



IFK Kamraten

IFK Moras medlemstidning, nr 4 2010, årgång 16



Intervju med Hans Olsson

Vinterns kranskulla och mas

VM-silver igen till Jonas Buud

Om IFK Mora

IFK Mora är en av Sveriges mest kända idrottsklubbar. En förening med traditioner och ett rykte om sig att fostra ambitiösa och framgångsrika idrottsmän och kvinnor. Utmärkta ambassadörer för sina respektive sporter och samtidigt även för orten Mora.

Verksamheten bedrivs i sex olika klubbar med IFK Mora Allians som huvudstyrelse. I våra klubbar finns det plats för alla. Barn, ungdomar och vuxna deltar efter sina egna förutsättningar och villkor. Du väljer själv vilken nivå som passar dig bäst. Det finns duktiga ledare som tar hand om dig och utvecklar dina talanger och intressen.



VÅRA MEDLEMSAVGIFTER 2010:

Barn under 7 år:	50kr + 20kr/klubbtilhörighet.
Ungdom 7-20 år:	100kr + 20kr/klubbtilhörighet.
Seniorer över 21 år:	200kr + 20kr/klubbtilhörighet.
Familj:	400kr + 20kr/fam.medlem och klubb tilhörighet. I familjeavgiften ingår barn under 18 år.

IFK Kamraten

IFK Kamraten är en gemensam klubbtidning för föreningarna inom IFK Mora Idrottsallians. Tidningen utkommer med fyra nummer per år.

IFK Mora Idrottsallians
Vasaloppets Hus
792 32 Mora
Tfn 0250-392 40
Fax 0250-392 50

Ansvarig utgivare:

Gunnel Söderberg, IFK Mora Idrottsallians
gunnel.soderberg@mora.se, 070-564 37 00

Redaktionsråd:

Karina Östlund, redaktör
IFK Mora Idrottsallians
karina.ostlund@ifkmora.se, 070-592 77 52

Malin Höglund
IFK Moras Gymnastikklubb
malin.hoglund@ifkmora.se, 0250-392 21

Magnus Backlund och Marie Varjonen-Hansson
IFK Moras Fotbollklubb
fotboll@ifkmora.se, norlinbacklund@swipnet.se, 0250-392 15

Thomas Sparr och Lisa Wallgren
IFK Moras Friidrottsklubb
friidrott@ifkmora.se, 0250-392 20

Thomas Eriksson
IFK Mora Orienteringsklubb
orientering@ifkmora.se, 0250-392 13

Sandra Jansson
IFK Mora Skidklubb
skidor@ifkmora.se, 0250-392 16

Gunnel Söderberg
IFK Mora Idrottsallians
gunnel.soderberg@mora.se, 0250-261 55

Johanna Larsson
Vasaloppet
johanna.larsson@vasaloppet.se, 0250-392 19

Produktion:

Layout: Karina Östlund
Tryckeri: Arkpressen, Västerås

Annonser:

Kristin Karlsson
kristin.karlsson@ifkmora.se, 0250-392 43

Upplaga: Ca 2 500.

Internet: www.ifkmora.se

Omslagsfoto: Emil Myhr, Gustav Malmstén, Lars Rylander, Cecilia Mangs, Malte Stefansson, Elin Törnkvist och Joel Andersson. Foto: Lena Andersson

Innehåll IFK Kamraten nr 4, 2010

Farten dödar inte - det är den plötsliga förlusten av den som gör det	4
Smånyheter/kortisar	6
Farligare att bada bastu än att springa.....	10
Rapport från ett alpint gymnasium	11
Kranskulla och kransmas från IFK Mora.....	14
Ungdomsutbyte i Kina sommaren 2011	15
Populärt med IFK Mora Motion	16
Är man stor måste man vara snäll	17
Samarbete vid vildmarksläger	18
Ungdomar på skidlager	19
Fotbollen formar framtiden	20
En bra ledare har gått ur tiden	20
Herrarna i division 4 nästa säsong	21
Judith fyra på världscuptävling	21
17:e på 25-manna.....	21
Bra höst för våra fotbollsspelande ungdomar21	
Fina placeringar i världscuppremiären	22
Framgångar i Futsal.....	22
IFK Moras träningar	23
Kalender oktober-december	24
Annonser	25
Klubbstugor/kanslier	27
JULKAPPSTIPS!!	28



Världens bästa backe



Hej! Jag heter Anders Selling och är ny ordförande i Alpina klubben. Sedan jag för några år sedan kom tillbaka till klubben har jag haft som målsättning att alltid "tacka ja" när det bjudits tillfälle att hjälpa till med vad det än må vara, från snökanonpassning på juldagsnatten till tävlingsledning. När så frågan kom om jag kunde tänka mig att "hålla i klubban" så fanns det förstås ingen väg ur detta. Skämt å sido, det är en komplimang att på det här sättet få vara en del av IFK Mora och att få vara med och leda den Alpina klubben.

Om mig som person kan jag berätta att jag är uppvuxen i Östnor och stod på längdskidor första gångerna som treåring uppe i Hemulberg där vi har stuga. Det blev Östnorsmästerskap och Lilla Vasaloppet innan jag, med bröderna Frost och bröderna Berg som förebilder, hamnade i "Bjäck Hill", som vi kallade den lilla backen uppe på Ågånabb i Östnor. Därefter blev det förstås Gopshus och utförsåkning för hela slanten.

Skidorna har sedan följt med genom olika faser av livet, från Gopshus till lössnön i Mattun, St Anton, till toppen av Mont Blanc och på telemarksturer på Lofoten. Och nu, efter en avslutad skicrosskarriär, är jag tillbaka på längdskidorna och åker så ofta jag kan spåret upp till stugan i Hemulberg.

Tillbaka i Gopshus

För fyra år sedan tog jag med barnen till en träningskväll i Gopshus. Vi hade nyligen unnat oss en vecka hos bekanta i Serre Chevallier, ett av Frankrikes bästa system med massor av backar och massor av snö. Senare på säsongen tyckte barnen förstås att Frankrike var bra - men Gopshus är världens bästa backe!

Alpina är en privilegierad klubb med egen hemmabacke, god ekonomi och med tradition och meriter som få andra klubbar. Jag tycker också det är unikt med det engagemang som hör Morafolket till och likaså med tillhörigheten i IFK Mora med längdåkning och Vasaloppet i förgrunden. Vi har tveklöst en historia att leva upp till och ett arv som ger oss unika förutsättningar.

Ny säsong, nya möjligheter

I Alpina klubben är vi i full gång och sedan oktober har vi en ny styrelse och organisation. Jag hoppas att den främsta effekten av detta är att vi sprider ansvar och arbetsuppgifter ytterligare och att vi kompletterar de eldsjälarna som varit med länge.

Nyligen har vi fått sponsring från Skidförbundet och Vattenfall som hjälp till att bygga Skicrossbana i Gopshus. Genom gjorda markarbeten blir det mer plats för friåkning och Gopshus blir, tillsammans med Åre och Branäs, en av tre permanenta Skicrossanläggningar i Sverige.

Förra säsongen hade vi skidskola i Gopshus och en av våra viktigaste uppgifter i vinter är att ta hand om våra minsta talanger. Rekryteringen är en utmaning för oss precis som för många andra klubbar och för den lyckade barn- och skidsko-leverksamheten har vi våra duktiga ledare att tacka. Därför kommer vi fortsätta satsa på utbildning och uppmuntran av våra ledare och tränare.

Med våra aktiva ungdomar har vi varit på höstläger i Norge, Österrike och på hemmaplan. För juniorerna är tävlingssäsongen igång och för barn- och ungdomsklasserna börjar tävlingarna med Vemdalslalom i trettonhugen. Tills dess hoppas vi förstås på goda träningsförhållanden här hemma.

Slutligen är vi förstås i full gång med snötillverkningen i Gopshus. Vi arbetar för att förbättra backen som den centrala punkten för utförsåkning, oavsett omman kommer för att träna käppar eller skicross, åka fritt på skidor eller bräda eller varför inte - ta en tur i Vasaloppsspåret. Vi är övertygade om att världens bästa backe kan bli ännu lite bättre!

Vi ses i Gopshusbacken, Anders Selling



Farten dödar inte

- det är den plötsliga förlusten av den som gör det

Inom IFK Mora har det fostrats idrottare som senare blivit riktiga världsstjärnor. En av dessa är alpina fartåkaren Hans Olsson med både WC-pallplatser och VM-medalj som meriter. Han har varit IFK Mora trogen hela livet och direkt från tävlingar i nordamerika kommer här några snabba svar från Hans till "IFK Kamraten".

Text: Karina Östlund

Vilka sporter ägnade du dig åt när du var liten?

– Friidrott, fotboll, hockey, innebandy, terränglöpning, hip hop dans mm. Har väl i stort sett testat alla idrotter som ung!

När bestämde du dig för utförsåkning och varför?

– Det har väl alltid varit det som ligger varmast om hjärtat. Eftersom både mor och far var alpinister så fanns det väl kanske helt ärligt inte riktigt något val heller... hahaha

Vad beror din längtan efter fart på? Har den alltid funnits eller har den kommit med åren?

– Nja, fart är väl inget jag kanske riktigt längtar efter, men det är en fantastisk känsla att ha kontroll över situationen i över 140 km/h...

Vad gillar du mest, störtlopp eller super-G?

– Störtlopp... Det är ungefär som att fråga, vad gillar du mest, en 1000 kubik sport motorcykel eller en otrimad moppe???

Vilka är dina starka sidor och vad vill du förbättra?

– Jag är bra på att skapa fart och att kunna ta den med ut på ett flakt parti. Det jag borde bli bättre på är, precis som min mor säger, att försöka bli modigare!

Hur mycket tar du i benpress?

– Hoppa upp på släden du och ta med dig några av dina vänner... det borde inte vara några problem.

Skulle du rekommendera andra i IFK

Mora att välja fartgrenar och i så fall varför?

– Absolut, för det är en helt fantastisk upplevelse och stämningen bland alla utövare är helt otrolig. Alla hjälper varandra och är väldigt sympatiska. Sen är det ju det absolut ballaste man kan göra!

Varför tror du det är så få utövare av fartgrenarna i Sverige?

– Eftersom svensk media rent generellt hellre skriver om fiasko och missöden så är det så att varje gång någon kraschar är det mer intressant än om någon kör bra. Så svenskar tror nog att det är rena dårskapen, tyvärr har det fått den stämpeln. Vilken mor vill pusha sitt barn in i något som bara innebär "dödskrasch, hjärnskada eller medvetlöshet"... ?? Tyvärr har det blivit så.

Såg en film på din blogg om att man känner sig mycket levande när man åker störtlopp. Stämmer det och är det bara då du känner dig riktigt levande?

– Det är väl inte bara då jag känner mig levande. Men man kommer up i farter över 130 km/h, det slammrar och slår under skidorna och du kämpar med all kraft du har för att hålla dig i linjen. Då på något sätt är det som att allt blir helt lugnt och tyst. Fokuseringen är så extrem att alla sinnena går på max... det blir helt enkelt en väldigt stark upplevelse.

Såg också på din blogg att man aldrig kan ha riktig kontroll när man åker störtlopp. Jag antar att du då inte är en person med kontrollbehov? I så fall tror du att du istället har det vid andra tillfällen? (som kompensation typ)

– Nja, jag är väl i inga avseenden ett kontroll freak, förutom när det kommer till min utrustning, då vill jag verkligen veta att allt stämmer till 100 %. Sedan, ok, är jag väl lite besatt av att passa tider. Eftersom våra åk alltid är under tv-tid så är jag alltid på sekunden i tid, oavsett vad det gäller... kan även hända att jag är 15 minuter före tidsplaneringen...

När du vet att du ska åka i en mycket snabb backe händer det då att du vallar skidorna så att de ska gå långsammare?

– Jag tror att den dagen jag börjar göra sådana saker är nog en dag jag ska tänka över om jag verkligen vill göra det här... Det är alltid ful sula som gäller!

Vilken backe tycker du är den bästa backen i världen?

– Val gardena. Den har höga farter och ex-



Som liten ägnade sig Hans åt alla möjliga sporter. Här har han vunnit en liten tävling i terränglöpning.

trema hopp. Vissa år kan man vara över 300 meter i luften under ett åk totalt.

När du känner att du snart kommer ramla rejält, vad tänker du då? Försöker du slappna av i hela kroppen eller på annat sätt minimera skadorna?

– Allt går så fort tills man trillar, men när man väl känner att man tappat balansen och förstår att man kommer att krascha, då går allt i slow motion... man hinner tänka väldigt mycket och uppleva situationen. Jag försöker alltid bromsa farten så mycket så möjligt på alla sätt och vis för att minimera farten då jag träffar skyddsnetet.

Har den omtalade kraschen när du slog i ansiktet påverkat dig så du är mer försiktig efter det?

– Nej, det var ett typiskt sådant exempel då svensk media målade upp ett skräcksenario med hudtransplantationer och hjärnskador.... Det var inget speciellt.. Ok, jag slog mig blodig och medvetlös, men det har jag gjort många gånger förut...

Vem åker fortast slalom, du eller Maria? (Pietilä-Holmner)

– Jag.

Var tror du att du kommer bo och jobba med när du slutat åka skidor?

– Den dagen jag tänker på det är nog min skidkarriär över. Att åka skidor är mitt jobb och mitt liv, precis som för alla andra! Jag tror inte att folk går runt och tänker på vad de skall jobba med efter att de jobbat klart (låt säga ica). Det är mitt jobb och mitt liv, så jag har väl inte tänkt så mycket på något annat.

Ditt behov av fart och kickar, hur tror du att du kommer få dem tillgodosedda när du slutat åka skidor?

