



VR-bladet

På gång i Vandraringen under våren!

Västmanland Park Tour - VPT 1

Den 27 april arrangerar vi årets första tävling i ungdomarnas VPT-serie vid Önsta.

Hör av dig till Eva Kjellman om du kan hjälpa till som funktionär. Mer info på OL-sidorna.

TRÄFFEN – 70 ÅR den 30 maj

Kampen mellan Västerås VR och Uppsala VR firar 70 år med sedvanlig tävling, gemensam måltid och ting den 30 maj. Uppsala VR arrangerar och mer information kommer.

För att vinna lagtävlingen och behålla Filkehornet behöver vi vara många, både orienterare och påhejare. Anmäl er före 15 maj till Kjellmans. För att kunna planera måltiden och trycka rätt antal kartor är anmälan ett krav.

Långfredagsvandring 2 april

Samling 10:00

Lögarängens parkering

Besök på Polismuseet på polishuset, Västerås

6 april 13:00 och 14:00

8 april 18:00 och 19:00

Klubbmöte 12 april

Burells i Australien

Plats: VIK-stugan 19:00

Klubbmöte 10 maj

Ramnäs Naturklubbbesöker oss

Plats: Klubbstugan vid Fiskkraken 19:15

Mer info i bladet och kalendariet!

Cykel-Trim 2010

Cykel-Trim skickas ut till alla medlemmar som har deltagit tidigare år. Paketet finns ute under april, kolla hemsidan för datum. **Pris 50:-/paket**

1:a pris, en cykel värd 5 000 kr

4 st priser, cykelutrustning värd 350 kr

Ny karta med Västerås alla cykelvägar (några är ej klara)

Får du inget material och vill hjälpa till med försäljningen kontaktar du:
Hans-Holm Wruck tel 021-35 97 79 eller hans-holm.wruck@tele2.se

Alla medlemmar som köper för egen räkning och säljer paket deltar i en utlottning av 2 st 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



Ordföranden har ordet

Ulf Back, 021-35 41 19
e-post: ulf.back@telia.com

Efter en tuff vinter känns det verkligen bra att våren är på gång och vi kan lägga snö och minus-grader bakom oss. Nu händer det massor av saker i VR framöver. Under april och maj finns det många arrangemang att vara med på. Aktiva medlemmar är vad vi vill ha i VR.

Stort deltagande i Långfredagspromenaden i Dingtuna skapar extra energi i Utflyktskommittén. Klubbmötet den 12 april med programmet "Burells i Australien" lockar säkert många. Att delta i STÄDDAGEN den 24 april förväntas av stugsektionen.

Under maj kommer aktiviteter som Gökotta en tidig söndag morgon, cykelutflykt på Pingstafton och inte minst UVR-Träffen den 30 maj där vi skall fira att UVR-Träffarna har pågått oavbrutet under 70 år.

Stugsektionen inbjuder till arbetskvällar under maj. Orienteringssektionen arbetar med förberedelser inför VPT den 27 april och Västervåla Mötet den 29 augusti. Orienteringskursen startade den 17 mars med stort intresse.

Ungdomarna drar igång sin träning i mitten på april och har träningsläger vid klubbstugan 1-2 maj. Tävlingsverksamheten kommer förhoppningsvis igång och vi kan ha vårt KM enligt plan den 9 maj.

Fler aktiviteter än något år tidigare. Hoppas att våra ledarkrafter räcker till!

Skidsektionen får nu varva ned lite och samla krafter. Tack för skidverksamheten i år!

Väl mött till vårens aktiviteter!
Ulf

Redaktörens ord

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

Efter önskemål har det kommit till en ny rubrik i detta VR-blad. Under rubriken **Insändare** kan du som medlem uttrycka din åsikt.

Manusstopp VR-bladet 12 maj**Vill Du/Ni ha VR-bladet i digital form?**

Meddela Hans Julle på hans@julle.com om du i fortsättningen vill ha VR-bladet i digital form.

