

OK Denseln

MÖJLIGHETERNAS KLUBB

månadsblad januari 2025

Vånga – Kimstad – Norsholm – Skärkind – Skärblacka - Norsholm – Kimstad – Vånga

postadress: **Mårängens Camping 1, 617 31 SKÄRBLACKA.**

bankgiro **552-7973.** e-postadress: okdenselnkansli@gmail.com hemsida: <https://denseln.kanslietonline.se/>

NYHETER - PÅMINNELSER - MEDDELANDEN

60+

Våra träffar på torsdagarna består,
Mårn kl. 9.30 gäller för promenad eller bara
komma för att vara sociala och ta en fika.

9/1	Ingmari S / Irene G / Kalle H
16/1	Kerstin F / Leif P
23/1	Inger K / Nils-Göran K
30/1	Gunilla A / Ove A
6/2	Inger A / Bo A

**Vi välkomnar alla 60+ och daglediga.
(Även icke Denselnmedlemmar välkomna)**

BiNGO
*LOTTO

Vi fortsätter Bingolottoförsäljningen.

För den som önskar lotter, hör av er till:
Stig Karlsson, 072 710 81 81

Ekonomigruppen

OK Denseln i Vinter

16 januari är det årets första Nattcup, Hugo Persson och Björn Karlsson fixar banor.

19 januari vår första hemlängtan för vintern, Susanne K fixar banor.

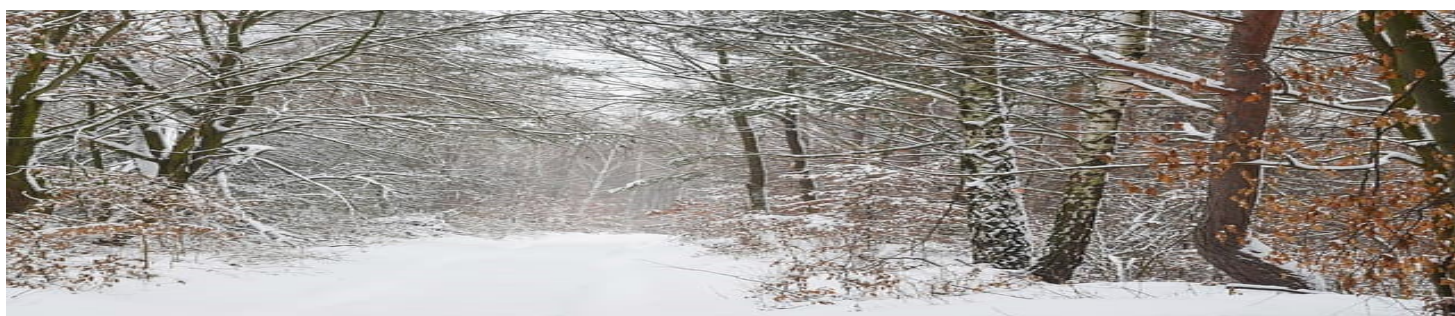
23/1 Torsdagsmat efter träningen 19:00-20:00 (Yevheniia V & Christer L)

30/1 Torsdagsmat efter träningen 19:00-20:00 (Per K & Göran W)

3-4 maj 10mila 2025 Grosvad, Finspång

Du som vill vara med och hjälpa till under dessa två roliga dygn.

Kolla på bifogat dokument hur du anmäler dig att hjälpa till.



Januari 2025

1	V1 onsdag	
2	torsdag	18:00 Löpning i skog, Mårn
3	fredag	
4	lördag	
5	söndag	10:00 FSOK OL-distans, Torstorp Finspång
6	V2 måndag	
7	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
8	onsdag	
9	torsdag	09:30 60+, Mårn 18:00 Teknikträning natt, Mårn
10	fredag	
11	lördag	Östgötaträning, inbjudan/anmälan Eventor OK Motala, Kontinental terräng-Vägvalssträckor
12	söndag	10:00 Ungdomträning + löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
13	V3 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
14	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
15	onsdag	
16	torsdag	09:30 60+, Mårn 18:00 Nattcup, Mårn (Hugo P, Björn K)
17	fredag	
18	lördag	NOK Juniorträning 13-20 år OK Denseln, Tolskepp (Yevheniia V)
19	söndag	10:00 Hemlängtan till klubbstugan, Mårn (Susanne K)
20	V4 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
21	tisdag	Peking Vintercup, NAIS
22	onsdag	
23	torsdag	09:30 60+, Mårn 18 Teknikt.natt 19 Mat efter träning (YV, CL)
24	fredag	
25	lördag	Östgötaträning, inbjudan/anmälan Eventor Matteus SI, Långdistans-OL
26	söndag	10:00 Ungdomträning + löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
27	V5 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
28	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
29	onsdag	
30	torsdag	09:30 60+, Mårn 18 Teknikt.natt 19 Mat efter träning (GW, PK)
31	fredag	

