



EKSJÖ SOK

VERKSAMHETS- BERÄTTELSE 2023





EKSJÖ SOK:s STYRELSE VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR 2023

2023 var ett år där vi visade vilken bredd och tillväxt vi har i klubben. Som exempel kan nämnas Höglandsserien för ungdomar där vi på deltävlingen i Nässjö hade 45 startande, och totalt på de 5 tävlingarna nästan 200 startande. I Pölder OL Cup var Eksjö SOK:s ungdomar efter några års nedgång återigen bland topp-5 i klubb tävlingen. I år blev det totalt nästan 1 700 starter på 130 personer inom orientering och MTBO, en liten ökning från året innan. I orienteringen hade vi vidare hela 6 lag med i Jukola/Venla-stafetten, 2 kompletta lag i 25-manna och ett utlandsläger för juniorer/seniorer med ett 15-tal deltagare. I skidorna har många ungdomar varit med och tävlat på zontävlingar, distriktstävlingar och DM. Drygt 50 medlemmar deltog på något av loppet under Vasaloppets vintervecka. På tisdagar och torsdagar är det nu nästan året runt full fart runt



omkring Skidstugan med barn, ungdomar och äldre som

tränar och umgås. Under 2024 ska vi försöka etablera ett nytt träningskoncept med mer gemensamma träningar oavsett ålder och idrottslig inriktning. En av våra viktigaste framtidsfrågor är att ha en god tillväxt i klubben och öka antalet aktiva idrottare.

Inför vintersäsongen 2022/2023 beslutade styrelsen att, trots förväntat höga elpriser under vintern, hålla i gång konstsnöspåret, vilket förväntades innebära att inkomster från spåravgifterna inte skulle täcka kostnaderna för snöproduktion. Styrelsen anser att det är viktigt för allmänheten och våra ungdomar att ha tillgång till spåren, vi anser därför att vi behöver ta ett fortsatt samhällsansvar, trots risk för underskott. Detta var rätt beslut då vi under vintersäsongen 2022/2023 sålde väldigt många spårkort. Elkostnaderna blev dessutom något lägre än befarat tack vare två kalla intensiva veckor av snöproduktion. Vi behåller samma priser 2023/2024 för att fortsätta kunna erbjuda både våra aktiva och allmänheten tillgång till skidåkning i Eksjö.

En av våra viktigaste aktiviteter är att arrangera tävlingar. Under 2023 har

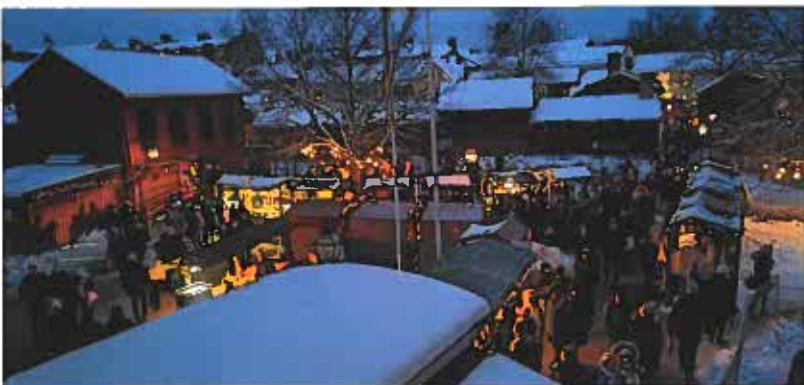
vi arrangerat eller hjälpt till att arrangera en stor mängd tävlingar. I februari var det Högfälletloppet på skidor med cirka 100 deltagare. I april arrangerade vi orienteringstävlingar "Sydsvenska Mästerskapet" för ungdomar i Bruzaholm. Totalt deltog nästan 1 000 deltagare som fick njuta av två fantastiska tävlingsdagar i utmanande orienteringsterräng. I början av juli var det Ränneslättsturen som vi arrangerar tillsammans med Eksjö CK. Utöver detta även en del mindre arrangemang såsom zontävling i skidor, veteranorienteringar, deltävlingar i Höglandsserien och Höglandets Sprint-Cup. Vi har också under året hjälpt Försvarsmakten att arrangera olika tävlingar, den största var i oktober då vi tillsammans med Ing2 var medarrangör för Försvarsmästerskapen Patrull. De är väldigt nöjda med ESOK och uttrycker att "vi är privilegierade som har en så fin och duktig klubb som hjälper oss med våra arrangemang". Tack alla ni som ställer upp och gör våra tävlingar möjliga!

Vi har under 2023 ritat ny karta på Alversjö-området, som kommer utnyttjas för DM Lång i september 2024.



Vi har även under 2023 anordnat Hittaut, med över 1 000 registrerade deltagare! Vi har också fortsatt med Veckans Bana och vår fina tradition att varje söndag hela vinterhalvåret erbjuda tipspromenader för Eksjöborna, med många deltagare. Vi tror att dessa aktiviteter är ett utmärkt sätt att marknadsföra vår verksamhet bland allmänheten och öppnar upp för nyrekrytering av både yngre och äldre. Dessutom bidrar de till förbättrad folkhälsa inom Eksjö kommun!

2023 har vi återigen varit delarrangör till våra två marknader. Vi genomförde även Eksjö OL-Konfaläger, där vi arrangerar Sveriges största konfirmationsläger, med ett 80-tal ungdomar årligen som under några sommarveckor kombinerar konfirmationsläsning med orientering.



Samarbetet med kommunen, markägare och Eksjö Cykelklubb om utvecklingen av hela Skidstuge-/Högefälle-området 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. Cykelklubben fortsätter att hyra utrymmen i Skidstugan och har tillgång till omklädnings.

Vår fantastiska, aktiva seniorgrupp med uppemot ett 20-tal personer har fortsatt hållit i gång, och som vanligt har de gjort en mängd jobb för att hålla Skidstugan och området i fint skick, inklusive att byta fasad på omklädningsbyggnaden. Städningen av Skidstugan görs av våra medlemmar, vilket håller nere kostnaderna.

Rent sportsligt kan vi fortsätta att glädjas åt framgångar, även om det inte var riktigt lika bra som succéåret 2022. En av årets största prestationer är nog ändå Emma Erikssons andraplats på Lidingöloppets 10 km damer, slagen med bara 2 sekunder efter spurtstrid.

Under året har vi totalt gjort 1 038 lärotimmar i ESOK.

På förra årsmötet var det några enstaka nyval i styrelsen och i våra sektioner. Styrelsen har bestått av Lars Hagelberg ordförande, Martin Lindberg 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 Tävlings tekniska.

Under verksamhetsåret 2023 har vi i styrelsen träffats nio 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:

- Anordna planeringsmöte med medlemmar för att få input om viktiga framtidsfrågor.
- Att anlägga en ny motorikbana vid Skidstugan. Materialet till banan sponsrades av TP Skogstjänst, och Eksjö Kommun bidrog med investeringsbidrag för övriga kostnader.



- Att köpa in en ny diskmaskin till Skidstugan
- Att fortsätta arrangera Hittaut, nytt 3-årigt samarbetsavtal tecknat med Eksjö Kommun
- Att köpa in nya skidor för klassisk stil och skate till barn/ungdomar, för de som vill prova på skidor på våra träningar och inte har egen utrustning. Skidorna sponsrades delvis av Svenska Skidförbundet och Bruzaholms Bruk AB.
- Att komplettera nuvarande hemsida hos IdrottOnline med en klubbmodul för bland annat riktad information, anmälningsfunktionalitet och medlemshantering
- Att behålla oförändrade priser för spårkort säsongen 2023/2024 trots ökade energi- och andra kostnader
- Att föreslå årsmötet att överföra Eksjö Konfa till Eksjö SOK och drivas som en separat sektion

En av styrelsen huvuduppgifter är att skapa ekonomiska förutsättningar för vår idrottsliga verksamhet. Detta är möjligt genom våra olika arrangemang, varav en del har omnämnts ovan. Klubben har fortsatt en ekonomi i balans. Trots höga elpriser, en väldigt hög aktivitetsnivå inom våra idrotter och vissa investeringar redovisar vi för 2023 ett litet ekonomiskt överskott. Vi hade budgeterat med ett underskott men lyckades bättre främst tack vare ett bra överskott från SSM-tävlingarna, högre kartbidrag samt att elkostnaderna för konstsnöspåret blev något lägre än budget.

Styrelsen vill rikta ett STORT TACK till alla som lägger enormt mycket tid och engagemang i vår verksamhet som ledare, följer med på tävlingar, sprutar snö, hjälper till på våra egna tävlingar och övriga arrangemang, fixar på och runt Skidstugan, sköter administration, lagar mat och fixar fika, vallar skidor, lägger banor, planerar, peppar och stöttar. Utan er hade klubben inte kunnat vara det den är. Vi driver Skidstugan och spåren helt ideellt med mängder av arbetstimmar av ESOK:s medlemmar, men också med fint stöd av Eksjö kommun. Vi skulle inte heller kunna göra detta utan våra sponsorer. Det är ni som gör det här möjligt, 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 2023, nu ser vi framåt mot ett aktivt 2024!

