



RÄVETOFTA BLADET

Aktuellt från Rävetofta OK 5/2012

- ★ Jubileumsfest ROK 60 år på Torshall 17 november
- ★ Klubbmästerskap natt 31 oktober, dag 17 november
- ★ Höstvandring 3 november



Det vinnande bidraget från 25-Manna.

"Med en vacker tolkning av något som är unikt för orientering men så vardagligt för orienterare. Bilden fångar intresse både med komposition och val av filter för att få en unik känsla i färgerna."

Grattis Jannie!

Rävetofta OK

Adress

c/o Klas Tykesson
Göjegatan 72
268 33 Svalöv

Hemsida

<http://www.ravetofta.org>

Plusgiro

53 51 25 – 9

Styrelse

Ordförande

Olof Barr 0418-442029

Sekreterare

Lennart Svensson 040-446934

Kassör

Christina Segerslätt 0418-431300

Tävlingsanmälan

Eva Tykesson 0418-820 96

Jannie Hagård 0435-915 95

Nycklar till klubblokalen

Klas Tykesson 0418-66 31 84

Lena Olsson, 0418-66 53 25

Sten Segerslätt, 0418-43 13 00

Maj-Britt Byström 0418-807 04

Eva-Lotta Bengtslin 046-157662

Olof Barr 0418-44 20 29

Rävetoftabladet

Redaktör: Eva-Lotta Bengtslin

Bidrag till:

rok_lotta@hotmail.com

Nr Utkommer

6-12 december

Ordförande har Ordet

Höstmörkret sänker sig över bygden och Rävetofta flyttar sina tisdagsträningar till Lunnahallen i skydd från regn och rusk. Men en del är extra flitiga och passar på att springa en runda på Söderåsen innan styrketräningen drar igång, riktigt roligt.

Höstmörkret är dock inte bara av ondo. Det betyder också att möjligheten till att träna nattorientering ökar. Så nu rotar alla nattträvar fram sina lampor och batteriselar för att se till att grejerna funkar inför övningarna i mörkret. Den sista oktober blir det sålunda klubbmästerskap i denna ädla form av orientering, och den kommer att arrangeras av Helsingborgarna i närheten av deras klubbstuga. Kolla på vår hemsida efter tider och anmälan till detta evenemang.

Annars kan man nog konstatera att de riktigt stora tävlingarna är över för säsongen. Sist ut bland dessa var 25-manna uppe i Botkyrka kommun där klubben hade många löpare med, i tre olika stafettlag. Många sprang för Skåneslättens OL:s förstalag som slutade på en mycket hedrande 54:e plats av närmare 400 lag. Vi andra sprang i kombinationslag med andra klubbar och fick uppleva den härliga orienteringsfest som 25-manna verkligen är. Solen sken och terrängen var lurig, precis som det ska vara.

En riktig ljusglimt i höstmörkret kommer med den stora festen vi arrangerar för att fira att klubben fyller 60 år. Inbjudan till festen finns med i detta ROK-blad som du håller i handen, och där finns instruktioner för hur du ska anmäla dig. Hoppas att just du kan komma och förgylla festen, berätta anekdoter från svunna tider, sjunga och skratta tillsammans med alla andra medlemmar i klubben. Det ska inte bara vara roligt att orientera, det ska också vara roligt att vara medlem i Rävetofta OK!

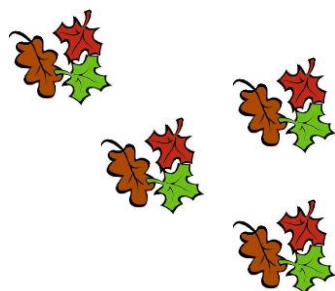
Väl mött på festen!

/Olof

Gratulationer!

Peter Held 50 år 26/10

Hoppas att du får en fin födelsedag!



Städlista Teglaröd

vecka		
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

I nästa ROK-blad kommer städlistan för 2013 presenteras. Ev synpunkter på listan måste därmed lämnas till stugvärden Ingmar Tykesson senast i november för att kunna tas hänsyn till. Aktuell lista fanns i ROK-blad nr 6-2011



Välkomna till



Rävetofta OK:s 60-årsjubileum
på Torshalls Bygdegård, Torrlösa

Lördagen den 17 november 2012 kl. 18,00-01,00.

