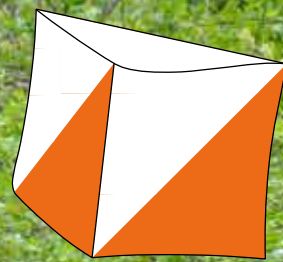


# Luffarkavlen



Nummer 2 2022

Skogsluffarnas orienteringsklubb



TOMILA

USM 2022

Karthistorik

Från Busluffarna...

Bagisloppet är tillbaka



## Innehåll

LEDARE 2

KALENDER 3

SKIDLÄGER 4

CAFÉ BROTORP 5

ANNONSER 6

ÅRSMÖTE 7

NATURPASSET 8

KM 9

10MILA 10-11

USM 2022 12-13

KARTHISTORIK 14-16

BROSTUGEDAGEN OCH  
25manna 17

NYBÖRJARKURS 18

FORTSÄTTNINGSKURS 19

FRÅN BUSLUFFARNA... 20

MÅSENSTAFETTEN 2022 21

GULA GRUPPEN 22

BAGISLOPPET 23

### Redaktion

Tommy Ljusenius  
Britt-Marie Skog

### Redigering och layout

Göran Andersson  
byorientering@gmail.com

### Omslagsbild

Omslagsbild: Lördagsträning i Brotorp.  
Henrietta, ledare i Hökarna, och  
Kerstin, 8 år.

### Tryck

Wasa Grafiska AB - Tryckeri och Dekor,  
08-34 95 77, 08-34 95 75



Foto: Michael Thulin

### Vad härligt att allt är igång igen!

Efter två långa år märkt av pandemin så har denna vår erbjudit en återgång till en vanlig orienteringssäsongsong. Tävlingskalendern har varit lika fylld som innan pandemin och det har gått att orientera mer eller mindre varje helg sedan säsongen drog igång. Lite trögt och ovant har det då ändå känts tycker jag, som att insikten om att allt är igång igen tog lite tid att slå till. Men en tävling hann jag med, Hägelbydubbeln. Allt kändes lite ovant men ändå så bekant och det var härligt att träffa alla glada luffare igen!

Något som jag funderat över denna vår är att man som arrangör verkar skippa ombytet, inga duschar erbjuds, utan vätkluten har gjort comeback! Det finns både för och nackdelar med det, att springa en orienteringstävling behöver inte ta hela dagen om man efter sprunget lopp åker hem och byter om. Men man missar en hel del av den sociala samvaron som snacket i duschen och med matsäcken innebär. Jag kan sakna det gamla samtidigt som det gör att även annat hinns med.

### 10MILA

I och med att allt är som vanligt innebär det att orienteringssportens tre flaggskepp efter två års uppehåll äntligen kan gå av stapeln igen. Först ut var 10-mila. Denna gång gick inte tävlingen i Stockholmsområdet, utan i mina hemtrakter Örebro och i klassisk orienteringsterräng: Kilsbergsskogarna. Läs Torbjörns berättelse från det händelserika dygnet i början av maj längre in i tidningen. Själv sprang jag sista sträckan i Skogsluffarnas damlag och jag ska erkänna att

## Ledare

jag var ganska skeptisk när Torbjörn kom med idén. Men jag är glad att jag lät mig övertalas, det var himla kul även om jag var bra nervös när jag gav mig iväg strax efter klockan 19 för att springa en drygt 8 km lång bana. Skulle jag hinna i mål innan det blev mörkt? komma ett så stort medlemsantal som möjligt och på detta sätt hastigt nå upp till ett idrottsligt anseende, utan att snarare dämpa antalet nya medlemmar för att lättare kunna hålla ihop och ha trevligt tillsammans. Resultaten ska nog komma ändå, hoppas vi!"

### O-Ringen

Efter två års väntan kommer Uppsala äntligen att få arrangera orienteringens nästa flaggskepp, O-ringen nu i juli. Senaste jag tittade var ett 20-tal Skogsluffare anmälda. Det är väl lite färre än åren innan pandemin och jag vet inte om det är för att det är i Uppsala (för nära Stockholm) eller om pandemin gjort att man glömt bort att inkludera tävlingen i sina sommarplaner. Själv satsar jag på Åre nästa år även om jag beklagar att jag missar de obligatoriska klubbfikastunderna i gången mellan tälten och utmaningen som skogsområdet Lunsen innebär.

### 25-manna

En vanlig säsong innebär också att 25-manna är tillbaka, denna roliga stafett som kräver att både damer och herrar, tjejer och killar deltar. Skogsluffarna har i flera år innan pandemin lyckats med bedriften att få ihop 2 lag, dvs 50 löpare i alla åldrar. Du kan läsa mer om vad som gäller för tävlingen längre in i tidningen. Det är lite svårt att veta hur intresset och underlaget ser ut i klubben inför årets tävling, men ambitionen är att ånyo monstra två lag. Vill du vara med om en riktig orienteringsfest, boka in lördagen den 8 oktober i din kalender och så ses vi i Visättra, Flemmingsberg.

När jag skriver detta är det den 6 juni. I lördags var det Brostugedagen och på onsdag arrangerar Skogsluffarna åter Bagisloppet efter två års uppehåll. Det känns så kull! Massor med barn och ett antal vuxna kommer att springa runt i ett försommarvackert Bagarmossen. Kyrkan hjälper till och betalar alla barns deltagande och förhoppningsvis slår Gustav Bergman banrekord.

Sen blir det sommarlov och för vissa innebär det fortsatt orienterande. För andra drar säsongen igång igen i augusti.

Vi ses där!

Karin Fuhr Lindqvist

## Lilla Naturpasset



### För barn, föräldrar och alla andra upptäckare!

Lilla Naturpasset är en blandning av en orienteringsbana och en naturstig. Kontrollerna hänger på några av alla fina och spännande platser som finns i skogen i närheten av Brotorp. Genom att ta dig runt banan kommer du att lära dig både om naturen och om att läsa kartan. Till varje kontroll finns det tips om vad du kan se just där, både för att bli en bättre orienterare och för att upptäcka nya saker i skogen!

Lilla Naturpasset kostar 50 kr. Det finns att köpa i Skogsluffarnas stuga Brotorp när det är lördagsöppet där, på biblioteken i Bagarmossen och i Skarpnäck och på Hushället i Bagarmossen. Kontrollerna sitter ute 2 april - 31 oktober.



Foto: Johanna Dahlin

### Kalender

#### Juli

4 Trekvällars, lång  
5 Trekvällars, medel  
6 Trekvällars, lång  
25-30 O-Ringen, Uppsala

#### Augusti

5-6 Ungdomens 10MILA  
8 Mot Centrum  
16 Tisdagsträningen börjar  
19-20 Tärtläger i Brotorp  
24 U-serien regiontävling  
27 "Prova på" i Brotorp  
DM Lång  
28 DM Medel

#### September

1 DM Natt  
2 "Prova på" i Brotorp  
4 DM Stafett  
9 USM-Sprint, Högdalssprinten  
10 USM-Lång, Gålödubbeln, medel  
11 USM-Distriktstafett, Gålödubbeln, lång  
14 Luffartjejnarnas Höstträff  
17 "Prova på" i Brotorp  
24 "Prova på" i Brotorp, Österåkerskavlen

#### Oktober

1 U-Serien, Final  
8-9 25-manna  
15 Dala-Dubbeln  
16 Dala-Dubbeln  
22 Fixardag i Brotorp  
23 Handikapploppet

#### November

20 Planeringsdag  
26 Blot

#### December

11 Skinkloppet och Pepparkaksjakten  
13 Sista tisdagsträningen och Julbord

För information om nationella tävlingar och natttävlingar hänvisas till kalendariet på hemsidan eller tävlingskalendern i eventor. För att vara på säkra sidan, kolla alltid datum i aktivitetskalendern på hemsidan:

www.skogsluffarna.se

# Skidlägret i Orsa Grönklitt

### Klassiska Grönklitt!

Sista helgen i januari var som vanligt vigd åt Skogsluffarnas vid det här laget klassiska klubbresa till Orsa Grönklitt. Även detta år fick vi hitta kreativa vägar för att kunna komma iväg trots att restriktionerna var rigida och omikron härjade som värst.

Vi fick avboka de gemensamma bussarna och var och en tog sig upp för egen maskin, och den gemensamma middagen blev delad i två sittningar för att minska trängseln. Men i övrigt kunde det mesta genomföras som planerat, och vi var ett stort gäng – runt 45 barn och lika många vuxna – som åkte skidor för glatta livet.



Alexander Rendahl tillsammans med Arthur, Ture, Ruben, Simon och Sandro njuter av vyn efter den branta stigningen vid Utsiktspåret.

Snöläget var hyfsat i år, de flesta spår var öppna och allt var vitt – även om det inte var de enorma drivorna som vi fick uppleva förra året. Vädret var omväxlande minst sagt, soligt och vackert de första dagarna, sedan storm och regn med glashala vägar som följd.