Tränings-och Stugansvariga

V1-V2	Vildsvinen	Thomas Lilja
V3-V4	Mårdarna	Susanne Karlsson
V5-V6	Älgarna	Christer Lilja

MÖTEN

15/1	Styrelsen	18:00

ANMÄLNINGAR

Datum	Arrangör	Anm.dat.

Mat efter träning

Vi kör de torsdagar som det inte är nattcup.

Följande glada kokkar får försöka att få till något gott:

23/1 Yevheniia V + Christer L

30/1 Per K + Göran W

13/2 Anneli B + Björn K

(tänk på ett vegetariskt alternativ)

Maten serveras mellan 19:00 och 20:00.

Om datumet inte funkar för dig så ser du själv till att byta med någon annan på listan

Östgötaträning

Östgötaträning är ett koncept med en serie träningar vi testar i vinter/vår för att se hur det funkar.

Alla är välkomna till dessa träningar, fokus ligger dock på juniorer/seniorer som bor eller pluggar i Östergötland.

Inbjudan/anmälan på Eventor



Hej alla klubbmedlemmar!

10MILA 2010 i Finspång blev en succé och en häftig upplevelse att vara med och arrangera och få se denna stora orienteringstävling. Så mycket positivt från de som deltog och från publik och icke orienterare som var där och tittade. Många pratar ännu om denna stora tävling.

Som ni säkert alla vet så ska 10MILA gå i Finspång helgen 3-4 maj 2025 på Arena Grosvad och i dess angränsande skogar. Vi hoppas på att ca 10.000 besökare kommer till Arenan för att delta i arrangemanget.

Den här gången är vi tre klubbar som arrangerar: Finspångs SOK, OK Denseln och OK Kolmården. En ledningsgrupp och vissa funktionärer är tillsatta sedan en tid tillbaka och jobbar just nu med vissa förberedelser, planering, och det totala personalbehovet. Ledningsgruppen har valt följande värdeord för 10MILA 2025:

- Utmaning – Fart – Spänning - Tillsammans

Nu skickar vi ut detta mejl för att ställa frågan till Dig och hoppas att Du vill hjälpa till att vara funktionär på 10MILA 2025. En grov uppskattning är att ca 600 funktionärer behövs så vi behöver hjälp från er alla. Har ni vänner eller bekanta som kan vara intresserade vill vi gärna få med dem också.

Det är samma typ av arbetsuppgifter som vid en vanlig tävling men i större omfattning plus extra framförallt inom marknad och kommunikation, arenaproduktion (sändning utav tävlingen), och logi.

Meddela din personalansvarige via mejl om du kan vara funktionär, vilka dagar och gärna även om det är inom något speciellt område som du helst vill jobba med. Fyll gärna i blanketten på nästa sida och lämna in (via mejl, lämna i klubbstugan, eller personligen).

Vi behöver ditt svar senast 30/10 2024. Kontakta gärna någon av oss personalansvariga om ni har någon fråga.

Med Vänliga Hälsningar

Personalansvariga 10MILA 2025

Eva Karin Jönsson OK Kolmården: Mejl till: evakarinj@telia.com eller 070-8824637

Jonny Karlsson OK Denseln: Mejl till: jonnykarlson@hotmail.com eller 070-5364182

Lena Rosander Finspångs SOK: Mejl till: lenarosander@hotmail.com eller 072-3507437

Jag är intresserad av att hjälpa till med 10MILA

Namn:

E-mail:

Telefonnummer:

Klubb:

Har du något område du helst vill hjälpa till inom (se organisation nedan)?

Har du yrkeskunskap inom något område enligt organisationen nedan?

Har du någon du vill arbeta tillsammans med?

Har du någon/något du inte kan arbeta samma tider som (t.ex. för att få ihop familjepusslet eller om ni är ungdomsledare vid ungdomsstafetten)?

