



IFK Kamraten

IFK Moras medlemstidning, nr 1 2011, årgång 17

IFK Moras senaste VM-medaljörer



Ett säkert vårtecken!
Systrarna Sundin skottar
fram kulringen



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 2011:

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 21
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

Bo Thunberg
IFK Moras Fotbollklubb
bosse.thunberg@gmail.com, 0250-188 21

Lisa Viklund
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: Edita

Annonser:

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

Upplaga: Ca 2 500.

Internet: www.ifkmora.se

Omslagsfoto: Alma och Lydia Sundin skottar fram kulringen.
Foto: Lars Sundin

Innehåll IFK Kamraten nr 1, 2011

Tack alla funktionärer	4
Vasaloppsnytt.....	6
Ädla medaljer i Tä(e)nnalden	8
Landslaget med vid invigning av Gopshus	
Skicross-bana	10
Torbjörn Schedwin i DFF-styrelse.....	10
Nya utlåningsregler för Vasaloppsbussarna .	10
Kretstävlingar igen.....	10
På gång inom IFK Mora Idrottsallians.....	11
Rune Larsson har lämnat oss.....	11
Per Andersson har avlidit	11
Lilla Vasaloppet	12
Alpin skidskola i Gopshus	12
Avslutning med mersmak och vemod.....	13
Oförglömlig resa till Holmenkollen	14
SkidO-tripp till Norge.....	15
Tävlingsresa till Marsspelen i Örebro.....	15
Resultat.....	16
Resultatbörsen.....	23
IFK Moras träningar våren 2011.....	25
Våra klubbstugor.....	27

Vad det är lite som behövs för att göra någon så glad...

Jag ser det som ett privilegium att få jobba på "Hittat och Lånat" under Vasaloppsveckan! Organisationen är ett föredöme för alla stora tävlingar. Allt från övergripande logistik till ett par inlämnade skidor. Under åren jag jobbat på Hittat o Lånat har många roliga saker utspelat sig. Ta bara den där gången en kvinna sprang in till mig och frågade: "Har du sett min man?". Jag frågade: Vad vill du ha för sort? Jag har 7.000 åkare här utanför. Hon kunde ju få precis vilken modell hon önskade..... Mörk, ljus, lång, kort.....? Jag tänkte att det måste vara en väldigt vällärdresserad man som anmäler sig själv till "Hittat o lånat" när han kommit bort! Efter en del förvecklingar kom det fram att paret skulle träffas utanför Hittat och lånat men att hon inte hade kunnat komma i kontakt med honom via mobilen. Vi skrattade sedan gott åt händelsen. Eller den där gången vi fick in en strykbräda och en ihoprullad matta (!) Annars är väl det vanligaste hittegodset mobiltelefoner, nycklar och plånböcker. Det känns alltid lika roligt att få lämna tillbaka sådant till den rättmätige ägaren. Många åkare kommer också och lämnar in sådant de hittar i spåren. Det är härligt att det finns så många ärliga människor! Det är ju så lite som behövs för att göra någon glad.

Gymnastikklubben har hand om Hittat & Lånat, Funktionärsfikat, Uppvärmning Tjejvasan och sist men inte minst, Skidinlämningen. Tillsammans har vi gjort ca 2.500 h under VL-veckan! Jag vill passa på att tacka alla funktionärer och ledare för ert storverk.

Sedan hösten -97 har jag varit ledare i gymnastikklubben, då vi drog igång aerobicsbiten. Tillsammans med mina deltagare har jag avverkat hundratals pass, alltifrån StepUp, Salsa, Funk, Aerobics, Core, Styrkepass m m. Det är många liter svett, det. Och vad vore jag utan mina fantastiska "kämpar" till deltagare! Det är så roligt att få röra sig till musik, bra träning både för knoppen och kroppen. Många goda skratt har det blivit. Man kan vara på det uslaste humöret innan ett pass men efteråt känns det som man genomgått ett reningsbad och man är glad igen. Men all gruppträning bygger på trender, som kommer och går. Passen varierar, liksom ledare och deltagare. Men det är väl det som är vår styrka, att vi kan följa med olika trender och anpassa oss!

Jag har suttit i styrelsen sedan i slutet på förra seklet. Och då hamnade jag där för att jag tyckte så mycket.... Nu har jag varit kvar där sedan dess och varit ordförande de senaste sex åren. Bäst-före-datum har egentligen passerat för länge sedan men det har varit mycket givande och roliga år. Nu känner jag att jag har så många bra styrelsemedlemmar att jag med varm hand kan avsluta mitt arbete som ordförande! Så vid årsmötet i oktober ställer jag min plats till förfogande.

Jag vill härmed tacka alla härliga människor jag mött genom åren!

/Helena Andersson



www.ifkmora.se

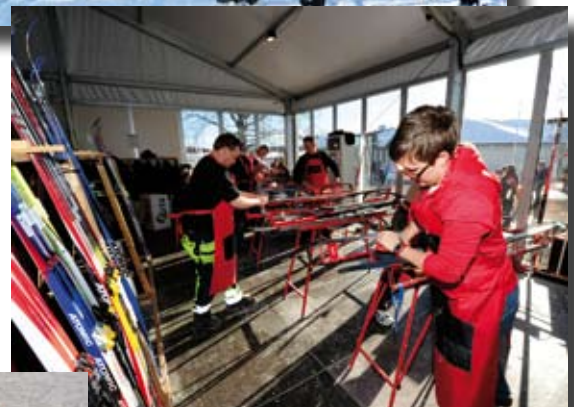
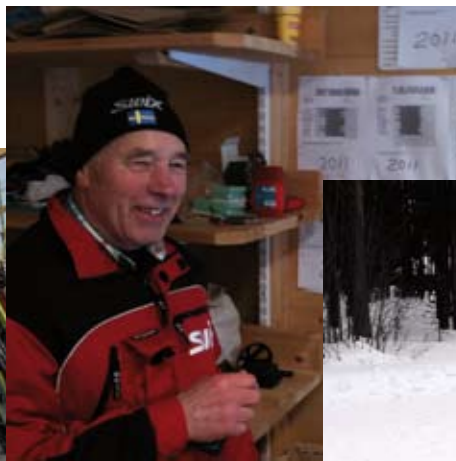


Tack alla Vasalopp årets fantastiska

Foto: Nisse Schmidt, Ulf Palm, Kristin Karlsson och Björn Wrahme



Opsfunktionärer för vintervecka!



Vasaloppets vintervecka i siffror

- 42 nationer
- 6 246 utländska deltagare, 10,6%
- 19 230 damer, 35,57%
- 41,6 år medelålder
- 21 765 förstagångsdeltagare, 40,2%
- 179 firade sin födelsedag i spåren

Största nationer

- Norge 4,8%
- Danmark 1,4%
- Finland 1,0%

Största länen

- Stockholms län 23,5%
- Västra Götalands län 16,3%
- Dalarnas län 10,6%
- Uppsala län 5,3%
- Skåne län 4,3%

Vasaloppet:

93.5% som kom till start

5.33 % brytande, de flesta vid Evertsberg.

51909 deltagare har vi tagit i mål under hela veckan, dvs vi skulle hamna på 21:a plats bland Sveriges städer bland invånare.

Hela Sundsvall och några tusen till har åkt in under devisen "I faders spår".

Nästan 500 deltog i Barnens Vasalopp i Mora

Lördagen 5 mars, arrangerade IFK Mora Orienteringsklubb Barnens Vasalopp. Starten var vid campingen på Prästholmen och målet var samma som tusentals skidåkare åkte genom dagen efter.



Några av de sista deltagarna på väg mot mål.
Foto: Kristin Karlsson

Det var nära 400 föranmälda till det ca 900 meter långa loppet. På morgonen kom ungefär 100 efteranmälningar in, så det var nästan 500 barn som deltog i Barnens Vasalopp i Mora.

/Kristin Karlsson

Ps Barnens Vasalopp i Mora och Sälen ingår inte i statistiken nedan.

Ingrid och Olle avtackades

Två välkända röster i Vasaloppsveckan tillhör speakerparet Ingrid och Olle Andersson. I samband med prisutdelningen för Vasaloppet avtackades Ingrid och Olle för sina år som speakrar under Vasaloppets arrangemang. Ingrid har varit med i 32 år, och Olle i 30 år. De fick varsin dalahäst och varsin flaska champagne av Vasaloppets VD, Jonas Bauer, och Vasaloppets sportchef, Tommy Höglund.



Speaker Robin Johansson intervjuar kollegorna Ingrid och Olle Andersson. Foto: Kristin Karlsson

Vasaloppets sommarvecka 2011

Tänk vad snabbt det kan gå från att presentera en nyhet till att se det som en etablerad företeelse! För tre år sedan lanserades Vasaloppets sommarvecka. Många var tveksamma: "När ska vi återhämta oss?", "Varför måste vi växa?", "Vasaloppet ska hålla på med det de kan – arrangera skidlopp!". 2011 kommer Vasaloppets sommarvecka att locka långt över 10 000 deltagare!

När Vasaloppet tog över VasaStafetten, flyttade StavgångsVasan och bestämde sig för att starta CykelVasan hade vi en sommarvecka som vi kunde marknadsföra på likande sätt som vår vintervecka. Genom att kunna kommunicera en vinter- respektive en sommarvecka framgick det att Vasaloppet numera är en året runt arrangör.

Att ha blivit en året runt arrangör ser vi många olika positiva effekter av: Vi får mera uppmärksamhet i media. Vi påminner po-

Vasaloppets vintervecka 2011

	anmälda	startande	i mål	brytande
KortVasan	8186	7025	6939	86
TjejVasan	8724	7692	7576	116
UngdomsVasan	886	770	767	3
Öppet Spår, sö	9007	8183	7810	373
Öppet Spår, må	6038	5392	5140	252
HalvVasan	3650	3288	3244	44
StafettVasan	1241	1181	1177	4
SkejtVasan, 30 km	331	293	286	7
SkejtVasan, 45 km	362	322	316	6
Vasaloppet	15741	14734	13946	788
Totalt	54166	48880	47201	1679
inkl alla delt i StafettV.	59130	53604	51909	1695

tentiella deltagare om att anmäla sig tidigt. Vi får fler sponsorer och som får ut mera av deras partnerskap under längre tid. Våra arrangemang genererar än mer intäkter till regionens förenings- och näringsliv.

Hur ser det då ut inför sommaren? VasaStafetten var deltagarmässigt nere i en svacka innan Vasaloppet tog över arrangemanget. Fjölårets ökning från 318 lag till 375 tror vi är vändningen för loppet. Intresset växer och med ökade marknadsföringsinsatser så är toppnoteringen på 434 anmälda lag inte långt borta att kunna passeras. Kanske redan i sommar? - Bland annat ser vi ett växande intresse från företag att göra VasaStafetten den 20 augusti till ett friskvårdsprojekt med karaktär av "kick off" efter semestrarna., säger Per Strid, Vasaloppets Informationschef.

Vi fortsätter med samma typ av tidtagningschip som på vintern. Den största förändringen i årets lopp är annars att starten flyttas från Tjärnhedens IP till Vasaloppsstarten.

Vasaloppet på mountainbike, CykelVasan, har växt till en formidabel succé. Från knappt 2000 anmälda premiäråret 2009 till att nu ha nått taket på 6000 i 90 kilometersloppet måste vara unikt i dessa sammanhang. Vasaloppet 90 km på skidor passerade 6000 deltagare 1966, alltså 43 år efter premiären. För CykelVasan tog det tre år! - Det här innebär att vi står inför både en angenäm och en komplicerad situation när vi ska marknadsföra loppet, berättar Per.



Segrararna i CykelVasan tillsammans med kranläggarna Niklas Jacobsson och Helene Söderlund. Foto: Kristin Karlsson

- Ett fulltecknat 90 km lopp som är ganska okänt måste ändå marknadsföras på något sätt för att bli än mer uppmärksammat. Men samtidigt ges nu utrymme för att marknadsföra 30 respektive 45 km loppen.

Inte minst lokalt och regionalt tror Vasaloppet på ett större intresse för de bågge kortare distanserna.

- Trots att vi bara hade sammanlagt drygt 500 deltagare 2010 så tittar vi redan nu på hur många vi kan ta emot, säger Tommy Höglund, Vasaloppets Sportchef.

Så länge 30 och 45 km loppen ligger på samma dag som 90 km loppet, 13 augusti, så går det inte att ha för många samtidigt i banan. Starten för 30 km loppet är 14.00 i Oxberg och taket är satt till 1500 cyklister. 15.00 startar de som ska åka 45 km och där är taket satt till 2000 deltagare. - Eftersom 90 km loppet är fulltecknat ser vi att många anmäler sig till speciellt 45 km loppet, berättar Tommy.

Nyheten för året är att starten i Sälen sker på Vasaloppsstarten. Kringarrangemangen i Lindvallen växer i takt med att många nappar på Skistars boendebjudande men också i Mora kommer det att ske fler aktiviteter. - CykelVasan är nu så stor att vi kan närma oss en inramning som liknar den vi har på vintern, säger Per. Det blir till och med tåg till Mora som CykelVasans värd ICA arrangerar.

StavgångsVasan hoppas Vasaloppet på att den återhämtar sig från vikande antal deltagare. Vi hoppas att Moraborna tar chansen att vara med i loppet som startar från antingen Hökberg, Eldris eller Hemus. Söndag 21 augusti är dagen som ska bokas av i almanackan.