EKSJÖ
2024-01-09

Lars Hagelberg
Ordförande

Martin Lindberg
Vice Ordförande

Maria Sundberg
Sekreterare

Gun Henriksson
Kassör

Susanne Bergander
Ledamot





ORIENTERINGSSEKTIONENS VERKSAMHETSBERÄTTELSE



INLEDNING

När vi åter igen summerar ett år i OL-sektionen så slås vi av allt som genomförs i klubben; från ledarträffar för ungdomar till elit, för Ek-sjöns orienteringsmotionärer erbjuder vi veckans bana och under sommarmånaderna Hitta Ut, vi bedriver aktiviteter för 4-åringar och uppåt, vi har en elitverksamhet där vi åker på läger och tävlar runt om i både Sverige och Europa, vi anordnar klubbresor, klubbträningar och högländszonsträningar och mycket mer.

I år blev det 1667 starter att jämföras med 1645 starter inom orientering och MTBO för 2022. Vi har haft 130 olika personer som tävlat och av dessa har 98 varit vuxna och 32 barn och ungdomar.

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 2023 I ORIENTERING

SM Sprint

Niels Dahlgaard	3	H18
-----------------	---	-----

SM-lång

Boglarka Czako	5	D20
Niels Dahlgaard	7	H18
Casper Blaksjaer	9	H18

SM-natt

Casper Blaksjaer	3	H18
------------------	---	-----

Veteran-SM Medel

Linda Nordin	1	D45
Andreas Källming	2	H40



Gänget på lång-SM Ö-vik

ELITVERKSAMHET

LÄGER OCH SAMLINGAR

Kick-off

Elitgänget höll Kick-off 7-8 januari i Eksjö. Planen var inleda träningshelgen med OL-intervaller vid Branteberg, men efter veckans kraftiga snöfall ändrades planerna. Gänget samlades i stället vid Skidstugan på lördagsförmiddagen för Keps-OL vid Älgshult. Efter lunch i Skidstugan planerade elitgänget året, innan det blev pizza och spelkväll. På söndagen var det långpass i Skurugata.

Under helgen så deltog ett 10-tal. Till träningarna var även övriga medlemmar inbjudna.

Träningsdag

Den 26 februari åkte ett gäng till Valdemarsvik för träning i relevant terräng för första SL-tävlingarna, samt med lunch i Gamlebys klubbstuga och träning på eftermiddagen i Gamleby innan hemfärd.

Utlandsläger

2023 åkte elitgänget till Slovenien, med flygresor till Venedig och därefter minibussar ca 2 timmar öster ut till Divaca. Lägre pågick 8 mars till 16 mars och det var 16 som deltog. Det var kombinerat tävlings- och träningsläger, mycket teknisk orientering med stenbunden terräng. Andreas Bergander och Linda Nordin var medföljande ledare. En bra resa för sammanhållning och träning, nära till allt, bra mat, utflykter och soligt.

OL-gymnasieläger

Vid OLG:s skidlager i Mora i februari och träningsläger i Ungern i mars deltog Boglarka Czako, Tilda Hagelberg, Alva Hagelberg, Julia Abaji, Casper Blakskjaer, Nils Dahlgaard och Linnea Edvardsson Pansell.

SWEDISH LEAGUE

Deltävling 1 och 2

Årets första Swedish League-tävlingar hölls den 15-16 april med en medel och en lång i Valdemarsvik, och med boende på hårt underlag i skola.

Bästa resultat stod Boglarka Czako för som 5:a i D20 Elit samt Casper Blakskjaer och Nils Dahlgaard som blev 9:a resp 11:a i H18Elit.

På söndagens lång blev Boglarka Czako, 6:a i D20 Elit, Alva Hagelberg 1:a i D18Elit2, Emma Eriksson och Gabriella Bergander 1:a resp 3:a i D21.

Deltävling 3-4

6-7 maj i Eskilstuna. Det var en stor tävling med 575 deltagare. Det var en bra tävling med trevlig terräng. Helgen bjöd dessutom på fint väder och klubben bodde i stugor på en bra camping. Från ESÖK deltog 14 löpare.

På lördagens medel blev Boglarka Czako blev 1:a i D20. I övrigt hade klubben ett par löpare bland de 20 främsta. På söndagens lång blev Boglarka 2:a i D20 Elit och Emma Eriksson 2:a i D20.

Deltävling 5

Medel den 18 maj i Skellefteå med ca 2 400 startande varav 20 från ESÖK. Klubbens främsta resultat var en 13:e plats i H18 Elit av Casper Blakskjaer

Deltävling 6, 7, 8, 9 och 10

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

Deltävling 11

Avslutningshelg i samband med SM natt i Medelpad med förkortat längdistans i en jaktstartsfinal, där poängen som deltagarna lyckats samla ihop från föregående tävlingar förvandlas till sekunder där den med mest plockade poäng går ut först.

Fem Esokare stod på startlinjen och efter både fysiskt tuffa och kluriga banor slutade Boglarka Czako på bästa placering med en 6:e plats i D20E. I samma klass blev Agnes Djurstedt 1:a. I H18E slutade Casper Blakskjaer 13:e och Mads Christian Maarup 31:a. I H21E slutade Hugo Djurstedt 34:a.

SM-TÄVLINGAR

SM Brons till Nils Dahlgaard.

I Lund den 27-28 maj avgjordes SM sprint. Nils Dahlgaard tog hem bronset i H18. I övrigt deltog Julia Abaji och Alva Hagelberg. Tävligen gav en bra erfarenhet av tävlingsformen sprint.



Nils Dahlgaard sprang till sig ett brons-vid SM sprint. En fin fin insats!



Alva Hagelberg, Julia Abaji



SM, ultralång distans

Inga deltagare från ESOK.

SM, knockout-sprint

Ingen deltagare från ESOK

SM Långdistans

Den första SM tävlingen för hösten avgjordes i Örnsköldsvik den 19-20 augusti, i strålande högsommarvärme. Mycket tekniskt och fysiskt utmanande banor.



Alva Hagelberg, Fanny Sundblad, Bella Bergander, Boglarka Czako, Hugo Djurstedt, Niels Dahlgard, Casper Blaksjaer

40 löpare sprang i A-finalerna efter lördagens kval. I finalen fick Boglarka Czako bästa placeringen med en fin 5e plats i D20 trots kontrollmiss på flera minuter. I H18 blev Nils Dahlgard 7a och Casper Blakskaer 9a med fina lopp i den tuffa konkurrensen. I D21 vann Tove Alexandersson i överlägsen stil med 11min. Fanny Sundblad kom 21a i den klassen med ett stabilt lopp. I B-finalerna blev Alva Hagelberg 3a i D18B, Gabriella Bergander 5a i D21B och Hugo Djurstedt 25a i H21B.

SM Medeldistans

Helgen därpå var det dags för SM medel i Sundsvall. Från fredagens kval fick de 40 bästa i respektive klass



Våra SM deltagare på SM medel; Niels Dahlgard, Lucas Sundblad, Fanny Sundblad, Boglarka Czako, Hugo Djurstedt, Emma Eriksson, Agnes Djurstedt

sprunga söndagens A-finaler.

I D20-klassen blev Boglarka Czako 3a och Agnes Djurstedt 6a i sina kvalheat. Till A-final gick även Emma Eriksson med en 6e plats i D21. Hugo Djurstedt i H21 och Niels Dahlgard i H18 får springa i B-final. I D21 startade Fanny Sundblad och Gabriella Bergander. Fanny gick till C-final liksom Lucas Sundblad i H21. Banorna var mycket tuffa. De blöta markerna gjorde det halt bland klippor och stenar. Banorna var tekniskt krävande och i längsta laget för att vara ett medel-kval.

På lördagen var det finaler och Emma Eriksson kom på en jättefin 12e plats. Snubblande nära till sitt första SM löv som senior, och hon slog många meriterade löpare. I D20-klassen lyckade Agnes Djurstedt bäst med en 14e plats och Boglarka Czako kom 19e.

Fanny Sundblad vann D21C efter ett jättebra lopp. Bra lopp gjorde även Niels Dahlgard i H18B där han blev 2a. Hugo Djurstedt kom 34 i H21B och Lucas Sundblad.

SM stafett

SM-helgen i Sundsvall fortsatte på söndagen med stafett och där kom laget i D21 med Boglarka Czako, Emma Eriksson och Fanny Sundblad på en fin 12e plats i den tuffa konkurrensen. Laget i H21 med Lucas Sundblad, Niels Dahlgard och Hugo Djurstedt blev 34a.