En härlig buffé finns framdukad och till denna serveras
läsk/vatten/lättöl.

Starkare drycker medtages själv

Senare på kvällen serveras kaffe och tårta

Allt detta för

Vuxna fr.o.m. 21 år 250,-

Ungdomar 15-20 år 100,-

Barn 8-14 år 50,-

Dansar gör vi till

En Handfull Svensson och ROK:s egen DJ

Är du födoämnesallergiker så vill vi veta det vid anmälan.

Anmälan vill vi ha senast 29 oktober genom att sätta in beloppet på pg

535125-9 och ange namnen på anmälda personer eller till

Maj-Britt Byström 0418-80704, E-post: bystrom@minpost.nu eller

Lennart Svensson 040-446934, E-post: lennart.bara@gmail.com

VÄLKOMNA

STYRELSE OCH JUBILEUMSKOMMITTÉN

Klubbmästerskap Dag 17 november

Först klubbmästerskap och sen 60-årspartaj på Torshall - en toppenlördag!

Det blir KM Dag i samband med nordvästra kretsens kretsmästerskap den 17 november med Tockarps IK som arrangör. Samlingsplats Tockarp, vägvisning från väg 24 i Lemmeshult, 5 km norr om Örkelljunga. Första start kl 10.00.

Tidigare datum som angetts bland annat i förra ROK-bladet gäller inte.

Anmälan via Eventor. KM-klasser: DH 10, 12, 14, 16, 21, 35, 45, 55, 65, 75

OBS 1: att tävlingen har fler klasser än dessa - så var uppmärksam när du gör din anmälan i Eventor att du väljer en KM-klass.

OBS 2: det krävs 2 st ROKare för KM-klass.

Anmäl dig gärna i god tid till tävlingen så hinner man se över läget för KM-klasser.

Klubbmästerskap Natt 31 oktober

Klubbens bästa nattlöpare 2012 koras på KM natt, som avgörs under höstlovet i Pålsjöskog Helsingborg. Det är Helsingborgs SOK som server oss med detta arrangemang. Samling i närheten av deras klubbstuga, där det finns möjlighet för ombyte och dusch.

Detaljer kring starttid, vilka klasser som gäller samt hur/vart man anmäler sig är inte klart ännu.

Håll utkik på hemsidan!

ROK 60 år

I detta ROK-bladet finns en inbjudan till jubileumsfesten den 17 november 2012 på Torshalls Bygdegård. Vi hoppas att många ROK-medlemmar i alla åldrar kommer med och firar. Välkomna med er anmälan.

I samband med ett firande på födelsedagen den 24 juli vid O-ringen i Halland, så fick deltagarna vid firandet en jubileumsskrift. Den innehåller bidrag från ett stort antal medlemmar och som har sammanställts och redigerats av Ingmar Tykesson. Vi tackar de, som lämnat bidrag och Ingmar.

Tyvärr har vi hittat några redaktionella brister, som Ingmar och jag har beslutat att rätta till. Vi ska göra ett utskick till alla medlemmar/familjer och de som redan har fått ett exemplar kommer att få ett nytt.

Planeringen är att vi från och med november ska börja dela ut skriften, till de vi träffar och skicka ut till resterande medlemmar med utskicket av ROK-bladet, Julnumret.

/ Lennart Svensson, för medlemssektionen

Naturpasset

Årets Naturpasset i Kågeröd/Finnstorp och Svalöv är avslutade. Totalt sålde vi 91 pass och 54 svarstalonger lämnades in, varav 44 Svalöv och 10 Kågeröd/Finnstorp.

Vi har lottat ut priser skänkta av lokala företag, och några av deltagarna har chansen att vinna en weekend i Orsa Grönklitt i en slogans-tävling arrangerad av Naturpasset nationellt.

Några inlämnade slogans:

- Spännade platsletning
- Det stimulerar till tanke, samtal och fysisk motion
- Nya platser, nya stigar, härligt trött i benen

Vi vill tacka våra försäljningsställen: ICA Gunnarsson (förbutiken), Animus, Konsum Kågeröd, Pumpmacken, Vandrarhemmet i Klåveröd och Hanksville Farm.

