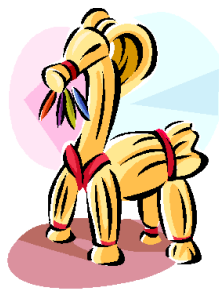




# RÄVETOFTA BLADET

Aktuellt från Rävetofta OK 6/2010

- ★ Hitta tomten i Teglaröd Annandag Jul
- ★ Knutsfest med prisutdelning
- ★ Vinterträning
- ★ Klubbmästare på Järavallen
- ★ Recept på det godaste julgodiset



## Rävetofta Orienteringsklubb

**Adress:** c/o Klas Tykesson  
Göjegatan 72

31 84

268 33 Svalöv

**Hemsida:** <http://www.ravetofta.org>

**Plusgiro:** 53 51 25 – 9

**Ordförande** Sten Segerslätt, 0418-43 13 00

**Sekreterare** Maria Lenning, 0418-66 53 19

**Kassör** Christina Segerslätt, 0418-43 13 00

Nycklar till klubblokalen finns hos:

Klas Tykesson, 0418-66

Lena Olsson, 0418-66 53 25

Maj-Britt Byström, 0418-807 04

Sten Segerslätt, 0418-43 13 00

Eva-Lotta Bengtsson, 046-15 76 62

### Tävlingsanmälan

Eva Tykesson, 0418-820 96

### Jubilarer

I detta ROK-bladet vill vi gratulera

Bo Bendberg 50 år 22 december

Henrik On 40 år 13 januari

Per-Henrik Bondesson 50 år 19 januari

Hejhej!

Snön ligger vit på taken, endast Tomten är vakent. Eller?

Nja, kanske inte riktigt. Orienterarna är också vakna, de ger sig ut i skogen för att åka skidor eller springa med karta och kompass på OK Silvas AdventOrient. Tre Adventssöndagar har passerat och ROKarna har haft tur i lottning och vunnit både julskinkor och julkorvar. Till exempel Marie Svensson "hittade en gris" i Lödde Sandskog och "den var död som tur var". Kommer säkert att smaka bra på julbordet! Några ROKare ligger bra till för att ta hem totalsegern och få åka hem med fina priser sista söndagen. Jannie har två segrar och en andraplats, segern i D17 är nästan given. Eva har greppet i D40, Maj-Britt får sikta in sig på andraplatsen i D55. Klas kan med seger sista etappen ta hem H70. Sten och Ulf kämpar om tredje platsen i H40. Adam har slagläge för seger i H13. Karin Linderfalk toppar D13. Det blir en spännande sista etapp i Hofterup.

Ses i skogen!

### Rävetoftabladet

Redaktör: Eva-Lotta Bengtsson 046-15 76 62

Bidrag till: rok\_lotta@hotmail.com

Nr	Utkommer
1-11	slutet januari
2-11	mars
3-11	maj

### Städlista Teglaröd

vecka		
51-52	Jaktlaget	Damomklädn o dusch
1-2	- " -	Herromklädningen
3-4	Dan Nilsson	Stora rummet, främre delen
5-6	Klas Tykesson	Stora rummet, bortre delen
7-8	Gösta Svensson	Köket
9-10	Fam Lenning	Samlingsrummet uppe

Städningen utförs mellan tisdag och söndag med storstädning i speciellt tilldelat område. För spörsmål; kontakta vår stugvärd Ingmar Tykesson 0418-820 96.

## Midvinterblot

Vad som skall komma ur detta vinterlandskap står skrivit i stjärnorna. Inte har väl någon sett betupptagning med en snöslunga framför sig? Inget är som förr. Framtiden är föränderlig och den får man anpassa sig till för framtida segrar. Många i Rävetofta OK har valt SOL, tävlingsklubben som det gemensamma verktyget vid intensivt tävlande för gemensamma och enskilda framgångar. Man måste våga prova. Efter tre år med tävlingsklubben Skåneslättns OL ser vi också resultaten. Jag själv får känna mig besegrad av min 12 årige son som nu definitivt springer ifrån mig, vilket han senast bevisade på nattsprinten på gemensam bana.

