



# VR-bladet



## På gång i Vandrarängen under våren!

Långfredagspromenad 6 april  
Samling 10:00

Onsdagsträningar april -maj  
Startar v.15. Med bl.a  
nybörjarorientering. Se mera sid 3

Veteran OL 12 april  
VR arrangerar

Klubbmöte 16 april 19:00  
VIK-skidors stuga  
Ingemar Erlandsson leder  
bildgissningsprogram

Vårstädning 21 april  
Flisenberg

KM-dag 5 maj orientering  
Bergslagsträffen, Fagersta

VPT 1 – 8 maj 18:30  
Ungdomsorientering  
VR arrangerar

Klubbmöte 14 maj 19:00  
Flisenberg  
Ann-Christine Kihl visar  
bilder och berättar om Mälardalen -  
Minnenas arkipelag

Arbetskvällar i Flisenberg  
2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5

VR-klubbläger i Dalarna  
17-20 maj

## Välkommen att fira VR 90 år

### JUBILEUMSFEST

**DATUM**  
25 augusti 2012

**TID**  
kl. 17:00

**PLATS**  
Tegnérmarksalen

### Program

Mingel, förfriskningar, utställning

Ca 18.30 Middag, förrätt och  
huvudrätt  
Underhållning

Kaffe och kaka

Dans

Festkommittén

KOSTNAD: 90,- för medlemmar, 290,- för icke medlemmar

PRELIMINÄR ANMÄLAN **senast 15 april:**

- Helst på **Vandrarängens hemsida** ([www.vandrarangen.se](http://www.vandrarangen.se))
- Alternativt telefon 021-352728 (Sundin) eller 0220-13858 (Hedman)

Avbokning möjlig senast 10 augusti. Bekräftelse på anmälan kommer ca 15 augusti.



### Ordföranden har ordet

VRs jubileumsår pågår för fullt och vid klubbmötet den 6 mars kunde vi fira VRs födelsedag på rätt dag genom flytt av klubbmötet från måndag till tisdag. Det blev ett lyckat arrangemang med över 50 deltagare och VIK-Skidors klubblokal var helt fullsatt.



Medlemmar invalda på 1940 talet fram till 2009 var närvarande och vi fick höra många inlägg om föreningslivet och stora projekt som genomförts under åren lopp. Vi som leder föreningens verksamhet idag har två uppgifter dels att bevara och förvalta föreningens historia samt att utveckla föreningen så att den lever vidare.

Bildvisningen och lite bakgrund hur det gick till när VR hyrde och byggde sina klubbstugor väckte många minnen till liv bland de medlemmar som var med och samtidigt fick nya medlemmar ta del av föreningens historia.

De som inte kunde vara med den 6 mars kommer att få se bildvisningen vid vår jubileumsfest den 25 augusti. Inbjudan kommer ut i detta VR-blad med uppmaning om anmälan senast 15 april!

Inträdesavgiften för medlemmar är symboliska 90 kr och VR skickar därmed signalen till dig ANMÄL DIG TILL JUBILEUMSFESTEN! VR bjuder som du förstår på en stor del av festen. Ett fest-tack till alla medlemmar som ständigt arbetar för föreningens framtid med stora och små insatser.

Utöver den stora jubileumsfesten den 25 augusti inbjuder VR till en rad spännande jubileumsarrangemang.

Utflyktskommittén inbjuder till en jubileumsvandring den 26 maj med lite annorlunda arrangemang.

Orienteringssektionen arrangerar ett klubbläger i Dalarna 17-20 maj i samband med EM i orientering och planerar dessutom att under hösten ställa upp i 25-manna orienteringen. Lyckas vi med det så blir det en storartad final på vårt jubileumsår.

Stugsektion och Utflyktskommittén provar ett nytt arrangemang den 15 september med Krakendagen/Friluftsdygn för ungdom.

Något arrangemang borde väl passa dig? Planera in detta och känn dig varmt välkommen att vara med och ta del av VRs jubileumsaktiviteter.