Samt även stort tack till de företag som skänkt priser: ICA Gunnarsson, Jennys Massage och hälsa, Stubb, Animus, Madame Plantier och Pumpmacken i Kågeröd.

Höstvandring 3 november



Vacker vandring i höstfager natur på Söderåsen.

Klas Tykesson leder en lugn promenad i skogen den 3 november kl 10.00. Vi utgår från Härnäs parkeringen i Nationalparken vid Härnäsbadet. Vägvisning vid väg 13/108 strax efter Nackarpskurvorna på väg från Röstånga mot Skärålid.

Kläder och skor efter väder. Ta med fika som vi intar utmed vägen.

Info Klas 0418-66 31 84



Familjegymna Kågeröd

Familjegympan i Lunnahallen pågår varje tisdag till den 18 december. Därefter har vi ett kort uppehåll över jul och nyår. Gympan börjar kl. 19.00, och de som vill springa en runda före träffas i entrén till Lunnahallen kl. 18.00. Det är en bra uppvärmning till gympan.

På familjegympan tränar vi alla muskelgrupper med enbart kroppsbelastande övningar, helt på den nivå man själv önskar! Det är träning som stärker kroppen och förebygger skador. Vi gympar eller spelar innebandy en timme, efter duschen blir det snack och mackafika.

Höstmöte i ROK

Det blir ett höstmöte i ROK söndagen den 25 november där styrelsen och klubbens övriga medlemmar har chansen att diskutera klubbens verksamhet. Styrelsen försöker även få Mats Widesjö GS för O-ringen 2014 till mötet för att berätta om evenemanget. Tid och plats för mötet är ännu ej spikat. Det kommer att annonseras via hemsidan.

NewBody kläder

Dags för en ny försäljningsomgång med NewBody kläder dvs. strumpor och underkläder! Vi startar v 44 och har fyra veckor på oss. Samtliga paket kostar 150 kr varav 37 kr går till klubben. Lena Olsson håller i det men behöver hjälp med att sälja så mycket som möjligt - fina julklappar!! Kontakta Lena tel 0418-66 53 25

Jættemilen 2012

Gillar man ultralång distans är Jættemilen en mycket trevlig tävling! Gemensam start i varje klass med gafflade banor. Det finns även turistklasser, dvs klasser med lite kortare distans. Från Helsingör är det ca 15-20min till TC. Inbjudan hittar ni här: <http://www.ok73.dk/loeb/jm2012/index.htm> Anmälan görs klubbvis via Jannie Hagård senast 21 oktober för ordinarie anmälan. Blir vi några stycken anordnar vi givetvis samåkning.

Stöd ROK med Svenska Spel

Nu kan alla som spelar hos Svenska Spel registrera Rävetofta OK till sitt spelkort. Det gör att man samlar poäng till klubben och ROK blir med bland alla andra idrottsklubbar som årligen får dela på 50 miljoner kronor.

Projektet kallas SVEA. SVEA gäller för alla Svenska Spels spel som du registrerar med ditt Spelkort. Man kan välja att stödja upp till tre föreningar. För varje spelad krona tiodubblas antalet poäng - som i sin tur delas ut till de föreningar som man valt att stödja. Poängen samlas in under ett år, den första insamlingsperioden är 1 oktober 2012 till 30 september 2013. Efter perioden fördelar Svenska Spel 50 miljoner kronor till föreningarna proportionerligt efter hur stor andel av den totalt utdelade poängsumman som föreningarna har erhållit under året.

Registrera på <https://svenskaspel.se/svea>

O-Ringen Skåne 19-25 juli 2014

Här kommer lite information om arbetet med O-ringen 2014.

O-ringenstadens placering är just nu inte bestämd, det finns några olika alternativ. Det har kommit in en mängd synpunkter från årets arrangemang i Halland och det finns både positiva och negativa synpunkter. Kartritningen pågår. Banläggningsteamet har just satts i arbete. Huvudfunktionärer är utsedda och nu är det dags att börja bemanna de olika arbetsgrupperna.

Min bedömning, som jag också har tagit upp i ROKs styrelse, är att det finns åtminstone 10-15 medlemmar som är intresserade av att medverka som funktionärer vid Skånes O-ringen 2014.