Den som definitivt är klubbens mästare är Hugo Mattsson som nyss fyllda 18 vann både individuellt och i stafettlaget på Baltic Cup i Litauen. Återigen grattis till ett helt lysande år! Många har tagit ytterligare kliv framåt och är i topp i Skåne. ROK måste därför under 2011 fokusera på nyrekrytering med aktiviteter lokalt i byarna. Detta blir ett mycket viktigt arbete nästa år.

Den blöta lördagen hoppas jag var tillfällig, då jag med en nykonstruerad spårsläde hade dragit upp nya superspår i Teglaröd. Tyvärr gick det igenom på en del ställen, men där räknar jag med att Ni som vill åka också hjälper till att bättra på skidspåret.

Rävetofta OK får många tävlingar att jobba med nästa år. Vintercupen den 16 januari och Lilla 5-dagars i juni. Gemensamt med OK Silva har vi arrangemang skärtorsdagsnatt och påskafton. Det är lika bra att redan nu boka de här dagarna, och allra helst ringa personalansvarig Maria Lenning 0702 300 856 och visa att du vill hjälpa till. Till hösten skall vi arrangera U-natta och Älgot cup den 22 och 23 oktober med Svalöv som centralort. Då kommer flera hundra ungdomar och vi skall göra det till en riktig orienteringsfest!

När vi nu närmar oss julefriden vill jag önska mig ett par varma vantar med elektrisk uppvärmning. Jag kan ju inte sluta orientera bara för jag fryser om fingrarna. Min nästa önskejulkapp är ett ännu större gäng till våra stafetter, där vi nu skall planera för en resa bl.a till 25-manna nästa höst med SOLarna.

Till sist vill jag rekommendera Dig att köpa en helårsprenumeration Bingolotter att ge bort till någon i familjen eller mor och far. Det är till stor hjälp i klubben och ger en spänning hela året! Ring Klas eller Ingrid på 663184 för att köpa lotter.

Med en önskan om en riktigt GOD JUL och ett GOTT NYTT ORIENTERINGSÅR!

Sten Segerslätt

### **Ny försäljare av OL-sportartiklar**

Pukes Sport har tagit över Tollarps Sport och Fritids rörelse. Presentkort på Tollarps Sport & Fritid gäller hos Pukes till 30 juni 2011. På hemsidan [www.pukessport.se](http://www.pukessport.se) kan man handla online i deras web-butik, samt se vilka tävlingar som man kommer att ha försäljning på. Det är bla flera tävlingar i Skåne till våren 2011. Efter vintern kommer man också att bygga och öppna en butik hemma i Glemminge-Tågarp, mellan Ystad och Simrishamn.

## Tomte-OL Annandag Jul

ROK-bladet har nåtts av nyheterna att även julen 2010 har Tomten gömt sin eld någonstans i traktens skogar. Den som når dit med hjälp av kluriga ledtrådar och förmodligen någon slags karta kommer att bli rikligt belönad.



Invecklad spårning med hjälp av mystiska anvisningar, starka ben och pigga skallar äger rum annandag jul den 26 december. Vi startar gemensamt från Teglaröd kl 10.00.

Utrustning: tankeskärpa med krokar och kompass.

Synsk tankeverksamhet är en tillgång.

Tomtekarta utdelas.

Glögg och pepparkakor finns, och kanske lite dans kring granen.

Välkomna!



## Årsmöte i ROK

Årsmöte i ROK blir den 6 februari kl 17.00 i Teglaröd. Alla medlemmar hälsas välkomna att höra hur verksamhetsåret 2010 har blivit, och vad som planeras för 2011.

Dagordning och övriga årsmöteshandlingar kommer senast 14 dagar innan mötet, med ROK-bladet och på klubbens hemsida.

De frågor som medlemmarna önskar att mötet ska behandla (motioner), kan anmälas redan nu till styrelsen, dock senast 2 veckor före mötet. De lämnas skriftligen till någon i styrelsen.

Välkomna! /Styrelsen

Sektionerna uppmanas att lämna sina verksamhetsberättelser för 2010 till Maria Lenning gärna innan årsskiftet, men senast 10 januari.