Men det hindrade oss förstås inte från att åka en massa skidor och umgås och ha det roligt! Kexchokladlopp, frågesport, korvgrillning och kvällslek hann vi också med mellan skidåkningen.

Med årets Orsa Grönklitts-resa tackar arrangörskommittén (vars kärntrupp består av Anna, Charlotte, Håkan, Peter och Josefina) för sig. Efter sju resor lämnar vi över stafettpinnen till en ny generation. Vi hoppas verkligen att någon känner sig manad, så att denna fina och uppskattade tradition kan fortsätta!

Text: Charlotte Pruth  
Foto: Håkan Enmark



Vedklyvning till korvgrillningen.

### Ny arrangörskommitté

En ny arrangörskommitté har nu bildats och består i skrivande stund av: Sara Rendahl, Jenny Axelsson, Adam Malmcrona, Mattias Åstrand och ytterligare två personer.

Planeringen har börjat och drygt 100 sängplatser är bokade till nästa Orsaläger som blir helgen...

Fortsättning följer...



Som seden bjuder var det korvgrillning vid Wild-kids-lägret. Bjarne och Fredrik fixade korven. Elsa o Telma väntar.

Soligt och vackert på skidstadion när alla samlas för lek-tionen i skate.



# Uteservering på Café Brotorp

Café Brotorp har haft öppet under helger i februari-mars, samt söndagar i april. Cafégruppen har ansvarat för verksamheten. I utvärderingen konstaterar man att fördelarna är stora med att ha utomhusservering och att detta kommer att fortsätta nästa säsong, liksom att säsongen förlängs som i år med öppet-hållande under söndagar i april.

Då är cafesäsongen över för denna gång. Vi i cafégruppen vill tacka alla som har ställt upp och jobbat och på så vis gjort det möjligt att servera våfflor till nöjda gäster och samtidigt skapat en inkomst till klubben. Detta gör det möjligt att hålla klubbens stora barnverksamhet öppen för så många barn till ett relativt lågt pris.

### Nya tankar om bemanningen...

Vi ser i utvärderingen att många gäster uppskattar att se barnen hjälpa till vid serveringen. Vi vet också att många barn tycker det är ett kul jobb, så ta gärna med dina barn till ditt nästa pass våren 2023!

För att skapa ett ännu större socialt sammanhang och sammanhållning i föreningen finns som förslag att till nästa säsong låta varje träningsgrupp ansvara och jobba ihop i caféet under givna veckor. Mer information kommer kring detta vid de avslutande träningarna i oktober.

Har du inte barn i någon av träningsgrupperna är du förstås ändå välkommen att hjälpa till i caféet. En del helger är svåra att bemanna (som runt sportlovet t ex). Vi försöker också ha öppet under sportlovet och daglediga medlemmar behövs då caféet. Så väl mött vid våfflorna 2023!

Hälsar cafégruppen via Ulrika Nylander



Foto: Britt-Marie Skog



Foton: Johanna Dahlin

## Klubbkläder

Är du intresserad av klubbkläder?

Kontakta: Tomas Eklund  
tomas.eklund1@bredband.net  
070-5805264



## "Gamla Luffare" -något för dig?

Det finns en klubb i klubben som heter "Gamla Skogsluffare". Där är vi när detta skrivs 46 medlemmar. Till skillnad från huvudklubben dras vi här med ett sjunkande medlemsantal. Det beror helt enkelt på vad man kan kalla "naturliga avgångar". Medlemmar går helt enkelt bort vid hög ålder.

Nu vill vi gärna få med flera Skogsluffare som passerat de 50 och varit med i klubben i ett antal år. Det finns inga speciella kriterier för medlemskap. Vi som är medlemmar har passerat zenit som orienterare, men vi tycker om att träffas, att uppleva gemenskapen och både uppleva saker tillsammans och tala om tider som varit. Många springer Luffarligan och vi besöker t ex muséer och andra sevärdheter några gånger om året. Vi har även en traditionsmättad träff i Brotorp i försommarskrud och en jullunch i Hartwickska valven.

Vill du veta mera eller anmäla dig som medlem tar du kontakt med:

Leif Magnusson, tfn 070-6876234 eller  
Tommy Ljusenius, tfn 073-3727654

# Årsmöte

## Luffarnas årsmöte kunde hållas i Skarpnäckskyrkan

Efter ett år med coronarestriktioner kunde detta årsmöte genomföras fysiskt i Skarpnäckskyrkan 23 februari. Under året har dock föreningens digitala för många blivit bättre, så det fanns möjlighet att också delta via länk för de som önskade. Vi var sammanlagt 19 st medlemmar som deltog. Charlotte Pruth höll i ordförandeklubbans för mötet och Håkan Enmark var sekreterare. Britt-Marie Skog hade förtjänstfullt ordnat med semlor till samtliga deltagare.

### Torkel Skogman och Tomas Eklund fick pris

Innan mötet öppnades delades två priser ut för medlemmar som utmärkt sig under året. Torkel Skogman fick Skogsluffarnas pris för hans insatser som ungdomsledare och Gamla Luffares pris tilldelades Tomas Eklund för hans arbete som klädansvarig och arbete inom banläggning.

### Klubben fortsätter att växa

Årsmötet kunde konstatera att föreningen fortsätter att växa, vid årsskiftet var vi 460 medlemmar. Framförallt ökar mängden medlemmar i åldersspannet upp till 10 år.

Kanske har pandemin bidragit till att det varit lättare att locka fler barn och deras familjer till idrottsaktiviteter utomhus?

### Ekonomi är god

Vidare kunde styrelsen rapportera till årsmötet att föreningens ekonomi är god, trots att inkomsterna minskat pga minskade arrangemang. Samtidigt hade dock utgifterna minskat, då klubbens medlemmar inte deltagit i orienteringstävlingar i samma omfattning som tidigare år. Klubben har också i viss utsträckning kompenenserats för uteblivna intäkter pga pandemin.

### Karin Fuhr Lindqvist omvaldes till ordförande

Erika Carlinger föredrog valberedningens förslag till ordförande, styrelseledamöter, revisorer och valberedning. Karin Fuhr Lindqvist omvaldes till ordförande och Michael Thulin, Marcus Westin och Olle Öberg omvaldes till ledamöter för ytterligare två år. Övriga i styrelsen; Tommy Ljusenius, Johanna Dahlin och Bjarne Johansson har ytterligare ett år kvar på sin mandatperiod.

Liksom tidigare år ställer Douglas Lundin och Tomas Eklund upp som revisorer kommande år och suppleanter för dessa är Per Liljekvist och Göran Hyttfors.

### Fredrik Palmgren ny i valberedningen

Årsmötet biföll valberedningens förslag på Fredrik Palmgren som ny medlem i valberedningen istället för Kalle Lindqvist som tackar för sig. Erika Carlinger och Christer Moreau fortsätter i valberedningen även under 2022.

### Verksamhetsplan för 2022 godkändes

Under årsmötet föredrog ordf. Karin Fuhr Lindqvist verksamhetsplanen för 2022. Det största arrangemanget är i september då vi arrangerar ungdoms-SM tillsammans med Enskede IK och Skarpnäcks OL. Utöver det såg styrelsen fram emot att få bedriva verksamhet mindre påverkad av coronarestriktioner.

Sammanfattningsvis, årsmötet får ses som en god summering av det gångna året och beslut har tagits för att arbeta vidare i önskad riktning under 2022.

/Marcus Westin, sekreterare

## Brotorp Trailrun

Boka in höstens "Brotorp Trailrun"

Söndag 25 september!

Spring kort, medel eller lång bana i Nackareservatet.  
6,5 km, 13 km eller 25 km!

Kom med på festen, antingen som löpare eller funktionär.

Tävlingsledare Petter Lind

Välkomna!



Starten har gått!  
Foto: Michael Thulin



Skogsluffarnas styrelse  
Övre raden från vänster: Marcus Westin, Tommy Ljusenius och Johanna Dahlin  
Nedre raden; Bjarne Johansson, Britt-Marie Skog, Karin Fuhr Lindqvist och Olle Öberg.  
I styrelsen ingår också Michael Thulin.

# 50-turen och Naturpasspremiär

I samband med Naturpasspremiären har vi sedan ett antal år arrangerat 50-turen, där man får möjlighet att ta 50/25 av naturpassets kontroller, nu i egen vald ordning. Rekordet är Magnus Andersson och Lars Hjulns från Nynäshamns Ok som sprang tillsammans 2019 och tog samtliga kontroller på 3 timmar och 9 minuter.

De senaste två åren har det p g a pandemin varit individuell start, men i år kunde vi som vanligt ha gemensam start strax efter 10.00. Ett 20-tal löpare deltog. Vinnare blev i år Ingemar Wikman och Ulf Öjebo med sluttiden 3 timmar och 51 minuter. Petter Lind och Daniel Elenius tog 25 kontroller på 1 timme och 39 minuter.

Som vanligt fick deltagarna fika med väfflor efter målgång. Tävlingsledare var Tommy Ljusenius.