VRs onsdagsträningar för alla startar under april. Ambitionerna är stora och vi hoppas att det blir bra anslutning. Vi vill ha igång nya orienterare och aktivera äldre samt att erbjuda våra duktiga ungdomar teknikträningsspass för att bli ännu bättre.

Glöm inte bort att vi har städdag vid Flisenberg lördagen den 21 april! Många av Vandraringens medlemmar gillar Flisenberg.

Hälsningar Ulf

### Redaktören har ordet

Lars Mossling, 021-33 07 80  
e-post: lars.mossling@tele2.se

### Hemsidan

Nu kan du kommentera vissa dagboksnyheter, t ex tacka för en trevlig aktivitet. Se nyheterna på hemsidan där en detaljerad beskrivning finns.

På samma sida kan du läsa om hur du gör för att tipsa någon om en artikel på VRs hemsida.

### Manusstopp VR-bladet 7 maj

#### Har Du/Ni bytt adress?

Meddela det till Britt som sköter medlemsregistret på e-post: britt.back@telia.com eller 021-35 41 19

## Vandraringens onsdagsträningar

Träningskvällarna har något för alla! Välj bland detta:

- Orientering för nybörjare/den som har orienterat tidigare och vill komma igång.
- Träningsbanor
- Teknikträningsövningar

Alla aktiviteterna arrangeras på samma plats. Starttid 18.30 om inget annat meddelas på hemsidan.

## Nybörjare/Komma igång

Vid varje träningskväll finns övningar med inriktning på orienteringens baskunskaper med kartläsning, karttecken, kompassteknik, vägvalsteknik i första hand. Ett ”startpaket” kommer att finnas för egna studier.

Ungdomsmedlemmar får paketet utan kostnad.

## Träningsbana

Vid varje träningskväll finns en eller två banor 2-4 km med gul/röd/orange svårighetsgrad.

Svårighet och längd kommer att variera beroende på vilken terräng/karta som används. Alla åldrar är välkomna att springa dessa banor.

## Teknikträningsövningar

Teknikträningarna planeras i första hand för VRs ungdomsorienterare HD12 – HD16 men fungerar lika bra för alla åldrar om man vill träna sin orienteringsteknik.

## Plats/Tid

Aktuell information kommer att finnas på VRs hemsida/OL & Ungdomsnyheter senast tisdag aktuell vecka.

## Program

Träningskvällar arrangeras med start den 12 april (Obs torsdag) och fortsätter alla onsdagar fram till 30 maj. Onsdag 16 maj är inställd pga VRs klubbblägar i Dalarna. Alla datum för träningskvällar under vårsäsongen finns i Kalendern på hemsidan.

Välkomna

VRs Träningskommitté

## Klubbmöten

### Klubbmötet 16 april

Plats: VIK-Skidor klubblokal

Tid: Måndag 16 april, kl. 19.00

Program: Ingemar Erlandsson leder ett bildgissningsprogram. Bilder visas och vi gissar var bilden är tagen. Tre alternativ ges. Pris till vinnaren.

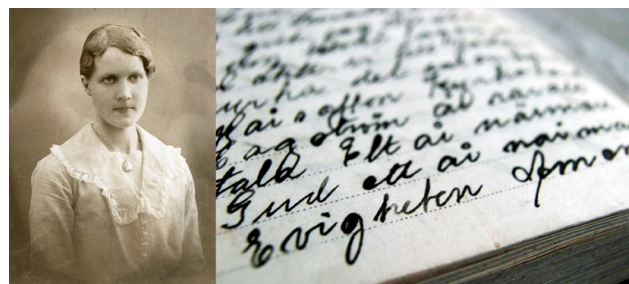
### Klubbmötet 14 maj

Plats: Klubbstugan Flisenberg

Tid: Måndag 14 maj, kl. 19.00

Program: Mälaröar - Minnenas arkipelag

På Ridön spanner biologerna tyll mellan träden för att fånga unika insekter med skimrande vingar. Minnen och historia låter sig aldrig fångas med tyll. Men väl med ord. Ann-Christine Kihl, prisbelönt journalist på VLT är också författare till den uppskattade boken Ö-gonblick med berättelser om livet på Mälaröarna förr och nu.



