

NOK- NYTT

GOD JUL



3-4

DECEMBER 1972



Janne Ordar

Vi skriver nu december och året har ylat iväg, fyllt av händelser. Som ordförande för en förening med många aktiviteter och stor tillslutning har året varit fyllt av arbetsuppgifter. För vissa uppgifter önskar man att man haft mer tid. Vissa felbedömningar har gjorts och erfarenheter har vunnits för kommande år.

Årets mest positiva händelse får anses vara "Camilla-pengarna" till idrottsskolan. Bidraget gör att vi inför -73 kan intensifiera ungdomsarbetet. Idrottsskolan startade under september och man har idag full fart på verksamheten. Ca 175 stycken har hittills deltagit.

Den negativa sidan av -72 får anses vara medlemmars inställning till vissa frågor. Om inte allt faller i famnen på var och en så kommer man med åtgärder som klubbyte eller liknande. Jag erkänner villigt att i en organisation där allt sker på frivillig väg och med små ekonomiska resurser kan en del handläggningar bli felaktiga. Jag skulle vilja lämna en uppmaning: Ställ Er frågan om Ni själv varit helt felfri och om Ni i ledarens ställe skulle kunnat lösa frågorna på ett mera rättvist sätt.

Inför -73 kommer en avlastning på våra ledare att ske och därmed en bättre uppföljning om vi får en lämplig sökande till administratörsposten.

Vi skall använda stundande årstid till förberedelser inom alla områden så vi står väl rustade inför säsongen -73. Vissa är i full gång med skido och vi får hoppas att våra löpare kan hävda sig lika väl som under föregående säsong.

Till sist vill jag tacka alla aktiva ledare, övriga medlemmar och utom stående som bidraget och stöder vår verksamhet samt tillönska samtliga en God Jul och Ett Gott Nytt År.

Janne

Tyvärr så glömdes NOK-Nyttets medarbetare Nils Erik Svensson bort i Verksamhetsberättelsen. NOK-Nytt bekräftar dock här att "Nisse" är med i redaktionskommittén för denna tidning.

Red.



Organ för Njurunda Orienteringsklubb
Box: 71, 860 20 Njurunda

Tidningen utkommer med 4 nummer per år

I REDAKTIONEN

Thorbjörn Berlin
Hans Erik Bergman
Christer Bergsten
Nils Erik Svensson

Adress:
NOK-Nytt
Thorbjörn Berlin
Juniskärsvägen 32
862 00 Kvissleby
Telefon: 56 12 57

Insänt material förbehåller sig redaktionen att redigera och förkorta.

ÅRSMÖTET

Njurunda Orienteringsklubb har avverkat sitt sjätte år och hade lördagen den 2/12 årsmöte i kommunalhuset med åtföljnad av supé, dans och underhållning på Kulturhusets restaurang "Gula Oxen". Den gamla styrelsen omvaldes. Ny styrelsesuppleant blev Rolf Andersson. Revisorer för de kommande verksamhetsåret är Bengt Wivegg och Märta Tollet (tidigare revisorssuppleant).

Bland de väsentligaste som klubbades igenom kan nämnas att en tjänst som halvtidsanställd administratör skulle utlysas. Stadgarna antogs liksom en ändring av årsavgiften. Årsmötet avslutades med utdelning av KM tecken samt andra utmärkelser där bl.a. Sven Erik Bergström (skido landslagsman) tilldelades pris för årets bästa prestation.

Linörn

PRENUMERERA

Ni som inte längre får SKOGSSPORT har antagligen glömt att betala in 15 riksdalar på postgiro nr 15 36 20-0, SOFT Fack, 104 60 Stockholm 20. Ange SKOGSSPORT på talongen!

Omslagsbilden:

Göran Smedberg som ju blev Riksmästare i Banläggning sätter här ut en av de kontrollpunkter som användes vid Sommarträffen i år.

Årets upplaga av "sommarträffen" arrangerades den 23.7 i Juniskär. Tävlingen noterade årets största deltagarsiffra i distriktet, 999 st orienterare från när och fjärran hade anmält sig till tävlingen. I samband med "sommarträffen" hade vi även besök av VM-löparen Bernt Frilen, som provsprang banan dagarna före. Nästa stora uppgift var Nivrenanatten den 18.8. 158 ställde upp i skogarna kring Nylands skola. Årets tredje nationella tävling "Midälva-stafetten" med start och mål vid Essviks-ölen var i år uppdelad på två dagar.

Motionsverksamheten har präglats av TRIM arrangemanget där ca 200 Njurundabor deltog. 60 kontroller hade placerats ut på Bergabladet. Många nya medlemmar kom till vår orienteringssport genom detta arrangemang.

Våra medlemmar har under året deltagit i kurser och lägerverksamhet över hela landet. Vi har även haft ett eget träningsläger i Stockholm i månadsskiftet april/maj, där ett 15-tal av våra aktiva deltog.

Skatan-festerna har även i år ordnats med premiär på Midsommarafton. Vi hade i år färre antal kvällar med hänsyn till tidigare utveckling. Konkurrenten har varit hård från andra festarrangörer och resultatet blev relativt blyggsamt.

Våra aktiva har varit i full fart sedan tidigt i våras med flera fina framgångar. Vi har i år haft försök med resebidrag till en elitgrupp. Ca 20-talet löpare har erhållit bidrag till tävlingar utanför distriktet. Vid SM i Dalarna deltog uttagna Eva Englund i D17 och S E Bergström H 17-18 på dagen samt Thorbjörn Berlin H 19-20 och Eva Englund D 19 på natten, dessutom deltog ett damlag i stafetten.

Vid Norrlandsmästerskapen deltog Thorbjörn Berlin, Sven Erik Bergström och Eva Englund från Njurunda.

utord

Året har inneburit ökad aktivitet på alla fronter. Arrangörsmässigt har klubben fått anstränga sig alltför mycket. Framgångarna har i gengäld varit en sporre till fortsatt arbete. Den aktiva sidan genom det myckna arbetet kommit i andra hand liksom framgångarna på denna sida.

