



VR-bladet

På gång i Vandringerringen under hösten!

Krakendagen 3 oktober

Välkommen till årets klubbträff med aktiviteter för alla vid vår fina fritidsanläggning

10:00 Tipspromenad och Gå-bingo
Öfallsmossen runt. Starttid 10:00–11:00.

10:00 Flisenbergsmästerskapet 2010
Annorlunda orientering där alla som startar kan bli Flisenbergsmästare. Medtag SI pinnen

11:30 Krakenmästerskapet
Lag med 2-4 deltagare. 3-kamp.

Information om Flisenbergsanläggningen
Information och instruktion om användning av anläggningen för nya medlemmar och andra intresserade.

13:00 Prisutdelningar och OL-sektionens säsong avslutning
Prisutdelning på Tipspromenaden, Krakenmästerskapet, Flisenbergsmästerskapet och Trim 2010. **VR bjuder på fika.**

Marka
Varm korv, hamburgare och dryck finns att köpa i markatältet. Självkostnadspriser gäller.

Dusch och bastu
Bastun är varm från kl. 10:30

VR/Styrelse och sektionsledare
Priser utlottas bland deltagarna!

OL-tävling Västervåla Möte
29 augusti

Surströmmingsträff 11 september
Vid klubbstugan, samling 15:00

Höstutflykt 12 september
Plats och tid meddelas senare

Klubbmöte 13 september 19:00
VIK-skidors klubbstuga
Bertil Ramnerö berättar om Jordanien

Svamputflykt 25 september 14:00
Plats meddelas senare

Utflykt till Dragon Gate 26 september

Krakendagen 3 oktober 10:00

Klubbmöte 11 oktober 19:15
Troligtvis VIK-skidors klubbstuga

Vandring utefter Badelundaåsen
24 oktober 10:00

VR säljer **Restaurangchansen Västerås**

Häftet kostar 200 kr. VR tjänar 100 kr per häfte. Utnyttjar man alla möjligheter är förmånsvärdet 23 600 kr! Leverans av häftena sker från och med tisdagen den 31 augusti.

Restaurangchansen innebär att man kan fika och äta för 2 och betala för 1 på ett stort urval av matställen i Västerås. Det att tjäna in kostnaden för häftet!

Välkommen med din beställning!
Britt Back, 021-35 41 19 eller
britt.back@telia.com



Kassören har ordet

Vad talar en kassör om? Gissa tre gånger: Vår tjusiga stuga. Våra orienteringsframgångar. Våra trevliga ungdomar. Varför inte ta dem alla tre.

Vår tjusiga stuga.

Stugan är vår värdefullaste tillgång. Den ligger där mitt i orienteringsskogen med utsikt över sjön stilla och rofylld ofta alltför rofylld. Är det inte så att vi utnyttjar den för lite. Skulle vi inte kunna hitta fler gemensamma aktiviteter däruppe. Det är fritt fram för alla medlemmar att ställa sig i spetsen för "projekt" som med stugan som bas samlar ett antal medlemmar kring någon aktivitet.

Våra orienteringsframgångar.

En stor utgiftspost men också en stor inkomstkälla är vår orienteringsverksamhet. Resultaten på vuxensidan har väl inte alltid motsvarat förväntningarna. De har inskränkt sig till ett och annat DM tecken framför allt för våra Damer. Glädjande har varit framgångarna i budkavleorientering.

När så Sivert Ström överlägset kniper totalsegern i H85 klassen vid årets O-Ringen tävling i Närke är det stort. Det är faktiskt den största orienteringsframgång som Vandraringen haft. Prestationen blir inte mindre av att det vid O-Ringen inte bara gäller att genomföra själva tävlingen. Dessutom skall man gå två km fram och tillbaka till parkeringen, två km till start och en km fram och tillbaka till duschen. Sivert hjälper ändå till med att bära och sätta upp tälten. Allt detta i fem dagar. Fantastiskt!

