



EKSJÖ SOK 2022

VERKSAMHETS- BERÄTTELSE



EKSJÖ SOK FYLLDE 80 ÅR 29 SEPTEMBER 2022



16 TOPP TRE PLACERINGAR PÅ ÅRETS OLIKA SM TÄVLINGAR



TRE SM MEDALJER BLEV DET PÅ ÅRETS SM TÄVLINGAR OCH DET VAR VÅRA JUNIORTJEJER SOM PLOCKADE HEM DESSA. I D18 KLASSEN SPRANG BOGLARKA CZAKO HEM ETT GULD VID SPRINTDISTANSEN OCH ETT BRONS I MEDELDISTANSEN.



EMMA ERIKSSON GJORDE EN HÄRLIG INSATS PÅ SM LÅNG OCH FICK MED SIG ETT SILVER FRÅN DENNA TÄVLING I D20.

SM I MTBO AVGJORDES I LEKSAND OCH MONICA KOLLBERG PLOCKADE HEM 3 GULDMEALJER I KLASSEN D60.

STEFAN KOLLBERG FICK MED SIG TVÅ SILVER FRÅN DESSA TÄVLINGAR.



8 MEDALJER BLEV UTDELNINGEN FÖR ESOK PÅ VETERAN SM SOM ARRANGERADES AV OK NJUDUNG I SEPTEMBER.



TVÅ NYKOMLINGAR I KLUBBEN SEDAN I SOMRAS OCH SOM ÄVEN ÅR ETT PAR VISADE DIREKT ATT DE BLIR ATT RÄKNA MED I DE GRÖNA TRÖJORNA. ANDREAS KÄLLMING OCH JOHANNA JOHNSON TOG BÅDA GULD I HD 35 KLASSERNA UNDER LÖRDAGENS MEDEL-DISTANS. ANDREAS FÖLJDE SEDAN UPP DETTA MED ETT SILVER PÅ LÅNGDISTANSEN.



LINDA NORDIN TOG BRONS PÅ MEDELDISTANSEN I D45



PÅ TAL OM ÄKTA PAR SÅ VAR CECILIA BERGANDER OCH SIMON NILSSON ÄVEN DE PÅ HUGGET DÅ CECILIA ORIENTERADE TILL SIG ETT GULD PÅ LÅNGDISTANSEN I D35. SIMON FICK INGET GULD MEN DOCK TVÅ BRONS MED SIG HEM FRÅN HELGEN.

EKSJÖ SOK:s STYRELSE

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR 2022

Eksjö SOK har i år firat sitt 80:e verksamhetsår! På förra årsmötet var det en del nyval både i styrelsen och i våra sektioner. Styrelsen har bestått av Lars Hagelberg ordförande, Sven Karlsson vice ordförande, Maria Sundberg sekreterare, Gun Henriksson kassör och Susanne Bergander ledamot. Sektionsledare är Carina Bergander för Orientering, Stefan Djurstedt för Skidor, Lennart Henriksson för Skidstugan och Christer Johansson för Tävlingsstekniska.

Verksamheten har under året i betydligt mindre omfattning påverkats av Covid-19, och vi har kunnat bedriva normala träningar, hålla igång våra skidspår, arrangera tävlingar och klubbresor och varit ute och tävlat!

Det är inspirerande att återigen se den aktivitet som är vid Skidstugan, speciellt på torsdagskvällar under orienterings- och skidsäsongen med en mycket stor mängd barn, ungdomar och vuxna som tränar tillsammans.

Vintersäsongen 2021/2022 blev fantastisk med rekordmånga skidåkare och fina omdömen i sociala medier, Anläggningen har ett mycket gott rykte i södra Sverige för sin höga kvalitet på spåren. Konstsnöspåret var åkbart från början av december ända till slutet av mars! Snötilverkare och spårpersonal har gjort ett väldigt bra jobb. Förra säsongen var framgångsrik med färdiga spår tidigt under vintern och en lång säsong, då såldes drygt 200 säsongskort och närmare 2 000 dagskort. Det ekonomiska resultatet från konstsnöspåret blev väldigt bra och styrelsen har därför valt att göra extra avskrivning på snöfläkten för att inte behöva dra med oss kostnader för denna under kommande år. Inför vintersäsongen 2022/2023 beslutade styrelsen att, trots förväntat höga elpriser under vintern, försöka hålla igång konstsnöspåret, vilket troligtvis kommer innebära att inkomster från spåravgifter inte kommer att täcka kostnaderna för snöproduktion. Snöproduktionen ska styras till att enbart ske under goda förhållanden. Vi tecknade även ett timprisavtal för att styra snöproduktionen till de timmar på dygnet när elen är billigast och stänga av när elen är dyrast. Styrelsen anser att det är viktigt för allmänheten att ha tillgång till spåren, vi anser därför att vi behöver ta ett samhällsansvar speciellt i dessa tider när hushållen får spara in på mycket annat för att klara ökade kostnader för mat, uppvärmning och boende. Representanter från styrelsen har haft möte med Eksjö Kommun och framfört vår starka önskan att de på något sätt stöttar ESOK för del av de ökade energikostnaderna.

Vi arrangerade under påskhelgen orienteringstävlingar "Vårdubbeln" vid gården Holmen söder om Hjaltevad. Totalt deltog nästan 900 deltagare som fick njuta av två professionellt anordnade tävlingsdagar i fin orienteringsskog i härlig vårsol. Tack alla ni som gjorde det möjligt!

Vi har även i år anordnat Hittaut. Antalet registrerade deltagare var 959 personer, vilket var drygt 200 lägre än första årets succédeltagande. Hittaut är ändå, tillsammans med Veckans Bana, ett utmärkt sätt att sprida vår verksamhet bland allmänheten och öppnar upp för nyrekrytering av både yngre och äldre.

2022 har vi återigen kunnat vara med och arrangera Ränneslättsturen och våra två marknader. Deltagarantalet har dock varit lite lägre än före Covid-19, vilket påverkat våra inkomster negativt jämfört med budget och åren innan pandemin. Eksjö Konfaläger genomfördes också, där vi är delarrangörer i Sveriges största konfirmationsläger. Glädjande nog kunde lägret avslutas med två avslutningsmiddagar med totalt närmare 600 gäster. Även vårt skidlopp Högefälloppet kunde återigen arrangeras efter att tidigare år blivit inställt på grund av Covid-19.

Samarbetet med kommunen, markägare och Eksjö Cykelklubb om utvecklingen av hela Skidstugeområdet/Högefälle har fortsatt under året. Visionen är att Skidstugans Fritidsområde ska vara hela Eksjö tätorts friluftsområde, där Eksjö kommun skall ha ett övergripande ansvar och att ett flertal föreningar skall kunna samverka i området. Samarbetsavtal med Eksjö Cykelklubb undertecknades i november 2021. Detta innebär bland annat att Cykelklubben hyr utrymmen i Skidstugan och har tillgång till omklädning. Måndagar och onsdagar har Cykelklubben förtur till stugan, men måste boka detta hos Göran Nilsson. Detta gäller även ESOK, som nu måste boka användning av stugan. I maj deltog vi tillsammans med Cykelklubben på Öppet Hus, där vi tillsammans med Cykelklubben fick presentera vår vision för Skidstugeområdet/Högefälle för politiker i kommunen.

Under året har vi också fortsatt med vår fina tradition att erbjuda tipspromenader för Eksjöborna, med många deltagare.

Vår fantastiska, aktiva seniorgrupp med uppemot ett 20-tal personer har fortsatt hållit i gång, och som vanligt har de gjort en mängd löpande jobb vid Skidstugan och på spåren, och hållit Skidstugan och området i fint skick.

I början av oktober firade vi 80 år i Skidstugan med familjeaktiviteter som avslutades med wok och tårta. Ett mycket uppskattat arrangemang med deltagande av både yngre och äldre medlemmar.

Rent sportsligt kunde vi glädjas åt stora framgångar inom orienteringen, våra yngre talanger tillsammans med våra ESOK-fostrade löpare levererade på topp! Under 2022 tog ESOK:s fantastiska juniorer 8 st topp-tio-placeringar i SM, där toppen resultatmässigt var Boglarka Czakós guld på Sprint-SM och brons på Medel-SM, SM-silver till Emma Eriksson på Lång samt juniortjejnarnas 6:e plats på SM-stafetten i D20. Även våra lag presterade väldigt bra med bland

annat 38:e platsen på Jukola för damerna och 77:e plats för herrarna. På O-ringen hade klubben 9 etappvinster och 4 totalsegrare, där klubben på Etapp 3 hade historiska 5 etappvinster! I MTBO VSM tog Monica Kollberg tre guld i D60 och Stefan Kollberg två silver i H60. På Veteran-SM i orientering tog Andreas Källming ett guld och ett silver i H35, Cecilia Bergander ett guld och ett brons i D35, Johanna Jonsson ett guld i D35, Simon Nilsson två brons i H35 samt Linda Nordin ett brons i D45.

När vi summerar 2022 så kan vi återigen konstatera att det var ett år med väldigt många SM-medaljer, kanske nästan rekord för föreningen. Damjuniorerna har fortsatt att prestera och vi har en bra bredd på kavlarna, detta lovar gott inför framtiden!

Arbetet med O-ringen 2024 i Oskarshamn fortsätter, där vi kvarstår som en delarrangör. Styrelsen har träffat delar av ledningsgruppen och tillsammans beslutat att ESOK tar ansvar för två starter, vilket kommer kräva 20–30 funktionärer per etapp från oss. Arbetet med Tiomila 2025 i Tranås har flyttats fram och planeras nu för 2026, ESOK kommer även där vara medarrangörer. Vår ekonomi bygger på att vi vart femte år har någon extra stor inkomst för att finansiera åren däremellan då vi normalt sett gör minusresultat, så dessa arrangemang är av fortsatt yttersta vikt för att vi skall kunna bibehålla vår verksamhets nuvarande omfattning.