Till bilder berättar hon om människor som levde på Ridön, Fagerön, Aggarön och Grisslingen och hur öarna idag är vackra och spännande utflyktsmål för oss.

Obs! Programmet startar 19:00 med avbrott för fika ca 20:00



### BingoLotto.

Gynna föreningen och prenumerera. Du kan beställa via internet:

<https://secure.bingolotto.se/pren/>

Ange

VANDRARINGEN,  
VÄSTERÅS

som den förening du vill stödja.

## Cykeltrim 2012

Cykel-Trim skickas ut till alla medlemmar som har deltagit tidigare år. Paketet finns ute under april, kolla hemsidan för datum. **Pris 60:-/paket**

1:a pris, en cykel värd 5 000 kr  
4 st priser, cykelutrustning värd 350 kr

Får du inget material och vill hjälpa till med försäljningen kontaktar du: Karina Liljeroos, 021-14 71 85 eller 546olsson@telia.com

Alla medlemmar som köper för egen räkning och säljer paket deltar i en utlottning av 2 priser, cykelutrustning värde 350 kr. Du deltar i utlottningen med en lott per paket du betalar för.

## Tack till ALLA VR-medlemmar som köper och säljer Cykel-Trim paket/Styrelsen

### Orienteringssektionen

Eva Kjellman tfn. 021-35 96 72  
e-post: [kjellman@bredband2.com](mailto:kjellman@bredband2.com)

Det bästa av alla vårtecken är att orienterings-säsongen är igång.

Lördagen den 31 mars går OK TOR:s ungdomstävling och Torfejden. **Klassisk inledning på säsongen.** OK Enens Enenracet går samma dag så valmöjlighet finns.

**Torsdagen den 12 april kör vi igång träningskvällar.** Det blir onsdagar i fortsättningen men denna första kväll passar vi på och använder banorna från veteranorienteringen som VR arrangerar på förmiddagen.

Föranmälan är önskvärd så att vi har kartor till alla. Ungdomarna anmäler till Petra övriga till Eva senast 11/4 uppge önskad bana.

Banor: 4,5 km, 3,9 km, 2,9 km, 2,1 km  
svårighetsgrad violett, 2,5 gul och 1,6 km vit.

VR arrangerar **Veteran-OL** den 12/4 på Råbybladet med Åke Mjöberg som banläggare och Anna-Karin som bankontrollant. Även den 27/9 arrangerar VR. Sammanhållande och kontaktperson för VR:s veteraner är Leif Nilsson.

**VR arrangerar** en ungdomstävling för Västmanland, VPT1, tisdagen den 8 maj i centrala Västerås/Kyrkbacken. Banläggning och tävlingsplanering är igång. Vi räknar med ca 150 ungdomar. Eftersom tävlingen går i närområde behövs många kontrollvakter mellan kl. 18.00 – 20.00. Man behöver inte vara orienterare utan alla kan hjälpa till med detta. Meddela Anna-Karin Johansson om du kan ställa upp som kontrollvakt.

**KM-Dag** blir den 5 maj vid Fagersta OK:s tävling Bergslagsträffen. **OBS att detta är en ändring** från vad som stod i programmet som kom med förra VR-bladet. (Justerat program finns på hemsidan.) Vi anmäler oss till och springer våra ordinarie klasser och tillämpar VR:s handikappsystem. Efter tävlingen äter vi en gemensam lunch.

**Träffen** blir den 3 juni. Det är UVR som arrangerar i Skogstibble ca 25 km SV om Uppsala. Anmälan görs till Eva.

**Klubbkväll** vid Fiskkraken hoppar vi över i år. Dagarna/kvällarna räcker inte till helt enkelt.

VR har för närvarande 24 personer anmälda till **O-Ringen** i Halland. Nästa anmälningsgräns är 1 maj och därefter går avgiften upp lite till. Se hemsidan, orienteringssektionen, Tävlingsanmälan för mer information och länk till O-Ringen-sidan.