Hur blev det då med tvivlarna på sommarveckan? Det är alltid bra med människor som ifrågasätter och stretar emot när det kommer nyheter. Det gör att organisationen måste tänka efter och gå varsamt fram. Men för ett par veckor sedan fick Vasaloppet ett pris av Event- och Sponsorföreningen som vi tycker bekräftar att vi lyckats att både växa samtidigt som vi bevarar kärnvärdena. I konkurrans med bland annat TV 4:s Idol valdes Vasaloppet som segrare i klassen "Årets rättighetsinnehavare". Juryns motivering löd såhär:

"Cykla, springa, gå, åka skidor – och heja på! En av våra mest välkända och folkkära idrottstävlingar borrar ner stavarna djupt i den dalska myllan och sprintar outtröttligt vidare in i 2000-talet. Med historien som grund engagerar man såväl sponsorer som deltagare i kreativa och nyskapande aktiviteter som lever hela året. Vi älskar Vasaloppet för förmågan att förnya sig utan att förlora den egna identiteten".

Omvärldens bild av vad vi tillsammans kan åstadkomma här i Mora! Vi ses i som-

mar, som funktionär och/eller som deltagare.

/Per Strid

Projekt VasaloppsArenan går nu in på sitt andra år!

Projekt VasaloppsArenan drivs av Vasaloppsföreningen Sälen-Mora, med stöd av Vasaloppskommunerna, Leaderområdena Dalälvarna och Södra Fällan, Besparings-skogarna i Älvdalen och Transtrand och i samverkan med Stiftelsen Vasaloppsleden.

Det första året har haft mycket fokus på underlaget i Arenan och inte minst har det byggts ett antal nya cykelvägar, som skall säkerställa trevlig och trafiksäker cykling under hela den bara perioden. Dessutom har en rejäl kartläggning av skyltbehovet längs hela Arenan genomförts.

Riktlinjerna för arbetet under den kommande sommaren dras just nu upp och vi i arenagruppen ser framtiden med tillförsikt! Under sommaren kommer arbetet att handla om underlagsförbättringar utmed Vasaloppsleden, CykelVasaleden och Vasalopps-spåret. Förutom det så kommer skyltningen i arenan att påbörjas nu under våren med skyltar som både anger de olika disciplinerna och avståndsangivelser. I samband med detta kommer alla befintliga informationstavlor att få en uppförskning med både ny karta och informationstexter. Vidare kommer även ett antal nya informationstavlor att placeras ut längs med VasaloppsArenan. Vi kommer även att påbörja upprustning av några av våra övernattingsstugor utmed arenan. Om ni ser oss i eller utmed vår arena i sommar är ni hjärtligt välkomna fram till oss om ni har några funderingar!

/Arenagruppen gm Anders Holmberg





Ädla medaljer i Tä(e)nndalen

Denna vinter har varit fantastisk med VM-framgångar inom alla våra vintersporter. Brons till Hans Olsson, silver till Anna Haag, JVM-medaljer i skidorientering och telemark och så en tjej som tog två silver och ett guld, Helene Söderlund. Henne ska vi få veta mer om genom några snabba frågor och svar här i IFK Kamraten.

Text: Karina Östlund Foto: Mikaela Sundbaum och www.skidor.com

Varför började du med skidorientering?

- Sedan jag var liten har jag hållit på med längdskidåkning och orientering. När jag gick på skidgymnasiet fick jag chansen att pröva på skidorientering på träningarna. Jag

tyckte det var roligt och fastnade direkt för sporten.

Hur skulle du beskriva vad skidorientering är för en novis?

- Tävlingsarenan består av ett stort nät av skoterspår med varierad bredd från smala till mycket breda. Alla spåren finns med på en karta och sedan gäller det att orientera sig fram till kontrollerna. Man ska välja den snabbaste vägen och ha god framförhållning.

Varför är det så kul med skidorientering?

Varför ska ungdomarna välja den här sporten?

- Främst för utmaningen att man aldrig vet vad som väntar! Varje tävling ger olika förutsättningar och ingen är den andra lik. Så är det bra med en sport där det är två moment dvs både skidåkning och orientering.

Vad krävs för att bli en bra skidorienterare?

- Man måste vara stark fysiskt, kunna fokusera och ha god framförhållning.

Vilka är dina starka och svaga sidor?

- Jag är stark fysiskt. Jag är bra på skidåkning både på breda och smala spår. (Inom skidorientering är det numera fri stil som gäller och när det är smala spår lever man mycket på armstyrkan reds anm.) Min orienteringsteknik har utvecklats men kan fortfarande bli bättre.

När började dina framgångar komma?

- Framgångarna kom ganska fort. Efter tre år satsade jag på VM som då gick i Japan. Jag hade inga förväntningar innan men det bara flöt på, så till min stora överraskning blev det fyra medaljer redan på min VM-premiär.

Vid årets VM i Tännaldalen blev det tre medaljer. Hur var dessa tävlingar?

- Det var synd med vädret men arrangörerna var otroliga! Trots att det kom snö varje dag och stormade så lyckades de göra bra tävlingar. Det var bara under medeldistansten det var lite problematiskt med att spåren blåste igen så de knappt syntes.

Hur klarar man sig ekonomiskt när man satsar på en ganska anonym sport som skidorientering?

- Det är svårt att få sponsorer eftersom sporten inte har så stor plats i media, men några sponsorer har jag. Vi får se också vad som händer nu när vi byter förbund (från skidförbundet till orienteringsförbundet). Och så pluggar jag på halvtid och jobbar en dag i veckan på skidgymnasiet.

Du satsar även på längdåkning. Hur går det att kombinera två sporter?

- Under hela juniortiden satsade jag på båda sporterna och det gick bra. För tre år sedan blev jag sjuk och fick jag problem med magen och valde då att fokusera bara på skidorientering för att få det lugnare. I år har jag satsat på båda sporterna igen och det har gått bra eftersom tävlingsprogrammen har passat ihop. Hur det blir nästa år vet jag inte förrän jag sett hur tävlingsprogrammen ser ut.



Vilka tycker du är de bästa tävlingsresultaten inom längdåkning i vinter?

- Det jag rankar högst är att jag varit bland de tio bästa på Scandinaviska cupen några gånger och så min andra plats på SkejtVasan. Det har också gått bra några gånger på Svenska cupen.

Vad har du för framtidsdrömmar, idrottsligt och yrkesmässigt?

- En dröm är att få vara med på längd-VM i Falun 2015. En annan är att skidorientering kommer med i OS-programmet de närmaste åren så jag hinner vara med. Yrkesmässigt drömmer jag om att bli personlig tränare inom friskvård.

Vad gör du på fritiden när du vill tänka på annat än sport?

- Just nu blir det mycket pluggande eftersom jag läser till idrottstränare med hälsoinriktning. Annars tycker jag om att umgås med familj och vänner samt baka och laga mat.

Är du bra på något som kanske inte så många känner till?

- Det är nog att jag är bra på att laga mat utan recept.

Helenes vägval vid VM:s långdistans (röd prickat). De gröna strecken är skoterspår, heldragna = breda spår, streckade = smala spår.



Fakta om Helene Söderlund

Född: 9 maj 1987

Bor: Falun och Mora

Gör: Pluggar till idrottstränare med hälsoinriktning och jobbar på skidgymnasiet.

Familj: Mamma Birgitta, Pappa Leif, storebror Peter, hunden Douglas och katten Eddie

Tycker om: att umgås med familj & vänner, baka bröd och laga mat

Ogillar: för stressade situationer

Idol: Per Elofsson som barn, ingen speciell just nu

Favoritordspråk: Det som inte dödar det hårdar

Landslaget med vid invigning av Gopshus Skicross-bana

ALPINT: IFK Mora fick i höstas möjlighet att med hjälp av snösponsring från vattenfall och Svenska Skidförbundet bygga ut sin Skicross bana i Gopshus.

Att landslaget i Skicross har valt Gopshus och Mora som träningstillfälle föll sig naturligt sedan IFK Mora Alpina byggt ut sin skicrossbana. Den nya banan i Gopshus håller nu hög internationell klass och detta är precis vad vi behöver säger tränare John lindh.

Under februari så arrangerade klubben en FIS skicrossstävling i nya banan, och man var överens om att banan håller hög internationell klass, så pass att klubben har blivit tillfrågad från FIS om att arrangera en Europa Cup i Skicross nästa år. Mycket smickrande, säger Mats Forslund.

Men banan är så gjord att alla kan nyttja den, välkomna att prova skicrossbanan i Gopshus.



Den nya skicross-banan i Gopshus. Foto: Karina Östlund

Torbjörn Schedvin i DFF-styrelse



FOTBOLL: IFK Kamraten noterar att fotbollens Torbjörn Schedvin vid Dalarnas Fotbollförbunds årsmöte 12 mars invaldes i DFF:s styrelse. DFF eftersträvar att ha representanter i sin styrelse och sina kom-

mittéer från alla områden i länet och valet av Torbjörn fyller en funktion för norra delen av Dalarna. Det är nämligen ganska lätt att allt koncentreras kring Borlänge-Falun. Torbjörn har en gedigen fotbollsbakgrund, som en av de som spelat flest matcher i IFK-tröjan, som mångårig tränare och ledare och som lärare vid fotbollsgymnasiet. Vi gratulerar till utnämmandet och tror att Torbjörns kunnande tillför både styrelsens arbete och fotbollen i Ovansiljan med idéer och kraft.

/Bo Thunberg

Nya utlåningsregler för Vasaloppsbussarna

Vasaloppet har nu fått alla bussar utbyta mot fabriksnya fordon. Därför finns en uppdaterad körjournal med "utlåningsregler". Detta blad skall undertecknas av chauffören vid uthämtning av nycklarna.

Utlåningsregler - Vasaloppets minibussar

Bokning:

Vid bokning ska följande anges:

- Namn på chauffören
- Telefonnummer till chauffören
- Önskad tid samt antal resenärer

Meddela Sören Simons alla avbokningar.

- Observera att det INTE är tillåtet att sitta i bussarna med blöta kläder.
- Det är INTE tillåtet att äta i bussarna.
- Det är INTE tillåtet att transportera husdjur.

Efter resa:

Städa bussen. Töm den från sopor, ta ut och skaka av samtliga mattor samt dammsug dynor vid behov. Dammsugaren finns i skåpet vid garaget. Nyckel till skåpet finns på bussnyckelknippan.

Tanka bussen full efter resa, även om du kommer hem sent på natten. Tanka i första hand på Preem.

Spolarvätska finns i dammsugarskåpet vid garaget.

Fyll i körjournalen:

Fyll i körjournalens alla poster. Notera noggrant fel eller brister. Se till att kvittot och tankkortet återlämnas till respektive klubb. Mätarställning vid hemkomst införs ALLTID på nästa körjournal. (På raden: Mätarställning inför avfärd)

Mappen lämnas i Vasaloppets Hus. På

dagtid i receptionen, på kvällar och helger skall mappen lämnas en trappa upp och inte bara innanför dörren eller genom brevvinkast.

Om Vasaloppets bussansvarige bedömer att städningen är bristfällig ansvarar chauffören för att bristerna åtgärdas omgående. Om inte detta sker mister klubben möjligheten att använda bussarna under 2 månader.

Vem får bussen? Hur sker prioritering?

1. Vasaloppet har förtur
2. SM och internationella tävlingar går före mindre arrangemang
3. Barn och ungdomar har företräde före seniorer
4. Längd på resan

Besked om man får bussen eller ej får man genom att bokningen blir grönmarkerad vid OK och rödmarkerad vid Nej. Detta görs senast två veckor före inbokat datum.

Kretstävlingar igen

SKIIDOR: För andra året har Kretstävlingarna genomförts. Tävlingarna är ett samarbete mellan Orsa SK, Älvdalens IF, IK Jarl och IFK Mora SK. Ca 100 st deltagare per tävling där Mora har haft mellan 40-50 deltagare per tävling. Första tävlingen i klassisk stil och intervallstart arrangerades av Orsa uppe i Grönklitt och det blev för många en överraskning att det gick att genomföra tävlingen då det var ca -20 grader i Orsa men i Grönklitt var det endast -5 grader. Andra tävlingen var i Älvdalen där det var fristil med gemensam start och som vanligt mycket fina banor och proffsig speaker. IK Jarl genomförde den tredje tävlingen som var en sprint som innehåll många roliga moment. På denna tävling deltog även Sverigeelit både bland junior och senior så ungdomarna fick se hur fort det kan gå i skidspåren. Den fjärde och sista tävlingen genomfördes i Hemus i klassisk stil med gemensam start. Minusgrader och kallvalla trots att tävlingen var i mitten av mars. De enskilda resultaten per tävling kan ni se på respektive klubbs hemsida och det sammanlagda resultatet kommer att presenteras på ungdomsavslutningen den 19 april och även på Mora's hemsidan. Tack alla klubbar och funktionärer för ett mycket bra arbete där vi tillsammans försöker utveckla skidåkningen och ge våra ungdomar tillfällen

att prova på tävlingar i lite mer lättsamma förhållanden.

Mats Rylander

På gång inom IFK Mora Idrottsallians

Anslag till klubbarna

För 2011 har IA fördelat sammanlagt 2.700.000 kronor i anslag till de sex IFK Mora-klubbarna som bidrag till deras verksamhetskostnader. Utöver det har klubbarna fått dela på ytterligare 500.000 kronor för olika projektsatsningar under 2011.

Uttagna till Ungdomsutbytet

IFK Mora IA och Sälens IF har beslutat delta med vardera tre ungdomar och en ledare i ungdomsutbytet 2011 med de övriga internationella Vasaloppen. Det äger rum 2011-07-30—08-07 i Changchun, Kina med deltagare från Mora i USA, Asahikawa i Japan och Changchun i Kina. Vasaloppsstiftelsen har beviljat ett bidrag med 50.000 kr. Från IFK Mora deltar Viktoria Stårner, Johan Gunnars, Matilda Melin och som ledare Ingrid Andersson.