Har Du/Ni bytt adress?

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

Klubbmöten**Rapport från Klubbmötet 8 februari**

Klubbmötet arrangerades tillsammans med Team Sportia butiken på Erikslund. Mötets tema var längdskidåkning med demonstration av vallning och möjlighet till inköp av skidutrustning och vallaprylar med 20% rabatt.

Mötet startade kl.18:00 i butikens fikarum med kaffe och ett kort föreningsmöte med bl.a. rapporter om avverkningen av skogen vid Flisenberg.

Butikens vallaexpert visade vallningsteknik vid längdskidåkning. Vi fick lära oss hur man tar bort fästvalla och rengör smutsiga glidytor, hur skidornas glidytor grundprepareras när de är nya, hur glidvallning med sickling och borstning skall utföras, att fästvalla skall läggas på i 5-6 skikt och korkas ut mellan varje skikt och massor med goda råd och tips.

Det var 24 vandraringare som fick denna fina genomgång i valla teknikens ädla konst. En tredjedel av deltagarna var "nya" i klubbmötes sammanhang

Mötesvärd: Karina Liljeroos

Rapport från Klubbmötet 15 mars

Till klubbmötet var Roger Åsberg inbjuden för att berätta om sitt arbete som kartritare. Roger beskrev på ett intressant sätt hur hans arbete förändrats genom åren. Från att ha börjat med enkla redskap är tekniken idag mycket avancerad med bl. a. satellit scanning och GPS.

Ulf beskrev upplägget runt vårens orienteringskurser och Lars K berättade kort om sena styrelsemötet. Det var 19 medlemmar på plats varav 6 ungdomar.

Rapportör: Lars Mossling

Klubbmöte 10 april

Program: Burells i Australien

Plats: VIK-stugan 19:00

Klubbmöte 10 maj

Ramnäs Naturklubb besöker oss igen och rapporterar om läget i våra hemmarker. Våren 2007 hade vi naturklubben som gäst på ett uppskattat månadsmöte i klubbstugan och vi ser fram emot ett nytt. Skogsverkningen har skapat nya villkor i naturen. Vad kommer att hända med djur, fågel och växtlivet?

Mötet startar kl.19:00 med fika som stugsektionen arrangerar. Efter programpunkten blir det en kort rapport från styrelsemötet den 3 maj.

Plats: Klubbstugan vid Fiskkraken

Cykel-Trim 2010

Är du en cykel-trimmare? Med en cykeltur med Cykel-Trim kartan i handen och några utsedda kontroller får du en motionstur och anledning att ta dig till stadsdelar i Västerås som du kanske normalt inte besöker.

Du kommer att ha ett trettiotal kontroller att välj mellan och kan cykla t.o.m. september månad. Priserna som utlottas på inlämnade startkort (20 besökta kontroller) är av högsta klass. Se annonsen på VR-bladets första sida.

Hans-Holm Wruck arrangerar i år sitt 24:e Cykel-Trim. "

Tack Hans-Holm för ditt enorma engagemang för VRs Cykel-Trim! Nu är det upp till oss vandrarrangare att föra stafetten vidare och beställa paket för eget bruk och att sälja så många som möjligt till intresserade.

Vi har 500 st att sälja. Försäljning av Cykel-Trim paket kommer också att ske på Turistbyrå och i Sportsonbutikerna på Hälla och Bäckby. Lyckas vi med att sälja 500 paket så har vi ett överskott på ca 14 000 kr.

Paket skickas ut under april till medlemmar som var med i arrangemanget förra året.

Kontakta Hans-Holm om du vill beställa paket. Medlemmar som säljer paket deltar i en utlottning av två stimulanspriser. Du deltar i utlottningen med en lott per paket du betalar för.

Cykel-Trim beställs från Hans-Holm Wruck, 021- 359779 eller hans-holm.wruck@tele2.se
Betaling 50 kr/paket görs till Bg 330-2676

Bli en Cykel-trimmare 2010 - Hjälp till att förstärka VRs klubbkassa!

