

VERKSAMHETSBERÄTTELSE & ÅRSBOKSLUT

2023

5 lag på Tjoget!

Årets Tjoget bjöd på gemenskap, kämpaglöd och glädje, när vi i Ronneby OK hade hela 5 lag på startlinjen!



RONNEBY ORIENTERINGSKLUBB

Styrelse 2023

Ordförande	Gustav Bäcklund
Vice ordförande	Patrik Karlsson
Kassör	Lennart Smedenmark
Sekreterare	Thomas Johannesson
Ledamot	Helena Blomster
Ledamot	Ann-Christine Nero Forsman
Ledamot	Lars Martinsson
Ledamot	Ingemar Ericsson

Andra funktionärer 2023

OL-skytteansvarig/vapenansvarig	Ingemar Ericsson
Markkontaktman	Roland Karlsson
Webbansvarig	Jon Engkvist
Trivselgrupp:	Ann-Marie Månsson
	Kajsa Bäcklund
	Anders Saleskog
	Ulrik Johansson
	Jennie Saleskog

Medlemsredovisning 2023-12-31

Ålder (år)	0-6	7-12	13-20	21-40	41-	Summa	2022
Kvinnor	3	18	17	16	64	118	(112)
Män	3	24	40	31	120	218	(204)
Totalt	6	42	57	47	184	336	(316)



Ronneby Orienteringsklubb

Skärvögsvägen 2	Bankgiro	274-6964
372 92 KALLINGE	Swish	123 156 91 93
Klubbgård Karlsnäsgråden	Swish	123 262 62 08 (Skidhyra/Spåravgift)
070-811 92 30		

Ordföranden har ordet

Tiden går fort när man har roligt brukar man ju säga. Det tycker jag verkligen stämmer in på det år som gått. Tiden har gått fort under året som passerat, och roligt hoppas jag också att alla tycker att vi haft det. Mycket verksamhet och olika arrangemang har det varit i Ronneby OK under året, som ni kan läsa om i denna verksamhetsberättelse. Läs och minns tillbaka på alla de roliga stunder som vi haft tillsammans under året.



Jag tänker bland annat på Tjoget, som blev väldigt lyckat med fem lag på startlinjen i Ronneby OK's namn. Många, både gamla och nya medlemmar var med och sprang denna roliga stafett helgen efter midsommar. För många var det ett kärt återseende av både gamla kamrater och orienteringen. Det blev även en trevlig stund då de flesta ROKare samlades på campingen för att äta middag tillsammans på kvällen. Jag hoppas att denna fantastiska stämning ska få fortsätta utvecklas i vår förening.

Det har även varit roligt att se många nya ungdomar i vår verksamhet, både inom orienteringen och skidåkning. Att följa med ut i skogen tillsammans med några yngre orienterare och se hur de bekymmersfritt och helt naturligt ”passar kartan”, kör tummen i spåret och har full koll på läget, värmer inombords under lång tid.

För vissa ungdomar har vår verksamhet gett en helt ny syn på både livet och tillvaron. Jag tänker på all de som kommit till Blekinge från Ukraina sedan kriget startade, och nu kommit med i föreningens verksamhet. Från att i början varit ungdomar som redan höll på med orientering i sitt hemland, är det nu många som aldrig provat att orientera tidigare. De har funnit en aktivitet som gör att tillvaron får en ny mening och betydelse, för att fortsätta kämpa och se framåt.

Till sist vill jag även rikta ett stort tack till alla er som bidrar med er tid till vår förening. Vissa drar ett större lass än andra. Vissa saker som görs, märks och syns mer än andra. Men allt är lika viktigt för att vi ska kunna hålla igång en förening som Ronneby OK.

Med hopp om ett nytt roligt år tillsammans.

Gustav Bäcklund

Ordförande Ronneby OK

Ungdom

Kommittén har bestått av följande medlemmar:

Ann-Christin Nero Forsman (Sammanställande)	Fredrik Håkansson
Sofia Lagerström	Anna Lilja-Rasmusson
Sarah Lindström (adjungerande)	Mathias Blomster

Säsongstart som vanligt i Sverigepremiären i Åhustrakten

Det här året kunde orienteringssäsongen börja med OL-premiär i Åhus första helgen i mars. Måndagsträningarna genomfördes och alla tävlingar ”rullade” på för att avsluta säsongen i Borås med O-event. Ett HÄRLIGT vanligt OL-år.

Träningar måndagar

Ungdomarna har även detta år varit indelade i olika grupper efter sin erfarenhet och i viss mån ålder. Grupperna har samma färger som SOFT:s färgtrappa; grön, vit, gul, orange, vilket är färgerna från inskolning upp till HD16. Träningarna har genomförts på olika platser varje gång med syfte att ungdomarna ska få prova på olika terrängtyper och olika sorters kartor.

Under våren genomfördes tio träningar. På hösten genomfördes sju träningar i dagsljus där sista gången avslutningen med tårtkalas på Karlsnäs. Efter detta fortsatte vi med ”lamp-ol” med fem tillfällen i Brunnskogen och ett på Karlsnäs.



Varje grupp har haft sina speciella gruppleddare som har varit mycket värdefulla vid genomgång av övningarna. Ansvariga gruppleddare för respektive grupp har varit: Avprickning: Maria Håkansson. Grön: Ann-Christine Nero Forsman, Fredrik Håkansson Vit: Jörgen Svensson. Gul: Thomas Johannesson och Orange/röd: Christian Håkansson.

En återkomst detta år var det (av ungdomarna 😊) uppskattade Träskracet som skedde kring Kallingegölen den 11 september. Det kämpades fram både i vått och torrt och fördelen av att planera in träningar med olika fokusområden under året visades tydligt.

Håkan Forsman och Ann-Christine har detta år gjort ett fantastiskt jobb genom att nästan varje vecka hänga ut och plocka in alla skärmar.

Det har varit ett stort antal ungdomar varje gång och det kräver många ledare utöver dessa gruppleddare. Alla ni klubbmedlemmar som ställt upp på dessa träningar har varit fantastiska och det är tack vare er alla som vi kunnat genomföra så ”proffsiga” ungdomsträningar! Under våren och hösten -24 hoppas vi på ännu flera ungdomar och då behöver vi också vara flera ledare. Det är härligt att se alla ungdomar/ vuxna ge sig ut på måndagsträningarna med blicken framåt, kartan passat och på jakt efter kontrollerna.

Distansträning ungdom

Efter säsongens måndagsträningar genomfördes 3 söndagar på Karlsnäs med distanslöpning på schemat och en efterföljande fika.