Under året har vi totalt gjort 869 lärotimmar i ESOK.

Under 2022 så har vi i styrelsen träffats åtta gånger för våra styrelsemöten. Till styrelsemötena har också våra fyra huvudsektionsledare bjudits in. Styrelsearbetet har löpt på enligt den planering vi satte för året.

Under året så har följande större beslut tagits:

- Ny hemsida för att ersätta hemsida hos IdrottOnline. Utvärdera att i senare steg införa anmälningsfunktion.
- Att köpa in en slaghack.
- Material i arkivet i källaren flyttas över till Folkrorelsearkivet i Jönköping.
- Utvärdera ansökan av stöd från Allmänna Arvsfonden för koncept inom skidstugeområdets utveckling, inklusive upprustning eller utbyte av äventyrsbanan.
- Beslut om konstsnöspårets inriktning säsongen 2022/2023, avsätta extra budget för elkostnader, göra extra avskrivning på snöfläkten samt att priser för säsongskort och dagskort ökas något.
- Utvärdera om Eksjö Konfa-förening kan överföras till ESOK och drivas som en separat sektion.

Vi i styrelsen vill rikta ett STORT TACK till alla er som gör det här möjligt! Alla ni som lägger enormt mycket tid i vår verksamhet som ledare, sprutar snö, fixar på Skidstugan, sköter administration, lagar mat och fixar fika, vallar skidor, lägger banor, planerar, peppar och stöttar... OCH alla våra aktiva. Utan er hade klubben inte varit det den är. Vi driver också Skidstugan och dess spår helt ideellt med mängder av arbetstimmar av ESOK:s medlemmar, men också med ett fint stöd av Eksjö kommun. Dessutom har vi ett antal sponsorer som stöttar oss i olika omfattning. Utan allt detta så vore inte ESOK vad det idag är, TACK ALLA NI som gör ESOK till en aktiv och framgångsrik förening!

Slutligen vill vi rikta ett STORT TACK för denna fantastiska verksamhetsberättelse som Stefan Kollberg varje år så förtjänstfullt sätter ihop och designar efter respektive sektions grundarbete.

TACK alla för 2022, nu ser vi framåt mot ett framgångsrikt och aktivt 2023!

EKSJÖ
2023-01-10

Lars Hagelberg
Ordförande

Sven Karlsson
Vice Ordförande

Maria Sundberg
Sekreterare

Gun Henriksson
Kassör

Susanne Bergander
Ledamot

ORIENTERINGSSEKTIONENS VERKSAMHETSBERÄTTELSE



INLEDNING

Under 2022 tog ESOK:s fantastiska juniorer 8 st topp-tio-placeringar där vi särskilt hyllar Boglarka Czako som tog guld i sprint SM för andra året i rad. Ett stort GRATTIS till Boglarka.

På etapp 3 på O-ringen i Uppsala blev det en historisk dag för Eksjö SOK som hade fem etappsegrare. Seger blev det genom Florian Nagel i H18, Monica Kollberg i MTBO D60, Gabriella Bergander i D21, Fanny Sundblad i D21L och Stefan Kollberg i MTBO H60. Dessutom ytterligare nio tio-i-topp placeringar på etappen.

Noterbart är att det i år blev det 1645 starter på 145 personer inom OL (fot, MTBO, Skido) att jämföras med 2021 då siffran var 1243 starter fördelade på 127 personer.

När vi åter igen summerar ett år i OL-sektionen så slås vi av allt som genomförs i klubben:

- Vi bedriver träningar för 5-åringar och uppåt.
- Vi har en elitverksamhet där vi åker på läger och tävlar runt om i både Sverige och Europa.
- Vi anordnar klubbresor, klubbävlingar och höglandszonaktiviteter och mycket mer.
- Ledarträffar från barn, ungdomar och vuxna till elit.
- För Eksjö's orienteringsmotionärer erbjuder vi veckans bana och under sommarmånaderna Hitta Ut.

För att lyckas med allt detta så krävs en gedigen ledarstab. Vi är ett stort gäng som gör vårt yttersta för att det ska bli så bra som möjligt.

Ett stort tack till alla som hjälpt till under året!

TOPP 10-PLACERINGAR PÅ SM 2022 I ORIENTERING

SM Sprint	Boglarka Czako	1	D20
SM-lång	Emma Eriksson	2	D20
SM-lång	Agnes Djurstedt	8	D20
SM-medel	Boglarka Czako	3	D20
SM-medel	Agnes Djurstedt	8	D20
SM-stafett	Tilda Hagelberg		
	Agnes Djurstedt		
	Boglarka Czako	6	D20
SM-natt	Emma Eriksson	5	D20
SM-natt	Agnes Djurstedt	10	D20



Boglarka Czako

ELITVERKSAMHET LÄGER OCH SAMLINGAR

Kick-off:

Elitgängets höll Kick-off 8-9 januari i Eksjö. De samlades på lördagsförmiddagen för en Keps-OL vid Lillemarka. Efter lunch i skidstugan planerade elitgänget året, innan det bar av till bowlinghallen för gemenskapsaktivitet. På söndagen var det långpass i Skurugata. Under helgen så deltog ett 15-tal.

10Milaläger:

Den 26-27 februari skulle elitgänget åkt på 10-Milaläger till i Kilsbergen för träning i relevant terräng inför årets 10-Mila, men bara dagarna innan kom ett stort snöfall som gjorde att planerna ändrades och ett litet gäng med femton ESOK:are åkte i stället till Åhus och Olofström för träningar på barmark. Ett träningsläger där fokus var på teknik, vilket lämpade sig bra i den småkuperade terrängen.

OL-gymnasieläger

Vid OLG:s träningsläger i Tjeckien i maj deltog Tilda Hagelberg, Dominik Prusa, Boglarka Czako, Elias Schafer, Tobias Nagel, Florian Nagel och Emily Adenstedt.



Boglarka Czako,
Dominik Prusa

SWEDISH LEAGUE

Deltävling 1 och 2

På årets första Swedish League, 9-10 april, var tävlingsrutinerna äntligen tillbaka till det vanliga, efter två år med corona, med en medel- och en långdistans i Ryssbybergen utanför Olofström.



Lucas Sundblad, Emma Eriksson, Boglarka Czako, Elias Schafer

Det var en både tekniskt och fysiskt utmanande terräng men våra 16 ESOK:are kämpade på bra. Det var en mycket bra helg där deltagarna upplevde att det var härligt att komma i gång med tävlingar igen efter pandemin, med en blandning av tävlande; juniorer, seniorer och utlandslöpare.

Bästa resultat men tyvärr precis utanför pallplats blev Lucas Sundblad och Emma Eriksson med var sin 4:e plats i M21-2 resp D20 Elit. I D20E blev även Boglarka Czako 7:a. I H18E var det Elias Schafer som lyckades bäst och blev 9:a i en mycket tajt klass. Emma var även den som lyckades bäst på söndagens tävling med en 6:e plats.

Deltävling 3

Se SM Nat

Deltävling 4

24 april i Askersund. Lucas Sundblad blev 3:a i M21-2. Övriga som deltog var Emma Eriksson, Boglarka Czako och Agnes Djurstedt i D20 E, Gabriella Bergander i W21, Tobias Nagel, Dominik Prusa, Elias Schafer i H18 E, Viktor Antonsson i M21-2 och Tilda Hagelberg i D18.



Gabriella Bergander
Lukas Sundblad

Deltävling 5, 6, 7 och 8

Se SM Sprint, SM Ultralång, SM Lång samt SM Medel

Deltävling 9

Medeldistans i samband med 25manna 9/10

Deltävling 10-11

Avslutningshelg i Strängnäs 22/10, med medel och jaktstartsfinal, där poängen deltagarna lyckats samla ihop från föregående tävlingar förvandlas till sekunder där den med mest plockade poäng går ut först.

En toppenhelg med flera fina prestationer. I D20E blev Emma Eriksson 5:a och Thea Abaji 25:a, i D21E tog Fanny Sundblad en 27:e plats. I H18E blev Casper Blakskjaer 22:a, Niels Dalgaard 23:a och Dominik Prusa blev 35:a.



Thea Abaji, Emma Eriksson



Niels Dalgaard
Dominik Prusa
Casper Blakskjaer
Kerstin Almerheim

16:e i D18 och Dominik Prusa 23:a i H18 och i C-finalen blev Tilda Hagelberg 13:e i D18.



Boglarka Czako överst på prisstegen



SM sprint-gänget

SM-TÄVLINGAR

SM Nat

22 april, Tjällmo Godegård

D20	Emma Eriksson	5:a
	Agnes Djurstedt	10:a
	Thea Nordin Abaji	19:e
D21	Fanny Sundblad	11:a
H18	Elias Schafer	7:a
	Tobias Nagel	28:e
	Dominik Prusa	41:a
	Florian Nagel	ej godk
H21	Lucas Sundblad	59:a

SM, ultralång distans

Inga deltagare från ESOK.

SM, långdistans

Den första SM tävlingen för hösten avgjordes i Bjursås i Dalarna den 10-11 september och ESOK hade 6 deltagare genom Emma Eriksson, Agnes Djurstedt, Boglarka Czako, Thea Nordin Abaji, Tilda Hagelberg och Gabriella Bergander.

Kvalet avgjordes på lördagen och 5 av löparna tog sig till A-final. Tävlingsarna var utmanande i den mycket tuffa dalaterrängen, men som våra tjejer kämpade. Emma Eriksson sprang in som 2:a i klass D20 och Agnes Djurstedt fick varsitt SM-löv genom sin 8:e plats i samma klass.