För kommande säsong ämnar NOK satsa mer tid på tränings- och tävlingsdeltagande så att vi även resultatmässigt stärker vår position i distriktet.

Vi tackar till sist alla föreningens medlemmar för en god insats under det gångna året.

Njurunda i november 1972

Jan Smedberg, ordf.

Lars Viklund Sven Backlund

Karin Olsson Ove Engberg

Tommy Strömquist Sven-Olov Dahlgren



Ordförande Jan Smedberg.

A R B E T S P L A N för år 1973

1. Tävlingsverksamhet

Följande tävlingar arrangeras av klubben:

- a) Sommarträffen (nytt namn?) 19.5
- b) Nivrenanatten 24.8
- c) DM-stafetten sep.

Dessutom anordnas träningsstävlingar, sommarserien, klubbmästerskap och byakavlen.

2. Träningen fortsätter tisdagar och torsdagar. Se blänkare i dagstidningarna.

3. Skidorientering kommer att bedrivas i stor omfattning. Klubben arrangerar "två-åker", serietävlingar och träningsstävlingar.

4. Ungdomsverksamheten skall aktiveras ytterligare kommande säsong. NOK:s idrottsskola fortsätter under hela året. Dessutom kommer kurser och läger att arrangeras för de något äldre ungdomarna.

5. Kartritarna skall färdigställa två nya kartor under 1973.

6. NOK-Nytt utkommer med nya spännande nummer.

7. Ekonomi skall förbättras genom lottorier och festarrangemang.

8. TRIM 73 startar under våren.

9. Elljusspåret skall underhållas och om möjligt beläggas med sågspån.

10. Ungdoms-RM 1975 Planeringskommittén startar sitt arbete



GÖRAN SMEDBERG RIKSMÄSTARE!

Göran Smedberg har som framgått av Skogs-sport blivit riksmästare i banläggning. En verkligt strong insats att gå den långa vägen från klubbmästare till distriktsmästare till slutligen riksmästare. Göran blev även ifjol distriktsmästare, men slarvigt nog så blev inte banan inskickad från MOF. Med andra ord en värdig riksmästare i år.

IK Hakarpspojarna svarade för kartan som banorna lades på och nämnas kan att huvuddelen av kartan var i banläggnings-synpunkt svår att kunna konstruera en bana på. Göran lyckades dock bra eftersom han drog det längsta strået i den hårda konkurrensen. Göran själv tyckte att det var svårt att lägga på kartan. Först hade han börjat "snickrat" ihop en bana, men han fick inte ihop den riktigt tillslut. När sedan tiden för inlämning började tryta blev det till att placera om tävlingscentrum helt och därmed börja med en ny bana. Den banan gick det bättre med som vi alla kan förstå.

NOK-Nytt ber att få gratulera till den stora framgången!

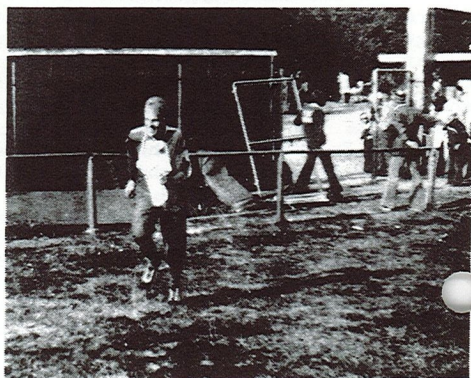
Nellot Jr

MIDÄLVAN

Ja, nu är vintern här och en ny säsong verkar långt borta. I år har säsongen varit fylld av egna arrangemang med "Midälvastafetten" som slutfinal. Denna tävling som gick för den 10:e gången var i år uppdelad på två dagar. Lördagen för Damer och Ungdomar och söndagen för Herrarna. På detta sätt kom inte Damer och Ungdomarna i skymundan för Herrarna som tidigare. Jag själv har inte varit med på alla "Midälvastafetter", men jag undrar dock om inte detta trots allt var den bästa genom tiderna. Nu

Nu när NOK helt riktigt tänker skära ner på egna tävlingar -73 så blir det inte någon 11:e gång för Medelpads Olof "Midälvastafetten". Åtminstone inte nästa år. Ingen annan förening i distriktet vill alltså ta över den kavle som när den startade första gången enligt MOF skulle bli Medelpads motsvarighet-till "Stor-sjökvälen" och "Hälsingekavlen".

"Linörn"



Så här såg det ut i år när "Midälvastafetten" fick ett herrsegrarlag. Viksjöfors slutman Lars Olof Vångborg klart först på upploppet. Men sedan blev det strid om de närmaste placeringarna.

- Vad har du för yrke?
- Jag är gatuförsäljare.
- Jaså du, vad kostar en gata i dagens läge?

F E S T !



Syskonen Strömquist! Agneta och Tommy är de som haft ansvaret för Skatan tillsammans med Ulf Rydberg.

SKATAN -72

Nu skall vi i redaktionen ta i akt att tacka alla som har hjälpt till på Skatan i sommar. Vi har gjort ett mycket gott arbete. Då främst Agneta och Tommy Strömquist samt Ulf Rydberg. Dessa tre har hållit i trådarna, så att säga. Tyvärr blev vinsten inte så stor som motsvarar det arbete som lagts ner. Det var tyvärr mest ungdomar därför att GDV körde på Ovensjöparken. Men ungdomarna trivdes på Skatan och jag har hört från flera håll att de tycker det är synd att Skatan läggs ner av NOK. Men det är inget att göra åt. Vi kanske kan komma tillbaka något annat år. Till sist ett stort tack till Ni som hjälpt till!!!!!!

Red.-Essin



Här några av dem som jobbat på Skatan. Fr.v Erik Bergström, Björn Pettersson, Agneta Strömquist och klubbens kassör Sven Backlund.