Ordförande Ulf Back

Vandraringen

Adress: Affärstryckeriet, Slånärgatan 10,
722 23 Västerås
VR:s Bankgiro: 330-2676

Hemsida: www.vandraringen.se

Ordförande: Ulf Back, 021-35 41 19,
u.back@telia.com

Sekreterare: Peter Olmars, 021-33 38 55,
peter.olmars@vasteras.se

Kassör: Lars Kjellman, 021-35 96 72,
kjellman@bredband.2.com

VR-bladet:: Lars Mossling, 021-33 07 80,
lars.mossling@tele2.se

Orienteringssektionen

Eva Kjellman tfn. 021-35 96 72
e-post: kjellman@bredband.com

OL-hemsida Idrott Online Klubben (Från www.vandraringen.se, under Sektioner välj Orientering, klicka sedan på Klubben online, lägg upp som favorit.) Har man inte tillgång till Internet går det alltid bra att ringa Eva för information.

Det bästa av alla vårtecken brukar vara att orienteringssäsongen startar men i år ser det vitt ut. Snön smälter väl så att vi kan komma ut i skog och mark utan skidor och då ska vi anmäla oss i det nya anmälningssystemet **Eventor** som jag skrev om i förra bladet. Alla orienterare ska ha fått e-post med inloggningsuppgifter (användarnamn och lösenord). Den som inte fått detta kan kontakta mig.

Ett tips: för att få med även närtävlingar dit VPT räknas behöver man bocka för närtävling under Ändra sökning i tävlingskalendern.

VR arrangerar en ungdomstävling för Västmanland, VPT 1, tisdagen den 27 april. 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.

Fler funktionärer behövs också vid TC, anmäl er till Eva Kjellman

KM-Dag blir den 9 maj vid Dalaportens nationella tävling, Högsberget. Vi anmäler oss till och springer våra ordinarie klasser och tillämpar VR:s handikappsysteem. Efter tävlingen äter vi en gemensam lunch.

Träffen blir den 30 maj. Se första sidan. Det är 70:års jubileum och vi hoppas på stor uppslutning. Vi vann lagtävlingen förra året för första gången på 20 år och vi vill naturligtvis försvara segern. Boka dagen och anmäl dig!

Klubbkväll vid Fiskkraken blir tisdagen den 15 juni. Vi har en enklare orientering, kanske lådstafett som förra året, grillar och har trevligt tillsammans vid klubbstugan. Ta med egen matsäck så ser vi till att grillarna är tända och bastun varm. Samling omklädda och startklara kl. 18:00. Grillning ca. kl. 19:30

För **Veckans bana**, se OL-hemsidan. Eftersom information om karta, samlingsplats osv. oftast inte finns tillgänglig förrän veckan innan eller t.o.m samma vecka hänvisar vi till OL-hemsidan, som uppdateras löpande.

VR har för närvarande 22 personer anmälda till **O-Ringen** i Örebro.

Veteran-OL torsdagar, se OL-hemsidan. VR:s arrangemang vecka 10 blev inställt p.g.a. snön. Nästa VR-arrangemang är torsdagen i v39.

KM-Dag blir den 9 maj vid Dalaportens nationella tävling Högsberget. Vi anmäler oss till och springer våra ordinarie klasser och tillämpar VR:s handikappsysteem. Efter tävlingen äter vi en gemensam lunch.

Träffen arrangeras i år av Uppsala VR och prel. datum är söndagen den 30 maj.

O-Ringen 2010 i Örebro är inte långt borta. Redan har 22 medlemmar anmält sig. Nästa anmälningssgräns är 1 maj och därefter går avgiften upp lite till. Se OL-hemsidan under Tävlingar för mer information och länk till O-Ringen-sidan.

Klubbkväll vid Fiskkraken blir den 15 juni. Mer om detta längre fram.

