

OrgNr: 825001-6733

Orgavägen 2, Mårängen  
617 31 Skärblacka  
Sverige

okdenselnkansli@gmail.com

www.denseln.se

# OK DENSELN

Årsberättelse 2022



## Ordförandes slutord

VM silver till August i knock-out sprint!! Vilka fantastiska resultat August har gjort under året. Det började vid sprint SM i Göteborg där August kom 6:a i knock-out sprinten och 4:a på sprinten. När han sedan fick förtroendet att göra Världscupspremiär i Borås i slutet av maj slog han till med en tredjeplats på knock-out sprinten vilket även gav en VM biljett. Väl där och efter ett spektakulärt fall i starten av semifinalen så slutade dagen med en silvermedalj i knock-out sprint!! Stort grattis från oss alla.

Efter flera år med inställda och flyttade arrangemang fick vi nu ett i stort sett normalt år ur ett coronaperspektiv. Istället kom året att förmörkas av Rysslands krig mot Ukraina. Med alla klubbmedlemmar och vänner i Ukraina har detta berört oss mycket. Många klubbmedlemmar och andra i samhället har varit engagerade i att försöka stötta så gott vi kunnat. Vi har personer som bott i klubbstugan och runt om i samhället. De ukrainare som kommit hit har på många sätt hjälpt till och berikat oss i klubben med arbetsinsatser och stort deltagande på träningar och andra aktiviteter.

För de flesta så inleddes våren med Måsenstafetten. Elitgänget deltog på Swedish league, som inleddes på Ryssberget och följdes upp med flera deltävlingar bl.a. en i Zinkgruvan. Vid Zinkgruvan deltog också ett större gäng från klubben. På 10MILA vid Ånnaboda hade vi ett damlag, två ungdomslag och tre herrlag, där herrarnas förstalag hade den bästa placeringen med en 19:de plats tätt följda av ungdomarnas förstalag på en 30:de plats.

Årets klubbresa gick till Hälsingland i början av juni, boende i Bollnäs och Alfta Ösas tävlingar med bl a Ultralång-SM. Vi var 40 deltagare som förutom att tävla umgicks och lekte diverse lekar. Till Jukola åkte vi med tre herrlag där förstalaget kom på en 37:de plats. På O-Ringen i Uppsala var det ett stort Denselngång som antligen samlades för att tävla och umgås under en solig sommarvecka.

Vi inledde sedan hösten med att arrangera Stjärnorpsmedeln vid Ulvdalen. Direkt efter så laddade vi om och arrangerade DM långdistans uppe i Tolskepp, i årets värsta regn men humöret behöll vi ändå på topp! Till Blackaloppet som hade premiär i samhället var vi medarrangörer och vilken folkfest det blev.

Under hösten lämnade Göran Forsberg oss, han var den sista av de som varit med i klubben från starten 1950. Göran var aktiv in i det sista där han ofta var med och byggde inför tävlingar mm och vid Grebyrundan efter August Världscupsframgångar i Borås så var Göran med och gratulerade August.

Nu blickar vi framåt mot 2023 med 10MILA i Skellefteå, Jukola utanför Helsingfors och O-Ringen i Åre. Stort deltagande på våra aktiviteter och våra tävlingsarrangemang med Swedish League i Valdemarsvik och Stjärnorpsmedeln.

# Styrelsens rapport

Styrelsen har under 2022 genomfört 9 protokollförda möten.

Klubben har under året varit representerad vid ÖOF:s årsmöte, NOK:s årsmöte samt Skärblackas Samverkansrådsmöten.

Årsmöte genomfördes 20:e mars i klubbstugan. Annica Crispin gick ur styrelsen som suppleant och plats fylldes av Henrik Peterson.

I samband med Höstmöte den 13:e november genomfördes en klubbutvecklingsdag med 4st teman *Träningsupplägg och träningsdagar, Ungdomssatsning / Vuxensatsning, Utveckling av klubbstugan, Kompetenssäkring av kunskap runt avtal och drift av klubbstugan*. Mycket gott att arbeta vidare med kom ur denna dag.

Klubbens ekonomi fortsätter att vara god. Budget har som tidigare lagts med ett minusresultat. Dock har de negativa posterna inte varit lika höga som budgeterat för. Fler har tävlat under 2022 än föregående år vilket har medfört en ökad kostnad för tävlingsavgifter. En positiv kostnad! Klubben har mottagit bidrag för energibesparande åtgärder kopplat till klubbstugan. Klubbens stora intäkter kommer från att arrangera orienterings- och löpartävlingar, lottförsäljning och medlemsavgift.