## Information från valberedningen

För att valberedningens arbete ska kunna fungera väl vill vi att alla som avser att avsäga sig något eller några uppdrag gör det till valberedningen innan julhelgerna, eller så snart därefter som möjligt. Det går att skriftligen meddela Olof Barr, Maj-Britt Byström, Lisa Olsson eller Eva Tykesson om detta.

Redan i dagsläget vet vi att vi har behov av två styrelsemedlemmar samt en drivande person i tävlingssektionen. Föreningen ska också ha en huvudansvarig för mediakontakter. Om du känner dig manad till något av detta är det bara att kontakta valberedningen. Vi söker alla som vill engagera sig i föreningen och föra ROKs verksamhet framåt. Du kan också föreslå någon medlem till styrelsearbete eller sektionsarbete, så tar vi i valberedningen kontakt med personen ifråga.

Valberedningen, (genom Olof Barr)

## Träningssektionen rekommenderar Vinterträning

### Söndagsträning Teglaröd

På söndagarna i januari och februari träffas vi på Teglaröd kl 10.00 för att träna. Vi springer i skogen med karta i handen. Är snön kvar går det också fint att köra skidor. OBS: Söndagen den 16 januari arrangerar ROK Vintercupen från Odengården. Då är ni istället välkomna dit. Några ROKare behövs då som funktionärer, resten kan springa.

### Familjegymna

Gympan fortsätter i Kågeröd. Preliminärt kör vi alla tisdagar, även i jul-nyårsveckorna. Men kolla för säkerhets skull hemsidan där vi skriver ifall det är någon tisdag vi har julleddigt.

Vi som vill jogga igång innan gympan samlas kl 18.00 för en runda ut i mörkret med pannlyse och kl.19.00 drar gympan igång. Vi gympar eller spelar innebandy en timme, efter duschen är det fika och samkväm.

Gympaledare under våren kommer att vara Niklas, Eva Tykesson och Friskis&Svettis. Vi tackar Jannie för höstens svett och träningsvärk och önskar henne lycka till i London!

### Vintercupen

Den som vill springa långt och/eller i högt tempo tillsammans med likasinnade, rekommenderas att delta i Vintercupen. Det är en träningstävling som arrangeras av klubbarna i Sydvästra Kretsen. Gemensam start kl 10.00, då man ger sig ut på sin första slinga. Högt tempo garanteras för snabblopare. Det finns 4 olika banor med beräknad segrartid om ca 20 min. Var och en avgör själv hur många banor man vill springa. För de som vill springa extra långt finns även en extra bana utom tävlan. Efter 90 minuter dras kartorna in och man får inte ge sig ut på fler slingor då.

Inbjudan, resultat mm på hemsidan [www.gnol.se/vintercupen](http://www.gnol.se/vintercupen) Se resp arrangörs hemsida för samlingsplats. I SkåneHöst 2010 är fel datum och arrangörer, detta gäller:

9 jan Lunds OK Dalbybadet  
16 jan ROK Odengården  
23 jan OK Silva Järavallen  
30 jan Eslövs FK

### SULAN

Senioreernas träningsflitpris.

Bara ett fåtal tillfällen att samla fler poäng återstår. Ledningen ser stabil ut, de 3 första verkar ohotade. Tina Hagård hälsas välkommen upp på listan. Slutresultatet kommer på Knutsfesten.

Det har visat sig att det gäller att träna flitigt redan i januari om man skall ligga på tio i topp då året är slut. Träningen nästa år börjar redan första söndagen i januari i Teglaröd eller om ni springer Vintercupen.

1	Klas Tykesson	48
2	Elsie Bengtsson	45
3	Lennart Bengtsson	44
4	Ingrid Ahlbäck	40
5	Maj-Britt Byström	38
6	Ulf Linderfalk	35
	Christina Segerslätt	35
	Göran Mattsson	35
9	Tina Hagård	34
	Sten Segerslätt	34

### Träna med SOL

Genom tävlingsklubben SOL är vi också välkomna att vara med på OK Silvas och Ringsjö OKs träningar.