Utveckling VasaloppsArenan

IA har tillsammans med Vasaloppets ledning haft överläggningar med Mora kommun om gemensamma frågor för att utveckla förutsättningarna för idrott och rörligt friluftsliv i Mora och för att utveckla Vasaloppsarenan. Bl.a. genom medfinansiering av ombyggnad bron under Oxbergsleden vid Hemulån, utredning av förutsättningarna för permanent hall i närheten av Vasaloppsmålet m.m.

Yttring om Prästholmen

IA har yttrat sig till Mora kommun angående Planprogram för Prästholmen och understrukit hur viktigt det är att tillgängligheten för IFK Moras och Vasaloppets verksamheter tryggas genom kommunala beslut.

Central i Hemus

IA fortsätter utreda förutsättningarna och möjligheterna att skapa en Motions- och Friskvårdcentral i Hemus till nytta för såväl IFK Mora som allmänheten. IA hoppas att ett projekt kan startas upp snarast och att det då blir en kombination av ideellt och professionellt arbete samt sponsorstöd av olika slag.

Samarbete kring Naturstig

IA har gått in som medfinansier tillsammans med Skogsstyrelsen i Mora och Mora kommun för att genomföra en förstudie som förhoppningsvis ska leda till att det skapas en naturstig i området Prästholmen – Hemus och/eller i Hemus. Ansökan om statsbidrag har lämnats in till Länsstyrelsen.

El i Norra Garberg

Tyvärr är den nya servicebyggnaden i Norra Garberg ännu inte klar. Verksamheten med fina skidspår har dock kunnat upprätthållas genom goda ideella arbetsinsatser och stöd med fordon från Polaris i Mora. För att utreda förutsättningarna för utveckling i Norra Garberg har samtliga fastighetsägare, på initiativ från IA, fått förfrågan (offert) från Fortum om intresse för elanslutning. Det är en stor investering och förutsätter stor uppslutning. Ännu är det oklart hur det blir med detta.

Översyn av Vasaloppsmuséet

Vasaloppet har aktualiserat behovet av en översyn och utveckling av Vasaloppsmuséet och ett projekt om detta kommer att startas upp i samverkan med IA. Det har förstas konsekvenser ekonomiskt och för lokalispositionerna i Vasaloppets Hus. Om det finns anledning att återkomma.

/Olle Andersson

Rune Larsson har lämnat oss

Rune avled på Mora lasarett efter att han tidigare under kvällen varit ute på ett träningspass.



Rune har haft hjärtproblem under flera år men tycktes nu vara på väg mot en ny vår och han såg fram emot orienteringssäsongen som närmar sig. Det var i samband med ett träningspass som Rune började känna av hjärtat. Trots att upplivningsförsök och en

ambulans tidigt på plats gick inte hans liv att rädda och han avled senare under kvällen på Mora lasarett.

Rune Larsson var en ansvarstagande och positiv person som var starkt engagerad i orienteringsklubbens arbete, bl a som herr-UK och i övrig elitverksamhet.

Rune lämnar naturligtvis ett stort tomrum efter sig i orienteringsklubben men det är förstas familj och vänner som har det allra svårast just nu. Våra tankar går till er och hoppas att vi genom att stötta varandra tillsammans kan få den kraft gör situationen uthärdlig.

Tack Rune för allt du gav oss!

Per Andersson har avlidit

Vasaloppets tidigare generalsekreterare och Veteranklubbens hedersordförande Per Andersson, Mora, avled under en resa i USA.



Per Andersson, som firade sin 70-årsdag i höstas, var Vasaloppets generalsekreterare och vd för Vasaloppets Marknads AB 1986-87. Per var en innovatör som klarsynt såg Vasaloppets potential att kunna växa, samt hur varumärket Vasaloppet skulle kunna attrahera fler och större sponsorer.

Per drev igenom hedersbetygelsen "Vasaloppsveteran", något som han brann för och som resulterade i att Vasaloppets Veteranklubb grundades. Per hade en enorm arbetskapacitet och kom under åren att bli veteranernas talesman i vått och torrt.

Vasaloppets Veteranklubbns ordförande var han från dess start 1987 fram till 2010 då han utsågs till Hedersordförande nr 1. Per etablerade också goda kontakter och var reseedare till de internationella Vasaloppen.

Per blev en flitig gäst i Fäders spår: Han åkte alltså sitt första Vasalopp 1963 och blev 1993 veteran nr 94. Totalt blev det 35 Vasalopp, 10 Öppet spår, 3 HalvVasor, 1 KortVasa. Sammanlagt 43 medaljår.

Lilla Vasaloppet

– från en speakers horisont

Text: Anders Öberg Foto: Therese Malmsten

Årets Lilla Vasalopp var som vanligt. En liten avslutning av skidsäsongen, efter det stora Vasaloppet, någon gång i mars. Man hoppas alltid att snön skall vara kvar och i år var det inget problem. Strålände sol, några minusgrader – med andra ord perfekta förhållanden för skidtävling. Man kan ju bara undra, fanns det manne en blivande världsmästare bland de många ungdomarna som åkte från 250 m till 2,5 km?

Jag hade i år förmånen att få ”prata de åkande i mål” och jag valde att göra mig ”mobil”. Med trådlös mikrofon kunde jag

varva min betraktelse, ena stunden vid starten, sen på upploppet och däremellan vid kiosken, resultattavlan...

Prisutdelare var våra kändisar ”från förr”; Staffan Larsson, Torgny Mogren och Johan Eriksson (den senare har också vunnit nå’n gång).

Lite oroväckande är det låga antalet deltagare bland de äldsta, men i år krockade detta med andra viktiga tävlingar, även om denna tävling är en del i de s.k. serietävlingarna. Vi hoppas på bättre uppslutning nästa år?

I Lilla Vasaloppet är ju de allra yngsta,

viktigast. Därför startar de äldsta först och vartefter tävlingen fortgår, blir åkarna bara mindre och mindre. På slutet är det små knattar som knappt syns för det mänskliga staketet av föräldrar, som följer sina små, hela vägen till mål. Ibland får de hjälpas upp och placeras i spåret, när det tappat balansen och ramlat. Ibland kan kön bli lång när farten varierar för de små och man kör ikapp en konkurrent. Att köra förbi, har man ännu ej alltid lärt sig, utan faller in i ledet (men det finns de som redan har vinnarinstinkten och forsar förbi, också).

Så visst finns det hopp!



Tobias Eriksson-Brodin och John Hermansson



Filip Malmsten



Emma Larsson

Alpin skidskola i Gopshus

Text och foto: Sara Axelsson

IFK Mora Alpina klubb har haft skidskola för barn 5-9 år i Gopshusbacken under två helger. Det var 56 barn som deltog i skidskolan.

Barnen har fått lära sig en massa skoj; från att lära sig att åka knapplift till att köra bana och åka hopp i skicrossbanan. Väderförhållandena var perfekta, runt nollstreck. Barnen for upp och ner under tvåtimmarspass, med en kort paus med saft och pepparkaka. När skidskolan var slut var det många barn som hängde kvar och ville åka mer. Sedan fortsatte träningar på torsdagar för de som ville åka vidare.



Avslutning med mersmak och vemod

Det var med mersmak som Motionskommittén avslutade säsongen med en sista torsdagsträning den 24 mars. Förutom träning innehöll även kvällen ett lotteri med fina priser.

Text o foto: Stefan Sjöström

Som brukligt serverades blåbärssoppa efter träningen och ett visst vemod noterades inför insikten att det var den sista muggen i gemenskap för denna säsong. Sammanfattningsvis har vi genomfört 20 Torsdagsträningar och 6 Temakvällar. Inom Motionskommittén är vi överens om att det har varit fantastiskt kul att ha fått genomföra denna första säsong. Vi är stolta över resultatet. Över 100 glada, charmiga och träningsvilliga motionärer har under säsongen berikat och inspirerat oss.

Framtiden

Motionskommittén har för avsikt att fortsätta det arbete som nu har påbörjats. Vi kommer med all sannolikhet att ha ett liknande koncept även nästa säsong. Träningar i gemenskap och Temakvällar som utvecklar den motionerande medlemmen. Vi ser positivt på framtiden och hoppas att IFK Mora SK Motion har kommit för att stanna inom skidklubben. Inom kort går vi ut med en utvärdering gentemot deltagarna, resultatet finns således inte i detta nummer av Kamraten. Vår spontana känsla och uppfattning är dock att deltagarna har varit mycket nöjda med själva verksamheten. Motionskommittén planerar för start av nästa säsong i mitten av september 2011.

Till alla motionärer: Ha en underbar vår och sommar! Håll formen och väl mött i mitten av september!

Mvh Stefan Sjöberg, ordf Motionskommittén



Inger Rommedahl och Åsa Engström från Motionskommittén hanterar lotteriet under avslutningsträffen.

Varför är du med i IFK Mora SK Motion?



Annelie Ekblad

Därför att jag vill lära mig åka längdskidor och utvecklas. Teknikträningen har varit mycket bra.

Bra gemenskap då vi är nyinflyttade.



Andrea Demirtas

För att lära mig åka längdskidor.

Ett bra sätt att komma igång.

Kul att träffa nya människor



Barbro Wallgren

För att det är en trevlig social samvaro

Väldigt inspirerande och kunniga ledare



Gunnar Leonardsson

Trevligt att få träna i grupp ibland.

Man får lära sig, man utvecklas.

Ett stort plus med de så kallade Temakvällarna.



Oförglömlig resa till Holmenkollen

I mitten av februari så gick Ungdoms-SM av stapeln uppe i Östersund. Det gick väldigt bra för alla Moraåkare, och det gick riktigt bra för mig. På kamratmiddagen på kvällen så fick vi veta att ettorna och tvåorna i de fyra klasserna skulle få åka på en ungdomsstafett under VM i Holmenkollen, Oslo.

Text: Sara Wadman Foto: Sara Wadman och langd.se

Ungdomsstafetten har genomförts under flera år i Norge, men i år blev det lite extra eftersom att den gick under VM. Norska tävlade med distriktslag, ungefär 40 stycken. De hade även bjudit in andra nationer, som t ex Italien, Finland och Estland. Vi Svenskar åkte dit med två lag.

Fredagen den 4:e mars, tidigt på morgonen så gick en minibuss från Östersund. Den plockade upp mig och två andra tjejer i Älvdalen, och så det bar av mot Oslo. När vi var framme efter en lång bussresa så checkade vi in på ett fint hotell en bit utanför Oslo. Det blev att direkt slänga in väskorna för att sedan åka stor buss (med alla ungdomar från Norge och andra länder) upp till Holmenkollen för att testa banorna. Det var en mycket fin kväll och det kändes häftigt att vara på just den stadion som man har sett på tv och där alla världsstjärnor har åkt! När vi kom tillbaka till hotellet bjöds det på en pizza-buffé och så fick vi lite kläder och annat.

Dagen efter, alltså på lördagen, så började

vi dagen med en supergod hotellfrukost. Det var dock en jättelång kö till frukosten, med det var det värt. Vi packade våra väskor och åkte stor buss upp till Holmenkollen igen. Där fick vi se damernas tremil, och sen äta våra mackor (som vi fick till lunch). Ganska direkt efter tremilen så började vi göra oss i ordning inför vår stafett. Det var väldigt strängt var man fick vara och var man inte fick vara. Skidspåret (alltså banorna och uppvärmningsspåret) öppnade bara en halvtimme innan start så det blev ganska stressigt. Det var mycket transport genom tunnlar och under spår för att komma in i stadion där vi startade. Det tog säkert 10 minuter att gå till själva starten från spåret, fast de bara låg 100 meter ifrån varandra.

Vi D15-tjejer (Linnea Stark, Remsele, och jag) körde första sträckan. Alla fyra sträckor var 3,75 kilometer långa. Det var verkligen jobbiga banor, och det var nog inte så smart att gå ut lika hårt som jag gjorde. Det kändes nästan som att jag stod stilla i den berömda "Hellnerbacken", så mycket mjölksyra hade

jag! Men det gick desto bättre för de andra i mitt lag och vi kom 6:a till slut. Det andra Svenska laget kom 10:a.

Trötta efter en lång dag åkte vi buss tillbaka till hotellet. Det fick bli en snabbdusch och en snabbmiddag för vi skulle nästan direkt ner och titta på damernas prisutdelning inne i Oslo centrum! Vi åkte tåg dit, och när vi kom fram blev vi en aning chockade av att det var så otroligt mycket folk. Det var ungefär 70 000 personer samlade på Universitetsplatsen, så man såg i princip ingenting av själva prisutdelningen. När vi kom tillbaka till hotellet så tittade vi på tv-sändningen (repris) från vår stafett.

På söndagen vaknade vi, redo för en ny dag uppe på skidstadion. Vi skulle nämligen kolla på den klassiska femmil. Vi transporterades med buss, och såg till att vi fick bra platser. När tävlingen skulle starta så var det mer än 100 000 åskådare på plats. Det var verkligen bra stämning och hela Holmenkollen vibrerade när Petter Northug bara värmdes upp längs spåret! När starten gick blev alla som galna och lika så på upploppet när VM medaljerna skulle fördelas.

På söndag eftermiddag satte vi oss i bussen en sista gång, och alla var helt slut. En lång resa hem väntade, fast även den resan blev en trevlig historia med mycket allsång och skratt i bussen. Den här Norge-trippen är någonting som jag aldrig kommer att glömma!

SkidO-tripp till Norge

Drygt 20 skidorienterare från Mora drog till Norge av lite olika anledningar första veckoslutet i februari. Några skulle åka veteran-VM, några yngre förmågor åkte dit för att tävla i ungdomsklass och för några andra var den största anledningen att heja fram de mora-åkare som tävlade i senior-EM, junior-VM eller ungdoms-EM.