I höstas hade klubben en trevlig surströmmingsfest på Skansen-Maj. Ca 80-talet medlemmar hade hörsammat inbjudan. Medan vi åt surströmmingen så ledde Elfon Finnström lite allsång. Vi sjung och skrattade mellan surströmmingsbitarna slank ner. Efter maten så följde prisutdelning för sommarens motionsdrive, "TRIM-72". "TRIM-72" blev lyckat med över 200 lösta kort. Prisutdelningen följdes av en liten debatt om klubbens stadgar m.m. Festen avslutades med dans till bandspelare.

Alla hade här en trevlig kväll som vi hoppas skall återkomma lite oftare. Varför inte en(fest)i kvartalet.

Till sist tackas alla som kom och allra mest de som hjälpte till!

NOK NYTTS UTSÄNDE
Essin



Här tar sig Karin Olsson och Tore Strömquist en "sväng-om" på dansgolvet.

Träningsledaren Anders Magnusson hälsar att efter nyår skall träningsintensiteten ökas. Mer om detta får Du reda på i en liten träff i klubblokalen i början på det nya året. Dit skall Du komma med synpunkter på tävlingssäsongen -73.

profilen

BILLY HÖGLUND

De flesta av oss inom NOK kommer väl mest ihåg Billy som klubbens förste DM-mästare, dag. Året var 1967.

Sina första trevande steg i skogen att söka skärmar gjorde Billy som yngre pojke. Han blev mycket snart hentam med karta och kompass och framgångarna kom efter hand. Uppe i junior åldern gjorde Billy ett uppehåll på ett par år och sprang endast sporadiskt. 1964 gjordes slag i saken för en come back. Han tränade hårt och målmedvetet med sikte på svenska eliten, där han nu hör hemma. -67 var han mycket bra, kanske bäst i Medelpad. Samtliga hade stor respekt för honom. Varför det gått så bra för honom är träning, träning och åter träning. Det och den hårda viljan har gjort honom till elitorienterare.

"DM-kavlen för juniorer uppe i Malungen Hassela -63 visade Billy viljestyrkan. Otränad sprang han sista sträckan. Fick gå ut med en 10 minuters ledning före Ånges Johnny Stolpe. Vid sista kontrollen var försprånget uppått till några fåtal meter. Billy kom ut på snitseln från sista kontrollen med Johnny strax bakom. Han kom närmare och närmare. Vi skrek åt Billy att kriga på, han tog i så att gallan kom. Segermarginalen var futtiga två sekunder. Han ville vinna!"

Efter examen från Ungdomsledarinstitutet i Östersund fick han ej något lämpligt arbete i Sundsvall varför han flyttade söderut på hösten -67 till Örebro. Där han numera tävlar för Hagaby.

I våras blev han landslagsman, det skedde i landskampen mot Norge. Han placerade sig i topp vid VM-testen strax efter. De senaste åren har han placerat sig i toppskiktet på SM tävlingarna. Placeringarna i år kan nämnas: Dag SM: 5, Natt SM: 34, Lång SM: 7. I fjol blev det en "bronspeng" för Billy och Hagabys SM budkavlelag. MYCKET STRONGT GJORT!

Synd bara att vi ej fick behålla honom kvar i distriktet och klubben. Han är inte bara en duktig orienterare, utan även en god kamrat som kan inspirera omgivningen till goda resultat.

Vi inom NOK önskar honom lycka och ytterligare framgång med det fortsatta tävlandet.

"namgreb snah kire"



Fr.v: Gudrun, Carina och Eva.

MIDÄLVA-DAMERNA

NOK:s duktiga juniorflickor satte en avslutning på orienteringsåret -72 genom att vinna Midälvastafetten. Gudrun Björklund, Carina Andersson och Eva Englund är namnen på flickorna som slog till riktigt i Midälvan. Gudrun inledde på första sträckan med att vara med i tåtkänningen. Gudrun som haft säsongen förstörd av skada gjorde där en stark prestation med tanke på att hon inte haft någon möjlighet till träning under den tiden.

Carina Andersson fortsatte sedan bra med bl.a en överlägsen sträckseger och hon kunde därmed skicka ut Eva i ledningen. Eva visade sedan att hon är en duktig kavelöpare. Före sista kontrollen blev hon ikapp kommen av ett par lag, men hon kunde skärpt och lugnt spika kontrollen och därmed komma först i mål. NOK-Nytt gratulerar de duktiga flickorna!

Nilreb

ÅTTA DM-TITLAR I ÅRDag-DM:

D 15-16 Carina Andersson
 D 35 Inga Britt Englund
 H 15-16 Nils Göran Olsson
 H 50 Yngve Björklund

Natt-DM:

H 15-16 Nils Göran Olsson
 H 17-18 Sven Erik Bergström
 H 43 Bertil Olsson

Kavle-DM:

H 17-20 Leif Andersson
 Christer Bergsten
 Sven Erik Bergström

Njurunda OK har alltså fått nio Distrikts-
 mestare i år. Sju stycken individuella med
 Nils Göran Olsson i spetsen med sin "dub-
 bel" samt Juniorernas kavle seger (där fix-
 ade också Sven Erik en dubbel). Med dessa
 åtta titlar är vi klart näst bäst vad det
 gäller DM-titlar, bara Selånger har tagit
 fler (2 st.). Studerar man mästerskapens
 fördelning så ser de ut så här: 1) Selånger
 10 2) Njurunda 8 3) Sundsvall 5 4) Kovland 4
 5) Timrå 3 6) Uvarna 1.

Skall man sedan räkna s.k medalj-poäng,
 klubbpoäng och allt vad det heter så finner
 vi att NOK är klar trea i år efter Selånger
 och Sundsvall. Noterat är att SOK:s DM in-
 satser inte varit lika bra som tidigare
 och att Selånger varit väldigt "framfusiga"
 med sina damer främst i spetsen. Av deras
 tio titlar har damerna tagit sju. Syskonen
 Hannus och -71 tävlade för Kovland har ock-
 så tillbringat Selånger många titlar, näm-
 ligen 1 var, dvs 4 stycken individuella.

