



Januari 2010

ÅLSVÄNGEN

Allt du behöver för att följa Alfta-Ösa OK:s framfart i skogarna!

Kristian och Andreas poängprisvinnare 2009

Kristian och Andreas Söder vann Hälsinglands Skogskarlar Säsongspris 2009 i klasserna H14 resp. H12. Kristian vann bl a DM-Lång, Natt och Medel. Andreas har under säsongen vunnit två DM-guld i Sprint och Medel.

Priserna delades ut på Hälsinglands ungdomsavslutning i början av december. Då kunde inte Kristian och Andreas vara med, men nu har de fått sina pokaler.

Stort Grattis från Alfta-ÖSA OK!



Josefine Swedish Ski-O-Tour-segrare

Våra skidorienterare har startat säsongen med Swedish Skio-Tour i Vemdalen strax före jul. Josefine Engström vann sammanlagt i W21 och Erik blev tvåa i M21 efter Lars Hol Moholdt Norge. Tre av de fyra individuella loppen räknades.

Tävlingarna inleddes med en natt-kortdistans på onsdagen då Erik tog andraplatsen i M21, och natt-sprintstafett på fredagen. I stafetten blev Erik och Joel Sjölander tvåa efter IF Hallby. Josefine och Bente Rost körde in som trea i damklassen. Varje löpare åkte två sträckor var. Dagen efter åktes kortdistans och jaktstart sprint. Josefine var tvåa i båda loppen efter Helene Söderlund, och Erik 2:a resp. 4:a. Bente 4:a och Joel 10:a i kortdistansen. I sista dagens medeldistans blev det ytterligare två andraplatser genom Josefine och Erik. Josefine, Erik och Joel är nu uttagna till landslaget för **Världscupen i Ryssland den 15-18 januari**. Hela truppen ser du här till höger. Närmast på programmet står SM-tävlingar i Arvidsjaur.

Vårt skidO-team har dolda talanger som byggare av pepparkakshus. Under Vemdalsvistelsen avgjordes Hälsinglands Pepparkakshusmästerskap. Vann gjorde Pernilla Blom, Kristin Olofsson och Emma Jonsson med "Vallaboden".

Uttagna till Världscupen i Ryssland

Damer

Helene Söderlund IFK Moras OK

Josefine Engström Alfta Ösa OK

Åsa Zetterberg Eriksson ÖseT skidO

Elin Vedin Selånger SOK

Kajsa Rickardsson IF Hallby SOK

Herrar

Erik Rost Alfta Ösa OK

Peter Arnesson IF Hallby SOK

Johan Granath IF Hallby SOK

Martin Hammarberg Kvarnsveden

Joel Sjölander Alfta Ösa OK



Josefine Engström



Pepparkakshusmästerskapet vanns av "Vallaboden" med Anders och Tuva framför.

ALFTA-ÖSA OK:

www.alfta-osa.se

Ordförande: Karl-Erik Jonsson
0271-55373 070-3799340

Anmälningar: Marianne Ericson
0271-12181
ericson.marianne@telia.com

Nästa manusstopp: 27 januari

Medlemsregister: Marianne Ericson 0271-12181

ÅLSVÄNGENREDAKTIONEN:

Åsa Kindlundh
Långgatan 75, 822 31 Alfta
0271-55645 073-8190359
asakindlundh@hotmail.com

Ålsvängen på hemsidan.

Om du inte behöver Ålsvängen
hemskickad i pappersformat,
så vill vi gärna veta det.



JANUARI 2010

Kom ihåg att
bevaka
hemsidan!
www.alfta-osa.se

SkidO Tränings Cup1

Det blir "Tränings Cup 1" skidorientering på Trettondagen
Onsdag 6 Januari
i Segersta vid Eljusspåret.
Preliminärt: kl 11.00. 4-5 st banor.
Mindre område med varvning och kartbyte. Mer info kommer.
Peter Rydesäter, Rehns BK, 070-5606816

V 53	
01 Fre	
02 Lör	
03 Sön	
V 1	
04 Mån	
05 Tis	
06 Ons	Skid-O Träningscup 11.00 Segersta
07 Tor	Löpning 18.30-20.00 Höghammarhallen Bollnäs
08 Fre	
09 Lör	
10 Sön	Vintercup 10.00 Alfta
V 2	
11 Mån	
12 Tis	
13 Ons	
14 Tor	Löpning 18.30-20.00 Höghammarhallen Bollnäs
15 Fre	
16 Lör	
17 Sön	
V 3	
18 Mån	
19 Tis	
20 Ons	
21 Tor	Löpning 18.30-20.00 Höghammarhallen Bollnäs
22 Fre	
23 Lör	
24 Sön	Vintercup 10.00 Bollnäs
V 4	
25 Mån	
26 Tis	
27 Ons	
28 Tor	Löpning 18.30-20.00 Höghammarhallen Bollnäs
29 Fre	
30 Lör	
31 Sön	

Medlemsavgifterna för 2010 fastställdes på höstmötet.
Nu är det dags att betala!

Vuxen: 100 kr Ungdom t o m 20 år: 50kr Familj: 200kr
Postgironummer: 85 79 16-1 Alfta-ÖSA OK

Boka redan nu:
Årsmöte
onsdag den 24 februari kl 19.00
på Skogstekniska.

Champagne-cup blev årets sista träning



På nyårsaftonen sprang arton tappra årets sista träning, som bestod av en modifierad poängorientering från Nabbastugan. Stefan Carlsson var kreativ banläggare och arrangör. Det gällde att samla poletter med olika poäng vid kontroller både uppe på Nabbaberget och nere i centrala Alfta. Segrade gjorde Kristoffer Lysell i klassen me´ och Göran Winblad i klassen utan. Efter att alla kämpat väl erbjöds varm saft och lussebulle vid stugans brasa.

Välbesökt Julaftonsmorgon i Nabban



Ett fantastiskt väder på julaftonsmorgonen bidrog till att arrangemanget vid Nabbastugan blev mycket välbesökt och uppskattat.

6-7 minusgrader, helt vindstilla och ett magiskt vackert snötäcke gjorde att många tog chansen att på morgonkvisten ta en promenad upp till vår toppstuga. Utanför stugan bjöd tomtar på glögg, kaka och godis. Inne i stugan serverades det fika med lussebullar och pepparkakor. Vi räknade till ca 150 besökare (+ 15 hundar). Vi hade även några internationella besökare från Brasilien, Frankrike och "Gotland".