Dessa är på torsdagar. Kolla Silvas och Ringsjöes hemsidor för träningsprogram.

## **Vinterläger för Skåneungdomar**

Skånes OF:s vinterläger 22-23 januari vänder sig till er som är 13-16 år och klarar gul bana. Lägre börjar kl 10.00 och hålls på Furuboda kursgård mellan Yngsjö och Olseröd. På programmet står olika former av orienteringsövningar och information från Skånes ungdomskommitté om tävlingsåret 2011. Du får träffa din uppföljare som berättar lite om uttagningar. Gruppaktiviteter på kvällen. Badmöjligheter.

Utrustning: Orienteringsutrustning – för två - tre träningspass (Glöm ej SI-pinne!) och andra kläder efter väder. Varma kläder.

Anmälan: Anmäl dig till din ungdomsledare senast 10 januari. Ange namn, klubb, födelseår, SI-nummer samt eventuella uppgifter om specialkost, allergier eller annat vi bör veta

## **Vinterläger för juniorer och seniorer i Region Syd**

Skånes OF:s vinterläger för juniorer och seniorer 14-16 januari samarrangeras med Region Syd, dvs Halland, Blekinge och Småland. Logi är på Kumlakolonin i Åsa. Samling kl 17.00 på fredagen, avslutning kl 14.00 på söndagen.

Skånes OF kör med en stor buss upp, så möjlighet finns att åka med den upp till Halland och även till/från träningarna, annars gäller transport i egna bilar.

Alla träningspass är lagda med tanke på elitlöpare. Det finns en H21 och en D21-bana vid varje tillfälle, med möjlighet att korta av. Man ska ange önskad banlängd i samband med anmälan. Anmälan senast torsdag 6 januari till Bo Månsson OK Löftan via e-post till [bo.mansson@okloftan.se](mailto:bo.mansson@okloftan.se) eller om du skall åka med Skånes buss upp via formulär på SKOFs junior/elit-sidan <http://je.skanesoffoton.se>

## **CSAB Night Cup**

Efter nyår är det 3 ordinarie deltävlingar till i CSAB Night Cup. Det är den 18 januari OK Silva, 1 februari IS Kullen och 15 februari med FK Boken som arrangör. Dessutom kommer Örskälljungas inställda deltävling (för mkt snö 7 dec) förmodligen att arrangeras den 1 mars. Inbjudan och resultat på Bokens hemsida [www.fkboken.se](http://www.fkboken.se) För PM/samlingsplats för resp deltävling kollar du på arrangörernas sida.

## **Jullovs läger för SOL-juniorer och seniorer**

Alla juniorer och seniorer samlas kl 10.00 den 28 december vid Höörs Scoutkårs stuga, där vi övernattar (där finns madrasser att ligga på). Lägre slutar ca 16.00 dagen efter. Även föräldrar kan delta och hjälpa till (bl.a med matlagning). Vägvisning med skärm från riksväg 13 mellan Höör och Hörby till scoutgården.

Utrustning: Kläder för löpträning utomhus, kläder för inomhusaktivitet, innebandyklubba badkläder, sängkläder eller sovsäck. Ta även med er ett bra träningshumör och era tankar och mål hur säsongen för 2011 ska kunna bli så bra som möjligt.

Kostnad: du betalar självkostnadspris för maten. Anmälan senast 23/12 till [bengt.ake.berndtsson@hoor.se](mailto:bengt.ake.berndtsson@hoor.se), 0413-22297

## **Bad och träning för SOL-ungdomar**

Den 15 januari träffas alla SOL-ungdomar vid Orupssjukhuset för träning och bad i den tempererade bassängen. Samling kl 12.45 på parkeringen utanför badet. Om vädret är hyfsat blir det någon form av orienteringsträning. Även föräldrar/ledare kan delta i OL-träningen. Är det busväder blir det istället aktiviteter i idrottshallen. Kl 14-15 badar vi i den varma, sköna bassängen. Anmälan senast 8/1 till [i.ekelov@gmail.com](mailto:i.ekelov@gmail.com)

## Knutsfest

Vi träffas för Knutsfest söndagen den 9 januari 2011 kl. 14.30 i Billeberga församlingshem.