**DM Sprint och DM Stafett** arrangeras av oss 8 och 9 september med Karin Swärd Lindberg som tävlingsledare och Åke Mjöberg och Anna-Karin Johansson som banläggare. Ett 2-dagars arrangemang som kommer att kräva många funktionärer. Boka in i era kalendrar.



## Orienteringsungdomar

Orienteringssäsongen är här! Vi tränare hoppas förstås på många träningsugna ungdomar framöver.

**Som vanligt kommer träningarna att ligga på onsdagar 18:30-19:45 och plats meddelar vi på hemsidan inför respektive träning.**

### Träningar

12/4 - Råby IP. Observera att detta är en torsdag.

18/4

25/4

2/5

9/5 - Löpskolning, ingen orientering

16/5 - Inställd. Vi åker till EM i Dalarna.

23/5

30/5

### Läger

Det finns många möjligheter att åka på läger.

VOF arrangerar upptaktsläger för ungdomar som är 13-16 år 31/3-1/4 i Eskilstuna i samband med OK Tors ungdomstävling. VR:s egna läger arrangeras i samband med EM i Dalarna helgen 17-19 maj. Vi åker också till Skara Sommarland för att delta i den traditionsenliga Sommarlands-sprinten 3/6. Några ungdomar kommer att åka på konfirmationsläger i Sälen 12/6 – 2/7.

### VPT

Västmanland Park Tour: en serie tävlingar i parkmiljö som passar lika bra för de som inte tävlat förut som för de erfarna ungdomarna. Tävlingarna äger rum på kvällstid.

8/5	VPT 1	Vandraringen
15/5	VPT 2	Arboga OK
22/5	VPT 3	Surahammars SOK
29/5	VPT 4	Köping-Kolsva OK
5/6	VPT Final	OK Hedströmmen

### USM-träningar för länets 13-16-åringar:

25/3	Västerås SOK, Tortuna
31/3-1/4	Upptaktsläger, Eskilstuna
12/4	Vandraringen, Råbyskogen
26/4	Sala OK
10/5	OK Hedströmmen
24/5	Fagersta OK
31/5	Norbergs OK
16/8	Surahammars SOK
30/8	KöpingKolsva OK

Till USM-träningarna vill vi att intresserade anmäler sig till oss innan.

Som alla ser har vi mycket roligt att se fram emot! Vi ses snart i skogen!

Petra Helmersson 021-309730  
[petra.helmersson@globalnet.net](mailto:petra.helmersson@globalnet.net)

Karin Swärd-Lindberg 021-336760  
[karin.sward\\_lindberg@se.abb.com](mailto:karin.sward_lindberg@se.abb.com)

### Klädbeställning – Sista chansen

Nu är det sista chansen att beställ OL-kläder. Skicka beställningen till Karin Swärd Lindberg (mli\_999@hotmail.com, eller ring 021-33 67 60) före den 5 april. Leverans blir preliminärt under maj.

Vi behöver beställa minst 10 av varje för att få ett bra pris - kommer vi inte upp i så många så avvaktar vi med beställning till nästa år.

Storlekar: 140, XXS, XS, S, M, L, XL, XXL

Extreme OL-tröja kort ärm	Vuxen	680:-
	Barn	400:-
Extreme OL-tröja lång ärm	Vuxen	900:-
	Barn	450:-
Trainer Overallsjacka Extreme	Vuxen	750:-
	Barn	450:-
Trainer Overallscopya Extreme	Vuxen	610:-
	Barn	400:-



Maja, Alexandra och Jenny mannekängar våra snygga VR-kläder

### Stugsektionen

Ordförande: Bo Hedman, tfn 0220-138 58  
e-post: [lennart.o.sundin@telia.com](mailto:lennart.o.sundin@telia.com)

Uthyrning och bokning  
Carina och Jan Lund, 021-244 37  
e-post: [jan.r.lund@gmail.com](mailto:jan.r.lund@gmail.com)

Nu är våren här! Det har de sagt på TV, så det måste vara sant. Om jag förstätt det rätt så är våren här när dygnsmedeltemperaturen är över 0 grader 7 dygn i sträck. De första vårblommorna har vågat sticka upp sina blomställningar och när solen är uppe blir det varmt och visst rullar sommardäcken tystare än vinterdäcken.

