



# VENTILEN



## MÅNADSBLAD FÖR TOLERED-UTBY OI

Nr 7 September

Årg 28 2008

Red: Robert Jerkstrand, Lotta Berggren

### NY MEDARBETARE I REDAKTIONEN

Vill passa på att välkomna Lotta Berggren till Ventilen-redaktionen. Lotta har varit med i klubben några år och har en son och en dotter som är med och springer.

*Robert Jerkstrand*

### VI ARRANGERAR LÅNG-DM 14/9

Tolered AIK är ansvarig för att arrangera årets DM i långdistans (f d klassisk). Det går av stapeln 14 september. För att tävlingen skall bli lyckad behövs att ALLA hjälper till. Om du ännu inte blivit kontaktad av någon och kan ställa upp så hör av dig till undertecknad på telefon 031-265066 eller e-post [agne.oe@tele2.se](mailto:agne.oe@tele2.se).

*Agen Östensson*

### KLUBBMÄSTERKAP 4 SEPTEMBER

Höstsäsongen har nu kommit igång och skolterminerna tar nu sin början. Nu faller även mörkret allt snabbare kvällstid, vilket gör tiden knapp att få till ett klubbmästerskap på kvällstid. Med kort varsel försöker vi nu, under enklare former, anordna ett internt klubbmästerskap (**Tolered-Utby**) på Tolered's nyreviderade karta i vår välkända hemma terräng. Klassindelning och banlängder: (preliminära)

|          |        |     |        |
|----------|--------|-----|--------|
| Förälder | 3.0 km |     |        |
| H10      | 2.5 km | D10 | 2.5 km |
| H12      | 2.7 km | D12 | 2.7 km |
| H14      | 3.6 km | D14 | 3.0 km |
| H16      | 5.0 km | D16 | 4.0 km |

Övriga klasser kommer att fördelas på ovan banor och nedanstående:

|             |       |              |
|-------------|-------|--------------|
| Kort svår   | svart | 2.5 - 3.0 km |
| Mellan svår | svart | 4.0 km       |
| Lång svår   | svart | 6.0 km       |

Självklar väg i välkänd park? Det kan inte bli så svårt ....

Klassindelning / Sammanslagning av klasser efter antal anmälda.

**Anmälan:** Sker via klubben on-line. Senaste anmälan onsdag 27/8. Efteranmälan kan ske senast tisdagen 2/9.

**Stämpelsystem:** SPORTident används för start och målstämpling. Stiftstämpling vid kontrollerna på karta.

**Samling:** TAIK:s klubbstuga i Tuve.

Avstånd till start max 1000 m.

**Första start:** 17:30 till 18:00. Då det vid mulet väder tidigt blir skumt att läsa karta i skogen, försöker vi komma igång lite tidigare än vid vanlig träning. Om någon ej hinner innan 18:00 hör av er. Flexibilitet finns.

**Kontaktperson:** Björn Lindau. 031-22 66 54.

[bjorn@toleredutby.se](mailto:bjorn@toleredutby.se)

**Välkomna!**

*Björn Lindau*

### UTBYS RUTA

#### UTBYS STIPENDIEFOND

2008 års tredje dragning i Utby IK:s stipendielotteri gjordes vid Gamla UIK:ares torsdagsträff den 21/8 i klubbstugan och utföll enligt följande:

|       |                   |
|-------|-------------------|
| 300:- | Bror Andersson I  |
| 150:- | Örjan Emanuelsson |
| 150:- | Sofia Janslätt    |
| 150:- | Torgny Salfjord   |

*Christer och Bengt-Åke*

### JOUR och SKÖTSELLISTA TUVESTUGAN HÖSTEN 2008

För att få en fördelning av "arbete" med öppethållandet vid tisdagsträningarna hösten 2008 har en jourlista upprättats, vilket innebär att en familj ansvarar för öppethållandet av Tuvestugan vid tisdagsträningen. Efter ett förslag från en utav våra klubbmedlemmar testar vi en nyhet. Vid vissa utav träningarna (de som har Super-TAIK:are) kommer två familjer att ha hand om fiket. Kom överens med andra familjen hur ni delar (handla, städa, ...) På detta sätt blir det lite mindre börda och man får lära känna en annan familj. Om någon mot förmodan får förhinder åligger det denne att skaffa ersättare. Ansvariga under hösten är:

