



KLUBBSTÄNK

2019 Årgång 66

Medlemsblad & klubbinformation för Hagaby Golf



*Tove Alexanderson sprang Hagabys fyrklövertävling i augusti
och uppvaktades med blommor av våra ungdomar.*

Innehåll

Ordförande har ordet	4
Om detta Klubbstänk	6
Årets 10-mila	7
Fina insatser i Jukola	7
Framgångar i SM	8
O-ringen 2019, en varm utmaning i Kolmårdsskogarna	9
O-ringen i siffror	12
Rapport från ungdomssektionen	12
Orientering i Brasilien	13
Martins Instagram 2019	16
SM - Hagaby åter stafett-4:a!	19
Terräng-KM	20
60 plus	20
Framgångar på DM	21
25-manna, årets breddtävling	22
Hagabys vintermarknad	22
Rome Orienteering Meeting	23



Ordförande har ordet

Vi närmar oss en lång julledighet (många lediga dagar betyder många möjligheter till motion och träning, förhoppningsvis på snö) och vi kan lägga ett bra 2019 till handlingarna. Om vi jämför 2019 med 2018 så är det mesta sig likt, men med en del förändringar i rätt riktning.

Tävlingsmässigt blev det även i år en hedrande men ändå försmädlig fjärdeplats på herrarnas SM-stafett, men i år var medaljen riktigt nära. Viktor, som sedan många år bor och verkar i Eskilstuna, valde i vintras att byta till lokalklubben Ärla IF, så det blev vår nya klubbmedlem Per Carlborg som med den äran kompletterade våra stjärnor Martin och Filip i stafettlaget. Individuellt har det trillat in fina SM-medaljer i form av Martins första seniorguld som kom på Sprinten, Filips silver på Ultralången och inte minst Tords dubbla guld på veteran-SM. I landslaget, där Martin sedan länge är bofast, skördade han stora framgångar i början och i slutet av Världscupssäsongen, medan VM inte blev vad han hoppats på. Under Hagabydagen i november fick vi lyssna på spännande redovisningar från tävlingsåret som gått, men även en inblick i planeringen för kommande säongs mål och utmaningar. Satsningen är bred och hög, med 10Mila, Jukola/Venla och SM som gemensamma mål. Skall bli mycket intressant att följa.

När det gäller det arbete som krävs för att hålla igång en förening som vår, står vi inför samma utmaningar som alla andra föreningar, men jag tror och hoppas att vi klarar det bättre än de flesta. Jag har sagt det förut och jag säger det igen – Ideellt arbete kul. Det har

aldrig varit någon större svårighet att mobilisera ideella krafter för projektliknande insatser, punktinsatser, men det är det långsiktiga som är svårt. Samtidigt är det vårt långsiktiga arbete som knyter ihop föreningen mellan de olika projekten och över tid. Vi måste alltså hitta ett förhållningssätt som gör att de långsiktiga åtagandena inte känns betungande och så återstår då att göra de långa åtagandena smalare, dvs in med fler personer i verksamheten som kan dela på jobbet. Jag tänker t ex på ungdoms- och elitledare, skötsel av klubbstugan, klubbaftonfika och mycket annat. Styrelsen återkommer!

Arbetet med 10MILA 2022 fortskrider enligt plan tillsammans med Almby och parallellt pågår det mera närstående projektet att i mitten av maj 2020 arrangera halva Närkekvartetten (två dagar) tillsammans med Garphyttans IF. Inte minst i organisationen för Närkekvartetten ser vi en mycket välkommen förnyring på nyckelpositioner.

I pressläggningens elfte timma nås vi så av beskedet att Tove Alexandersson tilldelats Bragdguldet 2019. Det är ett stort erkännande av hennes prestationer samtidigt som det lyfter fram orienteringen som en idrott i finrummet. GRATTIS till henne och orienteringssporten. Detta innebär ökat intresse bland såväl unga som vuxna och kombinerat med den massiva inflyttningen i klubbstugans närområde gäller det för oss att ta hand om nya ansikten i klubbstugan, hålla nybörjar- och fortsättningskurser samt att underlätta för våra nya att ta steget ut till tävlingar.

Ser fram mot ett spännande 2020.

