

RONNEBY OK VERKSAMHETSBERÄTTELSE & ÅRSBOKSLUT

2024



RONNEBY ORIENTERINGSKLUBB

Innehåll

Styrelse 2024	5
Medlemsredovisning 2024-12-31	5
Ordföranden har ordet	6
Ungdom	7
Träningar måndagar	7
Innebandy vinterhalvåret	8
Vinterlägret	8
Lärgrupper	8
Orion Junior camp	8
Göingestafetten	8
USM-läger Målilla	9
Ungdomens 10-mila	9
Bussresa Älmhult	10
DM sprintstafett	11
DM-stafett	11
Regionsläger	12
Polen läger Wyspa O-cup	12
O-ringen Smålandskusten	13
SOL-skola	13
Hällevikslägret 5 - 9 augusti	13
Ungdomsserien – ROK vinnare av finalen!	14
Totalresultat U-serien 2024	15
Blekingecupen	15
Älgot CUP	15
Daladubbeln	16
O-event i Borås	16
Höstlägret	17
Mästerskap	18
Götalandsmästerskap (GM)	18
SSM	19
Ungdoms-SM (USM)	19
Övrigt	20
Skolaktiviteter	21
Saxemara	21
Slättagårdsskolan	21
Bamselinans hälsolopp	21

Fond ukrainska ungdomar	22
Bidrag Sparbanksstiftelsen Kronan	22
Träning och tävling	23
Träningsverksamhet	23
Tisdagar (April-Juni, Augusti -Oktober).....	23
Tisdagar (jan-mars)	23
Onsdagar (vintersäsong).....	23
Lördagar (vintersäsong)	23
Nattcup	24
Tävlingar	24
Stafettligan	24
SM sprintstafett, Västerås	24
SM stafett Nyköping	24
O-ringen Oskarshamn	25
10-mila Nynäshamn 4—5 maj	26
Swedish League.....	27
Tjoget	27
3 skåningar och en dansk	28
Sprintheleggen Orion	28
DM Sprintstafett.....	29
Tävlingsresultat	29
Distriktsmästerskap	29
DM SPRINT.....	29
DM Sprintstafett.....	29
DM Medel	30
DM Stafett	30
DM Lång	30
DM Ultralång	30
DM Natt.....	31
GM Sprint.....	31
GM lång.....	31
Veteran VM Finland.....	31
Veteran VM LÅNG.....	31
Veteran VM MEDEL	31
Veteran VM SPRINT	31
Veteran-SM	32
Veteran SM SPRINT.....	32

Veteran SM MEDEL.....	32
Veteran SM LÅNG	32
Junior-VM Tjeckoslovakien.....	32
Sprint	32
Lång.....	32
Medel.....	32
Svenska mästerskap.....	32
SM MEDEL	32
SM LÅNG	32
SM SPRINT	32
SM stafett Nyköping	33
Skinkloppet.....	33
Grötfesten	33
Terräng-KM	34
Sylvesterloppet Olofström.....	34
Skidor	35
Skidspår och konstsnö	35
Egna skidarrangemang	36
Träningsverksamhet Skidor Barn/Ungdomsverksamhet.....	36
Läger.....	37
Tävlingsverksamhet – Längdskidor och rullskidor	37
Orienteringsskytte	38
Egna Arrangemang.....	39
Arrangerade tävlingar.....	39
Sjöarpsdubbeln lång 16 mars	39
Sjöarpsdubbeln medel 17mars	39
Ungdomsserien 24 april	39
Ungdomsserien 22 maj.....	39
Ungdomsseriefinalen 22 september	39
Hittaut.....	40
Övrigt	40
Kartor	41
Karlsnäs.....	42
Byggnad och inventarier	42
PR och Friskvård.....	43
Karlsnästipset och servering.....	43
Äventyrsbanan.....	43

Veckans bana.....	44
Anställda.....	44
Marknad och Kommunikation	45
Utbildning och fortbildning.....	46
Gåvor.....	46
ÅRSBOKSLUT.....	47

Styrelse 2024

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	Freddy Stark

Andra funktionärer 2024

Vapenansvarig	Gustav Bäcklund
Markkontaktman	Roland Karlsson
Webbansvarig	Jon Engkvist
Trivselgrupp:	Ann-Marie Månsson
	Kajsa Bäcklund
	Anders Saleskog
	Ulrik Johansson
	Jennie Saleskog

Medlemsredovisning 2024-12-31

Ålder (år)	0-6	7-12	13-20	21-40	41-	Summa	2023
Kvinnor	3	25	17	18	64	127	(118)
Män	3	24	37	32	112	208	(218)
Totalt	6	49	54	50	176	335	(336)

Ronneby Orienteringsklubb

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

Ordföranden har ordet

Ännu ett år att se tillbaka på, och ett nytt att se fram emot. När jag tänker på året som gått så finns det massor av saker som dyker upp i mitt huvud. Detta visar på att vi gör massor av aktiviteter i vår förening, som engagerar våra medlemmar på olika sätt. Det är många som bidrar med sin tid i olika omfattning för att föra vår förening framåt, men det kan bli ännu fler. Ta med dig nån du känner, medlem eller inte, när du ska göra något i Ronneby OK's namn. Det kommer att bli roligare så.



Något jag tycker visar på detta engagemang, är vårt återuppståndna höstläger på Karlsnäs. Här dök flera ungdomar upp, som varit med i verksamheten tidigare och skapade ett fantastiskt läger för våra ungdomar.

Ungdomssidan har under året växt med många nya namn. Flertalet av dessa är ungdomar som flytt krigets Ukraina, med allt vad det innebär. Det är naturligtvis jätteroligt för oss att alla ni har hittat till Ronneby OK. Men jag tror att er glädje är ännu större, att ni hittat en aktivitet som är rolig, spännande och utvecklande. Även en glädje i att få tillhöra ett större sammanhang i föreningen och orientering. Jag hoppas att vi alla kan fortsätta att bygga band mellan oss, oavsett vilken bakgrund, ålder eller erfarenhet vi har, för att alla ska bli starkare.

Även skidsidan vet jag har många unga som regelbundet träffas för att träna och ha roligt tillsammans. När snön försvann i våras, fortsatte verksamheten, med rullskidor och löpträning hela sommarhalvåret. Men jag tror att längtan att få komma ut i fina spår på Karlsnäs är stor nu, för både stora och små skidåkare.

Under året har det satsats stort, med mycket engagemang från Skidkommittén för få till ännu bättre skidspår under vintern. Det har varit med stor glädje som jag följt arbetet med det nya garaget, till vår nya pistmaskin, som nu äntligen är på plats. Nu vill vi bara se en lång och härlig vinter, med mycket skidåkning.

Nu stundar ett nytt år, som jag hoppas att vi fyller med ännu fler och ännu roligare aktiviteter tillsammans. Vi ska även lyfta blicken mot år 2026, då klubben kommer att fira 50 år! Hur vill just du fira detta? Börja fundera redan nu, alla idéer är välkomna.

Ordförande

Gustav Bäcklund

Kallinge 2024-12-15

Ungdom

Kommittén har bestått av följande medlemmar:

Ann-Christin Nero Forsman (Sammankallande)

Fredrik Håkansson

Sofia Lagerström

Sarah Lindström

Maria Sibileva

Emil Ekblom

Mathias Blomster

Säsongstart som vanligt i Sverigepremiären i Åhustrakten

Även det här året startade orienteringssäsongen 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 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 11 träningar. På hösten genomfördes sju träningar i dagsljus där sista gången var avslutningen med tårtkalas på Karlsnäs. Efter detta fortsatte vi med mörker-OL fem tillfällen i Brunnskogen, dessa var välbesökta. Sista mörkerträningen var på Karlsnäs, som dessutom inledde Höstlägret.



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/Thomas Johannesson/Kent Törnkvist.

Träskracet kring Kallingegölen återkom även i år till ungdomarnas glädje.

Inför varje vecka kommer info på hemsidan, ansvaret över övningar/banor har fördelats och uthängning och inplockning av skärmar har gjorts av Ann-Christine Nero Forsman och Håkan Forsman.

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 -25 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.

Innebandy vinterhalvåret

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

Vinterlägret

Under tre dagar 12-14 januari anordnade OK Skogsfalken ett vinterläger för Blekinges ungdomar. Från ROK deltog Meja Håkansson, Mattis Lindström och Alice Lagerström. Helgen bjöd på OL-träning i vintervit miljö vid Skogsfalkens klubbstuga i Svängsta, inomhus hinderbana, mästerskap i Yatzy och pizza och taco buffé.

Lärgrupper

Innan vårens första måndagsträning så genomfördes 2 lärgruppsstillfällen den 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.

Orion 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.



Göingestafetten

Den 31 mars deltog vårt ungdomslag i Göingestafetten (Stafettligan #1), en stafettävling arrangerad av FK Göingarna. Tävlingen avgjordes i den vildmarksbetonade terrängen vid Klingatorpet, 29 km norr om Kristianstad, med gran- och bokskog, hyggen, planteringar och sankmarker som satte löparnas orienteringskunskaper på prov. Vårt lag tävlade i klassen D16 som ett kombinationslag tillsammans med OK Orion och Ronneby OK.

