

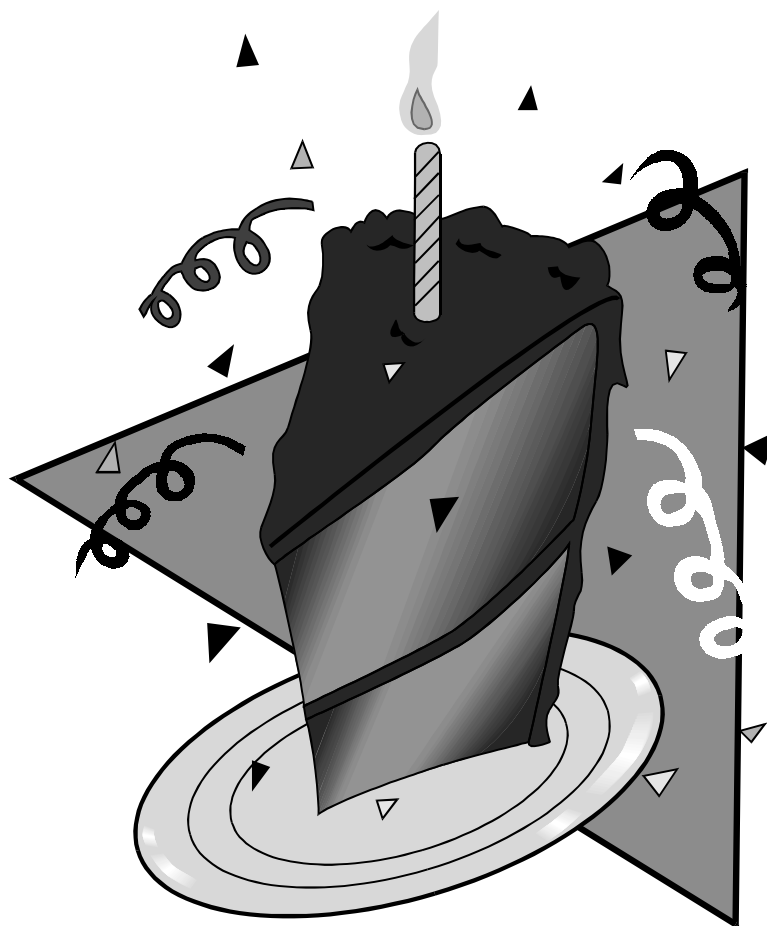
*Ronneby Orienteringsklubb* Nr 11 November 2001

# ROK BLADET

Orientering

Skidor

Friidrott



**Missa inte Ronneby OK:s 25-årsjubileum och fest!**



## INNEHÅLL

### Fasta avdelningar

	<i>Skribent/ansvarig</i>	<i>sida</i>
Förstasida (montage) .....	Togge / Per H .....	1
Inledning .....	Barbro Engkvist .....	3
Ungdomssidan .....	Lennart Smedenmark .....	4
Kalendern .....	Per H, Christian H m fl .....	mitten
Skidor och friidrott .....	Inge Petersson .....	10 - 11
Månadens Ros .....	Barbro Engkvist .....	sista

### Artiklar och notiser i detta nummer

Resultat Smålandskavlen .....	Torgny Lindström .....	5
ROK-dagis .....	Anna Danielsson .....	6
Trivselkommitté .....	Anna Danielsson .....	7
Bingo-Lotto .....	Sven-Åke Lindström .....	12
ROKs framtidsgrupp .....	Anna Å / Sarah O .....	14
Höstkonferens .....	Göran Folkesson .....	14
Banläggningkurs .....	Göran Folkesson .....	14

*Sammanställning, redigering och layout: Per Holmberg*

# ETT MÅL - ÄR EN DRÖM MED EN DEADLINE

Vad har vi för mål kvar att uppfylla under detta året?

Vilka mål har vi nästa år?

Vilka mål vill vi uppnå fram till 2004? – 2005? – 2006? – 2007?

Det är tid att dra upp riktlinjer för framtiden! Framtiden börjar nu!

Vi har mycket verksamhet på gång i Ronneby OK. Bra verksamhet varje vecka, året runt! Verksamhet som drivs med ideellt ledarskap och entusiasm – vid sidan av arbete, studier eller annan verksamhet. Inget är dock så bra att det inte kan bli bättre.

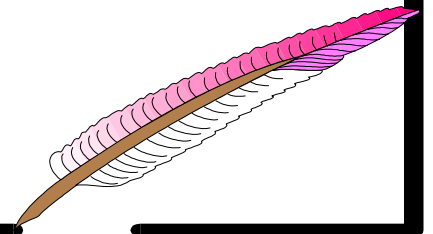
Som jag tidigare skrivit pågår en hel del tänkande och planerande i klubben utöver det vanliga kommittéarbetet. **Planeringsgruppen** är klar med sitt projekt. **Framtidsgruppen** har kommit igång med full fart, läs mera om den på annan plats här i tidningen.