Övriga som sprang i A-finalerna var Gabriella Bergander som tog en fin 30:e plats i D21, Boglarka Czako var 11:a och Thea Abaji 19:e i D20.

SM, medeldistans

16-17 september i Orsa med 11 ESOK:are. Kvalet avgjordes på lördagen och 6 av löparna tog sig till A-final där Boglarka Czako tog ytterligare en SM-medalj genom en 3:e plats i D20, och ytterligare ett SM-löv till Agnes Djurstedt som blev 8:a i samma klass. I H18 blev Casper Blakskjaer 8:a och Niels Dalgaard 16:e. Även Fanny Sundblad och Gabriella Bergander gjort fina lopp och slutade 16:e och 29:e i D21



Agnes Djurstedt, Emma Eriksson, Niels Schafer, Fanny Sundblad

SM Sprint med Guld till Boglarka Czako

På Hisingen i Göteborg avgjordes SM sprint den 15 maj. I kvalet ställde 7 ESOK-löpare upp varav 4 tog sig till A-final. Där slog Boglarka Czako till och försvarade sitt Sprint-guld från föregående år! Grattis Boglarka! Agnes Djurstedt blev 17:e, Emma Eriksson 23:a och Thea Nordin Abaji 34:a. I B-finalerna blev Lina Suwald

SM stafett

SM-helgen i Orsa fortsatta på söndagen med stafett och där topp-presterade Tilda Hagelberg, Agnes Djurstedt och Boglarka Czako i D20 genom att springa in på en 6:e plats av 49 lag. Ett jättebra resultat eftersom laget bestod av två D20- och en D18-löpare.

I D21 blev Fanny Sundblad, Johanna Jonsson och Gabriella 18:e lag och i H21 blev Lucas Sundblad, Andreas Bergander och Hugo Djurstedt 36:e lag av 78. Bra jobbat av alla!



Boglarka Czako, Agnes Djurstedt, Tilda Hagelberg - D20-laget.



Hugo Djurstedt, Andreas Bergander, Lucas Sundblad - H21-laget.



Gabriella Bergander, Johanna Jonsson, Fanny Sundblad - D21-laget.

Veteran-SM

Den 16-18 september arrangerades Veteran-SM av OK Njudung i Vetlanda.

Följande pall-placeringar togs av ESOK-löpare:

Medel:

Guld:	Johanna Jonsson	D35
	Andreas Källming	H35
Brons:	Linda Nordin	D45
	Simon Nilsson	H35
	Cecilia Bergander	D35

Lång:

Guld:	Cecilia Bergander	D35
Silver:	Andreas Källming	H35
Brons:	Simon Nilsson	H35

Baltic Junior Cup

Årets Baltic gick 28-30 Oktober i Ekenäs/Tammisaari, Raseborg, Finland. Eksjö hade tre deltagare med, Alva Hagelberg, Julia Abaji, och Linnea Edvardsson Pansell. Terrängen var mycket fin men teknisk utmanande med lättlöpta områden uppe på hållarna. Fina prestationer av tjejerna i den utmanande och ovana terrängen för dessa löpare.

ESOK:ARE I ORIENTERINGSLANDSLAG

Ungdoms-EM/EYOC i Hungary

Emily Adenstedt representerande Österrike, 4:a i D16 lång, 5:a sprint och 13:e i stafetten.

Elias Schafer representerande Schweiz, 17:e i H18 lång och 39:a i sprint

JVM i Portugal

Boglarka Czako representerande Ungern blev 15:e på medeln, 22:a på lången, 22:a på sprinten och silver på stafetten!

Anna Groell representerande Österrike blev 17:e på medeln, 34:a lången, 33:a på sprinten och 27:a på stafetten.

Martina Rizzi representerande Italien blev på 30:e på medeln, 25:a på lången, 61:a på sprinten och 30:e på stafetten.

Casper Blaskjaer representerande Danmark blev 70:e på medeln, stämplade fel på lången och fick ej springa stafetten.

JEC i Tyskland

Casper Blaskkajer Danmark, 16:e sprint, 22:a lång, 13:e stafett

Niels Dalgaard Danmark, 18:e sprint, 16:e lång, 13:e stafett

Anna Groell Österrike, 4:a sprint, Lång 13:e, 17:e stafett

Emma Eriksson, 10:a sprint, 11:a lången, 11:a i stafett

Florian Nagel, Schweiz 21:a sprint, Lång 14:e, 17:e stafett

STAFETTER

Kolmårdskavalen

18 april. Pga sjukdom i damlaget blev det bara tre herrlag på startlinjen.

I lag 1 sprang Lucas Sundblad, Hugo Djurstedt, Tobias Nagel och Andras Bergander. De slutade på plats 33 av 109 lag. I lag 3 sprang Oscar Svahn, Simon Nilsson, Elias Schafer och Victor Antonsson, och blev 48:a.

I lag 2 sprang Florian Nagel, Mattis Persson, Adam Sandstedt och Dominic Prusa som blev 62:a. Lucas Sundblad växlade in som 9:onde lag.

10-mila

Årets 10-mila avgjordes i Ånnaboda Örebro 7-8 maj. ESOK hade två damlag, två herrlag och ett ungdomslag anmälda. Några åkte redan på fredagen och tränade på eftermiddagen.

Först ut var ungdomslaget som bestod av Emily Adenstedt, Elias Skillermark, Pelle Jakobsson, Julia Abaji och Alva Hagelberg. Laget kämpade väl och blev 179:a.

Sedan var det dags för damlagen och genom en gedigen insats slutade lag 1 på plats 45 genom Fanny Sundblad, Boglarka Czako, Emma Eriksson, Agnes Djurstedt och Gabriella Bergander.

Andra lagets slutade på plats 166 genom Thea Nordin Abaji, Wilma Bergander, Martina Rizzi, Tilda Hagelberg och Lina Suwald.

Framåt kvällen var det dags för herrlagen. I första laget sprang Lucas Sundblad, Andreas Bergander, Hugo Djurstedt, Viktor Antonsson, Oskar Svahn, Tobias Nagel, Simon Nilsson, Mattis Persson, Elias Schafer och Lucas Novak. Laget hamnade på en imponerande 48:e plats.

Andralaget gjorde även de en strålande insats och blev 156:a. Här sprang Jakob Wolfram, Jari Huttunen, Dominik Prusa, Stefan Djurstedt, Johan Kastensson, Anders Edvardsson, Rickard Jakobsson, Simon Svahn, Adam Sandstedt och Hugo Jakobsson.



Nästan hela dam-gänget: Lina Suwald, Wilma Bergander, Emma Eriksson, Agnes Djurstedt, Boglarkav Czako, Fanny Sundblad, Gabriella Bergander, Tilda Hagelberg, Martina Rizzi



I första laget sprang Lucas Sundblad, Andreas Bergander, Hugo Djurstedt, Viktor Antonsson, Oskar Svahn, Tobias Nagel, Simon Nilsson, Mattis Persson, Elias Schafer och Lucas Novak

Jukola

Till årets resa till Åbo i Finland åkte ett stort gäng ESOK:are. På startlinjen i Jukolakavlen hade klubben tre herrlag och i Venlakavlen fyra damlag.

ESOK:s unga första damlag slutade på en finfin 38:e plats, som 17:e svenska lag, av 1 400 anmälda damlag.

Senare avgjordes Jukola-kavlen. ESOK 1 slutade på en 77:e plats av dryga 1500 lag. Mellan lag 2 och 3 var det en mycket hård kamp stafetten igenom som inte avgjordes förrän i slutet av sistasträckan där lag 2 till

sist drog det längsta strået.

I lagen sprang:

Herrlag 1: Lucas Sundblad, Tobias Nagel, Hugo Djurstedt, Viktor Antonsson, Simon Nilsson, Jari Suter och Elias Schafer. Plats 77.

Herrlag 2: Dominik Prusa, Stefan Djurstedt, Jari Huttunen, Christer Johansson, Martin Lindberg, Simon Svahn och Florian Nagel. Plats 267.

Herrlag 3: Håkan Svensson (Bredaryd), Jonas Håkansson, Anders Edvardsson, Lars Nordgren, Andreas Källming, Boglarka Czako och Simon Freyland. Plats 282.

Damlag 1: Boglarka Czako, Siri Suter, Johanna Jonsson, Gabriella Bergander. Plats 38.

Damlag 2: Agnes Djurstedt, Cecilia Bergander, Tilda Hagelberg, Wilma Bergander. Plats 232.

Damlag 3: Lotta Sundblad, Susanna Djurstedt, Hanna Pansell-Edvardsson, Siv Bergander. Plats. 454.

Damlag 4: Linnea Edvardsson, Monika Kollberg, Carina Bergander och Monika Henriksson. Plats 531.



Förstalaget i Venla-kavlen som slutade 38:a.
Boglarka Czako, Siri Suter, Johanna Jonsson, Gabriella Bergander.



Förstalaget i Jukola-kavlen.
Lucas Sundblad, Tobias Nagel, Hugo Djurstedt, Viktor Antonsson, Simon Nilsson, Jari Suter och Elias Schafer.



JUKOLA 2022



Andralaget
Venla-kavlen.



Siri Suter, Monica Kollberg, Gabriella Bergander,
Martin Lindberg

Tredjelaget i
Venla-kavlen.



Monica Henriksson



Fjärdelaget i
Venla-kavlen.



Andralaget i
Jukola-kavlen.



Simon Freyland

25-manna

25-manna är en av världens största stafetter, där världens bästa orienteringsklubb ska koras. Tävligen är unik eftersom både elit, ungdomar, veteraner och glada motionärer tävlar tillsammans och i samma lag. Detta innebär att alla i klubben är lika viktiga och fokus på tävlingen är just klubbgemenskapen.