Trots hård konkurrens lyckades laget ta en imponerande fjärdeplats av totalt elva lag, med en sammanlagd tid på

1:45:15, endast 15 minuter från segern. Olivia Myrén startade starkt och höll en sjätteplacering på första sträckan, medan Meja Håkansson avancerade till tredje plats på sin sträcka. Övriga löpare, Elsa Engström, Miroslava Janabaeva och Alice Lagerström, bidrog med stabila prestationer som säkrade en stark avslutning. Göingestafetten gav våra ungdomar värdefull erfarenhet i en utmanande terräng och visade på deras goda laganda och kämparglöd.

USM-läger Målilla

Blekinge OF USM-läger genomfördes den 24-26 maj i Målillaskogarna för 13-16 åringar ur Blekinges klubbar. OK Orion ansvarade för planering och genomförande, och Målilla valdes för att terrängen är liknande den i Härnösand där USM skulle gå senare under året, men betydligt närmare. Johan Myrén från Orion lade tre träningar, två sprangs under lördagen och en på söndagen. Elva blekingeungdomar följde med på lägret, från Ronneby OK deltog Alice Lagerström och Meja Håkansson. Mathias Blomster och Tymofii Teremetskyi följde med som ledare och kontrollutsättare. Klubben subventionerade hela anmälningsavgiften för våra deltagare.

Lägret började på fredagen med transport till Målilla OK:s klubbstuga där vi hade logi under helgen. På lördag förmiddag hölls första orienteringsträningen och det var tydligt att flera ungdomar var ovana i Målillas branta, kuperade och steniga skogar. Efter ett uppfriskande dopp vid Hesjöns badplats och ett besök i den lokala livsmedelsbutiken fortsatte dagen med lunch, Världscupsprint-tittande och dagens andra träningspass. Passet bestod av flera mindre slingor med fokus på kontrollplockning, och efter dagen var flera av lägerdeltagarna rejält utmattade. Därför slopades den tänkta discgolf-aktiviteten och kvällen avslutades istället med lekar kring klubbstugan och en utvärdering av dagens träningar samt information rörande USM i Härnösand och GM på Gotland.



Söndagens träning hölls i samma område som pass två, men var en gafflad stafett med masstart och två olika

svårighetsgrader. Även under detta pass hade ungdomarna flera bommar och mycket att lära sig av träningspassen inför USM. Lägret har därmed visats vara en utmanande och givande aktivitet som har gjort våra ungdomar till ännu lite vassare orienterare! Efter lunch och rengöring av klubbstugan avgick transporten hem till Blekinge, då trötta och nöjda ROK:are äntligen kunde pusta ut efter en utmanande men framför allt rolig orienteringshelg.

Ungdomens 10-mila

Den 4 maj deltog vårt ungdomslag i Tiomilas ungdomskavle på Kvarnägens Idrottsplats i Nynäshamn, sex mil söder om Stockholm.

För vårt ungdomslag var upplevelsen det stora målet. Vi reste redan på fredagen och fick tid att umgås, förbereda oss och skapa minnen tillsammans. En fin och torr arena med konstgräsplan och idrottshallar mötte deltagarna på lördag förmiddag. Dessutom stod en fantastisk orienteringsterräng till förfogande.

Med nära 280 startande lag var atmosfären på den soliga arenan



fyllt av förväntan. Laget kämpade tappert genom hela stafetten och slutade på en hedervärd 121:a plats, med en total tid på 2:06:24, vilket var 33 minuter bakom täten. Oleksandr Teremetskyi öppnade stafetten med en stabil insats trots den hårda konkurrensen. Olle Saleskog och Mattis Lindström bidrog med viktiga prestationer på andra sträckan, medan Meja Håkansson och Miroslava Janabaeva lyfte laget med jämna löpningar på tredje sträckan. Alice Lagerström avslutade med en stark insats på den sista sträckan och tog laget i mål.

Tiomila är alltid en av årets höjdpunkter, och även detta år gav den våra ungdomar oförglömliga minnen och inspiration inför framtiden.

Bussresa Älmhult

Den 1 maj anordnade kommittén en bussresa till Sköldsbygd utanför Älmhult, där OK Älme arrangerade en medeldistans. Resans syfte är att få igång tävlingsandan hos ungdomarna samt höja klubbgemenskapen. I mån av plats fick även seniorer och veteraner åka med bussen och bussen fylldes till sista plats!

Hela 47 startande ROKare från inskolning till H85, jättekul! Efter tävlingen åkte bussen till pizzeria Amigo i Älmhult där det hade beställts pizzabuffé till alla medresenärer, ett fortsatt lyft för klubbgemenskapen 😊.





DM sprintstafett

Ronneby OK tog segern i tre klasser på DM sprintstafett i Svängsta! I klassen D16 vann Alice Lagerström och Meja Håkansson.

DM-stafett

OK Orion 25 augusti. Flera nya stafettlöpare i ROK lagen, roligt att ni vill vara med. Lite svåra ungdomsbanor, men ni gjorde det jättebra. Ni har rutin till nästa år.

D16 (Alice Lagerström, Miroslava Janabaeva och Meja Håkansson)

H16 4:a (Arvid Lindahl, Mattis Lindström och Olle Saleskog)



DH12 laget med Anna Jönsson, Lily Larsson, Emma Lagerström, Elvira Johansson(saknas på bilden) och Adrian Ekblom



Regionsläger

Regionslägret för 14-åringar i Skåne, Halland, Blekinge och Småland ägde rum i Osby den 17-20 juni och ROK var ansvarig för distriktets gemensamma transport. Från klubben deltog Meja Håkansson, och Ann-Christin "Ankan" Nero Forsman körde Blekinges deltagare dit och hem.

Polen läger Wyspa O-cup

Ett glatt gäng ROK-are reste i början av mars till Polen för att delta i Wyspa O-cup 8-10 mars. Tävlingarna arrangerades av klubben Harpagan och tävlingsområdet var kustnära strax öster om Gdansk mellan Mikoszewo och Jantar. Det bjöds på en härligt öppen tallskog, mycket kurvbildsläsning och en hel del inslag av historiska skyttegravar.



Vi anlände med färjan fredag morgon och åkte direkt vidare till Sztutowo, där vi skulle bo, för lunch. Vi tog sedan chansen och besökte Stutthof numera museum om det forna koncentrationslägret. Därefter hann vi med en kort träning för att bekanta oss med terrängen och hann även med ett kort besök på stranden lagom till solnedgången.



På lördagen var det dubbla tävlingar med medeldistans både på etapp 1 på förmiddagen och etapp 2 på eftermiddagen. Vid etapp 3 på söndagen var det dags för långdistans. För vissa blev det "bara" längre bana då, för andra (med längre bana) blev det ett antal vändor upp och ner för den rejäla sluttning som gick genom hela området och därmed betydligt fler höjdmeter i benen!

Bäst lyckades Olha Sereda genom att vinna D20, 2:a i H18 blev Oleksii Shyp och övriga resultat finns att läsa på arrangörernas



sida <https://www.harpagan.pl/wyspa-en/live/> . Efter prisutdelningen åkte vi till Gdansk för

lunch och vandring i gamla stan, därefter vidare till Gdynia för att ta färjan hem. Det var en trevlig helg och vi hade gärna stannat lite längre!

O-ringen Smålandskusten

Ett O-ringen på nära avstånd i år gjorde att det var många orienterare från Ronneby OK på plats. Vi bodde på lite olika ställen, ett stort gäng bodde i Målillas klubbstuga inte långt från etapperna alldeles intill. Härligt belägen mitt i tallskogen vid vägs ände. Här levde vi en lugn vecka, med gemensam matlagning och sovande på madrasser. Gänget som campade på O-ringencampingen hade inte en lika lugn start på veckan då det visade sig vid ankomst att campingplatserna låg under vatten! Det ordnades reservplatser lite offside men det blev ändå bra till slut.

I år hade vi 13 ungdomar som sprang tävlingsklass. Meja i D14, Alice D15 Miroslava i D16 K och Elvira i D10, hennes första O-ringen. Elias H16, Mattis H13, Isac H11, Boryslav H10, Oleksandr H16, Bohdan och Illia 17-20 K, Mikhail H14 K och Veles i H12 K. Det var sedan flera ungdomar som sprang inskolning och enstaka etapper, vilket är möjligt att göra.

Tredje dagen hade flest O-ringenstarter för ROK, hela 56 stycken



SOL-skola

Under 2024 års sommar var det planerat att genomföra föreningens SOL-skola, men tyvärr blev det inställt på grund av för få anmälda deltagare samt brist på ledare. Trots en grundläggande planering och ett försök från föreningens sida, gick det inte att genomföra. Föreningen ser fram emot att stärka förberedelserna inför kommande år och hoppas på ett större deltagande samt fler engagerade ledare för att kunna erbjuda barn och ungdomar en meningsfull och lärorik upplevelse. Det brukar vara svårt att få anmälningar till SOL skolan om den är i augusti, bättre med juni direkt när sommarlovet börjar

Hällevikslägret 5 - 9 augusti

Sju ungdomar från Ronneby var med på Hällevikslägret. Daniel Garcia, Boryslav och Veles Holub, Meja Håkansson, Miroslava Janabaeva, Alice Lagerström och Ebba Larsson. Eftersom

lägret också är en del av ledarutbildning så hade vi också Pavlo Vovchanovskyi, Illia Otrok och Tymofil Teremetskyi som ledare. Nedan följer Pavlos berättelse från lägret.