– Det är däremot en uppgift. Jag känner ofta att mitt "adrenalinpåslag" har flyttats



Här är Hans och brodern Jon som har byggt ett högt snöorn hemma på gården för att använda den som skidbacke.

dramatiskt, jag blir väldigt sällan uppspelt eller adrenalinstinn av något. Tyvärr! Samtidigt som jag ser fram emot att kanske en dag kunna sova gott om nätterna på vintern och bara slappna av, så kommer det att bli en väldig tomhet och saknad av kroppsliga knarket adrenalin!

Vad gör du när du vill tänka på annat än skidåkning och slappna av?

– Jag försöker väl vara med flickvännen och kompisar precis som vilken annan kille som helst. Inget speciellt!



Fakta om Hans

Ålder: 26 år

Familj: Föräldrarna Anders och Monika, bror Jon och flickvännen Maria Pietilä-Holmner

Bor: Österrike, Innsbruck.

Vikt: 104 kg

Längd: 188 cm

Intressen: Bilracing, Surfning, Cykel, annars i allmänhet allting med hög fart

Tidigare Idol: Travis Pastrana (motorsportare i freestyle motorcross och längdhopp med rallybil)

Senast lästa bok: Lance Armstrongs självbiografi

Favoritordspråk: Speed doesn't kill, it's the sudden loss of it that does!

Blogg: www.hans-olsson.com

Elitidrottsstipendium till Martin och Hanna

SKIDOR: IFK Mora SK:s åkare Martin Johansson och Hanna Seppas fanns med bland de 54 lovande idrottare som får ta emot Riksidrottsförbundets och Svenska Spels Elitidrottsstipendium på 40 000 kronor.

Syftet med stipendiet är att elitidrottare ska kunna kombinera idrottande på landslagsnivå med eftergymnasiala studier. Förutom 40 000 kronor var får stipendiaterna kompetensstöd från Riksidrottsförbundets elitstöd och möjligheter att åka på träningsläger. Stipendiet delas ut i samband med Idrottsgalan den 17 januari 2011.

Martin Johansson studerar på halvfart till byggnadsingenjör via Mälardalens Högskola samt läser en del kurser på Högskolan Dalarna i Borlänge.

Hanna Seppas, IFK Mora SK:s nyförvärv, får stipendiet för tävlande i grenen rullskidor, som hon hittills har tävlat för Eksjö SOK i. Hanna studerar Ekonomiprogrammet på Mittuniversitetet i Östersund.

/Kristin Karlsson och rf.se

Susanne och Rikard har lämnat skidklubben

SKIDOR: Susanne och Rikard kommer att ingå i Team Exspirit och framöver åka för Susannes moderklubb, Laisvalls SK.

Anledningen till att Susanne och Rikard lämnat IFK Mora SK är att de båda ingår i det nybildade Team Exspirit och att IFK Mora SK:s policy krävde att Susanne och Rikard skulle köra i IFK Moras dress vid tävlingar i Sverige. Det gick inte Team Exspirit med på. IFK Mora SK:s ordförande, Paul Eriksson, beklagar att paret lämnar klubben och säger:

- Om klubben hade fått längre tid på sig, skulle det kanske gått att lösa på ett annat sätt.

Rikard Andreasson har tävlat för IFK Mora sedan 1997. Susanne Nyström har kört en säsong för IFK Mora, och segrade då i både Tjejvasan och Vasaloppet. Hon körde även andrasträckan i IFK Mora SK:s stafettlag (tillsammans med Sofia Bleckur och Anna Haag) som tog guld på SM i vintras.

Skallgångskedja kallades till Orsa

ORIENTERING: Inom orienteringsklubben finns en organiserad skallgångskedja som polisen har möjlighet att kalla på när personer försvinner. Det brukar ske någon gång per år och senast det skedde var tidigt på morgonen den 1:a oktober. Då kallade polisen in skallgångskedjan, med anledning av en försvunnen 84-årig kvinna i Orsa.

Flera frivilliga, varav cirka tio från orienteringsklubben, samlades vid kommunhuset i Orsa, blev informerade och tilldelade ett sökområde vid Slättberg. Gruppen organiserade en skallgångskedja och började sökandet i ett skogsområde. Efter ett par timmars letande meddelades att det var återsamling i kommunhuset.

Kvinnan hade återfunnits och polisen tackade alla frivilliga, som hade hjälp till med sökningen.

/Kristin Karlsson och Karina Östlund

Alpina klubben får snösponsring

ALPINT: Vattenfall har sedan 1994 stöttat Svenska Skidförbundet genom olika sponsravtal. I dag omfattar samarbetet alla grenar inom Svenska Skidförbundet och Skidskytteförbundet. Våren 2008 introducerades "Snösponsring" med mål att direkt stötta lokala skidklubbar runt om i landet. Motiveringen för att få sponsring kan handla om olika behov kopplade till snö så som snökanoner, ny belysning i skidspåren eller frakt av snö från ishall till backe.

I april 2008 gick Vattenfall för första gången ut till samtliga medlemmar i Svenska Skidförbundet med möjligheten att ansöka om "Snösponsring" om max 100 000 kronor.

Av Sveriges omkring 1500 skidklubbar är 700 aktiva. Av dessa ansökte närmare 300 om snösponsring och en av dessa som blev utvalda var IFK Moras Alpina Klubb.

Alpina klubben kommer använda pengarna till att göra en permanent ski-cross bana i Gopshusbacken.

/Svenska Skidförbundet och Karina Östlund

Ny junior i skidklubben

SKIDOR: IFK Mora SK har fått ett tillskott på juniorsidan: Emma Björklund.



Intervju med Emma (av Sofia Rylander och Anna Gunnars):

Vad heter du?

- Emma Björklund.

Vad kommer du ifrån?

- Jag kommer ifrån Falun.

Tidigare klubb?

- Korsnäs IF skidor.

Varför flyttade du till Mora?

- Jag flyttade till Mora för att gå på skidgymnasium här.

Varför byter du klubb?

- Jag byter klubb för att Korsnäs inte har så många juniorer och för att Mora verkar vara en bra klubb med bra gemenskap. Jag ser fram emot att åka på vinterns tävlingar med alla andra juniorer i Mora!

Hur tror du att det kommer bli att vara med i vårt fantastiska juniorgäng?

- Jag tror att det kommer bli jättebra, jag har hört att det är en väldigt bra gemenskap bland juniorerna och det låter ju toppen!

Vad har du för mål inför säsongen?

- Mitt mål inför säsongen är att utvecklas som skidåkare och kunna prestera så bra jag kan på både träning och tävling!

Förebild inom skidåkningen?

- Anna Dyvik från SK Leksand.

Beskriv dig själv med tre ord.

- Glad, pratig och lite vimsig.

Favoritdistans/stil?

- Hmm... 5 km klassiskt tror jag.

Vad tycker du om att göra på fritiden (förutom att träna)?

- Förutom att träna tycker jag om att hänga med mina kompisar och sen gillar jag ju att shoppa och göra såna där tjejgrejer ni vet.. Det roligaste som finns är att vara på tävlingar, läger och resor!

Elitserietävlingar i Mora 2011

ORIENTERING: Svenska Orienteringsförbundet har spikat programmet för Elitserien 2011. I juni arrangerar IFK Mora OK två deltävlingar.

Elitserien 2011 består av åtta deltävlingar. Finalen blir i samband O-Ringen i Hälsingland, 24-29 juli. De tre elitseriedeltävlingarna i början av juni i skogarna kring Mora och Falun är tänkta som viktiga tävlingar inför orienterings-EM i Dalarna i maj 2012.

/Kristin Karlsson

Resa till JVM, EM och Veteran-VM i skid-O

ORIENTERING: Kommande vinter går JVM, EM, UEM och Veteran-VM i skid-O vid Sjusjön (i närheten av Lillehammer) i Norge. OL-klubben anordnar en gemensam klubbresa dit och i skrivande stund är ca 25 stycken anmälda. JVM, EM och UEM pågår 1-6 februari och vi har ett antal åkare som vi hoppas ska vara med där. För publik och veteraner finns tävlingar 4-6 februari och träningsmöjlighet den 3 februari. Veteran-VM avgörs den 5-6 februari. Samtliga tävlingar ska gå av stapeln vid Sjusjöens skidstadion ca 20 km från Lillehammer.

/Pia Frost

Malin tjänstledig från Alpina klubben

ALPINT: Den 3:e november började Malin Höglund en ny tjänst som oppositionsråd i Mora kommun. I och med detta har hon tagit tjänstledigt från sina uppdrag i IFK Mora Alpina klubb under fyra år.

Malin kommer fortsätta att jobba för IFK Mora Idrottsallians och IFK Moras Gymnastikklubb.

Gun-Britt Cristoferson kommer att ta rollen som Alpinas kanslist. Mer information kommer att finnas på Alpinas hemsida.

/Kristin Karlsson och Anders Selling

Ol-klubbens tränare slutar

ORIENTERING: Efter fyra år som "halvproffs" och tränare hos oss i IFK Mora väljer nu Eva Jurenikova att sluta sin anställning och ta chansen att satsa som helproffs för att försöka ta ytterligare ett steg i sin orienterarkarriär innan skorna läggs "på hyllan".

Ja där lär de väl aldrig hamna om vi känner Eva rätt, men kanske när de inte används lika flitigt som nu. Eva är anställd året ut och vi i orienteringsklubben har ett jobb framför oss att bestämma hur luckan efter Eva ska fyllas.

Eva kommer dock inte helt att försvinna från klubben, utan blir ett bra bollplank i framtiden och för de som är motiverade till det finns hjälp att få med träningsupplägg etc.

IFK Moras OK önskar Eva lycka till och hoppas hon når upp på pallen i Frankrike!

/Lars Ambrosiusson

Lisa börjar igen efter nyår

FRIIDROTT: Friidrottsklubbens föreningskonsulent, Lisa Wallgren, har varit föräldraledig en tid. Lisa Smedhs och Thomas Sparr har vikarierat för henne några timmar i veckan. Efter nyår börjar hon sin ordinarie halvtidstjänst igen och vi välkomnar henne tillbaka.

/Karina Östlund

Spåravgift i Hemusområdet i vinter

SKIDOR: I november 2009 infördes spåravgifter vid Mora Skidstadion i Hemus för längdskidåkning i de 24 kilometer elbelysta skidspåren i anslutning till Mora Skidstadion i Hemus.

Spåravgiften syftar till att utveckla skidåkning och befästa Mora som skidmetropol. Spåravgifterna ska täcka en del av kostnaderna och samtidigt förbättra förutsättningarna för en utveckling inom skidåkning och fritidsatsningar i framtiden.

Avgiftssystemet kommer att bidra till att säkerställa bra spårhållning genom att exempelvis dimensionera spårkörning efter statistik. Därför är det viktigt att ➔

registrera sig vid registreringsstolparna som finns utplacerade. Spårkortet gäller också som nyckel till omklädningsrummet, värmestugan och vallaboden på Mora Skidstadion. Spåravgiften tas ut 1/11 – 30/4, oavsett om spåren preparerats med konstsnö eller inte.

Återförsäljare av kort: Mora Simhall, Receptionen vid Mora Skidstadion i Hemus och Gopshus Skidanläggning

Ingen avgift kommer att krävas för skidåkning i Vasaloppsspåret under de två veckor som Vasaloppet ansvarar för spårdragningen av Vasaloppsspåret. Dock erfordras giltigt kort för nyttjande av övriga avgiftsbelagda delar i anläggningen.

I avgiften ingår ett chipkort. Alla typer av chipkort fungerar dels som ett bevis på erlagd avgift och dels som nyckel vilket ger tillgång till omklädningsrum, bastu, vallabod och värmestuga i anläggningen Mora Skidstadion. Skidlekplatsen på Mora skidstadion ingår inte i spåravgiften.

Som giltigt bevis gäller aktivtetskortet tillsammans med aktivtetskappen. Spårkortet är personligt och får ej överlåtas.

Ungdomar upp till 16 år åker gratis i Hemus-området. Ungdomar som önskar ett chipkort (för tillgång till omklädningsrum, bastu, vallabod och värmestuga i anläggningen Mora Skidstadion) betalar 40 kr.

Medlemmar i IFK Mora Skidklubb betalar halva priset för sitt spårkort i Hemus-området. Ordinarie pris är 400 kr (200 kr för medlem).

Du som är medlem i IFK Mora Skidklubb har även möjligheten att få kortet fritt genom att ställa upp en lördag eller en söndag (10.00-15.00) och sälja spårkort/fika i vaktmästarnas nya lokal i Hemus. Detta gäller from 20/11 tom vecka 8.

Kontakta Sandra Jansson på kansliet för mer information, 0250-39216 eller e-posta till skidor@ifkmora.se

Fria kort från IFK Mora SK har (som hämtas ut i Hemus) följande grupper:

- Ungdomsledarna
- Juniorerna
- Seniorerna

Spårkortet/chipkortet kan återanvändas kommande år, annars blir det årligen en kostnad för kortet (i år 40 kr).

/Kristin Karlsson/Mats Gunnars

Vinnarna i Natur- och Cykelpasset

ORIENTERING: IFK Mora OK har haft Naturpass- och Cykelpasskontroller ute sedan i maj. Nu har vinnarna dragits.

Det var 40 personer som lämnade in sina startkort för Naturpasset, och lika många, 40 stycken, som lämnade in Cykelpasstartkortet i Mora.

De som lämnat in sitt startkort hade chansen att vinna en av tre stugveckor på Idre Fjäll. För att vinna en stugvecka skulle man beskriva det bästa med naturpasset i en mening. IFK Mora OK har utsett de fem bästa formuleringarna och kommer att skicka dem vidare till Svenska Orienteringsförbundet. En jury på Svenska Orienteringsförbundet och Sveaskog utser sedan vinnarna som presenteras på naturpasset, se vecka 50. Allt enligt lotteriinspektionens regler.