Under året införskaffades en ny tjänsteleverantör av hemsida då riksidrottsförbundet valt att ej längre erbjuda kostnadsfri lösning för landets föreningar.

Björn Karlsson  
*Ordförande*

Jonny Karlsson  
*Vice Ordförande*

Anneli Borg  
*Kassör*

Christer Lilja  
*Sekreterare*

Emma Karlsson  
*Ledamot*

Henrik Peterson  
*Suppleant*

Sara Andersson  
*Suppleant*

Arne Andersson  
*Suppleant*

# Arbetsgruppernas rapporter

## Grenidrott (Långlopp, cykel och skidor)

Klubben har under året haft flera medlemmar som både cyklat, sprungit och åkt skidor från Mora till Sälen med 12 starter. Rickard Kjellgren tog det ett steg längre detta år och genomförde Vasaloppstrippeln.

Christer Broström och Maria Broström har under året genomfört flera långlopp där Maria sprang hela 666 varv (449km) på *Viadal Ultra Six Days* vilket gav henne en 2:a placering i damklass. Christer gnetade på lite längre med hela 768 varv (517km) vilket gav honom en fin 7:e placering i herrklass.

Med flera fina prestationer av Maria under året så rankas hon som 1:a i W50 för 48h-ultramaraton i Sverige.

## Tekniska, material & anläggningsgruppen

Tekniska och material & anläggningsarbetsgruppen har i år haft 7st möten jämnt fördelade över året. Flera av mötena har genomförts digitalt eller i kombination av fysiskt och digitalt möte.

60+ gruppen under ledning av Kjell Karlsson har huggit och sålt julgranar till advent och jul. Arne Andersson och Kjell Andersson har märkt upp motionsspåren. Kjell A har renoverat välkomstskylten vid uppfarten till Klubbstugan. Mats Engström har satt ihop lista på städmaterial och köpt in utrustning. Vid klubbutvecklingsdagen var det en grupp under Susanne Karlssons ledning som sammanfattade alla aktiviteter vi gör i klubbstugan och satt ihop ett årshjul. Arne och Stig Karlsson har röjt sly längs elljusspåret. Stig har klippt gräset på elljusspåret. Fredrik Engman har renoverat dörrposten in till damernas dusch. Under Kjell Karlssons ledning demonterade vi och sålde vedpannan och ackumulatortankarna. Pannrummet har sedan renoverats och är nu ett brandklassat förvaringsutrymme där vi har våra klipputrustningar, el-aggregat och bränsle till dessa.

Den 2 juni hjälpte vi till att arrangera Blodomloppet i Linköping. Vi ställde upp med ett 30-tal funktionärer.

Den 14 september var vi medarrangörer till Skärblackaloppet som utgick från Folkets hus. Christer Lilja och Arne var sammanhållande för vår insats. Susanne Karlsson arrangerade Naturpasset vid Mårn. När vi i år fick ett mer normalt år så sjönk deltagarantalet och hamnade i år på runt 40 sålda kartor vilket är ett tiotal färre än de senaste två åren.

När det gäller NOK-arrangemang så inledde vi med en NOK träning i Tolskepp den 12 april. Björn Karlsson var banläggare och tävlingsledare och vi fick 70 startande. På ungdomsserien med NOK träning den 10 maj var TC i Oxhagen bredvid 5 km spåret, vi 160 startande. Niklas Von Schéele var banläggare och Jonny Karlsson tävlingsledare. Peking Night arrangerade vi vid Mårn den 4 oktober med Emil Kalered som banläggare, det kom 64 löpare till start.

Den 4 augusti arrangerade vi Stjärnorpsmedeln längs Grensholmsvägen norr om Rundstorp. Jonny Karlsson var tävlingsledare och banläggare var Andreas Törnqvist och Alfons Peterson. Tävlingen samlade 510 startande.

Den 28 augusti arrangerade vi DM i långdistans för Östergötland och Södermanland uppe i Tolskepp. Carina Kalered och Susanne Karlsson var tävlingsledare, Pavlo Ushkvarok och Björn Karlsson var banläggare. Under tävlingsdygnet fick vi mer än 100 mm regn. Tävlingen samlade 492 startande.

Yuliia och Pavlo har under året färdigställt kartritningen i Tolskepp inför DM i långdistans. Samt utökat Tångestadskartan till Stjärnorpsmedeln.

Under året har vi varit representerade med flera personer på ett antal möten om ett kommande 10MILA-arrangemang på Grosvad 2025.