Innebandy vinterhalvåret

Under jan-feb och nov/dec spelades som vanligt innebandy på fredagar. På Espedalens skolans gymnastikhall har det spelats. Ansvarig Håkan Lindström och Anders Saleskog.



Vinterlägret

Stigmännan Karlshamn OK tillsammans med BroSö OK arrangerade ett vinterläger 13-15/1, med träningar i Valje övernattnig i Strandvillan i Åhus. Två pass skogsorientering på lördagen för att sedan avsluta i Karlshamn vid Vaggahallen för en sista träning. Med från klubben var Mattis och Elias Lindström.

Upptaktsträff

Inför säsongen hade vi den 11 februari på Karlsnäsgården en upptaktsträff för ungdomarna där vi bla fångade upp deras intresse för vilka stafetter de ville delta i.

Det informerades även om övriga aktiviteter kommande säsong.

Lärgrupper

Innan vårens första måndagsträning så genomfördes 2 lärgruppsstillfällen d. 13 och 20 mars. Det var två olika grupper med både vuxna och ungdomar där vi pratade teori och någon grupp gjorde övningar på datorn, där det gällde att hitta smarta vägval.

Junior camp

Orienteringstekniklägret för Sydsveriges ungdomar 13-20 år arrangerades 10-12 mars, som vanligt av OK Orion. Deltagande från ROK var Hanna Bäcklund, Arvid Ericsson, Elias Lindström och Elin Saleskog.

USM-läger

Genomfördes i Jämjö 5-7 maj av BIOF/Karlskrona SOK med fokus på förberedelse inför USM 8-10 september. Elias Lindström deltog från ROK.

Ungdomens 10-mila

4 augusti HD14, Hugo Bäcklund, Olle Saleskog, Mattis Lindström, Mikhail Kirizleev, Miroslava Janabaeva och Alice Lagerström. Några av våra ungdomar var med och sprang på lördagen i HD20 laget som tog hem en 18:e plats.

Bussresa Torsås

Den 7 maj anordnade kommittén en bussresa för klubbens ungdomar till en långdistans arrangerad av Torsås OK, i syfte att få igång tävlingsandan hos ungdomarna samt höja klubbgemenskapen. Flera av barnen som åkte med sprang inskolning denna gång, ett första steg som vi hoppas får dem sugna på tävlingsklasser kommande år. I mån av plats fick även seniorer och veteraner åka med bussen och till slut var den helt fullproppad med hela 52 startande ROKare, jättekul! Efter tävlingen åkte bussen till Tuppen Pizzeria i Torsås där det hade beställts pizzabuffé till alla medresenärer, ett fortsatt lyft för klubbgemenskapen 😊



DM-stafett

Karlskrona SOK 3 september

D16 2:a, (Meja Håkansson, Miroslava Janabaeva och Ebba Larsson)

H16 3:a Olle Saleskog, Mattis Lindström. Arvid Lindahl, Maksim Onopa och Oleksij Shyp

DH12 9:a Lily Larsson, Veles Holub, Boryslav Holub, Isac Håkansson och Mikhail Kirizleev

Regionsläger

Regionslägret för 14-åringar i Skåne, Halland, Blekinge och Småland ägde rum kring Falkenberg i Halland den 19-22 juni och ROK var ansvarig för distriktets gemensamma

transport. Från klubben deltog Alice Lagerström och Olle Saleskog.

O-ringen Åre

Eftersom O-ringen i år gick i Åre så hade Ronneby inte så många ungdomar på plats, men i Inskolning kämpade Oscar och Signe Johansson tappert även utan sko på upploppet under en etapp. Olle Håkansson fick nytändning och klarade alla etapperna på Lätt 2,5 km bra gjort. Vi har saknat dig i gänget. Elias Lindström blev 42:a i H 15 där startantalet var närmare 150. Mattis Lindström hamnade på plats 71 i klassen H 12 med 135 startande. Alla fick upp på fjället och springa, det var spännande och en härlig upplevelse. O-ringen 2024 arrangeras i Oskarshamn då blir vi flera.

SOL-skola

Sommarlovsorientering genomfördes 10-12 juli i Brunnsparken och Brunnsskogen., mellan kl. 10:00 och 13:00. 14 stycken ungdomar i åldrarna 7-14 år deltog, 6 juniorer och unga seniorer var med som ledare.

Extra tack till Hanna Johannesson som tog på sig huvudansvaret för lägret och på egen hand skrev inbjudan, tog emot anmälningarna och letade upp ledare! Deltagaravgiften låg på 100kr per person och då ingick mellanmål varje dag samt en deltagartröja. Inbjudan till dagslägret lades ut på rok.nu samt i sociala medier den 1 juni, och sponsrad annons publicerades i Blekinge Läns Tidning och Sydöstran.



Detta år användes gamla banor från 2018 till orienteringsträningarna eftersom tiden för planering var begränsad och SOL-skolan inte hade genomförts under pandemin. Banorna



uppdaterades dock med ny kartrevidering och blev justerade vid behov. Ledarna är nöjda med både upplägg och

genomförande, och deltagarna likaså. Extra roligt var att höra hur många som tyckte att orienteringsträningarna var bland det roligaste på lägret! Aktiviteterna i år inkluderade lära-kännalekar, brännboll, vanlig bana, stjärn-OL, skogsfotboll, 2-mannastafett och busk-ol.



Läger

I år var inga ROK-ungdomar med på Hällevikslägret, ett läger för 10-16 åringar i Blekinge som klubbens ungdomar tidigare har deltagit på i majoritet. Vi i ungdomskommittén har inte lyckats bygga något intresse för lägret, och det är något som måste förbättras. Att uppmana och motivera klubbens barn och ungdomar att vara med på den här sortens utvecklande och sociala läger är viktigt arbete eftersom vi ser att klubbens ungdomar behöver en större gemenskap i idrotten för att stanna kvar uppåt i åldrarna. Hällevikslägret ger även våra äldre ungdomar och juniorer goda möjligheter att öva sina tränar- och ledaregenskaper, något som behövs för att vi över huvud taget ska kunna försörja en ungdomsverksamhet.

I år anordnade kommittén inte heller något eget läger för klubbens ungdomar och juniorledare på Karlsnäsgården. De år vi inte själva mår med någon av dessa viktiga framtidsbyggande verksamheter är det extra viktigt att vi uppmuntrar så många vi bara kan att anmäla sig som deltagare eller ledare på Hällevikslägret och andra orienteringsläger.