Planeringsgruppen kommer att presentera sitt projekt för styrelsen den 12 november. Därefter skall det också presenteras för medlemmarna. Håll ögon och öron öppna så att Du inte missar kallelsen! Du har all möjlighet att vara med och påverka.

*Varje medlem har en viktig roll i arbetet med att nå klubbens gemensamma mål.*

*Barbro*

PS Första omgången anmälan till 5-dagars. Information finns på Karlsnäs. Där finns även förslag på förläggning.



Har Du bytt adress, namn, telefonnummer etc?  
Meddela Maria Passby så att hon kan skriva in  
det i medlemsmatrikeln så att den är aktuell.  
Har Du lösen till "Medlem" på hemsidan kan Du  
ändra själv.

# UNGDOMSSIDAN

Årets orienteringssäsong för ungdomarna har nu avslutats i och med Smålandskaveln. Resultatet på Smålandskaveln blev väl inte riktigt det vi hade hoppats men vi blev ändå bästa Blekingelag.

Nu börjar vi uppladdningen för nästa säsong. Med bra träning under vinterhalvåret har vi alla chanser att lyckas ännu bättre nästa år. Ett stort mål nästa år kan väl vara 5-dagars som går i Skaraborg. Glöm inte att ni genom att anmäla er innan 1/12 får hela startavgiften betald. (Se oktobers ROK-blad)

Våra träningsaktiviteter närmaste tiden framgår nedan:

## November

**16-17** Läger på Karlsnäs. Se sep inbjudan

**24** Badresa till Tingsryd, anmäl dig till Ankan 0457-24752 eller Lennart 0457/451326 senast 20/11. Vi kommer att behöva hjälp av föräldrar som kan köra.

Avresa stadshuset kl 10.00.

Hemresa ca 15.00.

Klubben bjuder på inträdet.



## December

**1** Adventsträning kl 10.00 Bäckahästen

**15-16** Lucialäger (vi sover över på Karlsnäs) – Luciakavel – Grötfest.

Luciakavle och grötfest är en gammal tradition i Ronneby OK. Vi springer en liten klubb-tävling vid 10-tiden på söndagen och sedan samlas alla, även de som inte sprungit kaveln, för att äta risgrynsgröt. Då kommer även ROK's luciatåg. Naturligtvis är alla föräldrar också välkomna till grötfesten.

Lägret börjar kl 16.00 på lördagen och slutar efter grötfest och luciatåg på söndagen ca kl 14.30. Inbjudan kommer i december.

Utöver ovanstående så har vi också vår **klubbträning på Karlsnäs på torsdagar kl 18.00**. Här finns det träning för alla, vare sig man är motionär eller elitare, ungdom eller förälder som vill gå Karlsnästipset. Ungdomsträning håller Björn G i dessa torsdagar och det brukar alltid bli något roligt löppass.

Från november har klubben också **löpträning** från Fredriksbergsskolan på **tisdagar kl 18.00** följt av **gympan** kl 19.00.

## Flyttat ungdomsläger

Vi har tvingats flytta första ungdomslägret på Karlsnäsgrården en vecka pga älgjakten. Ny tid blir fredagen den 16 november kl 18.00 med övernattning till lördag den 17 november. Beräknad avslutning kl 13.00. Anmälan till Jörgen Nilsson senast söndagen den 11 november tel 0457-80696.

# SMÅLANDSKAVELN

27 - 28 oktober 2001

STR	BANL		LAG 1	tid	vx	efter	km-tid
1	11,1 km	NATT	Jon Engkvist	74,13			6,41
2	11,1 km	NATT	Torgny Lindström	82,14			7,25
3	8,4 km	DAG	Christian Håkansson	47,54			5,42
4	12,1 km	DAG	Johan Håkansson	70,38			5,50
5	14,2 km	DAG	Sergei Detkov	87,34	14	16,32	6,10

STR	BANL		LAG 2	tid	vx	efter	km-tid
1	11,1 km	NATT	Fredrik Thurén	79,30			7,10
2	11,1 km	NATT	Thomas Johannesson	85,00			7,39
3	8,4 km	DAG	Oskar Håkansson	51,12			6,06
4	12,1 km	DAG	Ingemar Ericsson	75,11			6,13
5	14,2 km	DAG	Magnus Thurén	95,54	48	42,46	6,45