Stugsektionen har planeringsmöte den 2 april för att göra en mer detaljerad planering av vårstämningen den 21 april och så smått även för arbetskvällarna, onsdagarna i maj månad. Boka in dessa datum i almanackan, du som vill vara med och se till att vår anläggning fortsätter vara välskött och lockande för besök. Kom! Ju fler vi är, desto roligare blir det!

En vädjan till slut: Ställ inte rester av mat i kylskåpet om du inte vet att de snart konsumeras.

### Skidsektionen

Karina Liljeroos, 021-147185 eller [546olsson@telia.com](mailto:546olsson@telia.com)

#### Resultat Skid-KM 2012

Med perfekta spår, - 2 grader, lite disigt, lätt snöfall och hela 40 deltagare blev jubileumsårets Skid-KM en succé.

Skid-KM kunde genomföras i fina spår på Fiskkrakens is. Under ett lätt snöfall åkte 15 damer, 13 herrar och 5 ungdomar skidor och kämpade om KM titeln. Bengt, Bo, Inger och Inger hade under fredagen spårat ett 2,5 km kanonspår runt sjön och de tävlande åkte ett två eller tre varv. Leif och Bengt tog tid. Totalt var det 40 personer vid Flisenberg denna dag.

Efter dusch och bastu så bjöd Göran, Inger och Inger på kaffe och semla.



Klubbmästare i damklassen blev Eva Kjellman och i herrklassen Per Johansson. KM priset förutom äran är en värmeljusstake från Skultuna.



Ungdomarna som deltog i Skid-KM

Snöfallet med inblandning av regn tilltog under tiden vi avnjöt semlan i storstugan. Temperaturen hade stigit till någon plusgrad. En turdag för både deltagare och arrangörer.

## Utflyktsektionen

*Vakant*

### Långfredagspromenad

Alla är varmt välkomna till långfredagspromenad den 6 april! Vi samlas kl.10:00 strax innan Björnöbron där vandringsleden går till Gäddeholms herrgård.

Hela vandringsleden från Björnöbron fram till Gäddeholm är cirka sex km och den är bra skyltad. Se karta i kalendern på hemsidan. Om vädret är bra och alla är på gott humör så går vi turen fram och tillbaka. Medtag matsäck!

Vi ses!  
Lisbet Gemzell

### Jubileumsvandring längs Åmänningen

Den 26 maj planerar vi att vandra längs med Åmänningen. Vi tar tåget till Fagersta. Vandrar med lokal guide (N.E Hjelmer) ca 2 mil till Ängelsberg. Ev. tar vi ett stopp i Ängelsberg med något läskande eller förfriskande innan vi tar tåget tillbaka till Västerås. Mer information kommer i nästa VR-blad men redan nu kan meddelas att VR-står för tågbiljetten.

Väl mött!  
Per Janze

### Cykelutflykt för daglediga

Viksängskyrkan - kaféet Geddeholm måndag den 28 maj. Om väderutsikterna är dåliga kan tidpunkten bli någon annan dag i veckan, dock ej onsdag.

Vi samlas vid Viksängskyrkan kl. 10.00 och räknar med intag av kaffe/te och smörgås på kaféet.

Utförligare information i nästa VR-blad.

### VR är inbjuden att fira Nationaldagen

Komminister Linda Wagerman-Grönberg och Björksta hembygdsförening inbjuder VR:s medlemmar till nationaldagsfirande i Björksta kyrka med efterföljande kaffe i bygdegården onsdag den 6 juni kl 18:00.



**Torsdag den 7 juni utflykt för daglediga** till Uppsala där vi skall besöka Nymans Vänner & Nymans Verkstäder, (cykel- och motormuseum), se på Uppsala domkyrka, Museum Gustavianum, Gamla Uppsala museum och Sveriges lantbruksuniversitet. Det blir gemensam resa i egna bilar. Utförligare redogörelse i nästa VR-blad.

### KM - Bangolf den 27 juni.

Plats, tidpunkt och tävlingsregler meddelas i nästa VR-blad.