Text o foto: Johan Trygg



För oss alla blev det en mycket trevlig helg med bra boende och gemenskap, mycket snö och solsken och fina dagar på skidor.

Resan startade på torsdagen med lite olika avresetider för olika bilar. Målet var boendet i Nordseter en bit ovanför Lillehammer och dryga milen från tävlingscentrum vid Sjusöen Skicenter.

Eftersom det inte fanns bilväg hela vägen fram till 24-bäddshuset avslutades resan med promenad i mörker snett över en slalombacke och via skoterspår fram till våran Fjellhytte. Som tur var så fick vi lite skoterhjälp med en del av packningen av "vår man på plats" Per Frost, som jobbat på Nordseter under den gångna vintern.

Fredagen spenderades på lite olika sätt av oss. Några äldre gentlemän passade på att ta en rejäl sovmorgon, några hejade friskt på våra duktiga mästerskapsåkare. För några som inte skulle tävla blev det rejäla turer i det enorma spårssystemet som bjuds i trakten. Kvällen tillbringade vi dock tillsammans i hytten och vi njöt av Berit Gummus suveräna matlagning.

Lördagen var tävlingsdag för de flesta och bjöd på riktigt utslagsgivande banor för veteran-VM åkarna. Det var rejält tuffa stigningar som skulle passeras både uppför och utför. Det var rejält trötta åkare som vilade ut i hytten på kvällen. Vi hade tur att Berit orkade med matlagningen igen efter dagens

vedermödor. Återigen blev vi bjudna på en suverän måltid.

Söndagens tävling bjöd på lite kortare banor i mindre kuperad terräng och bra orientering i tätt spårssystem.

I ungdomsklasserna och veteran-VM räknades de två dagarna tillsammans. Klubben fick en segrare genom Sara Wadman efter en tredje och en förstaplats i D 15-16. På veteran-VM var det D 50-tjejerna som var klart starkast. Ylva Grape-Andersson blev fyra och Pia Frost femma.

Vi vände hem till Sverige igen efter en lyckad helg. Vi får se var när och hur nästa resa sker. Stort tack till alla som varit inblandade med att ordna med resan.

Tävlingsresa till Marsspelen i Örebro

Text: Lisa Viklund, IFK Moras Friidrottsklubb

För att få en rolig avslutning på inomhussäsongen bestämde sig den äldsta gruppen friidrottare att bege sig iväg till den stora inomhustävling Marsspelen i Örebro och nybyggda Tybblelundshallen. Gruppen som gav sig iväg bestod av tränarna Lisa Viklund och Thomas Bylon med aktiva Julia Lantz, Emelie Svensson, Frida Nordenberg, Demi Bylon och Johanna Gunne. Utan större strapatser anlände det glada gänget till hotellet på fredagskvällen, där vi fick tränga in

oss tre och tre i små men mysiga hotellrum, förutom Thomas som bara hade maskoten KnutBert (även kallad KB) att trängas med i sitt rum. Efter en lugn förmiddag började tävlingarna för de aktiva och Julia som inte tävlade denna dag blev tvungen att följa med Lisa på en löprunda som självklart gick upp för den enda större backen i hela Örebro. Resultaten på tävlingen var en del av de aktiva mindre nöjda med och några mer nöjda, men efter en lång inomhussäsong med hård träning är det svårt att toppa formen. Humöret höjdes på söndag förmiddag då Thomas fick skjutsa ut alla tjejer till Mariebergs köpcentrum, där någon timme skulle spenderas istället för i hallen, då alla hade sina grenstarter först sent på söndag

efter middag. Shoppingmätta och efter en stadig lunch körde Thomas alla till hallen där de sista grenarna genomfördes fram till halv sju. Efter en helg fylld av mycket skratt och någon tår, somnade alla i bussen (förutom Thomas som körde).



Maskoten KnutBert

Pojkar 17 till final i SM-kval i Futsal

FOTBOLL: IFK Mora FK:s pojkar 17 gick till final i Futsal den 16:e januari. De kom på en hedrande andra plats när de mötte Dalkurd FF i finalen i Futsal. De flesta av pojkarna i laget är födda 1994-1996.

Tre SM-medaljer i skidororientering

ORIENTERING: SM och JSM i skidororientering avgjordes vid Mora IP, Gustafs, i slutet av januari. IFK Mora OK:s åkare lyckades bra och fick tre SM-medaljer; två silver och ett brons. Linus Karlsson, H20, tog SM-brons på lördagens sprint, före Andreas Holmberg, som blev fyra. I D21 slutade Helene Söderlund fyra. Andreas Holmberg tog silver i H20 på söndagens långdistans. Linus Karlsson blev fyra i samma klass. Helene Söderlund tog silver i D21. Dessutom placerade sig många av IFK Mora OK:s åkare bra.

Michael Forslund 8:a i VC Skicross



ALPINT: Michael Forslund, IFK Mora AK, visade formtopp några veckor innan VM när han slutade på 8:e plats i en VC-tävling i Grasgehren, Tyskland. Vann gjorde österrikaren Andreas Matt före landsmannen Patrick Koller. Trea

blev schweizaren Armin Niederer.

Michael Forslund hade en tuff inledning på världscupsäsongen. Under hösten körde han bra på träning, men när världscupen drog igång ville det sig inte riktigt och innan denna tävling var han som bäst på en 13:e plats.

Jag fick dåligt självförtroende och när vi fick en paus i världscupetävlandet åkte jag hem till Sverige och tränade i stort sett varje dag för att förbättra tekniken och självförtroendet, berättar Michael Forslund.

Träningen gav resultat och Michael gick vidare som 13:e man i kvalet, endast sex tiondelar från ettan. Efter en riktigt bra åttondelsfinal var han sedan nära att ta sig vidare även till final. När han istället åkte lilla finalen gav han allt.

- När jag gick vidare från kvalet idag kändes det så skönt. Jag bara släppte allt och körde så fort jag kunde. I lilla finalen chansade jag och satsade allt. I början låg jag tvåa, men när tysken tryckte ut mig i tredje kurvan orkade jag inte hålla emot. Men jag är jättenöjd ändå.

IFK Mora-åkare på JVM och U23-VM

SKIDOR: Vid JVM och U23-VM i Otepää Estland i slutet av januari kom Daniel Svensson, IFK Mora SK, åtta i JVM-stafetten och Calle Halfvarsson blev 27:a i jaktstarten i U23-VM.

SM-guld till Eva och Anna

SKIDOR: IFK Mora SK fick en kanonstart vid skid-SM i Sundsvall. Eva Svensson och Anna Haag tog SM-guld i teamsprinten den 2:a februari. I herrarnas klass slutade Joakim Engström och Adam Johansson på 8:e plats. Calle Halfvarsson tog U23-brons i jaktstart. Anna Haag kom tvåa i jaktstarten och IFK Mora SK vann lagtävlingen genom Anna Haag, Sofia Bleckur och Hanna Seppas.



Eva Svensson och Anna Haag överst på pallen. Foto: ?

SM-guld till Anna och silver till Calle

SKIDOR: IFK Mora SK tog två SM-medaljer vid de två följande distanserna i längdskidor vid SM i Sundsvall. I sprinten tog Calle Halfvarsson silver och dagen efter stod Anna Haag som segrare på 10 kilometer klassisk stil.

I damernas lopp i 10 kilometer klassisk stil var Anna Haag i ledning större delen av loppet. Ledningen växlade mellan Anna Haag och Charlotte Kalla, IFK Tärendö. Slutligen var det Anna Haag som avgjorde loppet och tog hem segern, fem sekunder före Kalla. SM-guldet var Annas andra individuella i SM-sammanhang. Sedan tidigare har hon ett guld i jaktstart med gemensam start. Även Sofia Bleckur och Eva Svensson gjorde bra lopp och slutade sju respektive åtta.

Calle Halfvarsson var glad för sitt silver i SM-sprinten. Han åkte offensivt och ledde till strax innan mål, då segraren Jesper Modin, Piteå Elit SK, passerade. Dagen efter fick han ett tungt besked när VM-truppen presenterades, utan Calle på listan. Calle hade hoppats och trott på en VM-plats, inte minst efter den fina SM-sprinten.

JVM- och EM-medaljer i skidororientering

ORIENTERING: EM-guld och JVM-guld i långdistans. JVM-brons i sprinten och medeln. JVM-guld och EM-silver i stafett. Så blev resultatet för IFK Mora OK:s skidorienterare vid mästerskapen i Norge i början av februari i Norge.

Daniel Svensson tog JVM-guld på mästerskapens inledande långdistans. Helene Söderlund rev upp ett stort sår på baksidan av låret under sitt lopp samma dag. Det hela slutade med ett EM-guld och 7 stygn. De sju stygnen stoppade Helene från start i fredagens sprint-EM, så hon fick vara publik och supporter till sina klubbkamrater. Men hon var tillbaka i tävlingen på medeldistansen.

Daniel Svensson tog delat brons i JVM-sprinten. Andreas Holmberg slutade 6:a i samma klass. Hanna Eriksson blev 6:a i UEM. Under medeldistansen lyckades Daniel bäst från klubben, då han tog ett brons även där.

Mästerskapen avslutades med stafett. Daniel Svensson körde tredje sträckan och fixade guld till Sveriges förstalag i JVM-stafetten. Andreas Holmberg körde andra sträckan i Sveriges andralag, som slutade på silverplats.

Det blev även ett silver i EM-stafetten. Helene Söderlund hade sista sträckan och tog i mål Sveriges lag på en andra plats.



Vid JVM-sprinten blev det delat brons för Daniel Svensson och en sjätte plats för Andreas Holmberg. Foto: ?

Johan Öhagen vann FIS-tävling

ALPINT: I helgen, 5-6 februari, arrangerade IFK Mora Alpina klubb FIS-tävlingar i storslalom i Fjätervålen, nordost om Idre. Johan Öhagen hade en toppenhelg. Första dagen blev han tvåa i storslalom och dagen därpå stod han som segrare.

Dubbelseger i Tessan Cup

ALPINT: Det blev en härlig dubbelseger för IFK Mora Alpina klubb, genom Alexandra Bauer och Joel Selling i 12-13, under Tessan Cup i Rättvik 12 februari.

Först ut var Alexandra Bauer som gjorde två stabila slalomåk och var dryga sekunden före tvåan Emma Hamnergård från Gävle.

Joel Selling låg tvåa efter första åket och fick till ett snabbare andra åk och kunde kamma hem guldpokalen i H12/13.

VM-brons till Hans Olsson

ALPINT: När alpina VM avgjordes i Garmisch-Partenkirchen, Tyskland, kom Sverige trea i lagtävlingen i parallellslalom. I det svenska laget körde IFK Mora AK:s Hans Olsson tillsammans med Matts Olsson, Anja Pärson och Maria Pietilä Holmner.

Det var elva nationer som tävlade i lagtävlingen och Sverige började mot Tjeckien, som vann nationstävlingen vid världscupfinalen i Garmisch-Partenkirchen förra året.

Efter kvalet gick åtta lag vidare till, i tur och ordning: kvartsfinal, semifinal, halvfinalet med åk om bronset, och slutligen final där lagen gör upp om guld och silvermedaljerna.

Ett heat består av fyra åk. Vid oavgjort räknades den bästa damtiden och den bästa herrtiden ihop, och det lag med den sammanlagda snabbaste tiden vinner.

Sverige hade ett silver att försvara från VM i Åre 2007. (Det var ingen nationstävling vid VM i Val d'Isère 2009.)

Det svenska laget var nära att gå till final. I semifinalen mot Frankrike stod det 2-2, efter att alla åkare kört sina parallellslalom-åk. Duellen avgjordes genom att man summerade åkarnas tider. Då förlorade Sverige med fyra hundra delar.



Maria Pietilä Holmner, Matts Olsson, Anja Pärson och Hans Olsson vann brons. Foto: Nisse Schmidt.

USM-guld och silver till Sara Wadman

SKIDOR: Den 16:e februari gick färden mot ett kylslaget Östersund där tre förväntansfulla Mora ungdomar, Sara Wadman, Hanna Eriksson och Nils Augustsson skulle delta i USM 17-20 februari. Detta var deras första USM.

På programmet stod skicross (ej USM-status), distans, sprint och stafett. Sara Wadman tog hem två USM guld! (distans och sprint). Hanna placerade sig på 13:e samt 21:a plats, Nils 12:a och 11:a.

Den andra dagen åkte Nils och brudarna i herr-stafetten, H15-16. Nils startade och tjejerna hävdade sig bra i herrklassen och de kom in på en fin 13:e placering av 23 startande lag.



Sara Wadman i mitten tog USM-guld. Foto: Maria Gustafsson

Truppgymnasterna deltog i Faluklockan

GYMNASTIK: Lördag den 19 februari åkte Milli-, UT- och RM-trupperna ned till Falun på den alldeles nya truppgymnastiktävlingen Faluklockan på Lugnet.



UT-truppen, längst fram i spagat Filipa Eriksson, Alva Mjöberg, Linnéa Grannas. Stående Maja Persson, Stina Fahlberg, Agnes Olsson, Wilma Pauls, Amanda Östling, Molly Collin. På toppen Ellen Olsson, Alexia Birgersson. Foto: Ia Bengtsson

Tävlingen innehöll bara grenarna hopp och matta, dvs inget fristående. Nytt från och med i år är att domarna har nya bedömningsregler och därmed får lagen mycket högre poäng om man jämför med det gamla systemet.

Milli- och UT-trupperna tävlade i samma klass A som började kl 10.50 på förmiddagen. Det var den största klassen som innehöll 24 lag.