Årets tävling hölls i Flemmingsbergsskogen. Årets stafett genomfördes på en fantastiskt fin hösthelg. ESOK ställde upp med två lag och lagen åkte upp gemensamt på fredagskvällen med buss och övernattade på vandrarhem i Södertälje. Härlig klubbkänsla på kvällen då lagen samlades för genomgång inför morgondagens tävling.

Förstalaget slutade på plats 32, inte långt ifrån vårt klubbrekord som är 26:e plats 2012. Andralaget gjorde också en riktigt bra insats och slutade 216:e lag av 325 startande lag. Många löpare som sprang 25-manna för första gången. Detta visar verkligen på att bredden är viktig och vi vågar nog påstå att alla 50 ESOK:are hade haft en rolig helg, oavsett resultat.

Dagen efter sprang vi 25-manna-medeln där bästa resultat, utifrån antalet deltagare i klassen, var Linda Nordin som slutade 8:a av 130 i klass D45.



Starten på 25-manna.

UNGDOMSVERKSAMHET

Det råder febril aktivitet under våra torsdagsträningar vid Skidstugan, och vår utmaning är att hitta ledare till grupperna, för intresserade barn det råder det inte brist på, vilket förstås är jättekul.

Vi har varje vecka mött upp ca 50 barn och ungdomar. Av dessa har ca 15 ungdomar deltagit regelbundet i tävlingar.

TRÄNINGAR

Skogsleken

I Skogsleken, för barn mellan 5-7 år, leker sig deltagarna fram i den första orienteringsträningen. Det handlar om att lära sig karttecken och att springa mycket enkla banor med hjälp utav glada och ledsna gubbar.

OL-skolan

I den här gruppen har det varit ca 25 barn i åldern 8-12 år. Det har varit en grupp med stor spridning vad det gäller såväl orienteringsvana och som orienteringskunskaper. Träningarna har varvats med rena orienteringstekniska moment och helhetsbanor i olika svårighetsgrad för att alla ska kunna orientera på sin nivå. Det är i den här åldern som barnen börjar följa med ut på tävlingar. Det har varit ca 15 barn från klubben som deltagit i Höglandsserien i år.

OL-skolan genomför träningar på tisdagar och torsdagar. Tisdagsträningarna har haft fokus på teknik, oftast i samband med Höglandszonen. Torsdagarnas träningspass har varit vid skidstugan och i skogarna omkring Eksjö. Under året har elever från OL-gymnasiet har lagt banor åt Orienteringsskolan och eleverna har även ansvarat för genomgång vid torsdagsträningen. Ett bra utbyte mellan ESOK och OLGy och ledarna fortsätter gärna samarbetet i framtiden.

Torsdagsgruppen

I den här gruppen har det varit knappt 15 ungdomar i

åldern 13-16 år, men gruppen riktar sig även till juniorer, seniorer och föräldrar som är välkomna att delta.

Torsdagsgruppen genomför träningar under större delen av året. Under tävlingssäsongen har de haft träningar på tisdagar och torsdagar. Tisdagsträningarna har haft fokus på teknik, oftast i samband med Höglandszonen. Torsdagarnas träningspass har varit mer inriktade på löpträning och tempo.

IDROTTSKOLAN

ESOK var ansvarig för Idrottsskolan den 23 mars. Det var bara 15 barn som deltog. De fick prova på olika orienteringsövningar och lekar runt Skidstugan. Ansvariga var Jenny Jakobsson och Åsa Persson. Några av barnen dök sedan upp på torsdagsträningarna. Susanne Bergander är klubbens representant i idrottsskolans styrelse.

Skolverksamhet-World Orienteering Day

Torsdagen den 12/5 erbjöd klubben årskurs 3-6 på Eksjö grundskolor att springa olika sprint-banor i Sjöängen. Ansvariga var Carina Bergander och Jenny Jakobsson som planerade och genomförde dagen tillsammans med klubbens egna ungdomar och juniorer.

Det var många nöjda och glada barn som vände tillbaka till skolorna och vi fick mycket beröm från skolorna som tyckte att det hela var mycket bra organiserat. Vid kommande torsdagar var det dessutom några nya barn som dök upp vid klubbträningarna. Kul!





LÄGER

USM-läger

USM-lägret ägde rum söder om Stockholm med boende i campingstugor. Smålands OF hade som vanligt ordnat med bussresa och boendet.

Deltagare från klubben var Alva Hagelberg, Julia Abaji och Linnea Edvardsson Pansell. Ungdomarna tyckte det var ett bra läger med terräng som nästan motsvarade vad de senare ska möta på USM.

Västerviksläger

På lägret deltog Pelle Jakobsson, Stina Frisk.

Deltagarna på lägret är mellan 12-16 år och kommer från hela Småland under 4 dagar. Ett bra läger för att få våra ungdomar att lära känna andra barn och ungdomar runt om i Småland.

Tävlingar och stafetter

Pölder sport Cup

Under 2022 ingick elva deltävlingar i Pölder cup. Av dessa deltog Eksjö SOK i samtliga. I sammanräkningen får man räkna de fem bästa resultaten. Klubb tävlingen vanns utav Jönköpings OK med imponerande 196 poäng. På andra plats kom Växjö OK med 111 poäng och Eksjö SOK kom på 7:e plats med 53 poäng.

Första deltävlingen var i Bredaryd den 10 april. Vid tävlingen deltog endast Pelle Jakobsson och Vilmer Hagelberg.

Andra deltävlingen var under ESOKs påsktävlingar den 16 april. Elise Lindkvist blev 3:a i D12. Dessutom deltog Linnea Edvardsson Pansell, Julia Abaji, Mats Gankema, Elias Skillermark, Love Göth och Vilmer Hagelberg.

Tredje deltävlingen var också den under påskhelgen, i samband med SOL Tranås påsktävlingar, den 18 april. Emily Adenstedt, Linnea Edvardsson Pansell, Elias Skillermark, Vilmer Hagelberg, Pelle Jakobsson, Alva Hagelberg och Julia Abaji deltog.

Fjärde deltävlingen den 30 april vid Bondberget i Huskvarna. Emily Adenstedt Lindkvist blev 3:a i D16. Dessutom deltog Linnea Edvardsson Pansell, Alva Hagelberg, Elise Lindkvist och Julia Abaji,

Femte deltävlingen var den 22 maj med en stafett och alltså en klubb tävling vid Lämmeltaget.

Sjätte deltävlingen var den 29 maj i samband med DM Sprint i Anneberg. Vid tävlingen deltog Linnea Edvardsson Pansell, Alva Hagelberg, Julia Abaji, Pelle Jakobsson, Vilmer Hagelberg, Anders Almerheim, Mats Gankema.

Sjunde deltävling var i samband med DM Natt den 26 augusti i Burseryd. Enda deltagare var Vilmer Hagelberg och Linnea Edvardsson Pansell

Åttonde deltävlingen var i samband med DM Lång i Blomstermåla. Enda deltagare var Linnea Edvardsson Pansell.

Nionde deltävlingen var den 3 september vid DM Medel i Tuna. Deltog gjorde Adam Back och Sigge Bergander som delade första platsen i klassen Mycket lätt 2 km, Sixten Stenbäck, Love Göth, Anders Almerheim, Julia Abaji, Pelle Jakobsson, Kerstin Björketun, Elsa Nyren, Vilmer Hagelberg, Signe Bergander, Carolina Ljungström och Anton Stenbäck.

Tionde och elfte deltävlingarna hölls i vid avslutnings-

helgen den 24-25 september i Habo, med natt på lördagen och medel på söndagen. PÅ natt-tävlingen deltog Linnea Edvardsson Pansell, Alva Hagelberg och Vilmer Hagelberg och på söndagen även Pelle Jakobsson och Mats Gankema.

I de individuella cupernas totalsammanställning såg resultaten ut som följande:

D16:	Linnea Edvardsson	8:a
	Alva Hagelberg	12:a
	Emily Adenstedt	16:e
	Julia Abaji	17:e
H14:	Vilmer Hagelberg	12:a
	Pelle Jakobsson	14:e
	Elias Skillermark	20:e
	Anders Almerheim	26:e
D12:	Elise Lindkvist	18:e
H12:	Mats Gankema	25:e
	Love Göth	36:e

Högländsserien

Under våren arrangerades Högländsserien med fem deltävlingar. Eksjö SOK stod värd för tävlingen den 17 maj vid Skidstugan. Lämmeltaget är en av deltävlingarna. Högländsserien avslutades vid Nässjös sprintcup den 1 juni med prisutdelning och vilken utdelning det blev till klubbens ungdomar! Klubben tog alla 1a placeringar och de flesta pallplatser i samtliga klasser som klubben var representerad i. Bra jobbat alla ungdomar!

Totalresultat för ESOKs ungdomar

- D16: 1 Alva Hagelberg
2 Linnea Edvardsson Pansell
3 Julia Abaji



- H 14: 1 Elias Skillermark
3 Pelle Jakobsson
4 Anders Almerheim
5 Vilmer Hagelberg

- D 12:
1 Elise Lindkvist



Detta var sista året för våra 16-åriga tjejer att delta i Höglandsserien, och med sin 5e seger under åren 2016-2022 tog sig Alva Hagelberg upp i toppen på listan över deltagare med flest antal totalsegrar sedan 1977. Grattis Alva!

Höglandsserien är en väldigt trevlig och viktig tränings-tävling för våra ungdomar där de får en chans att lära sig tävlingsrutiner men också träffa andra barn och ungdomar runt om på höglandet. Eksjö SOK har genom Höglandsserien fått med flera nya barn i tävlings-sammanhang.