|                                                |                                                     |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 23/9 Fam. David Olsson                         | 11/11 Fam. Jakob Bergman                            |
| 30/9 Fam. Berggren                             | 18/11 Fam. Hjelmström +<br>Fam. Gustafsson          |
| 7/10 Fam. Ströby +<br>Fam. Andrén              | 25/11 Fam. Erik Karlsson                            |
| 14/10 Fam. Braun                               | 2/12 Fam. Jesper Nyström +<br>Fam. Julia L Engström |
| 21/10 Fam. Therese Berg +<br>Fam. Susanne Farg | 9/12 Fam. Poka                                      |
| 4/11 Fam. Lundmark +<br>Fam. Narbro-Porath     |                                                     |

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

*Lotta Berggren*



## TÄLTLISTA HÖSTEN 2008

För att få en fördelning av ansvaret att ta med klubbältet och vid behov sätta upp det har en ansvarslista gjorts. Om du mot förmodan får förhinder åligger det dig att skaffa ersättare.

|       |                       |                    |
|-------|-----------------------|--------------------|
| 31/8  | OK Mark               | Fam. Larsson       |
| 6/9   | DM-Medel (Alehof)     | Fam. Erik Karlsson |
| 7/9   | DM-Stafett (Frölunda) | Jari Williamsson   |
| 14/9  | DM-Lång               | Agne Östensson     |
| 20/9  | Lerums SOK            | Fam. Martner       |
| 21/9  | OK Landehof           | Per-Åke Bastestad  |
| 28/9  | OK Skogshjortarna     | Lars Magnusson     |
| 5/10  | OK Skogsvargarna      | S-E Molander       |
| 18/10 | IFK-kavlen            | Fam. Braun         |
| 19/10 | GMOK                  | Claes Lindegårdh   |
| 26/10 | Ljungkile FK          | Fam. Lindau        |
| 9/11  | IK Ymer (Zoo-OL)      | Fam. Westerdahl    |

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*

## KLUBBVIMPEL HÖSTEN 2008

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.

|              |                 |
|--------------|-----------------|
| September    | Fam. Gustafsson |
| Oktober/Nov. | Fam. Bernhed    |

*Robert Jerkstrand*

## KAFFEBRÖD BEHÖVS 14/9

Till våran tävling 14 september behövs det hjälp med bakning av kaffebröd. Har du möjlighet att baka så ta med kaffebrödet till tävlingen och lämna det i serveringen. Meddela gärna mig på e-post [janepoka@hotmail.com](mailto:janepoka@hotmail.com) före tävlingen så får jag lite koll på vad som bakas.

*Jane Poka*



## MANUSSTOPP

Nästa manusstopp för Ventilen är 20/9. Skicka in bidrag till [ventilen@toleredutby.se](mailto:ventilen@toleredutby.se).

*Robert Jerkstrand*

## TISDAGS-TRÄNINGAR

Under september kommer vi att köra teknikträningar på tisdagar. Det kommer att finnas 4-5 banor med svårigheter från mycket lätt till svår. ALLA klubbmedlemmar är välkomna till träningen. I oktober kör vi igång med Super-TAIK:aren varannan tisdag. Här följer träningsprogram för tisdagsträningarna i höst.