Veteran-OL torsdagar med start v6 om vädret tillåter, se OL-hemsidan. VR arrangerar v10 och v39

Eva

Orienteringsungdomar

Orienteringssäsongen är snart här, även om man kan tro att det är långt till våren. Vi tränare hoppas förstås på många träningsugna ungdomar framöver. Som vanligt kommer träningarna att ligga på onsdagar 18:30-19:45.

Träningar

14/4	VIK-stugan
21/4	Plats meddelas senare
28/4	Plats meddelas senare
5/5	Plats meddelas senare
19/5	Plats meddelas senare
26/5	Plats meddelas senare

Ungdomsläger 1-2 maj

Vårt populära läger i klubbstugan vid Fiskkraken vill ju ingen missa. Boka redan nu!



Foto: Lars Mossling

VPT 2010

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.

27/4	VPT 1	Vandraringen
6/5	VPT 2	Köping-Kolsva OK
11/5	VPT 3	Västerås SOK
18/5	VPT 4	Sala OK
25/5	VPT 5	Surahammars SOK

Gemensamma träffar/träningar för alla ungdomar i länet. Länet har ett antal USM-träningar för ungdomar 13 år och uppåt.

Vi ses snart i skogen!

Petra Helmersson 021-30 97 30
petra.helmersson@globalnet.net

Karin Swärd-Lindberg 021-33 67 60
karin.sward_lindberg@se.abb.com

Skidsektionen

Karina Liljeroos, 021-14 71 85, 070-465 11 56
e-post: 546olsson@telia.com

Resultat Skid-KM den 21 februari

Vinnare:

Damer: Karin Swärd Lindberg

Herrar: Lennart Myrehed

Ungdomar: Jenny Lindberg, Elin Lindberg, Agnes Östman och Johan Östman

Hela resultatlistan hittar du på hemsidan

Vintersportdagen den 14 mars

Årets vintersportdag bjöd på ett underbart väder med skidåkning, promenader och korvgrillning. Totalt deltog 40 vandraringare.

VR i Vasaloppsspåren

Britt och jag hade en vätskekontroll för våra Öppet-spår åkare i Risbergsbacken. Det är 31 km åkning från starten. Anders, Peter och Karina fick vatten och några apelsinklyftor och några minuters återhämtning vid vår station. Alla var pigga där.



Peter Nordström i spåret

Nyfallen snö gjorde att spåren inte var i bästa skick. Spårmaskinerna gjorde nya spår under dagen för att göra åkningen lättare. Vi supportade våra åkare också efter Evertsbergs kontrollen när de passerade under vägen halvvägs till Oxberg. Karina hade där knappt tid att stanna för att hinna upp till Oxberg innan repet drogs.

Karina fixade detta. Hon såg trött ut och vi trodde att hon kanske skulle få ge upp men vi hade fel.



Britt Back, Karina Liljeros och Anders Olsson

Under marschallers sken från Eldriskontrollen kom Karina fram till målet i Mora. Stort Grattis till denna prestation att ha stått på skidor i drygt 11 timmar. Grattis till Anders och Peter och övriga som också genomfört sina lopp.

Rapportör och fotograf: Ulf Back

VR-resultat i Vasaloppet

KortVasan - 30 km

Lena Hedman	3.13.27
Tom Roxbro	3.13.28
Berit Hallonsten	2.57.06
Nils-Erik Hjelmer	3.17.28

TjejVasan - 30 km

Cristina Back	Ej start pga sjukdom
---------------	----------------------

Öppet spår – 90 km

Karina Liljeroos	11.07.38
Anders Olsson	9.34.06
Peter Nordström	8.41.43

Vasaloppet

Åke Bromö	7.04.04
-----------	---------

Stugsektionen

Lennart Sundin, tfn 021-35 27 28
e-post: lennart.o.sundin@telia.com

Värmen i stugan

Det har varit utkyllt i stugan ett antal gånger i vinter. Värmepumpen har havererat. Den är isärmonterad och reservdelar beställda. Den kommer att lagas så snart som möjligt. Visserligen är det mildare nu, men värmepumpen spar energi så länge det är kallare ute än inne.