Stefan Blomgren, ordförande

Om detta Klubbstänk

Sedan ett par år tillbaka ger vi bara ut ett nummer av Klubbstänk årligen som summerar några av klubbens händelser under gångna året. Ambitionen är att vi ska hålla igång klubbens tidning även i fortsättningen. De flesta inslagen är hämtade från vår hemsida, Instagram eller Facebooksida. Bilder har också tagits från dessa medier och vi förutsätter att de kan publiceras även i Klubbstänk.

Vill du jobba med klubbtidningen framöver, kontakta styrelsen.

/Red. Hans-Olof Carlsén

Årets 10-mila

Årets 10-mila avgjordes i Östra Göinge. Damerna slutade 79:a och herrarna 73:a. Efter ett visst manfall i herrlaget gjorde Josefine Wallenhammar en hjälteinsats på nionde sträckan och växlade ut Johan Persson på sista med bara tre tappade placeringar.



Fina insatser i Jukola

Herrlaget knep en fin 29:e plats vilket gjorde dem till bästa distriktslag och 10:e svenska lag och damerna tog en fin 105:e plats! Även våra 2:a lag fick fina placeringar, herrar 291 och damer 426, 1723 damlag och 1975 herrlag var anmälda.



Framgångar i SM

Text: Lars-Göran Karlsson

I en tight toppstrid, drog Martin Regborn det längsta strået vid sprint-SM i Hudiksvall. Tre löpare inom fem sekunder! Det är Martins första SM-guld som senior, det är stort, sade han nöjt direkt efter målgången.



Tord Lidström tog två SM-Guld i H 85 vid Veteran-SM, strongly gjort!

Filip tog en fin silvermedalj vid Ultralång-SM! Loppet gick över 23 km i stekande värme, c:a 30 grader vid starten! Ett stort grattis även till Love Sintring som sprang in på en fin 6:e plats!

Värmen var inget som arrangören planerat för så det var lite snålt tilltaget med vätska utefter banan enligt Filip, till skillnad från många andra så klarade han värmen rätt bra.

På drygt en vecka har Martin, Filip och Tord tagit hem fyra SM-medaljer till Hagaby. Stort grattis alla tre!

O-ringen 2019, en varm utmaning i Kolmårdsskogarna

Text: Lovisa Eklöf

Som vanligt var familjen Eklöf anmälda till sommarens orienteringshöjdpunkt O-ringen. Detta år skulle det avgöras i skogarna runt Norrköping och Finspång. Inte helt okänd terräng för oss eftersom vi båda pluggade på universitetet i Linköping och under denna tid då och då (när träningsentusiasmen var hög) tog oss till Norrköping för lite mer utmanande orienteringsterräng. Man kan säga att skillnaden i terräng mellan Linköping och Norrköping är ungefär som hemma i Vena-/Lillånsbogen VS Ånnaboda...

Under tidigare delen av sommaren ägnade jag mig som vanligt åt så kallad "panikträning". Man tränar helt enkelt lite mer intensivt och lätt panikartat för att försöka jaga rätt på en någorlunda god form. Det hela försvårades dock något av att jag på grund av tidig graviditet ofta kräktes så fort jag blev lite mer andfådd... Intervallträning eller löpning i lite mer kuperad terräng var således utmanande på flera sätt.

Hur som helst så var det då äntligen dags för O-ringenveckan. De första två etapperna gick av stapeln i Finspång. Jag sprang som vanligt D21- kort och i år var vi tre Hagabyare i samma klass. Det skulle visa sig bli en riktigt tight fight mellan mig själv, Linn Olsson och Linnéa Holmqvist.

Terrängen i Finspång var relativt flack (förutom precis innan mål) och med ganska mycket stigar. Typisk stadsnära terräng med inte så värst lurig orientering. Några bommar lyckades jag såklart ändå få till, speciellt dag 2. Båda etapperna var långdistans och jag gjorde väl sammanfattningsvis en helt okej början på



veckan. Dottern Alma "sprang" såklart miniknat och var absolut mest nöjd över det faktum att hon fick ha nummerlapp. Här måste jag också passa på att ge lite cred till miniknatsarrangörerna för deras oerhörda idériakedom och engagemang i de små knattarnas banor. Man kunde bland annat träffa på Bamse, gå hinderbana, kasta stövlar, smaka på dunderhonung, blåsa såpbubblor och mycket mer.