10-mila

Se elitdelen.

Lämmeltåget

Lämmeltåget gick som vanligt i Nässjö och ESOK hade tre lag på startlinjen och i år 2 lag i klass A och ett lag i klass C.

Laget med Elias Skillermark, Anders Almerheim, Mats Gankema, Emily Adenstedt och Alva Hagelberg blev 7:a



och laget med Pelle Jakobsson, Vilmer Hagelberg, Olof Lovén, Linnéa Edvardsson Pansell och Julia Abaji blev 17:e lag.



I klass C blev laget med Ines Krantz Huttunen, Alva Evegren, Emelie Södermyr och Signe Säfström 13:e lag.



Sydsvenska mästerskapen-SSM – SSM Silver för Emily Adenstedt

23-24 april åkte Emily Adenstedt, Alva Hagelberg, Julia Abaji, Linnea Edvardsson, Pelle Jakobsson och Vilmer Hagelberg till SSM i Örkelljunga. Det var en kul helg för ungdomarna med riktigt lägerhäng efter två år med corona.

På lördagens individuella tävling kom Emily Adenstedt 2:a i D16, Även Alva och Julia sprang D16 och blev 7:a resp 15:e. Linnea blev 11:a i D15, Pelle 14:e i H14 och Vilmer 14:e i H13.

På söndagens stafett blev Alva Hagelberg 5:a med sitt lag och Emily 8:a med sitt lag. Övriga ESOK:are sprang andra chansen, där Vilmer blev 4:a och Pelle Jakobs-son 5:a i H14 och Julia 7:a i D16.



U-10-mila

2022-års U10-mila gick i Ulricehamn Götene och ESOK ställde upp med ett lag i HD14-kaveln och ett lag i HD20-kaveln.

Laget i HD20 slutade på plats 10!

HD 14: Tilde Brickarp (SOL Tranås), Anders Almerheim, Elias Skillermark, Stina Frisk, Elise Lindqvist och Pelle Jakobsson



HD20: Casper Blaksaer, Agnes Djurstedt, Elias Schaffer, Linnea Edvardsson, Pelle Jakobsson, Niels Dalgaard, Elias Skillermark, Dominik Prusa, Florian Nagel, Kerstin Almerheim, Tobias Nagel, Boglarka Czako

Götalandsmästerskap (ungdomar, juniorer)

GM arrangerades i år i Norrköping (sprint) och Söderköping (lång och stafett) i mitten av augusti. Från Eksjö SOK deltog Alva Hagelberg, Julia Abaji, Linnea Edvardsson Pansell, Pelle Jakobsson och Vilmer Hagelberg.

Under helgen slog värmen till med 30 grader vilket påverkade deltagarna ordentligt då terrängen var kuperad. En spännande GM-stafett där Smålands OF lag 1 till slut tog hem segern, efter att första laget i mål stämplat fel.

Ungdoms-SM

Eksjö hade i år tre tjejer på plats under USM i Stockholm den 9-11 september, Alva Hagelberg, Julia Abaji och Linnea Edvardsson Pansell. Tjejerna kämpade på bra i sina respektive klasser med tufft motstånd i distanserna sprint, lång och stafett.

Daladubbeln

Den alltid lika populära Dala-dubbeln ägde i år rum den 15-16 oktober. Liksom tidigare år hade Småland gemensam bussresa till Falun. Eksjö SOK representerades utav tre ungdomar med Anders Edvardsson som ledare. Det blev en härlig helg med fina prestationer.

Resultat: D16 Alva Hagelberg & Amanda (Tolered Utby) 40:e, Linnea Edvardsson & Signe (OK Alehof) 61:a, Julia Abaji enbart stafett.

DM-MEDALJÖRER



ESOK-gänget från DM Stafetten

Sprint-DM, Anneberg 2022-05-29

Guld: H65 Arne Back

Silver: D60 Monica Henriksson, H60 Arne Klintberg

Brons: D45 Elisabeth Hagelberg

Sprintstafett-DM, Anneberg 2022-05-29

Guld
D45 Elisabeth Hagelberg och Susanna Djurstedt,
H55 Lars-Gunnar Nilsson och Lars Hagelberg

Silver

D16 Alva Hagelberg och Linnea Edvardsson,
D20 Thea Nordin Abaji och Agnes Djurstedt,
D21 Cecilia Bergander och Gabriella Bergander

Natt-DM, Burseryd 2022-08-26

Guld: D45 Elisabeth Hagelberg

Silver: H21 Hugo Djurstedt,
H40 Jari Huttunen

Brons: H21 Simon Nilsson

Lång-DM, Alem 2022-08-28

Guld: D20 Boglarka Czako,

Silver: D20 Emma Eriksson

Brons: D60 Monika Henriksson

Medel-DM, Vimmerby/Hultsfred 2022-09-03

Guld: H18 Niels Dalgaard

D20 Boglarka Czako

D45 Linda Nordin D45

D60 Monika Henriksson

H65 Arne Back

Silver: D21 Gabriella Bergander

D50 Susanna Djurstedt.

Brons: D21 Johanna Jonsson

D20 Emma Eriksson



Stafett-DM, Vimmerby/Hultsfred 2022-09-03

Guld

D17-20 Emma Eriksson, Agnes Djurstedt, Boglarka Czako,
D21 Fanny Sundblad, Johanna Jonsson, Gabriella Bergander
D45 Elisabeth Hagelberg, Susanna Djurstedt, Linda Nordin
D55 Monica Henriksson, Gun Henriksson och Ing-Marie Back

Silver

H55, Lars Hagelberg, Lars-Gunnar Nilsson, Arne Back



D55- Ing-Marie Back, Gun Henriksson och Monica Henriksson



D45-laget
Elisabeth
Hagelberg,
Susanna
Djurstedt,
Linda Nordin



D21-laget Fanny Sundblad, Johanna Jonsson, Gabriella Bergander



H14-laget Elias Skillermark, Vilmer Hagelberg, Anders Almerheim



H21-laget Simon Nilsson, Andreas Bergander, Lucas Sundblad



H55-laget
Arne Back,
L-G Nilsson,
Lars Hagelberg



2022 har varit ett intensivt år efter att pandemins restriktioner togs bort. För Sveriges del innebar detta att det var en intensiv MTBO sommar med VM för seniorer och juniorer i Falun/Säter samt Oringen i Uppsala.

För Eksjö SOK:s del är vi en liten skara som håller på med MTBO vilket är lite synd då denna idrott har både ol-tekniska klurigheter och fysiska utmaningar.

Året började, som det numera blivit en tradition med, att vi var 4 klubbmedlemmar (Janssons och Kollbergs) som åkte över till danska MTBO campen som i år avgjordes på nordvästra Själland. 4 intensiva dagar med både träning och tävling.



Cykelförvaring kan vara en utmaning på resor men här var det ju bra underlag med parkett!

Veteran SM

SM tävlingarna var i år förlagda till Leksand 27-29 maj och från ESOK var det Monica och Stefan Kollberg samt Lasse Jansson som försvarade våra färger.

Sprint, lång samt medalj stod på programmet. Monica tog en guld trippel. Två silver samt en fjärde plats blev det för Stefan och Lasse lyckades med en tionde plats som sitt bästa resultat.



Tre guld blev det vid Veteran SM för Monica Kollberg

Svenska Veterancupen

Under april till september avgjordes årets cup. Monica Kollberg tog hem en överlägsen seger i D60 och hon vann alla lopp som hon startade i. För Stefan Kollberg blev det en andra plats i H60 efter ett avgörande på sista deltävlingens masstart där han förlorade spurten och därmed även ledningen i cupen. Lasse Jansson slutade sjua i H45.

DM-stafett

En nyhet för i år var att Småland testade ett stafett DM och detta avgjordes i Lessebo den 15 maj.

ESOK hade ett lag i Veteranklassen och här blev det en historisk första seger för laget som bestod av Lasse Jansson, Ola Stenbäck och Stefan Kollberg.



Lasse peppas inför DM stafett start av Ola.

DM sprint

I samband med att Nybro OK arrangerade Svenska cupen i sprint den 3 september genomfördes även DM i sprint.

Lasse Jansson och Stefan Kollberg blev DM mästare medans Monica blev utan DM medalj (ensam i DM klassen) men fick ändå en vinst då hon vann deltävlingen i Svenska veterancupen.

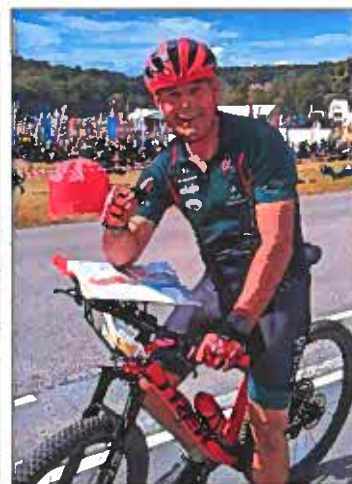
Oringen i Uppsala

Efter en omväxlande vecka gällande distans och terräng blev det en dubbelseger totalt för Stefan och Monica Kollberg. Monica vann alla etapper medan Stefan vann två etapper.

Lasse Jansson deltog också men fick tyvärr ge upp efter tre dagar då antagligen Coviden slog till.



Första kontrollen Oringen 2022!



Smålandscupen MTBO 2022

Årets Smålandscup bestod av 5 individuella tävlingar utspridda från maj till oktober.

Monica Kollberg vann sammanlagt D40 klassen och i H21 slutade Stefan Kollberg tvåa samt Lasse Jansson sjua.

World Masters series

En sjätte plats och en sjunde plats blev det för Monica och Stefan Kollberg i året World Masters series. Båda fick med sig två segrar från årets deltävlingar men då det hade krävts fler starter i enskilda deltävlingar för att kunna blanda sig i striden om bättre totala placeringar.