Under de soliga dagarna 5–9 augusti samlades vi för Hällevikslägret, en vecka fylld av orientering, aktiviteter och skratt. Lägret startade med "lära-känna-lekar" som snabbt bröt isen mellan deltagarna. Redan första dagen fick vi prova på Keps-OL och en spännande labyrint under invigningen.

Veckan fortsatte med utmanande träningspass som Ö-OL på Hanö och den alltid populära Tjuv och Polis-OL vid bryggan. Förutom orienteringen hann vi också med bad, brännboll och till och med nattorientering, där pannlamporna lyste upp stigarna i den mörka skogen – en riktig höjdpunkt! Kvällarna var fyllda av teori och ledarutbildning, som gav oss verktyg för att utvecklas både inom orientering och som ledare.

På torsdagen samlades vi till en finalkväll där alla idrotter firades med glädje och energi. Vi avslutade veckan med en fartfylld sprint och en gemensam avslutning där vi blickade tillbaka på alla härliga stunder.

Lägret gav oss inte bara nya orienteringsfärdigheter, utan också vänskap och minnen för livet.

Ungdomsserien – ROK vinnare av finalen!

Ungdomsserien är en serietävling för ungdomar och juniorer där det ingår sex deltävlingar och en final. I år var det tre deltävlingar på våren och två på hösten. Genom att delta samlar man poäng åt sig själv och sin klubb. Förutom tävlingsklasserna är det många av våra ungdomar som har provat inskolning, mycket lätt och lätt banorna. I år har vi haft 35 olika ungdomar som vid någon deltävling varit med, jättekul!

Finalen är gemensam för hela Blekinge och genomförs efter sista deltävlingen någon gång på hösten. För andra året i rad har Blekinges ungdomar gemensam övernattnings för de som vill och i år var den på Karlsnäs. Mellan Vilses vanliga tävling på dagen innan finalen och finalen så träffades ungdomarna på Karlsnäsgården och hade roligt tillsammans. Hur gick det då på finalen? Jo den vanns av RONNEBY OK!

Grattis alla ungdomar i ROK!



Totalresultat U-serien 2024

D16	2	Alice Lagerström	H16	3	Olle Saleskog
	4	Ebba Larsson		5	Oleksandr Teremetskyi
	5	Miroslava Janabaeva		7	Daniel Garcia
D14	1	Meja Håkansson	H14	3	Mattis Lindström
	6	Cordelia Möllerström		6	Arvid Lindahl
D12	3	Anna Jönsson		11	Mikahail Kirzleev
	8	Emma Lagerström	H12	4	Isac Håkansson
D10	3	Lily Larsson		12	Veles Holub
	4	Elvira Johansson	H10	2	Boryslav Holub
	8	Betty Jeppson		6	Adrian Ekblom

Någon av klubbens ledare har varit med på respektive tävling för att vara ett stöd och ta med klubbutrustning till ungdomarna.

Blekingecupen

Blekingecupen har 2024 bestått av 11 st deltävlingar, där deltagare i HD12, HD14 och HD16 samlat poäng. 13 av våra ungdomar deltog på någon av deltävlingarna. Det blev många fina placeringar av ROK-ungdomarna. Bäst lyckades Meja Håkansson som segrade i D14 och Alice Lagerström som kom på en fin sammanlagd andraplats i D16.

D16	1	Alice Lagerström	H16	6	Elias Lindström
D16	5	Ebba Larsson	H16	7	Olle Saleskog
D16	6	Miroslava Janabaeva	H16	10	Olexandr Teremetskyi
D14	1	Meja Håkansson	H16	11	Daniel Garcia
D12	9	Emma Lagerström	H14	5	Mattis Lindström
			H14	8	Arvid Lindahl
			H12	9	Isac Håkansson
			H12	14	Veles Holub

Älgot CUP

Helgen den 28–29 september deltog våra ungdomar i Älgots tävlingarna i Skåne, Örkelljunga, ett evenemang som kombinerade orientering med gemenskap.

Övernattningen tillsammans med klubbkamraterna bjöd på många skratt och aktiviteter som bad, bowling och spel. Helgen blev en fin mix av tävling, glädje och samarbete, där ungdomarna stärkte både sina vänskapsband och sin laganda.

Söndagen den 29 september deltog Ronneby OK med två lag i Älgot ungdomsstafetter. Ett lag tävlade i klassen U 3-manna, där Daniel Garcia Urdambidelus, Boryslav Holub och Erik Jönsson stod för fina prestationer och visade härlig laganda genom hela tävlingen.

Det andra laget tävlade i klassen U 4-manna och bestod av Miroslava Janabaeva, Anna Jönsson, Veles Holub, Lily Larsson, Emma Lagerström och Cordelia Möllerström. Laget imponerade med sin kämparglöd och sitt stöd för varandra, både under och utanför tävlingen.

Båda lagen njöt av utmaningen och den glada stämningen vid växlingsområdet. Stafetterna blev en perfekt avslutning på en helg fylld av gemenskap och orienteringsglädje!

Daladubbeln

Tre ungdomar, Alice Lagerström, Meja Håkansson, och Elias Lindström från ROK deltog på den av Blekinge OF anordnade resan till Daladubbeln utanför Falun.

Så här skriver Alice om resan:

Tillsammans med Blekinge ungdomarna åkte vi i en stor bussutflykt till Dalarna för att springa tävlingen Daladubbeln. I Falun bodde vi på en skola. Tävlingen inleddes på fredagskvällen med nattsprint. På lördagen var det tvåmannastafett där man parar ihop sig med valfri kompis, som kan springa för annan klubb. Efter lördagens tävling åt vi pizzabuffé på en lokal pizzeria. Tävlingen avslutades på söndagen med att man ska klä ut sig tillsammans med sin kompis och springa en ultralång bana som brukar vara längre än vanligt.

O-event i Borås

Den 8–10 november deltog Ronneby OK med en stor trupp i det populära O-event i Borås, en av årets största orienteringshelger med över 3 500 deltagare. I år var vi ännu fler än förra året, hela 39 st ROK:are varav några som inte varit med förut på detta evenemang.



Med tre olika tävlingar under samma helg fick deltagarna chansen att utmana sig i varierande format och terräng. Fredagens **Sprint by Night** satte fart på helgen, där nattorientering i stadsmiljö krävde både snabbhet och skärpa. Lördagens tävling, **Downhill Sprint**, var en publikfavorit som bjöd på unika skogsbanor med mycket nedförsorientering, vilket testade deltagarnas snabba beslutsfattande. Helgen avslutades med **Zoorienteringen** på Borås

Djurpark, där ungdomarna fick navigera sig fram bland både kontroller och djur i en rolig och annorlunda tävling.



Totalt sprang 19 av våra ungdomar i tävlingsklasser, och flera av dem stod för fina prestationer.

I tävlingsklasserna visade Serafim Kovalchuk storform genom att vinna H20-klassen. Faddei Matin presterade också starkt med en fjärdeplats i H18. Andra fina insatser stod bland annat Alice Lagerström för i D15 och Piotr Motala i H16, som båda tog placeringar högt upp i resultatlistorna.

Våra yngsta tävlande orienterare Lily Larsson och Elvira Johansson i D10 och Boryslav Holub, H10, kämpade väl i de



utmanande banorna. Dessutom deltog flera ungdomar i öppna banor och nybörjarklasser. De yngsta deltagarna från klubben var Erik Jönsson och Elinor Johansson.

Mellan tävlingarna var det fullt upp med aktiviteter. Ungdomarna hade två timmar bad i Stadsbadhuset, några besökte Leos Lekland, medan andra tog en shoppingtur i Borås. På lördag kväll samlades hela gruppen för en gemensam middag på skolan, där vi bodde, vilket blev ett tillfälle att dela dagens upplevelser och ladda inför söndagens tävlingar. Stämningen var på topp oavsett aktivitet, och det blev många glada skratt och roliga minnen.

Våra ungdomar visade fin laganda och bidrog till en härlig stämning genom hela helgen. Det blev en minnesvärd upplevelse som stärkte både vänskapsbanden och klubbkänslan.

Höstlägret

För första gången detta årtionde anordnade klubben ett höstlovs läger på Karlsnäsgården för våra barn och ungdomar, något som förut har varit årets höjdpunkt för såväl deltagare som ungdomsledare. Detta skedde till stor del genom drivmotorn Jon Nilsson, en hemvändare med mångårig erfarenhet som lägerledare både i ROK och utomlands. I år var åtta stycken ungdomar med på lägret som bjöd på aktiviteter så som poängjakt i mörker, korvgrillning, löpteknikträning, flera utmanande orienteringspass i skog så väl som inne i klubbstugan, samt en hel del härliga lekstunder tillsammans hela gruppen.

Lägret sträckte sig över tre dagar med start måndag kväll och avslut onsdag eftermiddag. Det stora fokuset för lägret var att bygga upp klubbgemenskapen, och det märktes tydligt att ungdomarna gjorde en resa tillsammans och blev mycket mer sammansvetsade än de var när lägret startade. Vid avslutnings-snacket på onsdagseftermiddagen blev det väldigt tydligt att

deltagarna inte var redo att åka hem ännu, alla ville att lägret skull hålla på några dagar längre! Detta var jättekul att höra 😊 Nu hoppas vi på att ryktet sprider sig så att nästa års läger kan bli både längre och större med många fler deltagare och en yngre skara ungdomsledare som kan få tillbaka lägret till sin forna glans i klubben.