Efter 2 dagar var det dags för en vilodag. Eftersom det nu hunnit bli riktigt högsommarväder passade vi på att åka och bada och äta glass. Det finns många fina badplatser runt om Norrköping så det var bara att välja och vraka.

Ettapp 3-5 hölls vid arena Yxbacken. Arenan låg precis i botten på Norrköpings slalombacke Yxbacken. Här är skogen mycket mer kuperad och vildmarkslik. Den liknar till viss del kilsbergsterrängen. Med tanke på kuperingen hade jag innan sett framför mig hur jag i princip skulle tvingas upp och ner för den branta slänten där slalombacken går flera gånger. Men tack och lov var så inte fallet. I alla fall i min klass tog man alla etapper ganska mycket höjd till start och fick istället avsluta med ganska brant nedför. Tur det med tanke på både formen och den nu tryckande julihettan som letat sig in över Norrköping. Ettapp 4 var veckans medeldistans och då bjöds det verkligen på detaljerad och kuperad terräng. Jag gjorde några missar i början av banan men fick snart upp farten. Sen kom mitt före detta träningslok Lovisa Larsson (jämngammal fd Hagabylopäare som numera springer för OK Linné som jag spenderat många träningstimmar tillsammans med och i ryggen på) ikapp mig och jag ljuger väl om jag säger att jag inte drog nytta av hennes jämna höga fart i rätt riktning. Tack Lovisa om du läser detta!

Sista dagen är ju som bekant jaktstart, något som alltid frambringar en skräckblandad förtjusning hos mig. Jag gick ut med en 1-minuterslucka framåt och ca 30 sekunder bakåt. Direkt efter startpunkten väntade en brant uppförsbacke och efter några riktigt flåsiga minuter hade jag tagit mig upp ca 13 höjdkurvor (5m ekvidistans) och kunde stämpla vid ettan, samtidigt som löparen som startade 1 minut före mig! Resten av banan tog vi olika vägval typ hela tiden men av någon anledning stämplade vi alltid samtidigt vid varje kontroll ändå. En jämn kamp helt enkelt! Och längs banan passerade vi fler löpare som startat lite innan oss. Jag läste in slutet på banan och såg att den var väldigt löpbetonad över flera gårdar och



sen in mot slalombacken och målet. Efter sista svåra kontrollen i skogen la jag mig i rygg över gårdarna. Det var jobbigt men under kontroll. Hettan var om möjligt ännu mer tryckande idag trots att klockan inte var mer än 10,30. Jag märkte hur hon försökte öka farten mot sista kontrollen men jag bet mig fast i ryggen och vi stämplade samtidigt vid sista kontrollen. Efter kurvan på upploppet la jag in stöten och lyckades spurta hem en 28e plats. Inget personligt rekord, absolut inget klubbrekord, inte bäst i familjen men tillräckligt bra för mig och en fin avslutning på en kul vecka.

O-ringen i siffror

En riktigt varm vecka satte krafterna på prov. Tord Lidström ledde stort efter tre etapper men han och Arne Yngström beslöt sig för att avstå de två sista dagarna. Anders och Lina Jans 3:a respektive 13 i HD35 motion. Martin och Filip slutade 4:a och 13:e i H21 elit och Oskar Eklöf 11 i H21-1. Ett 50-tal Hagabyare deltog.



Rapport från ungdomssektionen

Under 2019 har det stadigt varit en trupp om 12-14 ungdomar som tränat och tävlat tillsammans.

Vårsäsongens final med Götenes- och Skaras sprintar samlade hela 14 Hagaby-ungdomar. Lukas Vogel tog där en finfin 4:e plats i H14 på Skara Sommarland.

Sommaren fortsatte sedan med 9 heta ungdomar på det varma O-ringen.

Höstens träningar har delvis genomförts tillsammans och

framgångsrikt med Marits och Lovisas nybörjargrupp, som haft många nya och "unga" ungdomar igång, det bådär gott för framtiden! I 25-manna bidrog Emil, Fia, Edwin och Julia med starka lopp i de båda lagen.