Vi dansar, leker, delar ut priser för klubbmästerskap, flitpris, vandringpriser mm och byter julklappar.

Vi tar med oss vars en klapp till ett värde av c:a 20 kr. Klappen skall på något sätt anknyta till bokstaven H (eller en Hälsingland?).



Extra finurliga förklaringar kan komma att premieras.

Medlemssektionen önskar alla medlemmar en GOD JUL och ett GOTT NYTT År



### Prisutdelningar – Du kan nominera pristagare

På Knutsfesten 9 januari ska vi dela ut priser för 2010. Det är tex medaljer för klubbmästerskap i skidor och orientering, flitpris för Sommarserien, tävlingsmärken, och en del vandringpriser till ungdomar. Hoppas att ni som brukar hjälpa till att räkna på diverse priser vill ställa upp i år också.

Till två priser kan alla medlemmar vara med och nominera:

- För utdelning ut Tures Minnesfond kan du nominera kandidater till styrelsen. Utdelningen är ett uppmuntringspris till ungdom. Det kan tilldelas någon som kanske inte alltid lyckas 100 % i resultatlistan på tävlingar men som ändå inte ger upp, eller någon som är ”rising star” och tagit stora kliv framåt under året.
- För ROK-bladets bragdmedalj kan du nominera kandidater till medlemssektionen. Bragdmedaljen tillfaller person som under året gjort något speciellt, en bragd. Bragden kan vara en tävlingsprestation, men behöver alls inte vara det. Låt fantasin flöda!

### Utveckla framtidens kompass – vinn en pannlampa

Svenska Orienteringsförbundets samarbetspartner Silva arbetar med att utveckla racerkompassen. I en enkät kan du ge din syn på framtidens kompass och samtidigt vinna en pannlampa.

Mitt i utvecklingsarbetet bjuder Silva med en enkät in användarna att tycka till om framtidens kompass. För de som deltar i enkäten finns chansen att vinna en pannlampa från Silva.

Undersökningen går ut på att Silva samlar information kring kompassanvändande i tränings- och tävlingssammanhang. Informationen kommer användas för att Silva ska lära sig mer om målgruppen för racerkompasser och hur de värderar olika funktioner och egenskaper. Allt för att Silva ska kunna bygga sitt sortiment vidare och bättre möta användarnas behov.

Länk till enkäten finns från Silvas hemsida [www.silva.se](http://www.silva.se)

## Information från höstmötet

Höstmötet 14 november började med en god måltid och social samvaro. Därefter informerade styrelsen och sektionerna om sin verksamhet samt vi gjorde en uppföljning på ROKs vision-mission 2008-2010. Planerna för de flesta sektionerna (träning, tävling, etc) läser du i varje nummer av ROK-bladet. Men här kommer också en status från Supportsektionen mm.

### Supportsektionen

Teglaröd har fått nytt kylskåp. Inför vintern ser sektionen över klubbens snöskotrar. ROK säljer ca 55 Bingolotter per vecka, förtjänsten för klubben är 15-18 kr per lott. Bingolottos julkalendrar kostar 50 kr (samma som lotterna), och hela 25 kr går till klubben. Bingolotter är en mycket fin julklapp. Köp till nära och kära eller skaffa en egen årsprenumeration!

### Valberedningen

Vill gärna att du som vill engagera dig i ROK, göra ett jobb för föreningen och driva ROKs verksamhet framåt - eller om du tror/vet att någon annan är intresserad - tar kontakt med dem. Valberedningen består av Olof Barr, Eva Tykesson, Maj-Britt Byström och Lisa Olsson.

### ROKs vision, mission och målsättningar

Mötet gjorde en genomgång av de visioner som ROK satte upp för 3 år sedan, för att få inblick i hur det gått – har vi nått målsättningarna för resp fokusområde under 3-årsperioden? Baserat på mötets diskussioner ska styrelsen prata vidare kring visionerna, samt fram till årsmötet som är den 6e februari ha formulerat förslag på visioner för tiden fram tom 2014.