Tack för ett kul läger önskar ledarna Jon, Pavlo, Mathias, Tymofii och Anton.

Mästerskap

Götalandsmästerskap (GM)

På nordöstra Gotland arrangerades GM 16-18 augusti. I Blekingetruppen ingick flera Ronnebylöpare, JÄTTEKUL. Detta är ju ett mästerskap som också vänder sig till juniorer och seniorer. Ungdomar som var med var i H13 Mattis Lindström, H15 Elias Lindström, D15, Alice Lagerström D15 Miroslava Janabeava, D15 Ebba Larson, D14 Meja Håkansson och D13 Cordelia Möllerström.



Så här skriver Cordelia om sitt första GM.

Fredagen den 16 augusti 2024 åker vi ett stort gäng till Gotland från Oskarshamn. Vi är i åldrarna 13 och uppåt till 21. Första tävlingen är på fredagen innanför Visbys ringmur. Efter tävlingen tar vi buss till ett mysigt boende där vi sover i två rum på golvet. Vi vaknar tidigt på lördagen för att äta frukost och sedan till Sajgs naturreservat där vi springer en bana. Efter vi hade sprungit så kunde man gå ca 1 km för att bada vid en lite avlägsen strand. Senare var det en prisutdelning för gårdagen och dagens prestationer. Vi åker sedan till vår bostad och får fri tid. På söndagen åker vi till samma plats och springer en stafett. Det blir lite ont om tid men vi hann med bad och prisutdelning efter. Vi åker sedan till en mataffär och till båten och på väg hem. Det var roligt att få tävla med andra lag och få nya kompisar i GM.

GM sprint			GM lång		
D14	34	Meja Håkansson	D14	21	Meja Håkansson
D15	18	Alice Lagerström	D15	16	Alice Lagerström
D15	46	Miroslava Janabeava	D15	29	Miroslava Janabeava

D15 46 Ebba Larsson
D13 42 Cordelia Möllerström
H16 - Elias Lindström
H13 43 Mattis Lindström

D15 - Ebba Larsson
D13 32 Cordelia Möllerström
H16 18 Elias Lindström
H13 49 Mattis Lindström

På söndagens ungdomsstafett var Alice Lagerström, Meja Håkansson, Cordelia Möllerström och Mattis Lindström med i olika Blekinge lag.

SSM

Den 13-14 april anordnade OK Orion Sydsvenska mästerskapen. Tävlingarna bestod av en individuell distans och avslutades med en stafett på söndagen. Från klubben deltog Mattis Lindström i H13, Olle Saleskog i H15, Alice Lagerström D15. Arvid Lindahl H14 och Meja Håkansson D14 hade otur och blev sjuka. Alice lyckades jättebra och fick en fin 4:e plats i den individuella tävlingen. Stafetten sprang de alla någon sträcka i varsitt Blekinge/Småland-lag.

SSM individuell

D15 4 Alice Lagerström
H13 19 Mattis Lindström
H15 15 Olle Saleskog

Ungdoms-SM (USM)

Sista helgen i augusti 29/8 -1/9 var det dags för USM, denna gång i Härnösand. USM vänder sig till D15, D16, H15 och H16. Resan gick med buss tillsammans med Småland. Fredagen startade med en sprint och under lördagen genomfördes en långdistans och helgen avslutades med en stafett på söndagen. Från klubben deltog Elias Lindström på H16 långdistans (p.g.a. skador under året, så var Elias en ledarkraft resten av resan) och Alice Lagerström D15 som sprang sprint, långdistans och deltog i Blekinges stafettlag.

USM sprint

D15 34 Alice Lagerström

USM lång

H16 58 Elias Lindström
D15 40 Alice Lagerström

Övrigt

- Den 25 maj hade vi en **inomhus-OL på ICA Maxi**. Tompa hade ordnat en kort OL-bana med SportIdent som var mycket uppskattad och välbesökt. Maxi lottade ut priser bland alla deltagare och barnen hade tillsammans med föräldrar fullt sjå att passa kartan så det överensstämde med butiksinredning m.m.
- Den 30 november var det **Ungdomsledarkonferens** på Karlsnäs. En stund på förmiddagen som hölls av SISU och Karolina Östlund ungdomsutvecklare på SOFT som var med på länk. Syftet med förmiddagen var att få lite tips och också få ge kommentarer till en del material som finns på SOFT när det gäller ungdomsorientering. Största delen av dagen hölls av Johan Myren och klubbrepresentanter från Blekingeklubbarna. Ansvarsfördelning av nästa års ungdomsaktiviteter genom Blöf spikades. Med från ungdomskommittén var Ann-Christin "Ankan" Nero Forsman, Fredrik Håkansson och Mathias Blomster.
- **Föreningsdag** på Slättagårdsskolan 14 dec, anordnat av BIU, där flera föreningar i kommunen fick möjlighet att visa upp sin verksamhet och sprida intresset vidare till barn i närområdet och deras föräldrar. Detta som en satsning för att integrera fler i föreningslivet och genom det förebygga utanförskap. Här representerades ROK av Mathias Blomster och Stefan Jönsson, och vi har förhoppning om att utöka vårt samarbete med BIU under 2025.
- **BOKSTAVSJAKTEN** är en satsning för att nå fler medlemmar som vi började att arbeta med under året men som vi tyvärr inte maktade med att avsluta. Meningen är att erbjuda enkla orienteringsbanor i stil med Hittaut i områdena Hjorthöjden och Brunnsparken för att nå ut till fler personer i närområdet och förhoppningsvis få nya deltagare på våra ungdomsträningar. Vid kontrollpunkterna sitter det istället för skärmar små lappar med en bokstav på, och man ska försöka sätta samman så många ord som man kan med de bokstäver som man har hittat. Vår plan är att lansera bokstavsjakten innan uppstarten av våra måndagsträningar nästa år.

Skolaktiviteter

Saxemara

Under våren och hösten har Ingrid och LarsOwe tillsammans med idrottsläraren i Saxemara skola ordnat olika svårigheter av orientering för samtliga elever.

Förskoleklass och klass 1 kämpade i SportIdentbana. Årskurs 2-3 klurade i en stor labyrint medan årskurs 4-6 hade orienteringsbanor i skogen.



Slättagårdsskolan

Stefan Jönson genomförde en skolgårdsorientering för årskurs 6 på Slättagårdsskolan med Sportident. under ett tillfälle i september och en aktivitet på Idrottens dag den 4 oktober med labyrintorientering och Sportident.

Bamselinas hälsolopp

Den 16 maj på Förskolans dag, var Ingrid och LarsOwe, som den trevliga traditionen sedan många år tillbaka bjuder, på Backsippans förskola i Listerby och genomförde hälsoloppet, en uppskattad SportIdentbana, tillsammans med Maria "Bamselina" Espekrona-Håkansson



Fond ukrainska ungdomar

Fonden för de ukrainska ungdomarna fick i början av året ett större tillskott genom Skogsvandrarstipendiet på 10 000 kr. Under året har det också kommit in olika bidrag både från medlemmar och icke-medlemmar. Med hjälp av fonden har våra ukrainska ungdomar kunnat delta på de olika aktiviteter där vi annars tar ut en viss egenkostnad. (exvis Älmeresan, Hällevikslägret, O-Event mm)

Ett stort tack till alla som på detta sätt gett ungdomarna chansen till meningsfulla aktiviteter.

Bidrag Sparbanksstiftelsen Kronan

Vi är oerhört tacksamma för det ekonomiska stöd som Sparbanksstiftelsen Kronan har bidragit med till vårt projekt, som riktar sig mot barn och kvinnor som flytt från Ukraina. Projektets mål har varit att integrera dessa familjer i det svenska samhället genom riktade aktiviteter, utbildningar och idrottsevenemang.

En central del av projektet har varit att introducera deltagarna till svensk natur, friluftsliv och orientering. Höjdpunkten var vårt deltagande i världens största orienteringstävling, O-ringen, i Småland. Tack vare stödet kunde vi möjliggöra deltagande för 15 ukrainska ungdomar tillsammans med svenska familjer från vår förening, vilket stärkte gemenskapen och gav ovärderliga upplevelser.

Dessa insatser har resulterat i att vi nu har över 20 aktiva ukrainska ungdomar i föreningen, vilket vi ser som ett stort framsteg.

För barn och ungdomar som står inför splittrade familjer och ekonomiska utmaningar har projektet varit en möjlighet att delta i aktiviteter som bidrar till både fysisk hälsa och socialt välmående och hitta en ny gemenskap. För ensamstående mödrar, som kämpar med att skapa en stabil tillvaro i ett nytt land, har projektet inneburit ett viktigt stöd och nätverk.

Tack vare Sparbanksstiftelsens stöd har vi kunnat skapa en meningsfull och hoppfull framtid för dessa ungdomar och deras familjer – en insats som verkligen gör skillnad.