STR	BANL		LAG 3	tid	vx	efter	km-tid
1	11,1 km	NATT	Gustav Näsman	88,46			8,00
2	11,1 km	NATT	Daniel Sols	103,45			9,21
3	8,4 km	DAG	Erik Nordström	62,59			7,30
4	12,1 km	DAG	Magnus Saager	88,23			7,18
5	14,2 km	DAG	Anders Smedenmark	101,32	118	99,24	7,09

STR	BANL		LAG 1	tid	vx	efter	km-tid
1	6,5 km	NATT	Frida Nero	67,11			10,20
2	5,5 km	DAG	Teres Gustavsson	45,49			8,20
3	5,9 km	DAG	Lina Nero	43,34			7,23
4	7,9 km	DAG	Anna Gornicka-Antonowich	53,58	25	30,44	6,50

STR	BANL		LAG 2	tid	vx	efter	km-tid
1	6,5 km	NATT	Ann-Christine Nero	68,52			10,36
2	5,5 km	DAG	Anna Åhman	73,25			13,21
3	5,9 km	DAG	Anna-Maria Gustavsson	69,39			11,48
4	7,9 km	DAG	Lena Henriksson	67,09	69	99,17	8,30

# ROK-DAGIS

Se hit, alla träningsugna småbarnsföräldrar!

Nu är det dags, undanflykternas tid är över. Nu är det bara till att dyka in i garderoben och damma av de gamla löparskorna!!

I vinter kommer vi nämligen att kunna erbjuda alla träningsugna småbarnsföräldrar möjlighet till en stunds avkoppling och motion. Ett ROK-dagis kommer att starta på Karlsnäs!!! Tanken är att ni föräldrar som skulle vilja komma ut en stund i friska luften, utan att ha en vagn i släptåg, ska kunna få hjälp med en stunds barnpassning på våra söndagsträningar. Kanske Du inte är särskilt sugen på att löpträna men då hade det kanske varit skönt att kunna få gå tipset i lugn och ro. Låter inte det härligt?! Samtidigt får våra mini-ROKare ett eget tillhåll på Karlsnäs och för-

hoppningsvis blir detta ett föremål för längtan när vintermörkret tränger på. Tänka vad kul att kunna åka till Karlsnäs för att LEKA!

Dagiset kommer att hålla till i det planerade lekrummet (se nedan) på Karlsnäs. Vi föräldrar kommer att turas om att bemanna dagiset beroende på hur stort intresset är.

Även ni som tycker det skulle vara roligt att bli "dagisfröken för en dag" är naturligtvis mer än välkomna att hjälpa till!

Så gör oss en tjänst... sprid ryktet bland våra medlemmar. Alla är välkomna!

För mer information och intresseanmälan, ring Anna och Ingemar 0457-669 68



## EFTERLYSNING: LEKSAKER TILL KARLSNÄS!

Har ni några leksaker hemma som ingen bryr sig om längre?

Då vet vi några som skulle bli mer än överlyckliga av att få ta hand om dem åt er!

Under senhösten kommer vi att öppna ett lekrum på Karlsnäs för våra yngsta medlemmar. Här ska det finnas bilar, dockor, bollar och annat som får leksugna småtingar att trivas på Karlsnäs.

Så spring upp på vinden eller ta en tur ner i källaren, kanske där ligger något gammalt pussel eller spel som ingen leker med längre. Eller där kanske finns en docka som ingen av barnen eller barnbarnen bryr sig om längre?

Hör i så fall av er till oss!  
Anna och Ingemar 0457-66968

## TRIVSELKOMMITTÉ

*Det var en dans borti vägen på lördagsnatten,  
över nejden gick låten av spelet och skratten,  
det var tjo, det var hopp, det var hej!*

Visst skulle det vara roligt att kunna slå klackarna i taket lite oftare?

Ronneby OK är en klubb med tradition. Vi är många medlemmar och vi vill bli fler. Gemenskapen är stor och den växer för varje dag. Men allt som växer behöver näring och energi för att trivas och kunna växa sig ännu större.

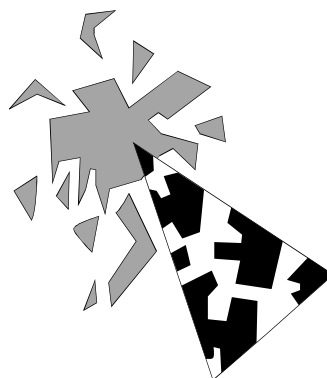
Vi efterlyser nu medlemmar till den nya **trivselkommittén**.

Är du den vi söker? Kraven är enkla. Allt som behövs är ett intresse och engagemang för att få igång klubbens sociala aktiviteter över alla plan.