## Rankinglistan och Sverigelistan slås samman

Till vårsäsongen 2011 är ambitionen att slå samman Rankinglistan och Sverigelistan. Den nya listan får troligen namnet Sverigelistan, där listorna för de rankade i klasserna D/H18, D/H20 samt D/H21 kommer att ligga till grund för gallring.

I samband med sammanslagningen byts plattformen ut och Sverigelistan kommer att hämta allt underlag om tävlingar, löpare och resultat från Eventor. Dessutom kommer flera delar att automatiseras, bland annat proceduren för subjektiv ranking, betalning av rankingavgift samt redovisningen av utlandsresultat. En annan fördel med kopplingen mot Eventor är möjligheten till snabbare uppdateringar och mer korrekta poänger. Förhoppningsvis ska detta medföra en ännu mer intressant lista och kanske även en del intressanta nyheter senare under året.

När det gäller orankade löpare i junior- och seniorklasserna kommer dessa att finnas med i listan, men bara synas då man är inloggad med klubbens användarnamn och lösenord, precis på samma sätt som varit fallet hittills i Sverigelistan.

Är du 17 år och vill bli rankad nästa år kommer du strax före säsongstart att ha möjlighet att anmäla detta i den nya tjänsten, samt även betala. Mer information kommer! Troligen kommer det att gå till så att du uppger önskemål om vilken subjektiv ranking du vill ha och att sedan rankingansvarig i distriktet bedömer om detta är rimligt eller om du ska ha en annan poäng.

Har du några frågor om den nya listan, hör av dig till Niklas Wrane, [niklas.wrane@orientering.se](mailto:niklas.wrane@orientering.se)



## **ROK kommer att arrangera många tävlingar nästa år**

De två största är att tillsammans med OK Silva under våren arrangera Påsktävlingar (Skärtorsdagsnatt och Påskafton) och under hösten stå som värdar för U-natta i oktober.

U-natta är den stora ungdomshelgen i Skåne. Det innebär på lördagen final i Älgots cup (ungdomscupen), övernattnig med lekar, prisutdelning i Skånes ungdomsserie och andra aktiviteter, samt söndagen Ungdomens 7-mannastafett. Det här året i Broby var det mellan 250 och 300 ungdomar plus ledare som deltog i U-natta, så det är en riktig fest.

Till påsktävlingarna är Maria Lenning personalansvarig. Hon uppskattar ifall DU hör av dig till henne och berättar vad du vill hjälpa till med före, under och efter tävlingsdagarna. Maria tel 0418-665319 eller 0702-300 856. Tävlingarna kommer att ha TC öster om Ylmesåkra. Huvudfunktionärer är klara; Tävlingsledare Olof Barr och banläggare Christina Olsson.

## **Prenumerera på Skogssport – få O-boken 2010 på köpet**

Orienteringsförbundet har just nu ett bra erbjudande för dig som (ännu) inte prenumererar på tidningen Skogssport. Beställer du en årsprenumeration nu (kostar 450 kronor för tio nummer) så får du O-boken 2010 (värd 394 kronor inklusive frakt) på köpet. O-boken är en gedigen årsbok om svensk och internationell orientering och skidorientering. Den är fylld till bredden med bilder, kartor med vägval och intressant läsning. Förbundet har bara 50 stycken O-boken 2010 i lager, så först till kvarn gäller. Erbjudandet gäller inom Sverige och bara för personer i hushåll som inte prenumererat på Skogssport under 2010. O-boken 2010 levereras tidigast under vecka 50.

Skogssport – orienterarnas egen tidning – utkommer med tio fullspäckade nummer per år. Tidningen följer upp allt som händer inom orienteringssporten. Här finns färsk nyheter, längre reportage, träningstips, kartor med vägvalsanalyser, produkttester, speciella ungdomssidor och mycket, mycket mer. Skogssport är ett måste för dig som är aktiv orienterare, ledare eller som på ett annat sätt är involverad i orienteringssporten.

## **Knäck – det godaste julgodiset!???**

Ingredienser, blir cirka 100 st.