ÖVRIGA KLUBBARRANGEMANG

Klubbresa Nyköpingsorienteringen med Måsenstafetten

26-27 mars åkte drygt 40 ESOK:are för att springa Nyköpingsorienteringen.

Redan på fredagskvällen åkte ett gäng juniorer och seniorer för att springa natt. Övriga anslöt till lördagens individuella tävling och de flesta deltog även dag två i stafetten.

Vi bodde i Stugor på First Camp Kolmården. Arenan var i Nävekvarn och erbjöd fantastisk Kolmårdsterräng.



Måsenstafetten

Bästa lag: 4:a av 47 lag:

Mixed: Fredrik Skillermark, Elisabeth Hagelberg, Lotta Sundblad och Adam Sandstedt.

Bästa ungdomslag:

5:a av 16 lag: D16: Linnea Edvardsson Pansell, Julia Abaji, Emily Adenstedt och Alva Hagelberg.

Bästa seniorlag:

11:a av 67: D17: Fanny Sundblad, Emma Eriksson, Gabriella Bergander.

Klubbresa Sommarlandssprinten

Den 6 juni åkte drygt 20 ESOK:are för att springa Sommarlandssprinten och därefter roa sig i nöjesparken. En strålande sommardag som även bjöd in till bad.

Hitta Ut

För andra året arrangerade Eksjö SOK Hitta Ut från vår till höst. Medlemmar hjälptes åt att i veckan innan dela ut kartor till alla hushåll i Eksjö.

Ansvarig har varit Simon Nilsson med hjälp av Agnes och Andreas Bergander.



Veckans bana

Veckans bana har varit välbesökt och populär, vilket spår i terrängen vittnar om. Banor har lagts för och har varit tillgängliga under två-veckorsperioder under både vår och höst.

Det är främst Lennart Henriksson som arbetat med veckans bana under 2022. Kartor har funnits på Turistbyrån och Intersport samt för utskrift via hemsidan.

Gängbudkavle

Gängbudkavlen arrangerades av förra årets segrande lag som bestod av Fredrik Skillermark, Sophia Björnlinger och Andreas Bergander.

Stafetten hade sin arena vid Västra Lägern. 12 lag trotsade värmen och dom tuffa banorna.

Överlägsna segrare och arrangörer till nästa år blev Rickard Jakobsson, Linda Nordin och Lucas Sundblad. Lycka till med arrangemanget nästa år.



De överlägsna vinnarna! Fler bilder på nästa uppslag.

Vårdubbeln Eksjö 15-16 april

Under påskhelgen anordnade ESOK två tävlingar på helt nyritad karta vid gården Holma utanför Hjaltevad. 321 tävlande på lördagen och 547 tävlande på söndagen.

Klubben hade många ungdomar som sprang i tävlingarna. Vi fick mycket beröm som arrangörer. Det var 30 % av deltagarna som anmälde sig till öppna banor på samma dag. Tävlingen gick med ett plusresultat ekonomiskt.

Tävlingssledare var Carina Bergander och Lotta Sundblad.



Fler bilder från Vårdubbeln finns på Tävlings tekniska årsberättelse.

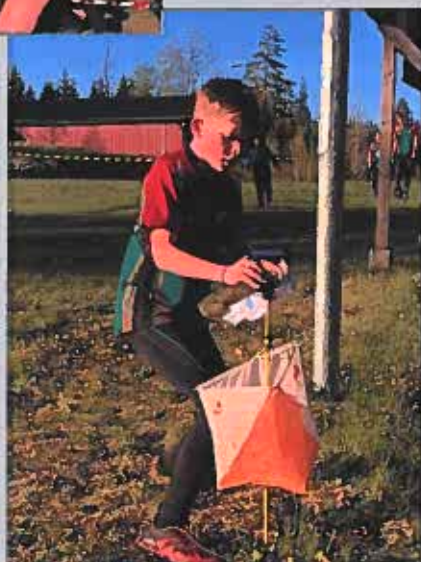
GÄNGBUDKAVLEN





Högländsserien

Eksjö SOK stod värd för tävlingen den 17 maj vid Skidstugan. Banläggare var Lars Nordgren och ansvarig Carina Bergander. Totalt 67 startande där den i särklass största klassen var Mycket lätt 2,0 km med 22 startande.



Höglands-OL

Eksjö SOK stod värd för tävlingen den 9 augusti vid Borgmästarängen. Banläggare var Hugo Djurstedt och ansvarig Carina Bergander. Det var 110 deltagare.

Höglandsträning

Den 6 september anordnade Eksjö SOK höglandsträning vid Skurugata. Banläggare var Linda Nordin. Cirka 40 deltagare.

Skinkracet

Traditionsenligt genomfördes Skinkracet i Skidstugeskogen, i år med 25 deltagare. Arrangörer var fjolårsvinnarna, Julia Abaji och Fredrik Skillermark, som hade lagt olika banor där alla innan start fick gissa sin sluttid, givetvis utan att ta med några som helst klockor ut i skogen.

När alla kommit i mål stod det klart att Elise Lindqvist vann ungdomsklassen och Niels Dahlgaard i vuxenklassen. Stort grattis till vinnarna! Det blir även de som kommer att anordna nästa års skinkrace. Resultatet i övrigt enligt vad som nedan följer.

Resultat

Vuxenklassen: Niels Dahlgaard 0,06
Johan Kastensson 0,58
Lars Nordgren 1,07
Ungdomsklassen: Elise Lindqvist 2,37
Elias Skillermark 5,53



Sylvesterloppet

Till 2022 års Sylvesterlopp, det 26:e i ordningen kom 32 deltagare till start. Victor Helander segrade åter igen på långa banan på tiden 30:24. Övriga segrare på de olika banorna var Angelica Rokitowicz på långa banan, Sophia Björnlinger och Claes Dahlén på mellan banan och på korta banan var Stefan Djurstedt och Lotta Sundblad snabbast.



O-ringen

Äntligen ett O-ringen efter två års uppehåll. O-Ringen 2022 avgjordes i Uppsala, med en fin vecka, både värmemässigt, terrängmässigt och resultatmässigt.

Klubben fick till slut fyra totalsegrare genom Agnes Djurstedt i D20, Florian Nagel i H18, Stefan Kollberg i MTBO H60 och Monica Kollberg i MTBO D60. Dessutom Fanny Sundblad trea i D21 Lång! Totalt var 75 ESOK:are på plats och tävlat.

Bland övriga elitlöpare så slutade Tobias Nagel på 7:e plats och Elias Schafer på 18:e plats i H18 E, Gabriella Bergander 6:a i D21, Lucas Sundblad 8:a i H21-2 och Emma Eriksson 19:e i D20 E.

Bästa resultat av våra ungdomar hade Alva Hagelberg med plats 32:a i D16.

Bland dom äldre så blev Cecilia Bergander 6:a i D35K och Susanna Djurstedt 9:a i D50 K och Monica Henriks-son 10:a i D60.

På etapp 1 med 69 startande ESOK:are hade elva av dessa en topp tio placering och Monika Kollberg fick etappseger i MTB D60.

På etapp 2 hade klubben tolv 12 tio-i-topp-placeringar och även här blev det etappseger för Monica Kollberg. Elias Schafer gjorde en kanoninsats och blev 8:a i H18 Elit.

På etapp 3, elitsprinten, tog vår nye danska elitlöpare Casper Blakskaer som börjar på OL-gymnasiet i höst silvret i H18 E, mycket imponerande! Boglarka Czako och Elias Schafer gjorde också väldigt bra sprintar och slutade 5:a och 14:e i D20 och H18 Elit!

På etapp 3 blev det en historisk dag för Eksjö SOK som hade fem etappsegrare på O-Ringen. Seger blev det genom Florian Nagel i H18, Monica Kollberg i MTBO D60, Gabriella Bergander i D21, Fanny Sundblad i D21L och Stefan Kollberg i MTBO H60. Dessutom ytterligare nio tio-i-topp placeringar på etappen.

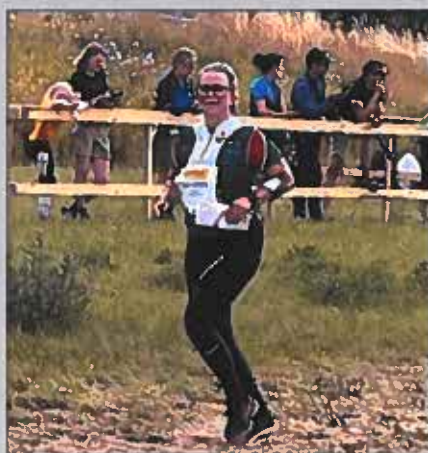


På etapp 4 fortsatte succén med två nya etappsegrare genom Fanny Sundblad i D21 Lång och Monica Kollberg i MTBO D60. Tobias Nagel imponerade också stort och knep andra platsen i H18 Elit!

ESOK:s O-ringen-segrare på Etapp 3: Florian Nagel i H18, Monica Kollberg i MTBO D60, Gabriella Bergander i D21, Fanny Sundblad i D21L och Stefan Kollberg i MTBO H60.



O-RINGEN UPPSALA



UTBILDNINGAR OCH KONFERENSER

2 mars deltog Carina Bergander på SMOF:s årsmöte.

9 mars deltog Carina Bergander och Christer Johansson i Vägledning för arrangemang, som var information från SMOF kring hur man ska tänka kring tillgången till skogen. Det här börjar gälla 2023.

Vid SOFT:s Förbundsmöte på Bosön 2-3 april representerade Carina Bergander Smålands OF.

26 november deltog Carina Bergander och Siv Bergander på SMOF.S årliga Novemberkonferens i Vrigstad.