Ungdomsserien

Äntligen var det ett "normalt" år igen med 6st deltävlingar och sedan en final hos OK Vilse 87 med övernattnin-



Totalresultat 2023

D14	2	Meja Håkansson	H16	5	Elias Lindström
	3	Alice Lagerström		6	Oleksij Shyp
	4	Ebba Larsson		7	Arvid Ericsson
	6	Miroslava Janabaeva	H14	3	Olle Saleskog
				4	Hugo Bäcklund
D10	2	Lily Larsson		5	Arvid Lindahl
			H12	3	Mattis Lindström
				13	Mikhail Kirizleev

	16	Veles Holub
H10	7	Isac Håkansson
	10	Arvid Elmerot

Förutom tävlingsklasserna är det många av våra ungdomar som har provat inskolning, mycket lätt och lätt banorna. Någon av klubbens ledare har varit med på varje tävling för att vara ett stöd och ta med klubbutrustning till ungdomarna. En del resurser har även gått till transporten av våra nya ukrainska ungdomar med minibuss till de olika tävlingarna. Övernattningen som anordnades av OK Vilse 87 skedde mellan Vilselöpet den 16 september och Ungdomsseriefinalen dagen därpå, och var ett mycket uppskattat inslag av deltagarna.

Blekingecupen

Blekingecupen har 2023 bestått av elva deltävlingar. 12 av våra ungdomar deltog på någon av deltävlingarna. Bland de fina placeringarna kan nämnas att Meja Håkansson tog hem andra plats i D14 och Miroslava Janabaeva en fjärde plats i D14 och Elias Lindström en fjärde plats i H16, bra jobbat!

Daladubbeln

Fem ungdomar, Alice Lagerström, Arvid Ericsson, Meja Håkansson, Arvid Lindahl och Mattis Lindström från ROK deltog på den av Blekinge OF anordnade resan till Daladubbeln utanför Falun.

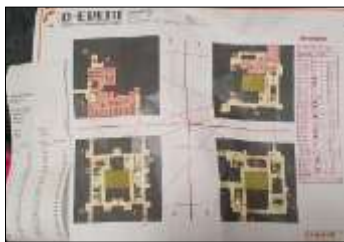
O-event i Borås

Tre minibussar gav sig iväg den 10 november mot Borås och O-event. I år var vi hela 27 st ROKare varav många som inte varit med förut på detta evenemang.

Tre sprinttävlingar med både natt-ol, zoo-orientering och där emellan en Downhill. I år hade vi också med flera av våra Ukrainska ungdomar, vilket gav möjligheter att umgås en hel helg tillsammans, och de hade verkligen roligt tillsammans.

Fredagen natt sprangs bland en del köpcentra, men det upptäckte man först på lördagen när det var ljus. Alla tävlingar hade mål på Borås arena.

På lördagen var det Down Hill och där hade Ronneby OK en segrare i H 16 genom Oleksii Shyp, alla ROKare hurrade och applåderade vid prisutdelningen.



I år var det också nytt med inomhusorientering och där hade vi tur eftersom den arrangerades på lördags em. på den skolan där vi sov. De som inte sprang kunde heja på klubbkompisarna när de passerade utanför våra klassrum där vi höll till under helgen. Kontrollerna var markerade med målade papperskorgar och Sportident. Det var rafflande lopp bland korridorer, i trappor och upp och ner på de 4 olika våningarna, där det gällde att ta rätt trappa upp och sedan läsa in var man kom upp. Kartan bestod av 4 delar med en våning på varje del.



Mellan tävlingarna så var de samvaro på skolan, några var på Leos Lekland eller shoppingtur i Borås. Stämningen var på topp överallt.



Det skapade mycket funderande hos en del.

TACK ALLA för att ni bidrog till den härliga andan under helgen och till er chaufförer Jonny, Sofia, Rickard, Anna, Mathias och Ankan. Nästa år kör vi igen, kan vi bli ännu flera kanske???



Mästerskap Götalandsmästerskap (GM)

Eds SK bjöd på GM utanför Ed 11-13 augusti. I Blekingetruppen ingick Hugo Bäcklund H13, Olle Saleskog i H14, Alice Lagerström D14, Elias Lindström H15 och Oleksij Shyp H16 från ROK, samt ett antal juniorer.

GM sprint			GM lång		
D14	32	Alice Lagerström	D14	-	Alice Lagerström
H16	2	Oleksij Shyp	H16	6	Oleksij Shyp
H15	34	Elias Lindström	H14	40	Olle Saleskog
H14	39	Olle Saleskog	H13	34	Hugo Bäcklund
H13	18	Hugo Bäcklund			

På söndagens ungdomsstafett var Alice Lagerström med i Blekinge lag 1, som tyvärr slutade som felstämplade. I juniorstafetten segrade Blekinge OF med ett lag bestående av flera ROK-juniorer.

Sydsvenska mästerskapet (SSM)

Den 22-23 april anordnade Eksjö SOK Sydsvenska mästerskapen, genomföras med individuell och avslutades med en stafett på söndagen. Från klubben deltog Hugo Bäcklund i H13, Olle Saleskog i H14 och Elias Lindström i H15 och Meja Håkansson i D13 blev tyvärr ej godkänd. Stafetten sprang de alla någon sträcka i varsitt Blekinge/Småland-lag.

SSM individuell

H15	10	Elias Lindström
H13	10	Hugo Bäcklund
H14	20	Olle Saleskog

Ungdoms-SM (USM)

Den 8-10 september kunde en USM helg på hemmaplan med OK Orion som arrangörer, genomföras med sprint, långdistans och avslutades med en stafett på söndagen. Från klubben deltog Arvid Ericsson i H16 på sprint och lång samt Elias Lindström på lång i H15 och på stafetten.

USM sprint			USM lång		
H16	53	Arvid Ericsson	H16	93	Arvid Ericsson
			H15	41	Elias Lindström

Skolaktiviteter

Den 4, 8 och 9 maj hade vi aktiviteter i Saxemara: Sportidentbana för årskurs 4 i Saxemara skola, labyrintbana för årskurs 5 och 6 i Saxemara skola i samverkan med idrottsläraren.



Bamseloppet

Den 11 maj, förskolans dag, var vi, som traditionen bjuder, på Bacsippans förskola i Listerby och hade Bamse-
loppet, en uppskattad Sportidentbana, tillsammans med Bamselina, Maria Espekrona-Håkansson.





World Orienteering Day

22 och 23 maj arrangerade vi, som en del i World Orienteering Day, en sprintorientering i Brunnsparcken. Ca 280 elever i åk 4-6 deltog!

Ledare från ROK var Lennart Smedenmark, Ingrid och LarsOwe Ström, Håkan Forsman och Ann-Christin Nero Forsman.

SR P4 Blekinge var också på plats och intervjuade bl.a. en entusiastisk flicka som gav en målade bild av orientering och beskrev att det fanns sååååå måååånga träd att leta kontroller vid.