2 dl strösocker

2 dl ljus sirap

2 dl vispgrädde

1 dl finhackad mandel

Blanda socker, sirap och vispgrädde i en tjockbottnad vid kastrull. Låt koka upp, rör lite då och då. Sänk värmen när det börjat koka, men sänk inte mer än att det fortsätter koka.

Låt koka ca 20-45 minuter till smeten blivit seg. Använd gärna en termometer om du har det, vid 122°C är knäcken är klar. Utan termometer gör man "kulprovet" för att se när det är klart.

När kulprovet har fått godkänt så rör man i den hackade mandeln. Fördela smeten i små knäckformar. Låt stelna. Förvara i burk med smörpapper mellan lagren.



## Klubbmästare på Järavallen

**På första etappen av AdventOrient var det dags för klubbmästerskap! Förhållande kunde varit bättre på Järavallen, snötäcket var i skogen ca 1 dm så det var rejält tungt för de som startade tidigt.**

ROKarna anlände till TC med mössorna djupt nerdragna i pannan, tjocka vantar och vinterskor på fötterna. Till och med Gösta hade övergivit trätofflorna för varmare och mer snösäker fotbeklädnad. Tidigt startande fick spåra till kontrollerna, för en del hände det att spåren gick lite hit och lite dit och lite hursomhelst när man skulle hitta en liten punkthöjd i allt det vita. Senare startande löpare suckade säkert när de fick cirkla lite i fotspåren för att komma fram till kontrollen – men vill man inte spåra själv så...

Efter målgång bjöds på kaffe, muffins och pepparkakor. Gott att få nåt i kroppen efter den ansträngande snöpulsningen. Tack Eva för den goda fikan!

Grattis till mästarna, prisutdelning sker på Knutsfesten. Det var tyvärr för få deltagare i D13 och H70 för att dessa klasser ska ha KM-status.

H13	3110 m			H70	3590 m		
1	Erik Barr Zeilon	23.45		1	Klas Tykesson	55.51	
2	Adam Segerslätt	32.48					
H21	8540 m			D13	3110 m		
1	Hugo Mattsson	50.55		1	Karin Linderfalk	39.37	
2	Niklas Olsson	58.04					
3	Jakob Segerslätt	63.42		D21	6020 m		
4	Björn Lindqvist	77.27		1	Jannie Hagård	42.27	
H40	6020 m			2	Eva-Lotta Bengtsson	54.05	
1	Sten Segerslätt	43.21		3	Marie Svensson	59.33	
2	Ulf Linderfalk	46.49		4	Christina Olsson	61.05	
3	Peter Held	52.18					
4	Olof Barr	52.18		D40	4500 m		
	Göran Mattsson	Ej godk		1	Lotta Gyllensten	35.15	
H55	5240 m			2	Eva Tykesson	38.12	
1	Gösta Svensson	59.10		3	Christina Segerslätt	39.38	
2	Stig Larsson	62.02		4	Lena Olsson	39.43	
3	Karl Bertil Kjellsson	69.25		5	Tina Hagård	45.37	
	Gert Olsson	Ej godk		6	Maria Lenning	48.07	
				D55	3590 m		
				1	Maj-Britt Byström	45.44	
				2	Elsie Bengtsson	59.04	

# Städlista för Teglaröd 2011

## Städinstruktioner:

Städningen skall utföras mellan tisdag och söndag. Toaletten skall rengöras varje vecka och golven skall skuras andra städveckan. Förutom allmän städning skall storstädning utföras i speciellt tilldelat område, vari ingår bl a fönsterputsning och gardintvätt. Städmaterial finns i Teglaröd.

Den som har fått tilldelat städning under sommarmånaderna, då det kanske inte är så mycket att städa inomhus, kan gärna se till tomten kring huset också. Gräset växer ju fort vissa tider! Om Du har frågor kan du ta kontakt med vår stugvärd Ingmar Tykesson, tel 0418-820 96 eller 070 52 820 96, [ingmar.tykesson@tele2.se](mailto:ingmar.tykesson@tele2.se) för att lösa problemet.

