



VENTILEN

MÅNADSBLAD FÖR TOLERED-UTBY IK



Nr 2 februari

Årg 32 2012

Red: Robert Jerkstrand, Lotta Berggren

TILL MINNE AV NIKLAS LINDEGÅRDH

Vår käre klubbkamrat Niklas Lindegårdh har hastigt avlidit. Niklas, som bodde i Thailand, passade på att orientera och träffa klubbkamrater när han var i Sverige. Senast träffade vi Niklas på Hallands 3-dagars i somras. Våra tankar går nu till hans hustru Anna och deras två barn, föräldrarna Claes och Ann-Kristin, och Patrik och Markus i deras svåra stund.

10-MILA

Vill du vara med och uppleva den lite speciella stämningen som erbjuds under 10-mila ska du besöka denna länk där du hittar klubbens intresseanmälan.
<http://eventor.orientering.se/Activities/Show/457> senast 1 mars.

/Mia Gustafsson

INTRESSE FÖR NORD-JYSK

10-11 mars går Nordjysk 2-Dages.
<http://nordjysk2dages.dk/> Tävlingen går 2 dagar i norra Jylland. Vi åker till Danmark med Stena Line den 9:e mars 16:00 (alt 18:30) och hem den 11:e 14:00. Klubben bokar båtresa och förläggning. Ungdomar 11 år och yngre bör ha en vuxen med sig. Om intresse att följa med på gemensam klubbresa till denna tävlingen hör av er till mig senast 5 februari på ulf.lotta.berggren@telia.com

Lotta Berggren

JOUR och SKÖTSELLISTA TUVESTUGAN VÅREN 2012

För att få en fördelning av "arbete" med öppethållandet vid tisdagsträningarna våren 2012 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 är:

7/2	Fam. Lukas Fosse	13/3	Fam. Börnstedt
21/2	Fam. Anton Boyertsson	20/3	Fam. Anton Magnusson
28/2	Fam. Gruvesäter	27/3	Fam. Jesper Malmberg
6/3	Fam. Sverlinger	10/4	Fam Retteli

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

Styrelsen

ÅRSMÖTE TAIK

Årsmöte i TAIK kommer att hållas 20 mars kl 19.30.

Styrelsen

VIKTIGA DATUM FÖR UNGDOMAR I TOLERED-UTBY

Här är speciellt viktiga händelser som vi vill att våra ungdomar satsar på. (För aktiviteter närmsta tiden; se månadens program!)

Datum	
To 1/3	KM i nattorientering vid Toleredskolan
Sö 25/3	Poängpromenad vid Tolereds klubbstuga
Lö 31/3	Tolereds tävling
Sö 15/4	Etapp 1 i ungdomsserien
Sö 22/4	Etapp 2 i ungdomsserien
Lö 28/4	Etapp 1 i vårserien
Lä-sö 12/5	Läger upp till 12 år
Lö 26/5	Etapp 2 i vårserien, etapp 3 i ungdomsserien
Lö 2/6	Etapp 3 i vårserien
On 6/6	Etapp 4 i vårserien
Lö 9/6	Etapp 5 i vårserien
Må 25/6	Start GOF:s ungdomsläger
Fr 13/7	Start Hallands 3-dagars
Sö 22/7	Start O-ringen

ROLIG FÖR UNGDOMAR FREDAG 23/3

Reservera "roliga fredag" den 23/3

Vi samlas kl 18. Föranmälan krävs.

Detta görs bäst på Eventor, men det går också bra att anmäla sig till Kajsa på 0707-227208, senast onsdagen 21/11.

Vi kommer ha roliga tävlingar, umgås och äta gott.

Allergier anmäles också till Kajsa.

Välkomna alla duktiga ungdomar i Tolered och Utby- Ni är bäst och vi kommer få SUPERKUL!

GYMNASTIK OCH STYRKETRÄNING

Gymnastiken i Geråshallen är måndagar kl 19.00-20.00
Välkomna!

Pia

TOLEREDS VÅRTÄVLING

Lördagen den 31 mars arrangerar vi en tävling i Tuve.

Boka redan nu in detta datum för att hjälpa till att göra tävlingen till en lyckad tävling.

Tävlingsledningen

Tisdagsträningar för alla i klubbstugan!

Vi fortsätter att ha träning vid klubbstugan.

Mer samlad information om juniorernas träning ser du på nästa sida.

Klubbträning tisdagar vid klubbstugan				
Datum	Start/Mål	Ansvarig/Typ av träning	Övrigt	Start/målhjälp
7/2	Tuvestugan	Juniorer; Backintervaller Ungdom: Kartminnesövningar		
14/2	Tuvestugan	Juniorer; Therese's supersprintar Ungdom; Sportlov.		
21/2	Tuvestugan	Juniorer+ungdom: Cirkelintervaller + löplekar		
28/2	Tuvestugan	Juniorer; Testlopp Ungdom: Kartminnes-OL från Gunnestorpskolan		

Torsdagar: Gympa i Toleredskolan!