Till säsongens avslutning, och kanske allra största höjdpunkt, Daladubbeln reste 9 st tappra killar och tjejer som kämpade fantastiskt i kylslagna Falu-skogar. I H12 lyckades Edwin Säker tillsammans med Lindebygdens Oliver Arnesson med bästa placeringen, en fin 27 plats i ett som vanligt stort startfält.



Punkt på säsongen sattes med den årliga Fia-med-knuff turneringen. Emil Ekdahl vann det åtråvärda vandringspriset och bröt därmed Ellen Anderssons segersvit.

Text: Örjan Säker

Orientering i Brasilien

Text: Karin Gustafsson

I mars förra året åkte jag till Brasilien/Argentina/Paraguay i examenspresent till mig själv. Jag var först ute på lite äventyr som inte var så orienteringsinriktade, men sedan blev det orientering.

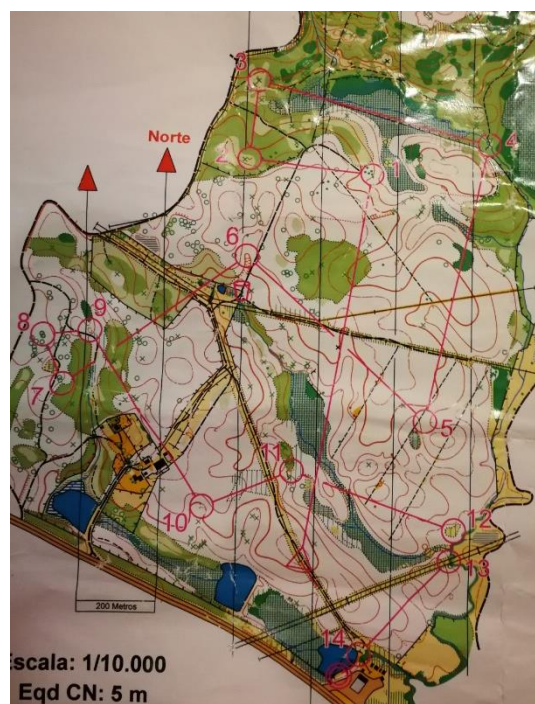
När orienteringsäventyret skulle börja så utgick jag från Florianopolis, en kuststad i södra delen av Brasilien med ca 250 000 invånare. Jag och min kompis, Robert Pettersson från IF Thor, åkte buss med den lokala orienteringsklubben, Barriga Verde Clube de Orientação, till tävlingen. En av de lokala orienterarna kunde engelska, men annars var det portugisiska som gällde. Bussresan tog totalt ca 6 timmar inåt landet i ihållande ösregn till en liten stad som heter Ponte Serrada. Väl där så checkade vi in på ett litet hotell och tog oss sedan ut till första tävlingen, microsprint.



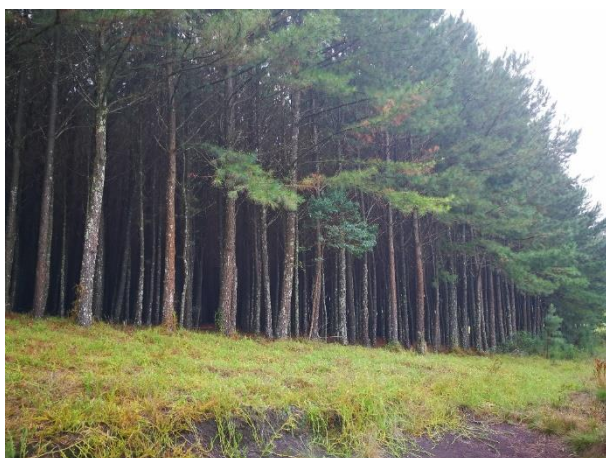
På arenan så slutade äntligen ösregnet och övergick till mer vanligt regn, i mars regnar det mycket i dessa delar av Brasilien. I förväg hade jag lyckats skapa mig en profil på det brasilianska orienteringsförbundets sida, för att få ett "personnummer" för att kunna anmäla mig till en tävling. I Brasilien så springer alla med detta "personnummer" på sin tröja, det är förtryckt. Då det var ca 50