Vi konstaterade efter tävlingen att vi skulle kunna ta emot betydligt fler deltagare. Kontrollerna finns där liksom väffel-smeten till fiket efter målgång. Deltagarna droppar in hela eftermiddagen fram till

hela eftermiddagen fram till kl 16.00 så det är ingen trängsel i bastu och omklädningsrum eller till väfflor.

Brotorps gräsmatta är stor nog att rymma många som slår sig ner och njuter av fika och eftersnack.

Så väl mött på 50-turen i april 2023!!!

/Britt-Marie Skog



Lördagen den 2 april kunde Naturpasspremiären återvända till Brotorpsstomten efter att ha varit utlokaliserad under pandemin. Det blev en härlig dag och vädret visade upp sin soliga sida.

Under dagen såldes naturpasset till rabatterat pris vilket lockade många till Brotorp. I år kunde man dessutom vinna boken Vildplockat om man gav sig ut i skogen med sitt nyförskaffade pass och tog minst en kontroll, vilket många gjorde. De flesta tog många fler än så. Och efter det bjöds det på fika.

Brittis bryggde kaffe och gräddade väffel hjärtan som dekorerades med sylt och grädde. Smakis till barnen.

Samtidigt hade lilla naturpasset som är anpassat för barn premiär. Där får man inte bara orientera utan även lära sig om djur och natur.

/Lars Mongård

Foton: Hans Christian Höie

# Medel-KM och Terräng-KM

I skir vårgörnska genomförde vi KM i medeldistans på Flatenkartan vid Örnboet i sjöns södra vik. Det kom visserligen några regndroppar men det tycks inte ha stort löparna, som sade sig nöjda och tillfreds med både temperatur, terräng och banor. Trots att terrängen runt Flaten är tämligen rik på stigar är den inte lätt. I själva verket är stigarna i stället ofta ett problem. Flera av dessa är nämligen cykelstigar, som inte är redovisade på kartan, och det förvirrar. Dessutom är det rejält kuperat, vilket gör att man inte kan ta raka spåret, om man ej är försedd med klätterutrustning och dito kompetens. Man tvingas helt enkelt till vägval!

### Samarbete med Skarpnäck och Södertörn

Som bekant för många genomför vi våra KM-tävlingar tillsammans med OK Södertörn och Skarpnäcks OL. Det har två fördelar. Först och främst är vi flera som delar på jobbet under ett år. Dessutom är det alltid mera tacksamt att arrangera en tävling när flera deltar. Att lägga banorna tar ju lika lång tid oavsett hur många som springer. Denna gång var det 150 anmälda, av dessa

var 31 Skogsluffare. Något som var mindre bra var att bara 21 av dessa i själva verket startade. Två hade anmält förhinder som bestod i brist på barnvakt, men nio bara försvann, och det är inte acceptabelt. Nästa arrangemang är Sprint-KM och där ansvarar OK Södertörn.

### Stor hjälp från IFK Enskede

Eftersom de inom klubben som har banläggarkort är få, och eftersom dessa jobbar för fullt med Ungdoms-SM fick jag ännu en gång lägga banorna, och det är i och för sig bara roligt. När det kom till utsättning och intagning av kontrollerna blev det dock "personalbrist". Som ofta förut fanns hjälp att få hos mina vänner i IFK Enskede. Bosse Hedlund och jag rekade tillsammans alla kontroller och både Bosse och hans kusin Hugo Isgren hjälpte till att sätta ut och ta in kontrollerna.

Det är pigga gossar i den späda åldern av 80 och 83 år. Sådana vänner är guld värda!

### Hur ska KM få högre status?

När jag kom med i Skogsluffarna för drygt 50 år sedan hette det att KM var de högst

prioriterade tävlingarna näst efter 10MILA. Då kunde vi vara 100 startande av drygt 300 medlemmar. Vi åkte bland annat till Ånnaboda, Katrineholm och Åland för att springa KM och vi åkte upp till Västmanland och Dalarna för att köra KM i skidorientering. Sedan dess har mycket vatten runnit under broarna och KM lockar inte lika mycket folk vare sig hos oss eller hos andra klubbar. Detta tycker jag är synd, eftersom man vid sådana tillfällen även har möjlighet att umgås och lära känna varandra. Vad tycker ni? 21 löpare av närmare 500 medlemmar är ju inte så "pampigt" direkt...eller?

/Tommy Ljusenius

Terräng-KM gick av stapeln en tisdagskväll i Brotorp, "Två broar runt". Beroende på klass springer man tre, två eller ett varv runt kanalen, där man själv väljer väg. Starter var Karin Skog. Erik Mild som ses längst till höger i bakre ledet vann herrarnas lopp, Karin Fuhr Lindqvist vann damklassen.

/Britt-Marie Skog



Tommy delar ut kartorna med 50 kontroller. Drygt 140 pass såldes på premiärdagen.

En taggad skara kastar sig iväg när Karin Skog, med hjälp av Lill- och Stor Stina, sköter starten. Foto: Britt-Marie Skog

# 10MILA i Ånnaboda -urskog, fantastiska lopp

I år var 10mila var tillbaka i Örebro-trakten. Förra gången – 2006 – blev det norsk seger i såväl 10mila som damkaveln och frågan var om det resultatet skulle upprepas i år. Nu blev det inte riktigt så, bara nästan: Nydalens SK lyckades upprepa sin seger från 2016 samtidigt som OK Linné tog sin första seger efter en lång rad fina placeringar de senaste åren.

Ånnaboda bjöd på tunglöpt skog med rejäla stigningar. "Det är urskog, det finns inga stigar alls" som vår Örebrobördiga ordförande hälsade när vi anmälde lagen tidigare i år. Nåväl, stiglös urskog har ju inte stoppat någon orienterare förr – snarare tvärtom. Tomas Eklund, Per Westerlund och undertecknad körde ner Tomas husvagn till Ånnaboda på fredagseftermiddagen för att sätta upp en basecamp.

Ida öppnade starkt och förde in Skogsluffarna på en 229-plats, lite mer än 15 minuter efter täten. Därefter tog Ingrid vid och gjorde ett stabilt lopp utan stora missar. Susanna tog vid på långa dagen, och tog ett rejält runt vägval till första kontrollen – väl där hade hon redan plockat 15-placeringar. Drygt nio kilometer senare tar hon rygg på Karolin Ohlsson in mot sista (målgången finns att se på Youtube). Så var det dags för tävlingsdebut för Irina – rejält pirrigt för alla inblandade – och hon fixade det med den åran.

## Damkavlen

Skogsluffarna ställde för första gången på fem år upp med ett lag i Damkaveln. Vi fick låna in Ida Torbiörnsson från Umeå OK – fostrad i Järla men vars morföräldrar faktiskt sprungit för Skogsluffarna en gång i tiden.

I laget sprang:

1. Ida Torbiörnsson (Umeå OK) – 6.9 km
2. Ingrid Paulsson – 6.0 km
3. Susanna Öst – 9.3 km
4. Irina Hjälle – 5.3 km
5. Karin Fuhr Lindqvist – 8.1 km

I laget hade vi två Damkavledebutanter: Ingrid och Irina – och inte nog med det, Irina gjorde till och med tävlingspremiär. Rask marscherat med andra ord, och ett stort steg för någon som gick Olles och Tommys nybörjarkurs så sent som förra sommaren.

Samtidigt väntade Karin och jag spant i växlingsområdet – om Irina skulle hålla tidschemat så skulle vi klara omstarten med 1 minut. Medans vi diskuterade om det inte vore bättre att vänta in och få hjälp av omstartsklungan passerade klockan 19:45 och det omtalade repet drogs. Samtidigt kom Irina in på upploppet. Total lycka för alla. Irina hade klarat fjärde sträckan på Damkaveln, samtidigt som Karin fick lite kompisar med sig ut på sista sträckan. Vilket så klart uppskattades, sista sträckan är den första som går ner i sluttningen sydost om Ånnaboda. Ett gytter av branter och sänkor där fler än en elitlöpare tappade både kartkontakten och minuter.

Drygt 95 minuter senare hejar vi alla in Karin i mål. Vi tog oss runt och hamnade till slut på en 274 plats.

# från debutanter och en väggnings som heter duga

## 10milakavlen

Strax innan damstarten kastar Kalle Lindqvist in handduken – under veckan har han drabbats av kraftig migrän och till och med legat inne på sjukhus. Som tur är har vi flera reserver på plats – frågan är bara vem som ska ta Kalles långa nattsträcka. Frågan går till Douglas och Simon – men Simon tvekar inte en sekund och säger glatt "jag tar den!". Vilket innebär att Simon går samma sträcka som vår ungdomstränare Ruslan Glebov, VM silvermedaljör på långdistans (2018), VM bronsmedaljör på medeldistans (2021) och SM-guld vinnare på sprint SM i år.

