

TbOK NYTT

September 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 06-08-31

Bada på Safiren!

Lördagar kl. 15 -16. Insläpp från kl. 14.45 -
Jourfamiljer i sept: Lö 2
Olle Alm, Iö 9 Åsa Berneryd,
Iö 16 Tero jamalainen Iö 23
TVCK Göran Larsson, Iö 30
Folke Hermansson

25-manna 7/10

går i Visättra - Huddinge. Vi anmäler ett lag. Mail kommer. Om intresse och framför allt om man inte kan vara med meddelas Tävlings- och träningskommittén (Mona, Jan eller Anders).

Deltagarrekord på TERRÄNG KM - 50 STARTANDE! Några nya segrare. Alla fick pris även funktionärerna! TACK ALLA! Bilder på tbok.nu

TROSA STADSLOPP

Huvudfunktionärsmöte med styrelsen i klubbstugan måndag 18/9 kl. 18:00. Vi diskuterar årets jubileum och utvärderar själva tävlingsarrangemanget samt försöker blicka framåt och diskutera stadsloppets inriktning.

Trosa skogslopp 10/9

Skogsloppet går på Erikslundskartan, norr om Norrhagen (söder om skjutbanan). TC bygge Iö 9/9 samling kl. 9:00. Tävlingsledare är Lasse Westlund. Banläggare Jan Ring.

Pjakt 11=NATT-KM

Torsdag 14 Pjakt 11 Natt-KM
Samling klubbstugan kl. 20:00
Ansvarig banläggare är Weine Johansson tfn 109 70

RIGMORS SPALT R e n i d r o t t

Vem kan man lita på? undrade sportkrönikören S Sylvéns 85-åriga grannfru när hon stack upp huvudet från hallonbuskarna. Frågan syftade naturligtvis på sommarens idrottskandaler med rubriker om doping och droger. Vi är nog många som den senaste tiden ställt samma fråga, som grannfrun. Det känns också som frågan kommer allt närmare vår idrott - orientering- när utövare i närliggande idrotter som skidor och friidrott avslöjas. Både aktiva idrottsutövare och passiva sportintresserade blir bestörta och besvikna. Vi vuxna som vill fortsätta att på olika nivåer vara engagerade i orienteringssporten har ett stort ansvar för att orientering ska vara en ren idrott.

TbOKs åtta officiella ungdomsledare och alla andra som har kontakt med alla våra barn och ungdomar i klubben gör ett fantastiskt bra ledarjobb. På dom litar jag. /Rigmor

UNGDOMSSPALTEN

Tisdagsträningarna med soppkväll pågår till 26/9. Därefter dröjer det två veckor innan träningen börjar vid Vitalisskolan.

4-klubbsmatcher i september 5/9
Nyköpings OK, final 23/9 TbOK vid skärslagsskolan

TbOK-ungdomarna har tagit för sig i sommar!

Det blev etappsegrar i O-ringens 5-dagars, för Oscar Fredhage i Öppen 4 på Etapp 4, samt för Viktor Ljungberg på sista etappen i Öppen 6 Anna Kindlund vann D10 på Englands 5-dagars (och pappa Gunnar kom tvåa i H40K) i somras. Anna fortsätter att vinna senast Lång-DM!

Linnea Nord och Maja Lindell var med och representerade Södermanland i distriktsmatchen mot angränsande distrikt. Linnea är uttagen till USM i Ronneby den 9-10/9!

Många TbOK lag var med på ungdomsstafetten Melkers minne.

Många nya ungdomar är med på tisdags träningen.

Ungdomsledarna skall ha en S T O R e l o g e o c k s å!

Ett STORT tack till Tomas Bäck för det fina arrangemanget på KRÄMÖ!

Bara positiva vibbar alltså -kanske är det ett nytt 80-tal på gång för ungdomssektionen!



TERRÄNG KM 29/9

Terräng Herrar 5365 m: 1) Peter Ljung 22.32, 2) Joakim Gimholt 22.57, 3) Gunnar Kindlundh 23.10, 4) Olle Florell 23.15, 5) Per Lindell 24.15, 6) Oscar Fredhage 26.44, 7) Rasmus Bäck, 27.20, 8) Sebastian Runander 27.56, 9) Tomas Bäck 29.22, 10) Leif Pettersson 30.08, 11) Anders Runander 32.34, 12) Hans Lindgren 33.20, 13) Kurt Nilsson 35.32, 14) Göran Florell 36.30, 15) Viktor Ljungberg 44.45, Erik Persson DNF

Soppkvällar i sept



Efter tisdagens träning för ungdomar och vuxna. Ansvariga för september:

Ti 12 Fam. Bäck, Ti 19 Fam. Johansson, Ti 26 Fam. Westlund

OL-tävlingar sept

Anmälan via klubben online eller till Anette Österholm tfn 174 24

Lö 2 OK Grip DM medeldistans
Sö 3 Katrineholms OK DM stafett
Ti 5 4-klubbsmatch Nyköpings OK
Sö 10 Trosa Skogslopp
To 14 TbOK Natt-KM klubbstugan
Sö 17 Åkersorienteringen Åkers IF
Lö 23 4-klubbsmatch TbOK arr
Fr 29 Patrullnatten OKK

Löptävlingar i sept

Lö 2 S:t Erikssloppet halvmara Sthlm
Sö 3 Järnaloppet
Lö 23 Lidingsöloppet
Sö 24 Lidingsöloppet Tjejlopp + Lilla
Lö 30 Stockholmsloppet



Terräng Damer 5365 m

1) Sara Lidbaum 26.57, 2) Jenni Stafström 28.27, 3) Åsa Westlund 28.38, 4) Linnea Nord 29.10, 5) Maja Lindell 31.27, 5) Johanna Ljungberg 31.27, 7) Anette Ljungberg 31.55, 8) Britta Eklund 33.33, 9) Eva Lindell 34.31, 10) Carina Rönby 35.29, Gitte Jutvik DNF.

Flickor 1200 m: 1) Lina Westlund 4.55, 2) Klara Lindell 5.24, 3) Anna Kindlundh 5.29, 4) Agnes Westlund 5.30, 5) Sara Österholm 5.50, 6) Moa Florell 6.57, 7) Linn Levenstam 7.45, 8) Linnea Torpfölt 7.46, 9) Sara Gimholt 14.15, 10) Sofia Rönby 15.24, 10) Sofia Gimholt 15.24

Pojkar 1200 m: 1) Julius Ising 4.32, 2) Linus Johansson 4.40, 3) Jesper Ljung 5.28, 4) Martin Rönby 6.04, 5) Tobias Ljung 7.10, 6) Hamilton Stafström 7.12, 7) Ivar Pettersson 7.17, 8) Nils Lindell 8.35, 9) Nils Westlund 8.37, 10) Malte Lindell 8.38, 11) Oskar Johansson 10.25, 12) Buster Stafström 13.26