De fem formuleringarna som IFK Mora OK skickar vidare till Svenska Orienteringsförbundet kommer från: Anna Strand, Sollentuna, Maria Persson, Sollerön, Per Johansson, Mora, Lena Emanuelsson, Mora och Michael Hallgren

Vinnare av presentkort på Intersport i Mora: Cykelpasset: Anna-Stina Olsson, Mora, Sven-Olov Bodins, Mora, Mona Bäckström, Orsa. Naturpasset: Anette och Sven-Erik Hansson, Orsa, Björn Holback, Mora och Gunnar Sisell, Mora.

/Kristin Karlsson

Ny ordförande i IFK Mora Alpina klubb

ALPINT: IFK Mora Alpina klubb hälsar Anders Selling välkommen som ny ordförande.

Så här ser den nya styrelsen ut:

Anders Selling, ordförande

Anders Öhnell, vice ordförande, sekreterare vakant, kassör

Hannele Alfsvåg, information

Mats Forslund, tävlingskommitté

Lennart Sticko, backansvarig

Jonas Bauer, verksamheten

Håkan Bälter, suppleant

vakant, suppleant, marknad

/Malin Höglund

Antalet ungdomar i skidklubben ökar

SKIDOR: Det är med glädje som vi kan se en fantastisk ökning av antalet ungdomar i skidklubben, särskilt så har 7-8 gruppen fått härliga tillskott.

Vi välkomnar fler att vara med på skidträningen, grupper finns från 6 -16 år. Träningarna är på torsdagar kl. 18.15-19.30 i Hemus, samling på skidstadion. "Vallahjälpen" finns före träningarna. Är du intresserad, eller har du ett barn som är intresserad? Tveka inte att anmäla dig, att vara medlem i skidklubben är både roligt och ger en toppen bra träning!

Så blir du medlem i våra klubbar:

Du kan registrera dig på hemsidan, kontakta kansliet i Vasaloppets Hus eller gå direkt till någon av klubbarnas aktiviteter. Viktigt är att du talar om vilka klubbar du vill vara medlem i, och att vi får alla dina personuppgifter.

Telefon: 0250-39216, e-post: skidor@ifkmora.se



Anna Haag och Emil Emil Jönsson tillsammans med IFK Moras skidungdomar.



Anna Haag och Emil Emil Jönsson skrev autografer till skidungdomarna i Hemus 2 december. Foto: Kristin Karlsson.

Anna Haag nomine- rad till "Årets kvinnliga idrottare"

SKIDOR: Anna Haag är en av fyra nominerade till "Årets kvinnliga idrottare" till Svenska idrottsgalan 2011. Hon är dessutom, tillsammans med Charlotte Kalla, nominerad till "Årets lag".

Måndagen den 17:e januari tillkännages pristagarna i de olika kategorierna. Då direktsänds Svenska Idrottsgalan 2011 i Sveriges Television och Sveriges Radio.

Nominerade till Årets kvinnliga idrottare: Therese Alshammar - (Simning), Anna Haag - (Längdskidor), Emma Johansson - (Cykel), Charlotte Kalla - (Längdskidor)

Nominerade till Årets lag: Damlandslaget - (Innebandy), Lag Anette Norberg - (Curling), Sprintstafettlandslaget, damer, Charlotte Kalla/Anna Haag - (Längdskidor), Stafettlandslaget, herrar, Daniel Rickardsson, Johan Olsson, Anders Södergren, Marcus Hellner - (Längdskidor)

/Kristin Karlsson

Latino Moves - Nytt pass hos gymnastikklubben

GYMNASTIK: Passet som kallas Latino Moves blir på tisdagar kl 18-19. Klassen är uppbyggd i intervaller med ny, enkel koreografi till varje låt. Merengue, salsa, samba, cumbia, reggaeton och cha cha är några av musikstilarna som används.

Effektiv träning som du vill göra om och om igen. Ett träningspass som blir en fiesta -- kom loss till sprudlande glad och medryckande musik!

Stora enkla rörelser blandas med heta latinamerikanska danssteg. Det är garanterat svettigt och gallet kul. Du kan både förbättra din kondition och förbränna kalorier.

Människor i alla åldrar faller för de smittande rytmerna, de enkla dansrörelserna och de fantastiska resultaten. Balanssinnet och koordinationsförmågan förbättras.

Det är så roligt att man inte ens tänker på att man tränar!

/Malin Höglund

Daniel Mästarnas Mästare 2010

ORIENTERING: Daniel Duhlbo segrade i IFK Mora OK:s Mästarnas Mästare 2010 och fick en tavla gjord av Hans Jax.

Mästarnas Mästare baseras på resultat i IFK Mora OK:s klubbmästerskap. Åtta olika discipliner ingår:

Skidor, Skidororientering, Terränglöpning Mtb-orientering, Lång-KM (av den gamla karaktären av överlång bana. Gemensam start), Medel-KM, Sprint-KM och Natt-KM.

- I Mästarnas Mästare räknas de 5 bästa resultaten från årets tävlingar. Vid lika poäng räknas flest antal starter.

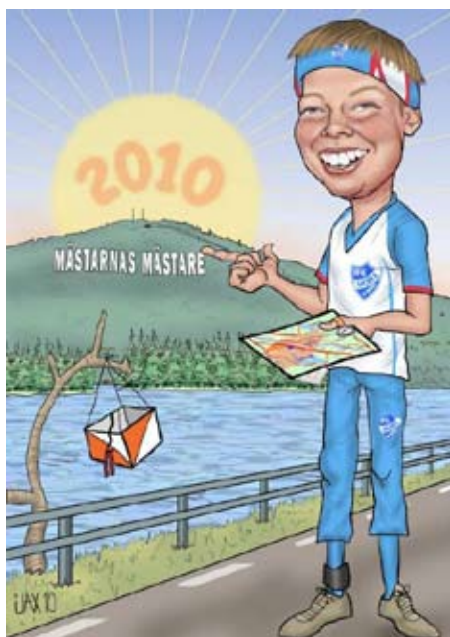
- Endast en Mästarnas Mästare utses.

- Alla medlemmar i IFK Mora OK äger rätt att delta i Mästarnas Mästare.

- Resultat från enskilda tävlingar och aktuell sammanlagd ställning publiceras kontinuerligt på klubbens hemsida.

- Prisutdelning äger rum i samband med IFK Mora OK:s årsfest

/Kristin Karlsson



Daniel Duhlbo avbildad av Hans Jax.

Hur hänger IFK Mora och Vasaloppet ihop?

IDROTTSALLIANSEN: Under de senaste åren har IFK Moras klubbar bytt styrelseledamöter och ersättare ett antal gånger. Flera missförstånd har det blivit då inte alla har haft kunskapen om hur IFK Mora Idrottsallians och dess klubbar fungerat, samt vilken koppling det är till Vasaloppets organisation och vem som gör vad.

Styrelseledamöter från klubbarna samlades den 30 oktober på Mora Parken mellan kl. 08.30-13.00. Alla klubbarna fanns representerade, 32 personer deltog. Ordförande Olle Andersson berättade om IFK Mora Idrottsallians historia och vad som händer nu. Karin Svärd och Per Strid berättade om Vasaloppets organisation.

”Det var en jättbra dag och vi fick lära oss mycket om de båda organisationerna som vi inte visste om trots att vi varit med länge i klubben”, sa ett par av deltagarna.

/Malin Höglund

Årets fotbollspelare

FOTBOLL: Kristallbollen till årets mest värdefulla spelare i herr- resp. damlaget har utsetts genom omröstning på hemsidan. Kristallbollen 2010 gick i år till Malin Schneider och Alexander Fässberg.



Priset delades ut av ordförande Magnus Backlund på fotbollsklubbens avslutning.

Tack till Mats Åkesson och Håkan Tengefors för initiativ och genomförande av omröstning och pris.

Mats Åkesson

Klubbkänsla 58 mil hemifrån

ORIENTERING: Ett problem vi i Mora brottas med är att våra juniorer efter gymnasiet ofta tvingas iväg för att kunna studera. I orienteringsklubben jobbar vi med att de ändå ska trivas så bra i klubben att de fortsätter tävla för IFK Mora och att de känner ett sug efter att åka på våra aktiviteter. En nyhet för 2011 som tjuvstartade lite under hösten är klubbmiddag. Lite inspirerade av TV-programmet ”halv åtta hos mig”. Här följer Liza Hallbergs betraktelser från premiären!

Till hösten vände fem Moralöpare (Magdalena Olsson, David Bejmer, Carl Magnusson, Lisa Hallberg, Maria Nordström) blad i deras liv. Från den trygga lilla byn Mora for de till Umeå, och anslöt till universitetets långa korridorer, till de alldeles för tjocka studentlitteraturen, till sex timmarstentorna, och till Erik Zander. Det tunga livet hade tagit sin början.

På initiativ av klubbordförande, allas vår Ampe, kockade Erik i hop en klubbmiddag och samlade alla under ett tak. Det blev en klubbmiddag i Umeå. Detta inträffade måndagen före 25-manna, så ämnet för kvällen, förutom det obligatoriska skvallret, blev såklart 25-manna. Taktik, lag och fest, fest lag och takt gicks igenom. Klubbkänslan var på TOPP! Maten smakade gudomligt, vi fick även blåbärspaj till efterrätt. David som kör special kost fick självklart sin specialkost. Alla var glada och nöjda.

Efterlysning!

SKIDOR: Skidklubben önskar att få in material om Lilla Vasaloppet (gärna text och/eller bilder) från år 1925 och framåt. Har du något spännande att berätta för oss andra medlemmar kontakta vårt kansli tel. 39216 eller skicka ett mail till skidor@ifk-mora.se

Farligare att bada bastu än att springa 100 km

Jonas gjorde det igen. Han tog två medaljer på VM/EM 100 km. Här berättar han hur han upplevde loppet.

Text: Thomas Sparr

Vi startade kl 6.30 på morgonen ute på piren, precis bredvid det fartyget som alla löpare och ledare bodde på. Det var ganska mörkt men vindstilla. Vi skulle springa ca fem kilometer från båten till en runda på ca fem kilometer som vi skulle köra i 19 varv. Tyvärr så lyckades arrangörerna göra en liten miss så att vi fick springa 1,3 km längre för att komma till varvbanan. Detta korregerades sedan på varv 12 som blev justerat så att den totala längden skulle bli 100 km.

Jag tyckte att det rullade på ganska bra i början. En norrman stack ifrån oss andra efter ca tre kilometer i ett riktigt högt tempo. Jag konstaterade ganska fort att det inte håller att köra i den farten i början och slog bort hans lopp från mina tankar.

Loppet rullade på och jag låg lite före min planerade tid i början, jag försökte hela tiden fokusera på att inte bry mig så mycket på vad alla andra gör under loppet. Det var ganska många som var uppe i ledningen i loppet och det var ganska många som fick det riktigt tungt på slutet.

Jag började bli lite trött efter ca 70 km och fick sänka farten lite, men jag konstaterade att jag ändå låg bra till mot planen så det fanns aldrig någon oro.

Nu börjar det även bli ganska tomt med löpare framför mig, bara japaner och en amerikan. Man börjar så smått drömma om att det kanske kan bli en medalj av någon valör. Inne på sista milen är jag riktigt trött men jag tycker ändå att jag kan hålla i det hela ganska bra hela vägen in i mål.

Grymt skönt att lyckas ta GULD och SILVER i år igen.

Några frågor som Jonas fick svara på.

Hur känns det på startlinjen när man ska springa 10 mil?

- Spännande, man har ju en lång dag fram-



för sig som man inte vet slutet på.

När och hur ofta kommer det perioder då du är trött?

- Förhoppningsvis aldrig... Blev bara lite trött på slutet.

Har du något knep för att kunna fokusera hela tiden, delar du in loppet i olika avsnitt, känslan nu är det bara ett maratonlopp kvar när du passerar 60 K?

- Försöker att tänka så lite som möjligt på hur lång det är kvar. Försöker bara att fokusera på de kommande 5 km.

Hur trött är du vid målgång, kan du gå

själv? Hade du orkat en km till? Dropp, kramp uttorkad

- Klart att man är lite trött efter målgång. Det gäller att försöka att dricka och kaka lite så fort som möjligt. Jag blev även dopingkollad efter loppet så då var det ju extra viktigt att försöka att börja dricka så att man kan lämna sitt prov. Fick säkert dricka tre liter innan jag började känna att det var dags för att göra ett försök att pinka i maggen.

Hur ser en vanlig träningsvecka ut nu i januari?

- Långa långa turer. Snittar kanske på 15-19 mil/veckan (löpning) Ska även försöka att åka något pass skidor.

Vad ser du som dina viktigaste tävlingar 2011?

- Comrades 89 km i slutet av maj i Sydafrika med ca 20000 deltagare, Swiss alpine 78 km, ska försöka att få min femte raka seger. VM/EM 100 km i September i Holland. Borde vara min tur att ta guld. Världens ledande löpnation Afrika deltar ej, varför? Kanske för att det saknas prispengar? Ska visa Afrikanerna och övriga löparvärlden i maj att statusen på VM är bra.

Vad gör dig till en så fantastisk ultralöpare?

- Uthålligheten! Kan springa mina egna lopp utan att bry mig så mycket om alla andra.

Känslan att nå målet?

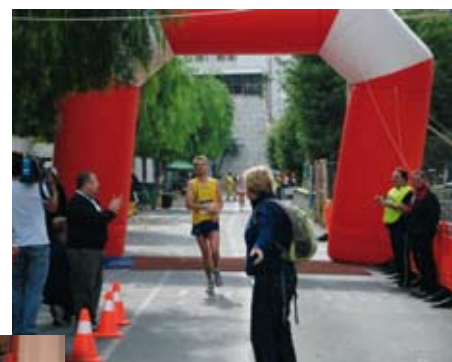
- Helt underbar.

Finns tankar på att springa ännu längre lopp?

- Hur ju sprungit 100 miles(160 km) i våras på 12.34, mest på stig och grusväg.

Vad är den ultimata utmaningen?

- Vet inte riktigt. Kanske att prova något som man inte är riktigt säker på om man kommer att klara.



