

TbOK NYTT

MAJ 2006

TbOK-NYTT ges ut av Trosabygdens OK,
Besöksadress: Friluftsgården HäradsvalLEN
Telesvar 0156/107 17,
fax 0156/184 11
Trosabygdens OK, postgiro 71 44 43 - 9
tbok@telia.com
www.tbok.nu
Alias www.trosastadslopp.nu

Senast uppdaterad 06-05-02 13:00



Redaktör
Per-Erik Bång



Susanne
Lundberg
fyller 50 år
den 8 maj,
TbOK säger
grattis!

Trosa stadslopp kommer att
behöva många funktionärer så
hör med släkt och vänner.
Vi kan erbjuda stadslopps T-shirt,
Keps/Sol-keps, funktionärsförtä-
ring o. funktionärsfest på lördagen



BINGO LOTTO SITT INTE LOTTLÖS!
Stöd TbOK! Hjälp Olle Alm som gör ett jättejobb
åt föreningen! TbOK har supporter- Bingolotto-
och andelslotteri. Medlemmar köp lotter av Olle
istället för att köpa av andra försäljningsställen!
Välkommen! Olle Alm tfn 125 45

1997-2006
20 år 30/6



Inbjudan är på väg till förra årets
löpare och kommer, lite senare i
maj, att delas ut i hela Trosa
Kommun. *Skall du åka på en lö-
partävling? Vill du hjälpa till att
sprida inbjudan? Hämta i
klubbstugan eller hör av dig till
P-E Bång 137 05. Klubbmed-
lemmar kom ihåg att sprida
information om stadsloppet.*
ÖSP svarar för all redaktionell
information om loppet

HUVUDFUNKTIONÄRSMÖTE
Välkommen måndagen den **15**
maj kl. 19.00 i klubbstugan!

Lördagen 1 juli kommer att gå
i musikens tecken och vi kom-
mer att bevaka Fotbolls-VM via
vanliga tv samt storbilds TV.


29-30/4 10MILA I år
avgjordes 10-mila i Närkeskogarna strax
söder om Hallsberg. Prel. Resultat TbOK

Plac.	Herrar	Löptid	Lagtid	Km
300)	Per S	2:06:17	2:06:17	14,0
296)	Erik H	2:11:22	4:17:39	14,0
306)	Anders R	1:23:47	5:41:26	6,5
288)	Jocke L	2:13:31	7:54:57	17,7
293)	Per L	1:12:25	9:07:22	6,5
292)	Jan R	1:20:43	10:28:05	9,4
283)	Tomas B	1:23:22	11:51:27	9,4
279)	Sebastian	56:55	12:48:22	6,5
274)	Henrik N	1:31:34	14:19:56	12,5
262)	Patric O	1:48:45	16:08:41	16,0

Plac.	Ungdom	Löptid	Lagtid	Km
304)	Johanna	1:02:15	1:02:15	5,3
294)	Maja	33:48	1:36:03	3,7
254)	Linnea	44:40	2:20:43	5,3
231)	Olle	38:16	2:58:59	5,4

Plac.	Damer	Löptid	Lagtid	Km
298)	Eva K	56:01	56:01	7,2
185)	Lena	45:51	1:41:52	7,2
215)	Mona	50:47	2:32:39	5,4
200)	Åsa	59:04	3:31:43	6,7
200)	Kajsa	1:29:27	5:01:10	9,3

UNGDOMSSPALTEN

 **Tisdagar kl. 18.00 från klubbstugan** i Vagnhärad är det ledarledd ungdomsträning uppdelade i tre grupper. Efter träningen är det soppkväll efter träningen för **A L L A !**

Poängjakt Du åker direkt till startplatsen, start mellan kl. 18 –19. Vägbeskrivning till start/målplats se månadsbladet eller ring tfn 107 17.

Ungdomsklubbmatcher i maj
11/5 OK Måsen, 18/5 OK Hällen

OK Måsens Ungdomstävling Sön-
dag 28 maj, H/D10 - H/D20 och
även öppna klasser.

RIGMORS SPALT

Trosabygdens Orienteringsklubb, Trosa Stadslopp och Trosa Skogslopp – våra varumärken. När orienteringsklubben bildades för 30 år sedan var det inte många som talade om varumärken. Nu kan vi läsa om hur man bygger säljande varumärken och vad man ska tänka på för att få ett varumärke som berör. Det finns metervis med litteratur om hur man vårdar och laddar sitt varumärke. Till detta kommer idéerna om varumärkesutvidgning. Trosa är för alla ett positivt varumärke. Vilken tur att vi har med det i vårt klubbnamn. Kanske förstod man rent intuitivt när klubben startades att det kunde vara av värde att bygga på det positiva Ortsnamnet och inte ta med något om gip, sänka, alf eller mås!!!

Den tidlösa logotypen med stadsvapnet som grund förstärker klubbens anrika varumärke.

Alla vi medlemmar har sedan utan att vi tänker på det på olika sätt vårdat och laddat varumärket TbOK med positivt kvalitetsinnehåll som t ex tränings- och tävlingsverksamhet, träffar och fester, ungdomsläger och Vildmarkstrampar. Låt oss fortsätta med det.

Trosabygdens Orienteringsklubb är ett modernt varumärke i tiden med sina varumärkesutvidgningar Trosa Stadslopp och Trosa Skogslopp! / Ordf. Rigmor

Soppkvällar i maj



Efter tisdagens träning för ungdomar och vuxna. Ansvariga för **maj: Ti 2 Fam.**

Kindlundh, **Ti 16 Fam.** Evert/Fam
Hedström, **Ti 30 Fam.** Bohlin.
OBS! Tisdag 9/5 är det poängjakt!

OL-tävlingar maj

Anmälan via klubben online eller till Anders Runander tfn 120 50
Veteran-OL se månadsbladet

Må 1 OK Klemmingen Klemmingekorten
Sö 7 Södertälje IF Stälje orienteringen

To 11 4-klubbmatch Oxelösund

Lö 13 Närkedubbeln Hagaby Golf

Sö 14 Närkedubbeln Hagaby Golf

To 18 4-klubbmatch Stigomta

To 25 Alftafejden Alfta-Ösa OK medel

To 25 ELitserien sprint Stora Tuna OK

Fr 26 Alftafejden Alfta-Ösa OK lång

Lö 27 Elitserien Medel Ljusdals OK

Sö 28 Hälsingekavlen Ljusdals OK


Sö 28 OK Måsen Ungdomstävling

Löptävlingar i maj

Lö 13 Grabbhalvan 5 km Norrköping

Sö 14 Rösjöloppet Sollentuna

Lö 20 Kungsholmen Runt Sthlm

Lö 20 Göteborgsvarvet halvmaran 

Sö 21 Harpsundsloppet Mellösa IF

To 25 Oppebyloppet Oppeby Nyköping

Sö 28 Botkyrkamilen TT FF

Poängjakt i maj Du åker direkt till startplatsen, start mellan kl. 18 –19. Vägbeskrivning till start/målplats se månadsblad eller lyssna på telesvar 101 17.

Torsdag 4 Pjakt 4 Lång Skidbacken, Trosa, Anders Runander

Tisdag 9 Pjakt 5 Lång, Långmaran, Leif Pettersson *OBS! Tisdag*

Torsdag 1 juni Pjakt 6, Sprint + **Sprint-KM**, Fagerhult, Vagnhärad, Göran Eklund

Poängjakten 2006

Lena i topp med full pott efter 3 omg. 1) Lena N 75 p, 2) Lina W 71, 3) Åsa W 69, 4) Weine J 68, 5) Göran E 60, 5) Henrik Nilsson 60