

TbOK NYTT

JUNI/JULI 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
E-post: tbok@telia.com
Http://www.tbok.nu
Alias www.trosastadslopp.nu



Redaktör
Per-Erik Bång

Senast uppdaterad 06-06-07

Annica Hedman
fyller 50 år
den 23 juli -
TbOK säger
GRATTIS!



**GLAD
SOMMAR
på er alla!**



HJÄLP TILL ATT SPRIDA Affischer och
inbjudan, utanför Trosa Kommun. Finns i klubb-
stugan. **FUNKTIONÄRER** behövs till
"Provapå" stadsloppet må 19 juni
Frågor? Besvaras av P-E Bång
på pellebang@telia.com, 070-606 20 23 eller 137 05.

1997-2006
20 år 30/6

TROSA
OPA

Klubbmedlemmar kom ihåg att sprida information om stadsloppet! ÖSP kommer ut med "Nattöppet- PM" i sommarbilagan tisdagen innan midsommar. **Provapå att gratis springa 8,9 km eller stava-jogga 4 km. Samling måndagen den 19 juni kl. 18.45 på Trosa torg.** Enklare priser utlottas. KM-skyltar och vätska finns. Skall du stava ta med stavar!

STORMÖTE måndagen den 26 juni kl. 19.00 i klubbstugan, för **alla funktionärer!**

Som **Stadsloppsfunktionär** får du **funktionärsförtäring, ny funktionärs T-shirt och keps** samt att du bli inbjuden till **"Funktionärsfest!** Den numera traditionella funktionärsfesten äger rum, på lördagen den 1 juli ca kl. 15 nere vid nöjesområdet - Restaurang Tullhuset står för maten och utlottade priser.

POÄNGJAKTEN 2006

1	Göran Eklund	131
2	Lena Nord	125
3	Anders Runander	123
4	Lina Westlund	122
5	Åsa Westlund	117
6	Anna Kindlundh	109
7	Per Lindell	104
8	Leif Pettersson	102
9	Gunnar Kindlundh	100
	Sebastian Runander	100

FUNKTIONÄRER!

Efter stadsloppet är det dags för dig som TbOK:are och funktionär att tänka på TbOK:s OL-arrangemang **Trosa skogslopp 10/9** på Erikslundskatan. Tävlingsledare är Lasse Westlund Banläggare Jan Ring.

UNGDOMSSPALTEN



Camp TbOK Kråmö

Årets Camp-TbOK går av stapeln den 5-6 juni vid Vårdinge. Avslutas med Medeldistans-KM söndagen den 6 juni start kl. 10-11

Tisdagsträningarna med efterföljande soppkväll för alla startar igen den 15 augusti. - Familjen Lindell

Poängjakten på torsdagar startar igen den 10 augusti, Hungavägen väster, ansvarig banläggare är Björn Guterstam. **4-klubbmatcher i år 5/9 Nyköpings OK, 23/9 TbOK**

RIGMORS SPALT

Janne, Mona, Tomas och jag hängde vid repet för att heja på Jocke Lyth när han på morgonkvisten sprang in till växel på årets 10-mila. Kanske tjänade laget någon sekund på det. Vissa av OL-sportens arrangemang är verkligen "mäktiga" tillställningar - en märklig blandning av avancerat friluftsliv och elitidrott. Det var en fin morgon Någon vecka senare var jag på sammanträde i SKL s beredning för integration i arbetslivet och småpratade lite med Sören Larsson i en paus. Sören är kommunstyrelsens ordförande i Hallsberg. Var du ute på 10-mila?

" Javisst jag var där. Det var nästan att jag inte kände igen mig med alla fallor, tält och allt på tävlingscentrum. Mycket folk! Jag var där igår kväll igen. Det syntes knappt ett spår. Rent. Jag som är gammal hockeykille. Det brukar vara mycket skräp på läktarna efter en match. Och jag bor precis bredvid skolan där dom bodde. Bussarna gick visst hela natten. Men jag hörde inget. Dom var tysta orienterarna. Jag är lite förvånad. Det var intressant att se och uppleva 10-mila jag har ju som sagt mest hållit på med hockey."

För oss orienterare är det självklart att ta hänsyn till natur, djur och människor. Plocka upp skräpet och smyga tyst om natten. Det kommer vi fortsätta med - inte bara i Hallsberg. /Rigmor

OL-tävlingar

▲ Anmälan via klubben online eller till Anders Runander tfn 120 50

Juli

Lö 17 Jukola-kavlen
Sö 18 Jukola-kavlen
Sö 25 Idrefjällens Fjäll-OL
Ti 27 - To 29 Idrefjällens 3 -dagers

Juli

Må 3 Gotlandskavlen Gotlands Bro OK
On 5 - To 7 Gotlands 3 dagars Visborgs OK
Fr 7 - Sö 9 Eskilstuna Weekend IK Standard
Lö 9 - sö 10 Veteran RM Kilsbergen
Sö 16 - Fr 21 O-ringen **5-dagars Hälsingland**

To 27 - Lö 29 OK Hällen 3-dagers

Sommar-OL

Juni

Ti 13 Medeldistans TbOK Skärlags-skolan Start 18-19 Anders Runander
On 21 Långdistans TbOK Vårdinge **(OBS! onsdag)** Start 18-19 Åsa Westlund
Ti 27 Långdistans Skeppsta Laxne OK Klemmingen

Juli

Ti 4 Långdistans TbOK Långmaren start 18-19 Hasse Lindgren
Ti 11 Lång Borg Gnesta (600 m söder Ö rondellen) Start kl. 18-18.30
OK Klemmingen

Löptävlingar i juni

Ti 6 Nationaldagsloppet Stockholm
On 7 Blodomloppet Stockholm
Sö 11 Paradisloppet Ingarö
Ti 13 Ramunderloppet Söderköping
Fr 16 Violloppet Flen
Må 19 Trosa stadsloppsbanan **Prova-på-lopp** 8,9 km/stava-jogga 4 km
Fr 30 Trosa stadslopp

Löptävlingar i juli

Lö 1 Semesterloppet Mariefred
Lö 8 Musköloppet
Lö 15 Victorialloppet Öland