



Vallentuna-Össeby OL

Verksamhetsberättelse för år 2022

INLEDNINGSD

Vallentuna-Össeby OLs styrelse avger härmed följande berättelse över verksamheten under föreningens 32:a verksamhetsår.

År 2022 har präglats av ett mer naturligt år efter den besvärliga Coronatiden. Tävlingar och träningar har kunnat genomföras på ett normalt sätt utan några större begränsningar. Även sommarens stora orienteringsfest O-ringen i Uppsala genomfördes på ett succéartat sätt.

Den 13-14 augusti arrangerade vi VÖOL-dubbeln i Rumsättra, 2 st nationella medeldistans-orienteringar. Vi hade 1004 startande deltagare under de två dagarna. Arrangemanget gav ett gott överskott att kunna användas i vårt ungdomsarbete.

Ungdomsverksamheten har rullat på som vanligt. Under vår och höst har 15-20 ungdomar fortsatt att träna utomhus varje tisdag och sprungit banor vid Karlslundsskolan södra och även vid andra platser. De lite äldre är med och fystränar på torsdagarna vid klubbstugan. Även tävlingar och läger har genomförts.

Klubbens motionskommitté har utmärkt sig som en pålitlig och entusiastisk arrangör av Roslagsveteranerna. Även Naturpasset har arrangerats under året.

Föreningen har totalt 100 betalande medlemmar. Av dessa har 59 (65) betalat tävlingsavgift.

	0-6 år	7-12 år	13-20 år	21-40 år	41-Max år	Summa
Kvinnor	0 (0)	15 (19)	11 (25)	10 (13)	41 (46)	77 (103)
Män	0 (1)	14 (18)	22 (31)	6 (11)	62 (75)	104 (136)
Summa	0 (1)	29(37)	33 (56)	16 (24)	103 (121)	181 (239)



FUNKTIONÄRER

Styrelse

Ordförande	Peter Brunnberg
Ledamot tillika vice ordförande	Jonas Giding
Ledamot tillika sekreterare	Elin Giding
Ledamot tillika vice sekreterare	Marie Öhman
Ledamot tillika kassör	Christer Arksand
Ledamot	Claes Landqvist
Ledamot	Anders Lindgren
Suppleant	Mattias Sandqvist

Revisorer

Revisor	Eva Sundgren (sammankallande)
Revisor	Eric Jaremalm
Revisorsuppleant	Björn O Bergkvist

Valberedning

Pia Sundgren (sammankallande)
Stig Jaremalm

Övriga funktionärer

Skolansvarig	Ingår i ungdomskommittén
Resultatredogörare och märkesombud	Peter Sundgren
Klädansvarig	Pia Sundgren
Controller	Claes Landqvist
Teknikansvarig	Christer Arksand
Representant i UOF:s ungdomskommitté	Jonas Giding
Uttagningskommitté	Kent Lundvall (vuxna) Jonas Giding (ungdom)

STYRELSEN

Styrelsen har under verksamhetsåret haft 11 protokollförda styrelsemöten.

Peter Brunnberg och Jonas Giding representerade klubben på UOF:s årsmöte.

Peter Brunnberg representerade styrelsen på UoF:s planeringsdag 26/11.



OL-KOMMITTÉN

Kommittémedlemmar: Claes Landqvist (sammanställande), Peter Sundgren, Kent Lundvall

Klubbmästare och klubb tävlingar

OL-kommittén har arrangerat, eller lejt ut, ovanstående: Klubbmästerskap, Vårmästerskap, Figges GP, Skinkloppet och Juldagsorienteringen.

Under året har följande klubbmästare korats:

Lång

H45 Eric Jaremalm
H55 Jonas Giding

Medel

H55 Mattias Sandqvist
H65 Peter Sundgren
H16 Hannes Kolm
H12 Love Kolm

Natt

H55 Jonas Giding
H65 Peter Sundgren
H16 Hannes Kolm
H12 Love Kolm

Sprint

H55 Jonas Giding
H16 Isak Sundin

Terräng

H21 Hannes Kolm

Resor

Klubben har haft ett lag på Jukola-kavlen.

Klubben deltog tillsammans med L100 på 10mila i Ånnaboda Örebro

Träning

Träningsverksamheten har haft ett bra utbud med 2-3 träningstillfällen/vecka

Januari-mars

Tisdagar Orienteringsträning i Karlbergsskolan.