Skogsluffarnas lag består av två småbarnsföräldrar i trettioårsåldern, fyra ungdomar (H16) och fyra femtioplussare. Tittar man på sträcklängderna så kör våra ungdomar mer än 1/3 av 10mila kaveln. Superstarkt!

Precis som damlaget så hade även 10milalaget en alumni från Skogsluffarnas nybörjarkurser för vuxna – vår sistasträckslöpare Erik Mild.

1. Petter Lind – 11.3 km
2. Janne Stridh – 7.0 km
3. Simon Palmgren – 11.3 km
4. Ture Johansson – 7.0 km
5. Torbjörn Thorsén – 15.5 km
6. Douglas Lundin – 6.0 km
7. Ruben Hård – 6.0 km
8. Bjarne Johansson – 7.0 km
9. Sandro Pruth – 9.6 km
10. Erik Mild – 12.2 km

När mörkret lagt sig över Ånnaboda är det snart dags för start – jag frågar Petter vad det är han dricker och han säger glatt "ko urin" med en blinkning. Gul sportdryck skulle jag tro, och det finns en anledning att återkomma till innehållet lite senare.

Hur som helst, starten går och Petter gör en klockren insats – stabil orientering rakt igenom och han växlar ut Janne lite drygt 20 minuter efter täten. Janne har varit småskadad under vintervintern, men kämpar sig igenom sin sträcka och växlar ut Simon på den långa och mörka tredje sträckan.

Simon gör en lysande sträcka, plockar elva placeringar och växlar ut Ture på den klu-riga fjärde sträckan. Tittar man på tätlagen så har de på sträcka tre och fyra spelat ut kort som Oleksander Kratov (Koovee), Anders Nordberg (Nydalen), Florian Howald (Tampereen Pyrintö), Vetle Ruud Bråten (IFK Göteborg) och Vojtech Kral (IFK Mora) – idel erfarna landslagslöpare. Ture gör precis som Simon en lysande insats och skickar ut undertecknad på långa natten. En natt som ska bli såväl ljusare som betydligt längre än väntat.

Det här året är långa natten 15.5 km i tung terräng med kraftiga stigningar. I lite drygt 11 km går det enligt plan, sen händer det som inte får hända. En klassisk väggnings a'la Jörgen Brink i Val di Fiemme. Allting snurrar, synfältet dimmigt, domningar i armar och ben. I ett ögonblick går ridån ner och resten handlar endast om att överleva. Ett steg i taget. Fyra kilometer pannben. När jag kikade igenom sträcktiderna och jämför med andra löpare är det en förödande bild av vad en väggnings verkligen innebär som träder fram. Ex-Skogsluffaren Magnus Falkenström sprang i år långa natten för IFK Göteborg 4 – de första 11.5 km tappar jag drygt 7 minuter, de sista 4 är tappat närmare 40 minuter. Och då är det mest löpning runt en sjö på en asfalterad cykelväg som erbjuds. Ridå. IFK Göteborgs Max Peter Beijmer passerar mig vid sista kontrollen innan mardrömmen äntligen är slut. Tittar man noga på 10mila-sändningen (finns på Youtube) så kan man se hur Max Peter på låtta ben joggar förbi mig.

Med facit i hand och ett par timmars googlande på varför man går in i väggen så har jag nog missat i energipåfyllningen – jag skulle nog ha ställt ett par följdfrågor till Petter angående vad som faktiskt fanns i hans flaska kvällen innan och druckit det han drack – oavsett vad det var.

Douglas är trots fadäsen på långa natten mycket nöjd när han går ut på sjätte sträckan. Han har fått följa den spännande upplösningen av 10milakaveln i morgonsolen. Dessutom gör han ett stabilt lopp (som

vanligt) på den medeldistans som han fått på sin lott innan han växlar över till Ruben. Ruben gör en strong insats på sjunde sträckan men som väntat får vi skicka ut tre löpare i omstart – Bjarne, Sandro och Erik.

Tre debutanter som väl speglar laget i övrigt: äldermannen, ungdomen och nybörjaren – för precis som Irina gick Erik nybörjarkurs förra våren. Han gjorde tävlingsdebut på Ravinens tredagars i juli 2021 och tar sista sträckan på 10mila 2022. Snabbt jobbat kan man minst sagt säga.

Omstarten är ju alltid fartfylld – det gäller att hålla koll på gafflingarna och det blir nästan lite 25-manna känsla över det hela. I och med Kalles förfall så tar Sandro Simons tänkta sträcka: den långa näst sista – sträckan där det oftast avgörs – så också i år. Det är den första sträckan på 10milakaveln som går ner i de svåra sluttningarna sydost om TC. För er som sett sändningarna från årets 10mila så är det där som IFK Göteborgs Simona Aebersold tappar chansen på seger. Svårt som attan med andra ord.

Men såväl Bjarne som Sandro och Erik gör superba insatser. Eriks blott andra stafettsträcka någonsin går som en dans (det första försöket var 10mila-repet i slutet av april) och han går på räls i den 180-man stora klungan.

Till slut landar Skogsluffarnas 10milalag på 254 plats.

/ Torbjörn Thorsén



# USM i orientering -årets utmaning!

Skogsluffarna har en lång tradition av att vara med och arrangera stora orienteringstävlingar. Som en av delägare i 10MILA stafetten så har det varit åtskilliga arrangemang där vi tillsammans med orienteringsklubbar i storStockholm har haft ansvar. Senast var det 10MILA 2018 i Nynäshamn.

En tävling som vi i Luffarna inte har så stor erfarenhet av är UngdomsUSM, USM, i orientering. Tävligen arrangeras varje år för killar och tjejer i åldern 15 och 16 år och distanserna är sprint, långdistans och avslutningsvis stafett. Årets tävling kommer att avgöras 9-11 september i Högdalen samt på Gälö i Haninge kommun. Arrangörsklubbar är Skogsluffarna; IFK Enskede och Skarpnäcks OL, alla klubbar som har en livaktig ungdomsverksamhet i söderort. Tävligen skulle ursprungligen arrangerats 2021 i Stockholm men på grund av pandemin så blev den framflyttad ett år.

Hur kommer det sig att ett USM arrangemang hamnar hos Skogsluffarna? Efter många års mycket aktivt arbete med att utveckla ungdomsorienteringen i klubben och framgångar på tävlingar och mästerskap via b.l.a. Elias Tidevall så ville Stockholms Orienteringsförbund, StOF, uppmärksamma klubbens arbete. En del i att uppmärksamma vad vi gör i det dagliga, blev att Skogsluffarna tilldelades USM när det blev dags för Stockholm att ta hand om arrangemanget.

Nu har vi under ett antal år haft en kärngrupp inom de tre söderortsklubbar som har stått för den övergripande planeringen. Sedan drygt ett år så har huvudfunktionärer deltagit i planeringen. De olika ansvarsområdena har vi delat lika mellan de tre klubbarna där Skogsluffarna har huvudansvar för en del av tävlingsledningen, banläggning inkl. kontroller, start, förläggning och mat till USM deltagarna.

Förläggning och mat är en del som vi normalt sett inte har i samband med våra tävlingar. Nu kommer vi att ha det för ca 400 - 500 personer i Eriksdalsskolan på Söder där vi även kommer att servera frukost och middag. Luncher kommer att serveras i fält till deltagarna.

Eriksdalshallen som ligger närmaste granne till Eriksdalsskolan kommer att användas för invigning och prisutdelning för USM sprinten den 9 september och USM långdistans den 10 september.

I samband med USM kommer det att även arrangeras tävlingar för övriga åldersklasser samt publiktävlingar. Vi hoppas att dessa tävlingar ska dra minst 1000 deltagare lördag respektive söndag på Gälö.

Behovet av funktionärer är stort och speciellt eftersom vi denna gång har ansvarsområde som vi normalt sett inte har. För alla er som inte redan tagit chansen att anmäla er som funktionärer till höstens tävlingar så finns det en länk på vår hemsida [www.skogsluffarna.se](http://www.skogsluffarna.se). Där kan ni ange vilka dagar och vilka tider som ni kan hjälpa till. Har ni inte möjlighet att ställa upp under USM helgen så finns det en hel del förarbete veckan innan tävlingarna. Några exempel på arbetsuppgifter är att plocka kartor och bygga arena.

Vi behöver er alla som funktionärer! Hjälpt Skogsluffarna att göra USM till en minnesvärd tävling för alla landets orienteringsungdomar!



Simon Palmgren efter målgång på sprinten 2021 i Falköping.  
Foto Michael Thulin



På bilden ser vi Mats Björkman, Skogsluffarna, Fredrik Wallstedt, Skogsluffarna, Josefin Lindqvist, IFK Enskede (delvis skymd), Mats Larsson, IFK Enskede, Joel Ahlqvist, Skarpnäcks OL, Lars Segerman, Skarpnäcks OL. Foto Michael Thulin

# ORIENTERING | STOCKHOLM USM 2022

## 9 – 11 september

➔ 9 september  
**USM sprint**

➔ 10 september  
**USM långdistans**

➔ 11 september  
**Distriktsstafett**

➔ 10 – 11 september  
**Publiktävlingar i skärgårdsmiljö**



Skogsluffarnas OK



## Skogsluffarnas kartverk-samhet. Historik och nutid.

Efter förra numret av Luffarkavlen fick vi i redaktionen en kommentar att det inte fanns någon karta med i hela tidningen. Många medlemmar har ett stort intresse för kartor och vi beslöt därför att be vår kartansvarige Hans Rosén att skriva om Luffarnas engagemang för att få fram bra orienteringskartor.