Intresserad? Ring Anna D 0457-669 68

*Klart vi ska ha årsfest  
Klart vi ska ha sommarfest  
Klart vi ska ha julfest  
Klart att du ska vara med!*

*Desto fler vi blir desto roligare har vi!*



**K-marknad**  
Ronneby  
Din bästa affär

Träning och tävling i  
**NOVEMBER**

DAG	DAT	TRÄNING	ANSVARIG	FRÅN (tid)
TORS	1	HalloweenDistans/ungdom Karlsnäs, Missa ej detta!	Ankan&Lena	18:00
FRE	2	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45
LÖR	3			
SÖN	4	<b>Novembersprinten</b>		
MÅN	5	Styrketräning, gym		18:00
TIS	6	Löpträning/Gympa Fredriksbergsskolan	Johan	18:00
ONS	7	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	8	Distans/ungdom Karlsnäs	Magnus S	18:00
FRE	9	Ungdomsläger Karlsnäs kl 18:00		
LÖR	10			
SÖN	11	<b>Jättemilen</b>		
MÅN	12	Styrketräning, gym		18:00
TIS	13	Löp- och festträning!/Gympa Fredriksbergsskolan	Johan	18:00
ONS	14	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	15	För(e)festlöpning/ungdom Karlsnäs	DJ Kent A	18:00
FRE	16	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45
LÖR	17			
SÖN	18	<b>Viladansbensträning!</b>		
MÅN	19	Styrketräning, gym		18:00
TIS	20	Löpträning/Gympa Fredriksbergsskolan	Johan	18:00
ONS	21	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	22	Datadistans/Ungdom Karlsnäs	Per H	18:00
FRE	23	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45
LÖR	24	Badresa Tingsryd avfärd kl 10		
SÖN	25	<b>Startauppvinterträning Karlsnäs</b>	<b>Kjell Nero</b>	<b>10:00</b>
MÅN	26	Styrketräning, gym		18:00
TIS	27	Löpträning/Gympa Fredriksbergsskolan	Johan	18:00
ONS	28	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	29	Russiadistans/Ungdom Karlsnäs	<b>MANUSSTOPP</b> Micha	18:00
FRE	30	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45

Träning och tävling i  
**DECEMBER**

DAG	DAT	TRÄNING	ANSVARIG	FRÅN (tid)
LÖR	1	Ungdomsträning Bäckahästen		18:00
<b>SÖN</b>	<b>2</b>	<b>KM på klassisk distans</b>		
MÅN	3	Styrketräning, gym		18:00
TIS	4	Löpträning/Gymnastik Fredriksbergsskolan	Johan H	18:00
ONS	5	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	6	Nattcup Karlsnäs		18:00
FRE	7	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45
LÖR	8	Hösthandicap		
<b>SÖN</b>	<b>9</b>	<b>Distansträning Karlsnäs</b>		<b>10:00</b>
MÅN	10	Styrketräning, gym		18:00
TIS	11	Julikul med lampa från Fredriksbergsskolan/Gympa	Johan H	18:00
ONS	12	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	13	Luciadistans med lampa		18:00
FRE	14	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45
LÖR	15	OL-teknikträning kl 10:00 / Ungdomsläger Karlsnäs kl 16:00		
<b>SÖN</b>	<b>16</b>	<b>Luciakavle Karlsnäs</b>		<b>10:00</b>
MÅN	17	Styrketräning, gym		18:00
TIS	18	Löptest/Gymnastik Fredriksbergsskolan	Johan H	18:00
ONS	19	Veteranträning med studiecirkel på Karlsnäs	Gunnar K	12:00
TORS	20	Nattcup Karlsnäs		18:00
FRE	21	Innebandy Fredriksbergsskolan		18:45
LÖR	22			
<b>SÖN</b>	<b>23</b>	<b>Distansträning Karlsnäs</b>		<b>10:00</b>
MÅN	24	<i>GOD JUL</i>		
TIS	25			
ONS	26			
TORS	27	Löpträning med lampa Karlsnäs		18:00
FRE	28			
LÖR	29			
<b>SÖN</b>	<b>30</b>	<b>Distansträning Karlsnäs</b>		<b>10:00</b>
MÅN	31	<i>GOTT NYTT ÅR</i>		

# SKIDOR OCH FRIIDROTT

## Skidor

Nu närmar sig vintersäsongen med stormsteg. Förhoppningsvis har i skidföre på Karlsnäs om en månad. I höst har vi haft en omfattande rullskidverksamhet med ett flertal tävlingar. När detta skrivs återstår en tävling som arrangeras av OK Dacke.

## Vasaloppet 2002

Vasaloppet är fulltecknat. I övriga aktiviteter under Vasaloppsveckan finns gott o plats.