Våra lag på SM stafetterna bestod av Emma Eriksson, Fanny Sundblad, Boglarka Czako i D21 samt Lucas Sundblad, Niels Dahlgard, Hugo Djurstedt i H21.

SM Natt

På natt-SM den 15 september i Sundsvall sprang Agnes Djurstedt, Hugo Djurstedt, Boglarka Czako, Mads Christian Maarpu och Casper Blakskaer.

Casper sprang verkligen bra och fick med sig ett brons hem! Stort grattis Casper.

Veteran-SM

Den 9-10 september arrangerades Veteran-SM i Tiveden.

Följande pall-placeringar togs av ESOK-löpare:

Medel

Guld:

Linda Nordin, D45

Silver:

Andreas Källming, H40

Linda Nordin högst upp på pallen vid Veterans SM.





SM LÅNGDISTANS ÖRNSKÖLDSEVIK





Baltic Junior Cup

Årets Baltic gick 27 oktober – 1 november i Szezecin, Polen. Från Eksjö SOK deltog Linnea Edvardsson Pansell.

ESOK:ARE I ORIENTERINGSLANDSLAG

JVM i Rumänien

Boglarka Czako deltog i JVM tävlandes för Ungern.

STAFETTER

Nyköpingshelgen 25-26 mars med Måsenstafetten.

Casper Blakskjaer 1 i H18.

4 lag i stafetten. Första laget i H17 med Niels Dahlgård, Lucas Sundblad, Casper Blakskjaer och Simon Nilsson blev 29a.

Christer Johansson, Elias Skillermärk och Adam Sandstedt blev 10 i den öppna stafetten.

10-mila

Årets 10-mila avgjordes i Skellefteå 20-21 maj. Det var färre lag anmälda än vad det brukar vara p g a det långa avståndet till tävlingen.

ESOK hade buss till tävlingen. Boendet var förlagt till en skola i Skellefteå. Där hade man goda möjligheter att laga egen mat vilket både gynnade gemenskapen och höll nere kostnaderna.



Våra två tjejlag.

ESOK hade två damlag och ett herrlag. Första laget i damkaveln gjorde en gedigen insats och slutade på plats 30 genom Boglarka Czako, Agnes Djurstedt, Fanny Sundblad, Gabriella Bergander och Emma Eriksson. Andra lagets slutade på plats 154 med Linnea Edvardsson Pansell, Wilma Bergander, Tilda Hagelberg, Lovisa Blomgren och Tova Rangert (IKHP).



Kill-laget.

Framåt kvällen var det dags för herrstafetten. I laget sprang Lucas Sundblad, Andreas Bergander, Casper Blakskjaer, Niels Dahlgård, Hugo Djurstedt, Mattis Persson, Simon Freyland, Simon Nilsson, Fanny Sundblad och Lucas Novak. Efter en bra start på de första sträckorna där laget som bäst låg på en 36:e plats drygt 2 min efter, och slutade till slut på en 74:e plats.



Matstund på 10-mila, Simon Nilsson och Simon Freyland.

Wilma Bergander på väg mot mål.

10-MILA

SKELLEFTEÅ

Finfin terräng i Skellefteå.



Några av ledarna i Skellefteå, Hans Pansell, Stefan Djurstedt, Lotta Sundblad och Anders Edvardsson.

Jukola

Till årets resa till Finland åkte ett stort gäng ESOK:are till Borgå för att tillsammans med över 18 000 löpare springa Jukola- och Venla-kavlen.

Deltagarna bodde bra i en hembygdsgård. Det var väldigt varmt väder och tekniskt utmanande terräng.

I damstafetten deltog 1500 lag och i herrstafetten 1700 lag. På startlinjen i Jukolakavlen hade klubben fyra herrlag och i Venlakavlen två damlag. På grund av sena återbud för sjukdomar och skador fick flera av tjejerna som tidigare på dagen sprungit Venla-kavlen gå in och ta sträckor i Jukola-kaveln, och de sista lagen i respektive kavel var inte heller kompletta, men lag fyra i

Jukola-kaveln låg med på samma placeringar som tredje laget under hela stafetten och det var en kamp hela stafetten igenom mellan dessa lag. En kul helg med fantastiskt väder, som nästan var lite för bra då termometern visade 27-28 grader på dagen när tjejerna sprang.



Cecilia Bergander, Bella Bergander, linnea Edvardsson, Tilda Hagelberg
Wilma Bergander, Agnes Djurstedt, Fanny Sundblad



Jukola-gänget.

I lagen sprang:

Herrlag 1: Lucas Sundblad, Niels Dahlgard, Elias Schafer. Casper Blaksjär, Andreas Bergander, Tobias Nagel, Lukas Novak. Plats 81

Herrlag 2: Mattis Persson, Viktor Antonsson, Simon Nilsson, Hugo Jakobsson, Dominik Prusa, Simon Freyland och Florian Nagel. Plats 112

Herrlag 3: Simon Svahn, Martin Lindberg, Jari Huttunen, Christer Johansson, Fanny Sundblad, Wilma Bergander och Adam Sandstedt. Plats 407

Herrlag 4: Oskar Svahn, Anders Edvardsson, Stefan Djurstedt, Lars Hagelberg, Manne Freyland, Tilda Hagelberg.



Damlag 1: Fanny Sundblad, Cecilia Bergander, Agnes Djurstedt och Gabriella Bergander. Plats 89.

Damlag 2: Linnea Edvardsson, Wilma Bergander, Tilda Hagelberg och Lotta Sundblad. Plats 537

Damlag 3: Carina Bergander, Hanna Edvardsson Pansell

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 tävligen är just klubbgemenskapen.

Årets tävling hölls vid Lida Friluftsgård i Botkyrka. Årets stafett genomfördes på en fantastiskt fin höst-helg. ESOK ställde upp med två lag som åkte gemensam buss mot Stockholm på fredagskvällen och övernattade på vandrarhem i Södertälje. Härlig klubbkänsla på kvällen då lagen samlades för genomgång inför lördagens tävling.

I inledning på tävligen såg det ut som klubbrekordet om 26:e plats skulle slås då Fanny Sundblad växlade in som 7:e (!) löpare. Det höll inte hela vägen men alla löpare i båda lagen gjorde starka prestation och lag 1 slutade tillslut på plats 32 och lag 2 på 182 av totalt 340 lag. Några 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.

I lag 1 sprang Lucas Sundblad, Fannys Sundblad, Louise Beech, Anders Edvardsson, Stefan Djurstedt, Lars Hagelberg, Alva Hagelberg, Linnea Edvardsson Pansell, Elias Skillermark, Arne Back, Mads Christiaona Maarup, Hugo Djurstedt, Andreas Källming, Casper Blaskjaer, Linda Nordin, Emily Adenst4dt, Agnes Djurstedt, Gabriella Bergander, Victor Antonsson, Dominik Prusa, Mattis Persson, Andreas Bergander, Pelle Jakobsson, Niels Dalgaard och Emma Eriksson.



Hugo Jakobsson Sträcka 1 i Lag 2



Lucas Sundblad Sträcka 1 i Lag 1



Lovisa Blomgren Sträcka 2 Lag 2



I lag 2 sprang Hugo Jakobsson, Lovisa Blomgren, Lars Nordgren, Julia Abajji Johan Blomgren, Fredrik Skillermark, Elise Lindqvist, Vilmer Hagelberg, Jenny Jakobsson, Hanna Pansell Edvardsson, Adan Sandstedt, Jonas Håkansson, Simo Freyland, Kalle Johansson, Susanna Djurstedt, Elisabeth Hagelberg, Wilma Bergander, Carina Bergander, Lars-Gunnar Nilsson, Martin Lindberg, Anders Back, Simon Svahn, Manne Freyland, Oskar Svahn och Tilda Hagelberg.

Med under helgen var även Sven-Gunnar Bergander, Åsa Persson och Anki Lööf.

Dagen efter sprang vi 25manna-medeln där Mads Christian Maarup och Tilda Hagelberg vann sina klasser, H18E2 och D20, och Niels Dahlgaard blev 3 i H18E

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 60 barn och ungdomar. Av dessa har ca 30 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 30 barn i åldern 8-13 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 var ca 30 barn från klubben som deltog i någon av Höglandsseriens tävlingar 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 ESÖK och OLGy och ledarna fortsätter gärna samarbetet i framtiden.

Torsdagsgruppen

I den här gruppen har det varit knappt 10 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.

Tisdagsträningar

Under OL-skolans säsong har Cecilia Bergander ordnat med löpträningar vid i Skidstugan på tisdagar, dit även föräldrar, ungdomar, juniorer, seniorer och vuxna inbjudits att delta. Träningarna har varit uppskattade och välbesökta.



IDROTSSKOLAN

ESOK var ansvarig för Idrottsskolan den 29 april. Det var bara tolv barn som deltog. De fick pröva på olika orienteringsövningar och lekar runt Skidstugan.