Orientering för Hallabro/Backaryd/Thoren Framtid

Lennart Smedenmark har även genomfört orienteringsaktivitet för Thoren Framtid i Brunnskogen den 8 mars och Hallabro och Backarydsskolan på Karlsnäs 12 juni.

Saxemaraskolan

Den 6 september fixade vi en SportIdentbana för årskurs 4 i Saxemara skola och den 20 september byggde vi en ny större och mer utmanande labyrint för årskurs 5 och 6 i Saxemara skola.

Övrigt

- Den 23 september var vi med och hade en station på ICA Maxis Micaloppet utanför affären. Vi bjöd på en kort SportIdent-bana som var mycket uppskattad och välbesökt, flera barn kom tillbaka för att slå nytt rekord gång på gång. Det var inte alla som tyckte att kartan var så viktig, men alla hade kul!
- Den 21 oktober anordnade OK Orion och Karlskrona SOK en träningsdag i sprintorientering för länets ungdomar. Det började med en träning vid BTH följt av lunch och en föreläsning av orienteringsförebilden Alma Svennerud med efterföljande frågestund, därefter genomgång av första träningens vägvalsalternativ på Livelox. Dagen avslutades med en träning som utgick från Rödeby simhall. En mycket utvecklande dag som visar den positiva effekt länets klubbar får ut av att samarbeta kring även relativt enkla arrangemang! Deltagare från ROK var Alice Lagerström och Mattis Lindström, Mathias Blomster var medföljande ledare.
- Den 18 november bjöd ungdomskommittén klubbens ungdomar på en biovisning på Centrumbiografen i Ronneby, i syfte att hålla igång klubbtilhörigheten hos de yngre barnen. 17 personer såg på film och åt popcorn tillsammans denna dag. Konceptet är något vi vill utveckla kommande år, att inte alla klubbaktiviteter måste vara orienteringsinriktade utan vi kan hitta på roliga aktiviteter tillsammans ändå!
- Den 25 november var det Ungdomsledarkonferens på Ronneby Brunnshotell. Syftet med förmiddagen var att diskutera hur orienteringsklubbarna i Blekinge tillsammans kan bli bättre på att rekrytera och behålla barn och ungdomar. Med från ungdomskommittén var Ann-Christin "Ankan" Nero Forsman, Fredrik Håkansson och Mathias Blomster, och även klubbmedlemmarna Maria Sibileva och Kent Törnkvist.



Stort tack

TUMMEN UPP till er ungdomar för att ni kämpar på, antar nya utmaningar och stöttar varandra. Vi känner oss stolta över er alla ungdomar. Här är varenda en lika mycket värd.

TACK till alla er som på olika sätt stöttat och uppmuntrat våra härliga ungdomar som ledare eller föräldrar. Det är en stor glädje att få samarbeta med er alla.

Träning och tävling

Kommittén har under året bestått av följande medlemmar:

Thomas Johannesson Styrelserepresentant
Daniel Persson
Arvid Blomster
Denys Shcherbakov

Kommittén har under året haft 4 möten.

Träningsverksamhet

Tisdagar (April-Juni, Augusti -Oktober)

Ett antal ol-träningar har under året genomförs. Flera med fokus mot Tjoget.

Tisdagar (Del av år, vintersäsong)

Tisdagar har det varit samling vid G-klaven och Christan Håkansson har då hållit i löpträning med tonvikt på intervall och backe.



Härligt gäng på en tisdagsträning

Onsdagar (vintersäsöng)

Onsdagar har Denys hållit i styrketräning i Espedalsskolan.

Söndagar (Del av år, vintersäsöng)

Konditionsträning med orienteringsinslag – tonvikt på distans, förlagd på Karlsnäs.



Skinkloppet

Den 17 december genomfördes Skinkloppet vid Karlsnäsgråden med 24 startande. Här gällde det inte att komma först, utan att gissa sin tid bäst (inga klockor eller andra hjälpmedel fick nyttjas). Inte helt lätt visade det sig!

Bäst lyckades Rune Bengtsson på korta banan med 13 sekunder felgissning, Meja Håkansson med endast 10 sekunder! på mellanbanan och Chrille Håkansson på långa banan med 1:02 fel. På långa och mellanbanan vann segraren en julskinka och på korta en låda skumtomtar. Det blev mycket julskinka hos familjen Håkansson i år 🍷



Grötfesten

Efter loppet hade trivselgruppen förnämligt ordnat med årets grötfest. Ca 25 deltagare även på denna aktivitet och det bjöds på gröt, skinkmackor och lussebullar.



Resultat Orientering

Distriktsmästerskap

DM, sprint

1	Kent Törnqvist	H70	2	Christian Håkansson	H45
1	Ann-Christin Nero Forsman	D65	3	Meja Håkansson	D14
2	Ingrid Ström	D70	3	Håkan Forsman	H65
2	Sarah Lindström	D45	3	Hanna Bäcklund	D18
2	Birgitta Olsson	D70	3	Kjell Månsson	H80

DM, sprintstafett

- 1 D16 (Meja Håkansson, Ebba Larsson, Meja Håkansson, Ebba Larsson)
- 2 H60 (Ann-Christin Nero Forsman, Håkan Forsman, Ann-Christin Nero Forsman, Håkan Forsman)
- 3 D21 (Anna Simonsson-Søndenå, Olha Leonchuk, Anna Simonsson-Søndenå, Olha Leonchuk)
- 3 H60 (Kjell Månsson, Kent Törnqvist, Kjell Månsson, Kent Törnqvist)

DM, medel

1	Christian Håkansson	H45	2	Ingemar Ericsson	H45
1	Roland Karlsson	H80	2	Ebba Larsson	D14
1	Ann-Christin Nero Forsman	D65	2	Serafim Kovalchuk	H18
1	Maria Sibileva	D55	2	Thomas Johannesson	H55
1	Birgitta Olsson	D80	2	Sarah Lindström	D45
1	Oleksij Shyp	H16	3	Ingemar Månsson	H60
1	Jakub Toborek	H20	3	Per Engkvist	H75
2	Kent Törnqvist	H70	3	Meja Håkansson	D14

DM-stafett

- 2 D16 Meja Håkansson, Miroslava Janabaeva, Ebba Larsson
- 2 DH Äldre Torgny Lindström, Maria Sibileva, Ann-Chrsitin Nero Forsman
- 2 H20 Serafim Kovalchuk, Faddei Matin, Jakub Toborek

- 3 H16 Olle Saleskog, Mattis Lindström, Arvid Lindahl, Maksim Onopa, Oleksij Shyp
 3 H135 Thomas Johannesson, Ingemar Ericsson, Daniel Persson
 3 H21 Denys Scherbakov, Christian Håkansson, Tymofili Teremetskyi