Vid prisutdelningen vid 15-tiden vann Surahammars lag 1 guldmedaljen och fick 17,65 poäng på tumbling och 17,50 i hopp. Milli fick 16,50 poäng på matta och 15,30 i hopp. UT fick 17,45

på tumbling och 17,05 i hopp.

RM-truppen tävlade i den lite svårare klassen, klass B, på eftermiddagen. I den klassen tävlade 9 lag. De fick 14,65 på tumbling och 12,35 på hopp. Segrade gjorde Sala.

Anna Haag tia på VM

SKIDOR: Anna Haag, IFK Mora SK, blev tia i skiathlon vid VM i Oslo. Hon tappade några sekunder vid skidbytet och kunde inte ta igen dem. Hon jagade, men avståndet till ledarna var detsamma.

Anna Haag skrev om sitt lopp på sin hemsida: "Idag var det inte min dag. Inte alls. Jag kan inte skylla på någonting. Jag var bara inte tillräckligt pigg idag. Jag har nog gjort allt jag kan för att komma i rätt "mood". (...) Jag följde min plan i alla fall. Men i min plan ingick inte den fart som tätrion satte upp efter ca 4 km. En helt sinnesjuk fart. I alla fall för mig. Idag. (...) Trots att skit idag så blev jag ändå 10:a. Min bästa placering någonsin i ett VM. Men jag vill och jag kan bättre än så. Det vet jag. Jag ska bara se till att visa det."

VM-Silver till Anna Haag

SKIDOR: Damernas VM-stafett i Oslo slutade med medalj till Anna och IFK Mora! Anna åkte i det svenska laget som krigade hem silvermedaljen. Övriga svenskor i laget var Ida Ingemarsdotter, Britta Norgren och Charlotte Kalla. De tog hem silvret med en stor lucka till Finland som fick brons och guld gick som väntat till Norge. Detta var Sveriges första silvermedalj i damstafett sedan 1962. Anna åkte andrasträcka och fick gå ut i täten tillsammans med Italien. Anna åkte bra och såg till att Sverige fortsatt fanns med i täten. Under hennes sträcka halkade Italien efter medan Finland kom ikapp och under resten av sträckan handlade det om Norge, Sverige och Finland.

På sträcka tre hade Birgitta Norgren fått hoppa in som reserv istället för Maria Rydqvist. Hon gjorde också ett bra lopp och växlade över till Charlotte Kalla som tvåa. Norge hade nu dragit ifrån rejält och för Charlotte blev det att kämpa om silvret tillsammans med Finland. Charlotte ryckte på andra varvet och kopplade greppet om silvermedaljen.



Silverlaget vid VM tillsammans med ledare. Anna längst fram.

Bleckur trea i TjejVasan och Vasaloppet

SKIDOR: Sofia Bleckur, IFK Mora SK, kom trea i TjejVasan den 26:e februari. Vann gjorde Jenny Hansson, Östersund SK, och tvåa kom fjolårssegraren Susanne Nyström, som nu tävlar för Laisvalls SK.

Vasaloppets prisfall för damerna blev likadan som den vid TjejVasan. Sofia Bleckur slutade trea efter segrande Jenny Hansson och silvermedaljören Susanne Nyström.

Sofia hade sällskap med Jenny Hansson till Smågan, men tappade sedan hela tiden. Hon låg tvåa genom nästan halva loppet, men innan Evertsberg passerade Susanne Nyström. Årets Vasalopp var Sofias tredje. I Vasaloppet 2009 slutade hon fyra och förra året blev hon trea, precis som i år.

Bland herrarna blev Oscar Bergström bäste åkare från IFK Mora med en 23:e plats. Ett tag låg Oscar längst fram i täten, men när tempot sedan ökade tvingades han släppa. Oscar kom i mål på tiden 3.58.43, knappt sju minuter efter segrande Jörgen Brink.



Pallplatserna på Vasaloppet. Susanne Nyström, Jenny Hansson och Sofia Bleckur. Foto: Kristin Karlsson.

SM-brons till Smedhs



FRIIDROTT: Erik Smedhs, IFK Moras FIK, tog brons på 800 meter när Svenska Inomhusmästerskapen i friidrott avgjordes 26-27 februari i Göteborg. Det här var Eriks första medalj i SM. Han har fyra medaljer från USM och JSM och detta var andra starten i stora SM, första var i Falun i somras.

Erik satsade på att hänga med från början, och så här blev loppet: Abdi Suleiman drog iväg snabbt med Erik Smedhs i rygg och sedan lucka ned till Albin. 26.9 på 200m

och 54.7 på 400 m och 1:23.4 för Abdi och då vid klockan hade Albin kommit helt ikapp och passerade Erik. På bortre lång kom

Albins attack och han hann precis förbi Abdi in i sista kurvan. Och drog sedan ifrån!

Albin hann t o m njuta av segern under sista stegen på upploppet. Vann med tiden 1,52,63 halvsekunden med silver till Abdi på tiden 1,53,18 och brons till Erik med tiden 1,53,43 !! Pers för Erik.

Hans Olsson etta och tvåa i Europacuptävlingar

ALPINT: Hans Olsson, IFK Mora AK, vann super-G i Europacupen i Sarntal, Italien, 26 februari. Och i störtloppet 23 februari blev han tvåa.

JSM-silver i dubbeljakt till Daniel Svensson

SKIDOR: Det blev ett JSM-silver i dubbeljakt till Daniel Svensson, IFK Mora SK, i klassen H19-20 i Boden 12 mars. Dubbeljakten i klassen H19-20 inleddes med 10 km i klassisk stil. Ett tiotal åkare fanns med i täten vid skidbytet och när det blev fri stil drog Daniel Svensson och den slutlige segraren, Simon Andersson, Domnarvets GoIF, ifrån de övriga. De två följdes åt och Daniel drog, men på upploppet var det Simon Andersson som spurtade snabbast. Daniel var sex sekunder efter Simon i mål.

Anna Haag sju i Lahti

SKIDOR: I mitten av mars var det världscuptävlingar i Lahti. Två av IFK Mora SK:s åkare var där. Anna Haag kom sju i dubbeljakten och Calle Halfvarsson blev nittonde i den klassiska sprinten.

Calle Halfvarsson gjorde ett bra kval och blev 12:a. En vurpa i kvartsfinalen gjorde att Calle inte gick vidare till final.

För Anna blev det en sjundeplats och en bra genomkörare inför Slottssprinten i Stockholm några dagar senare.

Silverpokal till Selling

ALPINT: Två åkare representerade IFK Mora Alpina klubb i C-finalen i Lilla Världscupen som gick i Sunne 12-13 mars. En silverpokal fick Kevin Selling med sig hem.

På fredagen var det träning och under lördagen var det slalom och på söndagen storslalom. Sonia var inte riktigt nöjd med sin insats och Kevin grenslade på lördagen men klättrade. På söndagen blev han tvåa, efter en tredje plats efter första åket.

Sonia Haga SL: 7:a, GS: 12:a. Kevin GS 2:a, SL 9:a.

Olsson 6:a i super-G VC

ALPINT: Fartspecialisten Hans Olsson körde till sig en sensationell 6:e plats vid super-G i Kvitfjell i Norge. Olsson har inte tagit poäng i super-G sedan mars 2007 då han slutade på plats 24, också det i Kvitfjell.

Hans Olsson gick ut med startnummer 40 och visade redan från början att han skulle bli att räkna med. Vid den första mellantiden var Olsson snabbast av alla med 0.07 hundraödelar före och vid den andra hade han bara tappat 16 hundraödelar och låg 0.09 efter. Det var hård satsning som gällde hela vägen ner och i mål var han endast 51 hundraödelar efter dagens vinnare Didier Cuche och fuffiga 17 hundraödelar från pallan.

Det är tredje gången i karriären som Hans Olsson tar poäng i super-G. 2006 var han 25:a i Gröden, Italien och 2007 i Kvitfjell var han alltså på plats 24. Söndagens resultat blir en rejäl uppputsning av svenskens personbästa i disciplinen och dessutom hans personbästa överlag den här säsongen.

Två från IFK Mora på Kalle Anka cup

SKIDOR: Jacob Albinsson och Martin Lindqvist var på Kalle Anka Cup i ett kallt Sveg den 17-20 februari. Där körde de distans och skicross. Jacob kom totalt på en 18:e placering och Martin blev 27:a totalt. De deltog även i distriktsstafetterna där Dalarna segrade. Dalarna vann även distriktskampen före Ångermanland.

Tre SM-guld och ett silver

ORIENTERING: Helene Söderlund, IFK Mora OK, vann damernas seniorklass och Andreas Holmberg tog silver när SM i skidororientering arrangerades av Umeå OK 19 februari. IFK Mora OK vann även klasserna D21 och H17-20 i SM-stafetten dagen därpå.

SM i skidororientering genomfördes i strålande vinterväder och en temperatur kring minus 15.

Michael Forslund sexa i Grindelwald

SKICROSS: Michael Forslund klämde till med personbästa i i början av mars med en sjätteplats i WC skicross Grindelwald, Schweiz.

Forslund kvalade in som nummer 24 inför finalerna. Där gick det som på räls ända till semifinalen där morakillen tyvärr fick se sig utslagen, men det blev alltså en lilla final och en mycket fin sjätteplats, tillika hans bästa resultat någonsin i karriären.

Fredrik Bauer 6:a på JSM

ALPINT: Första disciplinen i JSM var störtlopp och gick i Gällivare i början av mars. På grund av hård vind fick starten flyttas ned, vilket kortade åktiden med ca 10 sek.

Det gick bra för Sälen/Mora, genom silvermedalj för Louise Jansson och sjätte plats för Fredrik Bauer. Bägge var bästa åkare född 1995. Den hårda vinden gjorde att man kom i hög fart över hoppet på Högåsen och fick jobba med linjen efter det. Emma Pettersson tog en 32:a plats i D16-17.

Djupsjö femma på ÄJSM

ALPINT: Tre av IFK Mora AK:s åkare var i Åre i mitten av mars och tävlade i Äldre Junior-SM. Bäst lyckades Klara Djupsjö, D16-, som blev femma i både storslalom och slalom.

Haag sjua i WC-finalen

SKIDOR: Anna Haag, IFK Mora SK, slutade sjua i världscupfinalen och blev totalt elva i världscupen.

Trots att Anna Haag hoppades på en plats bland de fem bästa var hon nöjd med sjundeplatsen i Svenska Skidspelel och finaltoureln. Hon har haft en jämn säsong, utan några riktigt dåliga lopp men även utan några riktigt topplopp.

För Calle Halfvarsson har det gått mer upp och ner under säsongen. Hans bästa resultat var i världscupen i Otepää, då blev han 10:e och 18:e. Men det har också gått väldigt dåligt i några tävlingar. Calle låg elva inför lördagens dubbeljakt, men på grund av dåliga skidor rasade han till en 34:e plats inför det avslutande jaktstartsloppet på söndagen. Calle hade 17:e bästa tid i jaktstarten, och hamnade slutligen på en 30:e plats.

Ungdomar på Folksam cup



Sara Wadman, Nils Augustsson och Hanna Eriksson. Foto: Maria Gustafsson

SKIDOR: Folksam cup avgjordes i år i Junsele den 12-13 mars. Sara Wadman, Nils Augustsson och Hanna Eriksson blev uttagna att representera Dalarna i denna riksfinal. Efter en lång bilresa anlände vi till Junsele två dagar innan tävling. På lördagen var det

prolog 2,5 km fristil och på eftermiddagen blev det 5 km klassisk med jaktstart. Tyvärr blev Sara Wadman magsjuk och fick vända hem igen. Men Hanna och Nils åkte riktigt bra på de tuffa banorna i Junsele. Nils kom i prologen 13:e och slutade som 14:e efter jaktstarten. Hanna kom 4:a i prologen och efter jaktstarten 12:a.

På söndagen kördes stafetter i både distans- och sprint. Nils blev uttagen att åka distansstafett och Hanna körde sprintstafett med Montén från Domnarvet. Det var en hård kamp mellan distrikten och spänning ända till sista A-finalen i sprintstafetten där Dalarna blev 2:a och 5:a (Hanna & Montén). I distansstafetten kom Dalarna 3:a och 11:a (Nils lag). I distriktskampen slutade Dalarna på en 2:a plats. Endast 9 poäng efter Västerbotten.

Tre JVM-guld till Lisa Englund i telemark



ALPINT: Lisa Englund, IFK Mora Alpina klubb, tog storslam i Junior-VM i telemark i norska Hafjell med hela tre guld.

Första dagen drog Lisa Englund till med ett guld direkt i storslalom. Dagen efter var det dags igen när sprinten kördes och moratjejen tog ännu ett guld av bara farten. Den

fantastiska helgen i Hafjell avslutades sedan med ännu ett guld för Lisa i classic. Detta innebär att hon kom hem till Mora med fyra Junior-VM guld!

Lisa tog även en fjärdeplats i söndagens seniortävling, och får med beröm godkänt under denna världscupavslutning med två fjärdeplaceringar och en femteplats.

Framgångar i Lilla Världscup-finalen

ALPINT: Alexandra Bauer, IFK Mora AK, tog en storslam med tre raka segrar vid finalen av Lilla Världscupen i Kungsberget. Fanny Axelsson och Joel Selling bidrog också till klubbens framgångar.

Det började med ett guld för Alexandra i fredagens super-G, där tävlingarna genomfördes i ymnigt snöfall. Fanny Axelsson tog en elfte plats och i herrklassen tog Joel Selling en femte plats i samma disciplin. Lagguldet gick till Dalarna.

Andra dagen, storslalom, blev en riktig framgångsdag för Dalarna, där Alexandra Bauer tog sin andra raka seger före Matilda Holmberg, Malung. Tillsammans med Fanny Axelsson, som blev 6:a, togs också lagguld (vilket man även gjorde i super-G). I herrklassen tog Joel Selling en andra plats, inte långt efter segraren. Dalarna tog ett lagbrons i herrklassen.