### Skogsluffarna är en flitig producent av orienteringskartor

Skogsluffarnas OK och Solk Hellas har genom åren varit en av Stockholms-distriktets flitigaste producenter av orienteringskartor (OL-kartor). Hellas började redan 1960 att i Hemfosaområdet rita speciella kartor för orientering. Skogsluffarna tog fram sin första OL-karta 1963, Nackabladet i skala 1:25 000, som täckte Nackareservatet och Erstavik. Därefter 1965 kom Nyckelviksbladet.

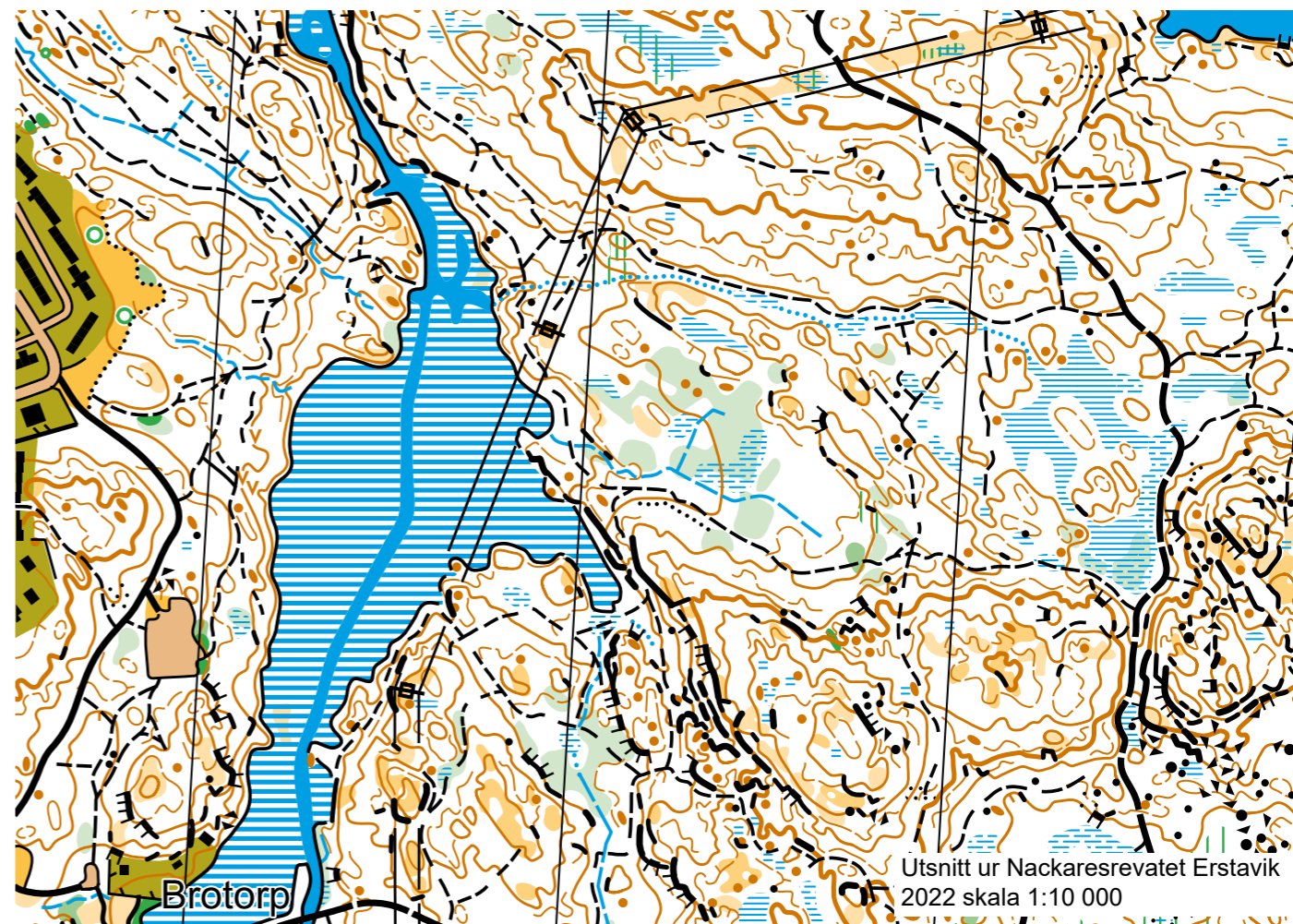
Båda kartorna ritades av luffarmedlemmen Gutav Richert.

Innan OL-klubbarna började rita speciella OL-kartor så fanns bara Rikets Allmänna Kartverks allmänna kartor i skalorna 1:100 000 och sen 1:50 000. OL-klubbarna insåg så småningom att det behövdes speciella OL-kartor och eftersom det då inte fanns några allmänna kartnormer så var kreativiteten stor när kartor ritades. Under "pionjärtiden" i början av 60-talet skapades dels egna karttecken men också diverse olika färger på skog och öppen mark. I början var underlaget för OL-kartorna Kartverkets kartor som kopierades, förstörades och bearbetades.

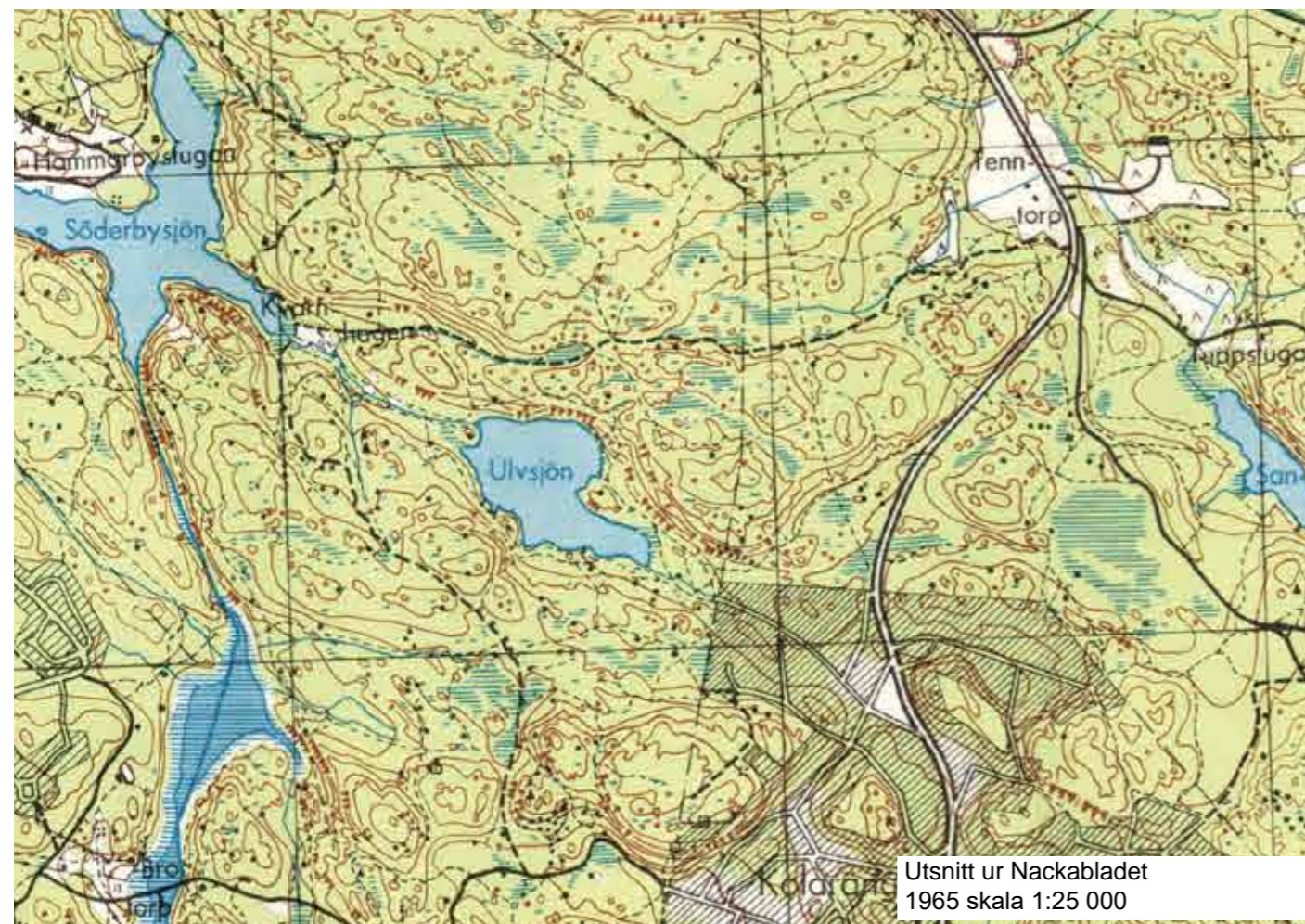
Här kan du också se och jämföra några olika kartutsnitt från våra kartor genom åren.