Om det har varit trögt på vuxensidan har det gått desto bättre för våra ungdomar. Under 2009 plockade ungdomarna hem 5 guld, 6 silver och 5 brons under de olika DM-tävlingarna samt att Maja Mossling vann den sammanlagda DM Grand Slam titeln.

Våra trevliga ungdomar.

Våra ungdomar är föreningens framtidskapital. Utan unga familjer med ungdomar kommer föreningen att självdö. Inte på grund av konkurs som vissa elitserieföreningar men på grund av att verksamheten tynar bort.

Det är vår viktigaste fråga. Hur får vi fler unga familjer att bli medlemmar i Vandraringen? Alla medlemmar måste inventera sin omgivning och se om det inte finns några lämpliga medlemskandidater.

För övrigt är ekonomin god hälsar Er kassör Lars Kjellman.



Några av VR-ungdomarna med föräldrar vid Sommarlandssprinten i Skara

Redaktören har ordet

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

Manusstopp VR-bladet 6 oktober

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

Klubbmöte 13 september

VIK-skidors klubbstuga kl 19.00
Bertil Ramnerö kåserar lite och visar ett bildspel från Jordanien. Resan börjar i Amman, vidare till bland annat Jerash, Betania, Döda havet och Petra med dess fantastiska tempel uthuggna ur sandstensbergen. Vi börjar med fika.

Klubbmöte 11 oktober

Program ej klart
Plats: troligtvis VIK-skidors klubbstuga.
Tid 19:00

Rapport från O-Ringen i Örebro 2010

Så har ännu ett O-Ringen genomförts och vilken tävlingsvecka för VRs del. VR har fått en klasser i O-Ringen! Sivert Ström vann klassen H85 med 41:21 minuters marginal till tvåan i klassen. Jättekul för Sivert och för vår lilla klubb. 5 klasser gick till Västmanland men bara en till Västerås och den knep Sivert. Vår egen interna tävling Knallevandringen vanns också av Sivert. En övertygande majoritet av rösterna gick till honom. Hans klasser talar liksom för sig själv.

När Sivert stod som segrare i andra etappen, var vi alla med och hyllade segraren under prisutdelningen. Gissa om vi var stolta och glada på Siverts och VRs vägnar. Tyvärr kunde vi inte fira Sivert under fredagskvällen men söndagen efter O-Ringen besökte vi honom och uppvaktade med en orkidé i stället för lagerkrans samt delade ut vandringspriset Knallen till honom. Stort grattis till Sivert för en utomordentlig prestation.



Sivert uppvaktas av Ulf Back

2010 års O-Ringen kommer att gå till historien som en blöt och lerig tävlingsvecka om än inte lika lerig som i Hallsberg 2000. Det regnade alla dagar utom tisdag och onsdag. Vår lediga dag var på onsdagen och vi var mycket glada att det var soligt och varmt då.

Ladugårdsängen, där vi bodde, hade varit en idealisk campingplats om vi bara hade fått sol och vackert väder hela veckan. Nu blev det inte så utan fältet förvandlades fläckvis till en leråker. Vi som var med i Hallsberg tyckte inte att det var så farligt. Det luktade ju i alla fall inte surt. De

som campade för första gången tyckte nog att det var litet besvärligt.

Tävlingsveckan kommer också att bli hågkommen för svåra och konditionskrävande banor i fantastiskt dramatisk och vacker natur. Under de tre första etapperna var i alla fall jag säker på att trollen och tomtarna satt under någon sten och tittade på oss orienterare, när vi ömsom kröp ömsom klättrade fram i trollslogen.

I år var bussningen till etapperna tillbaka. Bussningen fungerade bra utom under torsdagen då allt blev kaos. Timslång väntan på buss i hållande regn var inget man önskade sig efter en krävande dag i skogen. Arrangemangen för övrigt var bra om än inte helt perfekta med en liten lågbudgetkänsla över sig.

Det är så roligt att VR nu har så många ungdomar som med liv och lust går in för orienteringen. Dessutom sprider de glädje omkring sig var de går. De har också infört ett nytt kampord, som vi måste säga när vi går till start: toy toy. Jag vet egentligen inte hur det skall stavas men eftersom jag är så gammal att jag tänker på tuggummit toy, så stavar jag det så.