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, Jörgen Nilsson, Kent Törnqvist och Ingemar Månsson

Kommittén har under året haft 3 möten.

Träningsverksamhet

Tisdagar (April-Juni, Augusti -Oktober)

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

Tisdagar (jan-mars)

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

Onsdagar (vintersäsong)

Denys har på ett utmärkt sätt hållit ett antal styrketräningsspass i Espedalsskolan på onsdagar i vinter.



Ett härligt gäng på styrketräning



Lördagar (vintersäsong)

Lördagar under vintersäsong har Kent och Maria hållit i löpträningar i Sunnahallen i Karlskrona med 15-20 ungdomar/juniorer/seniorer och äldre varje gång.

Nattcup

ROK arrangerade under året två st nattcuper i Östra Blekinges nattcup serie. 8 februari vid Hjortsberga och banläggare var Thomas Johannesson.

Den 5 dec vid Karlsnäsgråden och med A-C Nero och Håkan Forsman som ansvariga.



Tävlingar

Stafettligan

Vi har deltagit på 5 deltävlingar av 6 i den nyinsatta stafettligan under 2024. Konkurrenten är den allra bästa då lag från hela landet deltar. Totalt i ligan så slutade Ronneby OK på plats 41 av 167 deltagande lag.

SM sprintstafett, Västerås

Ronneby OK blev 35:a på SM i sprintstafett under SM-veckan i Västerås. Bra prestation med ett ungt lag där vi ställde upp med en 18-åring och en 17-åring på de två sista sträckorna.

I laget sprang: Str 1 Olha Leonchuk, Str 2 Tymofii Teremetskyi, Str 3 Elin Saleskog , Str 4 Arvid Ericsson



SM stafett Nyköping



I svår terräng lyckades vårt H20 lag springa fantastiskt bra på Stafett-SM och slutade som 14 av 70 startande lag och endast 12 minuter efter segrande lag! I laget sprang Serafim Kovalchuk, Oleksii Shyp och Faddei Matin.

O-ringen Oskarshamn

Oringen 2024 gick av stapeln i trakterna av Målilla och Oskarshamn mellan 22 och 27 juli. Från Ronneby OK deltog upp mot 60 löpare. De flesta sprang samtliga etapper medan några bara deltog på enstaka. Varje dag hade vi minst 50 startande. Många gjorde sin första start på O-Ringen och flera nybörjare klarade de längsta och svåraste banorna i sitt liv. Det var både yngre barn och äldre veteraner på startlinjen, motionärer och satsande löpare, samt tre löpare i H18 elitklass.



Kent Törnkvist blev totalsegrare i klassen H70 kort, med hela fyra etappsegrar. Ann-Christine Nero Forman och Roland Karlsson hade två etappsegrar var. Ann-Christine i D65 kort och Roland i H85. Ann-Christine blev dessutom totalt trea i sin klass. Olle Saleskog hade en etappseger i medelsvår 2,5.

Terrängen i Målilla var verkligen något extra, med utmanande banor som erbjuder både skönhet och spänning. Nu ser vi fram emot nästa års O-ringen runt Jönköping.



10-mila Nynäshamn 4—5 maj

Nyhet för året var att damerna sprang två nattsträckor och omstart på morgon efter och att herrarna sprang tre dagsträckor och omstart anpassat så att det skulle bli målgång innan damerna startade. För tävlande och åskådare blev det mer fokus på respektive kavle. Det blev lite ”nystart” för Ronneby OK och 10-mila vilket gjorde att våra startnummer var höga och vi fick stå längst bak vid starten, här tappade vi många minuter redan första 500m. Resultatmässigt var det ändå klart godkänt.

Damerna inledde med Hanna Johannesson och Hanna Ring på två mycket svåra nattsträckor. Sträcka tre som var den första långa dagsträckan sprangs av Olha Leonchuk som fick gå ut som 236:e och växlade sedan över som 213:e. Olha Sereda sprang sedan 4:e sträckan på en riktigt bra sträcktid och växlade över till Elin Saleskog som nummer 177. Sarah Lindström sprang sista och en av de längre sträckorna, laget gick i mål som 191:a av 273.



Hanna Johannesson, Hanna Ring, Olha Leonchuk, Olha Sereda, Elin Saleskog, Sarah Lindström.

Herrarna inledde med tre dagsträckor där Tymofii Teremetsky fick den svåra uppgiften att springa 1:a sträckan, ROK hade fått ett högt startnummer och fick starta långt bak i det 317 lag stora startfältet. Redan efter 500m var startfältet ordentligt utdraget eftersom det var svårt att springa om andra löpare. Tymofii växlade över till Oleksii Shyp som 127:a, 3:e sträckan sprangs av nästa junior Faddei Martin och nu var laget på 113:e plats. Omstarten inleddes med ”långa natten” 14km

Omstarten inleddes med ”långa natten” 14km drygt som Radim Kligl avverkade på knappt 100min, nu var laget på 110plats. Nästa junior Bartek Maciejewski förde sedan upp laget till 90:e plats efter 5 sträckor. 6:e sprangs av nestorn Thomas Johannesson, 7:e av Mathias Blomster, 8:e av nästa junior Oscar Eriksson, 9:e av Anton Glivesson och 10:e och sista sträckan av Jakub Toborek. Laget låg hela tiden och balanserade runt placering 100 eller strax över med slutplaceringen 105 av 317 lag.

Helhetsintrycket är klart godkänt och vi kommer att få se fler ROK lag i kommande stafetter.



Tymofii Teremetsky, Oleksii Shyp, Faddei Martin, Radim Kligl, Bartek Maciejewski, Mathias Blomster, Oscar Eriksson, Jakub Toborek (saknas på bilden: Anton Glivesson och Thomas Johannesson).

Swedish League

Individuellt har vi deltagit i 6 av 10 deltävlingar i Swedish League

Tjoget

Tjoget gick under året i Emmaboda och vi startade med "bara" tre lag - trots att 21 nya löpare tillkom.

Potentialen verkar alltså ligga på 6 lag kommande år 😊

Förstalaget låg liksom i fjol med i tätklungan hela lördagen. Under söndagens 13 sträckor sprang våra löpare i stort sett hela tiden utan att se några konkurrenter och slutade på en 11:e plats. Kämpalaget förstärkt med återvändare och Tjogetvinnare blev 46:a och vårt andra lag 51:a av 61 startande lag. Liksom 2023 hade vi en mycket god stämning med bl a korvgrillning lördag kväll och fika från trivselgruppen.

Vi ser alla fram emot kommande Tjoget med tillförsikt. 😊

3 skåningar och en dansk

Två totalsegrare blev det på årets 3 Skåningar och 1 dansk, Tymofii Teremetskyi i H21 och Thomas Johannesson i H55.

Fina totalplaceringar som 3:a blev Sarah Lindström D45, Maria Sibileva D55, Ann-Christin Nero Forsman D65 och Birgitta Olsson D75.

Ytterligare 11 ROK:are deltog och samtligas resultat hittar man [HÄR](#).

Sprintheleggen Orion

Sprintheleggen 9-10 juni arrangerades av OK Orion i idylliska Kristianopel och denna helg hade vi hela 40 startande från klubben. Kul att se så många som fått blodad tand att springa sprint.

Framgångarna kom också!
Denna gång hade ROK segrare genom damveteranerna Birgitta Olsson i D75 och Ann-Christin Nero Forsman i D65, samt

Tymofii Teremetsky som vann huvudklassen H21. Lilla Boryslav i H10 var ensam i sin klass som stämplade rätt i alla tre starter. Bra tävlat alla!



DM Sprintstafett

Ronneby OK tog segern i tre klasser på DM sprintstafett i Svängsta! Våra lag i D16, H21 och H45 kämpade hårt i konkurrensen med lag från andra blekingska klubbar på roliga sprintbanor lagda av Skogsfalken.

Individuellt fick ROK:are hela åtta DM-guld genom Alice Lagerström i D16, Elin Saleskog i D18, Oleksii Shyp i H18, Thomas Johannesson i H55, Ingemar Månsson i H65, Sarah Lindström i D45, Ingrid E Ström i D70 och Birgitta Olsson i D80.

Grattis alla DM vinnare och bra prestationer av alla våra 39 deltagare!



