



# VENTILEN



MÅNADSBLAD FÖR TOLERED-UTBY IK

Nr 1 januari

Årg 29 2009

Red: Robert Jerkstrand, Lotta Berggren

## MEDLEMSAVGIFT

Nytt år innebär att det är dags att betala in medlemsavgift till klubben. För 2009 gäller samma avgifter som för 2008 som är enligt följande:

|           |       |
|-----------|-------|
| Familj    | 650:- |
| Senior    | 350:- |
| Ungdom    | 150:- |
| Passiv *) | 100:- |

Medlemsavgiften betalas in på Tolereds AIK:s bankgiro **5064-2982**. Då de flesta betalar via Internet så känns det onödigt att skicka ut inbetalningskort till alla. Vill du dock ha ett inbetalningskort så hör av dig till Robert snarast.

\*) Passiv medlem är den som vill stödja klubben ekonomiskt men inte aktivt deltar i klubbens verksamhet.

*Styrelsen*

## UNGDOMSTRÄNINGAR

På tisdagar och torsdagar kommer vi för ungdom 15 år och äldre att ha löpträning i Tuve. Vi börjar som vanligt alltid klockan 18.00.

*Thomas Attfors*

## VACCINATION MOT TBE

Alla som rör sig i skog och mark bör tänka på att vaccinera sig mot TBE. Det finns ett vaccin ("FSME") som efter grundvaccination med 3 doser inom 1 år ger över 90 % skyddseffekt. Man brukar räkna med att man redan efter 1 dos har 70 % skydd och efter 2 doser 80 % skydd.

Grundimmunisering innebär att de första doserna ges med 1-3 månaders intervall (lämpligen i mars- april). Den tredje dosen ges efter 9-12 mån för barn och 5-12 mån för vuxna. Därefter ges ytterligare en dos efter 3-5:e år.

*Lotta Berggren*

## 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:

|      |                      |      |                     |
|------|----------------------|------|---------------------|
| 13/1 | Fam. Berggren        | 3/3  | Fam. Jakob Bergman  |
| 20/1 | Fam. Kent Gustafsson | 10/3 | Fam. André          |
| 27/1 | Fam. Lundmark        | 17/3 | Fam. Narbro-Porath  |
| 3/2  | Fam. Braun           | 24/3 | Fam. Jesper Nyström |
| 17/2 | Fam. Susanne Farg    | 31/3 | Fam. Ströby         |
| 24/2 | Fam. Therese Berg    |      |                     |

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

*Styrelsen*

## UTBYS RUTA

### STORT GRATTIS

till segrarna i Årets viktigaste tävling Utby IK:s skinklopp!

Det var drygt 30st tappra löpare i alla åldrar som deltog i det delvis soliga vintervädret på Luciadagen.

Lilla skinkloppet vanns av Tommy Gelotte och den Stora skinkan tog Johan Hindér hem och därmed den stora äran att arrangera nästa års lopp!

Ser fram mot nästa års lopp och hoppas på ett ännu större deltagande då!

*Lisbeth*

### ÅRSMÖTE

Huvudstyrelsen kallar till årsmöte 25 februari 2009 kl. 19.00 i Utbys klubbstuga. Välkomna!

*Styrelsen*

### GYMNASTIKEN

Gymnastiken i Geråshallen startar upp måndagen den 12 januari klockan 19.00. Välkomna!

*Pia*

### UTBYS STIPENDIEFOND

Årets 5:e och sista i stipendielotteri gjordes vid luciafesten den 13/12 i klubbstugan och utföll enligt följande:

|        |                    |
|--------|--------------------|
| 1000:- | Nils Wolkenhaur    |
| 300:-  | Torgny Salfjord    |
| 200:-  | Bengt-Åke Sjöström |
| 150:-  | Susanne Friman     |

I början av nästa år kommer vi att skicka ut en sammanställning av 2008 års vinnare och ett inbetalningskort där var och en kan teckna önskat antal lotter till en kostnad av 100:- per lott. Det blir fem dragningar under året. Var vänlig och stöd orienteringssektionens verksamhet. Ett Gott Nytt År önskar Christer och Bengt-Åke.

*Christer och Bengt-Åke*

### SKINKLOPPET

Det traditionsenliga skinkloppet gick av stapeln i samband med Lucia. Styrelsen vill tacka banläggaren Rolf Forsman för härliga banor! Även ett stort tack till Siv Börnstedt och Anne Lundmark i köket! Nu ser vi fram emot nästa skinklopp som vinnaren Jan Martner kommer att arrangera i december 2009.