Sivert omgiven av glada orienteringsvänner

I år deltog 29 VR-medlemmar (varav 10 ungdomar) i 5-dagarstävlingen och 2 i årets nyhet 2-dagarstävling. Dessutom deltog 11 personer i öppna klasser en eller flera dagar. Totalt sprang alltså 42 personer för VR i 2010 års O-Ringen. Helt fantastiskt. Vi vill också uppmärksamma vår nye medlem Anders Brinkman, som kom på 10e plats i H45K. En mycket bra prestation!

Övrigas resultat var av varierande grad men jag tror att samtliga var glada över att ha kunnat genomföra ännu en tävling i vår härliga sport orientering. Nu får vi vässa formen till 2011 års tävling i Hälsingland och hoppas på att solen kommer tillbaka till dess.

Slutligen måste jag få säga att för egen del blev slutresultat det bästa någonsin. I föregående års O-Ringen rapport skrev att jag skulle börja tänka på vinterträningen. Det löftet sprack förstas den här gången också.

Eftersom resultatet nu blev så förvånansvärt bra, så kan man ju förstås fundera över nödvändigheten av vinterträning. Men när jag har tänkt en stund så kommer jag fram till att årlig träning kanske inte är så dumt i alla fall. Bättre än att skylla på fukt i garderoben när kläderna inte riktigt räcker till längre.

Britt Back

Vill du se alla VR-resultat från O-Ringen? Du hittar dem på orienteringshemsidan!

Surströmmingsträff

Lördagen den 11 september träffas alla VR:s surströmmingsälskare i Flisenberg för årets kulinariska händelse. Vi samlas kl 15:00 för att som vanligt värma upp oss med några lekar. Därefter vankas strömming, potatis m.m. till självkostnadspris. (Priset brukar landa på ca 50:-) De som önskar sill i stället för strömming anger detta vid anmälan.

Anmälan till Boy och Kerstin senast 9:e sept
Tfn 021-80 43 88 eller boy@bredband2.com



VR-Gympan

VR-Gympan startar den 6 september i Hällbyskolan motionshall och varje måndag fram till den 13/12. Omklädningsrummen öppnas 18:00. Gympan pågår 18:10 – 19:00. Hällbyskolan ligger vid Puddelsingsgatans slut i Bäckby. Parkeringsplats finns i anslutning till ingången till hallen vid skolans nordöstra del. Ledare Cristina Back, tel 021-35 60 02. Kostnad 150 kr, ungdomsmedlemmar ingen avgift. Kom gärna och testa VRs gympan under september utan kostnad!

Grattis Lennart Öberg!

VR-medlemmen Lennart Öberg som springer för Västerås SOK blev världsmästare i H80 vid årets veteran-VM i Schweiz.

Hans Julle – 80 år

Vår hedersmedlem och hedersledamot Hans Julle har fyllt 80 år. Hans uppvaktades av föreningen och VR-kamrater en härlig sommarkväll den 11 augusti. Hans fyllde den 29 juli men var på dansvecka vid den tidpunkten så firandet på hemmaplan fick komma senare. Stort grattis till Hans och varmt tack för alla insatser som Du gör i VR-Redaktionen (hemsidan och mailpostmaster), i styrelsearbetet och som utflyktsledare.

Ulf Back



Hans uppvaktades av bl a Bengt Albinsson

Kom ihåg!

Den 31:a augusti tas TRIM kontrollerna in. Den 4:e oktober är sista dagen att lämna in Cykel-TRIM

Orienteringssektionen

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

Många vandraringare har deltagit i sommarens tävlingar med bl.a O-Ringen, Eskilstuna weekend, Idre-veckan, Gotlands 3-dagars, Sommarlandssprinten och WMOC i Schweiz. O-Ringen var höjdpunkten med ett 30-tal deltagare och för första gången en klassegrare i huvudklass. Sivert Ström vann två etapper samt H85 totalt.