DM, natt, Blekinge

- | | | | | | |
|---|---------------------------|-----|---|--------------------|-----|
| 1 | Roland Karlsson | H80 | 2 | Thomas Johannesson | H55 |
| 1 | Kent Törnqvist | H70 | 2 | Sarah Lindström | D45 |
| 1 | Ann-Christin Nero Forsman | D65 | 3 | Faddei Matin | H18 |
| 1 | Maria Sibileva | D55 | | | |

DM, lång, Blekinge

- | | | |
|---|----------------|------|
| 2 | Meja Håkansson | D 14 |
|---|----------------|------|

Veteran VM

Veteran-SM, sprint

- | | | |
|---|-----------------|-----|
| 1 | Birgitta Olsson | D80 |
| 2 | Roland Karlsson | H85 |
| 7 | Ingrid E Ström | D70 |

Veteran-SM, medel

- | | | |
|---|---------------------------|-----|
| 1 | Birgitta Olsson | D80 |
| 1 | Roland Karlsson | H85 |
| 7 | Ann-Christin Nero Forsman | D65 |



Veteran-SM, lång

- | | | |
|---|---------------------------|-----|
| 1 | Roland Karlsson | H85 |
| 2 | Birgitta Olsson | D80 |
| 3 | Ann-Christin Nero Forsman | D65 |



Veteran- VM Slovakien, Sprint

1	Roland Karlsson	M85
4	Gullevi Svensson	W75

Veteran-VM Slovakien, medel

3	Roland Karlsson	M85
---	-----------------	-----

Veteran-VM Slovakien, Lång

1	Roland Karlsson	M85
---	-----------------	-----



Svenska mästerskap

SM, lång

1	Olha Sereda	D20 B-Final	10	Tymofii Teremetskyi	H21 C-Final
6	Serafim Kovalchuk	H18 B-Final			

SM, medel

6	Olha Sereda	D20 B-Final	23	Jakub Toborek	H20 B-Final
9	Olha Leonchuk	D20 B-Final	24	Oskar Ericsson	H20 B-Final
10	Hanna Johannesson	D21 C-Final	25	Denys Shcherbakov	H21 B-Final
13	Tymofii Teremtskyi	H21 E-Final	38	Serafim Kovalchuk	H18 B-Final

SM, Sprint

14	Oskar Ericsson	H20 B-Final	36	Tymofii Teremtskyi	H21 A-Final
16	Serafim Kovalchuk	H18 B-Final	37	Olha Leonchuk	D20 A-Final
36	Elin Saleskog	D18 B-Final			

SM sprintstafett, Lund

På SM i sprintstafett i Lund hade vi med 2 st lag. Efter en riktigt spännande duell mellan lagen slutade de på plats 23 och 24 (17 sekunder) i kvalet (och gick ej vidare till finalen).

SM stafett, Sundsvall

Här hade vi 3 lag på startlinjen (D21, H21 och ett H20). På grund av sen start, tuffa väderförhållanden, onödigt långa banor så var våra lag tvungna att bryta stafetten för att hinna med transporten hem.



Natt-SM, Sundsvall

D21 Hanna Johannesson Utgått

O-ringen Åre

19 st deltagare från ROK sprang i år O-ringen i Åre. Roland Karlsson H85, Torgny Lindström Svår 2,5 samt Ann-Christin Nero Forsman D65K stod samtliga på pallen under någon eller några etapper.

Roland Karlsson blev totalsegrare i H85 och Torgny Lindström blev totalsegrare i Svår 2,5.

Ann-Christin Nero Forsman slutade 3:a i D65K



1 Roland Karlsson, totalsegrare i H85

5 lag på Tjoget!

Årets Tjoget bjöd på gemenskap, kämparglöd och glädje, när vi i Ronneby OK hade hela 5 lag på startlinjen!

Att vi lyckades ställa upp med 5 lag kan vi tacka Tjogetgeneralen Jörgen Nilsson för då han gjorde ett riktigt hästjobb med att ringa runt och jaga alla möjliga med koppling till klubben. Många som inte sprungit orientering på en massa år tyckte detta var jättekul och tacka ja direkt 😊 .

Två av lagen var ”tävlingslag” med de tre andra var ”motionslag”. Ett lag bestod av löpare som någon gång i tiden vunnit Tjoget för Ronneby OK, det andra kallades ”Kämparna” och det tredje ”Återvändarna”.



Lag 1 slutade som på en 13 plats, ”Tjogetvinnarlaget” kom imål som lag 31, Ronneby OL lag 2 som lag 34, ”Återvändarna” som 58 och tyvärr blev ”Kämparna” ej godkända.





Grymt bra kämpat allihop, alla ni som jobbat med detta under hela våren och sommaren, alla ni som sprang, hejade och gjorde denna helg möjlig!

Ronneby OK:s Tjoget general Jörgen Nilsson sammanfattade det bra på hemsidan 😊

”ETT STORT TACK. Jag vill härmed framföra ett stort tack för all den glädje och uppmuntran jag fått under hela processen fram till tävlingsdagen på TJOGET. Det har varit en stor glädje för mig att arbeta med detta projekt och märka att det i slutändan t o m överträffande mina förväntningar. Det var många som inte hade träffat varandra på decennier och att se de kluster av gamla medlemmar som satt och glatt samspråkade med varandra glädde mig oerhört. Jag vet av egen erfarenhet att man uppskattar möten med gamla vänner och klubbkamrater mer ju äldre man blir. Det är även viktigt att yngre medlemmar får uppleva den positiva atmosfär som skapas.

Det finns goda förutsättningar för att TJOGET kan bli en årlig träffpunkt för både äldre och yngre medlemmar.

På allmän begäran lägger jag redan nu ut intresseanmälan för TJOGET 2024.”

Terräng-KM

25 deltagare kom till start på årets terräng-km vid Karlsnäsgården.

Klubbmästare i damklassen (4 km) blev Hanna Johannesson (9.55) och i herrklassen (4 km) Thomas Johannesson (9.19).

Snabbast på 2 km var Elias Lindström på en riktigt kanontid (7.59) och på 1,2 km var Billy Karstensson (5.42) den som var snabbast.

[Övriga resultat](#)

Skidor

Kommittén har bestått av följande medlemmar:

Kurt Paulsen (sammanställande)

Ingemar Ericsson

Stefan Ulmestål

Anders Saleskog

Kajsa Bäcklund

Freddy Stark

Maja Bäcklund

Stefan Karlsson

Ingrid Nihlén

Martin Nihlén

Lars-Olof Månsson

Kommittén har under året haft nio möten.