	1 nov. -31 dec / Direktanm.			
Kortvasan, Oxberg-Mora	22/2	30 km	390:-	500:-
Tjejvasan, tävl. klass	23/2	30 km	825:-	950:-
Tejvasan, motionsklass	23/2	30 km	705:-	870:-
Öppet spår, söndag	24/2	90 km	895:-	1000:-
Öppet spår, måndag	24/2	90 km	720:-	850:-
Halvvasan, Evertsberg-Mora	26/2	45 km	670:-	800:-

Kontakta Tommy Hammar tel. 0457-451 325 så hjälper han Dig med anmälan.

## Blekinge Skidförbunds Längdläger

Lägret äger i år rum i Harsa i norra Hälsingland och är i första hand avsett för ungdomar 15 - 25 år. I mån av plats får äldre följa med. Avresa tis. en 1 jan. Hemkomst sön. den 6 jan. Kostnaden för ungdom 15 - 25 år blir efter Bl. Skidförbunds subvention 1200 - 1300 kr. Äldre betalar dubbla kostnaden. Ronneby OK subventionerar ytterligare sin ungdomar med halva den kostnaden. Efter subventionen blir kostnaden för ungdomar 600 - 650 kr.

Anmäl senast 1 dec. till Tommy Hammar tfn. 0457-451325

## Blekinge Skidförbunds årsmöte

Årsmötet ägde rum på Karlsnäsgråden understor uppslutning. ROK:are har flera uppdrag i förbundet.

Styrelsen: Tommy Hammar omvaldes för en ny 2-årsperiod.

Längdkommitten: Håkan Losbrant omvaldes

Valnämnden: Bennie Torstensson

Revisor: Anders Månsson

## Vinterns tävlingprogram

Vinterns digra program kommer vi att publicera i ROK-bladets decembernummer.

Vi hoppas att de skall kunna genomföras till alla delar.

## Gränums IF:s rullskidtävling

Sex ROK:are har med framgång deltagit i Gränums rullskidtävling. Tävlingen var välbesökt med deltagare från Skåne, Småland och Blekinge.

*Resultat:*

21 km.

1. Ingvar Ericsson ..... OK Gyngge ..... 53,53
2. Stefan Karlsson ..... ROK ..... 54,40
5. Lars-Olof Månsson.. ROK ..... 55,47
8. Tommy Hammar .... ROK ..... 56,31
13. Stellan Sund ..... ROK ..... 1,01,25
20. Håkan Losbrant ... ROK ..... 1,07,37

12 km

1. Anders Månsson..... ROK ..... 44,05

## Åsracet på rullskidor i Haarp

Detta är ett lopp mestadeles uppför Hallandsåsen som mäter 9,5 km. Här deltog Tommy Hammar med en fin 2:a plats i Klass H 60 på tiden 30,40.

## Friidrott

Ett flertal ROK:are har deltagit i Brunnsjoggen. Inga-Lill Olsson blev bästa dam på 7 300 m.

*Resultat*

- 11.700 m M 5. Erik Heinemark ..... 47,34
8. Bennie Torstensson .... 48,01
28. Jonny Madsen ..... 56,36

7 300 m M 5 Ulf Söderström .....28,46  
 30. Sven-Åke Lindström .48,01  
 58. Harry Elmqvist .....56,36

D 1 Inga-Lill Olsson.....32.01

3 300 P 12 3. Erik Madsen .....13,38

3 300 utan tidtagning

M 2. Anders Månsson

### **Aktuella tävlingar**

#### **Jämjömaran 21 och 10.5 km**

Dag: Lördag 10 nov.

Arrangör: Team Blekinge IF

Anmälan: Senast 5 nov.. Efteranmälan  
 tävlingsdagen.

#### **Skinkloppet 12 km**

Dag. Söndag 2 dec.

Arrangör: Gränums IF

Plats: Olofström

Anmälan: Senast 27 nov.

#### **Sylvesterloppet 10,5 km**

Dag: Söndag 31 dec. ( Nyårsafton )

Arrangör: UF Contact, Olofström

Plats: Olofström

Anmälan: Senast 10 dec

Tävlingsanmälare: Tommy Hammar tfn. 0457  
 / 451 325

#### **Träningsstider**

Tisdagar: Fredriksbergsskolan  
 Kl. 18.00 Löpträning  
 Kl. 19.00 Gymnastik

Torsdagar: Karlsnäs kl. 18 00  
 Löpning/Skidgång

Söndagar: Karlsnäs kl. 9.45  
 Samling kl. 9.30  
 Löpning/Rullskidor

#### **Annons**

Skid- och Friidrottskommitten har möte på  
 Karlsnäsgråden torsdag den 20 nov. kl. 19.30.

