



www.okroxen.se

NR 15



Nu är våren här! Ett tydligt vårtecken är att teknikträningarna har dragit igång, vilket innebär full aktivitet i skogen och i klubbstugan på måndagarna. Det är härligt att mötas av blandningen av barn, ungdomar och vuxna som har roligt i skogen och njuter av fiket efter träningen i klubbstugan. Även på onsdagar och torsdagar kan man springa med klubben ifrån Olstorp. Det är skönt att allt börjar bli som vanligt och vi hoppas att både barn och vuxna hittar tillbaka till träningar och tävlingar och den sociala gemenskapen inom orienteringen. Nybörjarkursen för barn har börjat och om en vecka börjar även en nybörjarkurs för vuxna i Olstorp. Tävlingsssäsongen är i full gång och många från klubben har redan deltagit i flera tävlingar. För er som vill leta kontroller när som helst så finns både Hitta Ut och Månandens bana att välja på. Våren brukar vara arrangemangs intensiv för oss i klubben, så även i år. Onsdagen den 4 maj arrangerar vi vår kvällstävling Ljungsbrokampen på en nyritad karta nära Rådsla norr om Ljungsbro. Banläggare Stefan Nyström hälsar att det är gudomligt fin terräng!

På söndagen samma vecka arrangerar vi Kanallöpet i vanlig ordning tillsammans med Vreta SOMK och Borensbergs IF. Så det är full fart som det brukar i OK Roxen i Ljungsbro under våren.

Glad påsk från Styrelsen

NYBÖRJARKURSER

Nybörjarkurs för barn och ungdomar är i full gång i Olstorp

Snart börjar även en nybörjarkurs för vuxna i Ljungsbro. Under tre måndagar med början den 25 april lär du dig grunderna för att orientera, under Stefan Thellsén och Susanne Petterssons ledning. Mer information och anmälan finner du [här](#)

Kommande händelser

2022-04-25

- Nybörjarkurs för vuxna

2022-05-01

- Ny [Månadens bana](#), i Olstorp

2022-05-04

- Vi arrangerar tävling [Ljungsbrokampen](#)

2022-05-07 -08

-10-mila i Kilsbergen
följ tövlingen live [här](#)

2022-05-08

- Vi arrangerar [Kanallöpet](#)

2022-08-20

- Klubbdag



OK Roxen tilldelades 10 000 kr på Linköpings idrottsgala

Tävlingarna är i full gång på helgerna för alla åldrar. Mer information om vilka tävlingar som är på gång finner du [här](#) eller på vår hemsidas aktivitetskalender <https://www.okroxen.se/>

Anmälan bör ske minst en vecka innan tävlingen.

Veteranorientering

Orientering är en sport som du kan hålla på med i hela livet. Flera torsdagar i månaden arrangeras det veteranorientering



runt om i Östergötland. Detta är ett utmärkt sätt att träffas för de som är daglediga eller har arbetslivet bakom sig. Social samvaro som kryddas med tipspromenad och orientering efter dina

förutsättningar – kan det bli bättre! OK Roxen i Ljungsbro veteraner arrangerade den första veterorienteringen för året i strålande solsken vid Tellbyvallen.

Hittaut Linköping 2022

21 april är det dags för checkpointjakt igen när årets säsong av Hittaut öppnar och det är öppet dygnet runt fram till 6 november. För Ljungsbro del blir det i samhället som checkpointsen skall letas upp i år, inte i Olstorp. Detta tredje år distribueras kartfoldern huvudsakligen via utlämningsställen (i Ljungsbro på Hemköp och Jannes Cykel) och på helt nya kartområden skall medlemmar i arrangörsföreningarna sköta utdelningen till hushållen. Via mail kommer särskild info skickas ut till medlemmarna om hur den arbetsuppgiften fördelas i Ljungsbro.

okroxen.se/Arrangemang/Hittaut/



Grattis Susanne!

På OK Skogsströvarnas årsmöte tilldelades Susanne Aldén vandringspriset "Ständigt vandrande" Pokalen som delades ut första gången 1942. Susanne är flitig orienterare i klubbens färger. Vi möter henne både på tävlingar och som ungdomsledare. Susanne har även varit valberedning i klubben tillsammans med Dan Josefsson de senaste åren.

MÅNADENS BANA

Orientera när det passar dig!

Månadens bana är en orienteringsbana med uthängda kontroller i form av små orange-vita bilder med kodsiffra. Banan byts ut varje månad.

Månadens bana finns under vår, sommar och höst. Våren 2022 startar det i April och slutar i Oktober Karta med inritad bana kan laddas ner via länk nedan eller lånas ur postlåda vid orienteringsklubbens anslagstavla i Olstorp.