## Vandraringen

Adress: Affärstryckeriet, Slånärgatan 10,  
722 23 Västerås

VR:s Bankgiro: 330-2676

Hemsida: [www.vandraringen.se](http://www.vandraringen.se)

Ordförande: Ulf Back, 021-35 41 19,  
[uback@telia.com](mailto:uback@telia.com)

Sekreterare: Peter Olmars, 021-33 38 55,  
[peter.olmars@vasteras.se](mailto:peter.olmars@vasteras.se)

Kassör: Lars Kjellman, 021-35 96 72,  
[kjellman@bredband.2.com](mailto:kjellman@bredband.2.com)

VR-bladet: Lars Mossling, 021-33 07 80,  
[lars.mossling@tele2.se](mailto:lars.mossling@tele2.se)

Kalendariet

Stående aktiviteter

On	<b>Dans</b> Malmabergs Mötesplats kl.19:00-21:00 Ansvarig Hans Julle
To	<b>Veteran-OL.</b> Start kl. 09:00-10:30 Västmanland-Södermanland, vecka 7-21.

April

1	<b>Söndag</b>	
2	Måndag	
3	Tisdag	
4	Onsdag	
5	Torsdag	
6	<b>Fredag</b>	Långfredagspromenad
7	<b>Lördag</b>	
8	<b>Söndag</b>	
9	<b>Måndag</b>	
10	Tisdag	
11	Onsdag	
12	Torsdag	Veteran OL VR arrangerar OL-träningskväll
13	Fredag	
14	<b>Lördag</b>	
15	<b>Söndag</b>	
16	Måndag	Klubbmöte:VIK-skidors stuga 19:00 Ingemar Erlandsson leder bildgissningsprogram
17	Tisdag	
18	Onsdag	OL-träningskväll
19	Torsdag	
20	Fredag	
21	<b>Lördag</b>	Vårstädning Flisenberg
22	<b>Söndag</b>	
23	Måndag	VR-gympa avslutning vid Flisenberg
24	Tisdag	Styrelsemöte
25	Onsdag	OL-träningskväll
26	Torsdag	
27	Fredag	
28	<b>Lördag</b>	
29	<b>Söndag</b>	
30	Måndag	

Maj

1	Tisdag	
2	Onsdag	OL-träningskväll Arbetskväll Flisenberg
3	Torsdag	
4	Fredag	

5	<b>Lördag</b>	KM-dag orientering Bergslagsträffen
6	<b>Söndag</b>	
7	Måndag	
8	Tisdag	VPT-tävling VR arrangerar
9	Onsdag	OL-träningskväll (Löpskolning)
10	Torsdag	
11	Fredag	
12	<b>Lördag</b>	
13	<b>Söndag</b>	
14	Måndag	Klubbmöte Flisenberg 19:00 Ann-Christine Kihl berättar och visar bilder
15	Tisdag	
16	Onsdag	Arbetskväll Flisenberg
17	Torsdag	VR-klubbläger Dalarna
18	Fredag	VR-klubbläger Dalarna VR bladet i lådorna
19	<b>Lördag</b>	VR-klubbläger Dalarna
20	<b>Söndag</b>	VR-klubbläger Dalarna
21	Måndag	
22	Tisdag	
23	Onsdag	OL-träningskväll Arbetskväll Flisenberg
24	Torsdag	
25	Fredag	
26	<b>Lördag</b>	Jubileumsvandring längs Åmanningen
27	<b>Söndag</b>	
28	Måndag	Cykelutflykt för daglediga till Geddeholm
29	Tisdag	
30	Onsdag	OL-träningskväll Arbetskväll Flisenberg
31	Torsdag	

Juni

1	Fredag	
2	<b>Lördag</b>	
3	<b>Söndag</b>	Sommarlandssprinten Skara
4	Måndag	
5	Tisdag	
6	Onsdag	Nationaldagsfirande Björksta kyrka
7	Torsdag	Utflykt för daglediga till Uppsala
8	Fredag	
9	<b>Lördag</b>	
10	<b>Söndag</b>	
11	Måndag	Klubbmöte med Varpa-KM