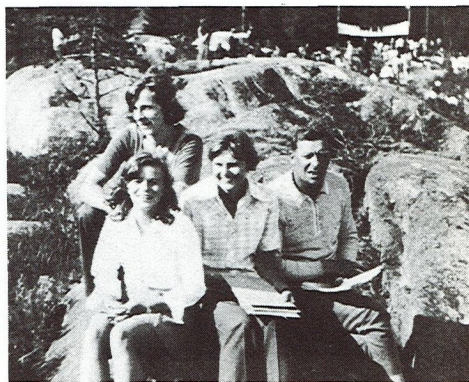
Det började bra för NOK i Dag-DM som
 gick i Härnösands trakterna. Fyra segrar,
 två andra placeringar och två tredje plac-
 eringar blev facit. DM-kavlen som gick
 i Öster om Hudiksvall bjöd dock på magrare
 framgångar. Bara Juniorerna, Pojkarna och
 Oldboys grabbarna höll stilen. Facit: En
 överraskande och fin seger av Juniorerna,
 en tredjeplacering av Pojkarna som dock
 var nära att bli seger och därmed kunnat
 ge NOK en trippel för Nils Göran. Oldboys-
 grabbarna höll också stilen och placerade
 sig som fyra i en verkligt hård klass. En
 liten besvikelse var Seniorerna och damer-
 na.

Natt-DM blev i år först ogiltighets för-
 klarat p.g.a som ni alla minns dåligt lys-
 ande lampor m.m. När sedan tävlingen gick
 om gick det bättre för de få NOKare som
 ställde upp. I Frånsta blev det två "natt-
 svarta titlar", nu blev det tre stycken
 bland de från NOK fåtaligt startande. Frå-
 gan är väl dock hur MOF nu kunde godkänna
 denna karta som man först ej ville ha Natt-

DM på?!

En liten undran så här efteråt är var al-
 la Seniorer håll hus? En (1) NOK-Senior
 ställde upp och det var väl i minsta laget!
 En liten summering av DM-tävlandet ger
 dock en rätt fin bild av säsongen -72.

Nilreb



NOK:s Dag-DM segrare 1972: Överst
 Nils Göran Olsson. Nedan fr.v Car-
 ina Andersson, Inga Britt Englund
 och Yngve Björklund.

KONSTEN ATT DÖDA KLUBBEN

Det finns många sätt att få en idrotts-
 förening att blomstra. Tyvärr finns det
 än fler sätt att kväva verksamheten. Här
 är de tio dödssynderna:

1. Gå aldrig på klubbens möten.
2. Om Du i alla fall går - kom sent.
3. Delta aldrig i besluten - men klandra dem efteråt.
4. Sök finna fel på ledarna och förstora gärna felen.
5. Betala inga avgifter, kräver man det - byt klubb.
6. Åta dig inga uppdrag.
7. När Du ser andra arbeta - betrakta det som äregirighet.
8. Ta emot det Du kan, men ge inget igen.
9. Delta inte i träningen, Du blir säkert uttagen ändå. Om inte - byt klubb.
10. Ta inga initiativ. Tänk istället: Det är bara dumt folk som arbetar.

Vampyrman till sin dotter:
 - Äh, lilla vampyret, kila ner
 och köp Aftonblodet!



Ett kort med lite liv över. Till vänster Anders Magnusson och till höger Billy Höglund "fotad" i "boshen". Kortet troligen tagit -67.



En av NOK:s unga "kometer" i sommar har Johan Noren varit. Här mot växling i årets Bya-Kavle.



Bertil "Berra" Åkerlund i pausen i den första av sommarens fotbollsmatcher.



Två verkliga NOK supportrar. Sven och Marianne Jonsson.



Kavledramatik! Först Bengt Wivegg följt av Sven Backlund. Men sen visade det sig att "Wille" hade stämplat fel.



Sven Svedin stämplar på sista kontrollen i årets Bya-Kavle.



NOK:s Juniorer vid årets "Midälvestafett". Fr.v Jan Erik Englund, Nils Göran Olsson, Christer Bergsten, Thorbjörn Berlin och Sven Erik Bergström.

Varför kan inte fler NOK:are åka skidororientering?! Skidororientering bjuder på nyttig träning (inför sommaren) och är omväxlande mot allt kutande efter vägarna. Titta bara på "Svecka": Han kutar inte så mycket vintertid, men ändå är han i god löpform när snön gått bort. Lika dant är det med "Lefte" som ju åker vanlig längdlöpning. Många kanske tycker att det inte är så roligt, men bara man kommer igång så är det roligare än vad man först tror. Även om man kanske är sämre på att åka skidor så kan man ha en möjlighet att "klå" de andra. Skidororientering (som det hörs på namnet) bjuder också på vägval mellan skärmarna och är man lite finurlig så kan man ta igen det man förlorar på skidåkningen. Alla NOK:are ta därför och åk skidororientering i vinter, det ger bra styrka inför sommaren och är roligare än vad man tror! Ställ också upp upp på T-serien i vinter, kvällstävlingarna kan rekommenderas, där bjuds det på mycket orientering!

Nellot Junior

NOK:s Skidororienteringsprogram 1973

JANUARI

Månd	1	NOK-träning
Lörd	6	A4:IF, Östersund, Nationell
Sönd	7	NOK-Serien
Tisd	9	T-Serien, Sundsvalls OK
Sönd	14	DM-Kavlen, A4:IF-Frösö IF
Tisd	16	T-Serien, VK Uvarna
Sönd	21	NOK-Serien
Tisd	23	T-Serien, Timrå SOK
Sönd	28	Rehns BK, Bollnäs, Nationell

FEBRUARI

Lörd	3	DM-Individuellt
Lörd	10	NM, Ångermanland
Sönd	11	Tunafors SK, Nationell
Fred	16	NOK:s Kommun-Stafett, Elljuss
Lörd	17	SM-Individuellt, Krylbo
Sönd	18	NOK-Serien
Lörd	24	NOK-Serien + KM

MARS

Lörd	3	World-Meeting, Sundsvalls OK
Sönd	4	Sundsvalls OK, Internationell
Lörd 11-12		SM-Budkavle, Östersund
Sönd	18	NOK-Serien, FINAL
Lörd	17	Jubileumstävling, MSF

Med reservation för vissa ändringar.