OL-SEKTIONEN

Elit-kommittén

Under året har elit-kommittén genomfört 5 möten där det planeras för elit-gruppen; resor – läger – boendesamlingar osv. Andreas Bergander är sammankallande och resterande i kommittén är Stefan Djurstedt och Sven-Gunnar Bergander.

Görans minnesfond

Ett träningsflitspris har startat 2022 som gäller mellan den 1/4 till den 31/10 för åldrarna 8–16 år, för deltagande i träningar, Höglandsserien och lokala tävlingar. En tjej och en kille får ett presentkort på 500 kr.

Representanter i Smålands OF

Carina Bergander styrelsen och tävlingskommittén, Sven-Gunnar Bergander ungdoms – och junior kommittén, Stefan Kollberg MTBO-kommittén, Christer Johansson revisor.

OL-sektionen

OL-sektionen har i år genomfört 10 möten.

Vi som suttit i OL-sektionen är:

Carina Bergander - Sven-Gunnar Bergander - Elisabeth Hagelberg -
Jenny Jakobsson - Linda Nordin - Åsa Persson - Fredrik Skillermark

SKIDSEKTIONENS VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2022



Skidsektionen har i år bestått av Stefan N Djurstedt ledare/hemsida/LOK-ansvarig, Rickard Jakobsson ungdomsansvarig, Anders Abrahamsson junior/senioransvarig, Malin Gustavsson och Josefin Kastenson breddansvariga. Därutöver är Christer Johansson ekonomiansvarig.

Vintern 2022 gav fina möjligheter till skidåkning på vårt konstsnöspår och det var många som passade på att åka. Det gick att åka på konstsnöåret från början av december -21 t.o.m. slutet av mars utan några som helst problem, således en riktigt lång snösäsong. Eksjö kommun arrangerar sedan ett par år tillbaka "Alla på snö" som är ett samarrangemang med Svenska skidförbundet, detta vänder sig till alla barn i årskurs 4 i kommunens skolor. Syftet är att de på ett organiserat och lekfullt sätt får prova på skidåkning, lära sig grunder i tekniken. Ledare detta år var delar av tisdagsgruppens medlemmar.



Snöpremiär för våra ungdomar den 22 november!

Idrottsskolan (för ungdomar årskurs 2) genomfördes lördagen 26/2 med 15 tal deltagare.

Våra ungdomar har erbjudits att delta på Smålands skidförbunds läger under hösten. Dessa läger vänder sig till ungdomar i åldern 13–16 år, lägren är till för alla skidintresserade i dessa åldrar och bidrar till att öka kompisandan över klubbgränserna. Lägren är mycket populära och uppskattade av våra ungdomar som deltagit på dem, de brukar komma hem trötta men mycket nöjda. Denna höst hölls ett läger i Eksjö med Skidstu-

gan som bas.

Högefälloppet arrangerades 2/2 i fristil som ett kvällslopp med ett 80st deltagare.

Vi arrangerade ESOK:s zontävling 10/2 i fristil med 100st deltagare.

Skidsäsongen 2022 – Ungdomar 6-16år



Grupp 3 ledare Oskar Örmander och Markus Hedin

Träningar

Vintern 2022

Efter lite jul och nyårsuppehåll startade vi upp ungdomsträningarna igen 11/1.

Vi har under säsongen haft träningar på tisdagar och torsdagarna ute i Skidstugan.

Vi har varierat tränat både klassiskt och skate för att alla ska kunna behärska alla åksätt inom längdskidåkningen.

Vi har haft 3 träningsgrupper för olika åldrar. Grupp 1 (13-16år), grupp 2 (9-12år), grupp 3 (6-8år).

Grupp 1 och 2 har tränat både på tisdagar och torsdagar medan grupp 3 enbart haft torsdagar som träningsdag.

Det har varit bra med ungdomar på träningarna. 15–20 ungdomar på tisdagarna och på torsdagarna har det varit drygt 30.

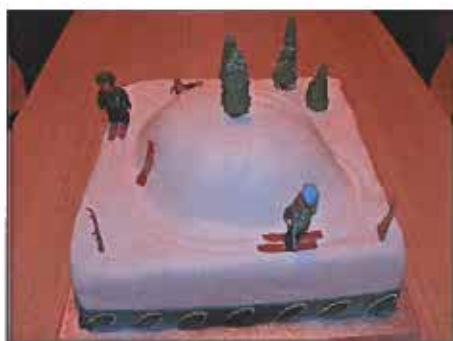
Våra ungdomar har deltagit i zontävlingar och distrikts-tävlingar, DM och GM samt Ungdomsvasan. I sist-nämnda tävling deltog 8 ungdomar.

Skidskytte provade ett stort antal ungdomar på en tisdagskväll i slutet av februari vid den fina skidskytteanläggningen i Lövhult.



Skidskytteträning i Lövhult en tisdag i februari.

Avslutningen för säsongen 2022 var den 10 mars. Ett 25-tal barn och ungdomar kom och alla fick varsin medalj och bjöds på tårta inne i Skidstugan.



Skidavslutnings tårta. Mums!

Sista träningen för säsongen hölls den 17 mars.

Sommaren-hösten 2022

Vi startade ungdomsträningarna med rullskidor andra halvan av maj och höll på till slutet av juni med de ungdomar som önskat komma i gång med rullskidträning tidigt.

Vi återupptog sedan rullskidträningarna september (tisdagar) och i oktober (onsdagar) vid Emmegi i Eksjö (ca 10-12 ungdomar/gång). Två gånger av träningarna förlades till Lövhult och dess fina rullskidbanor.

Träningarna (tisdagar och torsdagar) ute i Skidstugan startade vi med v.45 Under barmarksträningen har vi försök att göra roliga träningar med mycket inslag av bålstabilitet spänst och styrka. Ofta har vi avslutat träningarna med olika stafetter.

Vi har också haft en rullskidskytteträning i Lövhult med skidskyttekonsulent Jörgen Larsson åter som instruktör. Blött men ändå roligt och uppskattat.

GM i rullskidor arrangerades i Nässjö första helgen i oktober med fyra deltagande ifrån ESOK. Stig Simonsen blev 2:a i H11-12, Ragna Simonsen 3:a i D11-12, Anders Almerheim 3:a i H15-16.



Våra deltagare på Götalandsmästerskapen i Skidor som kom hem med tre medaljer!

Zonaktiviteter

Under hösten har det arrangerats 4 zonträningar som våra ungdomar har deltagit i

6 zontävlingar genomfördes under säsongen. Från ESOK har vi deltagit med 29 ungdomar som har åkt någon av dessa zontävlingar. 79 starter totalt.

Junior- och seniorverksamhet 2022

Hanna Abrahamsson gick vid årsskiftet över till Eksjö SOK från Ulricehamns IF. Samtidigt flyttade hon över Atlanten till Boulder i Colorado där hon kombinerar studier på universitetet med fortsatt elitsatsning på skidor. Hon representerar sitt universitet när hon tävlar på den amerikanska kontinenten. Hon har tävlat bland annat i amerikanska mästerskapen och även i Canadensiska mästerskapen med framskjutna placeringar i flera av loppen hon deltagit i.

Andrea Aulin gjorde denna säsong sina sista framträdande som junior. Hon deltog i Ulricehamn i nationella juniorcupen (sprint) samt i Bruksvallarna i slutet av skidsäsongen där det var supersprint och Knallecrossen som hon deltog i.



Emma Eriksson och Agnes Djurstedt tog i D17-20 en 3:e plats på GM i sprintstafett 23/1 med Hallby som arrangör.

Agnes Djurstedt och Emma Eriksson, slutade 3:a på Götalandsmästerskapens teamsprint.

Breddgruppen

Breddgruppen har under hösten haft torsdagsträningar i Skidstugan med god upplutning i alla åldrar som Josefin Dahlsten, Malin Gustavsson och Helena Creutz varit ansvariga för.

Breddgruppen anordnade även en resa till Tjejvasan med ett tiotal tjejer. Orsälägret blev inställt pga. pandemin.

24 st ESOKare åkte Vasaloppet och 10st åkte Tjejvasan.



VASALOPPET 2022



UNGDOMSVASAN 2022





TÄVLINGSTEKNISKA SEKTIONENS VERKSAMHETSBERÄTTELSE



Arrangemang

Nu har vi återstartat efter några stökiga år i pandemins tecken. Först ut bland våra större arrangemang var vårt årliga Högefälloppet på skidor som avgjordes som en kvällstävling i fristil.

Orienteringssäsongen startade upp med vår framflyttade tävling i Bruzaholm med tävlingsplats på Holmen.

Tävlingarna avgjordes under långfredagen och påskafton med totalt nära 900 deltagare på plats.



Avtackning av arrendator på Holmen med ett stort påskkagg.

Nästa årliga arrangemang var åter Ränneslättsturen efter 2 års uppehåll i pandemins tecken. Det mesta var sig likt dock så antalet deltagare minskat efter dessa två år av uppehåll men glädjande nog så var det nästan 700 cyklister på plats i Eksjö för att åter cykel på de fina stigarna som finns runt Eksjö. Vi arrangerar detta tillsammans med Eksjö Cykelklubb.



Orienteringsskytte

På uppdrag av Försvarsmakten var Eksjö SOK tillsammans med Ing2 och Nässjö SKI arrangör av Militär Landskamp SWE-DAN och deltävling i Svenska Cupen Orienteringsskytte 11-12 juni 2022 Detta avgjordes i Lövhult med ca 50 deltagare

Här nedan följer lite fakta kring arrangemang och kartor.

Skidor

2/2 Högefälloppet i Skidstugan, fristil.

