyskon prövar på att vara med och att ni får med en del kompisar.

Eive Jerkstrand

MÅL OCH VISIONER 2009

Styrelsen har satt upp några mål för 2009 som jag gärna vill förmedla ut.

1. Hjälpa våra nybörjare/ungdomar att börja springa i huvudklasser. Här behövs uppföljare och mentorer. Alla i klubben behöver hjälpa till- ung som gammal.
2. Öka trivsel och samvaro, samt få fler deltagare på träningar och tävlingsresor. Alla bör komma på tisdagarnas teknikträning med OI banor, samt att vi har en kväll i veckan där vi träffas i stugan för bastu och fika. Fler måste komma!

En satsning på Klubbgemensamma tävlingar, tex Hallands 3 dagars där vi bokar 4-bäddstugor i Ullared 10-12/7 för 600/natten. Shopping/minigolf och fest på lördag. Satsning på 25-manna i höst som en trivselresa för alla. Jag hoppas att vi får ett riktigt trevligt och framgångsrikt OI-år 2009!

Claes Lindegårdh, nyvald ordförande 2009

HUX FLUX FLAX PRISER FÖR 2008

Hux Flux Flax-priser för 2008 tilldelades:

Hederspris: Jan Martner

Prestationspriser:

Johan Attfors
Julia Engström
Madelaine Attfors
Ylva Mattsson

Uppmuntringspriser:

Carl Lindau
Kristian Narbro-Porath
Jacob Bergman
Elin Andrén

Robert

UNGDOMSSERIEN STARTAR 26/4

Vi satsar även i år på att vinna GÖTEBORGS
UNGDOMSSERIE DIVISION 1

Första tävlingen går söndagen 26/4 med GMOK som arrangör. **Då behövs att många ställer upp och tar poäng till klubben.** Det var satsningen på att få med många ungdomar som gjorde att vi vann 2009.

I U-klasser tar alla 3 poäng. I huvudklasser (H10, D10, H12, D12 osv) får man bonuspoäng. Seger ger 15 poäng. Poängskalan är 15, 13, 11, 9, 7, 5, 4, 4, 4, 4, 3, 3, 3.... Vi tror att Sjövallan blir svåraste konkurrenten.

Följande tävlingar ingår:

Datum	Arrangemang	Arrangör
26/4	Göteborgsdubbeln	Göteborg-Majorna OK
9/5	Vårserie, etapp 1	Sävedalens AIK
30/8	DM-medel	Sjövallan FK
26/9	Aleträffen	OK Alehof

Så glöm inte anmäla er till GMOK's tävling senast 16 april.

Eive Jerkstrand

TÄLTLISTA VÅREN 2009

För att få en fördelning av ansvaret att ta med klubbältet och vid behov sätta upp det har en ansvarslista upprättats. Ingen på lista är tillfrågad, men vi tror och hoppas att Ni har möjlighet att ställa upp och hjälpa till. Om du mot förmodan får förhinder åligger det dig att skaffa ersättare.

4/4	Tolered's AIK	Jan Martner
5/4	Frölunda OL	Fam. Narbo-Porath
10/4	IK Dran	S-E Molander
11/4	OK Nackhe	Claes Lindegårdh
12/4	Uddevalla OK	Thomas Åberg
13/4	Fjärås AIK	Fam. Larsson
19/4	IK Omega	Therese Berg
25/4	Sävedalens AIK	Fam. Gustafsson
26/4	Göteborg-Majorna OK	Fam. Braun
1/5	Kinnaström	Agne Östensson
2/5	OK Gipen	Jan Vulcan
3/5	IK Ymer	Lars Williamsson
9/5	Vårserie etapp 1	Fam. Lundmark
16/5	Vårserie etapp 2	Fam. Jakob Bergman
21/5	Vårserie etapp 3	Fam. Lahti
30/5	Vårserie etapp 4	Fam. Susanne Farg
6/6	Vårserie etapp 5	Fam. Höök

Första namnet på listan hämtar tältet i klubbstugan, tar med och sätter upp det på "sin" tävling, varvid nästa namn på listan tar ner tältet och sätter upp det på "sin" tävling o s v. Om nästa person på listan inte är med på tävlingen ansvarar du för att tältet tas ned och kommer till klubbstugan (alt. han/hon hämtar det hos dig). Sista namnet tar med tältet till klubbstugan.

Du förväntas komma tidigt till tävlingen och sätta upp tältet så att även de klubbkamrater som startar först slipper byta om i regn.

Robert Jerkstrand

JOUR och SKÖTSELLISTA TUVESTUGAN VÅREN 2009

För att få en fördelning av "arbete" med öppethållandet vid tisdagsträningarna våren 2009 har en jourlista upprättats, vilket innebär att en familj ansvarar för öppethållandet av Tuvestugan vid tisdagsträningen. Om någon mot förmodan får förhinder åligger det denne att skaffa ersättare. Ansvariga under våren fram till påsk är:

31/3	Fam. Ströby	21/4	Fam. Jesper Nyström
5/5	Fam. Lavebäck	2/6	Fam. Lahti

Arbetsuppgiftslista finns i klubbstugan. Om du har frågor kan du kontakta Robert Jerkstrand. Tack för Er hjälp!