startande på hela tävlingen, och detta ansågs ändå som en ganska stor tillställning, så accepterades det att jag inte hade mitt nummer på tröjan eftersom alla visste vilka alla var. Vi bytte om och då insåg jag att jag glömt låna mig en kompass för södra halvklotet, men det var inte så mycket att göra åt där och då. Vi värmdde upp och jag hade turen att Robert startade en minut efter mig, så han kunde hjälpa mig lite i starten eftersom jag inte riktigt visste hur det gick till, min portugisiska klarar inte så mycket mer än att beställa mat och det hjälper inte i detta sammanhang. Startproceduren var nästan samma men det skulle förklaras lite vad för bana jag skulle ha och lite annat jag inte hängde med på. Själva orienterandet gick rätt bra, kartskala 1:2000 och många kontroller. Jag gjorde en mindre bom till kontroll 11 när det visade sig att det inte gick att komma in till kontrollen från nordöst, det var nämligen en massa staket och annan opasserbar bröte där så fick springa tillbaka och ta kontrollen söderifrån. I D21 var vi 2 personer, vilket var en ganska vanlig storlek på damklass förstod jag. De som orienterar i Brasilien är nästan bara militärer, och andelen kvinnliga militärer verkade inte vara särskilt stor. Jag vann med 9 sekunder och fick en väldigt fin SI-enhet utskuren i plast som medalj.

Efter orienterandet så var det direkt tillbaka till boendet för att duscha och byta om innan vi skulle iväg till den lokala pizzerian och äta. Väl på pizzerian så köptes det in ett antal pizzor som vi delade på, och jag misslyckades grovt med att försöka beställa något drickbart utan alkohol, så de fick sig ett gott skratt innan de förstod vad jag ville ha. Mitt under pizzaätandet så tar regnandet i rejält och det börjar droppa från taket, fast vi sitter inomhus. Droppandet tilltar till ett mer stadigt inomhusregn och sen börjar damerna i sällskapet fälla upp sina paraplyer för att vi inte ska behöva äta pizzasoppa.



Dag två av tävlandet är en långdistans, för mig innebar det 6,2km i mer riktig skog. Det börjar bra med att jag på väg från startpunkten får med mig en vildhund som envisas med att springa efter mig. Den hänger på hela vägen till grönområdet vid 2an, för där tar sig inte hunden fram. Det ljusgröna är ungefär vad vi här hemma skulle kalla rejält slyig lövskog. Mellangrönt är lätt djungel med extremt dålig sikt och vegetation överallt. Det mörkgröna är totalt ogenomtränglig skog med något som ser ut som bambu som växer med ca 1 cm mellanrum, så det ger man sig inte in i överhuvudtaget. Jag hade lite problem med att hitta själva kontrollen för särpräglad träd och grop i denna terräng var inte lätt hittat, särskilt inte utan kompass. 3an gick fint men sen kommer vi till den stora bommen. Jag går ut och springer stigen söder om 3an och sen fortsätter jag stigen söder om ettan till åsen och sen över höjden. Sen blir det dock svårt. Här nedanför är allt precis genomgrönt, det hänger rejäla spindelnät med



stora spindlar överallt och jag hittar inte staketet över huvudtaget. Efter en bra stunds krånglande i detta beger jag mig upp på höjden igen för att få börja om från början. Jag hamnar dock i samma område men efter en stund hittar jag fotspår, jag följer dem en bit västerut och där sitter

kontrollen! Så nöjd att äntligen få lämna spindlarna fortsätter jag med bättre lycka ända till 13e kontrollen, för här var den lilla bäcken helt enorm. Efter lite betänketid så ger jag mig ut i vattnet, det var helt klart och det var omöjligt att veta hur djupt det var, samt att det forsade på snabbt, vilket gjorde mig aningens skeptisk. Men det gick bra och jag kom över utan att behöva simma. Sedan var banan nästan slut och jag kände mig rätt klar med dagens övning. Jag hade på dessa 6,2km 80 minuter, och jag kom 2a hela 9 sekunder efter. Med tanke på min jättebom på 4an, ca 15 minuter, så var det ändå inte så snabbt som man kunde tro när man tittade in i skogen vid starten.