Orientering

15/4 Vårdubbeln Eksjö Lång
Arena: Holmen Bruzaholm

16/4 Vårdubbeln Eksjö Medel
Arena: Holmen Bruzaholm

Orienteringsskytte

11/6 Eksjö SOK Klassisk distans, Svenska Cupen
Medarrangör

12/6 Eksjö SOK Sprint distans, Svenska Cupen
Medarrangör

Cykel

3/7 Ränneslättsturen som medarrangör.

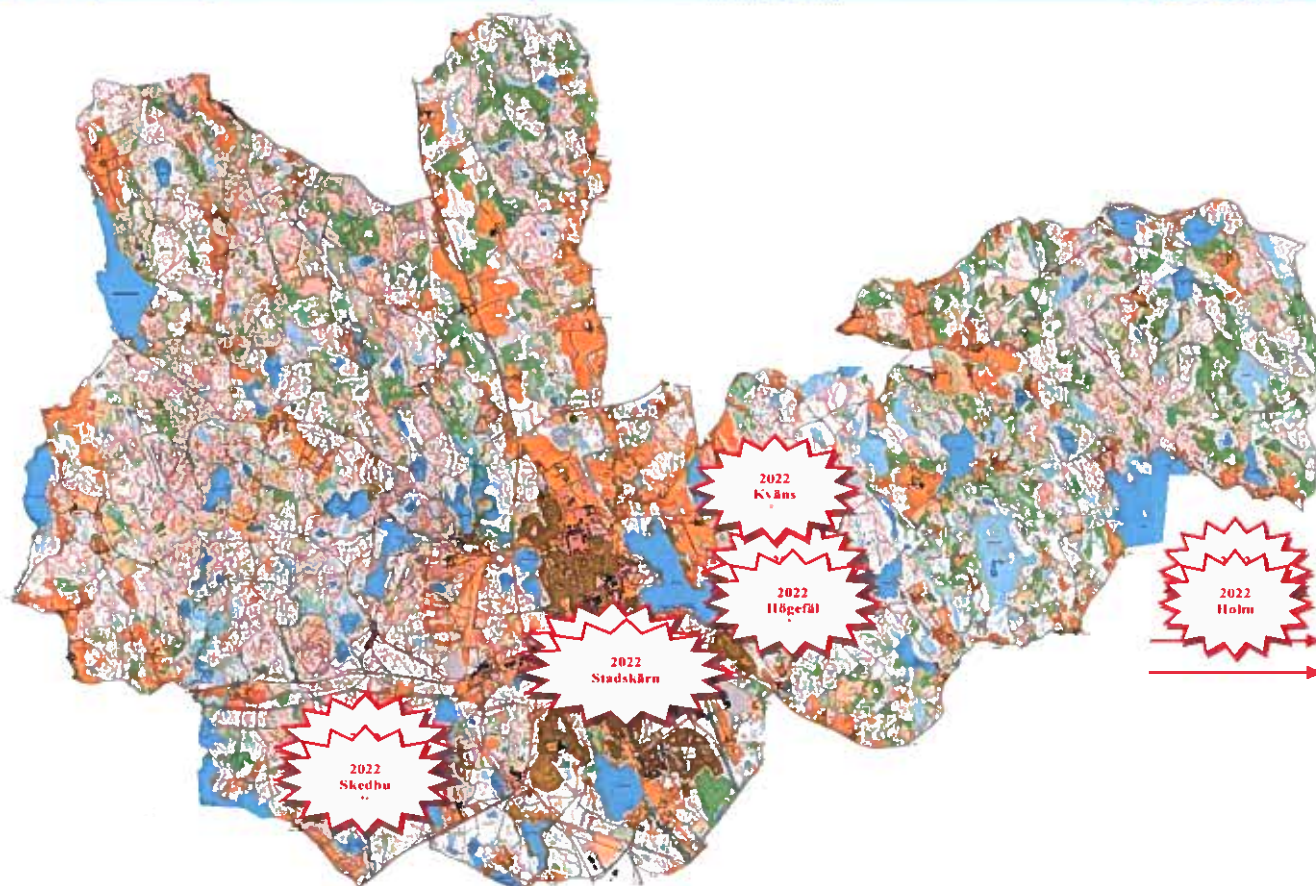






Kartprojekt 2022

Prio	Kartområde	Arrangemang	Typ / Total tidsät-gång	Prel kostnad (inkl 6% moms)	
2022	1	Holmen punktinsatser	Är	Vegetationsrevidering 2 dgr = 16h	7 632 kr
	2	Skedhult ca 6,5 km ²	HittaUt / Klubbträning	Vegetationsrevidering ca 130 h	62 010 kr
	3	Högefälle ca 3,5 km ²	HittaUt / Klubbträning	Vegetationsrevidering ca 70 h	33 390 kr
	4	Kvänsås ca 4 km ²	HittaUt / Klubbträning	Vegetationsrevidering ca 80 h	38 160 kr
	5	Eksjö stadskärna punktinsatser	HittaUt	Planbilsrevidering	Ideellt
Totalt				141 192 kr	



Kostnader baseras på en timkostnad av 450 kr/tim
Tidsätgång beräknas på:

- Fältarbete = Vegetationsrevidering = ca 10 tim/km²
- Fältarbete = Revidering = ca 20 tim/km²
- Fältarbete = Nyproduktion = ca 30 tim/km²
- Digitalisering = ca 10 tim/km²
- Grundmaterial = ca 10 tim/km²
- Sprintkartor → ca 25 tim/km² (fältrek) och ca 30 tim/km² (digg)
- Beakta 6 % moms för kartframställning.

Anlitad kartritare för samtliga projekt 2022 är P-O Derebrant

Eksjö kartkommitté söker årligen investeringsbidrag för kartproduktion. Fördelning innebar av klubben fick 30000kr i stöd från kartkommittén för 2022. Investeringsbidrag för kartritning är sökt för 2023 på 110 000kr via Eksjö kartkommittén.

Övrigt

Sektionen har genomfört två möten
Vi tackar alla våra medlemmar som på något sätt har hjälpt till att driva vår verksamhet trots stora hinder.

Eksjö 2022-12-16

Christer Johansson

Carina Bergander

Patrik Nilsson

Lennart Henriksson

VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR SKIDSTUGESEKTIONEN

Sektionens medlemmar har under året varit följande

Lennart Henriksson	Sektionsledare
Berit Nilsson	Servering, tipspromenad, städlista
Monica Henriksson	Servering, tipspromenad, städlista
Johan Aulin	Spåransvarig, konstsnöspåret
Christer Folkesson	Byggnader, garage

Sektionen har endast haft ett protokollfört möte, däremot många informella möten på tisdagar.

Efter föregående års stora renovering invändigt har fokus varit på mindre reparationer och underhåll. Källarvägg och trappa har åtgärdats. Nytt vedförråd har färdigställts. En ny fyrhjulning har inköpts med bidrag från kommunen.



Eksjö Cykelklubb har byggt en cykeltvätt som vi ansvarar för driften av. Cykelklubben disponerar del i klubb- rummet och har etablerat delar av sin verksamhet vid Skidstugan som dom hyr 2 kvällar i veckan.

Tisdagsgruppen har tacknömligt jobbat vidare med övrig skötsel av anläggning och spår. Dessutom är detta en viktig social verksamhet för dom som är daglediga som mest har det varit 18 – 20 pigga pensionärer på plats.

Tipspromenaderna och servering har kunnat drivas i normal omfattning med gott ekonomiskt utfall.



Konstsnöspåret har haft ett rekordår. Snöproduktionen startade 29 nov och hela spåret var klart 27/12. Fina spår kunde hållas från 5 december till slutet av mars. Drygt 200 säsongkort och ca 2000 dagskort gjorts sålts. Intäkterna och ett bidrag från styrelsen har gjort

att vi har kunnat skriva av köpet av snöfläkten helt. Stor eloge till hela snösprutargänget och de som kör pistmaskin och lägger spår.



Uthyrningen som kommit igång efter pandemin har skötts av Göran Nilsson.

Sektionen arrangerade Danska Mästerskapet på Skidor. Alla på Snö, Garnisonsmästerskap i skidor och orientering samt två veteranorienteringar har också genomförts i sektionens regi.



Vi tackar alla medlemmar för stora insatser med tipspromenad, servering, städning snötilverkning och spårning. Ett speciellt tack till Tisdagsgruppen. Vi tackar även kommunen för bidrag till renoveringen.

Lennart Henriksson Johan Aulin
Berit Nilsson
Monica Henriksson Christer Folkesson

LITE AV VARJE FRÅN ÅRET!



Namn	ESOK1				ESOK2			
	Topp 1	Första	Sträck	Medalj	Topp 2	Medalj 1	Medalj 2	Avsnk
Finnig	10	3	1	5	20	39	124	29
Wiktör	10	0	4	5	20	30	149	66
Berit M	12	0	0	2	20	58	173	68
Casper	7	0	6	5	18	64	213	34
Andreas	2	0	2	5	18	33	179	35
Hugo	8	1	4	3	18	29	170	46
Lukas	7	0	3	5	18	31	151	38
Jonathan PD	10	1	1	3	15	42	230	27
Ante	9	0	0	3	18	64	187	58
Susanna	9	3	0	3	15	49	199	31
Anders B	10	0	0	3	18	55	209	27
Cinna	9	0	0	3	12	39	178	42
Lotta	9	0	0	3	12	31	137	83
Goran N	4	1	0	6	11	62	123	120
Skafje	3	1	0	2	18	44	174	53
Agnes	4	0	0	4	30		175	60

25-mannatipset är nu rättat och avgjort och det är nog det jämnaste tipset vi haft någonsin med 3 st i topp på samma poäng där



NU ÄR DET LADDAT FÖR NYA ÄVENTYR UNDER 2023