Alexandra höll för trycket under söndagens slalom och tog sitt tredje guld i strålände solsken. Även Fanny var stabil och åkte in som fjärde åkare, vilket var en mycket bra insats. Denna dag blev

det lagsilver eftersom både Matilda Holmberg, Malung, och Ronja Andersson, Sälen, körde ur i andra åket.



Alexandra Bauer och Fanny Axelsson. Foto: Anders Selling

Hans Olsson vann super-G i Europacupen

ALPINT: Hans Olsson vann super-G i Europacupen i Formigal i Spanien i slutet av mars. I störtloppet dagen innan kom han på sjunde plats.

SM-guld och SM-silver



Guldlaget. Eva Svensson, Anna Haag och Sofia Bleckur. Foto: Anders Niemi.



Lars Suther, Calle Halfvarsson och David Frisk. Foto: Anders Niemi.

SKIDOR: I slutet av skidsäsongen var det SM-stafett och avslutning i Team Sportia Cup i Piteå. IFK Mora SK ställde upp med ett damlag och två herrlag i stafetten.

Anna Haag vann prologen på fredagen, och bland herrarna var

Calle Halfvarsson bäste åkare från klubben. På lördagen blev det SM-guld i damklassen och SM-silver i herrklassen för IFK Mora SK.

Sofia Bleckur körde första sträckan och var med i toppen. Vid växlingen till andra sträckan var det fem lag inom två sekunder. Ingen kunde hänga med Eva Svensson på andra sträckan, så hon växlade till Anna Haag elva sekunder före Östersunds Sara Lindborg. I mål var Anna 17 sekunder före silverlaget, Östersunds SK, och 25 sekunder före trean Åsarna IK. IFK Mora SK tog sitt fjärde raka SM-guld i stafett i damklassen. I årets lag ingick Sofia Bleckur, Eva Svensson och Anna Haag. Anna Haag och Sofia Bleckur har varit med i laget alla fyra gångerna. Eva Svensson har varit med två gånger.

För Anna Haag har det hittills, under den här säsongen, blivit tre SM-guld och ett SM-silver. Guld i sprintstafetten tillsammans med Eva Svensson, guld i milloppet, silver i dubbeljakten och guld i stafett.

Klubbens herrar imponerade med att ta silver. I laget ingick David Frisk, Lars Suther och Calle Halfvarsson. Hudiksvalls IF var överlägsna. Jörgen Brink, årets Vasaloppssegrare, gick ut med 14 sekunders ledning på andra sträckan. Inför tredje sträckan hade IFK Mora SK 1.27 upp till ledarlaget. IFK Mora var 2.37 efter segrande Hudiksvalls IF i mål.

World Championships Ski-O

ORIENTERING: This years ski-o World Championships were organised by the Swedish Ski-O Tour Club in Tännadalen, Jämtland, between the 20th and 28th of March 2011. 28 countries from 4 continents took part at the races. It was very good to see new countries like Kyrgyzstan, New Zealand, Serbia, Spain or Great Britain. Totally 78 man and 63 woman were starting on the races.

IFK Mora OK was represented by 5 runners from 4 different countries: Helene Söderlund and Magdalena Olsson representing Sweden, Laura Fenyvesi representing Hungary, Marlene Habenicht representing Austria and Klaus Csucs running for Romania.

Unfortunately the weather God didn't helped the organizers and the competitors to have a nice week in Tännadalen. Despite of end of March the whole week it was snowing, the wind was blowing very strong.

The week started on Tuesday with the sprint competition. Unfortunately the weather was changing a lot during the race, the top women and some man had very strong wind and snowfall during their sprint race. Helene did a good race, she was leading till the second last control, but made a different route choice compared to Tove Alexandersson and finished finally on the second place, taking the silver medal.

On Wednesday the middle distance was organized. Now all the competitors had the same bad conditions. Unfortunately, almost no tracks were visible, so a lot of competitors had problems with the orienteering.

The sprint relay was organized the first time ever on Thursday. It was very funny for the spectators and also for the competitors. Every team consisted of one man and one women runner, everybody running 3 short laps. Before the last lap the Swedish team consisting of Peter Arnesson and Helene was on the 4th place, but with

a very good finish they finished on the 2nd place. The Romanian team with Klaus running very good finished on the 10th place, just before the Austrian team with Marlene.

After the the rest day the mass start long distance race was hold on Saturday. This was the big day for IFK Mora. Helene made some mistakes in the beginning of the race, was one minute behind the leaders, but managed to pick them up and arriving to the finish with more then one minute advantage.

Next year the ski-o World Cup rounds will be organized in Finland, USA, Ukraine and the final round in Sweden. The World Championships in 2013 will be in Kazakhstan, hopefully with as many medals like this winter and as many IFK Mora OK runners like now.

/Klaus Csucs & Laura Fenyvesi



Helene Söderlund. Foto: Mikaela Sundbaum

Storslam på SM för Hans

ALPINT: IFK Mora Alpina tog både guld och silver i det inledande störtloppet vid senior-SM i Åre genom Hans Olsson och Johan Öhagen (som gjorde ett lopp som var bättre än hans rankning).

Fredrik Bauer var bästa förstaårsjunior på 44:e plats, 3.71 efter Hans och knep därmed tredjeplatsen i IFK Moras lag som tog lag-guld.

Redan dagen efter var det dags igen för Hans Olsson med två medaljer under samma dag! Först i super-G och sedan i superkombinationen. Även Johan gjorde ett bra lopp och blev sexa i super-G och tillsammans med Fredrik Bauer blev det ett lagguld även här. Så här skrev Hans på sin blogg efter loppet: "After one of my longest ski racing days in my career, I managed to claim both the Super G & the Super Combined Title! Wich means, 2 more gold medals to my as of now pretty large gold collection! 12 individual golds ! / Goldfinger"



Foto: Jonas Ericsson

ALPINT

EC Super G 7 jan, Wengen: 11) Hans Olsson
EC Super G 8 jan, Wengen: 10) Hans Olsson
WC Downhill 15 jan, Wengen: 10) Hans Olsson

EC Super G 26 jan Meribel FRA: 76) Johan Öhagen
EC Giant Slalom 28 jan Meribel: 32) Jon Olsson, 33) Johan Öhagen

WC Downhill 29 jan Chamonix: 37) Hans Olsson
Combined Disciplines Downhill 30 jan Chamonix
13) Hans Olsson
WC Super Combined 30 jan Chamonix: 12) Hans Olsson
FIS storslalom, Fjätrevålen, 5-6 februari
2) Johan Öhagen, 1) Johan Öhagen

Tessan Cup, slalom, Rättviks SLK, 12 februari
H 10-11: 17) Kevin Selling
D 12-13: 1) Alexandra Bauer
H 12-13: 1) Joel Selling

VM, Garmisch-Partenkirchen, 7-20 feb
Downhill: 26) Hans Olsson
Nationstävling, parallellslalom:
3) Sverige (Hans Olsson, Matts Olsson, Anja Pärson och Maria Pietilä Holmner)

YJSM, störtlopp, Dundret, Gällivare SK, 16 mars
D16-17: 32) Emma Pettersson
H16-17: 6) Fredrik Bauer

Europacupen, Sarntal, Italien
Super G, 26 feb: 1) Hans Olsson
Störtlopp, 23 feb: 2) Hans Olsson

Äldre Junior-SM, Åre SLK, 11-13 mars
Storslalom
D16- 5) Klara Djupsjö
Slalom
D16- 5) Klara Djupsjö
H16- 18) Nick Djupsjö
Super-G
D16- 17) Klara Djupsjö
H16- 13) Victor Sticks, 44) Nick Djupsjö

World Cup, Kvittfjell, Norge
Störtlopp, 11 mars: 40) Hans Olsson
Störtlopp, 12 mars: 19) Hans Olsson
Super-G, 13 mars: 6) Hans Olsson

LVC C-Final Region 3, Karlstads SLK, Ski Sunne Slalom, 12 mars
H10: 9) Kevin Selling
D11: 7) Sonia Haga
Storslalom, 13 mars
H10: 2) Kevin Selling
D11: 12) Sonia Haga

JVM telemark, Hafjell, Norge
JVM, storslalom, 11 mars: 1) Lisa Englund
World Cup, sprint, 12 mars: 4) Lisa Englund
JVM, sprint, 12 mars: 1) Lisa Englund
JVM, classic, 13 mars: 1) Lisa Englund
World Cup, Classic, 13 mars: 4) Lisa Englund

Europacupen, Formigal, Spanien
Störtlopp, 18 mars: 7) Hans Olsson
Super-G, 19 mars: 1) Hans Olsson

YJSM, Dundret, Gällivare SK, 16-20 mars
Störtlopp
D16-17: 32) Emma Pettersson
H16-17: 6) Fredrik Bauer
Storslalom
D16-17: 17) Emma Pettersson
H16-17: 13) Fredrik Bauer
Slalom
H16-17: 13) Fredrik Bauer

LVC B-final, Kungsberget, Gävle Alpina SK

Super-G, 18 mars
D12-13: 1) Alexandra Bauer, 11) Fanny Axelsson
H12-13: 5) Joel Selling
Storslalom, 19 mars
D12-13: 1) Alexandra Bauer, 6) Fanny Axelsson
H12-13: 2) Joel Selling
Slalom, 20 mars
D12-13: 1) Alexandra Bauer, 4) Fanny Axelsson

Senior-SM Åre 30 mars-2 april
Störtlopp: 1) OLSSON Hans, 2) OEHAGEN Johan, 33) BAUER Fredrik, 60) STICKO Victor
Superkombination: 1) Hans Olsson
Super-G: 1) Hans Olsson, 6) Johan Öhagen, 39) Fredrik Bauer
Storslalom: 4) Johan Öhagen

SKICROSS

Funäsdalen 22/1 Nationell SX 16-
1) Michael Forslund, 4) Oscar Trygg, 6) Mårten Kluck, 7) John Cristoferson, 14) Axel Frost
Funäsdalen 23/1 Nationell SX 16-
1) Michael Forslund, 2) Oscar Trygg, 4) John Cristoferson, 13) Axel Frost.
Mora 12/2 FIS SX: 3) Oscar Trygg, 9) John Cristoferson, 11) Mårten Kluck, 16) Axel Frost
Mora 13/2 FIS SX: 3) Oscar Trygg, 10) John Cristoferson, 13) Axel Frost
Åre 19/2 FIS SX: 1) Oscar Trygg, 13) Axel Frost
Åre 20/2 FIS SX: 1) Oscar Trygg, 8) John Cristoferson, 12) Axel Frost
WC Innichen Italien: 32)x2 Michael Forslund
WC St Johann Österrike: 32) Michael Forslund
WC Grasheeren Tyskland: 8) Michael Forslund
VM Deer Valley USA: 15) Michael Forslund
WC Blue Mountain Canada: 13) Michael Forslund
WC Gindelwald Schweiz: 6) Michael Forslund
WC Meiringen-Hasliberg Schweiz: 16) Michael Forslund
WC Branäs: 26) Oscar Trygg
EC Branäs: Oscar Trygg 13) och 11)

FOTBOLL

Futsal, 16 januari:
Grupp 2 Omgång 1: IFK Mora FK-Korsnäs IF FK 1-4
Omgång 2: Kvarnsvedens IK-IFK Mora FK 1-3
Omgång 3: Avesta AIK - IFK Mora FK 2-3
Finalspel: Dalkurd FF - IFK Mora FK 3-0

Sommartidscupen, Kvarnsveden, 26-27 mar
Lördag
2 Ludvika FK - IFK Mora FK 1-2
4 IFK Mora FK- Söderhamns FF 0-2
Söndag
5-6 pl Dala Järna IK- IFK Mora FK 1-0

FRIIDROTT

ISM, Göteborg, 26-27 februari
M 800 m Final: 3) Erik Smedhs 91 1:53.43

GYMNASTIK

Resultat Faluklockan
Klass A
8) Mora lag 2, Matta: 17,45 Trampett: 17,05
21) Mora lag 1, Matta: 16,50 Trampett: 15,30
Klass B
9) Mora, Tumbling: 14,65 Trampett: 12,35
LÅNGDSKIDOR
Skandinaviska Cupen, Savalen, 17-18 dec
10 km fristil, damer: 8) Hanna Seppas, 10) Helene Söderlund, 35) Sofia Bleckur, 36) Eva Svensson
15 km fristil, herrar: 37) David Frisk, 43) Lars Suther, 64) Martin Johansson
1600 m sprint fristil, herrar: 74) Lars Suther, 101) David Frisk
1450 m sprint fristil, damer: 12) Eva Svensson 38) Helene Söderlund, 41) Sofia Bleckur

WC - La Clusaz, Frankrike, 18 dec

15 km fristil, damer: 6) Anna Haag
30 km fristil, herrar: 54) Calle Halfvarsson
WC - La Clusaz, Frankrike, 19 dec
Stafett 4x5 km, damer: 3) Sverige - (Anna Haag)

Tour de Ski China
Masstart, XiWuQi, 28 dec: 1) Adam Johansson
Herrar sprintfinal, 29 dec: 3) Adam Johansson
Sprintfinal, 30 dec: 8) Adam Johansson
Damer sprintfinal, 30 dec: 4) Helene Söderlund
50km Vasaloppet China 2 jan: 25) A Johansson
Totalresultat Tour de Ski China 2010-2011
Herrar: 2) Adam Johansson
Damer: 20) Helene Söderlund

Tour de Ski, Anna Haag
31 dec, F Prologue: 19) , 1 jan, 10 km C Pursuit: 14), 2 jan, SP C Final: 12), 3 jan, Dubbeljakt: 1), 5 jan, Sprint: 12), 16 km F Pursuit 6), 10 km C Mst 13)