Torsdagar Intervall eller backträning från 12 år och uppåt, med gemensam soppa efteråt i klubbstugan

Söndagar Distansorientering



April-september

Tisdagar Orienteringsträning tillsammans med ungdomskommittén

Torsdagar Orienteringsträning

Oktober-december

Tisdagar Orienteringsträning tillsammans med ungdomskommittén

Torsdagar Intervall eller backträning från 12 år och uppåt, med styrka och smidighetsträning som avslutning, därefter gemensam soppa efteråt i klubbstugan

Orienteringsskytte

Tävlingar

Klubbens medlemmar har deltagit på 2 st tävlingar i Borlänge varav en var SM-tävling, deltagit på 2 st tävlingar i Danmark och 3 st VM-tävlingar i Tyskland.

Klubbens medlemmar har tagit 1 st VM-brons, 2 st SM-guld och 1 st SM-silver.

Statistik

Statistik från klubbens tävlande. Som synes av tabellen har det totala tävlandet ökat jämfört med förra året.

Typ	2018	2019	2020	2021	2022	Förändr.
						2020-2021
Dag	716	968	76	426	380	-46
Natt	31	38	15	5	23	18
Kavle	55	72	0	23	42	19
PreO	3	0	0	0	0	0
MTB	0	0	6	1	1	0
SkidO	4	0	0	0	4	4
OL-skytte	29	21	0	18	18	0
Summa	838	1099	97	473	468	-5
Förändring	129	261	-1002	376	-5	
Förändring (%)	18	31	-91	488	-1	



UNGDOMSKOMMITTÉN

Kommittémedlemmar: Jonas Giding (sammankallande), Kajsa Tirén, Anders Lindgren, Viktoria Kolm och Sture Lokatt

Tränings- och tävlingsverksamhet

- Under januari-mars har vi varje tisdag haft utomhusträning vid Karlslunds södra. Det har varit ett 20-tal ungdomar varje gång.
- Kajsa bokade en spinninglokal på Sports Club 10/3 och bjöd in alla i klubben. Det blev fullsatt. Mycket bra initiativ som stärker sammanhållningen i klubben när så många träffas.
- Hannes Kolm har varit med i Upplandstruppens aktiviteter under året med start 12/3 med övernattnig i Sigtuna.
- Nybörjarkursen startade 15/3 och 3 ungdomar från 8 år och uppåt började. Första träningen för nybörjarna var inomhus, medan fortsättningsgrupperna var ute.
- Ett 10 tal ungdomar och 3 ledare var på helgläger i Rånäs den 19-20/3. Vi åt tacos och sköt med lasergevär och hade jätteroligt. Självklart sprang vi orientering med. Egentligen skulle vi haft detta läger i februari men det blev ytterligare en Coronavåg som gjorde att vi försköt lägret en månad.
- Under maj deltog ungdomarna på Till skogs och vi hade flest deltagare på vår egen deltävling.
- Den 27-29/5 var 6 ungdomar och 4 vuxna på distriktsläger på Vässarö. Vi åkte båt ut och bodde i stugor förutom Hannes som sov på golvet tillsammans med övriga i Upplandstruppen. Det var förutom många orienteringsövningar också segling, klättring och andra roliga aktiviteter.
- Hannes Kolm och Jonas var på rikslägret i Idre den 26/6-1/7. Det var många bra orienteringsövningar i svår terräng lagda av meriterade landslagslöpare. Mycket roligt och lärorikt läger.
- Under april-juni och augusti-oktober har vi varje tisdag haft nybörjarkurs kombinerat med ungdomsträning för mer vana ungdomar. Efter idrottens dag 27/8 har det tillkommit ytterligare några och nu är det ett 20-tal ungdomar som fortsatt. 11 gånger har vi grillat och även ibland badat i samband med träningen. Det har varit mycket uppskattat. Sommaravslutningen hade vi som vanligt vid Bergsjön i Kårsta 7/6. Där hade vi märkesutdelning, badade och grillade. Det var mycket uppskattat av alla.
- Kajsa arrangerade en match mot Täby OK i kärrfotboll 16/6, vilket mycket uppskattat av alla som vågade sig ut i kärret. Vi vann så klart.
- Vi hade vi lag som sprang Österåkerskavlen 24/6. (2 inskolningslag, 1 H12 och 1 H14).
- På 25-manna i Flemingsberg 8/10 hade vi flera ungdomar med. De flesta hade aldrig varit på en så stor tävling förut men alla gjorde bra ifrån sig.
- Helgen 15-16/10 åkte vi med 11 ungdomar och 6 vuxna till Daladubbeln. Vi åkte gemensam buss med andra upplandsklubbar. En del av ungdomarna hade inte varit på en så här stor tävling tidigare. De gillade att vara där och gjorde riktigt bra insatser i skogen.
- Sista träningen innan höstlovet 25/10 var en Halloween-special hemma hos familjen Enkvist-Tirén, som vi haft många gånger tidigare. Kajsa hade lagt en bokstavs bana som var mycket rolig.