Här finns en lista över arbetsuppgifter under tävlingsveckan, som kan vara lämpliga. Det finns dessutom arbetsuppgifter både före och efter tävlingsveckan, så det går bra att komma med önskemål.

Anmäl ditt/ert önskemål till mig. Jag tänker mig att vi, när 2012 slutar, har en lista över medlemmar som vill vara med som.

Jag har varit med som funktionär 1974 och 1995 och kan säga att det är en upplevelse.

Jag ser fram emot din anmälan helst via mail till: lennart.bara@gmail.com

/ Lennart Svensson

ARBETSUPPGIFTER:

Resultatgruppen – Arena
Starter
Startgrupp
Vätska på väg till start
Tömgrupp
Data/Admin
Speakerstöd
Målgrupp/fälla
Miniknat
Vätska vid mål/etapp
Remförsäljning/etapp
Tävlingsexp. / Direktanmälan O-Ringenstaden
Ungdomsstafetten
Kioskförsäljning Arena/etapp
Pre-O
MTB-O
Parkering/etapp
Bussfällor E1 – E 5 Arena/dag
Funktionärstält med kaffe/dag
Tävlingsexp. Direktanmälan Arena/dag
O-Ringenfesten
Sambandspersonal(Service)
Barnpassning/dag
Hunddagis/dag
Sjukvårdshjälp
Prisutdelningar

Unga ledare - ny utbildning på gång!

SOFT bjuder in till en ny omgång utbildning för unga ledare, för ungdomar mellan 17-22 år.

- Hur är man en bra ledare?
- Hur får man barn att skratta?
- Är du framtidens landslagsledare?

Utbildningen startar redan den 7-9 december i Siljansnäs, Leksand. Ledarutbildningen ger dig tre helger med teambuilding, ledarskap, gemenskap, orienteringsteknik, aktivt lärande och massor av skoj! Utbildningen avslutas med gemensam middag under O-Ringen Boden 2013.

Inbjudan finns på <http://oringen.se/ungaledare2013>

SOL Gyllene Dojan med höstmöte 10 november

Skåneslättens "i stället för klubbmästerskap" Gyllene Dojan arrangeras i år vid Klåverödsdammarna, med samling kl 14.00. Tre banor: Gyllene Dojan ca 4.5 km, Minidojan ca 3 km gul och Tofflan för de som inte klarar gul bana själv. Alla tävlande och stödmedlemmar i SOL, Ringsjö OK, Rävetofta OK och OK Silva är välkomna. Efteråt dusch, middag och medlemsmöte med prisutdelning mm på Ring Knutstorp.

SVAMPEXKURSION

En härlig höstdag den 15 september samlades vi som var nyfikna på svampar i Teglaröd.

Jag kom för att i fortsättningen våga äta någon svamp som man plockat med hem. Det finns ett fåtal som jag är säker på dit hör Kantarellen, Trattkantarell och Bläcksvamp - sen är det slut! Emeli hade en expert med sig, men hans kunnande låg åt sopphållet och det var inte många sådana synliga, inte så många andra heller. Av det som hamnade i svampkorgen var det mesta tyvärr skräp och det är väl det som är lättast att hitta, det verkar "växa" i skogen året om.

Det var en mycket fin promenad i skogen, det är sällan man hinner se hur det verkligen ser ut. Ett måste i skogen är fikapausen som avnjöts en bit från Orehuvud.

/ Maj-Britt

PS. När jag cyklade hem hittade jag massor av Björnbär som blev till marmelad. Den provsmakades på första innegympan. DS.



DM- och SM-resultat

Under hösten har det varit distriktsmästerskap samt avgjorts SM på ett flertal distanser. Bröderna Lenning har fortsatt sin framgångsrika OL-karriär genom att kammat hem några DM-guld, och Hugo har nått fina SM-resultat vid framför allt SM natt och lång.

DM natt arrangerades av Tuvan/Tormestorp 31 augusti och här blev det två DM-silver till ROK genom Jannie Hagård i D21 och Klas Tykesson i H75.

På efterföljande DM lång Kompassen/Örkel-ljunga den 2 september blev det guld till Erik Lenning i H18, samt brons till Erik Barr Zeilon i H16 och Karolina Erikers i D35.