Höstsäsongen började på allvar den 13 augusti med OL-Rounden i Riddarhyttan där fredagens nattävling ingår i ungdomarnas höstserie Ung-VM. Se tävlingskalendern för höstens program eller under Tävlingar och Ungdom på OL-hemsidan.

DM-regler och Grand Slam. Liksom förra året lottas penningpriser ut bland alla löpare som fullföljt fyra av de fem individuella distanser sprint, medel, lång, ultralång och natt i valfri klass. En Grand Slam mästare kommer att koras i varje tävlingsklass. GS mästare blir den med sammanlagda lägst platsiffra i de fyra distanserna. På VOFs hemsida kan man läsa mera om detta. GS mästarerna får medaljer och deltar även i utlottningen av penningpriserna.

DM-Stafett arrangeras av Hallstahammars OK den 12 september på karta Acktjärnarna. **Alla som vill vara med ska meddela Eva senast den 27 augusti.** Meddela också önskad sträcka, lagsammansättning etc.. Lagen spikas den 28:e.

KM-Natt springer vi på tävlingen DM-Natt som går fredagen den 17 september i Västerås. TC vid Orientalen, arrangör VSOK. Anmäl i Eventor. KM-reglerna med handikapp gäller som vanligt.

VR arrangerar en Veterantävling den 30 september. Höstens veteranserie började den 12 aug. med OK Tor som arrangör. Se mer under flik Veteraner.

Den traditionella säsong avslutningen **Flisenbergsmästerskapet** kommer att samköras

med Krakendagen den 3 okt. Se separat inbjudan.

VR Ungdom

Hoppas alla haft en skön sommar med mycket bad. Under sommaren har många VR ungdomar deltagit i olika tävlingar med fina resultat. Bl a i Sommarlandssprinten i Skara, Eskilstuna weekend, O-Ringen och Distriktsmatchen.

På distriktsmatchen för 13-16 åringar (som stod mellan Västmanland, Dalarna, Uppland, Gästrikland och Hälsingland) så kom Västmanland trea på långdistans och tvåa i sprint. Kul!

Vi får hoppas att sommaren inte är slut ännu men det är dax att planera in höstens träningar och tävlingar. Träningarna kommer som vanligt att vara på onsdagskvällar men på lite olika platser. Som vanligt kommer vi dela in oss i grupper och träna på olika moment varje vecka. I höst finns det även många tävlingar som vi hoppas att så många som möjligt kommer till.

Ung-VM är ungdomarnas egen serie som är bra tillfällen att träna tävling på. Vi har även listat övriga tävlingar dit vi planerar att åka. DM-tävlingarna ingår i DM Grand Slam som innebär att om man är med på 4 av 5 DM-tävlingar (sprint, lång, medel, natt och ultralång) och fullföljer så deltar man i en utlottning av priser. Nedan kan du se vilka datum som gäller - komihåg att anmäla i tid:

Träningar:

- 18/8 Samling vid parkeringen i Fiskkraken kl 18:30. Medtag årets Trimkarta (om du inte har köpt någon ännu - säg till så tar vi med extra)
- 25/8 Samling vid Tillberga kl 18:30. Vi springer på VSOKs Trimkarta/Naturpass.
- 1/9 Samling vid parkeringen Fiskkraken kl 18:30. Medtag Trimkartan
- 8/9 Samlingsplats meddelas senare. Kl 18:00
- 15/9 Samlingsplats meddelas senare. Kl 18:00

Ung-VM tävlingar:

- 13/8 OL-rounden Natt (sista ordinarie anmälan 4/8). Här finns tävlingar både den 14 och 15 aug som många av oss åker på
- 21/8 Golden Weekend i Köping (sista ordinarie anmälan 12/8). Tävlning även den 22/8
- 11/9 Hallstahammar (sista ordinarie anmälan 29/8). Detta är även DM Medeldistans.
- 19/9 Sala OK/OK Norden (sista ordinarie anmälan 6/9). Detta är även DM Långdistans.
- 26/9 Ung-VM final, Surahammar (sista ordinarie anmälan ej fastställt ännu).