All vit skog på denna karta är planterad i raka rader och består av barrträd, något mellanting mellan tall och lärk. Men det gör att marken är ett decimetertjockt lager med barr, vilket är väldigt tungsprunget. Efter avslutat lopp så fanns det vattenmelon i massor till alla som ville ha. Så medan jag satt där tog igen mig lite hann jag äta en hel del mumsig vattenmelon. Arenan denna dag var på en bensinmack, där det också fanns något som jag skulle kalla den näst snuskigaste duschen jag någonsin sett. Efter att ha gjort mig lite renare(?) så åt vi mat på macken innan vi åkte hemåt igen.

Sammanfattningsvis var detta en mycket spännande upplevelse men jag kommer till nästa gång att ha övat mer på min portugisiska och ta med en kompass för södra halvklotet.

Martins Instagram 2019

Klubbstänk har även i år gjort några nedslag i vår landslagslöpare Martin Regborns Instagramkonto.



Stabil inledning på tävlingssäsongen med en fjärdeplats på medeldistansen och en tredjeplats på långdistansen på Swedish League i Värmland. Riktig drömterräng bjöds det på också!!

Mina insatser på helgens VM-tester var långt ifrån där jag vill och vet att jag ska vara. Tacksam ändå att få förtroendet att ta mig an medeldistansen på VM i Norge i augusti! Är även första reserv på långdistansen. Kommer bli grymt kul!



Stämplar ut som 4:a totalt på O-Ringen i Kolmården. En bra vecka med stabila resultat förutom etapp 4 då jag villade bort 4 min i värmen och sumpade möjligheterna att på allvar vara med och fightas om pallplatserna. Skönt då att få lite revansch på mig själv och leverera en etappseger på den tuffa sista etappen! Sammanfattningsvis en bra genomkörare och ett fint formbesked inför VM i Norge om lite mer än två veckor!



"Toto, I have a feeling we're not in Kilsbergen anymore."

#smmedel2019 #hälsingland
#sten #orientering
#orienteering #sten
#svenskorienteering
#plotterfest #bomfest #sten





Grymt kul på dagens sprintstafett med en andraplats med andralaget! Ett bra lopp av mig och stabila insatser laget igenom. Sverige tar även hem den totala stafettvärldscupen. Så häftigt att få vara en del av detta grymma landslag! 🇸🇪 Mindre roligt är dock resultatkaoset från gårdagens medeldistans där en del löpare sprungit genom förbjudna områden. Juryns beslut

att godkänna alla löpare kan vara det största skämtet inom internationell orientering någonsin och ett hårt slag i ansiktet på oss som gör allt för att följa reglerna. Jag står som 7:a i den officiella resultatlista som nu publicerats men kommer alltid att se mig som moralisk 5:a. I framtiden hoppas jag verkligen att IOF lägger ner större resurser på kart- och bankontroll då dessa var under all kritik på gårdagens tävling.

8:a i den totala världscupen 2019!

🇸🇪 Tyvärr alldeles för dåligt tekniskt genomförande i början av den avslutande sprinten för att kunna knyta ihop årets tävlande med ytterligare en bra prestation. Är annars bortsett från VM väldigt nöjd med årets säsong även fast jag såklart siktar mycket högre! Nu blir det lite vila innan jobbet för 2020 drar igång.



SM - Hagaby åter stafett-4:a!

Text: Martin Regborn



Hagaby gjorde även i år en kanoninsats när SM-tävlingarna avslutades i Hälsingland. Damerna slutade som 31:a och herrarna 4:a och 56:a. Citat från Martins Regborns inlägg på Instagram:

”4:a på stafett-SM!👏

Per Carlborg gjorde slitgörat och tog de långa gafflingarna på förstasträckan. Filip Dahlgren plockade fram kilsbergspowern och fullkomligt plöjde genom fältet på andrasträckan och skickade ut mig som 7:a på sistasträckan. Kände mig pigg och inspirerad, tog några ryggar och blev slutligen en duell mot Max Peter Bejmer i IFK Göteborg om bronset. Laddade för en långspurt men fastnade i ett lerdike på väg till sista kontrollen och han fick några meter. Surt! Men vi är grymt nöjda med fjärdeplatsen också. Ännu lite närmare medaljerna!”