Helgen efter arrangerade Pan DM medel och stafett 8-9 september. På medel blev det guld till bröderna Lenning; Erik i H18 och Johan i H16. Silver till Jannie Hagård i D21, samt brons till Klas Tykesson H75, Hugo Mattsson H20 och Maria Lenning D45. På stafetten blev det ett flertal guld till SOL med ROKare i lagen; H14 Adam Segerslätt där sprang sträcka 1, H16 Erik Barr Zeilon sträcka 2 och Johan Lenning sträcka 3, H17-20 Hugo Mattsson sträcka 3 och D150 Lena Olsson sträcka 2.

Vid USM i Bredaryd 14-16 september deltog i H15 Erik Barr Zeilon och Johan Lenning. På långdistansen blev Johan 9a och med det bästa skåning. I distriktsstafetten deltog Johan i 16e-

placerade Skåne lag 1, och Erik BZ i Skåne lag 2 som blev 35a av 94 startande lag.

Vid stora SM som i år gått i Gästrikland och Dalarna har Hugo Mattsson H20 och Erik Lenning H18 deltagit.

På SM natt blev Hugo 11a och Erik 33a. På SM sprint tog sig bägge till A-final med slutplacering 19 för Erik och 26 för Hugo. SM lång blev det åter A-final och plac 10 för Hugo och 35 för Erik.

På SM medel blev det också A-final genom en mycket fin 4e plac i kvalet för Erik och plac 8 för Hugo. Slutplacering i finalen blev 28 för Hugo och 26 för Erik. Här på SM medel var även lillebror Johan Lenning med i kvalet i H18 för att känna på de stora grabbarna.

Vid stafetten blev SOL 11a av 65 lag i H20 med Erik L, Philip Pålsson och Hugo. Hugo hade här 3e bästa sträckt看 på sistasträckan.

Sista SM-helgen var det ultralång distans i Vansbro-trakten. Hugo deltog och kom i mål på en 12e plats

OKTOBER

15	
16	19.00 Familjegymna Kågeröd
17	
18	20.00 Innebandy Båghallen
19	
20	Älgot Cup final
21	U 7-mannastafett
22	
23	19.00 Familjegymna Kågeröd
24	
25	20.00 Innebandy Båghallen
26	
27	Smålandskavlen Bornholm Höst Open
28	Smålandskavlen Bornholm Höst Open
29	
30	19.00 Familjegymna Kågeröd
31	ROK klubbmästerskap natt Pålsjöskog Helsingborg

NOVEMBER

1	20.00 Innebandy Båghallen
2	
3	10.00 ROK Höstvandring Härsnäs mellan Röstånga-Skärålid
4	Hylte Sydsvenska 2-milen
5	
6	19.00 Familjegymna Kågeröd
7	
8	20.00 Innebandy Båghallen
9	
10	14.00 SOL Gyllene Dojan och Höstmöte Klåverödsdammen och Ring Knutstorp
11	Jettemilen
12	
13	19.00 Familjegymna Kågeröd
14	
15	20.00 Innebandy Båghallen
16	
17	ROK klubbmästerskap dag 18.00 ROK Jubileumsfest Torshall
18	Örkelljunga FK Höstrusket
19	
20	19.00 Familjegymna Kågeröd
21	
22	20.00 Innebandy Båghallen

NOVEMBER

23	
24	
25	AdventOrient Järavallen Höstmöte ROK
26	
27	19.00 Familjegymna Kågeröd
28	
29	20.00 Innebandy Båghallen
30	

DECEMBER

1	
2	AdventOrient Furulund
3	
4	19.00 Familjegymna Kågeröd
5	
6	20.00 Innebandy Båghallen
7	
8	
9	AdventOrient Lödde Sandskog
10	
11	19.00 Familjegymna Kågeröd
12	
13	20.00 Innebandy Båghallen
14	
15	
16	AdventOrient Hofterup
17	
18	19.00 Familjegymna Kågeröd
19	
20	20.00 Innebandy Båghallen
21	
22	
23	
24	
25	
26	10.00 Tomte-OL Teglaröd
27	20.00 Innebandy Båghallen ?
28	
29	
30	
31	