

TbOK NYTT

AUGUSTI 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



Höstupptakt på Kråmö lördag 12/8,

Senast uppdaterad 06-08-08

1997-2006
20 år 30/6



Tack alla (ingen glömd) som hjälpte till med stadsloppet!

Vi får inte glömma bort att trots fadäsen med Flickor/Pojkar 12 och några på 4 km jogging blev årets stadslopp lyckat. Fler startande än förra året. Lite mindre folk runt banan, kanske pga Fotbolls-VM.

20-årsjubileumet som följdes upp på lördagen med Musik vid torget, Företagskamp och Funktionärsfest (60 personer) var trevliga inslag.

Det ekonomiska har vi inte kontroll på ännu men Knutte Nord har ju jobbat hårt för att få sponsring på mycket av det som stadsloppet tidigare fått betalat.

Huvudfunktionärer!
Vi möts förhoppningsvis redan i augusti för att utvärdera stadsloppet 2006. *Meddelas via mejl!*



UNGDOMSSPALTEN

Tisdagsträningarna med efterföljande soppkväll för alla startar igen den 15 augusti. Ansvarig för soppa - 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

Från OL till OS, hälsning från en TbOK-olympier!!

"Hälsa alla jag känner" sa Åsa när Claes och jag efter dagens alpina vandring på hög höjd hälsat på i familjens B&B "Haus Emma" i Bad Gastein en kväll i mitten av juli. Åsa, systemn Maria och föräldrarna Bo och Elinor Windahl var aktiva i TbOK under 80-talet. Intervallträningen från orienteringsklubben fick Åsa nytta av när hon som äldre tonåring och vuxen gick över till alpin skidåkning. I vinter OS 2002 i Salt Lake City kom Åsa tia i snowboard och hon har en bronsmedalj från VM i Berchtesgarden 1999 i parallellslalom. Åsa bor sedan ett antal år tillbaka i Bad Gastein tillsammans med Robert. I början av juni utökades familjen med tvillingflickor. Förutom B&B driver Åsa också restaurang och café Chill Out. Vill du komma i kontakt med Åsa är adressen Åsa Lindebener, K-H Waggerlstr. 34, Bad Gastein och telefonnumret 0043643430209. /Rigmor

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.

OL-tävlingar augusti

Anmälan via klubben online eller till Anette Österholm tfn 174 24

Sö 12 OK Tjärnen Lång
On 16 Melkers Minne IFK Södertälje
Sö 20 Klemmingekampen OKK
Fr 25 DM Natt OK Nalle
Sö 27 DM Lång IK Standard

Löptävlingar i aug.

Fr 18 Oxelölloppet SLK Oxelösund
Lö 19 Midnattsloppet Sthlm
Lö 26 Brolöpet Södertälje
Sö 27 Tjejmilen Sthlm



Höstupptakt på Kråmö lördag 12/8,

avfärd 10:00 från Trosa hamn vid hamnbodarna, tillbaka ca 17:00, anmälan till Tomas Bäck 070-267 57 90 *senast onsdag 9/8 22:00. Har du egen båt och vill hjälpa till med transporter ring Tomas!*

**GOD FORTSÄTTNING
PÅ SOMMAREN!**

Poängjakt i augusti

Du åker direkt till startplatsen, start mellan kl. 18 -19. Vägbeskrivning till start/målplats se månadsblad eller **lyssna på telesvar 101 17.**

Torsdag 10 Pjakt 7, Lång, Hungavägen väster Björn Guterstam

Torsdag 17 Pjakt 8, Lång, Erikslundskartan Britta Eklund

Torsdag 24 Pjakt 9, Lång, Stora Hunga Gitte Jutvik

Torsdag 31 Pjakt 10, Medel, Bråtakartan Leif Karlsson