UTÖVER DETTA

Skidoträning:

Tisdagar: Gumsekullen (ombyte Njurundahallen kl 18.00) + Gymnastik (Njurundahallen kl 19.00)

Torsdagar: Ellusspåret Kyrkmon kl 18.30 + Gymnastik kl 20.00

EJ PRISVÄRT

Av någon outgrundlig anledning är det "inne" att snusa. Snusförsäljningen ökar för varje år hos Tobaksbolaget.

Det är märkligt att snusningen inom idrotten betraktas som en ofarlig last. Det finns toppmän inom skilda idrotter, som lägger in sin "prilla" före en tävling eller match. Vederbörande tror att denna ger extra krafter.

Att så inte är fallet kan idrottsfysiologerna bekräfta. GIH-professorn och Orienteringsförbundsordföranden Beng Saltin fastslår:

- a t t snuset genom att det innehåller nikotin stör blodets fördelning och anstränger hjärtat;
- a t t konditionen därigenom nedsät med 5-7 %;
- a t t allvarlig risk finns för cancer i munnen genom snusandet; och
- a t t magen mycket ofta kommer i olag.

"Skiddoktorn" Karl-Erik Olsson säger att snus med tanke på nikotinverkan är helt jämställt med cigaretter och pipetobak.

Tyvärr har informationen om snusets skadeverkningar varit bristfällig. Då man hör talas om lagledare för pojklag i fotboll som belönar målgörare med en dosa snusa, förstår man att det behövs information på alla nivåer.

ETT GUNNAR

- +Det säjs att Göran Blomqvist har börjat och tränat igen efter ett års uppehåll. Kom igen Göran, Du behövs inför den stundande skido säsongen.
- +En som NOK-Nytt härmed vill tacka är Gunnar Höglund. Under sommarens NOK-arrangemang har han ställt både sig själv och lastbil till förfogande.
- +Träningsledaren Anders Magnusson har flyttat till Döviksjön. Efter samma väg (Juniskärvägen) har också Lloyd Sundqvist flyttat.
- +Camilla-verksamheten är i full gång intresset bland ungdomarna är stort.
- +Det ryktas att Hans Olov Höglund tränar hårt med sikte på comeback. Kom igen "Olen", Du behövs inför säsongen -73.
- +Det finns några ex. kvar av Skärmen. Kontakta Thor Berlin, tel 561257.
- +Om Ni behöver nya ol-prylar (blus, byxor, overall), tag kontakt med Selmer Sjödin.
- +Klubbens kassör, Sven Backlund säljer som vanligt klubbkläder, märken m.m.
- +Hoppas att det inte blir så fattigt på träningarna bara för att Timrå gick till slutspel.

NY KLASSINDELNING?

Vid Medelpads OF:s Motions och Ungdomsledarkurs den 24-25 november framgick av SOFT:s Ungdomskonsulent Magnus Karlsson att det fanns förslag på nya klassindelningar. Först redogjordes för Elof Jägerströms "klassindelning". Den bemöttes av stor kritik från den samlade skaran. Magnus Karlsson visade sedan ett förslag som han själv hade utarbetat. Det förslaget blev det delade meningar om. Några tyckte att det var mycket bra, men många av "de äldre herrarna" ville inte alls godkänna det. Problemet är väl att "de äldre herrarna" inte vill börja springa s.k "Propaganda-Orientering" och därmed tro sig bli mera tillbaka skuffade. Är man en nuvarande H 43-uppåt måste man dock medge att man kan springa en sådan klassindelning. Är man över 43 så har man ju gjort sitt i de större sammanhangen och då lika bra kan springa i "Propaganda-klasserna". Chanserna finns ju också att nuvarande motionärer kan få mäta sitt orienterar-kunskap mot många av de tidigare stor orienterarna. Stämpeln "MOTIONÄR" kom ju också bort på detta sätt.

Skall något ändras vore kanske detta en bra lösning.

Nedan Magnus Karlssons förslag:
NOK-Nytt inbjuder läsarna, gammal som ung, att inkomma med sina synpunkter på förslaget.

Herrar 21 Elit	Damer 21 Elit
Herrar 19-20 Elit	Damer 19-20 Elit
Herrar 17-18 Elit	Damer 17-18 Elit
Herrar 35	Damer 35
Herrar 21	Damer 21
Herrar 19-20	Damer 19-20
Herrar 17-18	Damer 17-18
Herrar 15-16 A	Damer 15-16 A
Herrar 15-16 B	Damer 15-16 B
Herrar 13-14 A	Damer 13-14 A
Herrar 13-14 B	Damer 13-14 B
Herrar 11-12 A	Damer 11-12 A
Herrar 11-12 B	Damer 11-12 B

PROPAGANDA-KLASSER:

<u>Lätt:</u>	<u>Lätt:</u>
Herrar 5	Damer 3
Herrar 7	Damer 5
<u>Svår:</u>	Damer 7
Herrar 3	<u>Svår:</u>
Herrar 5	Damer 3
Herrar 7	Damer 5
Herrar 9	Damer 7

Siffran efter klasserna betyder respektives banlängd.

Mamman i familjen hann inte i väg till BB, utan pappa fick hjälpa till med födseln hemma. Även 5-årige pojken Kalle passade på att vara med, pappan hade inte tid för annat än att klara babyen. Men allt gick perfekt och pappa klappade till babyen i stjärten, så han började skraka.

Kalle följde förloppet och sa kavat till pappa:
- Ge honom en till, pappa, för va fan skulle han därinne å göra!