Övriga tävlingar dit många av oss åker:

- 22/8 Golden Weekend dag 2
- 29/8 Västervåla Möte - VR arrangerar!.
- 12/9 DM stafett Hallstahammars OK - anmälan till Eva Kjellman senast den 27/8 så sätter vi ihop lagen
- 17/9 DM Natt i Västerås även VR KM
- 25/9 Österåkerskavlen - anmälan till Karin och Petra senast 5/9
- 16-17/10 Daladubbeln i Falun

Nu laddar vi inför höstsäsongen och hoppas på många härliga och roliga rundor i skogen. Om du har några frågor eller funderingar så hör du bara av dig.

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

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

**BingoLotto.**

Gynna föreningen och prenumerera.
Du kan beställa via internet:
<https://secure.bingolotto.se/pren/>
Ange
**VANDRARRINGEN,
VÄSTERÅS**
som den förening du vill stödja.

Valberedningen

Valberedningen är uppe i nästan full speed för att hitta kandidater till funktionärsposter i styrelse, sektioner och kommittéer. Vandraringen har ca 560 medlemmar, så det borde inte vara svårt att hitta personer till posterna. Många av er vill också gärna bidra mer i föreningsverksamheten. Tyvärr är det trots detta inte alldeles lätt. Det krävs att fler "ställer upp" och tar sin del av ansvaret.

.. och kom ihåg: Här är angiveri helt OK. Känner du till någon som du tycker skulle passa som funktionär, meddela någon av oss.

Kontakta gärna Lennart Sundin med dina tankar, 021-35 27 28 eller lennart.o.sundin@telia.com

I valberedningsarbetet deltar:

Britt Back (adjungerad)
Leif Nilsson, 021-33 28 98
Björn Ulvemark, 021-13 88 75
Lars Helmersson, 021-30 97 30
Magnus Lindberg, 021-33 67 60
Lennart Sundin (sammankallande)

Stugsektionen

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

Arbetskvällar

Arbetshandskar kom till användning under arbetskvällarna i Flisenberg den 5, 19 och 26 maj. Huvudsysselsättningen var att släpa grenar och stammar från angränsande hygge och sedan såga och klyva. Inomhus togs nappatag med torktrasor, dammsugare mm. Stugsektionen bjöd på smörgås – oj vad gott det smakade. Mycket mer åstadkoms förstås av flinka händer på arbetskvällarna. Det finns gott om arbetshandskar för arbetssugna. Väl mött kommande arbetskvällar!

Vattenpumpen utbytt

I veckan före midsommar gjordes en heroisk insats av framför allt Gunnar Nystrand och Bo Hedman. Vattenpumpen slutade plötsligt att fungera. Nyheten nådde oss på lördagen och onsdagen före midsommar fanns det vatten igen, fyra dagar efter att vi fick information om problemet. Vi fick köpa ny pump, lina och kabel. Myggen gjorde sitt bästa för att förhindra nyinstallationen, men hjältarna uthärdade även denna plåga.

Stigen runt sjön växer igen

Någon form av stigröjningsaktivitet kommer högst sannolikt att annonseras inom kort.

Lennart Sundin för Stugsektionen

Uthyrningen i klubbstugan

25/8	Klubbstugan kvällen +övernattning ev. värdrummet Karin S Lindberg
26/8	Klubbstugan, Aktiva seniorer.
31/8	Klubbstugan, Gunilla Forsmark
2-3/9	Klubbstugan + värdrummet Berti Werner Erichsen
5/9	Klubbstugan, Malin Jakobsson
11/9	Klubbstugan Surströmmingsfest
12/9	Klubbstugan Långfärdsskridskoklubben
17/9	Klubbstugan + värdrummet Rosina Andersson

Utflyktsektionen

Vakant

Höstutflykt 12 september

Plats och tid meddelas senare

Svamputflykt 25 september 14:00

Plats meddelas senare när svampexperten vet var det finns svamp att plocka.

