

IF MARIN VÄST

ORIENTERING Höst 2015 www.ifmarinvast.se orientering@ifmarinvast.se



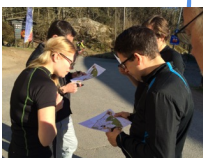
NÄRNATT CUP - NATTORIENTERING FÖR UNGDOMAR

Närnatt cup är en nattorienteringstävling för ungdomar i Göteborg. I år består tävlingen av fyra etapper. Klubben har nattlampor om man vill låna för att prova på hur det är att springa på natten.

Vi arrangerar en av etapperna. Den 21 oktober, en onsdagkväll, är det vår tur att arrangerar en av etapperna i Närnatt cup. **Då behöver vi vara många funktionärer som hjälps åt.** Anna håller i detta och kommer höra av sig till alla, men boka in 21 oktober redan nu.

Tisdagsträningar

Precis som i våras kommer vi att hålla egna teknikträningar på tisdagkvällar i höst. Samling och start är vid Påvelunds motionscentral.



I höst kommer vi att ha tre träningar i september. Se schemat på baksidan för datum. Fri start mellan 18:00 och 19:00, det finns minns två banor att välja mellan varje gång.

Löpare från andra klubbar och vanliga motionärer är också välkomna. Då kostar det 60 kr att starta (30 kr för ungdomar). Ta gärna med en kompis som vill prova på orientering!

Klubbträningar

I höst har vi två klubbträningar inplanerade. Gösta håller en i september och Karin & Ebba en i oktober. Vi har lagt klubbträningarna på de helger som inte har någon tävling inplanerad.

Klubbträningar är ett bra tillfälle att träffa resten av klubben och att träna orientering i riktig skog, utan att behöva tävla. Det finns banor med olika svårighetsgrad så att alla kan vara med. Efter träningen brukar vi fika med egen matsäck.

Mer information om samlingstid och samlingsplats kommer på hemsidan.



Uppdaterad hemsida

Vi har uppdaterat klubbens hemsida till WordPress. Förhoppningsvis blir det enklare för oss att lägga in nyheter, bilder och evenemang på hemsidan nu.

Vi har fört över nyheter från vår riktigt gamla hemsida, våra bloggar och delvis från IdrottOnline-sidan, så det finns mycket att läsa om man är nyfiken. Den äldsta nyheten skrevs för 15 år sedan!

Gå gärna in på www.ifmarinvast.se/orientering och kolla runt. Hör av dig om det är något du saknar på hemsidan.

Bornholm Høst-Open

Orienteringsresa till Danmark 24-25 okt

Vill du prova på att orientera i Danmark, bo på hotell, äta roliga bufféer och träffa Allan? Då skall du följa med klubben till Bornholm med Allan Sunnergrens resor. I slutet av oktober varje år går tävlingen **Bornholm Høst-Open**, en tvådagarsstävling på Bornholm. Allan Sunnergren har de senaste 20 åren arrangerat en bussresa i samband med tävlingen. Man bor på Hotell Ryttagården och Allan tar hand om resten.



Vi har inte fått inbjudan till resan ännu, men vi hoppas att den blir av även i år. Mer information kommer på hemsidan, men du kan anmäla intresse redan nu till orientering@ifmarinvast.se. Vi har redan två anmälda!

TILL GÖTEBORGS ORIENTERINGSKLUBBAR OCH DERAS MEDLEMMAR

Nu är Veteran-VM över och det är dags att börja summera tävlingarna. Den slutliga sammanfattningen återkommer vi med senare men redan nu kan vi konstatera att tävlingarna blev en stor succé. Vi skall vara väldigt stolta över vår arbetsinsats.

När vi sökte Veteran-VM så hade vi som mål att vår tävling skulle bli det bästa mästerskapet hittills. Vi har fått massor av beröm för allt vi gjort, det gäller Event Centre, tävlingarna, banor, arenor, starter, transporter och så vidare, ja allt. Omdömena kommer såväl från deltagare som från Internationella och Svenska Orienteringsförbunden och allt tyder alltså på att vi lyckats med att göra detta Veteran-VM till ett "best ever" och en fantastisk PR för orienteringen i Göteborg.

Det är ytterligare en sak som vi i ledningsgruppen för WMOC vil förmedla till er. Vi har överväldigats av beröm för att alla funktionärer har varit fantastiskt positiva, hjälpsamma och vänliga och därmed skapat en synnerligen positiv miljö runt hela tävlingen.

Bakom det här lyckade arrangemanget ligger naturligtvis en massa arbete som vi alla ca 650 personer från alla Göteborgs orienteringsklubbar gjort. Ni har alla behövts och bidragit till det fina resultatet. Vi i ledningsgruppen vill därför tacka er alla för ert arbete med Vet-VM och en önska en fin fortsättning på sommaren (med förhoppningsvis mer sol och mindre regn).

För Ledningsgruppen WMOC Mats Jodal



IF Marin Väst och Lerums SOK sköter kafeterian på Eriksbergsetappen.

PROGRAM HÖSTEN 2015

Klubbaktivitet Tävlings/träning

DATUM	TID	AKTIVITET	PLATS
AUGUSTI			
lör 22 aug	11:00	Uppstartsmöte	Klubbstugan, Göteborgs Garnison
lör 29 aug		DM Medel	Guddehjälm, Ytterby
SEPTEMBER			
sön 6 sep		DM Lång	Sisjö skjutfält
tis 15 sep	18:00 - 20:00	Tisdagsträning med Anja	Påvelunds MC
lör 19 sep		Klubbträning med Gösta	Se hemsidan
tis 22 sep	18:00 - 20:00	Tisdagsträning med Lena & Ola	Påvelunds MC
lör 26 sep		FOLSkubbet	Sandsjöbacka
tis 29 sep	18:00 - 20:00	Tisdagsträning med Linda	Påvelunds MC
OKTOBER			
lör 3 okt		IFK Höststafett	
sön 4 okt		GMOK Höstmedel	
lör 10 okt		Klubbträning med Karin & Ebba	Se hemsidan
ons 14 okt		Närnatt cup etapp 1	
ons 21 okt		Närnatt cup etapp 2 - VI ARRANGERAR	
NOVEMBER			
tor 5 nov	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal
sön 8 nov		ZOOrientering	Borås ZOO
tor 12 nov		Närnatt cup etapp 3	
tor 12 nov	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal
tor 19 nov		Närnatt cup etapp 4	
tor 19 nov	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal
lör 21 nov		OK Alehofs Öppna Ultralång KM	
tor 26 nov	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal
DECEMBER			
tor 3 dec	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal
tor 10 dec	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal
tor 17 dec	18:00 - 19:30	Inneträning	Hagenskolans gymnastiksal

Åt höger

- I denna stad går vårt sommarläger
- Går mellan norr och söder på kartan
- Nödvändiga för GPS-klockan
- Annat namn på O-Ringen
- Pekar åt norr
- Skogens färg på kartan
- Denna form har startpunkten på kartan
- Håller hus i tyg

Neråt

- Här går O-Ringen 2018
- Blir man när man fyller 35 år
- Väghinder och kontrollmiss
- Blir den som klättrat mest i resultaten på O-Ringen
- Denna färg har ängen på kartan
- Glacerad mandelkaka