Ansvariga var Jenny Jakobsson och Åsa Persson som hade med sig flera av ungdomarna ur ungdomsgruppen som ledare. Några av barnen dök sedan upp på torsdagsträningarna. Susanne Bergander är klubbens representant i idrottsskolans styrelse.

Skolverksamhet-World Orienteering Day

Tisdagen den 23 maj erbjöd klubben årskurs 3–6 på Eksjös grundskolor att springa olika sprint-banor i Sjöängen. Under dagen deltog ca 550 elever.

Ansvariga var Carina Bergander och Jenny Jakobsson som planerade och genomförde dagen tillsammans med klubbens egna ungdomar och juniorer. Det är ett uppskattat arrangemang med stor uppslutning bland skolorna i stan och många nöjda och glada barn som vände tillbaka till skolorna.

LÄGER

Regionslägret

Regionslägret som vänder sig till 14 åringar arrangerades i år i Falkenberg den 19–22 juni. Från klubben deltog Elias Skillermark och Vilmer Hagelberg.

USM-läger

USM-lägret ägde rum i Blekinge 25–27 augusti med boende på lägergård. Smålands OF hade som vanligt ordnat med bussresa och boendet. Deltagare från klubben var Linnea Edvardsson Pansell och Pelle Jakobsson.

Västerviksläger

På lägret den 27–30 juni deltog Love Göth, Elise Lindqvist, Simon Sandberg och Stig Simonsen. 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 2023 ingick elva deltävlingar i Pölder cup. Av dessa deltog Eksjö SOK i samtliga. I sammanräkningen får man räkna de fem bästa resultaten. Lämmeltåget är en av deltävlingarna

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

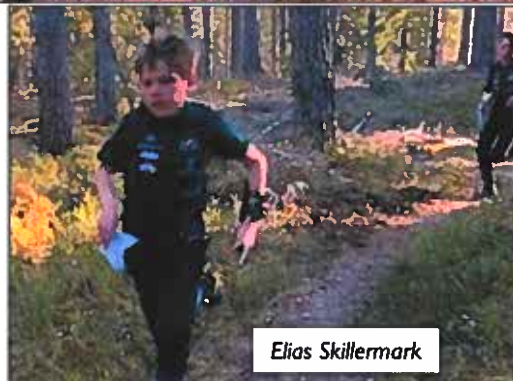
H14: Vilmer Hagelberg 12:a, Pelle Jakobsson 14:e, Elias Skillermark 20:e, Anders Almerheim 26:e

D12: Elise Lindqvist 18:e

H12: Mats Gankema 25:e, Love Göth 36:e

Höglandsserien

Under våren arrangerades Höglandsserien med fem deltävlingar. Eksjö SOK stod värd för tävlingen den 9 maj vid Hyttens kvar. Höglandsserien avslutades den 30 maj med prisutdelning och vilken utdelning det blev till klubbens ungdomar! Bra jobbat alla ungdomar!





Totalresultat för ESOKs ungdomar

DH16:

- 1 Linnéa Edvardsson Pansell
- 2 Anders Almerheim
- 3 Pelle Jakobsson
- 5 Simon Hultberg

H 14:

- 1 Elias Skillermark
- 2 Mats Gankema
- 5 Vilmer Hagelberg

D 12:

- 1 Elise Lindqvist

H12:

- 2 Love Göth
- 5 Simon Sandberg

D10:

- 2 Signe Säfström

H10:

- 2 Adam Back
- 3 Sigge Bergander
- 4 Olof Lovén

Pokaler fick även de som sprungit vid fler än tre deltävlingar och tilldelades även Signe Bergander, Albin Hillerdal. Amanda Hjalmarson, Carolina Ljungström, Emelie Södermyr, Konrad Lindström, Ester Delaval, Henry Lindqvist och Gabriele Frid.

Högländsserien 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 högländet. Eksjö SOK har genom Högländsserien fått med flera nya barn i tävlings-sammanhang.

10-mila

Se elitdelen.

Lämmeltåget



Lämmeltåget gick som vanligt i Nässjö och ESOK hade fyra lag på startlinjen, ett lag vardera i A- och B-klassen, och två i klass C.

Laget med Emelie Södermyr, Anton Stenbeck, Sisten Stenbeck, Ines Krantz Huttunen och Sigge Bergander blev tvåa i klass C och fick gå upp på prispallen.

Övriga lag slutade samtliga på plats 6.

Laget i A-klassen bestod av Pelle Jakobson, Elise Lindqvist, Anders Almerhem, Vilmer Hagelberg, Linnea Edvardsson Pansell och Elias Skillermark.

Laget i B-klassen bestod av Adam Back, Kerstin Björketun och Love Göth

Det andra laget i C-klassen beslut av Gabrielle Frid, Carolina Ljungström, Signe Bergander och Albin Hillerdal.



En mycket kul dag tillsammans med riktigt bra insatser av alla.



Eksjö SOK dominerade i HD16-klassen

Sydsvenska mästerskapen-SSM

Den 22-23 april stod Eksjö SOK värd för SSM som anordnades på helt nyritad karta utanför Bruzaholm. För Smålandslaget sprang Linnea Edvardsson Pansell, Pelle Jakobsson, Anders Almerheim, Elias Skillermark, Mats Gankema och Vilmer Hagelberg. Det var en kul helg för ungdomarna och även om det var på hemmaplan så erbjöds det övernattnings och riktigt lägerhäng även för klubbens ungdomar.

På lördagens individuella tävling kom Linnea Pansell Edvardsson 6a i D16.

I söndagens stafett vann Skånes OF

U-10-mila

2023-års U10-mila gick utanför Götene och trots stora försök att även få ihop ett lag i HD14-kaveln så blev det till slut bara ett lag kombinationslag i HD20-kaveln.

Alla gjorde stabila stafettlopp som ledde till en fin 36:e plats av 91 lag. I laget sprang Agnes Djurstedt; Niels Dahlgaard, Kerstin Almerheim, Axel Örnhausen Jörgensen (OK Snab Danmark), Anders Almerheim Pelle Jakobsson, Julia Abaji, Linnea Edvardsson Pansell, Ahlva Hagelberg, Elias Skillermark, Tilda Hagelberg och Alfons Enell (Sol Tranås)

Göteborgsmästerskap (ungdomar, juniorer)

GM arrangerades i år i Ed med sprint, lång och stafett i mitten av augusti.

Från Eksjö SOK deltog Linnea Edvardsson Pansell, Pelle Jakobsson, Anders Almerheim och Vilmer Hagelberg.

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 14-15 oktober. Liksom tidigare år hade Småland gemensam bussresa till Falun.

Eksjö SOK representerades av fem ungdomar med Anders Edvardsson och Jonas Håkansson som ledare. Det blev en härlig helg med fina prestationer.

Resultat:

D12: Elise Lindqvist och Inez Löfqvist (SOK Viljan) 17:e

H12: Love Göth och Simon Sandberg, 58:a,

H14: Elias Skillermark och Tor Zettergren (Tumba) 73:a

D16: Linnea Edvardsson Pansell och Signe Kullman (OK Alehof) 41:a,

H16: Anders Almerheim och Pelle Jakobsson, 88:a

DALADUBBELN





DM-MEDALJÖRER

Sprint-DM, Smålandsstenar 2023-06-03

Guld: H35 Simon Nilsson

D45 Elisabeth Hagelberg

Sprintstafett-DM, Smålandsstenar 2023-06-03

Guld: D45 Elisabeth Hagelberg och Linda Nordin

Brons: H35 Simon Nilsson och Cecilia Bergander,
H55 Lars-Gunnar Nilsson och Lars Hagelberg

Medel-DM, Lammhult 2023-09-02

Guld: H18 Casper Blakskaer
H65 Arne Back

Brons: H10 Adam Back
D45 Linda Nordin

Stafett-DM, Lammhult 2023-09-03

Guld: H35 Simon Nilsson, Jari Huttunen och Andreas Kälming.

Silver: H14 Elias Skillermark, Elise Lindqvist, Love Göth,
Vilmer Hagelberg
H17-20 Casper Blakskaer, Mads Christian
Maarup, Niels Dalgaard

Natt-DM, Huskvarna 2023-09-23

Guld: D20 Agnes Djurstedt

Silver: D45 Elisabeth Hagelberg

Brons: H50 Stefan Djurstedt

Lång-DM, Gränna 2023-09-24

Guld: D20 Boglarka Czako

H21 Lucas Sundblad

H65 Arne Back

Silver: H18 Niels Dalgaard

D45 Linda Nordin

D60 Monika Henriksson

ÖVRIGA KLUBBARRANGEMANG

SSM Eksjö 22-23 april

ESOK stod som arrangör för årets SSM och tillhörande publiktävlingar, som hölls utanför Bruzaholm, på helt nyritad karta. 164 tävlande på lördagen i SSM, och 293 i publiktävlingen samt 293 tävlande i publik-tävlingen och 27 lag i SSM-stafetten på söndagen. Klubben fick mycket beröm som arrangör. Tävlingsledare var Carina Bergander och Lotta Sundblad.