Tv: EM prisballen

1 Jonas Buud 2 Oleksander Holovnytskyi Ukraina 3. Andre Collet Tyskland



Ovan: Jonas passerar mållinjen efter 100 km

Rapport från ett alpint gymnasium

Hej! Jag har nu gått snart en månad på elitidrottsgymnasiet i Uppsala med inriktning alpint och jag tycker det är jätte roligt! I mitten av november åkte vi till Holland för att åka i en inomhusbacke, Landgraaf hette stället. Vi flög dit på fredagen och kom hem på måndag kväll. Vi var elva skidåkare och två tränare, Andreas Johansson som är gammal Moraåkare och Mattias Kangas. Det var första gången för mig att åka i en inomhusbacke och det var verkligen över mina förväntningar! Backen var mycket längre än jag trott och även fast den inte var speciellt brant så var det ett perfekt ställe att ta sina första svängar på skidorna för säsongen. Vi hade långa dagar på anläggningen, det enda vi gjorde på hotellet vi bodde på var att sova. Sista dagen gick vi upp redan klockan 5.00 för att vi skulle hinna med två pass innan lunch för efter lunch åkte vi till flygplatsen. Jag var inte alls så farligt trött tyckte jag men när jag väl satt på flygplanet orkade inte mina ögon vara öppna längre så jag sov hela vägen hem.

Nästa läger blev två veckor senare och då åkte vi till Juvass i Norge. Det lägret följde Nike Bent med på eftersom hon också kommer vara vår tränare i vinter!

Emma Pettersson IFK Mora alpina klubb, Celsiusskolan Uppsala



Emma tillsammans med sina kompisar på alpina gymnasiet. Emma längst till höger.

Vasaloppets ägarmöte

Helgen den 19-20 november 2010 arrangerades Vasaloppets årliga ägarmöte för IFK Mora och Sälens IF. Ägarmötet föregicks av årsstämma för Vasaloppsföreningen Sälens-Mora och bolagsstämma för Vasaloppets Marknads AB. Ett mycket gott verksamhetsår 2009 - 2010 kunde läggas till handlingarna. Rekord på många sätt.

I år stod Sälens IF som arrangör för stämmorna och ägarmötet och därför förlades det i uppe i Lindvallen i den nya byggnaden som kallas Experium. Det var ett uppskattat alternativ och det föreslogs därför att ägarmötet skulle permanentas där.

Första dagen/kvällen bestod förutom av stämmorna också fria aktiviteter med skidåkning, bad eller bowling på programmet och med en trevlig middag på kvällen. Dag två bestod att av information mellan ägarna, styrelserna och Vasaloppets ledningsgrupp. Exempel på vad som kom fram:

Sven Von Holst och Ulf Hållmarker (VL-föreningens och VMAB:s styrelser) berättade om Vasaloppets verksamhetsresultat 2009-2010 och om den högsta utdelningen hittills till ägarna (IFK Mora Idrottsallians och Sälens IF). En utdelning som dessa klubbar får dela på enligt det samarbetsavtal som gäller om ägandet av Vasaloppet. Sven och Ulf berättade också att Vasaloppet behöver gardera sig genom sparande ifall det blir ett dåligt år och för att ha resurser för utveckling av såväl sommar- som vinterarrangemangen. Så förs det diskussioner om hur många deltagare Vasaloppsarrangemangen kan ta emot. Målet just nu är att vara stabila över 50.000 deltagare under vinterns Vasaloppsvecka. Ett långsiktigt mål är också att utveckla VasaloppsArenan för aktiviteter året runt. Det är viktigt för Vasaloppet att gå i bräsch för hälsa och friskvård och för att locka ungdomar att börja idrotta.

Jonas Bauer (Vasaloppets VD) berättade bland annat att Vasaloppet vill ge upplevelser för ungdomar och motionärer som inte vill tävla i andra sammanhang. Vill göra Va-

saloppets arrangemang året runt ännu mer attraktiva för dessa målgrupper. Diskussioner förs med Skidförbundet hur klubbarna ska fånga upp dessa målgrupper. Inför Vasaloppsveckan 2011 är fokus mycket starkt inriktat på trafiksituationen och logistiken kring loppet.

/Karina Östlund och Olle Andersson



Olle Andersson, ordförande IFK Mora Idrottsallians och Ingemar Simonsson, ordförande Sälens IF. Foto: Karina Östlund.



Anslagsfördelningen till IFK Mora-klubbarna 2011

IA-styrelsen beslutade att dela ut 2700 tkr som anslag till IFK Moras klubbar 2011 enligt den proportionella fördelning som gällt för 2010.

IFK Mora Alpina klubb	(10,4%)
IFK Mora Fotbollsklubb	(20,1%)
IFK Mora Friidrottsklubb	(8,6%)
IFK Mora Gymnastikklubb	(9,3%)
IFK Mora Orienteringsklub	(23,5%)
IFK Mora Skidklubb	(28,1%)

Den proportionella fördelningen mellan klubbarna är inte prejudicerande för framtiden. IA-styrelsen kan senare komma att göra bedömningen att det finns möjlig-

heter till ytterligare anslagsfördelning. Om det blir så återkommer vi till det i samband med våra Ordförandemöten.

/Styrlsen för IFK Mora Idrottsallians

Trafikförbättringar inför Vasaloppets vintervecka 2011

Eftersom fjolårets problem berodde på många olika samverkande faktorer kommer vi att åtgärda så många som möjligt.

Nedan listas de största (mest synliga) åtgärderna:

- Trafikansvarige Urban Höglund kommer att på ett övergripande sätt leda trafik och transport funktionerna.

- Bussbiljettbokning via internet med enkla möjligheter att avläsa exakt antal sålda biljetter inför varje lopp. Biljetter som bokas online kommer att vara rabatterade med 10 %.

- Ilastningslogistiken vid Strandens Skola kommer att förbättras genom att biljettkontrollen sker vid ingången till inhägnad yta. Detta kan liknas vid en gate på en flygplats. Efterhand som bussarna kör fram släpps rätt antal bussresenärer in i bussarna.

- Ny bussväg till start och tidigare avgång från Mora med 30 minuter.

- Det blir översyn av ett flertal punkter vid starten i Sälens såsom fler parkeringsytor, speciell husbilsparkering, stängda parkeringar nattetid, fler vuxna parkeringsfunktionärer. Vi kommer också hålla alla bussar kvar vid starten tills efter kl 8.00 samt hänvisa bussar via Malung.

- Vasaloppet och Trafikverket har inlett ett samarbete som dels handlar om att nivå på drift och underhållssidan skall höjas så att vägarna plogas, sandas med tätare intervaller och på optimala tider utifrån Vasaloppets behov. Samarbetet handlar även om att i Fjällpaketet väga in VasaloppsArenans utveckling både sommar som vinter. Fjällpaketet är ett projekt inom Region Dalarna vars syfte är att förbättra infrastrukturen så att norra och västra Dalarna ännu bättre kan ta emot den växande fjällturismen. En

del i detta projekt är Vasaloppsvägen. Vasaloppet kommer att bli en part som vägs in i på vilket sätt vägen skall förbättras.

/Tommy Höglund

Tre Vasaloppssegrare underhåll

Tre generationers Vasaloppssegrare stod för en mycket underhållande temakväll i Vasaloppets Hus i höstas. Senaste segrarinnan Susanne Nyström, fyrfaldige Vasaloppssegraren Janne Ottsson och sjufaldige segraren Janne Stefansson berättade alla om deras olika Vaslopp. Kunnige Jokke Lundin från Radiosporten ställde frågorna och lockade fram svaren som drog ner skratlsalvor på löpande band.

Drygt 50 besökare fick bland annat höra Janne Stefanssons version av kampen mellan honom och Sixten Jernberg om segern 1964. Vem som drog eller inte drog och hur Janne kunde spurtade ner en ilsken Sixten som påstod att han fått legat i täten hela vägen från Sälen till Mora.

Förutsättningarna för de tre generationernas Vasaloppssegrare var stora. När Janne Ottsson vann 1989 infördes prispengar, Janne Stefansson fick inte en medverka på bild tillsammans med en sponsor och Susanne Nyström som vunnit både en bil för snabbaste tiden i Tjevasan och 50.000 kronor för senaste segern i Vasaloppets damklass.

Efter samtalet blev alla besökare guidade runt i Vasaloppsmuseet av Hasse Eriksson

och Rolf Hammar. Två mycket kunniga och väl insatta Vasaloppsprofiler som på ett personligt sätt berättade om Vasaloppets historia.

/Per Strid



Janne Stefansson, Susanne Nyström och Janne Ottsson. Foto: Per Strid.

Funktionärsfest i sommar

Vasaloppet kommer att arrangera en stor festdag som vänder sig till alla som på olika sätt bidrar till att våra vinter och sommararrangemang blir väl genomförda. Funktionärer, sponsorer, samarbetspartners kommunerna med flera.

Vi har preliminärt sagt lördagen den 18 juni på Boggberget i Evertsberg.

Funktionärsinfo på webben

Vasaloppets funktionärsinfo på webben växer och utvecklas hela tiden. Ju närmare vi kommer Vasaloppets vintervecka desto mer information kommer du att finna där. Om du inte har någon uppgift ännu men

gärna vill hjälpa till kan du även registrera dig som frivillig. Du hittar dit genom att klicka på "Funktionär" längst ner på Vasaloppets hemsida. Sedan loggar du in med användarnamnet och lösenordet "funktionär".

Vasaloppet på Facebook

Ni som finns med i det sociala nätverket "Facebook" kan nu även koppla ihop er med Vasaloppets egna Facebook-sida. Då kan ni på ett enkelt sätt hålla er ajour med vad som är på gång. På kort tid har sidan fått över 1000 fans.

Ny personal i Sälen

I takt med att Vasaloppet växer med en Sommarvecka och i antal deltagare på Vinterveckan, ökar arbetsbelastningen på den fast anställda Vasaloppsorganisationen. För att kunna hantera detta på ett bra sätt har antalet tjänster på Sälenkontoret utökats. Som det har sett ut tidigare har all personal i Sälen varit anställd av Sälens IF och uthyrd till Vasaloppet på en överenskommen andel av den totala tiden (i Mora har man valt den omvända lösningen, dvs att Vasaloppet hyr ut tid till IFK Mora IA).

En av de nya tjänsterna kommer helt att allokeras till Vasaloppet, varför också anställningarna kommer att ske i Vasaloppsorganisationen även om arbetsplatsen är Sälenkontoret. Det rör sig om en 75% tjänst inom Tävlingsadministration, som sorterar under Sportavdelningen och kommer att jobba med Kundtjänstfrågor och annat som hör till Tävlingsadministration. Till denna tjänst har Camilla Törnberg rekryterats. I samband med det kommer Maria Lundins och Linda Erikssons tjänster för Vasaloppets räkning att minska något och i motsvarande grad öka för Sälens IF. För Vasaloppets del innebär det en ökad resurs med ca 40% och för Sälens IF med ca 35%.

Den andra tjänsten är en Vaktmästar-tjänst som kommer att sortera under Sälens IF, men där jobb kommer att göras för Vasaloppets räkning i samband med att starten byggs upp. Till denna tjänst har Per Lif rekryterats. I samband med det har John Lif övergått från att jobba 50/50 för Sälen och Vasaloppet, till att bli 100% anställd av Vasaloppet. För Vasaloppets del innebär det ökade resurser med ca 50% och för Sälens IF med ca 20%.

/Jonas Bauer





Kranskulla och kransmas från IFK Mora

Kulla och mas på lanseringsturné i huvudstaden. Foto: Per Strid.

Tävlingsledarna för Vasaloppet har utsett Frida Dahl till kranskulla 2011. Frida har tävlat både i längdskidåkning och på senare år i skidskytte. Till kransmas har tävlingsledarna för TjejVasan utsett Anders Solin som tävlar i längdskidåkning.

Text: Lars Ingels. Foto: Vasaloppet

För Frida Dahl är det en dröm som gått i uppfyllelse:

– Det känns hur bra som helst att blivit utsedd till kranskulla och det är ju en stor ära. Det är en dröm som alltid har funnits att få vara kranskulla, avslöjar Frida.

21-åriga Frida har en gedigen bakgrund inom IFK Mora Skidklubb. Frida har under hela ungdomsåren tävlat i längdåkning för IFK Mora, men har de tre senaste säsongerna gått över till skidskytte där hon har nått till en nivå strax under de allra bästa. I dag läser Frida till sjuksköterska på Mittuniversitetet i Östersund, där hon kombinerat studierna med träning. Den här säsongen har hon tagit en liten paus i tävlandet, eftersom heltidsstudierna tar mycket tid.

– Eftersom jag vet att uppdraget som kranskulla tar ganska mycket tid så känns det lämpligt att jag blev det just nu. Jag tror det kommer att bli riktigt roligt, säger Frida Dahl.

Frida kommer från en genuin "IFK-familj" som i flera generationer arbetat för IFK Mora på olika sätt, inte minst genom sin egen verksamhet på Hotell Siljan där de årligen tar emot träningsläger inför Vasaloppet och med stort hjärta får besökarna att trivas och återvända. Foajén på hotellet andas IFK Mora, Vasaloppet och idrott i allmänhet när tre generationer Dahl noggrant följer allt som sker inom både lokal, nationell och internationell idrott.

Kransmasen Anders Solin är också född och uppväxt i Mora, närmare bestämt Gesunda. Både kranskullan och kransmasen fyller förresten 22 år i februari 2011 och har känt varandra sedan barnsben, eftersom de båda har tränat och tävlat på skidor i IFK Mora. Båda två har också gått på skidgymnasiet i Mora.

Anders Solin kombinerar i dag sin skidåkning med högskolestudier på Sports Management-programmet vid Högskolan

Dalarna. Anders målsättning med skidåkningen är klar:

– I vinter är målet att försöka etablera mig i Sverigeeliten och få till någon topp-tio-placering på någon Sverigecup. På lång sikt hoppas jag kunna ta en landslagsplats och få åka något stort mästerskap. Jag vill se hur bra jag kan bli inom längdskidåkningen. Det är det som driver mig framåt, berättar Anders.