Vecka	Namn	Område
1-2	Jaktlaget	Herromklädningen
3-4	Dan Nilsson	Stora rummet, främre delen
5-6	Klas Tykesson	Stora rummet, bortre delen
7-8	Gösta Svensson	Köket
9-10	Fam Lenning	Samlingsrummet uppe
11-12	Lennart Nilsson	Damomklädning och dusch
13-14	Stig Larsson	Herrduschen o bastu
15-16	Olof Barr	Stora rummet, främre delen
17-18	Göran Mattsson	Stora rummet, bortre delen
19-20	Tina Hagård	Köket
21-22	Håkan Olsson	Valfritt efter behov
23-24	Lars Johannesson	Valfritt efter behov
25-26	Maj-Britt Byström	Valfritt efter behov
27-28	Willie Olsson	Valfritt efter behov
29-30	Lennart Bengtsson	Valfritt efter behov
31-32	Ulf Linderfalk	Samlingsrummet uppe
33-34	Lena Olsson	Damomklädning och dusch
35-36	Ingmar Tykesson	Herromklädningen
37-38	Bertil Dahlgren	Herrduschen o bastu
39-40	Sten Segerslätt	Herromklädningen
41-42	Jaktlaget	Samlingsrummet uppe
43-44	- ” -	Stora rummet, främre delen
45-46	- ” -	Stora rummet, bortre delen
47-48	- ” -	Köket
49-50	- ” -	Herrduschen o bastu
51-52	- ” -	Damomklädning och dusch

## För allas trivsel:

**Se till att du sköter städningen väl!**

Observera att jaktlaget är normalt i stugan lördagar under perioden augusti – januari. Planera Din städning efter detta!

Om Du inte kan städa just den vecka du blivit tilldelad, byta då med t ex nästa person eller tag kontakt med Ingmar Tykesson. Det är viktigt att städningen inte glöms bort!

## DECEMBER

18	
19	AdventOrient Hoftorup Skönadalsskolan
20	
21	19.00 Familjegymna Kågeröd
22	
23	20.00 Innebandy Båghallen
24	15.00 Kalle Anka
25	
26	10.00 Tomte-OL Teglaröd
27	
28	19.00 Familjegymna Kågeröd SOL jullovsäger 28-29/12
29	
30	20.00 Innebandy Båghallen
31	

## JANUARI

1	Nyårs-ol Tormestorp
2	10.00 Träning Teglaröd
3	
4	19.00 Familjegymna Kågeröd
5	
6	
7	
8	
9	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen Lunds OK 14.30 Knutsfest Billeberga
10	
11	19.00 Familjegymna Kågeröd
12	
13	20.00 Innebandy Båghallen
14	SKOF Vinterläger Junior+senior 14-16/1
15	12.45 SOL-ungdomar träning+bad (10.00 Träning Teglaröd)
16	10.00 Vintercupen ROK Odengården
17	
18	19.00 Familjegymna Kågeröd CSAB Night Cup OK Silva Hoftorup
19	
20	20.00 Innebandy Båghallen
21	
22	SKOF Vinterläger ungdom 22-23/1 Furuboda
23	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen OK Silva Järavallen

24	
25	19.00 Familjegymna Kågeröd
26	
27	20.00 Innebandy Båghallen
28	
29	
30	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen Eslövs FK
31	

## FEBRUARI

1	19.00 Familjegymna Kågeröd CSAB Night Cup IS Kullen
2	
3	20.00 Innebandy Båghallen
4	
5	
6	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen OK Kontinent 17.00 ROK Årsmöte Teglaröd
7	
8	19.00 Familjegymna Kågeröd
9	
10	20.00 Innebandy Båghallen
11	
12	SKOF årsmöte
13	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen Malmö OK
14	
15	19.00 Familjegymna Kågeröd CSAB Night Cup FK Boken
16	
17	20.00 Innebandy Båghallen
18	
19	
20	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen Frosta OK
21	
22	19.00 Familjegymna Kågeröd
23	
24	20.00 Innebandy Båghallen
25	
26	
27	10.00 Träning Teglaröd 10.00 Vintercupen Ringsjö OK
28	