



Konge!

Styret

Ledertanker

Jan-Egil Wagnild

Det er nå gått en stund siden forrige o-kontakt og det er masse som går an å si om årets sesong. I skrivende stund faller snøen utenfor vinduet her oppe på Heimdal og mye tyder nå på at sesongen så absolutt er på hell. Så hvordan skal en da oppsummere årets sesong for Wing OK?

Vi har fått til mye. Trondheim Open ble som vanlig en kjempesuksess og det er som vanlig takket være innsatsen til klubens medlemmer. Vi fikk masse mediaomtale på arrangementet og hadde god en god dialog med RBK og Nokia som gjorde mye av arrangementet mulig. Men, de som faktisk satte i stand et skikkelig arrangement var dere som medlemmer med løpsleder Stein Ove i spissen. Med VM som grunnlag tiltrakk arrangementet seg en drøss med landslagsløpere. Til neste år forventer vi at arrangementet bli enda større og stjernene enda flere. Trondheim Open 2010 har fått nasjonal status, i motsetning til tidligere prs krets status. Nå må jeg bare påpeke at Trondheim Open alltid har vær så mye mer og hatt mye høyere kvalitet en et kretsarrangement – så frykt ikke status endringen, den gir oss bare høyere prioritet når terminlisten spikres av Norges Orienteringsforbund.

Trondheim Sprintcup endret litt arrangements struktur dette året, noe som har hevet kvaliteten på arrangementet og Wings finale inne på Luftkrigsskolens gjerder ble en suksess og et spennende arrangement.

Mange er sikkert spente på hvordan det har gått med Wings investeringer i Offtrack. Til det kan jeg si at det er gått over all forventning. Mye takket være Jostein Kvaklands iherdige innsats bak disken, ute på arrangement og ellers på fritiden. Vi ligger godt foran budsjett. Når lån er nedbetalt vil denne gesjeften

gi gode inntekter for klubben. Styret i Wing og Offtrack har også nå besluttet å legge inn synfaringformidlingen, som tidligere har ligget i Wing OK, inn i Offtrack som en egen avdeling. Vårt samarbeid med de Tsjekkiske synfarerene i Olles i løpet av de siste 4-5 årene har vært en suksess og nå vil vi ekspandere virksomheten til å gjelde hele Norge. Flere av årets NM kart er laget gjennom våre tjenester. Wing og Olles har også ansvaret for sprintkartene til neste års VM i Trondheim. Dette går ikke upåaktet henn. Stig Alvestad har gjort en fenomenal innsats på dette området, og Wing OK skylder han mye for de midlene vi har tjent på denne virksomheten. Det gjør det blant annet mulig for at Wing OK kan dekke din starkontingent og drifte klubben på den måten vi gjør i dag.

Som alt det over indikerer er dere som løpere flinke til å stille opp når det trengs som mest. Men, vi er en klubb med over 200 medlemmer – vi er en o-klubb som skal ha høy aktivitet, et godt sosialt miljø og et yrende liv. De som arrangerer treninger på mandager og klubbaktiviteter hadde satt stor pris på om oppmøtet hadde vært større. Tenk dersom hver av oss stiller på én klubbaktivitet eller en trening hver 14. dag. Da har vi straks 100 løpere og medlemmer på hver trening i snitt. Det hadde vært fantastisk givende for alle om bruker av sin tid for å legge til rette for dere som medlemmer. Faktisk så tror jeg det ville vært veldig givende for dere også.