Tävlingresultat

Distriksmästerskap

DM SPRINT

1	Thomas Johannesson	H55
1	Oleksii Shyp	H18
1	Alice Lagerström	D16
1	Birgitta Olsson	D80
1	Ingemar Månsson	H65
1	Elin Saleskog	D18
2	Kent Törnqvist	H70
2	Tymofii Teremetskyi	H21
2	Ingrid E Ström	D70
2	Sarah Lindström	D45
2	Ann-Christin Nero Forsman	D65
3	Lily Larsson	D10

DM Sprintstafett

- 1 D 16 Alice Lagerström, Meja Håkansson, Alice Lagerström, Meja Håkansson
- 1 H 21 Tymofii Teremetskyi, Oleksii Shyp, Tymofii Teremetskyi, Oleksii Shyp

- 1 H45 Christian Håkansson, Thomas Johannesson, Christian Håkansson,
Thomas Johannesson
- 2 D 45 Jennie Saleskog, Sarah Lindström, Jennie Saleskog, Sarah Lindström

DM Medel

1 Birgitta Olsson	D80
1 Roland Karlsson	H80
1 Meja Håkansson	D14
1 Ann-Christin Nero Forsman	D65
2 Elias Lindström	H16
2 Tymofii Teremetskyi	H21
2 Kent Törnqvist	H70
2 Serafim Kovalchuk	H20
2 Ingemar Månsson	H65
2 Bohdan Rekachynskyi	H18
3 Faddei Matin	H20
3 Alice Lagerström	D16

DM Stafett

- 2 H 20 (Faddei Matin, Oleksii Shyp, Serafim Kovalchuk)
- 2 H21 (Tymofii Teremetskyi, Mathias Blomster, Jakub Toborek)
- 2 DH ÄLDRE (Stefan Jönsson, Christian Håkansson, Ann-Christin Nero Forsman)
- 2 Propagande (Maria Sibileva, Bohdan Rekachynskyi, Olha Leonchuk)

DM Lång

1 Oleksii Shyp	H18
1 Birgitta Olsson	D80
1 Roland Karlsson	H80
1 Meja Håkansson	D14
2 Faddei Matin	H18
2 Alice Lagerström	D16
2 Ann-Christin Nero Forsman	D65
3 Elvira Johansson	D10
3 Ingrid E Ström	D70
3 Kjell Månsson	H80

DM Ultralång

1 Roland Karlsson	H80
1 Faddei Matin	H20
1 Ingemar Månsson	H65
2 Tymofii Teremetskyi	H21

2 Kjell Månsson	H80
2 Oleksii Shyp	H20

DM Natt

1 Roland Karlsson	H80
1 Ann-Christin Nero Forsman	D65
1 Christian Håkansson	H50
2 Meja Håkansson	D14

GM Sprint

1	Serafim Kovalchuk	H20
7	Faddei Matin	H18
31	Bohdan Rekachynskyi	H18

GM lång

2	Serafim Kovalchuk	H20
1	Faddei Matin	H18
14	Oleksii Shyp	H18

Veteran VM Finland

Veteran VM LÅNG

1	<u>M85A</u>	<u>Roland Karlsson</u>
3	<u>W80A</u>	<u>Birgitta Olsson</u>
20	<u>M65B</u>	<u>Ingemar Mansson</u>
29	<u>M55A</u>	<u>Thomas Johannesson</u>

Veteran VM MEDEL

4	<u>W80A</u>	<u>Birgitta Olsson</u>
11	<u>M85A</u>	<u>Roland Karlsson</u>
26	<u>M55A</u>	<u>Thomas Johannesson</u>
32	<u>M65B</u>	<u>Ingemar Mansson</u>

Veteran VM SPRINT

4	<u>M85A</u>	<u>Roland Karlsson</u>
6	<u>W80A</u>	<u>Birgitta Olsson</u>
29	<u>M55A</u>	<u>Thomas Johannesson</u>
59	<u>M65A</u>	<u>Ingemar Mansson</u>



Guld och brons på veteran-VM i Finland. På veteran-VM:s sista distans, långdistansen slog Roland och Birgitta till och fick kliva upp på pallen. Roland tog guld i M85 och Birgitta bronset i W80.

Veteran-SM

Veteran SM SPRINT

11 Ingemar Månsson H65

Veteran SM MEDEL

45 Ingemar Ericsson H50

48 Ingemar Månsson H65

Veteran SM LÅNG

44 Ingemar Månsson H65

Junior-VM Tjeckoslovakien

Sprint

M20

100 Oleksii Shyp

130 Faddei Matin

Lång

M20

52 Serafim Kovalchuk

56 Faddei Matin

99 Oleksii Shyp

Medel

M20

57 Serafim Kovalchuk

112 Oleksii Shyp

119 Faddei Matin

Svenska mästerskap

SM MEDEL

18 Oleksii Shyp H18 B-Final

22 Nazarii Danyliuk H20 B-Final

26 Faddei Matin H18 A-Final

34 Hanna Johannesson D21 C-Final

34 Tymofii Teremetskyi H21 C-Final

SM LÅNG

4 Faddei Matin H18 B-Final

28 Tymofii Teremetskyi H21 B-Final

29 Serafim Kovalchuk H20 A-Final

SM SPRINT

5 Elin Saleskog D18 B-Final

21 Tymofii Teremetskyi H21 Final

26 Arvid Ericsson H18 B-Final

SM stafett Nyköping

H20 14 (Serafim Kovalchuk, Oleksii Shyp, Faddei Matin)

Skinkloppet

Den 15 december genomfördes Skinkloppet vid Karlsnäsgården med 28 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!



Vinnare på den korta banan blev Kent Törnqvist som bara hade 4 sekunder diff! På mellanbanan var det Mattis Lindström som gissade bäst, endast 10 sekunder fel! På långa banan var det Tompa som tog hem skinkan med 1,42 min diff.
Ansvarig: Thomas Johannesson

Grötfesten

Efter loppet var det dags för den traditionella grötfesten. Här bjöds det på glöggmingel, gröt i stora lass, ost och skinkmackor och sedan fika på det. Succé med andra ord 😊
Ca 45 medlemmar deltog.

Stort tack alla som fixade, 5+ och en riktigt trevlig dag på Karlsnäs 😊



Skogskarlar stipendie

I samband med Sjöarpsdubbeln fick Oleksii Shyp motta sitt stipendium från Blekinge Skogskarlar. Grattis!

Terräng-KM

Ett litet men tappert gäng kom till start på årets terräng-km vid Karlsnäsgården.

Klubbmästare i damklassen (4 km) blev Ingrid Nihlén (21:19) och i herrklassen (4 km) Christian Håkansson (17:08).

Snabbast på 2 km var Isac Håkansson (8.48) och på 1,2 km var Selma Nihlén (6.18) den som var snabbast.

Övriga resultat

Sylvesterloppet Olofström

Årets sista löpartävling, Sylvesterloppet, blev en perfekt avslutning på året för Ronneby OK:s löpare. I herrarnas kvartsmarathon imponerade Serafim Kovalchuk med ett personbästa på 38:00 och en femteplats. Oleksii Shyp följde bakom med 38:42, också ett personligt rekord. Tymofii Teremetskyi och Faddei Matin genomförde starka lopp med tider på 38:43 respektive 40:00



Skidor

Kommittén har bestått av följande medlemmar:

Freddy Stark (Sammankallande), Stefan Ulmeståhl, Anders Saleskog, Stefan Karlsson, Lars-Olof Månsson, Martin Nihlén, Kurt Paulsen samt Ingemar Ericsson.

Under året har kommittén haft nio möten.

Skidspår och konstsnö

Förra säsongen inleddes redan i månadsskiftet november/december med natursnö som var åkbar. I början av december startade vi upp snökanonerna. Vi tillverkade konstsnö i tre omgångar under den gångna vintern. Första gången det spårades konstsnö på Karlsnäs var 8 december 2023. Spårets längd utökades allt eftersom det var möjligt under säsongen och nådde sin fulla längd 19 januari. När det var som längst hade vi ca 2,5 kilometer spår som var åkbart till Vasaloppsveckan. Sista gången det spårades i konstsnöbädden var 1 mars. Tillverkningen av snö krävde att snökanonerna gick i 164 timmar. Under drift var det alltid minst två personer, oftast tre eller fler, på plats som skötte snökanoner, pumpar och kompressorn. Kostnaden för tillverkning av snö var ca 240 000 kronor varav ca 100 000 kronor är elkostnad. Snöbädden spårades med traktorfräsen vid tre tillfällen.

Underhållet av spårsystemen står till stor del den s.k. tisdagsgruppen för. De arbetar regelbundet året runt med underhållet. Det har fälts träd längs spåren och bytts plankor på broar längs milspåret. Gräset har klippt under året och för att underlätta detta arbete köptes det under våren in en betesputsare för 26 000 kronor. Dessvärre stals klubbens åkgräsklippare under hösten och ingen ny är inköpt i skrivande stund.

Första arbetsdagen för året genomfördes 6 april då det sista av utrustningen för snötillverkning plockades in. Under hösten genomförde vi en arbetsdag, 9/11, då pumpen i ån testades och underhölls samt löv krattades. I början av december genomfördes den årliga utbildningen i hur vi sköter utrustningen för konstsnötillverkning.

Under året har det gjorts stora investeringar på Karlsnäsgården. Från våren till hösten har LED Energi Nordic AB bytt ut all armatur längs elljusspåret mot LED-belysning. Det är mer än 125 elstolpar som har bytt armatur. Annan utrustning som tillhör elektroniken på spåret som tidur och elskåp har också bytts ut under arbetet. Även någon elstolpe har flyttats. Slutsumman för detta arbete hamnar på drygt 470 000 kronor. 75% av kostnaden täcks av Idrottsmedel från RF-SISU och resterande 25% av investeringsbidraget vi fick från Ronneby kommun 2021.

Det har även byggts ett pistmaskingarage under hösten ca 100 meter ut längs konstsnöspåret vänstra sida. Bygglov och startbeviset beviljades i augusti och direkt påbörjades markarbetet inför gjutningen av sulan. Redan då beställdes en tank på 1500 liter för att fånga upp eventuellt oljespill. Byggnationen av garaget utfördes av JSB som vann upphandlingen av kontraktet där några byggföretag inkom med anbud. Bygget stod klart i slutet av november.