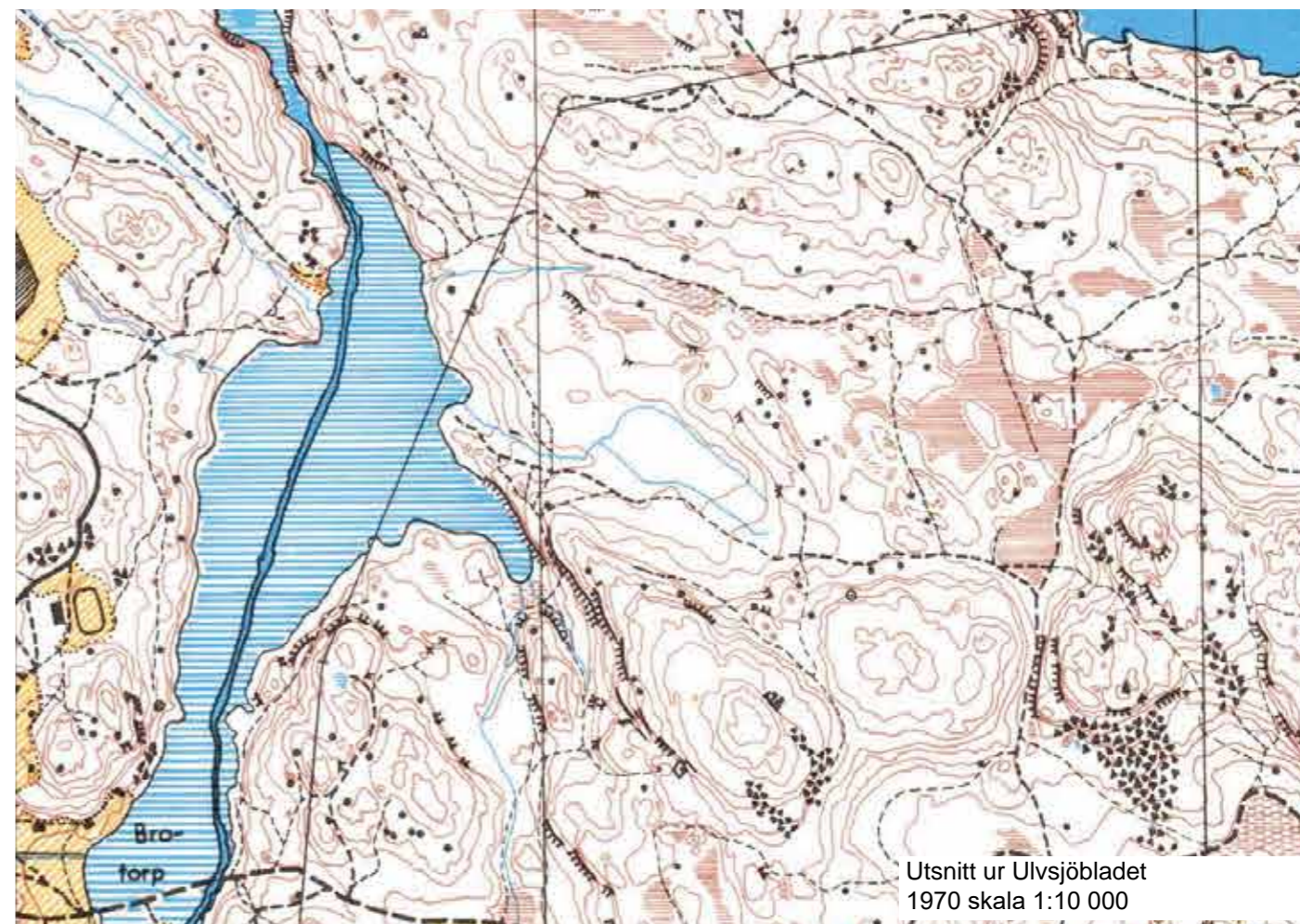
På sidan 16 fortsätter Hans Roséns intressanta betraktelse av klubbens karthistorik.



Utsnitt ur Nackareservatet Erstavik 2022 skala 1:10 000



Utsnitt ur Nackabladet 1965 skala 1:25 000



Utsnitt ur Ulvsjöbladet 1970 skala 1:10 000



# Skogsluffarnas kartverk-samhet. Historik och nutid.

## Bättre och tydligare underlag behövdes

Så småningom insåg OL-klubbarna att det behövdes bättre underlag för kartframställningen. Man utnyttjade då Kartverkets flygbilder och lät experter genom s.k. stereokartering ta fram ett rekognoseringsunderlag i en lämplig skala för kartritarns fortsatta arbete i skogen.

För att få fram bättre och tydligare underlag behövdes för stereokarteringen flygbilder från lägre höjd och det beställdes då från Kartverket och senare Lantmäteriet. De flygfotjobben fick klubbarna själva betala. Ibland kunde man "låna" bilder från kommunerna som ofta beställde bilder från lägre höjd för sin egen kartering.

Efter det att kartritaren gjort sitt jobb i skogen skulle all information ritas rent eller graveras på olika deloriginal (skikt ofta minst ca 6-7 st) beroende på vilka färger mm terränginformationen skulle ha vid tryck av kartan. Det här var ett noggrant och tidskrävande jobb.

Många klubbmedlemmar lade ner ett enormt arbete under 60-70 -talet och en bit in på 80-talet på planering, fältarbete och renritning. Det arbetet har gett fina inkomster till verksamheten och naturligtvis bra möjligheter till träning och tävlingsarrangemang.

De medlemmar som absolut måste nämnas här är Björn Ekblom, Bosse Ågren, Gustav Richert, Kurre Andersson, Folke Franzon, Bertil Törnqvist och Ivan Bogevall. Den som i särklass svarat för flest kartor och revideringar före den digitala tiden är nog Björn Ekblom.

## Viktig inkomst för klubben

Kartförsäljning gav viktiga inkomster till klubben men det var tungt, kostsamt och tidsödande arbete att producera kartor. Dessutom infördes centrala kartnormer som också ställde ökade krav på kartritare. Genom åren har därför Luffarna valt att dels släppa en del kartområden till andra klubbar samt driva och äga flera kartprojekt i samarbete med andra klubbar. Samarbetspartner genom åren har varit bl a. Hellas, Snättringe SK, Farsta OK, OK Södertörn, OK Ravinen, IFK Enskede och Järla IF.

## Ny teknik

Ny teknik har revolutionerat kartframställning och kartlagring de senaste 15-20 åren. I dag är alla Luffarnas kartor i digital form och datorlagrade. Det ger stora möjligheter till att skapa olika typer av kartor för olika behov, skalor och utskrifter. Vi behöver inte trycka upp stora kartlager längre. Nu gäller "print on demand".

Det vanligaste dataprogrammet för OL-kartor heter OCAD men sen finns ett antal andra programvaror för banläggning och även kartproducering. Vid själva kartframställningen så utgår man från skalan 1:15 000 men sen väljer man ju själv vilken skala man vill ha för olika tillfällen.

Internationella kartnormer, speciella kartprogramvaror, stora krav på kvalitet och färre karritaridealister har lett till att den gamle klubbritaren som på sin fritid stack ut i skogen och rekade har ersatts av professionella kartritare. Det har blivit betydligt dyrare kartor men samtidigt överlag mycket bättre produkter även om vi orienterare alltid har synpunkter på vad som ska vara med eller inte på en OL-karta.

## Laserscanning

En teknik som på senare tid "revolutionerat" möjligheterna till att få ett effektivt, billigt, geometriskt-skalriktigt rekognoseringsunderlag är Lantmäteriets flygbaserade Laserscanning över Sverige. Laserscanningen känner av landskapet 3-dimensionellt som gör det möjligt att känna formationer av diverse olika slag. Duktiga programmerare i orienteringsvärlden har sen tagit fram applikationer som kan omvandla datafilerna från laserscanning direkt till generella kartor men främst i vårt fall till ett ganska detaljerat underlag för slutligt fältarbetet. Man kan t ex variera ekvidistansen beroende på behov. Laserscanningen innebär också att OL-kartor framställs i samma koordinatsystem över hela landet och kan då kopplas ihop med varandra utan problem och avvikelser. Laserscanningen har utnyttjats som underlag i våra senaste revideringar av Flatenkartan, Mörtsjökartan och i den pågående revideringen av Ågestakartan.