SEGER IGEN FÖR DE YNGRE

Den ordentliga revanschen som Seniorerna skulle ta i fotboll mot Juniorer/Pojkarna blev inte riktigt vad man hade tänkt sig. Returmötet som ägde rum på Gumsekullen den 14 oktober slutade med ett lika stort nederlag som i det tidigare mötet för Seniorerna. 5-1 (2-0) till Juniorer/Pojkarna fastställdes resultatet till efter en trevlig uppgörelse. Matchen var dock betydligt jämnare än i det förra mötet, men Seniorernas missar framför målet och Jun./Pojk. förmåga att ta vara på sina chanser resulterade i de stora siffrorna. Sammanlagt blev alltså siffrorna 11-3 till Jun./Pojk. i sommarens två uppgörelser.

Det lär väl bli revansch i ishockey i vinter där väl Seniorerna också skall försöka rätta till gamla siffror (6-14). Rösterna från Senior sidan har också höjts om en baketmatch efter nyår i Njurundahallen, där man tror sig ha större chanser.

Vi får väl se!?

I lagen deltog:

Seniorerna: Tommy Strömquist, Jan Smedberg, Göran Smedberg, Ulf Rydberg, Per Strömquist, Lloyd Sundqvist, Bengt Wivegg, Bo Åström, Staffan Åström, Nils Erik Svensson, Lasse Johansson(lånad) och Nils Erik Abrahamsson(lånad).

Juniorer/Pojkarna: Yngve Dahlgren, Bertil Åkerlund, Håkan Söderberg, Leif Andersson, Christer Bergsten, Tommy Sjödin, Jan Erik Englund, Thorbjörn Berlin, Sven Erik Bergström, Nils Göran Olsson och Kenneth Engström.

Linörn

I vinter tänker Seniorerna möta Juniorerna i två matcher i ishockey. Vi hoppas på god anslutning av åskådare så vi får lite stämning i det hela. Förslagsvis kommer en match i Kyrkmon och den andra på "Fallet" Essvik. Matcherna spelas 3x20 min med 10 minuters vila mellan perioderna. Alltså riktiga matcher!

Essin



En ros vill NOK-Nytt härmed ge till klubbens duktiga kartritare. De utför ett "jätte-arbete" när de kan få fram så fina kartor varje år!

Det blev Nordanstig seger i Bya-Kavlen som i år arrangerades på deras nya 20.000 delskarta i terrängen NV om Gnarp. Syskonen Söderström, genom Sverker, Helena och Olof var dryga 10 minuter före första Njurundalag som bestod av Lloyd Sundqvist och syskonen Marie och Carina Andersson. För de fina och utslagsgivande banorna svarade Leif Norell.

I år löptes den långa banan (c:a 7 km) som första sträcka och den bjöd på en fin spridning av de sexton startande lagen.

Mittensträckan (c:a 2,5 km) var som tidigare är den kortaste och sedan blev det tidigare års första sträcka, dvs. den som mäter c:a 4,5 km som fick avgöra. Något åt Söderströarna gick det inte att göra för något NOK-lag, men glädjande var väl att så många trots allt hade mött upp till Bya-lagsbuddkavlen. Bya-kavle blev det väl inte riktigt i år nu när OK Nordanstigs orienterare deltog, men det var utan tvekan en positiv nyhet som gjorde att tävlingen bjöd på fler startande och större spänning. En fin bedrift måste vi också få med och det är Anders Björklund som trots att han är minior gjorde ett fint lopp mot sina betydligt äldre konkurrenter.

Ett förslag till nästa år är att tävlingen borde gå i förslagsvis juli månad som den gjort tidigare år. I år gick kavlen den 3 september och det är utan tvekan för sent, trots att vädret dock var bra. Tävlingsprogrammet är ju hårt spikat, men det vore skoj att åter få Bya-kavlen placerad i juli månad och förslagsvis vid någon badplats. Kommer ni ihåg när den gick i Oxsab, Moningsand, Bäcksand m.m... det var tider det.....

Nilreb

TIDIGARE BYA-KAVLE SEGRARE

1957	KYRKMON(Lindblom,Blomqvist,Sångberg)
1958	LJUSVIK(Claesson,Engberg,Stolt)
1959	KVISSLEBY(Persson,Uppling,Magnusson)
1960	MJÖSUND(Höglund,Södergren,Olsson)
1961	JUNISKÄR(Österberg,Öhrberg,Strömberg)
1962	VAPLENÄS(Fagerström,Svedin,Dahlqvist)
1963	NÄSET(Olsson,Eliasson,Bylander)
1964	MAJ(Nordin,Bylin,Nordin)
1965	BJÖRKÖN(Björklund,Björklund,Björklund)
1966	MAJ(Magnusson,Berlin,Nordin)
1967	BJÖRKÖN(Björklund,Björklund,Björklund)
1968	STOCKVIK(Bergsten,Englund,Englund)
1969	JUNISKÄR(Bergsten,Sjödin,Wivegg)
1970	TINGSTA(Bergsten,Frilen,Nordin)
	FORSA(Sjödin,Sjödin,Åström)
1971	BUNSTA(Olsson,Abrahamsson,Blomqvist)
1972	RÖDE(Söderström,Söderström,Söderström)



Sträcksegrarna: Fr.v Anders Magnusson, Sven Åke Sjödin och Olof Söderström OKN.