Klubbresa Nyköpingsorienteringen med Måsenstafetten

25-26 mars åkte drygt 20 ESOK:are för att springa Nyköpingsorienteringen. Redan på fredagskvällen åkte några för att springa natt, men de flesta anslöt till lördagens individuella tävling och många deltog även dag två i stafetten. Vi bodde i Stugor på First Camp Kolmården.

Nyköpingsorienteringen:
1a Casper Blakskaer H18
1a Ing-Marie Back D70
3a Lovisa Blomgren D21K

Måsenstafetten

Bästa lag: 10e av 41 lag: Öppen: Christer Johansson, Elias Skillermark och Adam Sandstedt

Klubbresor

För att skapa gemenskap, klubbkänsla och få med fler nya barn och ungdomar anordnade klubben bussresa till DM-tävlingarna i Lammhult och Gränna, vilket uppskattades av de som åkte med.

Till båda resorna var det ca 40 deltagare och vid DM-tävlingen i Gränna var det 19 yngre barn med från Orienteringsskolan, vilket var glädjande.

Hitta Ut

För tredje året i rad 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.

Veckans bana

Veckans bana har varit välbesökt och populär, vilket spår i terrängen vittnar om. Banor har lagts och har varit tillgängliga under två-veckorsperioder under både vår och höst. De som arbetat med veckans bana under 2023 är främst Lennart Henriksson och Gun Henriksson. Kartor har funnits på Turistbyrå och Intersport samt för utskrift via hemsidan.





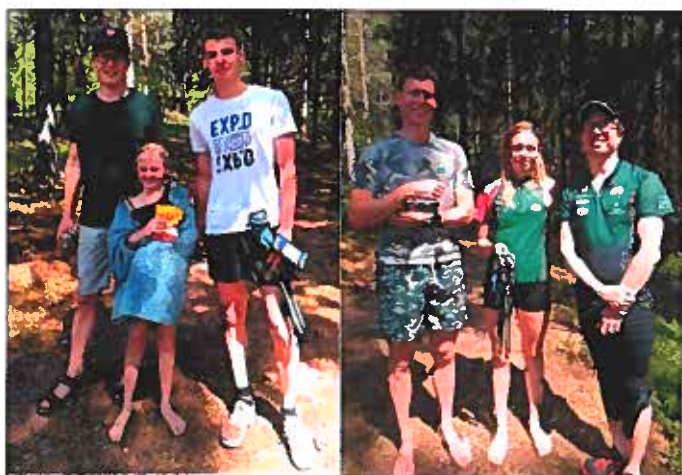
Gångbudkavle

Gångbudkaveln arrangerades av förra årets segrande lag som bestod av Rickard Jakobsson, Linda Nordin och Lucas Sundblad. Stafetten hade sin arena vid Stockerydssjön.

Ett stort gäng löpare deltog vid årets stafett. Hela 12 lag stod på startlinjen och efter en rafflande avslutning segrade laget Fiskarna som bestod av Thure Karstensson, Mats Gankema och Cecilia Bergander.



The camps!



Höglands OL

Klubben anordnade Höglands OL den 11 juli vid SM-gölen. Det var 151 startande, varav 34 ESOK:are. Andreas Bergander och Lukas Sundblad var banläggare och de erbjöd kurvbildsbana som valfritt alternativ.

Skinkracet

Traditionsenligt genomfördes Skinkracet 3:e advent i Skidstugeskogen, i år med ett 30-tal deltagare. Arrangörerna var fjolårsvinnarna Niels Dahlgaard och Elise Lindqvist.

I år infördes nya regler så den som gissade närmast tid och den som gissade längst ifrån sin tid blev vinnare. Det blir även de som kommer att anordna nästa års skinkrace. När alla kommit i mål stod det klart att Sofia Björnling vann då hon gissade närmast sin tid. Stort grattis till Sofia! Ankie Lööf vann också en skinka då hon gissade längst ifrån sin tid.

Sylvesterloppet

Sylvesterloppet genomfördes på Nyårsaftonen för 27:e gången i rad. Denna gång med Monika Henriksson och Roger Svärd som arrangörer.



Årets Sylvesterlopps hjältar!

22 löpare kom till start i det något sliriga underlaget. Den som var snabbast på respektive distans var Bill Jonsson och Elis Jansson på korta bana, Mikael Örn bland killarna på mellan banan och Linda Andersson bland tjejerna. På långa banan vad Joakim Jonsson snabbast bland killarna och Anna Nelzen bland tjejerna.

O-RINGEN



O-ringen 2023 avgjordes i Åre och avståndet och avsaknad av klubbboende bidrog till att antalet deltagare var lägre än vad som varit de senaste åren, men 40 Esokare tog sig an de 5 etapperna i Åre-trakten. Det var ett annorlunda O-ringen med tanke på det

Höglandsserien

Eksjö SOK stod värd för tävlingen den 9 maj vid Hyttens kvarn. Banläggare var Lars Nordgren och ansvarig Carina Bergander. Totalt 100 startande där den i särklass största klassen var Mycket lätt 2,0 km med 34 startande. Klubben hade många barn med som genomförde sin tävlingspremiär. Det var uppskattat bland både barn och föräldrar.

Vuxen-nybörjarkurs under våren

Under våren anordnades fyra tillfällen i nybörjarkurs för vuxna, vid samma tid som barn och ungdomsträningarna, med samma moment vid två tillfällen så att båda föräldrarna i en familj med barn på träningarna skulle kunna gå kursen. Det var dock enbart fem föräldrar deltog i nybörjarkursen under våren och sektionen utvärderar för nästa säsong. Carina Bergander var ansvarig.

Sprintcup

Den 7 juni ansvarade Eksjö SOK för en deltävling i höglandets sprintcup i Kvarnarp. Det var 81 startande, varav 34 deltagare från ESOK, Josh Beech var ansvarig banläggare.



utspridda boendet och klubbens deltagare träffades på enbart på tävlingen, samt hade en gemensam samling.



Oringen vila

Boglarka Czako blev bäste elitlöpare med en 7e plats i D20 elit. Övriga 10-i-topp i sina klasser var Gabriella Bergander som blev 4a i D21 Lång, Elisabeth Hagelberg som blev 9a i D45K och Susanna Djurstedt som blev 10a i D50K.

UTBILDNINGAR OCH KONFERENSER

1 mars deltog Sven-Gunnar Bergander och Siv Bergander på SMOFs årsmöte i Vrigstad. Vid mötet fick Boglarka Czako pris för sitt sprint-SM-guld.

TRÄNINGSFLITSPRIS

2022-års träningsflitspris, instiftat ur Göran Berganders minnesfond, har tilldelades Julia Abaji och Pelle Jakobsson. Prisutdelning skedde vid en av vårens träningar.

Priset tilldelas den kille och den tjej i åldern 8–16 år, som mellan den 1/4 och 31/10 deltar på flest träningar, Höglandsserien och lokala tävlingar. Priset är ett presentkort på 500 kr.



Julia Abaji, Pelle Jakobsson

REPRESENTANTER I SMÅLANDS OF

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

OL-SEKTIONEN

OL-sektionen har i år genomfört 10 möten.

Vi som suttit i sektionen är:

Carina Bergander - Sven-Gunnar Bergander -

Elisabeth Hagelberg - Jenny Jakobsson -

Linda Nordin – Åsa Persson – Fredrik Skillermärk

SKI-O SM

HJS-VANSBRO/IFK MORA OK

I mitten av februari avgjordes de första av årets SM tävlingarna i Ski-O. Från Eksjö var det tre från familjen Djurstedt som försvarade våra färger. Förutom de på bilderna så var det fotografen Stefan och distanserna var sprint samt lång. Stefan hade den bästa placeringen med en 4:e plats på långdistansen.



Susanna Ski-O veteran SM och slutade som femma på långdistansen och sexa på sprinten.



Agnes Ski-O SM där hon blev sexa på sprinten.

MTBO-MOUNTAINBIKE ORIENTERING



Tyvärr inte fler ESOK:are än tidigare år som under året deltagit i MTBO aktiviteter trots att det i Småland funnits tillfällen för att prova på och tävla på arrangemang som funnits. Vi får hoppas att det blir ändring på detta och en tanke finns nu inför 2024 få till några tillfällen här i Eksjö där MTBO kan provas.

Veteran VM i Slovenien—5 medaljer

I maj var det dags för årets VM som åktes i Slovenj Gradec i Slovenien. Mycket regn tiden innan tävlingarna gjorde det lite extra utmanande i den till och från tuffa terrängen. Monica Kollberg hade en fantastisk utdelning och tog hem samtliga 4 guld i D60 vilket hon var ensam om att klara av i samtliga klasser på hela Veteran VM.