## Våra egna arrangemang

I dag äger vi själva eller samäger följande kartor samtliga digitalt producerade och digitalt lagrade:

**Flatenkartan:** Skala 1:10 000 nyreviderad 2022 äger vi själva.

**Nackareservatet & Erstavik:** Skala 1:15 000 reviderad 2020-2021. Sveriges till ytan största OL-karta äger vi sen 1987 tillsammans med Järla IF och OK Ravinen. Kartan finns också i tryck form till allmän försäljning via www.nackareservatet.se eller direkt via klubbarna. Eftersom kartområdet är så intressant för många klubbar och allmänhet och vikten av att ha bra relationer med markägaren på Erstavik administreras vardagliga frågor av en informell arbetsgrupp (Nackareservatets kartgrupp NKG) med en representant från resp. kartägarklubb.

**Ågestakartan:** Skala 1:15 000 äger vi sen 2004 tillsammans med IFK Enskede. Just nu pågår en totalrevidering av hela kartområdet som troligen är klart våren-sommaren 2023.

**Gömmarkartan:** Skala 1:10 000 äger vi sedan 1991 tillsammans med Snättringe SK (SSK). Kartan revideras succesivt av SSK.

**Mörtsjökartan:** Skala 1:10 000 ägs tillsammans med Snättringe SK och Hellas. Det finns ett sidoavtal med OK Södertörn om nyttjande av kartan.

Skogsluffarna är också medlem i kartsammanslutningen Söderkartor (SÖKA) med 15 medlemsklubbar. SÖKA har som uppgift att producera och underhålla kartor på Södertörn för i första hand "kvalitetstävlingar". Senast producerade kartor är över Närtarö och Häringe.

## Kartorganisation och administration

Ansvar för karthanteringen ligger på en begränsad grupp i klubben. Ansvar för kontakter mm utåt mot våra kartdelägare, NKG och SÖKA har Hans Rosén. Försäljning sker genom Hans Rosén och Olle Öberg. Den interna förvaltning och vardagshandling av kartfiler sköter Olle Ö, Micke Thulin, Fredrik Wallstedt. För träning och banläggning mm får vissa utvalda tillgång till olika varianter av kartfilerna. Målsättningen är att förvalta kartbaserna med försiktighet för att undvika oomöjlig spridning. Kartbaserna representerar i dag mycket stora värden.

/Hans Rosén

## Brostugedagen och 25manna

# Sol och värme när Brostugedagen återuppstod

Under pandemin har säsong avslutningen i form av Brostugedagen ersatts av lite olika individuella avslutningar för barngrupperna i klubben. I år återuppstod den men i lite ny tappning.

Under pandemin har antalet barn ökat kraftigt i Skogsluffarna. Som en följd av det blir det nästan omöjligt att genomföra avslutningen genom den traditionella sillunchen - vi är för många helt enkelt. I år testade vi därför att genomföra den som en picknick där gräsmattan fylldes av luffarfamiljer och deras medhavda matsäckar. Två av fem barngrupper hade avslutning - Busluffarna och Gula gruppen - medan Örnarna, Ugg-lorna och Hökarna avslutade helgen efter. På plats fanns även vuxna från nybörjarkursen och andra medlemmar som kunde glädjas över att vi äntligen får ses igen på riktigt. Efter lunchen bjöd klubben på kaffe, saft och tårter. Utifrån antalet uppåtna tårter var vi nog runt 100 personer. Och givetvis sken solen som den brukar göra!

Nästa år är planen att samtliga barngrupper har gemensam avslutning just på Brostugedagen. Troligtvis även då som en picknick och där klubben står för efterrätten. Får se om vi kan få till en gemensam stafett också vilket vore kul med alla 100 barn som tränar regelbundet!

/Kalle Lindqvist

## Vi satsar på 25-manna!

25-mannakavlen anses av många medlemmar vara årets roligaste tävling. Det är en breddtävling som verkligen kräver att klubben kan ställa upp med både manliga och kvinnliga löpare i alla åldrar. På senare år har vi ställt upp med två lag. Det har dock krävt en stor uppslutning av alla våra duktiga orienterare som vi har.

Lagen ska vara sammansatta av

- Minst 8 herrar varav minst en 16 år eller yngre
- Minst 8 damer varav en 16 år eller yngre
- Max 8 får vara seniorer (H21)
- 

Totalt handlar det alltså om 50 löpare av båda könen och i olika åldrar. Det kräver att alla som kan tänka sig vara med redan nu gör en markering i almanackan.

I år äger tävlingen rum med utgångspunkt från Visättra sportcentrum, nära Flemingsbergs pendeltågsstation i Huddinge kommun. Vi kommer i vanlig ordning att ställa upp våra klubbtränare och ha en egen liten "servering" för våra löpare och övriga klubbmedlemmar. I augusti kommer vi att kontakta alla som vi bedömer ha möjlighet att springa 25-manna.

Sedan kommer uttagningskommittén med Torbjörn Thorsén i spetsen att ta ut två lag. Det behövs förstås också många reserver.

Det kommer även att finnas öppna banor att springa, om man både vill vara aktiv och kunna heja på våra lag!

Hoppas vi ses! **Boka lördag 8 oktober!**

/Tommy Ljusenius och Britt-Marie Skog



Foto: Fredrik Ottosson



Starten 2019. Nu längtar vi till 25manna 2022!

# Det blev en nybörjarkurs i maj!

Under coronapandemin blev vi bortskämda med många sökande till våra nybörjarkurser för vuxna. Det blev ju en boom med folk som ville ut i naturen när pandemin grasserade. Nu var vi tillbaka i vanliga gängor igen, så när anmälningstiden var ute hade bara sex anmält sig och det var lite för få för att vi skulle arrangera en nybörjarkurs för vuxna. I sista stund rättade det till sig och det blev nio elever, varvid vi kunde genomföra kursen som planerat. I första hand vände vi oss till föräldrar, som har ungdomar med i vår verksamhet. Av erfarenhet vet vi att föräldrarnas orienteringsintresse starkt påverkar i vad män ungdomarna faktiskt fortsätter att orientera. Ja, det finns förvisso även flera fall där ungdomarna slutat, men föräldrarna i stället blivit frälsta för orientering och blivit verkligt aktiva. Som alltid visade det sig att det var en grupp pigga, alerta och lärankiga elever som Olle Öberg, Michael Thulin och jag fick ta hand om. Det är nog så att de som anmäler sig till att lära sig att orientera tycker om att tänka och att lösa tekniska problem. Orientering är förvisso en "tänkande sport".

### Gul nivå uppnådd!

Avsikten med kursen var att förkovra deltagarna så att de kunde behärska att ta sig an banor på s k gul nivå. Efter tre torsdagskvällar med teori och tre lördagsförmiddagar med mest praktik kunde vi konstatera att alla våra elever klarade att klara banor på den nivån. Det innebär att de nått följande kompetens:

- Förstå kartans tecken och färger
- Förstå kurvbild. Stor höjd, liten höjd, gropar, branter och sänkor.
- Kompass- och styrteknik mot tydlig uppfångare.
- Kompass- och styrteknik mot kontroll. Ledstänger och hållpunkter.
- Förstå internationella kontrollbeskrivningar.

Till hösten hoppas vi att få till stånd en fortsättningskurs med deltagare som tidigare genomfört nybörjarkurs. Det är glädjande att konstatera att alla elever sade sig vilja delta i en sådan. Kursen avses starta den 15 september, om vi får tillräckligt många anmälda. Förhoppningen är bland annat att flera av de som nu är ungdomsledare kommer att visa intresse.

/Tommy Ljusenius



Maria på väg mot soppa och genomgång i stugan.

# Fortsättningskurs för vuxna

På nybörjarkursen var avsikten att eleverna skulle komma upp på s k "gul nivå" och kunna klara enklare banor. Fortsättningskursen avser att höja kompetensen till s k "röd nivå". Det är den nivå som normalt krävs för att som vuxen börja springa i riktig tävlingsklass eller att orientera sig i stiglös terräng. Här jobbar vi bland annat vidare med att läsa kurvbild och göra smarta vägval samt att anpassa fart efter svårighetsgrad. Teori och praktik blandas och vi utgår från kursboken "Full koll"

### Kursen genomförs i sex avsnitt enligt följande:

- |                  |                  |  |
|------------------|------------------|--|
| • Torsdag 15 sep | kl 18.15 - 20.30 | På torsdagarna håller vi teorilektioner i Brotorp. På torsdagarna äter vi också soppa tillsammans. |
| • Lördag 17 sep  | kl 10.00 - 12.30 |  |
| • Torsdag 22 sep | kl 18.15 - 20.30 | På lördagarna kör vi både teori inomhus och övningar i skogen.                                     |
| • Lördag 24 sep  | kl 10.00 - 12.30 |  |
| • Torsdag 29 sep | kl 18.15 - 20.30 | Kursledare är Tommy Ljusenius med biträde av Olle Öberg och Michael Thulin.                        |
| • Lördag 2 okt   | kl 10.00 - 12.30 |  |

Kursavgiften är 400 kr. Där ingår soppa, fika, kursbok och kartor.