| Dag   | Samlingsplats, tid 18.00                                  | Typ av träning               | Ansvarig    | Start/målhjälp  |
|-------|-----------------------------------------------------------|------------------------------|-------------|-----------------|
| 2/9   | Jennylands parkering Bohus                                | Orientering                  | Björn L     | Fam. Hjelmström |
| 9/9   | Fontins MC Kungälv                                        | Orientering                  | Bengt M     | Fam. Poka       |
| 16/9  | Backatorpsskolan, Backatorp.<br>Skärm vid Plockerotegatan | Orientering, slingor         | Thomas A    | Fam. Farg       |
| 23/9  | Stugan Tuve                                               | Orientering                  | Lennart B   | Fam. Bergman    |
| 30/9  | Stugan Tuve                                               | Orientering, sprintbanor     | Lars M      | Fam. Ströby     |
| 7/10  | Stugan Tuve                                               | Supertaik, punkt-ol          | Thomas A    |                 |
| 14/10 | Stugan Tuve                                               | Löpträning                   | Björn/Bengt |                 |
| 21/10 | Stugan Tuve                                               | Supertaik, stads-ol          | Robert      |                 |
| 28/10 | Höstlov                                                   | Löpträning                   | -           |                 |
| 4/11  | Stugan Tuve                                               | Supertaik, löpning 2 varv    | Johan A     |                 |
| 11/11 | Stugan Tuve                                               | Natt-OL                      | Björn L     |                 |
| 18/11 | Stugan Tuve                                               | Supertaik, löpning gissa tid | Mia G       |                 |
| 25/11 | Stugan Tuve                                               | Natt-OL                      | Bengt M     |                 |
| 2/12  | Stugan Tuve                                               | Supertaik, natt              | Benke/Eive  |                 |
| 9/12  | Stugan Tuve                                               | Löpträning                   | Björn/Bengt |                 |

## TÄVLINGSPROGRAM UNDER HÖSTEN 2008

| Datum   | Tävling                               | Tävlingstyp  | Inbjudan          | Anmälan<br>via<br>Klubben<br>Online | Anmälan<br>senast |
|---------|---------------------------------------|--------------|-------------------|-------------------------------------|-------------------|
| 30/8    | <a href="#">Skene SolS</a>            | Medeldistans | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 19/8              |
| 31/8    | <a href="#">OK Mark</a>               | Långdistans  | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 19/8              |
| 6/9     | <a href="#">Medel-DM (Alehof)</a>     | Medeldistans | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 27/8              |
| 7/9     | <a href="#">Stafett-DM (Frölunda)</a> | Stafett      | <a href="#">X</a> | Nej                                 | 26/8              |
| 12/9    | <a href="#">Natt-DM (Skidkl.)</a>     | Natt         | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 2/9               |
| 14/9    | <a href="#">Lång-DM (TAIK)</a>        | Långdistans  | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 4/9               |
| 20/9    | <a href="#">Lerums SOK</a>            | Medeldistans | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 11/9              |
| 20-21/9 | <a href="#">Veteran-RM</a>            | Medel/Lång   | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 11/9              |
| 21/9    | <a href="#">OK Landehof</a>           | Långdistans  | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 11/9              |
| 28/9    | <a href="#">OK Skogshjortarna</a>     | Långdistans  | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 19/9              |
| 28/9    | <a href="#">OK Gipen</a>              | INSTÄLLT     |                   |                                     |                   |
| 4/10    | <a href="#">Bredareds IF</a>          | Sprint       |                   | ?                                   | ?                 |
| 4/10    | <a href="#">OK Skogsvargarna</a>      | Medeldistans | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 28/9              |
| 5/10    | <a href="#">Vänersborgs SK</a>        | Långdistans  | <a href="#">X</a> | Ja                                  | 28/9              |
| 11/10   | <a href="#">25-manna</a>              | Stafett      | <a href="#">X</a> | Nej                                 | 4/9               |
| 18/10   | <a href="#">IFK-kaveln</a>            | Stafett      | <a href="#">X</a> | Nej                                 | 6/10              |
| 19/10   | <a href="#">GMOK</a>                  | Medeldistans |                   | Ja                                  | ?                 |
| 26/10   | <a href="#">Ljungkile FK</a>          | ?            |                   | ?                                   | ?                 |
| 7/11    | <a href="#">Borås GIF</a>             | Natt-sprint  |                   | ?                                   | ?                 |
| 8/11    | <a href="#">Hestra IF</a>             | Sprint       |                   | ?                                   | ?                 |
| 8/11    | <a href="#">Uddevalla OK</a>          | Patrull      | <a href="#">X</a> | Nej                                 | 28/10             |
| 9/10    | <a href="#">IK Ymer</a>               | Zoo-OL       |                   | ?                                   | ?                 |

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 Ventils tryckning. På Tolered-Utbys hemsida i kalendern kommer det att uppdateras kontinuerligt. Där kommer även att finnas en länk till inbjudan.