*Styrelsen*

## GOF's ELIT-NATTCUP

GOF's elitkommitté ordnar under vintern en natt-cup. Nattcupen löper över sex olika tillfällen (varav 3 st har varit). Vid varje tillfälle ska det finnas tre banor med spridningsmetoder. En poängsammanställning kommer göras för att kora en nattcupsvinnare. Mer info finns på GOF's hemsida.

| Datum | Arrangör     |
|-------|--------------|
| ===== |              |
| 15/1  | GMOK         |
| 29/1  | IFK Göteborg |
| 12/2  | SAIK         |
| 26/2  | OK Landehof  |

*Robert Jerkstrand*

## VI ARRANGERAR TÄVLING 4/4 2009

Tack vare alla goda funktionärsinsatser parat med ett strålande väder blev vår tävling förliden september mycket lyckad! Vi ser nu framemot vår tävling 2009 som går av stapeln lördagen 4 april med TC vid vår klubbstuga i Tuve. Då det vore synd att ändra ett vinnande arrangörsdrag vore jag som blivande tävlingsledare mycket tacksam om Ni som var funktionärer även för 2009 års tävling kunde ställa upp i samma funktion (undantagandes Maths C som biträder Thomas Attfors som banläggare och Agne Ö som lovat ställa upp som biträdande tävlingsledare). Jag är naturligtvis tacksam om alla kan ställa upp men speciellt viktigt för mig är att Du som haft funktionsansvar kan vara med i samma funktion. Det är även viktigt att Du som av olika skäl inte kunde vara med och hjälpa till vid höstens tävling kommer med i det kommande funktionärsgänget - hör av Dig till mig för att få arbetsuppgifter.

Då jag räknar med och hoppas att de flesta som var funktionärer i september kan ställa upp blir det enklast för alla om de som **inte** kan vara med hör av sig till mig.

*Jan Martner*

*Tel 031-523899*

[janmartner@hotmail.com](mailto:janmartner@hotmail.com)

## VAR RÄDD OM DIG !!

Nu när vi under den mörka årstiden i en del fall lämnar skog och mark och närmar oss trafikerade vägar är det mycket viktigt att vi syns för trafikanter. Så använd ALLTID REFLEX !!

*Robert Jerkstrand*

## VINTERCUP

Även 2009 kommer det att vara vintercup på lördagar. Vid varje tillfälle finns banor i varierande svårhetsgrad och längd, för både gammal och ung. Man anmäler sig på plats. Alla ritar sin egen karta. Tag med Sport-Ident-pinne! Håll utkik på hemsidan om tid och plats!

*Lotta Berggren*

## BANLÄGGNINGS-KM

Beskrivning av uppgift och karta finns i senaste numret av Skogssport. Om du inte har Skogssport eller vill ha en karta till så hör av dig till Robert [robert.jerkstrand@toleredutby.se](mailto:robert.jerkstrand@toleredutby.se) eller per telefon 031-553769). Ditt bidrag skall vara inlämnat till Robert Jerkstrand senast 28/2.

*Robert Jerkstrand*

## ORIENTERING INOMHUS!

Torsdagarna 15/1, 22/1 och 29/1 har vi hyrt Bjurslättsskolans Gymnastiksal. Vi skall där träna bollspel, hinderlöpning, balans, lätt styrketräning och orientering med Sport-Ident. De yngsta (till och med 11 år) börjar 18.30 och de äldre (Bengts grupp) börjar 19.30. (Fredrik J och Anton kan vara med i den senare gruppen om det underlättar för transporterna). Gymnastiken varar en timma för varje grupp. Självklart kan man sedan duscha.

Vi hoppas att gymnastiken blir en rolig inledning på 2009. På tisdagar kan man dessutom delta i den klubbgemensamma träningen.

*Bengt och Eive*

## TÄVLINGSPROGRAM UNDER TIDIGA VÅREN 2009

| Datum | Tävling                            | Tävlingstyp  | Inbjudan | Anmälan via Klubben Online | Anmälan senast |
|-------|------------------------------------|--------------|----------|----------------------------|----------------|
| 7/3   | <u>Hallandspremiären 2009</u>      | Långdistans  | <u>?</u> | Ja                         |                |
| 8/3   | <u>Hallandsstafetten</u>           | Stafett      | <u>?</u> | Ja                         |                |
| 14/3  | <u>Orustkaveln 2009</u>            | Stafett      | <u>?</u> | Ja                         |                |
| 15/3  | <u>Laxträffen</u>                  | Långdistans  | <u>X</u> | Ja                         | 12/3           |
| 22/3  | <u>Kvillebyns Klassiska</u>        | Långdistans  | <u>?</u> | Ja                         |                |
| 3/4   | <u>HJORTNATTA med Långa Natten</u> | Natt         | <u>?</u> | Ja                         |                |
| 4/4   | <u>Tolered's vårtävling</u>        | Medeldistans | <u>?</u> | Ja                         |                |

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.