Skidspår och konstsnö

Karlsnäs skidarena hade sammanlagt under säsongen 2022–23 cirka 60 skiddagar. Från mitten av december till första veckan i januari hade vi 400m. Därefter var det en period då det inte gick att åka skidor innan vi i slutet av januari körde ut de ”sparade” snöhögarna. Denna snö kunde användas till att göra ett ca 1200 meter långt spår som åktes tur och retur med lite ny sträckning.



I månadsskiftet november-december 2023 kom det en rejäl köldknäpp som vi lyckades utnyttja de sista dagarna av. Från fredagen den 8 december fanns det klassiska spår på 400m-slingan. På resten av konstsnöspåret hade det gjorts ytterligare med snö som vi tyvärr inte lyckades få ut då det efter avslutad snöproduktion blev för varmt att köra ut och jämna ut snön. Förhoppningsvis kan vi ta hand om snön i början av 2024.

Under året har det genomförts en större arbetsdag samt att en mindre grupp, bestående av Lars-Olof Månsson, Tommy Hammar, Morgan Olausson, Inge Johansson och Bennie Torstensson, regelbundet på tisdagar genomfört arbeten på spåren. Föreningen riktar ett stort tack till det arbetet som genomförts!

För att bättre kunna utnyttja den västra snöplanen så har vi investerat i ytterligare elvimeters snölans av modell TopGun. I samband med detta så flyttades även en belysningsstolpe som medfört att en större yta av snöplanen går att utnyttja.

Egna arrangemang

Under vintern arrangerade vi inga officiella tävlingar. Dock kunde vi genomföra ett KM som var öppet även för andra föreningar samt Barnens vasalopp.

Elljusloppet

Genomfördes ej.

Karlsnäsloppet

Genomfördes ej.

Barnens Vasalopp – 21 februari

Sammanlagt 52 barn deltog.

Träningsverksamhet

Vi har under barmarksperioden genomfört fysträning från Karlsnäs på torsdagarna där träningen består av olika typer av backlöpning och skidgång uppblandat med bland annat styrke- och spänstövningar. Utöver detta har det genomförts rullskidträning på måndagar. På torsdagar och söndagar har även en grupp med äldre skidåkare träffats för träning och bastu.

Vintertid genomfördes två träningar per vecka under den period det fanns snö på Karlsnäs.

Under hösten har två ledare deltagit på Svenska skidförbundets tränarutbildning i Nässjö.

Läger

Arvid Ericsson på Svenska orienteringsförbundets Riksläger vinter (skidorientering) i Orsa Grönklitt under tre dagar i januari.

Tävlingsverksamhet - Längdskidor

Tyvärr arrangerades det inte någon tävling i Blekinge under vintern utöver en mindre skicross-tävling i Rödeby, däremot genomförde Karlskrona SOK traditionsenligt Holmsjörullen med tillhörande DM i rullskidor. Bristen på tävlingar i Blekinge hindrade inte våra skidåkare att tävla utan vi har haft deltagare på bland annat Moraloppet, Lofsdalen Epic, Åsarna skimarathon, Borås skimarathon, Nybroloppet, Craft skimarathon, Nybrorullen samt att våra ungdomar deltog på Supercupen i Nybro.

Som vanligt var det många som deltog i Vasaloppets vintervecka. Under hela vinterveckan genomförde åkare från Ronneby OK sammanlagt 38 starter.

Snabbast från Ronneby OK i Vasaloppet var junioren Oskar Ericsson före veteranen Stefan Ulmestål. Bland damerna var det som vanligt Meta Steinbach Olsson som för tjugoförsta gången i rad var snabbaste dam från Blekinge och även bästa D55-åkare.

Meta passade även på att bli Blekinges snabbaste dam i Tjejvasan när hon skidade i mål efter 30 kilometer på tiden 1.44.27. På Vasaloppet 30 visade även detta år flera av våra yngre åkare framfötterna med bra tider mellan Oxberg och Mora. Snabbast av våra yngre åkare var Oskar Ericsson med tiden 1.31.57, följd av Arvid Ericsson 1.47.49 samt Hanna Bäcklund och Hanna Johannesson båda 2.15.56.

Klubbmästare

D9-10	Selma Nihlén	H15-16	Arvid Ericsson
H9-10	Arvid Elmerot	D17+	Maja Bäcklund
D11-12	Cordelia Mölleström	H17+	Stefan Karlsson
H13-14	Hugo Bäcklund		

Distriktsmästare

DM Rullskidor

Tjejer 11-12	Selma Nihlén
D17-20	Hanna Bäcklund
H50	Stefan Ulmestål

Blekingecupen

Ingen Blekingecup genomfördes på grund av för få tävlingar.

Vasaloppet

92	5.37.58	Meta Steinbach Olsson	(1:a D55 och bäste bleking)
913	4.58.04	Oskar Ericsson	(10:a H19-20)
1372	5.20.09	Stefan Ulmestål	(4:a H70)
1594	5.28.15	Michael Persberg	
1572	5.27.15	Stefan Karlsson	

Tjejvasan

130	1.41.03	Meta Steinbach Olsson	(5:a D55 och bäste bleking)
325	2.08.50	Elin Saleskog	

Tävlingsverksamhet - Skidorientering

Under året har föreningen varit representerade på JSM/USM, deltävlingar i Sverigecupen samt landslagsuttagningar. Flitigast har Arvid Ericsson varit som deltagit på sammanlagt sex tävlingar samt att han i december fick delta på landslagets tränings- och testläger i Arvidsjaur.

Tävlingsverksamhet - Skidskytte

Under året har ett par aktiva deltagit på ett flertal skidskyttetävlingar såsom SWECUP (Nationell junior- och seniorcup), JSM och regional tävling i Nässjö. Oskar Ericsson deltog även i skidskyttepremiären 2023/24 som livesändes i samband med SVT Vinterstudio.

Resultat

15:e Totalresultat i SWECUP H18-19 Oskar Ericsson



Idrottsgymnasium

Under hösten började Arvid Ericsson på längdskidgymnasiet i Älvsbyn. Lycka till i skidspåren!

Egna Arrangemang

Kommittén har under året bestått av följande medlemmar: Patrik Karlsson (sammankallande), Ingemar Ericsson, Per Holmberg, Stefan Jönsson, Jonny Lagerström, Håkan Nilsson. Markkontaktman har Roland Karlsson varit, dock har han inte ingått i kommittén.