- Efter novemberlovet utgår våra träningar från Hagaskolan. Kul att komma till ett nytt ställe samt att det finns tre st kartor att välja mellan när vi lägger banor.
- Den 17/11 var vi på Yoump i Arninge (trampolinpark). Det var mycket uppskattat av ungdomarna och de vuxna.
- Höstavslutningen 21/12 var hemma hos familjen Kolm. Med Cluedo-orientering korvgrillning, glögg, julmust, skumtomtar med mera.
- Under november- december har vi även haft torsdagsfys. Det är inte bara för ungdomar utan alla är välkomna.

Övrigt

- Nu när coronapandemin inte är så utbredd längre känns det som att vi har hittat tillbaka till ett normaläge vad det gäller träning, läger och tävlingar.
- Kommunens Kultur- och Fritidsförvaltningen arrangerar årligen tillsammans med drygt 20 Idrottsföreningar Idrottens Dag i Vallentuna. Ungdomskommittén deltog från VÖOL:s sida och bjöd på "Prova på" orientering samt informerade om klubbens verksamhet.
- Jonas Giding representerade ungdomskommittén i VÖOL på UOF:s planeringsdag 26/11.
- Jonas Giding är med i UOF:s ungdomskommitté.
- Sture Lokatt och Viktoria Kolm har varit på Barntränarkurs på Bosön i november.

ARRANGEMANGSKOMMITTÉN

Kommittémedlemmar: Peter Brunnberg (sammankallande), Christer Arksand, (kartansvarig Norrkartor), Anders Ericsson, Sören Hessel

Arrangemang

Lördagen den 13 augusti och söndagen den 14 augusti arrangerade klubben 2 st Nationella tävlingar i medeldistansorientering. Tävlingarna ägde rum i Rumsättra på nyritade kartor framställda av Norrkartor. Arrangemangen samlade totalt 1004 startande deltagare.

Kartor

Klubben är medlem i kartföreningen Norrkartor och delaktig i dess verksamhet.

Norrkartor har under året nyritat kartan runt Rumsättra inför vår dubbeltävling 13-14 augusti 2022.

Övrigt

Peter Brunnberg och Christer Arksand har varit på kurs på Bosön för genomgång av Naturvårdsverkets rekommendationer "Vägledning för arrangemang i naturen". Träffen anordnades av Stockholms Orienteringsförbund.

Peter Brunnberg och Christer Arksand representerade klubben på kartföreningen Norrkartors årsmöte.

Christer Arksand representerade arrangemangskommittén i VÖOL på UOF:s planeringsdag 26/11.



INFORMATIONSKOMMITTÉN

Klubbtidningen är vilande, Styrelsen har utbildningsansvaret och Christer Arksand är webbansvarig.

Klubbens hemsida är det viktigaste och mest utnyttjade informations- och kommunikationsmediet i föreningen. En arbetsgrupp bestående av Kajsa Tirén, Jonas Giding och Marie Öhman har jobbat fram en ny hemsida under hösten. Den är fullt fungerande från årsskiftet då IdrottOnline släckte ner den gamla sidan. Vi lägger kontinuerligt upp information om träningar, tävlingar, läger, resor och inte minst uppmärksammar prestationer och utmärkelser. Ett komplement till hemsidan är klubbens Facebook-sida och Instagram-sida.

MOTIONSKOMMITTÉN

Kommittémedlemmar: Gösta Holmberg (sammankallande), Hans Holmberg, Börje Holmgren, Gunnar Högborg och Anders Ericsson (Roslagsveteranerna), Carl-Arne Malmberg

Nybörjarkurs för vuxna arrangerades av Marie Öhman och Peter Sundgren. Kursen hade 10 st deltagare.

Roslagsveteranerna

Under året har motionskommittén arrangerat två deltävlingar åt Roslagsveteranerna. Vårens tävling gick vid Rocksta gård och höstens tävling norr om Ösby. Bägge tävlingarna samlade drygt 90 deltagare.

Naturpasset

Motionskommittén har under 2022 arrangerat Naturpasset vid Vallentuna IP, Åsta och vid Össeby IP. 125 st paket har sålts vid Apoteket, Biblioteket, Bilisten och ICA Brottbyhallen och ett antal har skrivits ut direkt från vår hemsida. Till Supporterklubbens medlemmar har 100 st exemplar med endast Össeby IP kartan delats ut. Dessutom har en del av Naturpasset delats ut i brevlådorna i Brottby, ca 250 st.

Av inskickade kontrollkort har tre stycken vinnare dragits som presenterats på hemsidan.

KLUBBHUSKOMMITTÉN

Kommittémedlemmar: Anders Ericsson (sammankallande), Ola Blomdin, Börje Holmgren

En inventering av allt material i klubbhuset har genomförts och en inventarielista har upprättats.

Inga större reparationer eller renoveringar har behövts genomföras.