Terräng-KM

Terräng-KM arrangerades i Karlslundsspåret 15/8. Hela 6 startande i damseniorklassen, 3 i herrseniorklassen, 2 i D60, en i H13, en i D11 och ett par i patrullklassen. Till nästa år ska arrangören lära sig snitsla bättre och löparna ska lära sig se snitslarna, då kommer det bli ännu bättre!



Men redan nu gör vi reklam för nästa års Terräng-KM, det kommer att hållas på samma plats, med samma banor och med största sannolikhet i mitten av Augusti. Så då hoppas vi på ett ännu större deltagarantal.

60 plus

Text: Arne Nordström

60+ gruppen består av drygt 40 Hagabyare. Vi har träffar på onsdag förmiddagar med olika program såsom promenader vid klubbstugan med bastu och fika. Under april-maj och augusti-september har vi haft orienteringsbanor på olika platser, där vi turats om att vara banläggare. Och så har vi haft skogsvandringar under ledning av Björn Pettersson på många olika ställen. Vi har arrangerat 2 orienteringstävlingar för Närkes veteraner med efterföljande fika för alla deltagare, det var totalt c:a 160 startande på de båda tävlingarna. Vi har också arrangerat garnisonsmästerskap i november för militären, både dag och nattmästerskap.



10-årsföreningen har arrangerat 2 fester i klubbstugan, en räkfrossa i april och en höstfest i november med c:a 35 deltagare varje gång.

Framgångar på DM

DM-helgerna Hagaby presterade som vanligt fina resultat under DM-helgerna. Första placeringar i H21 natt och H17 och D55 stafett, H50 och D70 medel samt H40, D55 och D60 lång. Grattis alla vinnare!



25-manna, årets breddtävling

25-mannastafetten Höstens höjdpunkt för bredden, avgjordes i skönt höstväder den 12 oktober utanför Jordbro. Martin Regborn utklassade alla på första sträckan, men till slut landade Hagaby på en hedrande 56:e plats.



Hagabys vintermarknad

Hagabys traditionella vintermarknad hölls i slutet av november och var som vanligt välbesökt. Många tog chansen att köpa fika och hantverk. Många gjorde också spännande loppisfynd och skidor fick nya ägare.



Rome Orienteering Meeting



Text: Eva Oskarsson

En tre-dagars orienteringstävling i Rom är ett årligen återkommande evenemang. Inspirationskällan till årets deltagande var Helena Pepa och Pär Lundqvist som varit med tidigare år. Tävlingarna, med ca 500 deltagare från ett flertal länder, inleds fredag kväll. I år med arena vid en idrottsplats i en av Roms förorter. Intill idrottsplatsen finns en stor grönyta, ett parkområde med inslag av träddungar där banorna är finurligt strängade. Sent startande löpare behöver pannlampa. Dag två, lördag tar vi oss ca 4 mil NV om Rom, med tåg och sedan buss för att springa bland etruskernas gamla gravfält, med utsikt över Medelhavet. Här löper vi bland arkeologiska utgrävningar och tar kontroller som sitter i entréer till gravkammare eller ovanpå alternativt vid sidan av kamrar. På några ställen är det som labrynter. Knepigt, spännande, jättekul och väldigt annorlunda.

Den tredje etappen avgörs sedan i centrala Rom. Det är söndag och etappen är förlagd till den södra kanten av Villa Borghese. Här har vi en fantastisk utsikt över det gamla Rom, i väster syns Vatikanen med Peterskyrkans stora kupol, söderut Colosseum och visst kan vi identifiera sex av de sju kullarna som