STRÄCKTIDER:

Sträcka 1:

1.	Anders Magnusson, Ås	34.25
2.	Sverker Söderström, Röde	54.45
3.	Lloyd Sundqvist, Åmon	1.06.04
4.	Arne Norling, Norrfjärn	1.06.22
5.	Olle Eriksson, Åkersviken	1.06.31
6.	Yngve Dahlgren, Skedlo	1.11.04
7.	Lars Viklund, Solbacken	1.01.04
8.	Sven Backlund, Mjösund	1.01.22
9.	Thorbjörn Berlin, Bommen	1.21.47
10.	Jan Smedberg, Flintåsen	1.21.49
11.	Nisse Broberg, Tingsta	1.21.51
12.	Göran Smedberg, Juniskär	1.22.00
13.	E. Skoglund, Ilsbo	1.27.46
14.	Bengt Wivegg, Forsa	1.28.30
15.	Sten Nordin, Nolby	1.41.53
16.	Jan Erik Englund, Bunsta	1.41.54

Sträcka 2:

1.	Sven Åke Sjödin, Forsa	25.57
2.	Leif Bohlin, Juniskär	32.03
3.	Peter Bydén, Ilsbo	32.42
4.	Tomas Jonsson, Flintåsen	32.47
5.	Ann Tolf, Tingsta	34.57
6.	Annica Engström, Bommen	35.05
7.	Gun Viklund, Solbacken	37.01
8.	Ture Svedin, Åkersviken	40.28
9.	Johan Norén, Bunsta	41.00
10.	Monica Törn-Åhlen, Mjösund	43.44
11.	Marie Andersson, Åmon	44.21
12.	Maja Söderström, Norrfjärn	44.26
13.	Olof Kappinen, Nolby	50.00
14.	Helena Söderström, Röde	51.55
15.	Sixten Berggren, Skedlo	52.20
16.	Jan Åke Norman, Ås	55.48

Sträcka 3:

1.	Olof Söderström, Röde	41.05
2.	Carina Andersson, Åmon	41.18
3.	Kenneth Engström, Tingsta	41.43
4.	Sten Åke Pettersson, Mjösund	52.46
5.	Nils Göran Olsson, Bunsta	53.10
6.	Sven Svedin, Juniskär	55.51
7.	Lars Olsson, Åkersviken	57.49
8.	Anders Björklund, Norrfjärn	59.43
9.	Lars Johansson, Bommen	1.00.06
10.	Olle Norman, Ås	1.00.26
11.	Gunnar Johansson, Solbacken	1.02.12
12.	Tommy Sjödin, Forsa	1.05.47
13.	G. Jonsson, Ilsbo	1.13.38
14.	Olle Sandström, Nolby	1.18.07
15.	Holger Åhlund, Flintåsen	1.30.42



Tre av NOK:s duktiga pojkar som nästa säsong tar steget upp i junior klassen. Fr.v Tommy Sjödin, Nils Göran Olsson och Kenneth Engström.

RESULTAT:

	Växel 1	Växel 2	Sluttid
1. R Ö D E S Söderström, H Söderström, O Söderström	2	1	2.27.40
2. Å M O N L Sundqvist, M Andersson, C Andersson	3	5	2.38.37
3. Å K E R S V I K E N O Eriksson, T Svedin, L Olsson	5	2	2.44.18
4. T I N G S T A N Broberg, A Tolf, K Engström	11	10	2.46.38
5. M J Ö S U N D S Backlund, M Törn-Åhlen, S Å Pettersson	8	11	2.49.54
6. J U N I S K Å R G Smedberg, L Bohlin, S Svedin	12	7	2.50.15
7. S O L B A C K E N L Viklund, G Viklund, G Johansson	7	3	2.50.17
8. Å S A Magnusson, J Å Norman, O Norman	1	4	2.50.39
9. B O M M E N T Berlin, A Engström, L Johansson	9	12	2.58.25
10. N O R R F J Ä R N A Norling, M Söderström, A Björklund	4	6	2.58.31
11. F O R S A B Wivegg, S Å Sjödin, T Sjödin	14	8	3.00.32
12. B U N S T A J E Englund, J Norén, N G Olsson	16	15	3.03.12
13. I L S B O E Skoglund, P Bydén, G Jonsson	13	13	3.13.58
14. F L I N T Å S E N J Smedberg, T Jonsson, H Åhlund	10	9	3.25.07
15. N O L B Y S Nordin, O Kappinen, O Söderström	15	16	3.50.18
S K E D L O Y Dahlgren, S Berggren, A Andersson	6	14	

Tävlingar 1973

Liksom tidigare har NOK Nytt plockat ut de närbelagsta tävlingarna ur tävlingsprogrammet -73.

APRIL

Sönd	29	Gävle OK
Månd	30	Solna OK(Kavle) IF Thor(Kavle)

MAY

Tisd	1	Täby SOK Avesta OK(Elit)
Lörd	5	Valbo AIF(Elit)
Sönd	6	Tierps SOK
Lörd	12-13	Tiomilaklubbarna(Kavle)
Lörd	19	NJURUNDA OK(ELIT)
Sönd	20	Åmot Jädraås OK(Elit)
Sönd	27	IFK Bergvik(Elit) I5:IF
Torsd	31	Söderhamns OK OK Silvanus OK Nipan

JUNI

Lörd	2	Häggglunds IOFK
Sönd	3	OK Nolasogskarna
Lörd	9	Kovlands IF(Elit)
Sönd	10	Timrå SOK(Elit)
Månd	11	Sundsvalls OK(Elit)
Lörd	16-17	OK Vildhussen(Kavle)
Lörd	23	Rödöns SK
Sönd	24	Östersunds OK

JULI

Sönd	1	IFK Bergvik(Kavle) Frösö IF(Längd.)
Lörd	7	IF Castor
Sönd	8	Forsa IF
Månd	9-13	O-Ringens 5-dagars 1.Orsa IF/IFK Våmhus 2.IFK Mockfjärd 3.Leksands IF 4.Kvarnsvedens IF 5.IK Jarl
Onsd	18-20	Jämtl./Härjed. OF(Fjällo.)
Sönd	22-23	Vittjärvs IK(2-dagars)
Lörd	28	Brännans IF(Elit)
Sönd	29	Vibygerå SK(Elit)

AUGUSTI

Lörd	4	Skogslöparna(Elit)
Sönd	5	Sidensjö IK(Elit)
Fred	10	Österfärnebo IF(Natt)
Lörd	11	Årsunda IF(Elit) OK Gjurd(2 manna-kavle)
Sönd	12	Rehns BK(Längd.) Bräcke SK
Fred	17	A4:IF(Natt) OK Nipan(Natt)
Sönd	19	OK Hammaren(Elit)
Onsd	22	Storviks IF(Natt)
Fred	24	NJURUNDA OK(NATT) Alfta Golf/ÖSA IF(Natt)

SEPTEMBER

Sönd	2	Östersunds OK(Längd.)
Lörd	8	Viksjöfors IF
Sönd	9	Husums IF
Lörd	15	Lingbo IF
Sönd	16	OK Nordanstig(Ungd.kavle)

OKTOBER

Sönd	28	Valbo AIF(Länd.)
------	----	------------------

MÄSTERSKAP

AUGUSTI

Sönd	9	DM-tävling
Sönd	26	DM-tävling

SEPTEMBER

Sönd	9-16	SM-VECKAN(Stockholms OF)
Sönd	23	Norrlandsm.(Ångermanlands OF)

OKTOBER

Sönd	21	Lång-SM(Helsingborgs SOK)
------	----	---------------------------

KÖR HÅRT!