En tänkbar orsak till haveriet är att snö lagt sig ovanpå värmepumpen, snö som smält och bildat is och vi har diskuterat att bygga ett tak över värmepumpen.

Efterlysning

I lilla rummet rakt fram när man kommer in i stugan finns en elcentral, där det finns ett låsbart skåp. Nyckeln till detta skåp har hängt uppe till vänster innanför dörren. Nyckeln sitter på ett snöre tillsammans med en mutter, modell större.

Ring Bo Hedman om du har något tips om nyckeln.

Spången till stugan är gångbar!

EI- och tempövervakning är installerad

Odd har satt upp en utrustning för att kunna larma om vi får strömavbrott eller om temperaturen blir för låg. Den skickar SMS till vissa personer, som då kan agera snabbare än tidigare.

Stockrace med scooter

Tisdag 16 mars var det ett gäng som med scooters hjälp och egna turbokrafter drog fram 6-7 stockar till vedboden. Sedan smakade det gott med kaffe och smörgås, vare sig man tagit med själv eller ej.

Vårstädning – Kom bara, kom

Lördagen 24 april kl 09:00
Bosse H, Barbro och resten av Stugsektionen välkomnar alla städsugna. Kaffe och smörgås cirka 11:00 och allt brukar vara klart vid 13:30.

BingoLotto.



Gynna föreningen och prenumerera.
Du kan beställa via internet:

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

Ange

**VANDRARRINGEN,
VÄSTERÅS**

som den förening du vill stöda.

Vägbommen på Bockfallsvägen förblir olåst tills vidare.

Då Stora Enso Skog fortfarande har kvar virke som ligger längs med vägen och som ska hämtas med virkesbilar, måste vägbommen vid 66:an tyvärr fortfarande stå olåst tills vidare. Orsaken till detta är att alla de förare av virkesbilar som Stora Enso anlitar inte har tillgång till Stora Ensos nyckel. Kedjan med VRs lås ligger fn i Stugan och skall göra så tills dess att Odd får besked från Stora Enso att de hämtat ut allt virke.

Arbetsfördelningen i stugsektionen

Nya stugsektionen består av Barbro Niska, Carina Lund, Jan Lund, Jan-Olov Bergman, Bo Hedman, Bo Ortman, Odd Werner-Erichsen och Lars Ramqvist samt undertecknad som sammanhållande tills vidare.

Ansvarsområde	Ansvarig
Skötsel inomhus	Barbro 021-41 72 69
Skötsel utomhus	Bo Hedman 0220-13858
Väghållning och stigar	Odd 021-30 99 22
Nycklar och uthyrning	Jan och Carina 021-32 15 38
Information	Lennart 021-35 27 28

Återigen vill vi tacka Leif för att han ställer upp på alla sätt och vis för att underlätta för oss som nu avser förvalta vår anläggning på samma fina sätt som tidigare stugsektioner gjort.

Lennart Sundin för Stugsektionen

Utflyktsektionen

Vakant

Långfredagsvandring den 2 april.

Samling på Lögarängens parkeringsplats kl 10:00. Vandringen blir troligen i Dingtuna-trakten. Medtag matsäck!

Ansvariga:
Håkan Wretljung och Kristina Persson

Besök på Polismuseet

Besök på Polismuseet i polishuset, Västerås den 6 april kl 13:00 och kl 14:00 och den 8 april kl 18:00 och kl 19:00.

Museet kan ta emot högst 12 personer åt gången så därför behövs en anmälan senast den 29 mars. Vid anmälan ange alternativa tider till hans@julle.org eller tel. 021-14 48 95

Samling ingången Västgötegatan 7.
Hans

Insändare

Varmkorv tjuvar i klubbstugan?

För andra året i rad har öppnade korvburkar i kylskåpet i klubbstugan öppnats. Korvar har tagits och burken har sedan lämnats kvar i kylskåpet. Vid båda tillfällen har det varit överbliven varmkorv från Krakendagen i oktober.