Anmälan görs till Tommy Ljusenius på telefon 073-3727654 eller på mail: ljusenius@outlook.com  
**Sista anmälningsdag är torsdagen den 8 september.**

En förutsättning för att kursen ska genomföras är att vi får minst 8 deltagare.

/Tommy Ljusenius

Brita kollar vägval.



Tommy går igenom dagens övning.

# Från Busluffare till att klara Ruslans svarta banor

**V**i har nu drygt 150 ungdomar mellan 3-16 år som deltar i olika grupper och träningar. De yngsta mellan 3-6 år kommer ner på lördag förmiddag och är med i Busluffarnas uppskattade verksamhet.

De äldsta tränar med Ruslan Glebov, som bl a orienterar för Ukrainas landslag.

Däremellan finns fem grupper som tränar antingen vid Brotorp på lördagar, eller är med på tisdagsträningar i Brotorp. Säsongen brukar starta i slutet av mars med en resa till Nyköping med övernattnings och deltagande i Måsenstafetten.

Här följer ett par berättelser av Kalle Lindqvist om gula gruppen. Charlotte Pruth sammanfattar verksamheten för de äldre ungdomarna under våren.

Foto nedanstående bilder: Ingrid Paulsson



Kompasssträning tidig vår

### Tisdagsträningar med ungdomarna våren 2022

Värtermen för Skogsluffarnas ungdomsträning på tisdagar blev en ovanligt kort historia i år. Den hann knappt börja förrän den kändes av en rad olika tävlingar som råkade hända just på tisdagar – det var ungdomsserie och Stockholm city cup och klubbmästerskap.

### Flera nya aktiva 11-12-åringar

Men ett antal träningar hann vi ändå med, och det är glädjande. Tisdagsträningar med ungdomarna våren 2022 e att den yngre tisdagsgruppen som springer på gul-orange nivå har fått flera nya aktiva 11-12-åringar, både tjejer och killar. Under våren arbetade vi en hel del med kompass och hur den kan användas, och med att nöta in ”sista säkra”, attackpunkt. Kompassen kommer vi fortsätta jobba med under hösten.

### Samarbete med Skarpnäck och Älvsjö-Örby för de äldre ungdomarna

Gruppen äldre ungdomar på violett och svart nivå har också fått utökning med några orienterare i 15-16-årsåldern från Skarpnäck och Älvsjö-Örby. Delvis är det nog ledaren Ruslan Glebov från Ravinen som lockar, men även det faktum att den åldersgruppen i små klubbar ofta är ganska liten och det är roligare att träna om man är ett gäng. Ruslan har fortsatt att hålla i deras träningar med både praktik och teori. De sitter ibland långt in på kvällarna och diskuterar vägval på någon hopplös spritkarta från ett VM i en italiensk bergsby.

Samarbetet med Skarpnäck och Älvsjö-Örby har även fortsatt under torsdagens tekniktäningar som leds av Torbjörn Thorsén, och på tävlingar, där vi har samarbetat för att få ihop stafettlag. En positiv förändring som också ökar de sociala kontakterna generellt mellan ungdomarna i de olika klubbarna.

/Charlotte Pruth



Sommariäger stafett Ture lämnar över till Max Westh från Älvsjö-Örby

# Måsen 2022

**E**fter två års uppehåll på grund av pandemin blev det så äntligen dags igen för att åka på Måsen. Vi blev till slut 14 stycken barn (Sami, Billy, Alfred, Tage, Sixten O, Sixten Å, John, Saga) och föräldrar som var med från gula gruppen.

Lördagen inleddes med individuell tävling där ”våra” gula barn deltog både i tävlingsklassen H10 (för pojkar 9-10 år) och U2 som är en klass på samma svårighetsnivå men med fri starttid och öppen för både flickor och pojkar. Trots att det var första gången på länge som vi deltog på tävling gick det bra för allihop.

Efter lunch och lyxig fika på markan åkte vi till vårt boende vid Ryssbergen. För er som inte varit där är det en mycket praktisk men en aning bedagad lokal som sköts av Friluftsförbundet. Den första kommentaren från ett av barnen när vi läst upp var ”åh vad lyxigt!” och sedan började de leka runt medan vi vuxna fixade lite praktiskt.

På eftermiddagen gjorde vi en utflykt som bestod av bowling och pizzamiddag. Det visade sig finnas många som behärskade även konsten att rulla klot. Undertecknad råkade dock ut för en bana som måste lutat, oftast mest åt höger, vilket medförde att de höga resultaten uteblev.

Vid hemkomsten till Ryssbergen blev det lekar för både vuxna och barn och sedan dröjde det inte länge förrän sista lampan var släckt.

På söndagen var det dags för stafett och vi ställde upp med ett lag i H10 och ett i inskolning. Utöver dessa lag hade klubben även två vuxenlag och två ungdomslag som reste till tävlingen över dagen. Alla verkade nöjda och glada efteråt när vi styrde kosan hem mot Stockholm igen.

Tage som varit tveksam att överhuvudtaget åka till Måsen och dessutom uttryckt att han velat sluta med orientering, sa följande på väg mot utstämplingen: ”Aldrig att jag slutar med orientering, jag vill åka till Måsen nästa år igen!”

/Text och foto Kalle Lindqvist



Lycka vid ankomsten till boendet.



Stafettlagen på väg hem.

# Barnen vinnare när gula gruppen avslutade säsongen



Stina Lind, Busluffarna.

Årets våravslutning för gula gruppen genomfördes som en familjekamp där barnen ställdes mot sina föräldrar. Även om kampen stundtals var jämn var det inget snack om saken vem som vann.

Startplatsen på säsongavslutningens familjekamp var i gläntan väster om den stora sankmarken på andra sidan kanalen. En glänta där myggen visade att de saknat våra kroppar. Tre moment skulle avklaras. I det första var det tio kontroller som skulle besökas och där varje kontroll hade en bokstav utmärkt.

Fyra barnlag och tre vuxenlag gav sig ut att leta bokstäver. Om den delen gick lätt för alla så var det inte lika lätt att förstå vilket ord vi arrangörer var ute efter. Det rätta ordet var LEDSTÄNGER men det visade

sig att de bokstäverna även kan sättas ihop som STÄDREGELN. Det senare är dock inte lika känt i orienteringssammanhang. De snabbaste löparna fick dessutom ge sig iväg för att samla extra poäng på några närliggande naturpasskontroller.

I det sista momentet skulle kontrollerna plockas in och gav då poäng enligt sitt nummer från 1-10. Barnen fick en minuts försprång och det utnyttjade de väl. Några vuxna hann ikapp och förbi men de flesta kontrollerna, i synnerhet de med hög poäng, togs hem av barnen.

När poängen räknades samman hade barnen med god marginal tagit hem pokalen. Gratissäger vi ledare och tack för en fin vår.

/Kalle, Susanna, Emma, Hanna och Alex



Gula gruppen under avslutningen.

# Bagisloppet tillbaka, folkfest och banrekord

Efter två års ofrivillig covidfrånvaro, var Bagisloppet tillbaka den 8 juni i år, till glädje för många – inte minst barnen. Det blev också ett rekordlopp av sällan skadat slag.

Vi fick en strålende vacker dag, soligt men inte för varmt. Loppet arrangeras som vanligt på Bagarmossens skola i samarbete med Skarpnäcks församling som sponsrar Lilla Bagisloppet och fanns på plats för medaljuddelning och sina gula pannband.

Vi försöker också samverka med andra delar av Bagis för att få loppet att bli så lokalt som möjligt. ICA står för festis och bananer och Blommor4U gör vackra vinstbuketter. I år fick vi dessutom stöd av Yogarummet som skötte uppvärmningen.

Att få ut informationen om loppet var mer krävande än tidigare år, mycket eftersom sociala medier ständigt ändrar sina algoritmer vilket gör det svårt att nå ut utan att betala för annonser. Att aktivt bearbeta lokala idrottsföreningar var ett sätt att nå ut bredare. Och till slut blev vi ungefär lika många som sprang som vid förra tillfället. 282 löpare i Lilla Bagisloppet och 117 i stora Bagisloppet.

Tre av de gamla rekorden slogs under årets Bagisloppet. Gustav Bergman, Ravinen, slog rekord i H10km med makalösa 29:57 min. Axel Granqvist, också Ravinen, slog rekordet på 5 km herrar på tiden 14:55 min. Och damer 5 km vanns av Malin Gibrand på 19:27 min, även det rekord. Samtliga får en prissumma om 1000kr.

/Charlotte Pruth



Unga Skogsluffare på väg mot mål.



Banrekord på 10 km av Gustaf Bergman med tiden 29:57 min. Makalöst!

Avsändare:  
Skogsluffarnas OK - Orientering  
C/o Öberg, Brövaktarvägen 13  
14173 Segeltorp

**B PP** Sverige, Port Payé

# Bagisloppet är tillbaka!



Uppvärmning!



Flera fotbollslag deltog!



Vi väntar på starten!



Skogsluffarnas orienteringsklubb