Skandinavisk Cup Torsby, 8 jan-9 jan
H 19-20 - 15 km Intervallstart klassisk stil
2) SVENSSON Daniel
D 21- - 10 km Intervallstart klassisk stil
5) BLECKUR Sofia
H 21- - 15 km Intervallstart klassisk stil
9) HALFVARSSON Calle
Klass: H 19-20 - 20 km Masstart fri stil
4) SVENSSON Daniel
Klass: H 21- - 20 km Masstart fri stil
9) JOHANSSON Martin

WC i Liberec, Tjeckien, 15-16 jan
Sprint, fristil, final: 9) Calle Halfvarsson
Lagsprint, klassisk stil: 6. SWEDEN II (C Halfvarsson)
WC i Otepää, Estland, 22 jan
10 km klassiskt: 7) Anna Haag, 25) Sofia Bleckur

JVM och U23-VM i Otepää, Estland, 31 jan
JVM stafett herrar: 8) Sverige (Daniel Svensson)
U23 jaktstart herrar: 27) Calle Halfvarsson

SM, Sundsvall, 2-3 februari
SM teamsprint
D21 6x1100 m klassiskt: 1) IFK Mora SK (Eva Svensson, Anna Haag)
H21 6x1300 m klassiskt: 8) IFK Mora SK 1 (Joakim Engström, Adam Johansson), 11) IFK Mora SK 2 (David Frisk, Mikael Sandgren)
SM jaktstart
D 21- 15 km: 2) Anna Haag, 4) Sofia Bleckur, 13) Hanna Seppas, 18) Eva Svensson
H 21- 30 km: 14) Calle Halfvarsson, 21) Markus Leijon IFK, 24) David Frisk
SM jaktstart, lagtävling
D 21: 1) IFK Mora SK Lag1 (HAAG Anna, BLECKUR Sofia, SEPPAS Hanna)
H 21: 4. IFK Mora SK Lag1 (HALFVARSSON Calle, LEIJON Markus, FRISK David)
SM jaktstart Herrar U23: 3) Calle Halfvarsson

SM, Sundsvall, 5-6 februari
D 21- Sprint Fristil: 9) Final B Anna Haag, 12) Final B Eva Svensson, 15) Quarter Final Sofia Bleckur, 37) Qualification Ida Lindkvist
H 21- Sprint Fristil: 2) Final A Calle Halfvarsson 13) Quarter Final Adam Johansson, 27) Quarter Final Joakim Engström, 59) Qualification Mikael Sandgren
Damer U23 Sprint Fristil: 25) Q LINDKVIST Ida
Herrar U23 Sprint Fristil: 2) Final A Calle Halfvarsson, 5) Quarter Final Adam Johansson, 33) Q Mikael Sandgren
Intervallstart, 6 feb
D 21- Klassiskt 10 km: 1) Anna Haag, 7) Sofia Bleckur, 8) Eva Svensson, 15) Hanna Seppas
H 21- Klassiskt 15 km: 11) Calle Halfvarsson, 20) Joakim Engström, 22) David Frisk, 32) Markus Leijon, 58) Oscar Bergström, 63) Andreas Allerhed
U23 Klassiskt 15 km: 2) Calle Halfvarsson, 29) Andreas Allerhed

USM, Östersund 17-19 feb

Intervallstart, fri stil Skicross, 17 feb

D15: 2) Sara Wadman
H15: 6) Nils Augustsson
D16: 4) Hanna Eriksson
Intervallstart, fri stil, 18 feb
D 15 5,0 km: 1) Sara Wadman
H 15 5,0 km: 12) Nils Augustsson
D 16 7,5 km: 13) Hanna Eriksson
Sprint, fri stil, 19 februari
D 15 Final - 850 m: 1) Sara Wadman
H 15 Final - 850 m: 11) Nils Augustsson
D 16 Final - 850 m: 21) Hanna Eriksson

19-02 Drammen NOR World Cup 10 km

12) Anna Haag

Skid-VM, Oslo, Anna Haag

15 km skiatlon, 26 feb: 10), **10 km klassiskt, 28 feb:** 14), Stafett 4*5 km, 3 feb: 2) 30 km F Mst, 5 feb: 10)

TjejVasan, 30 km, Oxberg-Mora, 26 feb

3) Sofia Bleckur; 21) Åsa Särström, 23) Ida Lindkvist 31) Nelly Stenis, 39) Helena Gezelius-Björkman

SkejtVasan 4 mars

H19-20: 3) Daniel Svensson
D19-20: 2) Cajsa Grape, 3) Anna Wikström
D21: 2) Helene Söderlund
H21: 2) Calle Halvarsson

Vasaloppet 6 mars

Herrar

23) Oscar Bergström 03:58:43, 37) David Frisk 04:02:01, 41) Lars Suther 04:04:04, 63) Markus Leijon 04:10:34, 66) Joakim Engström 04:10:53, 75) Thomas Strid 04:13:40

Damer

3) Sofia Bleckur 04:30:34, 30) Helena Gezelius-Björkman 05:29:26, 49) Johanna Jansson 05:50:37, 68) Moa Gomersson

JSM skidor, Bodens Skidallians, 9-13 mars

H 19-20 Intervallstart klassisk stil 10,0 km: 12) Daniel Svensson, 64) Erik Frost
D 19-20 Intervallstart klassisk stil 5,0 km: 29) Ida Lindkvist, 38) Cajsa Grape, 43) Alicia Kallin, 47) Moa Forsberg
D 17-18 Sprint fri stil 1,1 km: 44) Emma Björklund, 50) Linda Lindkvist, 54) Sofia Rylander, 57) Anna Gunnars
H 19-20 Sprint fri stil 1,1 km: 6) Final A Daniel Svensson, 65) Q Erik Frost
D 19-20 Sprint fri stil 1,1 km: 19) Quarter Final Ida Lindkvist, 37) Q Cajsa Grape, 44) Q Alicia Kallin, 46) Q Moa Forsberg
D 17-18 Sprint fri stil 1,1 km: 28) 324 Quarter Final Emma Björklund, 46) Q Anna Gunnars, 49) Q Sofia Rylander, 50) Q Linda Lindkvist
H 19-20 Dubbeljakt 20,0 km: 2) Daniel Svensson, 51) Erik Frost
D 19-20 Dubbeljakt 10,0 km: 21) Cajsa Grape, 32) Ida Lindkvist, 36) Moa Forsberg, 42) Alicia Kallin
D 17-18 Dubbeljakt 10,0 km: 15) Linda Lindkvist, 40) Sofia Rylander, 49) Anna Gunnars
D 17-20 Stafett klassisk stil 3 x 3,3 km
9) IFK Mora SK Lag 1 (1. Linda Lindkvist 2. Cajsa Grape 3. Ida Lindkvist)
12) IFK Mora SK Lag 2 (1. Sofia Rylander 2. Alicia Kallin 3. Emma Björklund)
H 17-20 Stafett klassisk stil 3 x 5,0 km
24) IFK Mora SK (1. Daniel Svensson 2. Erik Frost 3. Moa Forsberg)

Världscupen skidor, Lahti, 12-13 mars

Dubbeljakt 10 km: 7) Anna Haag
Dubbeljakt 20 km: 46) Calle Halfvarsson
Sprint klassisk stil, final: 19) Calle Halfvarsson

Slottssprinten, världscupfinal, 16 mars

Sprint, klassisk stil, final: 21) Anna Haag
47) Sofia Bleckur
Sprint, klassisk stil, final: 12) Calle Halfvarsson

WC Final Svenska Skidspelen, Falun, 18-20 mars

2,5 km klassisk stil, damer: 4) Anna Haag, 41) Sofia Bleckur
3,3 km klassisk stil, herrar: 17) Calle Halfvarsson
10 km dubbeljakt damer: 6) Anna Haag, 30) Sofia Bleckur
20 km dubbeljakt, herrar: 39) Calle Halfvarsson
10 km jaktstart, damer: 17) Anna Haag, 40) Sofia Bleckur
15 km jaktstart, herrar: 17) Calle Halfvarsson
Världscupfinalen, damer 25 km: 7) Anna Haag
37) Sofia Bleckur
Världscupfinalen, herrar 40 km: 30) Calle Halfvarsson

SM-stafett, Piteå Skidallians, 25-27 mars

Prolog

D 19-20 klassisk stil: 28) Cajsa Grape
D21 klassisk stil: 1) Anna Haag, 11) Eva Svensson, 12) Sofia Bleckur, 21) Hanna Seppas
H 19-20 klassisk stil 5,0 km: 7) Daniel Svensson, 36) Andreas Holmberg
H 21 klassisk stil 5,0 km: 11) Calle Halfvarsson, 16) Lars Suther, 18) David Frisk, 28) Joakim Engström, 43) Markus Leijon, 50) Adam Johansson

SM-stafett

H21 klassisk stil 3 x 10 km

2) IFK Mora SK lag 1 (1. David Frisk 2. Lars Suther 3. Calle Halfvarsson)
12) IFK Mora SK lag 2 (1. Markus Leijon 2. Joakim Engström 3. Adam Johansson)

D21 klassisk stil 3 x 5 km

1) IFK Mora SK (1. Sofia Bleckur 2. Eva Svensson 3. Anna Haag)

Jaktstart

D 19-20 10 km: 20) Cajsa Grape
D 21 10 km: 3) Anna Haag, 8) Sofia Bleckur, 12) Eva Svensson, 13) Hanna Seppas
H 19-20 15 km: 2) Daniel Svensson, 33) Andreas Holmberg
H 21 15 km: 5) Calle Halfvarsson, 19) David Frisk
43) Adam Johansson

SKIDORIENTERING

Ski-O tour, Skalka, Slovakien, 14 januari 2011

W 21 2.8km: 1) Helene Söderlund, 7) Magdalena Olsson
M 21 3.0km: 13) Carl Magnusson, 19) David Beijmer

SM/JSM Säterbygdens OK, 22-23 jan sprintdistans

D18: 8) Anna Gunnars, 9) Frida Persson
D21: 4) Helene Söderlund, 5) Magdalena Olsson
13) Laura Fenyvesi
H18: 8) Måns Karlsson, 14) Jonatan Höjlind
H20: 3) Linus Karlsson, 4) Andreas Holmberg
6) Linus Rapp, 7) Erik Frost, 9) Nils Schönenberger, 12) Niklas Olsson
H21: 10) Carl Magnusson, 13) David Beijmer, 15) Klaus Csucs, 16) Kristian Dahlström, 19) Johan Sonesson, 23) Mattias Johansson
långdistans
H21: 6) Carl Magnusson, 9) David Beijmer, 12) Klaus Csucs, 13) Kristian Dahlström, 18) Mattias Johansson
H20: 2) Andreas Holmberg, 4) Linus Karlsson, 6) Linus Rapp, 9) Nils Schönenberger, 13) Erik Frost, 15) Niklas Olsson
H18: 12) Måns Karlsson
D21: 2) Helene Söderlund, 6) Magdalena Olsson, 12) Laura Fenyvesi,
D20: 8) Marlene Habenicht
D18: 7) Anna Gunnars, 10) Frida Persson

JVM och EM Norge 2-6 feb

W 17: 12) Hanna Eriksson
W 20: 10) Cajsa Grape
M 20: 1) Daniel Svensson, 11) Andreas Holmberg, 31) Nils Schönenberger, Schweiz
W 21: 1) Helene Söderlund, 16) Magdalena Olsson
M 21: 30) Carl Magnusson, 37) Klaus Csucs, Rumänien
Sprint
W 17: 6) Hanna Eriksson
W 20: 21) Cajsa Grape, 29) Marlene Habenicht, Österrike
M 20: 3) Daniel Svensson, 6) Andreas Holmberg
40) Nils Schönenberger
W 21: 25) Magdalena Olsson, 32) Laura Fenyvesi, Ungern
M 21: 37) Klaus Csucs, Rumänien, 38) Carl Magnusson
Medeldistans
W 17: 7) Hanna Eriksson
W 20: 25) Cajsa Grape, 34) Marlene Habenicht, Österrike
M 20: 3) Daniel Svensson, 10) Andreas Holmberg, 27) Nils Schönenberger, Schweiz
W 21: 9) Helene Söderlund, 13) Magdalena Olsson, 31) Laura Fenyvesi, Ungern
M 21: 35) Carl Magnusson, 39) Klaus Csucs, Rumänien
Stafett
M20: 1) Sweden team 1 (Daniel Svensson)
2) Sweden team 2 (Andreas Holmberg)
W20: 6) Sweden team 2 (Cajsa Grape)
8) Sweden EYOC team 1 (Hanna Eriksson)
W21: 2) Sweden team 1 (Helene Söderlund)
7) Sweden team (Magdalena Olsson)

SM i skidorientering, Umeå OK, 19 feb

D18: 4) Anna Gunnars
D21: 1) Helene Söderlund, 6) Magdalena Olsson, 17) Laura Fenyvesi
H18: 6) Jonatan Höjlind
H20: 2) Andreas Holmberg, 3) Daniel Svensson, 7) Linus Rapp, 9) Erik Frost, 11) Nils Schönenberger
H21: 17) Mattias Johansson
SM-stafett i skidorientering, Umeå OK, 20 feb
D21: 1) IFK Mora OK (Magdalena Olsson, Helene Söderlund) 7) IFK Mora OK Lag 2 (Anna Gunnars, Laura Fenyvesi)
H17-20: 1) IFK Mora OK Lag 1 (Anders Holmberg, Daniel Svensson) 4) IFK Mora OK Lag 2 (Linus Karlsson, Linus Rapp) 6) IFK Mora OK Lag 4 (Nils Schönenberger, Måns Karlsson)
H21: 8) IFK Mora OK (Claus Csucs, Mattias Johansson)