**K-marknad**  
**Ronneby**  
**Din bästa affär**

# BINGO-LOTTO

Den som står först med fet stil ansvarar för att det fungerar. Försäljning mellan 09.30 och 13.30. Viktigt att ni står denna tiden!

Lotterna hämtar ni helst på Karlsnäs på torsdagskvällen. Kan ni inte då så gäller att ta kontakt med Britt-Marie om lämplig tid. (0457/13158).

Passa sedan denna tid, hon ska inte behöva sitta och vänta på er i flera timmar. Redovisning sker snarast till Sven-Åke. Lyckas ni inte sälja alla lotter måste ni lämna tillbaka minst 5 i nummerföljd och senast kl 1600.

OBS. Vi får inte sälja framför K-Marknad, Maxi eller Widenborgs.

## Torgförsäljningen hösten 2001

	<i>antal sålda Bingolotter</i>	<i>dubbellotter</i>	<i>färgfemmor</i>
V34 <b>Lars</b> och Magnus Saager, Chrille, Torgny	115 st		0 st
V35 <b>Stellan S</b> , Dan R, Torsten S, Bennie T	106 st		5 st
V36 <b>Stefan J</b> , Bengt, Kristina, Anne och Veronica Aspvall	101 st		5 st
V37 <b>P-E</b> , Eva, Mikaela Lögdberg, Arne Persson	91 st		9 st
V38 <b>Torbjörn Å</b> , Daniel S, Gustav N	62 st		7 st
V39 <b>Agneta</b> och Gustav Petersson, Maria och Malin P	101 st	15 st	7 st
V40 <b>Stig A</b> , Håkan L, Sven-Gustav E, Inge P			
V41 <b>Patrik</b> och Åsa, Magnus G, Per H			
V42 <b>Sven-Åke L</b> , Lars M, Kjell N, Sara O, Bo-Gunnar O			
V43 <b>Britt-Marie F</b> , Barbro C, Ingrid N, Christina B			
V44 <b>Lennart</b> och Pamela E, Piere R, vakant			
V45 <b>Ingmar E</b> , Anna D, Per och Gustav Linde			
V46 <b>Erik N</b> , Anna Å, Ann-Christine N, vakant			
V47 <b>Björn</b> och Terese G, Jörgen, Olof, John Nilsson			
V48 <b>Johan H</b> , Oskar H, Tomas J, Sven Gisselsson			
V49 <b>Stefan</b> , Roland, Inga-Britt Karlsson, vakant			
V50 <b>Jon</b> , Therese, Barbro och Per E			
V51 <b>Anders</b> , Daniel, Ingela, Lennart S, Rune B, Kjell M, Sven-Åke L			

Följande säljer varje vecka:

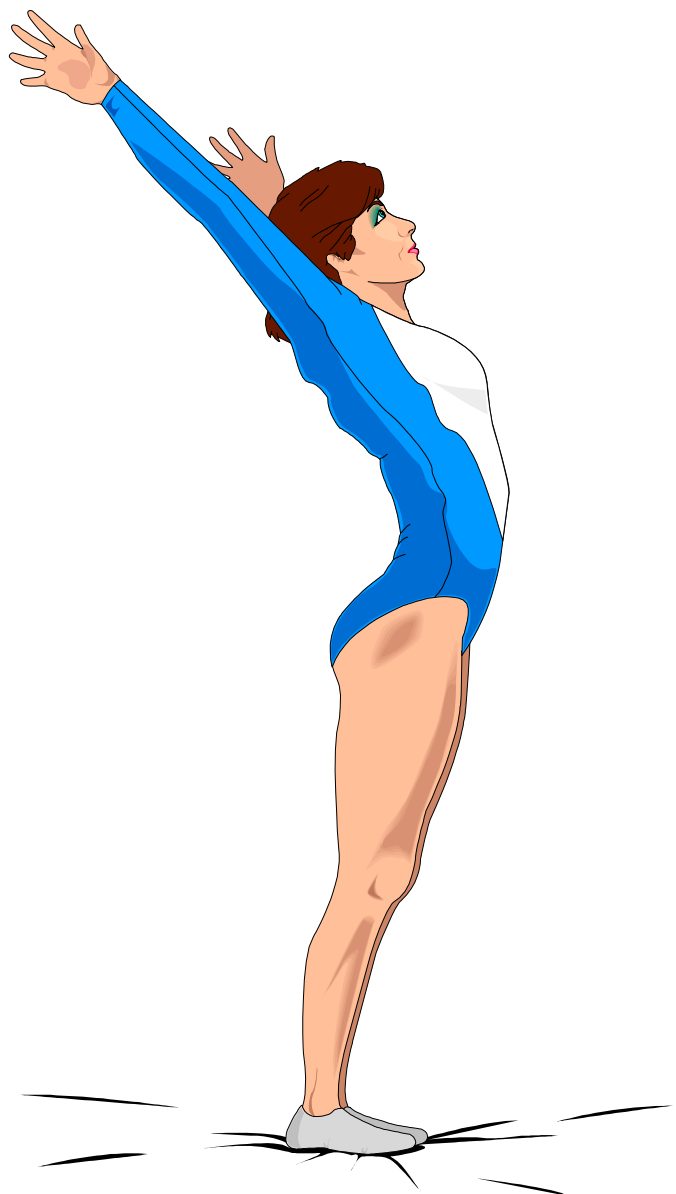
Britt-Marie Fagberg 65 st, Ingela Smedenmark 22 st, Sven-Åke Lindström 20 st, Gunnar Karlsson 10 st, Ulf Nilsson 8 st, Stefan Jönsson 5 st, Dan Robertsson 5 st, Jörgen Eklund 5 st, Barbro Engkvist 5 st, Gisela Håkansson 4 st, Mats Pihlgren 4 st, Agneta Pettersson 4 st, Ulf Söderstam 3 st, Anders Månsson 3 st, Kent Gunnarsson 3 st, Johan Håkansson 2 st.