Styrelsen

TUVEDAGEN 9/5

Lördagen 9 maj kommer man att arrangera Tuvedagen vid Tuve Torg. Vi kommer i år att arrangera en mindre sprintbana som allmänheten kan prova på. Givetvis kommer vi att använda SportIdent. För att detta skall bli lyckas krävs några som hjälper till under dagen. Eftersom det samtidigt går en Vårserie som dessutom ingår i Ungdomsserien så hoppas jag att ni som inte är engagerade med ungdomarna kan hjälpa till. Vill du vara med och hjälpa till så hör av dig till undertecknad.

Robert Jerkstrand

KLUBBVIMPEL VÅREN 2009

För att få en fördelning av ansvaret att ta med klubbvimpeln till tävlingarna har en ansvarslista upprättats. Om du mot förmodan får förhinder åligger det dig att skaffa ersättare.

April	Lennart Bernhed
Maj/Juni	Fam. Mattsson

Robert

SPRINT-CUP I VÅR

I vår kommer TAIK ordna sprint-cup ihop med GMOK. Den 6 och 27 maj arrangerar TAIK två sprinttävlingar på kvällstid. Funktionärer behövs för kontrollutsättning (och kontrollvaktning) och även för start/mål/sekretariat. Den 29/4 och den 13/5 ordnar GMOK sprint-tävlingar.

MANUSSTOPP

Nästa manusstopp för Ventilen är 21/4. Skicka in bidrag till ventilen@toleredutby.se.

Robert Jerkstrand

OL-TRÄNINGAR TISDAGAR

Den 31 Mars kör vi igång med OL-träningar för alla i klubben. Liksom förra året kommer vi några tisdagar att vara i Tuve och några på andra ställen. Det kommer att finnas 4-5 banor med svårigheter från mycket lätt till svår. ALLA klubbmedlemmar (både Toleredare och Utbyiter) är välkomna till träningen.

Ol-träningar Tolered-Utby våren 2009				
Datum	Samlingsplats, tid 18.00	Typ av träning	Ansvarig	Start/målhjälp
31/3	Stugan Tuve	Provlöpning banor tävlingen/ Ungd. som ska tävla: OL- teknik	Thomas Eive	Fam. Farg
7/4	Påsklov			
14/4	Länsmansgårdens Motionscentral, Norra Biskopsgården	OL-teknik, riktningsförändringar	Björn L	Fam. Andrén
21/4	Stugan Tuve	OL-teknik, linjeorientering	Bengt M	Fam. Ströby
28/4	Geråshallen Ljusårvägen Bergsjön (Utby's klubbstuga)	OL-teknik, skråsträckor/vägval	Utby/ Hindér_Bergagård	
5/5	Stugan Tuve	OL-teknik, momentbana/slingor	Thomas A	Fam. Lahti
12/5	Hyltebergsv. 27 Lexby Partille. Se Eniro. Vägvisning från Lexbyvägen. Parkerings längs gatorna eller vid Lexbyskolan.	OL-träning, "sista säkra"	Utby/ Hermansson	
19/5	Dalagärde vandrarhem Lillhagen/Skogome	OL-träning, vanlig ol	Johan A	Fam. Braun
26/5	Troligtvis 5-klubbmatch			
2/6	Stugan Tuve	OL-träning, vanlig ol	Mia G/Julia E	Fam. Lundmark

TÄVLINGSPROGRAM UNDER VÅREN 2009

Datum	Tävling	Tävlingstyp	Inbjudan	Anmälan via Klubben Online	Anmälan senast
27/3	<u>Tibro OK TibroTrippeln Natt</u>	Natt	X	Ja	21/3
28/3	<u>Tibro OK TibroTrippeln Medel</u>	Medeldistans	X	Ja	21/3
29/3	<u>Tibro OK TibroTrippeln Lång</u>	Långdistans	X	Ja	21/3
3/4	<u>HJORTNATTA med Långa Natten</u>	Natt	?	Ja	
4/4	<u>Tolered's vårtävling</u>	Medeldistans	X	Ja	
5/4	<u>Folskubbet</u>	Långdistans	?	Ja	
10/4	<u>IK Drans Medeldistans</u>	Medeldistans	X	Ja	2/4
11/4	<u>Nackhetträffen</u>	Långdistans	?	Ja	
12/4	<u>Bohuslunken</u>	Långdistans	X	Ja	2/4
19/4	<u>Omega Kort</u>		?		
25/4	<u>Sävedalen (Göteborgsdubbeln)</u>	Medeldistans	X	Ja	16/4
26/4	<u>Göteborg Majorna (Göteborgsdubbeln)</u>	Långdistans	X	Ja	16/4
1/5	<u>Kinnaström</u>	Medeldistans	?	Ja	
2/5	<u>Götaälvdalsträffen</u>	Långdistans	X	Ja	22/4
9/5	<u>Vårserien etapp I</u>		?		
16/5	<u>Vårserien etapp II</u>		?		
21/5	<u>Vårserien etapp III</u>		?		
30/5	<u>Vårserien etapp IV</u>		?		
6/6	<u>Vårserien etapp V</u>		?		

Ovan tävlingar är ett "axplock" av SOFT's tävlingsprogram. Fullständigt tävlingsprogram hittar ni på SOFT's hemsida eller på Klubben Online. De tävlingar som har "?" har inte kommit ut med inbjudan vid denna Ventil's tryckning. På Tolered-Utby's hemsida i kalendern kommer det att uppdateras kontinuerligt. Där kommer även att finnas en länk till inbjudan.