Anders tycker det är jättekul och spännande att ha blivit utsedd till kransmas.

– Jag ser fram emot att få uppleva den här veckan och det är förstås ett mycket ärofyllt uppdrag, avslutar Anders.

Tävlingsledarnas motivering till utnämningen av Frida Dahl till kranskulla 2011:

– Frida är en genuin idrottstjej som "med skinn på näsan" sprider glädje och framåtanda och alltid ställer upp för klubben. Hon är fostrad i en miljö där egen företagssamhet präglar vardagen och där familjen Dahl genom generationer verkat för idrotten i Mora. Fridas personlighet gör henne till en utmärkt ambassadör för Vasaloppet det kommande året.

Tävlingsledarnas motivering till utnämningen av Anders Solin till kransmas 2011:

– Anders Solin är en god representant för IFK Mora skidklubb då han både är aktiv och engagerad inom klubben, vilket han varit sedan barnsben. Han kommer från en familj med äkta skidintresse som har ägnat många timmar åt klubb- och Vasaloppsarbete. Anders är en social kille med en positiv trend i sin skidsatsning.

Fakta kranskulla: Frida Dahl

Ålder: 21 år, (Född 18 februari 1989)

Bor: Östersund.

Familj: Pappa Sven-Åke (mer känd som "Bolle"), mamma Kerstin, storebror Oscar

Gör: Studerar andra året på sjuksköterskeutbildningen vid Mittuniversitetet i Östersund

Idrott: Skidskytte

Meriter: JSM-guld sprint och JSM-brons masstart 2007-08, JSM-guld sprint och JSM-silver jaktstart 2008-09, uttagen att åka IBU Biathlon Cup 2008-09 och 2009-10. Bästa placering i TjejVasan: 47. Har även spelat div 3 fotboll med Färnäs och IFK Mora

Intressen: Läger mycket tid på att träffa kompisar, gillar att laga mat och baka

Fakta kransmas: Anders Solin

Ålder: 21 år, (Född 8 februari 1989)

Bor och tränar: Falun/Gesunda/Mora

Familj: Flickvän Emma, pappa Tommy, mamma Lena och storasysrarna Anna och Maria

Gör: Studerar andra året på Sports Management-programmet vid Högskolan Dalarna i Falun

Idrott: Längdskidåkning

Meriter: JSM-guld stafett 2009, JSM-brons stafett 2008, 6:a JSM 2009, 1:a Idre Särnaloppet 2009, 11:a JSM 2007, 1:a Uppåt Väggen 2008 och 2009
Intresse: Största intresset är att träna, cyklar en hel del, umgås med kompisar

Ungdomsutbyte (IVSCE) i Kina sommaren 2011

Ungdomsutbytet IVSCE (International Vasa Student Cultural Exchange) har anordnats sedan 2004. Det första ägde rum i Asahikawa, Japan och senast genomfördes det i Mora, Sverige, sommaren 2009. Då deltog Changchun, Kina, för första gången med en grupp ledare och ungdomar. Utbytet är en del av det övergripande utbytesprogrammet mellan Vasaloppet i Sverige (Mora), i USA (Mora, Minnesota), i Japan (Asahikawa) och i Kina (Changchun). Tidigare genomfördes ungdomsutbytet årligen och har alternat mellan berörda orter men vid ett möte i Mora under sommaren 2009 överenskomms att ungdomsutbytet ska ske vart annat år. Vasaloppets organisation har administrerat ungdomsutbytena för vår del och Vasaloppskommunerna har gett ett visst ekonomiskt stöd. Från och med nästa år är det Vasaloppets ägarklubbar IFK Mora Idrottsallians och Sälens IF som håller i det hela. Ungdomsutbyte kommer att finansieras genom vissa fond- och stiftelsemedel, bidrag från IFK Mora IA och Sälens IF samt en viss mindre egenavgift.

IFK Mora Idrottsallians och Sälens IF tycker att detta ungdomsutbyte, som ini-

tierades av Vasaloppet i Mora (Sverige) från början, är viktigt för internationellt idrottsligt och kulturellt erfarenhetsutbyte samt ökad förståelse över gränserna.

Tidigare ungdomsutbyten har haft en mycket bred inriktning och deltagarna har fått många möjligheter till enastående upplevelser i fråga om det dagliga livet, om kulturen, om historia och traditioner, om seder och bruk, om idrottsutövande och arrangemang m.m. Naturligtvis har respektive arrangör ansträngt sig extra för att lyfta fram särskilda sevärdheter och företeelser på sin ort och dess omgivning för att ytterligare öka upplevelsegraden. Oftast har det varit möjligt för deltagarna att tillsammans med sina värdar göra utflykter i regionen för ytterligare upplevelser. Boendet i familj och umgänget med jämnåriga i det dagliga livet har också haft sin givna plats i programmet. Många gånger har deltagarna fått uppleva extraordinära händelser och företeelser t.ex. historiska och traditionella bemärkelsedagar och jubileer, sommar- och vattenfestivaler, invigningar, spektakulära fyrverkerier och andra festligheter m.m. Studiebesök på skolor, idrottsanläggningar, offentliga

institutioner, museer o.d. har förstås också ingått.

Genom åren har ungdomarna skapat levande nätverk och fått "vänner för livet". Vasaloppet som "gemensam nämnare" är och har varit något som förenar och förstärker samhörigheten och intresset för varandra över nationsgränserna.

Nu har inbjudan till det sjunde ungdomsutbytet kommit från Vasaloppet i Changchun, Kina. Det äger rum den 30 juli – 7 augusti 2011 och troligen tillkommer resdagar. Inbjudan avser två ledare och sex ungdomar i åldersgruppen 16 – 19 år.

IFK Mora Idrottsallians och Sälens IF är överens om att deltagarna ska utses bland unga aktiva ledare inom klubbarna. IFK Mora – klubbarna uppmanas nu att komma in till IFK Mora IA med kandidater till denna spännande resa. Urval av deltagare kommer att ske i samråd med Sälens IF. Förslagen ska lämnas senast 2011-01-10.

Blev du intresserad? Kontakta din klubb före den 2011-01-10

*För IFK Mora Idrottsallians
Ingrid Andersson, enligt uppdrag*



Bilder från Japan. 1. Svenska och amerikanska gruppen på scen i samband med fyrverkerioch underhållningseftermiddagen och kvällen 2. Vi sitter på röda mattan och väntar på att föreställningen skall börja 3. Vi får en uppvisning i japanskt "bâgskytte" under besöket vid universitetet.



En grupp motionärer inför en torsdagsträning i oktobermörkret

Populärt med IFK Mora Motion

I höstas startade skidklubben en motionskommitté som anordnar träningar och temakvällar. Ett populärt initiativ visade det sig!

Text och foto: Stefan Sjöberg, ordförande Motionskommittén

I skrivande stund har Motionskommittén genomfört nio tränings-/motionskvällar, vilka alltid äger rum på torsdagar kl 18.30 i Hemus. Därtill har fyra av sex så kallade temakvällar med olika inriktningar genomförts. Temakvällarna har hittills ägnats åt kostlära, rullskidor samt vallningslära. Åter-

står denna säsong gör två temakvällar med inriktning teknikträning fokus stakning och skateteknik.

Lovande inledning med stor uppslutning

Det har varit en för Motionskommittén mycket positiv upplevelse att få möta alla glada och ambitiösa motionärer. Vi har haft en lovande inledning och ser positivt på framtiden. Hittills har hela 90 individer någon gång tagit del av verksamheten. I genomsnitt möter drygt 30 motionärer, både i vått och torrt, upp vid sammankomsterna. Det är en härlig blandning vad gäller kön, ålder och skiderfarenhet. Vi har allt i från tonåringar till kärnfriska pensionärer re-

presenterade bland deltagarna. Alla delar det gemensamma intresset längdskidåkning och motion.

Teknikträning

Barmarksperioden ägnades åt jogging och stavgång. I och med snöttillgången och de fina förutsättningarna i Hemus har vi nu naturligtvis övergått till längdskidåkning på torsdagarna. Inledningsvis erbjuder Inger Rommerdahl, Åsa Engström och Helene Näsén från kommittén enklare tekniktips för den som vill och har behov av detta, något som visat sig mycket uppskattat. Johan Gustafsson, Andreas Hårskog och Stefan Sjöberg från kommittén har i olika grupper åkt skidor med övriga deltagare. Varje torsdagsträning avslutas med varm blåbärs-soppa och rödrosiga kinder i klubbstugan.

**Nästa temakväll!
17:e januari: Skateteknik**

Tv: Kalle Suther förklarar längdskidans uppbyggnad och konstruktion under Temakväll Vallningslära

Th: Lars-Åke Engström instruerar fästvallningens grunder under Temakväll Vallningslära



Är man stor måste man vara snäll

Att ta ansvar för idrottens utveckling är svårt. Som förening måste vi hela tiden tänka på hur vi agerar och hur våra aktiva kommer att reagera.

Text: IFK Mora FK, Dam

Det viktigaste är och förblir hur individen tar emot det budskap som man, som förening, vill förmedla.

Vi som ledare måste hela tiden tänka på att ha individen i fokus och ha deras tankar och vilja i bakhuvudet när vi tar olika beslut, som direkt påverkar de aktivas vardag.

Vi måste även ha med föreningens "röda tråd" i allt vi planerar, diskuterar och beslutar.

Låt oss gå två år tillbaka i tiden.

IFK Mora FK, Dam spelade då i damer div. 5 och våra kollegor i Färnäs SK spelade i damer div. 4.

Nu skulle alla gamla gårdsgårdar rivas och samarbetet mellan klubbarna nå höjder som aldrig tidigare skådats.

Ifrån FK var vi övertygade om att vi skulle ha ett brett samarbete som även skulle vara en bra plattform för alla aktiva tjejer i de båda klubbarna.

Läget var då och är även nu, att damfotbollen i Ovensiljans regionen har svårt att hävda sig gentemot de mellersta och södra delarna av länet. Detta var båda klubbarna helt överens om.

Antalet damer/flickor, över 18 – 20 år, som utövar sporten minskar stadigt. Detta kan bero på att vi inom regionen inte har tillgång till Högskoleutbildning, vilket gör att ungdomarna flyttar från hemorten. När man sedan är klar med sin utbildning och ev. flyttar tillbaka så är det väldigt få som återupptar fotbollen.

En orsak till att man inte börjar, aktivt igen, kan vara att vi inom Mora Kommun saknar ett damfotbollslag i de högre divisionerna, från div. 2 och uppåt. Vilket inte vore någon omöjlighet om bara viljan och ambitionen finns. Från, fotbollsgymnasiet, S:t Mikaelsskolan, uttryckte man ett starkt önskemål/krav på ett lag med högre status än vad någon av föreningarna hade då.

Båda föreningarna insåg att något måste göras, om vi tillsammans, skall kunna, dels, tillgodose gymnasiet krav och att vi skulle kunna spela damfotboll på en hög nivå.

Vi inom IFK Mora FK har som målsättning att vara den, inom orten, ledande fotbollsklubben med en uttalad ambition att spela på en så hög nivå som möjligt med vårt representationslag.

Efter några långa förhandlingsrundor så skulle vi formulera ett samarbetsavtal mellan de båda klubbarna. IFK Mora FK var villiga att mer eller mindre flytta sin senior verksamhet till Färnäs där båda lagen skulle träna och spela sina matcher. Genom administrativa förbundshinder så får inte två satsande föreningar heta dubbel namn, som i detta fall skulle ha blivit t.ex. Färnäs SK/IFK Mora FK.

En viktig sak som vi från FK inte kunde "sälja ut" var namnet IFK Mora. Om vi sålt vårt IFK namn så skulle detta inte ha tagit tillvara IFK Moras styrka som varumärke, ingående i Idrottsalliansen och som ägare till Vasaloppet.

Samarbetet sjönk.

Två år senare, 2010, så är förutsättningarna för damfotbollen i Ovensiljan lika som den var 2008. Enda skillnaden är den att IFK Mora FK kommer att spela i div.3 och Färnäs SK ska spela i div.4 säsongen 2011.

Samarbetet!

Återigen ska vi försöka enas om ett samarbete klubbarna i mellan. Denna gång initierat av Färnäs SK. Ett upplägg som diskuterades var ett så kallat "farmaravtal". Farmaravtal innebär att de aktiva kan gå i mellan de båda lagen utan en formell över-

gång. En hel del begränsningar finns dock, både för spelare och klubb.

Tanken var att IFK Mora FK skulle ta hand om ett blivande div.3 lag med träning och spel av matcher på Prästholmen.

FSK skulle då ta hand om de spelare som inte, av någon orsak, var redo för spel i div.3. Träningar och matcher på Färnäs IP. Kanon!? Men vad tycker de aktiva och följer det klubbens "röda tråd"?

Samarbetet sjönk.

Skulle vi som ledare och styrelsemedlemmar slå sönder den klubbkänsla och lagtillhörighet som byggts upp genom åren i IFK bland våra tjejer. Faktum är att många av tjejerna, faktiskt, hjälpt oss upp till den division som vi kommer att spela i nästa säsong.

Frågan är inte helt enkel att svara på.

Det är vår fasta övertygelse att en tryggtillvaro för spelaren och med en stark klubbkänsla, väl utbildade ledare och en stark organisation även kommer att fostra bra och framgångsrika aktiva, sett över tid.

Ibland måste man fatta obekväma beslut i föreningslivet likväl som i vardagen. Vårt beslut att inte gå vidare med ett farmaravtal på seniorsidan var ett sådant. Beslutet grundades på våra spelares, ledares och våra egna erfarenheter av liknade samarbeten.

Vi tror dock att det finns många andra sätt att samarbeta på, framför allt på ungdomssidan, där man kan samarbeta i ett friare klimat.