Stefan Kollberg hade en lite tyngre vecka men på den avslutande sprintdistansen blev det till slut ett brons efter 7:e och 8:e placeringar tidigare i veckan.

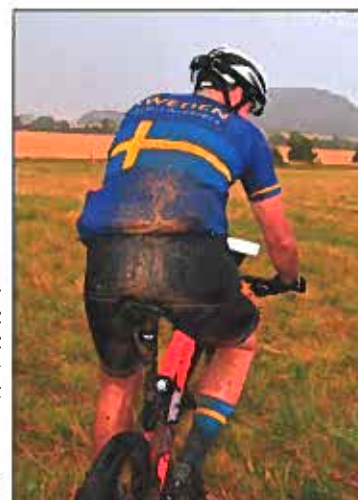


Fyra VM guld blev det för Monica på Veteran VM i Slovenien!



World Masters series

För att kunna vara med och slåss om topplaceringar i World Masters series krävs resultat från 7 deltävlingar. Detta hade Monica och Stefan Kollberg satsat på under året och deltog i tävlingar i Slovenien, Tjeckien, Frankrike och Danmark samt Spanien och Portugal för



Det är ju inte alltid som vädret är med men det kan ju inte stoppa för ett MTBO lopp!!

Bilden från Frankrike i juli.

Stefans del.

Resultatet blev att Monica tog hem den totala cupen med 6 delsegrar och 2 andraplatser. Ingen vinst för Stefan men väl 6 pallplatser.



En seger i Tjeckiens MTBO 5-dags med ca 900 deltagare blev det för Stefan och två av etapperna var även deltävlingar i World Masters series där det i totalen blev en andra plats.

Veteran SM

Årets SM tävlingar var fördelade på en helg i maj och en i september.

6-7 maj avgjordes medel och masstarts SM tävlingarna med Finspångs OK och Tjällmo-Godegårds OK som hade varsin tävlings dag. Fina områden med klurig orientering på medeldistansen och mycket tuff terräng på masstarten.

Två deltagare från ESOK och Monica Kollberg tog hem guld båda dagarna i D60 och Stefan Kollberg tog hem brons i H60 båda dagarna.

16-17 september stod sedan FK Herkules och Tolered's AIK som värd för sprint och långdistanserna i ett fantastiskt höst väder och mycket tuff terräng.

Även här hade ESOK två deltagare i Lasse Jansson, H45 och Stefan Kollberg, H60. Resultatmässigt blev det silver och brons för Stefan och en 10:e plats som bäst för Lasse.

Svenska Veterancupen

Ingen ESOK:are åkte så många tävlingar i år som behövdes för att kunna vara med och fightas om toppplaceringar i den sammanlagda cupen men Stefan Kollberg blev 4:a i H60.

LITE AV VARJE FRÅN SM TÄVLINGARNA



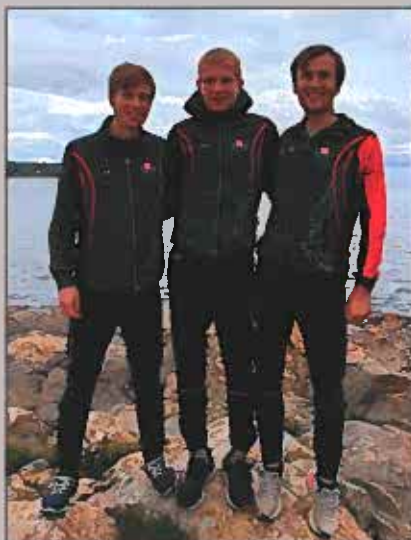
Agnes gjorde en mycket fin insats på SM medel och blev fjortonde tjej i D20.



Emma på spurten av SM medel där hon slutade på en fin 12:e plats i D21.



Lukas på SM Medel där han inte riktigt fick till det men slutade 26:a i C-finalen.



Grabbarna som blev 34:a på SM stafetten efter att Lucas gjort en gedigen första sträcka där han kom in som åtta.



D20 laget på SM stafetten..... Agnes var in som femma på första sträckan!



Det var ett regnigt och kallt stafett-SM vilket klart symboliseras på bilden....



D21 laget på SM stafett som slutade på en fin tolfte plats.



Hugo medel-SM i Sundsvall. Resultatet blev en 34:e plats i B-finalen.

SKIDSEKTIONENS VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2023



Skidsektionen har i år bestått av Stefan N Djurstedt ledare/hemsida/LOK-ansvarig, Rickard Jakobsson ungdomsansvarig, Anders Abrahamsson junior/senioransvarig, Malin Stenbeck och Helena Creutz bredansvariga. Därutöver är Christer Johansson ekonomi-ansvarig.

Vintern 2022–2023 gav fina möjligheter till skidåkning på vårt konstsnöspår. Pga. väder och elkostnader sprutades det snö till enbart halva slingan denna säsong. Det var dock inget som påverkade intresset negativt för att få nyttja spåren utan intresset var stort även denna vinter. Det gick att åka på konstsnöspåret från mitten av december -22 t.o.m. i början av april. Utöver konstsnöspåret var det även kortare perioder då det gick att åka på natursnö på de andra motions slingorna.



Ragna Simonsen, May Jonsson, Sög Simonsen, Signe Sjöström, Boel Frisk, Thea Jonsson, Signe och Sigge Bergander, Ebbe Sander. Anders Abrahamsson, Oscar och Anders Almerheim, Einar Austli

Eksjö kommun arrangerar sedan ett antal år tillbaka "Alla på snö" som är ett samarrangemang med Svenska skidförbundet, detta vänder sig till alla barn i årskurs 4 i kommunens skolor. Detta år var inget undantag utan det arrangerades under några vardagar ute vid Skidstugan. Syftet är att eleverna på ett organiserat och lekfullt sätt får prova på skidåkning och lära sig grunder i tekniken. Ledare var delar av tisdagsgruppens medlemmar.

ESOK:s zontävling arrangerades 31/1 i fristil med 78 fullföljande deltagare.

Högefälloppet arrangerades 5/2 i klassisk stil med masstart med 88 fullföljande deltagare.



Masstart Högefälloppet

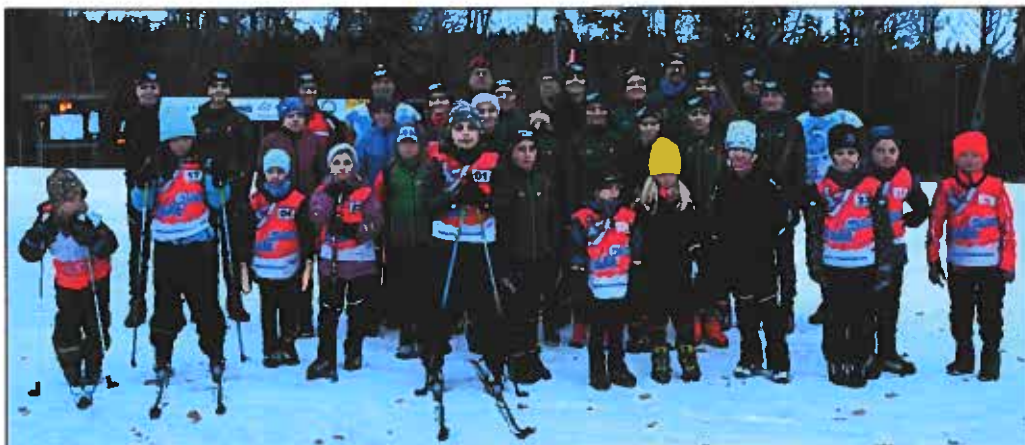
Idrottsskolan (för ungdomar årskurs 2) genomfördes lördagen 25/2 med 20-tal deltagare.

Vi har haft ett antal ungdomar som har deltagit på Smålands skidförbunds läger under hösten (ett av dem arrangerades av Svenska skidförbundet och var ett så kallat Götalandsläger där det deltog ungdomar ifrån 5 distrikt). Dessa läger vänder sig till ungdomar i åldern



13–16 år, de är för alla skidintresserade i dessa åldrar och bidrar till att öka kompisen över klubbgränserna. Lägren är populära och uppskattade av våra ungdomar som deltagit på dem, de brukar komma hem trötta men nöjda.

Utbildningsmässigt på ledarsidan har det under hösten varit två personer som genomfört Svenska skidförbundets Skidleka för barn 6–8 år och 2 personer som deltagit i Skidlärare för barn 9–12 år.