Ny ordförande

Jag har nu tagit över stafettpipen som ordförande efter Maria Lillieström som har haft den rollen i 10 år och tillsammans med styrelsen styrt klubben med bravur.

För er som inte känner mig så är jag orienterare sedan barnsben och har fortsatt av bara farten i snart 45 år! Jag trivs i naturen både med och utan karta. Orienteringen har tagit mig runt om i vårt vackra land, jag tror faktiskt jag har orienterat i alla Sveriges landskap! Tack vare orienteringen har jag besökt platser i och utanför landet som jag annars inte skulle ha upptäckt.



Jag har varit ungdomsledare i klubben sedan våra barn började orientera, nu är de vuxna, det passar därför bra att i stället prova att ta över rollen som ordförande.

Jag känner mig trygg att tillsammans med vår styrelse, alla klubbens ledare och ideella krafter, fortsätta att driva klubben framåt. Det är ni alla som gör att vi har roligt tillsammans ung som gammal. Hoppas vi ses i skogen framöver.

Annika Asketun

När du handlar på nätet

Gå gärna via Sponsorhuset med 599 anslutna nätbutiker. Med ett extraklick får klubben in välkomna slantar utan att det kostar dig något extra.
www.sponsorhuset.se/okroxen/

Spelar du på tipset?

Välj gärna OK Skogsströvarna som din favorit-förening i "Gräsrotten" hos Svenska Spel. Direktlänk: [HÄR](#)



KANALLÖPET

8 maj är OKS med och arrangerar löploppet Kanallöpet. Du som inte hjälper till får gärna springa. Distanserna är halvmaran, 10 km och 5 km. Start i Ljungsbro, Sjöbacka respektive Brunneby. Målgång i Borensberg.



LJUNGSBROKAMPEN

4 maj är arrangerar OKS orienteringstävlingen [Ljungsbrokampen](#) för alla åldrar. Vi uppmuntrar alla klubbens ungdomar att delta. För dig som inte har deltagit på en orienteringstävling tidigare är det perfekt att göra premiär denna kväll. Behöver du hjälp med anmälan hör med din ungdomsledare.

Som medföljande förälder (om du inte har någon arbetsuppgift på tävlingen) finns det öppna banor i olika svårighetsgrad att anmäla sig till på plats.



Just nu säljer vi

NEWBODY.

Nu är det dags! Från och med den 20 april säljer klubben Newbody. Surfa in i vår egen webbshop [HÄR](#) och shoppa prisvärda strumpor, sport- och underkläder. Beställ senast 23 maj.



Har du möjlighet att göra en insats och hjälpa till med vår försäljning? Kontakta Gunilla Dahlqvist Jonsson som är ansvarig för vår försäljning för att få inloggningsuppgifter. Gunillas kontaktuppgifter: 0707-82 92 17 gunilla.dj@outlook.com



Sommarjobbare

Årets unga ledare som kommer sommarjobba för klubben är Tyra Lindell, Jacob Påledal, Rasmus Wiberg, Fanny Waltersson och Mindra Langer. De kommer bland annat ansvara för sommarlägret och arrangemanget av höstens ungdomsserietävling.

Sommarläger

Häng med på sommarens roligaste orienteringsläger som är för dig mellan 8–12 år och arrangeras 20–23 juni i Olstorp. Begränsat antal platser, först till kvarn gäller. Mer information och uppgifter om hur man anmäler sig finns på [Roxens hemsida](#)

Ny medlem

Kanske någon mer i familjen som vill bli medlem eller om du vill tipsa någon om att gå med i vår orienteringsklubb. Hur gör man?
Läs: [HÄR](#)

Klubbdag i Vårdnäs den 20 augusti

För att stärka klubbkänslan, hitta tillbaka till orienteringsgemenskapen och komma igång efter Coronaåren kommer vi ha en klubbdag för alla åldrar fylld med aktiviteter och go samvaro. Nu är det dags för idéerna att flöda! Vill du vara med och planera dagen eller har idéer – tveka inte, hör av dig till Annika Asketun

Återstartsbidrag
från SISU beviljat!

Om du har frågor eller idéer kring vår verksamhet är du välkommen att höra av dig till oss.

Styrelsen

Annika Asketun, ordf tfn 070-2767371

Mattias Fredsberg, kassör

Per Jonsson, sekreterare

Anna Stina-Påledal, ungdomskommittén

Örjan Sandell, arrangörskommittén



annika.asketun@gmail.com

mattias@fredsberg.se

per.g.jonsson@outlook.com

anna-stina@live.com

orjan@glavichsandell.se



Gratis tävlingavgifter

Vid årsmötet beslutades att alla klubbens medlemmar, får full subvention av tävlingsavgifter under 2022. Läs mer i aktuellt "PM för medlemmar 2022": [HÄR](#)