Arne, Kjell K och Jonny har gjort ansökan om energibesparande åtgärder på klubbstugan. I slutet av året fick vi beslut om att vi får pengar till bl a isolering, belysning och ytterligare solpaneler. Vi har börjat med att förbättra isoleringen på vinden i omklädningsbyggnaden.

Precis före jul fick vi åter ljus på elljusspåret vid Mårn. Arne har jobbat hårt med att få tillstånd en reparation efter sabotaget sommaren 2021.

## **Elit**

Givetvis så är årets största händelse Augusts silvermedalj i knock-out sprint på VM i Danmark. OK Denseln's första individuella senior VM-medalj, smaka på det! Damien Renard tog medalj med det franska laget i stafetten under sina år i Denseln. Augusts utveckling har gått snabbt. Han hamnade precis utanför junior VM-truppen för 3 år sedan med stor besvikelse. En plan lades tillsammans med Peter Holgersson för träning de kommande åren och vi som sett August på träning eller tränat med honom vet hur mycket han utvecklats fysiskt. När han kom med i utvecklingslandslaget kom även nycklar till att prestera bättre tekniskt, framförallt i sprint. Stabila sprintlopp på alla viktiga tävlingar, först SM, sedan världscupen, och slutligen VM. Tack för showen August!

Vi startade vintern annars med högklassiga natträningar ordnade av Yuliia och Pavlo men lite tunt med deltagare. 10st åkte till Spanien på träningsläger v.8. Bra karterade områden finns ca 2 timmar väster om Madrid. Säsongen drog igång i slutet på mars men våren innehöll inga riktiga framgångar vare sig individuellt eller i stafett tills vi kom till 10MILA.

Som vanligt har vi noggrann och genomtänkt satsning mot 10MILA med specifika träningsdagar som löparna ska vara med på för att gå in i förstalaget. Tjejerna slutade på en fin 133 plats där Yevheniia visade att kapacitet finns och växlade som 46:a på förstasträckan. I herrlaget hade vi 4 debutanter i Quentin (21 år), Antoine (21 år), Elis (17 år), och Tadas (18 år). Alla presterade bra och vi höll oss länge topp 10 men efter en dipp på slutet så landade vi på en 19:e plats. Klart godkänt, framförallt med antalet unga

löpare som fyller på och drömmar om framtiden. Mest känslor skapade nog Algirdas på långa natten som han blivit en mästare på. Skulle han stanna i klungan eller gå det bättre vägvalet? Rätt val, så tidigt på banan stannar man i klungan och låter distansen ta ut sin rätt. Algirdas givetvis med i täten in i mål.

Vi är inte riktigt lika målinriktade på Jukola (vilket vi har bestämt ska ändras 2023) och när vi även saknade både August och Algirdas (VM-förberedelser) så fick vi nöja oss med en 37:e plats. Glädjeämnet var att vi hade 4 lag på startlinjen.

I efterskalvet till VM-medaljen ville August även ha ett lag till sprintstafett-SM som arrangerades i Linköping under SM-veckan. Yevheniia, Nina, och Algirdas ställde upp och de sprang in på en finfin 5:e plats.

DM-kungen levererade åter igen. Den här gången blev det guld på natten för Erik I-S. Annars var det en ganska kort och lugn höst som i stort sett avslutades med SM-stafetten där både H21 och H20 landade på 13:e plats. Vi avslutade säsongen med förberedande läger för SM 2023 i Sundsvall.

## Ungdom

Det har varit full fart på ungdomsverksamheten med många ungdomar på våra ungdomsträningar. Torsdagar är den träningsdag som är särskilt anpassad för ungdomsverksamhet. Som mest har det varit nästan 50 deltagare på ungdomsträningen och vid flera tillfällen har deltagarantalet varit över 30. Deltagarna delas in olika grupper (nybörjare, grön, vit, gul och orange) och träningarna anpassas efter deras orienteringskunskap. Efter höstlovet flyttades träningsdagen för ungdomar till söndagar för att få möjlighet att träna då det är ljust ute.

På måndagarna har vi sprungit intervaller från Krokhagen ihop med Kimstad GoIF där det under vintern även fanns möjlighet att köra skidintervaller. På tisdagarna har vi haft löpning och gympa från Mårn.

När vi så kommit in i tävlingssäsongen har vi arrangerat 10 orienteringsträningar under våren och 7 orienteringsträningar under hösten. Den traditionella klubbkavlen arrangerades vid Mårn av Edvin Gundberg med stöd av träningsgruppen.