Klubbens medlemmar har hjälpt till med arbetet för att hålla kostnaden nere. Det har isolerats, målats ute, målats tak och väggar invändigt samt även målats golv under slutet av november och början av december. Även visst elarbete har utförts av klubbens medlemmar. Storleken på garaget är ca 8 x 12 meter. Den totala kostnaden för allt som tillhör garaget beräknades innan arbetet påbörjades till ca 900 000 kronor plus moms. Då ingår arbetskostnad, byggmaterial, markarbete, maskinhyror, arkitekt, bygglov, elarbeten, färg m.m.



I mitten av december anlände kronan på verket då vår nyinköpta pistmaskin levererades från Mora av Winnmarketing. Det är en Pisten Bully 100 från 2005 med ca 6 000 gångtimmar. I köpet ingår en ny fräs på spåraggretatet. Kostnaden för detta är 495 000 kronor plus moms, 618 750 inklusive moms. Även kostnaderna för maskinhall och pistmaskin täcks av investeringsbidraget från Ronneby kommun.

Vi ansökte under hösten om bidrag på 60 000 kronor från Blekinge Skidförbund för våra investeringar och beviljades hela summan.

För att kunna producera fler men mindre högar att köra ut med pistmaskinen har det under hösten köpts in två nya fundament till snöspjuten och sex nya slangar. Kostnad för detta var 25 000 kronor.

Under den gånga säsongen hölls skiduthyrningen öppen på vardagar av vaktmästaren Denys och under vissa helger av klubbens medlemmar. Vid två tillfällen höll vi även skidkurser med instruktör från klubben för grupper som ville prova på längdskidåkning.

Egna skidarrangemang

Under säsongen anordnade klubben två lopp.

Karlsnäsracet – genomfördes 11/2 som ett öppet KM. Ungefär 30 personer totalt deltog i de olika klasserna. <[resultat](#)>

Barnens Vasalopp – genomfördes traditionsenligt på tisdagen under sportlovet, 20/2. Ett 50-tal barn startade med nummerlapp och några valde att åka i spåren utan nummerlapp.

Elljusloppet – genomfördes ej.

Träningsverksamhet Skidor Barn/Ungdomsverksamhet

Under vintern började ett antal nybörjare som har stannat kvar under hela året. I skrivande stund består gruppen av totalt 8-9 barn/ungdomar i åldrarna 8 - 13år som regelbundet deltar på träningarna.

Under vinterdelen av året hölls regelbundna skidträningar 2ggr/vecka på Karlsnäs. Under barmarkssäsongen sker rullskidträning 1-2ggr/vecka samt barmarksträning 1 gång/vecka.

I september fick vi besök av Jörgen Larsson, skidskyttekonsulent för Region Syd som anordnade en mycket uppskattad prova-på träning.

För att kunna erbjuda en rolig, utvecklande träning som passar och möter ungdomarna på sin nivå omnämner vi därför den nuvarande gruppen som fortsättningsgrupp och eventuella nybörjare som ansluter kommer köra i en egen grupp, med egen ledare tills de kan gå upp i fortsättningsgruppen.

En del ungdomar har även uttryckt intresse av att tävlingssatsa och därför har vi lagt till en extra träning i veckan för de som nått åldern för tävlingsklass (T/K 11-12). Detta sker i samarbete med KSOK och kallas Utvecklingsgruppen. Samarbetet med KSOK viktigt för att ge de få tävlingssatsande skidungdomar Blekinge har en stimulerande miljö att utvecklas i.

Läger

Året inleddes med vinterläger på Lassalyckan i Ulricehamn där 10 ROK:are deltog. Det blev tre pass på skidor i det fina spårsystemet

Under våren deltog åkare på dagläger arrangerat av Team Skåne där även skidskytte var en del.

Under gemensam Blekinge Skidförbund-flagg följde två av klubbens ungdomar och en ledare med Karlskrona SOK till Orsa i början av december för tidig snöpremiär.

Mitt i sommaren, 30/6, arrangerades ett dagläger med ungdomsgruppen.

Tävlingsverksamhet – Längdskidor och rullskidor

Söndagen 14/1 arrangerade Karlskrona SOK DM 15 kilometer. Fem barn samt tre eller fyra vuxna från Ronneby OK deltog i tävlingen. Barnen körde kortare sträckor än 15 km.

Karlsnäsracet – genomfördes 11/2 som ett öppet KM. Ungefär 30 personer totalt deltog i de olika klasserna.

Under Vasaloppsveckan startade 30 av klubbens medlemmar i något lopp och 28 av dessa gick i mål under portalen i Mora. Tre av medlemmarna deltog i mer än ett lopp.

ROK har haft deltagare på väldigt många skid- och rullskidtävlingar under året. Några höjdpunkter var GM i Kimstad i mars där 2 ungdomar deltog.

Youth Camp Summer Tour i Ulricehamn där nästan hela gruppen deltog i rullskidtävlingen och fick träffa svenska landslagsåkarna. GM i rullskidor i Borås, där ROKare både tampades

om topp-placeringar och flera av nybörjarna åkte sin första hela tävling. Holmsjörullen och DM i rullskidor mm var andra tävlingar vi deltagit på.

Flera av rullskidtävlingarna ingick i en serie kallad Götalands touren och några av ROK ungdomarna fick fina placeringar tack vare att man åkte många av tävlingarna och gjorde fina prestationer.

På årets Holmsjörullen, tillika DM i rullskidor, deltog 4 vuxna och 5 barn. Tre av klubbens barn/ungdomar vann sina respektive klasser (Hilda Nihlén i T9-10, Alfred Svensson i K9-10, resp. Selma Nihlén i T11-12).

Förutom ovanstående tävlingar har klubben varit representerade på ett flertal andra tävlingar, både nationella och internationella.

Orienteringskytte

SM och Sverigecup i Orienteringskytte gick i Lindesberg/Örebro 25-26 maj. Stort grattis till bröderna Ericsson som tog vars en SM medalj!

Oskar vann H20 båda dagarna, Arvid 3:a respektive 2:a i samma klass!



Egna Arrangemang

Kommittén har under året bestått av följande medlemmar: Patrik Karlsson (sammankallande), Lennart Smedenmark, Ingemar Ericsson, Per Holmberg, Stefan Jönsson, Jonny Lagerström, Håkan Nilsson.

Markkontaktman har Roland Karlsson varit, dock har han inte ingått i kommittén.

Arrangerade tävlingar

Sjöarpsdubbeln lång 16 mars

Arena: Sjöarp
Karta: Sjöarp
Tävlingsledare: Jörgen Svensson
Banläggare: Patrik Karlsson
Bankontrollant: Jonny Lagerström
Tävlingskontrollant: Lars-Gunnar Bengtsson, Stigmännen Karlshamns OK
Anmällda: 422 inkl. öppna banor

Sjöarpsdubbeln medel 17mars

Arena: Sjöarp
Karta: Sjöarp
Tävlingsledare: Jörgen Svensson
Banläggare: Jonny Lagerström
Bankontrollant: Patrik Karlsson
Tävlingskontrollant: Lars-Gunnar Bengtsson, Stigmännen Karlshamns OK
Anmällda: 467 inkl. öppna banor

Ungdomsserien 24 april

Arena: Björketorp
Karta: Björketorp
Tävlingsledare: LarsOwe Ström
Banläggare: Gustav Bäcklund
Anmällda: 124 inkl. öppna banor

Ungdomsserien 22 maj

Arena: Karlstorpsplanen
Karta: Ronneby
Tävlingsledare: LarsOwe Ström
Banläggare: Maria Sibileva
Anmällda: 116 inkl. öppna banor

Ungdomsseriefinalen 22 september

Arena: Karlsnäsgården
Karta: Karlsnäs
Tävlingsledare: Patrik Karlsson
Banläggare: Daniel Persson

Bankkontrollant: Ingemar Månsson
Anmälda 201 inkl. öppna banor

Hittaut

Vi har arrangerat Hittaut från den 30 mars till den 3 november. Inget försläpp i år utan ett huvudsläpp på påskaftonen som ju låg väldigt tidigt i år.

Papperskartan kom sedan i veckan efter påsk.

Därefter hade vi checkpoint-släpp den 1:e varje månad maj-september.

I år valde vi att inte dela ut kartan till alla hushåll utan den fanns att hämta hos Medborgarservice i stadshuset, turistbyrån, Karlsnäs, Naturum, ICA Maxi, Coop, Salong Astra, ICA Nära i Bräkne-Hoby och via klubbmedlemmar.

Trots att kartan inte kom i brevlådan så har intresset för Hittaut har varit fortsatt stort. Visserligen blev det en liten minskning i antalet deltagare mot 2023 men den trenden gäller även övriga orter i Blekinge med omnejd.

Under året har vi haft knappt 1 600 deltagare som tillsammans gjort ca 55 000 checkpoint-besök. Detta motsvarar drygt 42 000 rörelsetimmar eller ca 110 000 km.

Hittaut kan med fog fortfarande sägas vara Ronnebys största friskvårdsaktivitet.

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 medförde att det även ekonomiskt blev ett positivt resultat.



Övrigt

Ronneby OK har genomfört **GarnM för Ronneby Garnison** 10 april med 125 anmälda. Arrangörer var Lennart Smedenmark, Ingrid och LarsOwe Ström och Håkan Forsman.