### Hej!

Försäljningen på Torget går utmärkt. Jag räknar med ett snitt på 100 st/vecka. Vi ligger bra till. Ett stort tack till er som har stått, ni har gjort ett strålande jobb. Lycka till för er som skall stå, hoppas ni kan hålla ställningarna.

Vilka kommer bli klubbens bästa team i höst?

*Hälsningar Sven-Åke och Lennart*



[ Gympa varje tisdag klockan 19:00 på Fredriksbergsskolan ]

# ROK-S FRAMTIDSGRUPP

Nu har ROK en *framtidsgrupp*... Det började med att SISU – idrottsutbildarna i Blekinge bjöd in ett antal olika idrottsföreningar till en träff på Brunnen, den 21-22 september. Temat för träffen var "Teamarbete i din förening". Ett gäng ROK:are blev tillfrågade om de var intresserade att jobba med framtidsfrågor i föreningen och då även delta på träffen. De som tackade ja var: Anna Danielsson, Barbro Engkvist, Anna-Maria Gustafsson, Björn Gustavsson, Christian Håkansson, Per-Erik Lögdberg, Jörgen Nilsson, Sarah Olofsson och Anna Åhman. På Brunnen kunde tyvärr inte Anna D, Anna-Maria G och Christian H närvara. Vi hann med 2 träffar på hemmaplan där vi förberedde oss genom att läsa boken "2+2=5 Teambildning och Teamarbete" och diskutera vad vi som grupp skulle kunna jobba med.

Träffen på Brunnen hölls av Göran Folkeson, Björn Gustavsson och Mats Pilbäck. Helgen varvades med utbildning och grupparbete.

Grupparbetet skedde både i den egna klubbgruppen och i mixad grupp. Utgångspunkten var att vi diskuterade möjligheter och begränsningar i den egna klubbens verksamhet. Utifrån detta diskuterades det i tre grupper om *ekonomisk organisation, ledare/verksamhet och styrelse/ordförande*. Målet från SISUs sida var att det skulle komma fram minst 11 tankegångar på hur vi förbättrar och utvecklar vår förening, idrotten i Blekinge och SISU. Avslutningsvis fick därför varje klubb sätta samman och presentera en lista på hur de tänkt att fortgå med arbetet hemma i klubbarna.

Efter denna helg har framtidsgruppen i ROK fortsatt sitt arbete. På senaste träffen beslutades det att vi kommer ringa runt till klubbens medlemmar och ställa några frågor rörande klubbens framtid. Så räkna med att ni får höra av från oss i framtidsgruppen!

*Framtidsgruppen genom Anna Å och Sarah O*

## BLEKINGE OF

*inbjuder till den årliga*

# HÖSTKONFERENSEN

**lördagen den 17 november 2001**

Norrevångskolan Mörrum. 08.45-C:a 15.00. Ungdomsledarkonferens, Ledaransvarikonferens, Elit och tränarkonferens, Ungdom, Arrangemang och Bankonferens. Anmälan till Christina eller lista på Karlsnäs, senast 11 nov.

# BANLÄGGNINGSKURS

Steg 2 den 25 november Chapmanskolan, Karlskrona kl.09.30-16.00 Instruktor Göran Bergander, Eksjö. Steg 2 behövs om Du skall lägga elitbanor vid större tävlingar, vara bankontrollant vid DM, SSM, GM eller SM-tävlingar. Anmälan till Christina eller lista på Karlsnäs senast 14 november.