Rom byggts på. Den sjunde har vi under fötterna. Starten är förlagd några hundra meter nedanför arenan, på självaste Piazza del Popolo, med stadens största obelisk (det vill säga gigantisk, för allt är stort och svulstigt i den här stan) tronande i mitten av torget. Den fick sin plats här redan 1589. När jag startar rör sig vid den här tiden på för middagen löpare, turister och inhemska i en strid ström runt torget. Löpningen går bra inledningsvis. Till andra kontrollen skymtar Tigerns bruna vatten framför mig. Kontrollerna sitter där de ska. Lite längre fram efter banan har jag Colosseum i blickfånget, innan jag vinklar in i de gamla judekvarteren. Gatorna är trånga. Ordförande Stefan Blomgren skymtar till vänster om mig, han springer med raska steg och hinner inte se mig. Det kan bero på att jag hänger efter en pytteliten svart Fiat. Den håller samma fart som jag genom de smala gränderna och vi har tydligen tagit samma vägval. Avgasrenare verkar saknas. Skönt att den svänger av till höger, när jag ska till vänster i en korsning lite längre fram. Så kommer misstaget. Mitt på banan. Kontrakurs! Det har jag inte varit utsatt för sedan juniortiden, då jag lyckas springa kontrakurs på ett skol-SM i Örnsköldsvik. Att man inte lärt sig att ha koll på riktningarna, trots närmare 50 års orienteringsträning oh stundtals ganska intensiv sådan. Nåja, det blir "bara" en tvåminutersbom, jag upptäcker misstaget efter ett par gatukorsningar. Å andra sidan fick jag nu passera en Lady-och-Lufsen-restaurang med blårutiga dukar på borden som stod på ett litet torg. I gränden ut från torget sträckte sig klädstrecken mellan husfasaderna. Så rart! Den sista tredjedelen av banan går bra, även om benen har tappat lite av sin spänst.

I slutet av banan väntar en vägvalsträcka. Jag passerar några av de stora modehusen på väg mot Spanska trappan. Självklart måste man söka av terrängen efter banan, det har jag lärt mig av mina mentorer genom åren, Arne



Yngström och sedan Karin Rabe. Det förklarar varför jag hinner se att i Pradas skyltfönster hänger en förtjusande röd klänning. Mitt vägval verkar jag vara rätt ensam om, Spanska trappan är full av vanligt folk, inga orienterare. Jag klipper dock stegen, i för mig rask takt och armbågar mig fram. Häftig upplevelse, Spanska trappan i en orienteringstävling och inget dåligt vägval, visar det sig sedan i Winsplit. På trötta ben passeras mållinjen. Ombyte till en torr tröja och ett par fräschare tajts sker i ett lite tält uppsatt för ändamålet. Nu är man beredd för ett besök på de stora modehusen, men först en pizza i pizzans förlovade land. Efter maten har shoppinglusten lagt sig. Jättekonstigt! Istället strövar vi sakta hem till hotellet genom Roms fantastiska gator och gränder.

Nu vet jag varför Rom inte byggdes på en dag. Att alla vägar bär till Rom är känt, men nu känner jag också till att det finns vägar bort från Rom.

Tack Erik, Eva, Stefan, Christina, Mats, Helena och Pär för en toppen-helg. Tack också till KFUM:arna Gunilla och Bosse Pettersson. Ni andra, åk till Rom och spring orientering när tillfälle ges.

Häng med - beställ Hagabys nyhetsbrev!

De skickas till medlemmar som har en e-postadress. Får du dem inte – kontakta Arne Nordström (arno44@telia.com) som har hand om medlemsregistret. Din e-post är kanske inte registrerad eller så har du inte anmält din nya. Nyhetsbreven summerar kortfattat vad som händer i föreningen.

REDAKTIONEN

ANSVARIG UTGIVARE

Stefan Blomgren, ordförande
Hagaby GoIF

REDAKTÖR/LAYOUT

Hans-Olof Carlsén
hans.olof.carlsen@gmail.com

Tryckeriet, Region Örebro län

UPPLAGA 250 ex totalt

UTGES 1 nr i år

INNEHÅLL Klubbstänk
innehåller medlemsinformation
och reportage för Hagabys
medlemmar och sponsorer. För
mer information se Hagabys
hemsida, Facebookgrupp,
Instagram samt nyhetsbrev.

NR 1-2, 2019, ÅRGÅNG 66

KLUBBSTÄNK GES UT
AV Hagaby GoIF,
Ringstorpsvägen 20, 703
69 Örebro Klubbstuga vid
Pettersbergs idrottsplats
(IP), Örebro.
Telefon: 019-31 20 16.
Bli medlem/sponsor –
kontakta oss här eller via
webben!

HEMSIDA

www.hagaby.se

PLUSGIRO 11 51 63-8

MATERIAL I huvudsak
bidrag från medlemmar.
Klubbstänk publiceras
även digitalt.