Burkarna har fått var i fred till nyåret. I år öppnades burken under februari. Tanken med förvaringen var att använda korven vid Sportsöndagen den 14 mars.

Jag vill inte tro att vi har medlemmar som agerar på detta sätt. OK att öppna burken. Ta i så fall överbliven korv med dig hem och skicka 119 kr till VRs bankgiro och tacka samtidigt för denna service.

Ulf Back/Korvansvarig på Krakendagarna

Bokningar - Flisenberg

Följande bokningar av klubbstugan (utöver de i kalendarier uppgivna) 2010 finns för närvarande:

4/4	Klubbstugan
16-17/4	Klubbstugan + värdrummet
26/4	Klubbstugan
1-2/5	Klubbstugan + värdrummet
17-21/5	Värdrummet
195	Klubbstugan
22-23/5	Klubbstugan + värdrummet
25/5	Klubbstugan

Kalendariet

Stående aktiviteter

Må	VR-Gympa , Hällbyskolan kl. 18:10-19:00 Ansv: Christina och Ulf Back
On	Dans Malmabergs Mötesplats kl.19:00-21:00 Ansvarig Hans Julle Orientering - Ungdomsgruppen Vecka 15-21 kl. 18:30-19:45 Ansvariga: Karin och Petra
To	Veteran-OL . Start kl. 09:00-10:30. Västmanland-Södermanland, vecka 5-22 och 33-50.

April 2010

1	Torsdag	
2	Fredag	Långfredagsvandring Utflyktssektionen
3	Lördag	
4	Söndag	
5	Måndag	
6	Tisdag	
7	Onsdag	
8	Torsdag	
9	Fredag	
10	Lördag	
11	Söndag	
12	Måndag	Månadsmöte VIK-stugan 19:00 Program: Burells i Australien
13	Tisdag	
14	Onsdag	Träningsstart ungdom
15	Torsdag	
16	Fredag	Teaterresa Hjalmar i Örebro Utflyktssektionen
17	Lördag	
18	Söndag	
19	Måndag	
20	Tisdag	
21	Onsdag	
22	Torsdag	
23	Fredag	
24	Lördag	Städdag klubbstugan
25	Söndag	
26	Måndag	VR-Gympa avslutning klubbstugan
27	Tisdag	VPT 1 - OL-sektionen
28	Onsdag	
29	Torsdag	
30	Fredag	

Maj 2010

1	Lördag	OL-ungdomsläger Friskkraken
2	Söndag	OL-ungdomsläger Fiskkraken
3	Måndag	
4	Tisdag	
5	Onsdag	Arbetskväll Flisenberg
6	Torsdag	
7	Fredag	
8	Lördag	
9	Söndag	KM-dag Dalaporten Lång
10	Måndag	Klubbmöte, Klubbstugan 19:15 Program: Ramnäs Naturklubb Stugsektionen: Lennart Sundin
11	Tisdag	
12	Onsdag	Manusstopp VR-bladet
13	Torsdag	
14	Fredag	
15	Lördag	
16	Söndag	Gökotta Utflyktssektionen: Håkan W
17	Måndag	
18	Tisdag	
19	Onsdag	Arbetskväll Flisenberg
20	Torsdag	
21	Fredag	VR-bladet i lådorna
22	Lördag	Cykelutflykt Skidsektionen
23	Söndag	
24	Måndag	
25	Tisdag	
26	Onsdag	Arbetskväll Flisenberg
27	Torsdag	
28	Fredag	
29	Lördag	
30	Söndag	Träffen UVR/VVR Plats: Uppsala
31	Måndag	

Juni 2010

1	Tisdag	
2	Onsdag	
3	Torsdag	
4	Fredag	
5	Lördag	
6	Söndag	Nationaldag
7	Måndag	Klubbmöte vid Klubbstugan Program: Varpa-KM
8	Tisdag	
9	Onsdag	
10	Torsdag	