Skidsäsongen 2023 – Ungdomar 6–16år

Träningar och aktiviteter

Vintern 2022–2023

Läger vid Skidstugan med en övernattningsarrangemang under mellandagarna. 14 ungdomar deltog i det uppskattade lägret. Utöver "vanlig" skidträning var ett pass ägnat åt skidskytte under överinseende av skidskyttekonsulent Jörgen Larsson. Ungdomarna fick också både teoretisk och praktisk utbildning gällande hur man ska valla.



Mellandagsläger Stefan Djurstedt har vallagenomgång.

Vi startade upp ungdomsträningarna efter juluppehållet 10/1.

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

Vi har varierat tränat både klassiskt och skate för att alla ska kunna behärska båda åksätten inom längsdåknings.

Vi har haft 3 träningsgrupper för olika åldrar. Grupp 1 (13 år och äldre), 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 närvaro på träningarna. I regel 15–20 ungdomar på tisdagarna och på torsdagarna har det varit drygt 30.

Våra ungdomar har deltagit i zontävlingar, distriktstävlingar och DM. DM-mästare i H12 blev Stig Simonsen och i H14 William Jonsson. Ett gäng på 9 ungdomar var också i Dalarna sista helgen i februari och deltog i Ungdomsvasan.

Avslutningen för skidträningarna på snösäsongen 2023 var den 16 mars. Ett 30-tal barn och ungdomar kom och efter stafetter och lekar fick alla hamburgare inne i Skidstugan.

Skidavslutning för samtliga 3 träningsgrupper

Hösten 2023

Vi startade ungdomsträningarna med rullskidor i september. Rullskidträningarna genomfördes i september på onsdagar och i oktober på tisdagar vid Emmegi i Eksjö (ca 10–12 ungdomar/gång). Två gånger av träningarna förlades till Lövhult och dess fina rullskidbanor.



Dags för träning för Oscar Almerheim, Elise Lindqvist, Boel Frisk, Einar Austli, Anders Almerheim, Signe Sjöström, Pelle Jakobsson, Stina Frisk, Anders Abrahamsson

Barmarksträningarna körde vi i gång med på torsdagar ute i Skidstugan i oktober för grupp 1 och 2. Fr.o.m. november har vi haft barmarksträningar både tisdagar och torsdagar ute vid Skidstugan.

Under barmarksträningen har vi försökt göra roliga träningar med mycket inslag av bålstabilitet spänst och styrka. Ofta har vi avslutat träningarna med olika stafetter.

Vi har också haft 2 skidskytteträningar i Lövhult med skidskyttekonsulent Jörgen Larsson åter som instruktör. Första träningstillfället, med rullskidor på fötterna, sköts det med elektroniska gevär vilket underlättade träningen (det behövde inte laddas med magasin och några magasin behövde således inte fyllas på). Blött men ändå roligt och uppskattat. Andra skidskyttetillfället skedde med löparskor på fötterna men i gengäld var det två pass med tävlingsliknande moment andra passet. Denna gång var det inte enbart deltagare från



Nässjöjakten, Elise Lindqvist



Nässjöjakten, Selma Säfström



Nässjöjakten, Anton Stenbeck



Anebyloppet Selma Abrahamsson och David Larsson varvar



Nässjöjakten, William Jonsson



DM Landsbro Noah Frank Jonsson



Nässjöjakten, Sixten Stenbeck



Bröderna
Grus....



TÄVLINGSTEKNISKA SEKTIONENS



Arrangemang

Nytt år med nya arrangemang och vi startade som brukligt med Högefälloppet på skidor som avgjordes den 5 februari med cirka 100 deltagare.

Nästa arrangemang på tur var SSM (Sydsvenska Mästerskapet) för ungdomar, samt tillhörande publiktävlingar med cirka 950 deltagare. Tävlingsarenan var förlagd till bandybanan i Bruzaholm och där genomförde vi den 22-23 april.

Nästa årliga arrangemang var Ränneslättsturen som avgjordes den 2/7. Till årets arrangemang kom ca 500 cyklister till Eksjö för att cykla på de fina stigar som finns runt Eksjö. Vi arrangerar detta tillsammans med Eksjö Cykelklubb.





På uppdrag av Försvarsmakten var Eksjö SOK medarrangör tillsammans med Ing 2 att arrangera Försvars Mästerskapet i Patrulltävling som avgjordes på Ränneslätt den 11 oktober.



Här nedan följer lite fakta kring arrangemang och kartor.

Skidor

5/2 Högefället Loppet i Skidstugan, klassisk stil.

Orientering

22/4 SSM Långdistans ungdom
Arena: Bandybanan, Bruzaholm
Publiktävling Medeldistans. Publik

23/4 SSM Distrikt stafett.
Publiktävling medeldistans. Publik
Arena: Bandybanan, Bruzaholm

11/10 FMM Patrull (Försvarsmakten), Ränneslätt.

Cykel

2/7 Ränneslättsturen som medarrangör.

Kartproduktion

Kartprojekt 2023

År	Prio	Kartområde	Arrangemang	Typ / Total tidsåtgång	Kostnad (inkl 6%)
2023	1	Alversjö	DM Lång 2024	Nyritning 320 tim	152 640 kr
	2	Rev Kvänsås	HittaUt / Klubbträning	41 tim	19 557 kr
	3	Eksjö Stadskärna	HittaUt / Klubbträning	64 tim	32 563 kr
Totalt					204 760 kr

Anlitad kartritare för projekt 2023 är P-O Derebrant och Håkan Svensson.

ESOK kartfiler och databaser □ 2023-11-02

Filer är sparade i OCAD11 version. Om inget annat anges gäller:

Kartskala 1:15 000

Referenssystem SWEREF 99TM

Rotering för att erhålla lodräta meridianer 5,5°.

Samtliga delfiler samt kartdatabas konverterad till kortnormen ISOM2017

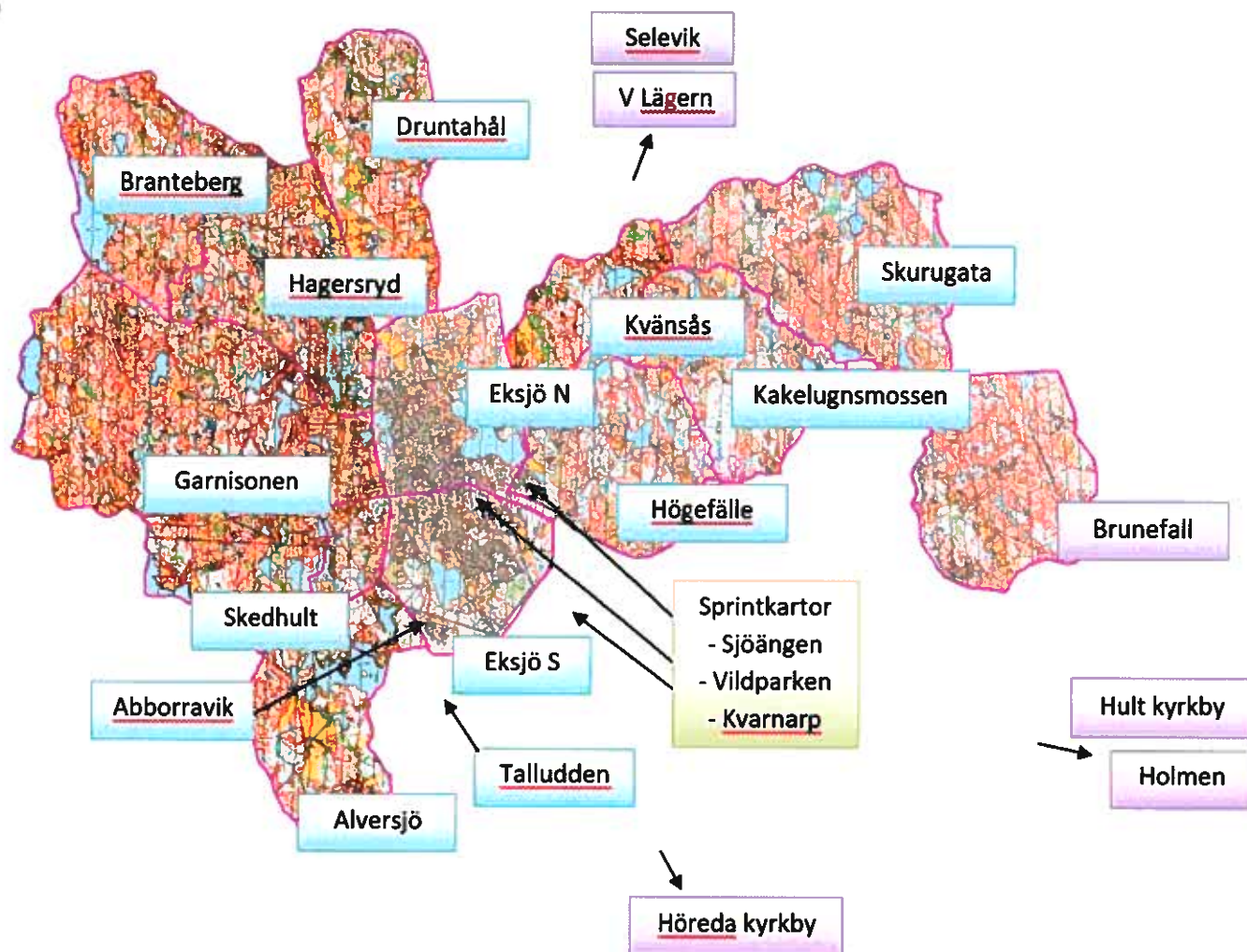
Databasfiler	Senast ihopslagen	Yta (km²)	Kommentar	Finns i Omaps
ESOK_kartdatabas* (består av 14st delfiler)	2023-11-13	130	Roterad 5,5°, ISOM2017 norm	Nej