25-26 september arrangerades ett mindre mästerskap, **CISM Regional Championship**, för de nordiska länderna och inbjudna länder runt Östersjön. Totalt var det knappt 30 deltagare från Sverige, Finland och Litauen som tävlade i långdistans på onsdagen och 2-mannastafett på torsdagen. Funktionärer var Lennart Smedenmark, Håkan Forsman, Ann-Christin Nero-Forsman, Denys Shcherbakov, Jörgen Nilsson, Ingrid och LarsOwe Ström, Birgitta Olsson och Thomas Johannesson.

På **Nattpatrullen** den 13 november deltog 68 st 2-mannapatruller. Funktionärer var Lennart Smedenmark, Håkan Forsman, Bennie Torstensson, Jörgen Nilsson, Thomas och Susanne Johannesson och Håkan Nilsson.

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>

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 Karlsnäsgården 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, Stefan Jönsson, Kajsa Bäcklund, Gustav Bäcklund.

Roland Karlsson (adjungerad)

Kommittén har samlats 10 gånger under året och mötesanteckningar har förts.

Byggnad och inventarier

- Hyresavtalet med kommunen gäller sedan juli 2021. Trots flera påstötningar är kommunen väldigt återhållsam med tekniska åtgärder vilket inte är hållbart i längden. Löfte om utvändigt underhåll under 2025 finns dock. Avtalet gäller till 2026-06-30 med en uppsägningstid om 9 mån. Annars blir det förlängning med 12 månader. Månadskostnad för närvarande 6 371 kr/mån.
- Vårt eget driftåtagande fungerar bra. Möbler och inventarier har kompletterats löpande och inre underhåll har utförts. I samtliga fönster i Annexen har under året monterats rullgardiner (av en samarbetspartner).
- Takbelysningen i Logen har ersatts med åtta LED-armaturer.
- Takbelysningen i matsalen har förbättrats med fyra LED-armaturer.
- Åkgräsklipparen är stulen och ny måste anskaffas. Ersättning via försäkringen hjälper.

Statistik för Karlsnäsgården

Konferenser:	3 heldagskonferenser, 5 halvdagskonferenser, (245 personer)
Mach:	3 grupper 11 nätter var, en grupp 11 nätter där hälften paddlar (176 personer)
Bröllop logen:	3 bröllop
Andra arrangemang i logen:	9 (privata fester + företag + Mach + LO)
Fester huvudbyggnaden:	2
Läger med skolor och idrottsföreningar:	10
Uthyrning grupper företag och föreningar:	19 (Huvudbyggnaden och ibland annex)
Privata gäster:	4
Hundkurs:	5 hundkurser (annex 2 + camping + Denys lokal 2 gånger) (15 dagar)
Jaktlaget:	7 helger (75 personer till och med 23/12 samt tillkommer helgen 27-29/12.)
Onsdagsgruppen:	Träff en gång i veckan (nästan hela året)
Blekinge skidförbund:	4 tillfällen
Blekinge OF:	15 tillfällen
Äventyrsbanan:	5 grupper (Antal deltagare: 50 + 45 + 40 + 20 + 30 = 185)

Kallingskolan: 3 dagar hela huvudbyggnaden + omklädningsrum
Skiduthyrning: 5 grupper (97 personer)

Totalt antal gästnätter 2024: 2321 till och med 23/12, varav 1661 tyska

PR och Friskvård

Paddelkompaniet har fått ny ägare och avtal och rutiner har överförts på ett bra sätt.

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

Karlsnästipset och servering

Tips och bingoverksamheten med tillhörande servering har pågått under 41 veckor.
(Sommaruppehåll 16 juni -25 augusti)

Liksom föregående år har vi under vissa tips-dagar ersatt inomhusserveringen med grillad korv med tillbehör utomhus.

Totalt under året har vi haft 4485 tippare, vilket innebär ett snitt på 109 st (mest 205 minst 17) 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, på Facebook 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 sker på vår egna hemsida måndagar med resultat och inbjudan till nästa tipstillfälle samt på anslag ute och inne på Karlsnäsgården.



Äventyrsbanan

Under året har både samarbetspartners, gymnasieutbildning och flera företag genomfört de olika stationerna på banan med stor entusiasm. Under höstens värsta regnskur kunde Äventyrsbanan till och med genomföras inomhus.

Holkbygge för flygtekniska gymnasieutbildning i logen

För att ge dessa den bästa upplevelsen har LarsOwe som ansvarig haft hjälp av Ulrika och Denys samt av Ronnie Persson, Birgitta Olsson, Håkan Forsman, Margareta och Olle Ring,

Elisabet Janner, Ebba Larsson med kamrat och Ingrid. Sammanlagt har 200 personer haft en tuff kamp på äventyrsbanan.

Veckans bana

Från vecka 14 - 40 (1 april - 6 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 346 (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. En orsak kan vara att F 17 personal inte skriver upp sig alls. Det gjorde de 2023.

De som arbetat med veckans bana utöver kommitténs Håkan Forsman är Per Engkvist (digitalt upplägg på hemsida/Eventor), Magnus Törnblad, Morgan Olausson och Bennie Torstensson (inplockning).

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. Under december har rekrytering av ny vaktmästare påbörjats då Denys fått annat jobb och kommer att sluta på Karlsnäs 10 jan 2025.

Marknad och Kommunikation

Kommittén har under året bestått av följande medlemmar:

Helena Blomster (sammanställande), Ingrid E Ström, Anna Ericsson, Maria Sibileva 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. Under året har vi inte tappat någon samarbetspartner, men fått en ny i mäklarbyrån HusmanHagberg Karlskrona- Ronneby. Alla företag som hyr eller har någon annan aktivitet på Karlsnäs får information om samarbetsavtal som innebär ett rabatterat pris.

En ny folder om Karlsnäsgården har tagits fram av Ingrid E Ström och Ulrika Lindbom och den har distribuerats till föreningar i Blekinge, Skåne och Småland och den har resulterat i ett antal bokningar.



Gällande Hittaut fick vi något fler sponsorer detta år jämfört med 2023, vilket bidrog till en högre intäkt. Det var både någon helt ny sponsor, men också återvändare. Inför alla släpp av nya checkpoints och vid annan ny information gällande Hittaut har vi publicerat det på landsbygds-tv och i klubbens och Hittauts sociala medier. Vi har även haft reklam på TV-skärmar på Bergslagskrogen och på Centrumbiografen.

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.

Skyltar på Karlsnäs och loggor på hemsidan är uppdaterade för bland andra Handelsbanken och Team Håkansson. Den nya ägaren av Paddelkompaniet erbjuder samma rabatter i våra avtal, som de tidigare ägarna.

Våra sponsorer och samarbetspartners på Karlsnäsgården fick i början på året, via e-post, övergripande information om vilka aktiviteter vi hade planerat för 2024, 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 varit synliga via beachflaggor mm, helt enligt vårt avtal.

De tolv annonser vi har tillgång till att använda via BLT/Sydöstran under året har utnyttjats på ett bra sätt. Vi bedömer att det nya sättet att redovisa resultat från tipsrundan på Karlsnäs, via annonsering på karlsnäs-garden.se, på Facebook och via anslag på Karlsnäsgården har fungerat bra.

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

Under 2024 har det funnits möjlighet att beställa klubbkläder vid ett tillfälle under våren.

Vi har löpande under året lagt ut information och blänkare på sociala medier och på hemsidan, stort som smått. Ett axplock är från förskolan Backsippan i Listerby och vid

Saxemara skola i samband med orienteringsaktiviteter för barn, Tymofii Teremetskyis härliga bilder från u-seriefinalen på Karlsnäs i september, bilder på medaljörer i olika sammanhang, från klubbresor och O-Ringen, snösprutning och orientering för barn inne på ICA Maxi i Ronneby.

Under året har vi sett över våra leverantörer som vi har haft för våra hemsidor, både rok.nu och karlsnassgarden.se. Detta i syfte att förenkla och effektivisera arbetet med hemsidorna samt även för att hålla ned kostnaderna. Så vi kan nu tacka FSData för lång och trogen tjänst som webbleverantör till rok.nu. Vi har från och med hösten 2024 gått över till att ha One.com som leverantör till våra hemsidor.

Utbildning och fortbildning

Grundutbildning tränare (RF-SISU) i samband med Hälleviksläggret Illia Otrok, Tymofil Teremetskyi och Pavlo Vovchanovskyi.

Gåvor

Sven Gustav Edenström

I oktober 2022 gick Sven Gustav Edenström bort nästan 99 år gammal. Eftersom orienteringen och klubben varit så stor del i Sven Gustavs liv ville sonen Urban att klubben skulle erhålla en penningssumma att använda i sin verksamhet. Planen är att använda gåvan till två tävlingsresor 2025.

Bertil Magnusson

I april gick Bertil Magnusson bort 83 år gammal efter en tids sjukdom. Bertil efterlämnade ett testamente där hans samlade tillgångar tillfaller Ronneby OK för bildandet av en fond till förmån för ungdomar som vill vara med i Ronneby OK's idrottsverksamhet.

ÅRSBOKSLUT

Logga in på hemsidan för att hitta verksamhetsberättelse med årsbokslutet