Tisdagar: Njurundahallen

Torsdagar: Kyrkmöns skola

Många kanske tycker att vi tränar för lite gemensamt, men det gäller att kunna ta sig i kragen själv också. Det blir inget resultat om man inte kan ta eget initiativ. Många bor ju i närheten av varandra och varför då inte tillsammans sticka ut på träningspass. Det behövs om vi skall kunna ge de andra klubbarna i distriktet en match nästa år. Det gick "hyfsat" säsongen -72, men med lite mer "go" säsongen -73 så skall det kunna gå ännu bättre.

Speciellt seniorerna måste skärpa sig! Tre stycken NOK seniorer bland Medelpads 23 bästa hösten -72. Med hård träning borde och skulle det kunna vara minst det dubbla bland Medelpads 15 bästa!

När Bertil O, Yngve B m.fl var seniorer så var Njurunda orienterarna verkligen stöten. 1953 blev det t.o.m ett Svenskt Mästerskap i budkavle för dessa två tillsammans med Martin Udén. Det begärs inget SM idag, men nog skulle man vilja begära lite flitigare intensitet på träningsidan. Det behövs och det är ingen omöjlighet för någon! Skidororientering är också en fin ösning. Där kan alla vara med, gammal som ung, det viktiga är inte att vinna utan att vara med!

Nilreb

På en bar i Texas satt en massa tuffa cowboys och drack whisky. En turist hade hamnat i sällskapet.

— Trevligt ställe det här, sa han. Det ger verkligen atmosfär med sågspån på golvet.

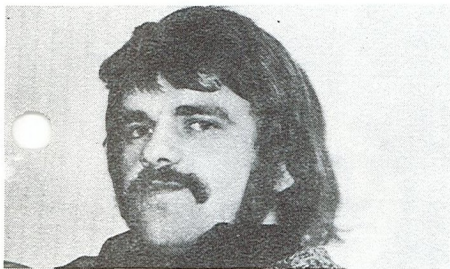
— Sågspån, fnös en cowboy, det är gårdagens möbler.

Julstämningen regnade bort



I Njurunda hade orienteringsklubben julförsäljning och här är det fr. v Anna-Lisa Andersson, Gun Nor-din, Annhild Backlund, Gunn Wiklund och Gunborg Gustafsson som jobbar som försäljerskor.

Saxat ur ST



NOK: Nytt presenterar här den förste storvärvararen i NOK:s historia, Björn "Sluggo" Pettersson. Han har värvat hela 12 stycken sedan han själv gick med i klubben i mars i år. Starkt gjort eller hur?! Till våren -73 har han lovat att börja orientera på allvar i Motionsklassen. Vi önskar honom lycka till på sitt första orienteringsår. Han har även hjälpt till på flera av klubbens arrangemang. Bl.a alla gångerna på Skatan samt Nivrenanatten och Sommarträffen. Han är med andra ord en sann NOKARE!

Nossnevs

BANLÄGGNINGSTÄVLING

Nu i vinterens kyla utlyser NOK-Nytt till en banläggningstävling. Tävligen blir också ett led i orienteringsträningen där ALLA aktiva bör delta. Övriga medlemmar får även de vara med, men karta för dem erhålls då på begäran av redaktions medlemmarna.

UPPGIFT:

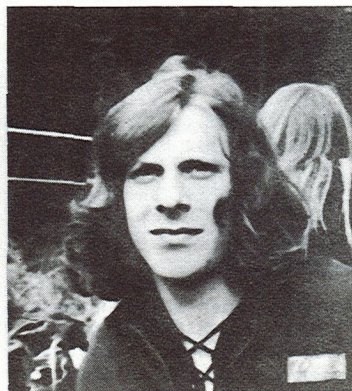
2 stycken dagbanor:

A: 8-10 km och B: 4-6 km

Ytterligare kartor kan erhållas av NOK-Nytt redaktionen. Tävlingskartan skall vara Thorbjörn Berlin, Juniskärsv. 32, 862 00 Kvissleby tillhanda senast den 31 januari 1973. Var god skriv ej namn på kartan utan bifoga en liten lapp med Ert namn. När Ni ritar in banorna så är det bra om Ni skiljer banorna åt genom olika inritningsfärger. I tävlingsjuryn sitter Lars Viklund. Priser till de bästa och publicering i nästa nr.

Ta Dig alltså en funderare på två orienteringsbanor under Jul och Nyårshelgerna. **LYCKA TILL!**

16 DM-Mästare är vi alla!



Njurunda OK:s Disrtiktsmästare i Orientering 1972.
Överst fr.v: LEIF ANDERSSON, Jun.budk. CHRISTER
BERGSTEN, Jun.budk. SVEN ERIK BERGSTRÖM, Jun.budk.
och H17-18 Natt. Mitten fr.v: CARINA ANDERSSON,
D15-16 Dag. BERTIL OLSSON, H43 Natt. INGA BRITT
ENGLUND, D35 Dag. Nedan fr.v: YNGVE BJÖRKLUND, H50
Dag. NILS GÖRAN OLSSON, H15-16 Dag och H15-16 Natt.