Vi har haft många framgångar på tävlingar under året. Några exempel är Arvid Algers Omholt som kom 7:a på sprinten och 6:a på långdistansen i H16 vid USM. Vi hade ett kombinationslag på Ungdomens 10-mila ihop med Söderköpings OK som kom på en fin 26 plats. På O-Ringen kom Arvid Algers Omholt 4:a i H16 och Inna Ignatieva 5:a i D13.

I O-ligan har vi haft följande totalresultat:

D16 Maria Terehova 16, Emmy Borg 17

D14 Inna Ignatieva 2, Linn Borg 11, Dariana Demchenko 12

D12 Emmy Kempe 14, Inna Dankova 16, Kira Shtelmakh 19

H16 Arvid Algers Omholt 1, Hugo Braam 3, Wilmer Kempe 7, Maksym Ignatiev 15

## 60+

60+arna har aktiverat sig som vanligt på torsdagsförmiddagar med promenader, bastu och fika i klubbstugan. Årets första månader var deltagarantalet lite avvaktande efter ett stökigt 2021, men kom igång bra framåt vårkanten, då mellan 20–30 deltagare kom på samkvämet.

Under våren togs en utflykt till Finspångs gamla kägelbana. Det anordnades även en sill-avslutning inför sommaren. Vissa promenadsugna fortsatte umgänget genom sommaren men utan efterföljande aktiviteter.

Det uppstyrda torsdagarna startades upp igen i mitten av augusti. Under hösten genomfördes även ett mycket uppskattat besök till Finspångs kägelhall (ej att mista för den "gamla" träbanan") där runt 25 deltagare deltog.

Gruppen gjorde även under året ett avsteg från promenad från klubbstugan, genom att åka upp till Strussjön och vandra på lederna.

## Tävlingsstatistik för OK Denseln

	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
<b>Antal tävlingar</b>	145	103	136	134	174	211	33	100	95
<b>Antal anmälda</b>	1300	1180	1737	1489	1613	1490	297	588	1025

## Medlemsstatistik för OK Denseln år 2022

	0-12 år	13-20 år	21-34 år	35+ år	Totalt
<b>Kvinnor</b>	38	20	20	61	139
<b>Män</b>	17	30	31	81	159
					298

<b>Antal medlemmar</b>	2014	317 st
	2015	270 st
	2016	268 st
	2017	297 st
	2018	315 st
	2019	264 st*
	2020	272 st
	2021	271 st
	2022	298 st

*\*Rensning av gamla och inaktiva medlemmar gjordes i medlemslista under året*



## Utmärkelser

*Sigvards Sjöholms Vandringspris – Årets Denolare*

*Dagny Stålmars fond – stipendium*

*Kjell Wallerings vandringspris – Bästa H/D 21*

*Skyttepaviljongens vandringspris – Årets över 35*

## **Klubbmästare**

### ***Sprint-KM 2022-06-21***

*Lång Hugo Braam*

*Mellan Inna Ignatieva*

## **Distriktsmästare**

### ***DM Natt, Motala AIF, 2022-08-26***

*H21 Erik Ivarsson Sandberg*

*H16 Arvid Algers Omholt*

### ***DM Medel, Tjalve OK, 2022-09-03***

*D45 Nina Ahlander*

*H35 Mattias Eriksson*

*D14 Inna Ignatieva*

### ***DM Sprint, Finspångs OK, 2022-10-02***

*D45 Nina Ahlander*

*D14 Inna Ignatieva*

*H18 Elis Peterson*

## **Förtjänstfulla insatser på VM**

### ***VM KnockOut Sprint, Danmark – Frederica 2022-06-28***

*H21Elit August Mollen 2:a placering*

## **Förtjänstfulla insatser på SM**

### ***Ungdoms-SM, Sprint, IFK Enskede 2022-09-09***

*H16 Arvid Algers Omholt 7:e placering*

### ***Ungdoms-SM, Lång, IFK Enskede 2022-09-10***

*H16 Arvid Algers Omholt 6:e placering*

### ***SM Ultralång Alfta-Ösa OK, 2022-06-04***

*H18 Elis Peterson 4:e placering*

### ***SM, KnockOut-sprint, Göteborgs OF – OK Landehof -Tolereds AIK 2022-05-14***

*H21-Elit August Mollén 6:e placering*

### ***SM Sprint, Göteborgs OF – OK Landehof -Tolereds AIK 2022-05-15***

*H21-Elit August Mollén 4:e placering*

### ***Veteran-SM Sprint, OK Njudung 2022-09-16***

*D45 Nina Ahlander 2:a placering*

### ***Veteran-SM Medel, OK Njudung 2022-09-17***

*D45 Nina Ahlander 2:a placering*