Arrangerade tävlingar Ungdomsserien 31 maj

Arena:	Röde Mosse, Risatorp
Karta:	Röde Mosse, utsnitt ur Ronneby-Kallinge kartdatabas
Tävlingsledare:	LarsOwe Ström
Banläggare:	Lennart Smedenmark
Bankontrollant:	Per Holmberg
Anmälda	64

Ungdomsserien 23 Augusti

Arena:	Karlsnäsgården
Karta:	Karlsnäs
Tävlingsledare:	LarsOwe Ström
Banläggare:	Patrik Karlsson
Bankontrollant:	Per Holmberg
Anmälda	86

DM-lång 24 september

Arena:	Blekinge Naturbruksgymnasium, Bräkne-Hoby
Karta:	Bräkne-Hoby
Tävlingsledare:	Patrik Karlsson
Banläggare:	Jonny Lagerström
Bankontrollant:	Nils-Arne Håkansson
Tävlingskontrollant	Åke Larsson, Stigmännen Karlshamns OK
Anmälda	195

Stadsloppet

3 juni var vi med och arrangerade andra upplagan av stadsloppet med arena på Ronneby torg. 84 anmälda och 73 startande.

Halloween Night Trail

Den 28 oktober arrangerade vi Halloween Night Trail på Karlsnäs för tredje gången.

Hela arenan vid Karlsnäsgården, parkering, start och målet i logen var upplyst med belysning och pyntat i Halloween tema. Musik, diverse effekter, massor av pumpor och 150 marschaller gjorde sitt till för att höja stämningen.

Vi bjöd på tre banor, 2 km för barn samt 5 resp 10 km. Banorna var markerade med ca 700 reflexer och ute längs dessa passerade deltagarna olika ”stationer” där de stötte på olika mer eller mindre skrämmande effekter och personer 😊.



40 st funktionärer var på något sätt engagerade innan, under eller efter tävlingen. 256 deltagare var anmälda (nytt rekord!) och de flesta kom till start.

På sociala medier kunde man även i år läsa massor av positiva kommentarer 😊



Arena:
Tävlingsledare:
Antal anmälda:

Karlsnäsgården
Thomas Johannessson
256

Hittaut

Ronneby OK har arrangerat Hittaut från den 11 mars till den 5 november. Vi startade med ett digitalt släpp i Björketorp och sedan var huvudsläppet i samband med att den fysiska kartan delades ut lagom till påsk. Därefter hade vi checkpoint-släpp den 1:e varje månad juni-oktober.

Vi delade ut cirka 13 000 kartor via Point Logistik i månadsskiftet mars-april, dessutom har det funnits kartor att hämta på bland annat turistbyråerna i Karlskrona, Ronneby, Karlshamn, Stadshusets medborgarservice, Karlsnäs och hos ett antal av samarbetspartnerna.

Intresset för Hittaut har varit fortsatt stort och i år ökade antalet registrerade deltagare med drygt 10% jämfört med 2022. Hittaut nu finns på totalt 93 orter i Sverige.

Under året har vi haft drygt 1 900 deltagare som tillsammans gjort ca 63 700 checkpoint-besök. Detta motsvarar knappt 48 000 rörelsetimmar eller ca 127 000 km.

Hittaut kan med fog sägas vara Ronnebys största friskvårdsaktivitet även 2023.

Per Holmberg har med hjälp av ett antal klubbmedlemmar lagt ner många timmar på att reka, sätta ut, underhålla och plocka in checkpoints.

Helena Blomsters arbete med sponsorer samt stöd från kommunen och LONA-bidrag medförde att det även ekonomiskt blev ett positivt resultat.



Övrigt

Ronneby OK har genomfört GarnM för Ronneby Garnison 20 april med 70 anmälda, Skvadronsmästerskap för HKP-skvadronen 1 juni med 54 anmälda och Nattpatrullen 15 november med 95 2-mannatruller.

Kartor

Samtliga föreningens digitala kartor finns samlade i en mapp på Dropbox och kan sökas både geografiskt och via årtal. Länk till kartarkivet: [https://www.dropbox.com/s/bop5zcx2x6ox0ex/RONNEBY OK%20Kartarkiv.url?dl=0](https://www.dropbox.com/s/bop5zcx2x6ox0ex/RONNEBY%20OK%20Kartarkiv.url?dl=0)

Under året har nyritning av kartor för Hittaut i Eringsboda och Hallabro genomförts. Revidering har gjorts av kartan kring Sjöarp inför vårtävlingar 2024. Revideringar har genomförts löpande under året i samband med tävlingar och träningar. Roland Karlsson/Denys Shcherbakov reviderar kontinuerligt runt Karlsnäsgråden och Magnus Thörnblad uppdaterar löpande den gamla SM-kartan Långgöl.

Karlsnäs

Kommittén har under året bestått av följande medlemmar:

Lars Martinsson (t f sammankallande)	Rune Bengtsson
Håkan Forsman	Lennart Smedenmark
Ingrid E Ström	LarsOwe Ström
	Roland Karlsson (adjungerad)

Kommittén har samlats 12 gånger under året och mötesanteckningar har förts.

Byggnad och inventarier

- Hyresavtalet med kommunen gäller sedan juli 2021. Trots flera påstötningar är kommunen väldigt återhållsamma med tekniska åtgärder vilket inte är hållbart i längden. Möjligt kan ett genomfört möte i dec ge positiv effekt. Avtalet gäller till 2026-06-30 med en uppsägningstid om 9 mån. Annars förlängning med 12 månader. Månadskostnad 6371 kr/mån.
- Vårt eget driftåtagande fungerar bra. Möbler och inventarier kompletterade.
- Ett större byte av äldre belysningsarmaturer utfördes under december av Elias Syd AB inom ramen för hyresavtalet.

Statistik för Karlsnäsgrården

Konferenser:	7 heldagskonferenser, 2 halvdagskonferenser, 1 tvådagarskonferens (10-40 personer)
Mach (tysk gruppresa):	2 grupper 11 dagar var, 1 grupp 5 dagar
Bröllop logen:	6 bröllop
Andra arrangemang logen:	7 (Fester + skola + företag + privat)
Fester/bröllop huvudbyggnaden:	3
Läger med skolor och idrottsföreningar:	6
Uthyrning grupper och utbildningar:	12 (Huvudbyggnaden och ibland annex)
Privata gäster:	3
Hundkurs:	4 hundkurser (annex 2 + camping)
Sykurs:	2 helger (2-8 personer, konferensrum + annex 2)
Jaktlaget:	10 helger (3-17 personer, annex 2 + annex 1 och 2 en helg)
Onsdagsgruppen:	Träff en gång i veckan (nästan hela året)
Blekinge OF:	12 tillfällen
Blekinge Skidförbund:	6 tillfällen
Äventyrsbanan:	6 grupper (Antal deltagare: 35+17+15+16+20+98 = 201)
Kallingskolan:	2 veckor (128 gästnätter)
Andra större grupper:	Gökotta LO (logen, kök, omklädningsrum, camping, annex 2) Större arrangemang med Försvarmakten. Äventyrsbana med tre olika "tävlingsområden" och 18 st ideella funktionärer innan ansvar för middag med 98 personer i logen. F17 (26 personer 4 + 1 + 8 nätter = 338 gästnätter)
Totalt antal gästnätter:	971 st (2022 855 st)

PR och Friskvård

Hemsidan karlsnaskgarden.se uppdateras men alltmer används Facebook och Instagram.