Ansvarig: Rosina Andersson

Utflykt till Dragon Gate

Jag planerar en utflykt den 26 september till Dragon Gate, <http://www.dragongate.nu/> Vi åker i fullastade bilar och samlas kl 09.00 på Kraftlinjegatan, andra parkeringsplatsen på vänster sida från Norrleden räknat. (gatan som går mellan Mc Donalds och Coop Forum) Resan dit beräknas till 1tim och 40 minuter och sträckan är ca 15 mil.

Ni som är intresserade anmäl er till hans@julle.org eller tfn 021-14 48 95 senast den 10 september.

Inträde med visning kostar 100kr/person
Ansvarig: Hans Julle

Vandring utefter Badelundaåsen

start vid kaféet vid Anundshög. Vi följer åsen ned till Mälaren ca 5 km. Start klockan 10:00 den 24 oktober. Fikapaus med eget fika under promenaden. Anmälan till per.janze@mdh.se eller 021-13 33 65 senast den 22:a oktober. (Anmälan är för att kunna lösa transporterna vid målgången)

Vandraringen

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

Hemsida: www.vandraringen.se

Ordförande: Ulf Back, 021-35 41 19,
uback@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

Kalendariet

Stående aktiviteter

Må	VR-Gympa , Hällbyskolan kl. 18:10-19:00 Ansv: Cristina Back ledare /Ulf Back Start: 6 september
On	Dans Malmabergs Mötesplats kl.19:00-21:00 Ansvarig Hans Julle Start: 1 september
To	Veteran-OL . Start kl. 09:00-10:30 Västmanland-Södermanland, vecka 33-50.

Augusti 2010

20	Fredag	VR-bladet i lådorna
21	Lördag	
22	Söndag	
23	Måndag	
24	Tisdag	
25	Onsdag	
26	Torsdag	
27	Fredag	
28	Lördag	
29	Söndag	Västervåla Möte 2010 Nationell Orienteringstävling
30	Måndag	
31	Tisdag	TRIM kontrollerna tas in

September 2010

1	Onsdag	Dansen startar
2	Torsdag	
3	Fredag	
4	Lördag	
5	Söndag	
6	Måndag	VR-Gympa startar
7	Tisdag	
8	Onsdag	
9	Torsdag	
10	Fredag	
11	Lördag	Surströmmingsträff 15:00 Klubbstugan
12	Söndag	Höstutflykt
13	Måndag	Klubbmöte 19:00 Bertil Ramnerö berättar om Jordanien VIK-skidors klubbstuga
14	Tisdag	
15	Onsdag	
16	Torsdag	
17	Fredag	KM-Natt

18	Lördag	
19	Söndag	
20	Måndag	
21	Tisdag	
22	Onsdag	
23	Torsdag	
24	Fredag	
25	Lördag	Svamputflykt 14:00 Plats meddelas senare
26	Söndag	Utflykt till Dragon Gate
27	Måndag	
28	Tisdag	
29	Onsdag	
30	Torsdag	

Oktober 2010

1	Fredag	
2	Lördag	
3	Söndag	Krakendagen med Flisenbergsmästerskapet
4	Måndag	Sista dag att lämna in Cykel-TRIM
5	Tisdag	
6	Onsdag	Manusstopp VR-bladet
7	Torsdag	
8	Fredag	
9	Lördag	
10	Söndag	
11	Måndag	Klubbmöte 19:15
12	Tisdag	
13	Onsdag	
14	Torsdag	
15	Fredag	VR-bladet i lådorna
16	Lördag	
17	Söndag	
18	Måndag	
19	Tisdag	
20	Onsdag	
21	Torsdag	
22	Fredag	
23	Lördag	
24	Söndag	Vandring utefter Badelundaåsen 10:00
25	Måndag	
26	Tisdag	
27	Onsdag	
28	Torsdag	
29	Fredag	
30	Lördag	
31	Söndag	