Torsdagsprogram för ungdomar			
Datum	Samling	Vad/Var	Övrigt
2/2	18.00.	Gympa i Toleredskolan . 18.00 SI-OL för alla födda detta sekel . 18.50 Övningar för alla . 19.40 SI-OL för alla födda förra seklet	
9/2	18.00.	Gympa i Toleredskolan. BIP-test . 18.00 Gympa för alla födda detta sekel . 19.10 Gympa för alla födda förra seklet	
16/2		Sportlov, Egen träning.	
23/2	18.00.	Gympa i Toleredskolan. BIP-test . 18.00 Gympa för alla födda detta sekel . 19.10 Gympa för alla födda förra seklet	
1/3	18.00.	KM i nattorientering. Se separat notis. Möjligheter till egna övningar i gymnastiksalen före/efter nattorienteringen.	

Träningar för juniorerna

Tisdagar är vi vid klubbstugan om inget annat informeras. Torsdagar är vi i Toleredsskolans idrottshall fram t.o.m den 1/3. Löpträningen på torsdagar sker utomhus och efter den går vi in och tränar i hallen.

Andra som vanligtvis inte tränar med juniorerna får gärna komma och träna med oss, hör i så fall med mig innan (mob: 0730-60 58 25) för ibland kan det hända att vi ändrar tid/plats eller ställer in p.g.a för få deltagare.

To 2/2 – Löpträning kl 18.15, önsketräning kl 19-20.30 (Toleredsskolan)

Ti 7/2 – Backintervaller, kl 18 (Tuvestugan)

To 9/2 – GOF Nattcup. Anm. via eventor senast måndagen innan

Ti 14/2 – Therese's supersprintar m.m, kl 18 (Tuvestugan)

To 16/2 – Löpträning kl 18.15, Tärningsleken + bollspel kl 19-20.30 (Toleredsskolan)

Ti 21/2 – Cirkelintervaller + löplekar tillsammans m. ungdomarna, kl 18 (Tuvestugan)

To 23/2 – GOF Nattcup. Anm. via eventor senast måndagen innan

Ti 28/2 – Testlopp, kl 18 (Tuvestugan)

To 1/3 – Natt-KM (meddela om du vill låna lampa), kl 18.30 (Toleredsskolan)

KM i nattorientering

Torsdag 1/3 ordnar vi med KM i nattorientering. Samling och omklädning i Toleredskolans gymnasal F. Start från 18.30 (18.15 för DH10). Vi har lokalen till 20.30.

Banlängder

H21, H20, H35	4,0 km. Minst två minuters startmellanrum
D21, DH18, H16, D35, DH40, H45	3.5 km. Minst två minuters startmellanrum
D16, DH14, D45, DH50	3,0 km. Minst två minuters startmellanrum
DH12, DH55, DH60 och uppåt	2,5 km. Minst två minuters startmellanrum
DH10 (en gemensam KM-klass)	2,0 km. Gemensam start 18.15

De längre banorna har långsträckor. Man kan få kvalificerad nattorientering genom att välja rakt på och man kan välja enkel orientering med längre löpväg.

Vid vissa kontroller finns sportidentkontroller. Vid resterande kontroller stämplar man i rutor på baksidan av kartan.

Banläggning	Eive
Tävlingsledare	?
Tidtagning, resultat	Robert

Anmälan via Eventor senast torsdag 23/2. Efteranmälan till 29/2 20.00 (efteranmälda startar sist).

Nybörjarsatsning för Tolered

Vi inleder årets nybörjarsatsning tisdag 3 april vid klubbstugan. Vi försätter sedan torsdagar efter påsklovet (från 19/4) vid Backatorpsskolan. Samtidigt med att vi har nybörjarkurs har vi också träning för våra etablerade ungdomar. Samling på samma plats.

Vi hoppas bland annat att de som i höstas var med i Jägargruppen och nu är 8 år eller äldre kommer med.

Sammanhållande för satsningen blir Eive.

Ungdomar från 14 år är inte med i kursen, utan tas om hand i ordinarie träning. Fredrik Braun blir den som tar emot dessa ungdomar och föräldrar på ett bra sätt.

Ungdom 11-13 år tas om hand av Kajsa, med Patrik Sandström som instruktör.

Ungdom 8-10 år tas om hand av Eive. Någon mer behövs.

Intresserade kan kontakta Eive tel. 031-551381 eller skicka mail till eive.jerkstrand@gmail.com.

Spejargrupp

Jägargruppen byter namn till Spejargrupp. Den är avsedd för småsyskon och kompisar och lämplig för barn 5-7 år. Bland aktiviteterna märks lekplatsspaning, storviltssafari, skattjakt och fågelräkning. Men också hinderbana, lära-känna-lekar, bollspel mm.

Ledare blir Eva och Åsa. Anmälan till Eva eller Eive tel. 031-551381 eller mail eive.jerkstrand@gmail.com.

MANUSSTOPP

Nästa manusstopp för Ventilen är 21/2. Skicka in bidrag till ventilen@toleredutby.se.