Som avslutning kan vi säga att vi som klubb, med gott samvete, följt vår "röda tråd", satt individen i fokus och lyssnat på våra aktiva och ledare.





Samarbete på vildmarksläger

IFK Mora OK hade vildmarksläger i början av november och temat för i år var samarbete.

Text: Anna Wadman. Foto: Maria Gustafsson och Ulla Eriksson

På fredag förmiddag (5 november) rullade karavanen mot Falun, ett matstopp i Hofors och ungdomarna fick första uppgiften att lösa. Var ska vi sova i natt? Svaren var Uppsala, Gävle, Furuviik...

Något försenade svängde vi in på Alborgens parkering. Vad är Alborgens kanske någon undrar, jo det är ett Äventyrshus som ligger mellan Valbo och Gävle. Här skulle man lösa olika problem som fanns i "cellerna". Efter ett par timmars problemlösande puttrade vi vidare mot IKEA och åt middag.

Nu fortsatte bilkaravanen sydost mot Roslagens famn. Lite svårt med bilorienteringen, bilkaravanen höll på att hamna hemma hos Jan Guillou.

I alla fall så lyckades vi nå startpunkterna för "nattskattjakten", i närheten av Ånös, strax väster om Östhammar. Denna skattjakt gick ut på att i mörkret ta sig fram till målet via kontroller samt samla diverse föremål under tiden. Målet var OK Rodhens klubbstuga i Uppskedika.

Efter kvällen skattjakt var det mys i klubblokalen, en aning trångt men det gick bra.

Lördag förmiddag hade vi lite framtidsprat innan det var dags att ge sig ut i skogen igen.

Ungdomarna skulle besöka olika checkpoints med olika uppgifter. Åter till klubbstugan och en smarrig Tacolunch.

Vad skulle hända nu... ungdomarna fick nu information om att de skulle springa Rodhenloppet, en nattpatrulltävling med gemensam start för alla klasser. Dags att byta om och stätta på pannlamporna igen.

Transport in till Östhammar och TC, gemensam marsch till starten där alla patruller ställer upp i en stor ring. En fyrverkeribomb var startskottet och alla patruller sprang iväg. Ett häftigt upplevelse.

Alla Moraungdomar sprang jättebra och förhoppningsvis vill de springa Rodhenloppet fler gånger.

Efter dusch och prisutdelning hoppade vi in i bussarna/bilarna igen och styrde kosan hemåt. Vi gjorde dock ett stopp på Gyllene måsen söder om Gävle för att fylla på med ny energi.

Tusen tack till alla fina ungdomar och tusen tack till föräldrarna som har hjälpt till!



Ungdomar på skidläger

Torsdagen den 25 november samlades ledare, föräldrar och 35 förväntansfulla ungdomar i åldern 11-16 år, vid Vasa-loppets hus för avfärd till vårt traditionella snöläger på Vemdalskalet.

Text: skidledarna Monica Augustsson, Maria Gustavsson och Lena Andersson

Foto: Anders Öberg och Lena Andersson

Vår eminente chaufför Anders Öberg styrde bussen med varsam hand norrut. Men, lite busstrubbel blev det (som vanligt), nytt batteri levererades till bussen på fredagen.

Termometern visade -17 hela helgen, men trots kylan genomförde vi 5 träningspass och fick många fina skidmil i benen. Fredagen tillbringades i skidspåren vid anläggningen. På lördagen tog vi bussen till Storhogna för att pröva lite andra spår. Lite kylslaget var det, med starka vindar och snöfall, men passet genomfördes med bravur. På em var vi tillbaks vid "skalet" där vi körde ett skicrosspass i slalombacken efter stängning. Personalen där är alltid sjysta och låter oss tända i backen och låna det vi behöver. Passet avslutades med ett "topplopp", där var och en kör så långt upp i slalombacken den orkar och törs, sedan fri fart och stil ner. Många olika stilar sågs, störtlopp, slalom, telemarksvängar, mm. Några entusiastiska ungdomar byggde även hopp långt upp i backen. Där kunde man se "misty", "360" "720" och många andra tricks. (på längdskidor) Jon Olsson hade varit imponerad.

Det förekom också en del trevliga kvällsaktiviteter såsom paketleken, singstar, chipspoker, läsläsning, filmtittning, planeringsmöte för bl.a. Lilla vasaloppet.

Efter sista passet och städning av stugor var det många möra, trötta ben som satte sig i bussen för färden hemåt. Några tappra själar, Sara Wadman, Nils Augustsson och Hanna Eriksson satte sig i en IFK-buss tillsammans med föräldern Erik Wadman för vidare färd till läger nummer två, Dalarnas skidförbunds skidläger i Bruksvallarna för 13-16 åringar från söndag em. till onsdag.



Några kommentarer från barnen

- Var det här sista natten? När blir nästa läger?
- Det var jette, jettekul, jag vill inte åka hem.
- Det var roligt att åka nerför slalombacken men det gjorde ont att förlora en tånagel på kvällen när vi kom. (sagt av en tjej som sparkade bort sin tånagel på en tröskel samma kväll som vi kom)

- Trots bitande kyla och trögt före så var det en kanonhelg. Massa skidåkning och mycket snö.
- Kul, Jobbigt, kallt.
- Supergött.
- Det var roliga träningar och god mat.
- Allt var superbra.
- Roliga träningar, kul att vara i backen och träna med alla.

Fotbollen formar framtiden

Lördagen den 13:e november kan förhoppningsvis stå som ett datum för en "ny tid" för IFK Mora Fotboll. Mer än fyrtio fotbollsengagerade medlemmar: spelarrepresentanter, ungdomsledare, styrelsen, före detta spelare och ledare avsatte dagen för att diskutera och formulera ett handlingsprogram för IFK:s fotboll.

Man återupptog en tradition sedan tidigare, då kallad "Bäckadagen" efter platsen för mötena, men som av olika skäl inte arrangerats de senaste åren. Nu hoppas vi kunna prata om "Kung-Gösta-dagen" framöver. Sedan Magnus Backlund hälsat välkommen och inlett med de praktiska förutsättningarna för dagen, tog Björn Bettner över och ledde arbetet.

Förmiddagen ägnades åt att gå igenom, diskutera och revidera ett antal policydokument, handlingar som ligger till grund för att kunna på ett bra sätt hantera verksamheten i föreningen.

Vi jobbade i olika grupper för att sedan samlas för redovisning och sammanställ-



Grupparbete med Alexander Fässberg, Anders Norén, Lottie Dahl, Göran Karlsson, Lars Bertilsson, Johan Jerkgård och Anneli Grubb.

ning. Eftermiddagen ägnades åt arbete med föreningens organisation, ett arbete som gav upphov till livliga diskussioner och olika förslag. Vi enades om att det för tillfället mest angelägna är att ägna kraft åt utbildnings- och ungdomsfrågor och att försöka hitta medel och rätt person att jobba med detta. Känslan efter arbetsdagen blir att nå-

got är "på gång" i fotbollsklubben.

På kvällen fördubblades deltagarantalet, ja mer än 90 spelare och ledare samlades för en gemensam föreningsfest på Kung Gösta och visst fanns det anledning att fira: ett bra genomfört år med bl.a. uppflyttning i seriesystemet för såväl damlag som herrlag.

/Bosse Thunberg

En bra ledare har gått ur tiden

IFK Mora Idrottsallians styrelseordförande 2000 - 2007, Johan-Olov Olsson, har avlidit vid 70 års ålder. Han var yrkesverksam som kommunens ledande tjänsteman under många år och förekom som kommunens representant i en rad nätverk, som på många olika sätt bidragit till Mora kommuns positiva utveckling.

Det var självklart för Johan-Olov och det märktes också i hur han jobbade att han såg idrotten i allmänhet och Vasaloppet i synnerhet som mycket viktiga delar av Moras varumärke och avgörande för Moras utveckling. Hans syn på Vasaloppet som motor för kommunens utveckling ledde till ett starkt engagemang och till avgörande insatser i fråga om bl.a. bildandet av naturreservat för Vasaloppsspåret, för samverkan med de övriga Vasaloppskommunerna samt, och inte minst, för skapandet av Vasaloppets Hus och det fina målområdet.

Som ordförande i IFK Mora Idrottsallians gjorde han betydande insatser när det gällde att hålla ihop IFK Mora - familjens



sex klubbar (cirka 3800 medlemmar) och Vasaloppet. Han verkade aktivt för gemensam förståelse för att Vasaloppet är en viktig del av IFK Moras totala verksamhet och att vi tillsammans har ett ansvar för Vasaloppets utveckling. Han medverkade också aktivt till det goda samarbete som råder med Sä lens IF om ägandet av Vasaloppet.

Han hade stort intresse för alla IFK Mora - klubbarna och att dessa hade bästa möjliga förutsättningar för att bedriva sina verksamheter. Det märktes i hans sätt att aktivt följa upp klubbarnas verksamheter, hur han drev på bl.a. förvaltningen av IFK Mora Idrottsallians fastigheter och fördelningen av anslag från IFK Mora Idrottsallians till klubbarna. Han verkade aktivt för att IFK Mora Idrottsallians tog över ägandet av Vasaloppets Hus år 2002. Det har visat sig vara ett mycket klokt beslut.

Han verkade för sammanhållningen mellan och ömsesidig hänsyn till respektive klubbars särskilda behov. Han bevakade mycket aktivt IFK Moras intressen i olika sammanhang och det gav resultat. Därutöver var han själv en flitig utövare av bl.a. skidåkning i Vasaloppsspåret. Han var en aktiv funktionär i Vasaloppet.

Vi minns honom som en GOD IDROTTSKAMRAT och BRA IDEELL LEDARE.

*För IFK Moras Idrottsallians
Olle Andersson, ordförande*

Herrarna i division 4 nästa säsong

FOTBOLL: Årets sista match (IFK Moras FK A mot Ulfshyttans IF A) bjöd på spänning, kamp och med blåvita ögon mycket glädje. Efter slutsignalen blev siffrorna 2-0 till IFK Moras FK, vilket betydde avancemang till division 4 nästa säsong, 2011.

Efter att ha förlorat förra matchen med 1-3 mot ett smart spelande Ulfshyttan, som utnyttjade sin lilla plan och våra misstag på bästa sätt, var det ett revanschsuget gäng som sprang in på planen.

Därför var det extra skönt att se killarna visa upp vad de kan. Från start och första halvlek dominerade de stort och 2-0 ledningen hade kunnat vara större.

Andra halvlek blev en riktig batalj med kväckanslor och chanser åt båda håll, men IFK-killarna skulle bara fixa division 4-kontraktet.

Efter slutsignalen var det många glada morabor som gladdes med laget, som äntligen lyckades ta steget uppåt i seriesystemet.

IFK Moras FK tackar Ulfshyttan för två bra kvalmatcher och önskar lycka till i framtiden.

/Kristin Karlsson och Göran Karlsson



Övre raden från vänster: "Pirro" Backsell (tränare), Torbjörn Nilsson (materialförvaltare), Jonas Wikström, Shpejtim Iseni, Andreas Eggen, Daniel Ramberg, Sven-Ola Winsa (ass. tränare), Michael Grannas, Alexander Fässberg, Theo Lamptey, Marcus Stors, Fredrik Torstensson och Mikael Berglund. Mellersta raden: Richard Lamptey, Thomas Lindqvist, André Nasset och Joel Holmberg. Nedre raden: Joakim Kullberg, Niklas Lindh, Dimitry Kononov, Mikael Olsson, Fredrik Andersson, Ilir Paqarizi, Benjamin Grundtman och Magnus Johansson. Foto: Göran Karlsson (lagledare).

Judith fyra på världscup-tävling

ORIENTERING: IFK Mora OK:s elitorienterare Judith Wyder, Schweiz, blev fyra på världscuptävlingen i franska Annecy söndagen 3 oktober.

Fakta om Judith Wyder:

Bor: I Zimmerwald (Schweiz)

Född: 1988

Jobb/studier: Pluggar physiotherapist (sjukgymnast) i Bern

Meriter: 11:a JVM Lång 2008 (SWE) 2:a, 5:a, 7:a JVM Skidorien-

tering 2008 (BUL) 3:a JVM Stafett 2007 (AUS)

Favorittränning: Tävlingar

Bäst med IFK Mora: Det finns en stor bred med ungdomar och dragande vuxna, men samtidigt skapar klubben möjligheter för de som vill satsa.

/Kristin Karlsson

17:e på 25-manna

ORIENTERING: IFK Mora OK startade med tre lag i årets 25-manna. Förstalaget placerade sig på en 17:e plats.

Det var totalt 357 25-mannalag som startade i Löt i Vallentuna i lördags. IFK Mora OK hade tre lag på startlinjen och två av dem tog sig i mål. Bäst lyckades IFK Mora OK lag 1, som blev 17:e lag 11.15 efter segrande Stora Tuna OK.

Bra höst för våra fotbollsspelande ungdomar

FOTBOLL: Under hösten har våra ungdomar från IFK Mora FK haft stora framgångar i de olika distriktslagen, både på pojk- och flick-sidan. De olika lagen har fortsatt sitt tränande och spelande även efter att det ordinarie seriespelet avslutats.

Att vi från FK har så många med i Dalarnas Fotbollsförbunds distriktslag, är en fantastiskt stor framgång, framför allt för de uttagna spelarna, men det visar även vilka duktiga tränare och ledare vi har, som matchat fram ungdomarna till de olika lagen i en mycket hård konkurrens.

De som varit ute på olika uppdrag i distriktet/regionen är:

September - Oktober

F-17 Matilda Ullström, Elin Beronius, Michaela Gabriel-Åkesson, Träning med Kvarnsvedens IK, Svenska Spel F17, tidigare, Flickall-svenska. Elin och Michaela var uttagna till seriematch mot Tyresö FF. Tyvärr så blev båda skadade samma vecka.