VM skidorientering, Tännadalen, 22-24 mars Sprint

Damer: 2) Helene Söderlund, 33) Marlene Habenicht, Österrike, 40) Laura Fenyvesi, Ungern
Herrar: 35) Klaus Csucs, Rumänien
Medeldistans
Damer: 10) Helene Söderlund, 25) Marlene Habenicht, Österrike, 37) Laura Fenyvesi, Ungern
Herrar: 28) Klaus Csucs, Rumänien
Mixstafett, sprint
2) Helene Söderlund (sträcka 2,4 och 6)
10) Rumäniens lag (med Klaus Csucs)
11) Österrikes lag (med Marlene Habenicht)
Long distance:
Women: 1) Helene Söderlund, 20) Magdalena Olsson, 32) Marlene Habenicht, Österrike
Men: 32) Klaus Csucs, Rumänien

IFK Moras träningar våren 2011

Alpint			
Varierande dag		Ungdomsträning	Före mer info se hemsidan
Fotboll			
Måndagar	15.00	P-99	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Måndagar	16.30	Damer A-lag och U-lag	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Måndagar	18.00	Herrar A-lag	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Tisdagar	18.00	Herrar A-lag	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Onsdagar	15.00	P-98, P-99	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Onsdagar	19.30	Damer A-lag och U-lag	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Torsdagar	18.00	Damer A-lag och U-lag	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Torsdagar	19.30	Herrar A-lag	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Fredagar	15.00	P-98	Konstgräsplanen Prästholtens IP
Fräddrott			
Onsdagar	18	Utomhusträning samtliga grupper	Prästholtens IP
		Träningstid för den äldre gruppen ej bestämd vid tidningens tryck	Se hemsidan under rubriken "Träning"

Gymnastik			
Måndagar	18.00	Bodypower	Danslokalen
Måndagar	18.30	Spinning	Lernia
Måndagar	19.00	Lättgymna	Morkarlbyskolan
Måndagar	19.00	Medelgymna	Morkarlbyskolan
Måndagar	19.30	Vattengymna	Simhallen
Tisdagar	18.00	LatinoMoves	Danslokalen
Tisdagar	19.00	Mixgymna	Bjälkenbacken
Onsdagar	18.00	Bodypower	Danslokalen
Onsdagar	18.00	Spinning	Spinninglokalen
Onsdagar	19.00	Medelgymna	Noretskolan
Torsdagar	18.00	StepUp	Danslokalen
Torsdagar	19.00	Svettdropparna	Bjälkenbacken
Fredagar	19.20	Latino moves	Morkarlbyskolan
Kursivt= april ut, övrigt hela maj			
Orientering			
Tisdagar	18.00	Teknikträning och ungdomsträning	Samling Vasaloppets Hus, se mer info på hemsidan
Torsdagar	Ca 17.30	Träningsorientering	Se hemsidan för mer exakt tid och plats

www.ifkmora.se

ÅRSMÖTEN

Orienteringsklubben

Tisdag den 26 april kl 18.30 i Hemus

Fotbollsklubben

Torsdag den 12:e maj kl 18.30 Målgången

Fräddrottsklubben

Onsdag den 4 maj kl 18.30 i Målgången

Idrottsalliansen

Onsdag den 25 maj kl 19.00, plats se hemsidan

Stor klubbresa i orientering

Vi hoppas att riktigt många är sugna på att möta våren i Sundsvall! I detta utskick finns en inbjudan till en klubbresa - för alla!

För dig som kanske ännu inte mött så många terrängtyper är det en riktig upplevelse att få springa i Medelpad.

I hård konkurrens med Leksands OK har vi knipit 50 sägar i bästa läge - Vandrarhemmet Gaffelbyn på Norra Stadsberget. Inte ska vi väl behöva lämna några sägar till Leksand?!

"Öva mer-kvällar"

Vänder sig till dig som börjat orientera som vuxen, kanske är du nybörjar- eller ungdomsförälder.

Det kommer att delas ut lite tips som du får tillfälle att öva på. Kvällarna är en söndag och måndag den 29-30 maj med samling 18.00 i Hemus för vidare färd till intressant område. Du behöver inte vara med båda kvällarna och det är ingen föräranmälan. Vi tar det hela lite lättsamt.

KM i orientering

26 maj Medel KM Älvdalens IF (& Siljanskrets)

12 juni Lång KM



Sommargymna 2011

Kom och gymna med IFK Moras Gymnastikklubb!

13 juni till 18 augusti kl. 19-20 måndagar och torsdagar är det sommargymna på kajen området mittemot Wasastugan.

naturpasset

IFK Moras Orienterare rekommenderar

Naturpasset & Cykelpasset

Naturpasset, där du letar kontroller i din takt när du själv vill, är förlagt till Östnor. Terrängen är öppen med inslag av ungskog.

Svårighetsgraden får räknas som ganska enkel liknande den i Hemusområdet.

30 kontroller sitter och väntar på att du besöker dem!

Precis som de senaste två åren finns det även ett Cykelpass för den som föredrar att motionera på cykeln. Med hjälp av karta och texthäfte letar du upp tjugo kontroller i och kring Mora. De tjugo kontrollerna har alla varsin liten historia.

Vanlig standardcykel är allt som behövs men vi rekommenderar att du har god matsäck med!

Försäljningsställen är Vasaloppets Hus samt hos Johns Sport. Från den 2 maj finns paketen att köpa och kontrollerna sitter ute till den sista oktober.

FOTBOLLSSKOLA

I samarbete Umbro och Intersport så har vi även i år

LANDSLAGETS FOTBOLLSSKOLA

När? Mellan den 16-23/6 (6 dagar)
 Var? Vasaliden
 Tider? 9.30 – 15.00
 Mat? Egen matsäck medtages
 Kostnad? 500:- på pg.456 47 25-2
 För vem? Tjejer och killar mellan 6 och 14 år
 Anmälan? www.landslagetsfotbollsskola.se
 Till David Finsén på mob. 076-291 92 01
 Först till kvarn.....

OBS ! Sista anmälningsdag 9 maj. OBS !

IFK MORAS FOTBOLLKLUBB

Inbjudan till 33:a år 2011

Terrängserien

Måndagar
 •16 maj •23 maj •30 maj

Vi lottar ut priser till deltagarna sista tävlingen!



Medalj & Grillad korv vid sista deltävlingen!

POJKAR & FLICKOR

2005-2007	4-6 år	400m utan tid
2003-2004	7-8 år	400m
2001-2002	9-10 år	700m
1999-2000	11-12 år	2x700m
1997-1998	13-14 år	4x700m
1995-1996	15-16 år	4x700m
1994-tidigare	17 år & äldre	4x700m

Plats: Hemus (skidstadion)
 Starttid: Första start kl 18.30
 Ålder: 4-99 år
 Avgift: 50:- för deltagande i alla tre deltävlingarna.
 Endast kontant betalning vid starten.
 Anmälan: Maila namn och ålder på deltagaren till fridrott@ifkmora.se före 10/5 eller anmäl på tävlingsdagen i Hemus mellan kl 17-18.
 Nummerlappar hämtas vid starten och behålls till sista deltävling.
 Priser: Plakett till alla deltagare efter sista deltävlingen.
 Info: Utlottningspriser bland alla deltagare.
 Lisa Wallgren IFK Mora FIK Kansli tfn: 392 20 måndag & tisdag.



IFK MORAS FRIDROTT
 VÄLKOMNA!



IFK MORAS FRIDROTTSKLUBB



Vecka 26

Välkommen till Nordea Friidrottsskola 2011

Alla som är mellan 6-12 år (född -99 till -05) är välkomna att prova på friidrott under vecka 26, 27 juli-1 juli. Dagarna kommer att fyllas med olika friidrottsinspirerade aktiviteter anpassade efter ålder. Vi delar in barn/ungdomarna efter ålder i olika grupper och det brukar vara två ledare per grupp. Ledarna är ungdomar från vår klubb som alla själva har friidrottsbakgrund. Friidrottsskolan avslutas med en vanligtvis mycket uppskattad tävling, då alla får prova att tävla i några av friidrottens alla grenar. Alla deltagare får Nordea Friidrottsskolas fina

Datum : v 26, 26 juli-1 juli
 Tid: klockan 10.00-13.00
 Plats: Prästhölmens IP
 Anmälan: senast 3 maj
 Mej: fridrott@ifkmora.se
 Tele: 0250-392 20 FIKs kansli.
 Post: IFK Moras FIK,
 Vasaloppets Hus, 792 32 Mora.
 Vid anmälan ange:
 Namn, personnummer, adress, telefon till målsman dagtid + tröjstorlek.
 Avgift senast 3 maj:
 200 kr per barn. Betalning sker till IFK Moras FIK
 pg: 52 05 31-5 Ange namn på barnet betalningen avser.

Vad ska jag ha med mig varje dag?
 Matsäck
 Vattenflaska
 Regnkläder
 Glatt humör

För mer information, gå till www.ifkmora.se/fik. Där kommer mer info kontinuerligt att läggas ut fram till Nordea Friidrottsskola börjar.



www.ifkmora.se

Våra klubbstugor

Norra Garberg



Ett skid- och vandringsparadis, cirka två mil nordväst om Mora i en fåbod belägen 520 möh. 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 fåboden 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.

IFK Moras Fonder

Stöd våra fonder genom donationer eller använd fonderna för att hylla och hedra.

Ändamålet med fonderna är att samla in pengar för att med stipendier stimulera våra ungdomar, aktiva och ledare till fortsatt träning och utveckling. Stipendierna ska trygga IFK Moras framtida rekrytering samt ge våra duktiga ledare stimulans.

Ernfrid Lagborgs Minnesfond

Utdelas till IFK Moras bästa idrottsutövare under verksamhetsåret

Mora-Nisses Jubileumsfond

Utdelas till juniorskidåkare inom Sverige.

IFK Moras Ungdomsledarfond

Utdelas till välförtjänt ledare inom IFK

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.

Pris per dygn

Vid arrangemang av IFK

Mora och Vasaloppet: Gratis

Stugvärd (i tjänst): Gratis

IFK medlem med familj: 200 kr

Skolor (klass med lärare/ledare): 500 kr

Externa föreningar: 500 kr

Privatpersoner, ej medlem i IFK Mora IA: 500 kr

Företag, organisationer: 1000 kr

Stugorna bokas i receptionen Vasaloppets Hus: tfn 392 00

Mora under året och som stipendier för ledarutveckling.

Hillevi och Ingemar Karlbergs Minnesfond Utdelas till unga lovande friidrottare och/eller ungdomsledare inom friidrotten i Mora med omnejd.

Mikael Mattson-Djos Minnesfond

Utdelas till förtjänt aktiv inom IFK:s Alpina klubb.

Sture Jorbrinks Minnesfond

Utdelas till förtjänt ledare/aktiv inom IFK Moras Gymnastikklubb.

Erik Mattssons Minne

Utdelas till förtjänt ledare/tränare inom IFK:s fotboll.

Betalas in på postgiro: Pg 8 30 84-4

Kanslierna

Ordinarie öppettider Vasaloppets Hus:

måndag-onsdag: 8.00-16.30

torsdag: 8.00-15.00

fredag: 8.00-12.00

Veckan efter påsk: stängt

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

För öppettider påsk se hemsidan

IFK Mora Alpina Klubb

Gun-Britt Cristoferson

Tfn: 0250-392 42

E-post: alpina@ifkmora.se

För öppettider se hemsidan.

IFK Moras Fotbollklubb

Marie Varjonen-Hansson

Tfn: 0250-392 15

E-post: fotboll@ifkmora.se

För öppettider se hemsidan.

IFK Moras Friidrottsklubb

Lisa Viklund

Tfn: 0250-392 20

E-post: friidrott@ifkmora.se

Öppettider: måndag, tisdag 08.00-16.30, onsdag 15.00-17.15

IFK Moras Gymnastikklubb

Malin Höglund

Tfn: 0250-392 21

E-post: gymnastik@ifkmora.se

För öppettider påsk se hemsidan

IFK Mora Orienteringsklubb

Thomas Eriksson

Tfn: 0250-392 13

E-post: orientering@ifkmora.se

Öppettider: måndag och fredag 7-15.30. Stängt veckan före påsk

IFK Mora Skidklubb

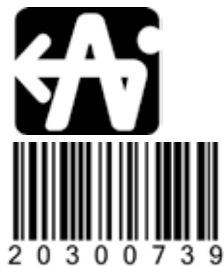
Sandra Jansson

Tfn: 0250-392 16

E-post: skidor@ifkmora.se

Öppettider: måndag-fredag 8-11.45

www.ifkmora.se



Funktionärer, leverantörer, samarbetspartners, personal – ja alla som på något sätt bidragit till genomförandet av Vasaloppsveckan - är inbjudna till

Vasaloppsfesten 2011

Boggbergets Festplats i Evertsberg

18 juni 16.00 – 01.00

Underhållning med bland andra Woodpucks, tävlingar och försäljning av lotterier med fina priser, mat och dryck, Vasaloppsminnen och en mycket trevlig kväll i sann Vasaloppsanda utlovas!

Pris 50 kr per person för alla över 12 år. Under 12 år gratis. Dock skall även dessa "köpa" biljett.

Bussar kommer gå från Mora, Sälen och Älvdalen med omnejd. Anmäl dig till bussen när du köper biljett. Försäljning av biljetter kommer i Mora att ske på Vasaloppets Hus från 1 maj till 10 juni. Endast förköp!

Håll utkik efter ytterligare annonsering för mer information eller besök vasaloppet.se.

VÄLKOMNA!



VASALOPPET