*Delfiler ESOK_kartdatabas	Datum	Yta (km ²)	senaste rev - kommentar.	Finns i Omaps
Abborravig	2019-11-29	2,3	190822 (P-O Derebrant inför Pölder Cup avslutning)	Ja
Alversjö	2023-10-25	8,6	Nytt område 2023 – Tävling 2024	Nej
Branteberg (OBS! tillhör Anne- bergs GIF)	2019-11-29	8,7	090505 (P-O Derebrant inför O-ringen)	Ja
Drunthål	2019-11-29	10,4	161106 (P-O Derebrant inför Smålandskav- veln)	Ja
Eksjö stad – Norr	2023-01-30	9,3	Jan 2023 (Håkan S planbild stadskärna)	Ja
Eksjö stad – Syd	2023-01-30	7,7	Jan 2023 (Håkan S planbild stadskärna)	Ja
Garnisonen (OBS! tillhör Eksjö Garnison)	2019-11-29	21,7	140620 (Håkan Svensson inför 10-mila)	Ja
Hagersryd	2021-06-24	12,5	191130 (P-O Derebrant norra delen vid Bastaberget) 210624 (P-O Derebrant södra delen)	Ja
Högefälle	2022-06-19	10,3	220619 (P-O Derebrant veg.kartering)	Ja
Kakelugns mossen	2022-11-08	10,2	180104 (P-O Derebrant)+ höst -22 MTBO- spår (Lennart H)	Ja
Kväsås	2023-05-30	4,9	230530 (P-O Derebrant)	Ja
Skedhult	2023-10-25	7,1	220617 (P-O Derebrant)	Ja
Skurugata	2020-07-02	14,6	Sommär 2020 (Rasmus Svantesson, Ej S delen)	Ja
Talludden	2023-10-25	1,7	Höst 2020 (Patrik N planbild Talludden)	Ja

SPRINT kartor	Senast reviderad	Yta (km ²)	Kommentar	Finns i Omaps
Eksjö sprintkarta Cent- rum-Sjöängen	2020-06-22	1,2	P-O Derebrant, Roterad 5,3°, Skala 1:4000	Ja
Kvarnarp-sprintkarta	2015-08-23	0,8	P-O Derebrant, Roterad 4,3°, Skala 1:5000	Ja
Vildparken-sprintkarta	2018-07-21	0,5	Håkan Svensson, Roterad 3,6°, Skala 1:4000	Ja

Övriga fristående filer	Senast reviderad	Yta (km ²)	Kommentar	Finns i Omaps
Brunefall	2008-07-11	11,4	P-O D,	Ja
Selevik	2007-06-16	9,2	P-O D, Ej Sweref 99 TM	Nej
V Lägern	1998	25,2	P-O D, Ej Sweref 99 TM	Nej
Höreda Skolkarta (Kyrkbyn + Skolan)	2020-06-23	0,8 (Kyrkbyn) 0,04 (Skola)	P-O D, Roterad 5,5°, Skala 1:5000 (Kyrkbyn) 1:1000 (Skolan)	Ja Kyrkbyn
Holmen	2021-07-11	6,2	221121 P-O Derebrant	Nej
Hult Kyrkbyn	2022-10-21	0,7	Patrik N – LASdata+ortofoto (ej ter- rängrek)	Nej

Kartöversikt



Vad skulle en tävling vara utan en grillmästare.....

Eksjö kartkommitté söker årligen investeringsbidrag för kartproduktion. Fördelning innebar av klubben fick 110000 kr i stöd från kartkommittén för 2023. Investeringsbidrag för kartritning är sökt för 2024 på 100 000 kr 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 2023-12-16

Christer Johansson

Carina Bergander

Patrik Nilsson

Lennart Henriksson

Simon Nilsson

Håkan Sandstedt

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.

Det större projekt som genomförts av tisdagsgruppen under året är byte av fasad mot väster på omklädningsbyggnaden. En del röta medförde även iordningställande av innervägg i garaget.



Tisdagsgruppen har tacknämligt 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. Några "yngre" har tillkommit.

Samarbetet med Eksjö Cykelklubb har fortgått, Dom använder Skidstugan som utgångspunkt vid träningar måndag och onsdag. Dessutom har dom en del träffar och möten.

Tipspromenaderna och servering har kunnat drivas i normal omfattning med gott ekonomiskt utfall som är en god grund i ekonomin genom ideell bakning mm.



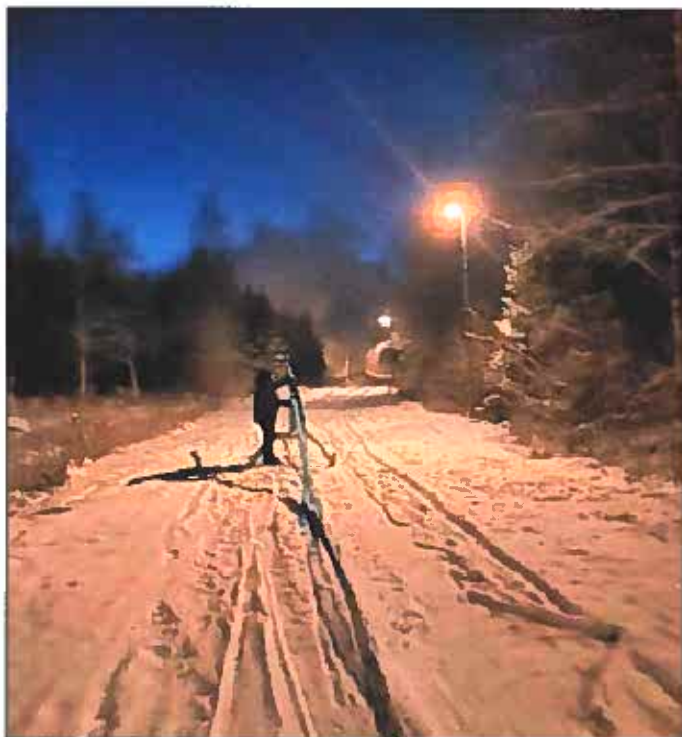
En bättre begagnad diskmaskin och en kaffebryggare har inköpts.

En ny äventyrsbana har byggts med hjälp av Jan Erik Spånberger och Christer Sandström vilka var med och byggde den första efter O-ringen 2009.





Vi kom igång med snö tillverkning den 5 dec och hade bra kyla i nästan 2 veckor. Vi kunde då lägga en bra grund med snö som räckte hela säsongen då kylan uteblev fortsättningsvis. Vi kunde hålla fina spår fram till mars. Det var mycket diskussion om ett högt elpris men en bra försäljning av spårkort gjorde att en förväntad förlust blev ett överskott, delvis beroende på att vi inte kunde göra färdigt hela spåret. Ett dryg trettiotal medlemmar finns på bemanningslistan för snö tillverkning utöver dessa spårjour och Marcus Hedin o Johan Aulin som kör pistmaskinen. Totalt har ca 550 mantimmar har lagts ner. Stort tack till alla.



Sektionen har genomfört alla på skidor med många glada skolelever. En ganska stressig verksamhet då ungdomarna skall förse med utrustning och få lite grunder i skidåkning. Vi ser att antalet skidor och pjäxor för utlåning behöver kompletteras

Vi har genomfört Garnisonsmästerskap på skidor och orientering. Två veteranorienteringar har genomförts. Dels klubbmatch mot Vätterbygden samt säsong avslutning med mat.

Skidstugan är populär att hyra. Uthyrningen sköts av Göran Nilsson.

Vi tackar alla medlemmar för stora insatser med tipspromenad, servering, städning snö tillverkning och spårning. Ett speciellt tack till Tisdagsgruppen. Vi tackar även kommunen och sponsorer för bidrag och stöd.



Vi tackar alla medlemmar för stora insatser med tipspromenad, servering, städning snö tillverkning 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



TILL SIST DET SOM BLEV ÖVER AV LITE AV VARJE!



NU ÄR VI KLARA MED 2023.....

NU STÄLLER VI IN KOMPASSRIKTNING MOT 2024