Karlsnästipset och servering

Tips och bingoverksamheten med tillhörande servering har pågått under 42 veckor.

(Sommaruppehåll 25 juni -20 augusti)

Liksom föregående år har vi under vissa tipsdagar ersatt inomhusserveringen med grillad korv med tillbehör utomhus.

Totalt under året har vi haft 5040 tippare, vilket innebär ett snitt på exakt 120 (mest 207 minst 34) per gång. Som jämförelse kan nämnas att vi under perioden 2010- 2019 hade c:a 100-110 deltagare i snitt per gång.

Rätt rad och vinnare har presenterats på hemsidan och på anslagstavlor vid Karlsnäs

Rune Bengtsson har som vanligt svarat för tipsfrågorna. Stor text (och ibland bilder) uppskattas framför allt av de äldre deltagarna.

Resultatservice skedde på vår egen hemsida måndagar med resultat och inbjudan till nästa tipstillfälle samt på anslag ute och inne på Karlsnäsgården.

Veckans bana

Från vecka 14 - 40 (3 april - 8 oktober), har banor varje vecka hängts ut runt Karlsnäs. Banorna har varit 5–6 km långa, med möjlighet till avkortning till 3–4 km. Totalt 494 deltagare har noterat sig på listan i veckans banas brevlåda. Trots uppmaningar skriver inte alla som nyttjar banorna upp sig. Det faktiska deltagarantalet kan därför antas vara större.

De som arbetat med veckans bana utöver kommitténs Håkan Forsman är Per Engkvist (digitalt upplägg på hemsida/Eventor), Magnus Törnblad (banläggning), Ingmar Månsson (banläggning) och Bennie Torstensson (inplockning). Alla som känner för att hjälpa till, kan skriva in sig på blankett som ligger på kontoret. Välj vecka samt vad man vill göra, banläggning eller inplockning av kontroller.

Anställda

Kanslist Ulrika Lindbom och vaktmästare Denys Shcherbakov har fullgjort sina uppdrag på ett bra sätt. Arbetsplatsträffar och utvecklingssamtal har hållits enligt regler. Längre ledigheter har lösts inom kommittén.

Marknad och Kommunikation

Kommittén har under året bestått av följande medlemmar:

Helena Blomster (sammanställande), Ingrid E Ström, Anna Ericsson och Jon Engkvist

Vi har under året jobbat med att behålla befintliga och hitta nya samarbetspartners/sponsorer, både gällande Karlsnäsgården och Hittaut. Vår målsättning har varit, och är, att ersätta det ekonomiska bortfall som det blir när vi mister en sponsor med en ny, samt att helst öka antalet sponsorer. Det har varit svårt under 2023. En ny samarbetspartner har tillkommit och det är MA Screen. Under året har WSP, AB Ronnebyhus, Ronneby Färg/Colorama och Swedbank sagt upp sina avtal.

Gällande Hittaut fick vi något färre sponsorer detta år jämfört med 2022, vilket bidrog till en lägre intäkt. Vissa sponsorer bidrar inte med pengar, utan med varor och tjänster. Ett exempel på det är Kolafabriken i Bräkne-Hoby där vi utöver pengar också får kolapåsar att dela ut bland de lottade vinnarna. Inför alla digitala släpp av nya checkpoints och vid annan ny information gällande Hittaut har vi publicerat det på landsbygds-tv och i klubbens sociala medier. Vi har även haft reklam på TV-skärmar på Bergslagskrogen.

Under året har vi fortsatt arbetet med att uppdatera de avtal som har några år på nacken, så att samtliga samarbetspartners ska ha samma innehåll i sina avtal som i de nya som skrivs. I de äldre nämns t ex inte möjligheten till att boka äventyrsbanan till ett rabatterat pris.

Våra sponsorer och samarbetspartners på Karlsnäsgården fick i början på året, via e-post, övergripande information om vilka aktiviteter vi hade planerat för 2023, både gällande vår egen träningsverksamhet, vilka tävlingar vi skulle arrangera under året samt aktiviteter för allmänheten som Karlsnästipset och veckans bana. Vid de tillfällen vi arrangerat tävlingar under året har Water Jet och Swedbank varit synliga via beachflaggor mm, helt enligt våra avtal. Swedbank har även haft en klickbar banner på rok.nu.

Under 2023 valde BLT/Sydöstran att förändra sin sponsring till oss, innan annonserade vi gratis varje vecka med resultat från tipsrundan på Karlsnäs. Från att ha en annons per vecka fick vi endast 12 annonser per år. Hur skulle våra tippare ta det? Vi tycker det har löst sig bra genom anslag på Karlsnäs och annonsering via Facebook. Istället har vi kunnat använda annonsutrymmet till bredare information, t ex om sommarens SOL-skola, Halloween Night Trail och julhälsning.

De sponsorer som är riktade mot Hittaut har vid några tillfällen under Hittaut-säsongen fått information om projektet och om Ronneby OK:s övriga verksamhet, samt en slutredovisning och tack-hälsning i november, även det via e-post.

Under 2023 har det funnits möjlighet att beställa klubbkläder vid två tillfällen, en gång på våren och en gång under senhösten/vintern.

Vi har löpande under året försökt lägga ut information och blänkare på sociala medier, stort som smått.

Utbildning och fortbildning

Tränarutbildning skidleka (Svenska skidförbundet) 28 januari 2023

Ingrid Nihlén, Martin Nihlén, Kajsa Bäcklund, Maja Bäcklund och Hanna Bäcklund.

Grundutbildning tränare (RF-SISU) 23 oktober 2023

Ingrid Nihlén och Martin Nihlén

Insamling till våra Ukrainska ungdomar

I december startade Ronneby OK en insamling till förmån för det stora antal Ukrainska ungdomar som vill vara med och orientera. Pengarna ska bl.a. möjliggöra att de ska kunna delta i verksamhet som de annars inte skulle haft möjlighet till.

Årsboks slut

Logga in på hemsidan för att se en komplett verksamhetsberättelse med årsboks slut.

Ligger där i filarkivet