Oktober:

F-96 Ellinor Berling, Träning Distriktslaget.

P-94 Joakim Kullberg, Träning Distriktslaget.

F-94 Matilda Ullström, Jenny Runnqvist, Träning Distriktslaget.

P-95 Carl Spansk, Edward Spansk, Daniel Wikström, Träning Distriktslaget.

F-95 Elin Beronius, Julia Rensberg, Lydia Davidsson, Michaela Gabriel-Åkesson, Träning Distriktslaget.

P-94 Joakim Kullberg, Match med Distriktslaget mot Falu FK J.

November:

P-94 Joakim Kullberg Match med Distriktslaget mot Kvarnsvedens U-lag.

P-94 Joakim Kullberg, Cup Byggnads med distriktslaget. Dalarna klart för slutspelet som kommer att spelas i början av februari 2011.

F-94 Jenny Runnqvist, Matilda Ullström, Cup Kommunal med distriktslaget. I en mycket jämn serie så förlorade Dalarna på mål-skillnad.

Fina placeringar i världs- Framgångar i Futsal cuppremiären

SKIDOR: IFK Mora SK:s Anna Haag blev åtta i 10 km fristil och tvåa i stafetten i världscuppremiären i Gällivare. Calle Halfvarsson gjorde en bra sista sträcka i Sveriges tredjelag, som slog andralaget.

IFK Mora SK hade fem skidåkare med i världscuppremiären i Gällivare: Anna Haag, Helene Söderlund, Sofia Bleckur, Eva Svensson och Calle Halfvarsson.



Vid 15 km fristil visade Calle Halfvarsson fin klass och blev med sin 50:e-plats nionde svensk.

/Kristin Karlsson

Tv Helene Söderlund som satsar på både längd och skidO denna vinter.
Foto: Ola Mopers

FOTBOLL: Första helgen i december deltog IFK Moras herr- och damlag i SM-kval i Futsal i Falun. Herrarna hade tränat speciellt för det här sedan början av november men åkte inte dit med så stora förhoppningar, utan mer för att det skulle bli en kul grej. Sedan gick det överraskande bra. Laget vann alla matcher utom en i gruppspelen och gick därför till semi. Där spelade de mot futsal-laget Älven och vann med 5-4 i straffar. Slutligen blev det final mot Dalkurd. En spännande match där det stod 1-1 tills det var tre sekunder kvar, då Dalkurd petade in ett mål. Målvakten Andreas Eggen säger att hela laget spelade bra och att det var en bra laginsats av alla. Laget spelade bra defensivt mot Dalkurd och hade till och med chans på att vinna.

Damlaget gick till semi där det blev förlust mot Korsnäs. Ledaren Mats Åkesson är nöjd över vad laget presterade. Målsättningen var att ta sig till semifinal och det gjorde tjejerna.

/Karina Östlund

ALPINT

European Cup, Trysil 27 november 2010

Storslalom

- 1 BORSOTTI Giovanni ITA 2:29.5
- 15 OLSSON Jon SWE 2:31.58
- 23 OEHAGEN Johan SWE 2:32.17

European Cup, Trysil 28 november 2010

Storslalom

- 1 OLSSON Matts SWE 2:26.31
- 17 OEHAGEN Johan SWE 2:28.65
- 25 OLSSON Jon SWE 2:29.14

Lake Louise CAN FIS World Cup 27-11-2010

Downhill

- 1 WALCHHOFFER Michael AUT 1:47.78
- 49 Hans Olsson SWE 1:51.38

FOTBOLL

Resultat, kval till div. 4 Herrar

Omgång 1 2010-09-26
Ulfshyttans IF A - IFK Moras FK A 3 - 1

Omgång 2 2010-10-02
IFK Moras FK A - Ulfshyttans IF A 2 - 0

Futsal SM-kval Falun 5/12

Herrar: fina, IFK Mora FK - Dalkurd 4-5
Damer: semifinal, IFK Mora FK-Korsnäs 0-6

ORIENTERING

Resultat Världscupen i orientering, Annecy, Frankrike, 3 oktober 2010

Damer, 9,0 km:

- 1) Simone Niggli, Schweiz, 71.25 (totalsegrare)
- 4) Judith Wyder, Schweiz, 79.37 +8.12
- 56) Radka Brožková, Tjeckien, (annars tävlande för IFK Mora OK) 106.17

Herrar, 13,6 km:

- 1) Thierry Gueorgiou, Frankrike, 92.53
- 37) Egor Kostylev, Ryssland, (annars tävlande för IFK Mora OK) 111.52
- 41) Stepan Kodeda, (annars tävlande för IFK

Mora OK) Tjeckien, 113.52

Resultat 25-manna, Vallentuna, 9 oktober

- (357 lag) efter sträcka 25
- 1) 4:49:04 +0:00 Stora Tuna OK 1
- 17) 5:00:19 +11:15 IFK Mora OK 1
- 64) 5:49:27 +1:00:23 IFK Mora OK 2

LÄNGDSKIDOR

Resultat från WC – Gällivare, 20 november

10 km fristil damer

- 1. Marit Björger – 1980 – NOR – 23:48.4 FIS-poäng 0.00
- 8. Anna Haag – SWE – 25:04.8
- 55. Helene Söderlund – SWE – 26:31.8
- 58. Sofia Bleckur – SWE – 26:38.0
- 72. Eva Svensson – 1987- SWE – 27:15.2

15 km fristil herrar

- 1. Marcus Hellner – SWE – 32:26.0
- 50. Calle Halfvarsson – SWE – 34:13.6

Resultat från WC – Gällivare, 21 november

Stafett damer, 4x5 km

- 1. Norge I - 50:16.0
- 2. Sverige I - 50:42.8
- Britta Johansson Norgren 13:34.2
- Anna Haag 13:09.1
- Maria Rydqvist 12:08.2
- Charlotte Kalla 11:51.3

- 9. Sverige III - 53:03.3
- Jennie Öberg 14:02.8
- Sofia Bleckur 13:37.0
- Helene Söderlund 12:35.3
- Jenny Hansson 12:48.2

- 18. Sverige IV - 53:45.4
- Magdalena Pajala 14:19.3
- Ingrid Vikman 13:47.4
- Lina Korsgren 12:47.5
- Eva Svensson 12:51.2

Stafett herrar, 4x10 km

- 1. Sverige I - 1:29:56.3

- 7. Sverige III - 1:31:42.0
- Emil Jönsson 23:53.0
- Jens Eriksson 24:19.9
- Fredrik Karlsson 21:29.2
- Calle Halfvarsson 21:59.9

Resultat från WC – Kuusamo, Finland, 27 november 2010

5 km klassiskt, damer

- 1. Marit Björger – NOR – 12:51.9
- 8. Anna Haag – SWE – 13:24.6

10 km klassiskt, herrar

- 1. Dario Cologna – SUI – 23:24.8
- 67. Calle Halfvarsson – SWE – 25:02.7

Resultat från WC – Kuusamo, Finland, 28 november 2010

5 km, damer

- 1. Marit Björger – NOR – 44:34.3
- 11. Anna Haag – SWE – 46:47.0

Handikappstart 10 km, damer

- 1. Therese Johaug – NOR – 29:24.2
- 10. Anna Haag – SWE – 30:00.6 (andra svensk)

Totalresultat efter tre dagar, damer

- 1. Marit Björger – NOR – 44:34.3
- 11. Anna Haag – SWE – 46:47.0 (andra svensk)

25 km, herrar

- 1. Alexander Legkov – RUS – 1:05:17.1
- 51. Calle Halfvarsson – 1989 – SWE – 1:08:18.6

Handikappstart 15 km, herrar

- 1. Lukas Bauer – CZE – 38:10.5
- 47. Calle Halfvarsson – SWE – 40:14.3 (femte svensk)

Totalresultat efter tre dagar, herrar

- 1. Alexander Legkov – RUS – 1:05:17.1
- Calle Halfvarsson – SWE – 1:08:18.6 (sjunde svensk)

IFK Moras träningar vintern 2011

Alpint			
Tisdagar	18.00	Träning (se hemsidan)	Gopshusbacken
Torsdagar	18.00	Träning (se hemsidan)	
Fotboll			
Måndagar	20-22	Ungdomar	Morkarlbyhöjden,
Tisdagar	19.30	P-99 (från 110301)	Morkarlbyhöjden
Tisdagar	18.00	Damslag	S:t Mikaelsskolan
Tisdagar	19.30	Herr, Junior	S:t Mikaelsskolan
Onsdagar	20.00	Herr, Junior	S:t Mikaelsskolan
Onsdagar	20.00	Ungdomar	Noretskolan
Torsdagar	20.00	Damslag	S:t Mikaelsskolan
Lördagar	8.30	Veteraner	S:t Mikaelsskolan
Lördagar	10.00	Herrlag	S:t Mikaelsskolan
Söndagar	19.30	P98-99	Morkarlbyhöjden
Friidrott			
Måndagar	18.30	Inomhusträning 13 år och äldre	S:t Mikaelsskolans sporthall/löparkorridor
Onsdagar	17.30	Inomhusträning 13 år och äldre	S:t Mikaelsskolans sporthall/löparkorridor
Onsdagar	18.00	Inomhusträning 8-12 år	S:t Mikaelsskolans sporthall

Gymnastik			
Måndag	18.00	Bodypower	Danslokalen
Måndag	18.30	Spinning	Lernia
Måndag	19.00	Lättgympa	Morkarlbyskolan
Måndag	19.00	Medelgympa	Morkarlbyhöjden
Måndag	19.30	Vattengympa	Simhallen
Tisdag	18.00	LatinoMoves	Danslokalen
Tisdag	19.00	Mixgympa	Bjäkenbacken
Onsdag	18.00	Bodypower	Danslokalen
Onsdag	19.00	Medelgympa	Noretskolan
Torsdagar	18.00	StepUp	Danslokalen
Torsdagar	19.00	Svettdropparna	Bjäkenbacken
Fredagar	17.00	Spinning	Lernia
Orientering			
Torsdagar	18.00	Klubbträning 1 ggr/månad	Klubbstugan Hemus
Skidor			
Måndagar	19.00	Styrkegympa HD13-16 år	Selja-Långlets skola
Tisdagar	18.00	Ungdomsträning eller serietävling	Hemus skidstadion eller annan plats
Torsdagar	18.15	Ungdomsträning	Hemus skidstadion
Torsdagar	18.30	Motionsträning	Hemus skidstadion



IFK Mora Skidklubb i samverkan med Mora Skidgymnasium inbjuder till

Barnskidskola

Riktat sig till barn födda -05,06



När: 19/1, 26/1, 2/2, 9/2, Reservdag 16/2

Var: Mora Skidstation Hemus, kl 18.00-19.00

Anmälan email: skidor@ifkmora.se, senast 10/1

begränsat antal deltagare

Ange: namn, födelsnr, adress, tfn och om barnet äkt tidigare eller är nybörjare

Kostnad: 100 kr

Köldgräns: -12

Mer info www.ifkmora.se/sk



Gruppträning Julen 2010



20 december

Gympa Morkarlbyhöjden kl. 19
Ulrika

27 december

Gympa Morkarlbyhöjden kl. 19
Malin G

29 december

Spinning Lernia kl. 17 Anna H

3 januari

LatinoMoves Morkarlbyhöjden kl. 19 Maria E

Kalender oktober-december



		December 2010
18	Lördag	OK:Skido Idrefjäll.
19	Söndag	OK:Skido Idrefjäll. Styrelsemöte Hemus 18.30. Skinkloppet kl 11.00 Klubbstugan Hemus
20	Måndag	
21	Tisdag	
22	Onsdag	
23	Torsdag	Alla:Vasaloppets Hus stänger kl. 12.00
24	Fredag	Alla: GOD JUL
25	Lördag	
26	Söndag	
27	Måndag	
28	Tisdag	
29	Onsdag	
30	Torsdag	
31	Fredag	Gott Nytt År! OK:Sylvesterloppet, Östnor 11:00 SK:Grängesbergssloppet
		Januari 2011
1	Lördag	
2	Söndag	SK:Morapinglan - Första start kl.10.00.
3	Måndag	
4	Tisdag	
5	Onsdag	
6	Torsdag	SK:Jarlloppet
7	Fredag	
8	Lördag	SK:Matsboloppet
9	Söndag	OK:Styrelsemöte Hemus 18.30. SK:Avestaloppet
10	Måndag	
11	Tisdag	SK:Kretstävling Älvdalen, skate, första start 18.00
12	Onsdag	
13	Torsdag	
14	Fredag	
15	Lördag	SK:Bergebo Ski Weekend
16	Söndag	SK:Bergebo Ski Weekend
17	Måndag	
18	Tisdag	SK:Serietävling, skicross, ansvar HD11-16
19	Onsdag	
20	Torsdag	
21	Fredag	
22	Lördag	SK:INTERSPORTLOPPET SK's seedningslopp över 43 km i Vasaloppsspåret. Järnspelen.
23	Söndag	SK:Västerdalsstafetten.
24	Måndag	OK:Samordningsmöte mellan kommittéerna HEMUS 18,00
25	Tisdag	

26	Onsdag	
27	Torsdag	
28	Fredag	
29	Lördag	
30	Söndag	FIK:Inomhus DM Falun
31	Måndag	
		Februari 2011
1	Tisdag	
2	Onsdag	
3	Torsdag	
4	Fredag	
5	Lördag	SK:Tunaloppet
6	Söndag	SK:Kvarnsvedssprinten
7	Måndag	
8	Tisdag	SK:Kretstävling Rättvik, skate, första start 18.00
9	Onsdag	
10	Torsdag	
11	Fredag	
12	Lördag	SK:Lilla SS AK: Skicross Ungdom, Junior & Senior
13	Söndag	SK:Lilla SS AK: Skicross Ungdom, Junior & Senior
14	Måndag	
15	Tisdag	SK:Serietävling, klassisk sprint, ansv HD7-10
16	Onsdag	
17	Torsdag	SK: USM Östersund
18	Fredag	SK:USM Östersund
19	Lördag	SK:USM Östersund AK: Lilla Dalacupen, Gopshusbacken
20	Söndag	SK:USM Östersund, Kornäsloppet, skicross
21	Måndag	
22	Tisdag	
23	Onsdag	
24	Torsdag	
25	Fredag	VL:Kortvasan
26	Lördag	VL:Tjejevasan
27	Söndag	VL:Ungdomsvasan och Öppet spår
28	Måndag	VL:Öppet spår
		Mars 2011
1	Tisdag	VL:Halvvasan
2	Onsdag	
3	Torsdag	
4	Fredag	VL:Skejtvasan och Stafettvasan
5	Lördag	VL: Barnens Vasalopp
6	Söndag	VL:Vasaloppet

Se mer aktiviteter på www.ifkmora.se



Inbjudan till

Mora-Pinglan

Söndag 2 januari 2011
Tävlingsplats: Mora Skidstadion, Hemus
Teknik: Fristil Första start: 10.00

Klasser:
 H9, D9, H 10, D 10, H 11, D 11, H 12, D 12 2 km
 H 13, D 13, H 14, D 14 2,5 km
 H 15, D 15, H 16, D 16 5 km
 D 17-18, D 19-20, D 21 5 km
 H 17-18, H 19-20, H 21 10 km

Tävlingsregler: Svenska Skidförbundets tävlingsregler gäller.
 Tävlände, funktionärer och åskådare deltar/närvarar på egen risk.