# ROK- BLADET



**E-post:** rokbladet@swipnet.se

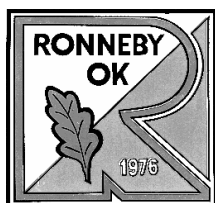
**Manusstopp:** Sista torsdagen i varje månad. Sista dagen att skicka material till nästa nummer är **den 29 november**. Var god respektera detta datum!

**Material:** Material som önskas insatt i ROK-bladet mailas till ovanstående adress eller skickas till:

*Per Holmberg, Älgbacken 5c, 372 34 Ronneby*

Om du har tillgång till en dator och skickar med snigelpost vill vi mer än gärna ha det på diskett. Mindre saker går dock bra att lämna handskrivet om du textar tydligt.

**Tryck:** Philanders Grafiska, Karlskrona



## RONNEBY ORIENTERINGSKLUBB

**Adress:** Ronneby OK  
Box 44,  
372 21 Ronneby

**Postgiro:** 24 41 86 - 3

**Bankgiro:** 274 - 6964

**Bankkontonummer:** 7358 21 39026

**Organisationsnr:** 835600-2173

**Föreningsnummer:** 3390

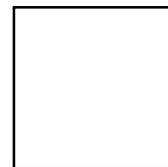
**Klubbkod Vasaloppet:** 11140

**Bingolottsnummer:** 129-084

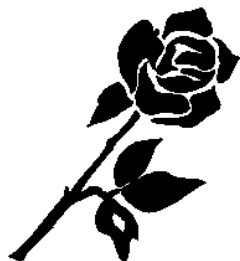
**Klubbgård:** Karlsnäsgården  
Telefon: 0457-460 016  
Bokning: Britt-Marie Fagberg, 0457-131 58

**Medlemsavgifter 2001:** Ungdom 75 kr, Över 21 år 150 kr, Familj 300 kr,  
Stödmedlem 100 kr

**ROK på Internet:** <http://www.rok.nu>      E-post: [rok@rok.nu](mailto:rok@rok.nu)



## Månadens Ros



**Ungdomskommittén** är värd rosen för sitt engagemang genom att förnya och hålla verksamheten levande för våra ungdomar. Lördagsträningarna är ett bra exempel. Ungdomskommittén som trots att orienteringssäsongen sjunger på sista versen satsar framåt med nya grepp för att stimulera våra ungdomar. Det gäller att inte gå i ide!

### STYRELSE 2001

Ordförande	Barbro Engkvist	Sjuhalla	370 24	Nättraby	0455-494 12
Vice Ordförande	Lennart Smedenmark	Box 17	370 12	Hallabro	0457-451 326
Sekreterare	Rune Bengtsson	Sjöarp	370 10	Br. Hoby	0457-804 04
Kassör	Maria Passby	Ö. Brunnsvägen 59	372 36	Ronneby	0457-107 15
Egna arrang.	Patrik Karlsson	Ringgatan 2	372 32	Ronneby	0457-666 36
Träning & Tävl.	Erik Nordström	Södra JönsDavidsg.	372 36	Ronneby	0457-103 01
Ungdom	Lars Martinsson	Lindblomsvägen 8c	372 32	Ronneby	0457-155 80
Skid & friidrott	Sven-Åke Lindström	Halladalsvägen 36	372 37	Ronneby	0457-152 90
Karlsnäs	Gustav Fredriksson	Hjälmsa 2032	370 10	Br. Hoby	0457-811 26
Ledaransvarig	Christina Båth	Torholmsvägen 18	372 74	Ronneby	0457-312 12

### Några andra funktionärer

Dataansvarig	Thomas Johannesson	0457-266 52
Kartansvarig	Patrik Karlsson	0457-666 36
Lotteriansvarig	Sven-Å Lindström	0457-152 90
Markkontaktman	Lennart Erlandsson	0457-314 11
	Lennart Persson	0457-314 08
Mediakontakter	Christer Svensson	0454-613 59
Märkesombud	Gunnar Karlsson	0457-164 71
ROK-Bladet	Per Holmberg	0457-165 81
	Christian Håkansson	0457-104 85
	Torgny Lindström	0457-663 24
Tips & Bingo Karlsnäs	Britt-Marie Fagberg	0457-131 58
Tävlingsanmälare orientering	Åsa Lannersjö	0457-666 36
Tävlingsanmälare skidor & friidrott	Tommy Hammar	0457-451 325
Reseledare	Yngve De Bourg	0455-498 52
Utbildning/Försäkringsansvarig	Göran Folkesson	0457-171 66