Anmälan: Endast via klubben online. **Senast 29 dec. kl. 24.00.**
 Efteranmälan i mån av plats på e-post pinglan@ifkmora.se, senast 30 dec kl. 20.00.

Anmälningsavgift:
 Ungdomsklass: 80 kr/deltagare
 Juniorclass: 150 kr/deltagare
 Seniorclass: 200 kr/deltagare

SKALL BETALAS I SAMBAND MED ANMÄLAN (EJ BETALD = INGEN START).
 Vid inställd tävling återbetalas 50% av anmälningsavgiften.

Nummerlappar: Avhämtas klubbvis på skidstadion från 08.00.

Parkering: Avgift 20 kr.

Upplysningar: Se hemsidan www.ifkmora.se/sk för löpande information om arrangemanget.

Tävlingsledare: Christer Allerhed 070-2492526

Servering finns på tävlingsplatsen

Välkommen! **IFK Mora SK**
www.ifkmora.se/sk Med reservation för ev ändringar

DalaKraft

Kom och titta på alpina klubbens tävlingar i vinter!

I Fjätervålen

FIS Fjätervålen GS, Lör-Sön 5-6/2 H/D 16 år och uppåt

I Gopshusbacken

Lilla Dalacupen GS, Lör 19/2, För de yngsta och nybörjare.

Sverige-final SG,GS & SL, Fre-Lör-Sön 18-20/3, Sista kval-tävlingen för USM

Skicross Lör- Sön 12-13/2, Ungdom, Junior & Senior

Dalacup & Rockparallellen GS, PSL 26-27/3-20, Ungdom, Junior & Senior

Öppettider Garbergsstugan

alla lördagar och söndagar kl. 9.00-15.00

- Spårvärdar garanterar spår alla helger från första till sista snöflinga
- Blåbärssoppeservering och förtäring av egen matsäck
- Pulkabackar
- Grillplatser med ved för korvgrillning

Rek. bilväg till N.Garberg 23 km från Mora är skyltad via Läde

Dagsaktuell info: Telefonsvarare 0250-188 82 eller www.ifkmora.se "Skidspår" "Spårinfo Mora"

Gymnastikklubben söker ledare

Vi är en av de största föreningarna inom IFK Mora och behöver nu flera instruktörer till följande grupper:

- Bamsegymnastik (Barngymnastik)
- Truppgymnastik
- Gruppträning

Låter det intressant, kontakta kansliet 0250-392 21 eller malin.hoglund@ifkmora.se



Skriv i almanackan!
 19 febr
 Siljan Skrinnet
 Orsa-Sjön Runt
 30 - 60 eller 90 km

säsongens tema:
ISGLÄDJE

Iskalender säsong 2010-2011

31 dec 2010 ----- Sylvesterloppet på Orsasjön
 08 jan-12 febr 2011 ----- Isglädje **varje helg** på lördagar på Saxviken eller Orsasjön
 29 jan 2011 ----- SM Marathon på Saxviken (50 km)
 29 jan 2011 ----- ZornSkrinnet på Saxviken
 19 feb 2011 ----- SiljanSkrinnet (10-90 km)

Orsa-Mora Skating

Inbjudan till INTERSPORT LOPPET

Lördag 22/1 2011 i Mora!

Klasser: D19-39, H19-39, D40, H40, D50, H50, D60, H60, Damer motion, Herrar motion.

Start: Alla klasser startar gemensamt 11.00

Anmälan: Se IFK Mora SKs hemsida: www.ifkmora.se/sk
 Innan den 17/1, 300kr, Efteranmälan på plats 450kr.

Bansträckning: Ca 43 km i klassisk Vasaloppsterräng mellan Oxberg och Mora.
 "HalvVasesträckningen". Våtska kommer att serveras i Oxberg, Hökberg och Eldris.

Teknik: Klassiskt

Seedning: Tävligen är seedningsgrundande för Vasaloppet och Tjejvasan.

Tävlingsledare: Anders Eriksson anders.eriksson@stonstockholm.brand.se
 Robin Johansson robin.johansson.skid@stmikael.mora.se

Välkommen!

IFK Mora Skidklubb



Var med på det nya seedningsloppet i den RIKTIGA Vasaloppsarenan!

Öppettider Gopshusbacken

Gopshusbacken är öppen från och med 25 december och varje dag under hela jullovet.

Därefter öppet varje dag (dock inte måndagar). Öppettider är alltid 10.00- 15.00.

Inbjudan till

Lilla Vasaloppet 2011

För barn och ungdomar från Mora kommun

Lördagen den 12 mars 2011

vid Hemus Skidstadion, start kl. 10.00

OBS! De äldsta grupperna startar först

Klassindelning Pojkar och Flickor

Födda -04 och senare. 250 meter Födda 99-98. 1500 meter
Födda 03-02. 500 meter Födda 97-96. 2500 meter
Födda 01-00. 1000 meter Födda 95-94. 2500 meter

Anmälan senast: Onsdagen 9/3 hos Johns Sport, vid anmälan anges födelseår samt, skola, dagis eller fritids. Anmälan kan göras fr o m 1/3.

Anmälningsavgift: 50:- betalas vid anmälan. Max 100:-/familj. Samtliga deltagare betalar, även IFK Moras ungdomsgrupper.

Nummerlappar: Hämtas fredagen 11/3 i värmestugan Hemus mellan kl. 16.00-18.00.

Prisutdelning: Vid tävlingsplatsen. Pris till samtliga deltagare.

Efteranmälningar: Mot dubbelavgift i mån av plats, endast på tel.392 16.
OBS! Klassisk teknik

Hjärtligt välkomna önskar IFK Mora Skidklubb

Swedbank



Alpin skidskola

Alpin skidskola blir de två sista helgerna i januari dvs den 22-23/1 och 29-30/1. Se Alpinas hemsida www.ifkmora.se/ ak för mer information!

Vasaloppets funktionärskläder



Som funktionär har du möjlighet att köpa Vasaloppets funktionärskläder. Vi har tagit fram ett antal snygga en skaljacka som fungerar höst, vinter och vår. En tunnare tröja/jacka med huva, så kallad hood, som kan fungera både att ha under jackan och som enskilt

plagg vid till exempel inomhusarbete. På toppen en mössa som kommer i ny färg varje år för att bli som ett samlingsobjekt.

Jacka	D, H XS – XXL	Blå	800:-
Hoodtröja	D, H XS – XXL	Svart	400:-
Mössa	Unisex	ej klart	100:-
Totalt 1.300:- (jämfört med ca 2.450 kr i butik)			

Beställning till Craft skickas den sista i varje månad. Gör din beställning i Vasaloppets Hus i Mora.

Bli volontär till Vasaloppet!!

Upplev stämningen, träffa nya människor och ge ett bidrag till föreningslivet i Mora!!

Har du ingen uppgift ännu till kommande vintervecka? Inom IFK Mora finns det många roliga uppgifter som du kan anmäla dig till. Du måste inte vara medlem i IFK Mora.

Alpina klubben

Arbetsuppgifter: diplom och ramförsäljningen på Strandens skola alla tävlingsdagar och dagen efter Vasaloppet. FM Mattsson Arena används också på Vasaloppet.

Kontaktperson: Gun-Britt Cristoferson, 0250-392 42, alpina@ifkmora.se

Fotbollklubben

Arbetsuppgifter: Ryggsäckar, kiosker, frukostar, parkeringsvakter

Kontaktperson: Anders Norén, 070-344 91 46, anders.noren@skatteverket.se

Friidrottsklubben

Arbetsuppgifter: Medaljutdelning, seedning, marknadsplatser och ansvariga för Blåbärsloppet inkl. vallning.

Kontaktperson: Lisa Smedhs 070-3931917, lisa.smedhs@live.se under Vasaloppet. Lisa Wallgren 070- 239 29 23, friidrott@ifkmora.se före och efter Vasaloppet.

Skidklubben

Arbetsuppgifter: vallning vid mässtältet och kontroller, dryck efter mål, utdelning av dryck vid Eldris och Hökberg, värdinor vid målet, dörrvakter vid seedning.

Kontaktperson: Thore Svedgård, 070-645 75 32

Orienteringsklubben

Arbetsuppgifter: Barnens Vasalopp, chipavplockning, elitservice TjejVasan och Vasaloppet, stilkontrollanter TjejVasan och Vasaloppet, vallning, tolkning efter scooter m m.

Kontaktperson: Anders Johansson, 070-739 52 70

Gymnastikklubben

Arbetsuppgifter: skidinlämningen och Hittat & Lånat samt funktionärsfikat på Strandens skola.

Kontaktperson: Malin Höglund, 0250-392 21, malin.hoglund@ifkmora.se

Våra klubbstugor

Norra Garberg



Norra Garberg - en mycket vacker fäbod belägen 520 möh! Ett skid- och vandringsparadis, cirka två mil nordväst om Mora. Här finns fantastiska möjligheter för skidåkning och vandring i storslagen natur. Mycket snösäkert område!

Här ligger IFK Moras klubbstuga - en sport- och vildmarksstuga med stora logimöjligheter och här brukar ideella krafter dra upp skidspår varje vinter.

Hökberg



I den vackra fäboden i Hökberg har IFK Mora två stugor. Den ena kallas bystugan och den andra kallas för kontrollstugan, den är även en kontrollstation för Vasaloppet. Vasaloppsspåret passerar därför alldeles utanför fönstren på stugorna.

Eldris



En av de nyast uppförda kontrollstugorna utefter Vasaloppsspåret! Stugan byggdes så sent som 2002 och är en genuint timrad byggnad. I stugan finns en stor samlingslokal med många bord och stolar. Den perfekta lokalen för barndopet, kalaset, festen och bröllopet etc.

Öppettider jul och nyår

Ordinarie öppettider Vasaloppets Hus:

måndag-onsdag: 8.00-16.30

torsdag: 8.00-15.00

fredag: 8.00-12.00

Dagen före julafton stänger huset klockan tolv och sedan är det stängt till och med söndag den 9:e januari. En del klubbar har dock lite mer öppet under jul- och nyårshelgen. Se nedan.

IFK Mora Idrottsallians

Malin Höglund

Tfn: 0250-392 21

E-post: malin.hoglund@ifkmora.se

Kristin Karlsson

tfn: 0250-392 43

E-post: kristin.karlsson@ifkmora.se

IFK Mora Alpina Klubb

Gun-Britt Cristoferson

Tfn: 0250-392 42

E-post: alpina@ifkmora.se

För öppettider se hemsidan.

IFK Moras Fotbollsklubb

Marie Varjonen-Hansson

Tfn: 0250-392 15

E-post: fotboll@ifkmora.se

Kansliet har jultängt f.o.m 23/12-10/1. Öppet 4/1 och 28/12 10-12.00. Se mer på hemsidan.

IFK Moras Friidrottsklubb

Lisa Wallgren

Tfn: 0250-392 20

E-post: friidrott@ifkmora.se

Kansliet är stängt vecka 52 och 1

IFK Moras Gymnastikklubb

Malin Höglund

Tfn: 0250-392 21

E-post: gymnastik@ifkmora.se

Kansliet stängt vecka 52 och 1.

IFK Moras Orienteringsklubb

Thomas Eriksson

Tfn: 0250-392 13

E-post: orientering@ifkmora.se

Se öppettider på hemsidan.

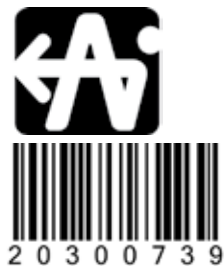
IFK Moras Skidklubb

Sandra Jansson

Tfn: 0250-392 16

E-post: skidor@ifkmora.se

www.ifkmora.se



JULKAPPSTIPS!!



Säljes i Vasaloppsshopen:

Röd IFK Mössa	150:-
Blå IFK Mössa (beställning)	100:-
Pannband / 2 sorter	100:-
Buff (OK)	100:-
IFK Dress äldre modell /2 dels set, stora storlekar	100:-
Tävlingsdräkt XS-M	200:-
Tävlingsdräkt 120-170cl finns 1 tr upp	100:-
Armband Gymnastik	10:-
Strumpor Gymnastik	10:-
IFK Mora-boken	290:-

Friidrottsklubben säljer (beställning)



Linne dam-herr	150:-
Damtopp, kort	150:-
T-shirt funktion	170:-
Lång ärm funktion	350:-
Löparshorts	160:-
Hotpants	160:-
Tights korta	160:-
Tights långa	400:-