For å prøve å dra igang litt mere aktivitet og liv i klubben drar vi nå på Oppdal. Helga den 28.-29.11 bruker vi på Oppdal. Hovedmålene er:

- å bli bedre kjent med hverandre
- ha det morro
- utvikle et nytt strategi dokument



Klubbleder: Jan-Egil Wagnild

Det vil bli kjempeartig å møtes så mange på en plass. Denne samlingen er ikke bare for barne familiene, men for alle! Når vi skal ha ideer til strategidokumentet trenger vi ideer fra den minste knøtt til den mest erfarne kroken. Vi trenger friske idéer og gode erfaringer. Vi skal utvikle klubben. Vi har tidligere hatt god suksess med denne typen arbeid. Dokumentet som ble utviklet sist varte i ca 5 år og har gitt oss:

- en dobling av medlemsmassen
- klubbhuset vårt Tømmerholt
- kjempeoppmøte av ungdom på trening
- meget bra ungdomsarbeid
- godt over 60 medaljer internasjonalt og nasjonalt
- Tømmerholt AS
- Offtrack AS, o-butikk og kartvirksomhet – vår fremtidige inntektskilde

Hva blir det neste? Vi har greid det umulige før!!

Med disse ord håper jeg at enda flere melder seg på til Oppdalsturen slik at vi vekker klubben nok en gang. Tro meg, sammen vi kan få til alt!

Styreleder i Wing Orienteringsklubb
Jan-Egil Wagnild

Storsamling på Oppdal 28.11.2009

'Nå reiser vi sammen til Oppdal'



Til alle medlemmer i Wing Orienteringsklubb

Dette blir årets sosiale hapening. Etter mang en sammenkomst i en ellers stressa eller 'pålagt' sammenheng møtes vi nå til en sosial helg på Oppdal. Målet er å fylle opp en buss og reise opp sammen på lørdag morgen. Her rekker vi en film på bussen før det bli muligheter til en skitur for de som vil det, eller badeland på Oppdal for de som ønsker det. Deretter blir det felles lunch på Granmo Camping hvor vi overnatter i flotte godt isolerte hytter og leiligheter. Dette er samme plass vi har brukt som leir på Midt Norsk Ungdomsfestival. Planen er så å ha et lite morsomt foredrag om miljøskaping og team-building fra en innleid humorist og foredragsholder. Deretter deler vi oss opp i grupper og snakker litt sammen om hvordan vi vil at vårt 'Wing OK' skal bli. Dette blir et ledd i å utvikle et nytt strategidokument. Deretter blir det middag, kaffe og kaker og underholdning.

På søndag blir det en skidag hvor det blir muligheten til bortoverski og nedoverski. Vi griller og organiserer skileik og hoppkonkurranse! Deretter drar vi hjemover med bussen!

Dette blir en kjempeartig helg og en fin mulighet til å bli bedre kjent med hverandre!

Strategiarbeidet i Wing OK og strategidokumentet

Vi har nå i mange år hatt et strategidokument som har veiledet driften av klubben og ført oss dit vi er i dag. Dette har blandt annet gitt oss:

- Klubbhuset vårt på Tømmerholt
- Sportsbutikken Offtack AS
- Inntekter fra vår Synfaringsformidlingsvirksomhet
- En dobling i medlemsmassen
- En solid stamme eliteløpere som har gitt klubben medaljer i VM, EM, PWT, World Cup Nordisk Mesterskap og NM
- Stor økning av barn og unge på ungdomstreningene

Nå ønsker vi at dere skal være med på å bestemme hvordan din klubb skal utvikle seg videre. Vi fordeler oss i grupper slik at vi har god aldersspredning på gruppene og kommer opp med idéer og tanker på hvordan vi ønsker oss at ting skal bli i Wing OK. Vi tenker stort – ingenting er umulig; Vi har greid det umulige før! Hvordan er klubben min om 10 år?

Foreløpig program:

Lørdag 28.11

- Felles bussreise fra Esso Moholt til Oppdal
- Badeland evt Skitur
- Lunsj
- Foredrag om teambuilding og motivasjon
 - Foredragsholder: Ketil Spjøtvold (Båtselger, underholdningsartist og komikker, foredragsholder og kaptein i forsvaret)
- Idédugnad og strategisamling: «Slik vil jeg at mitt Wing OK skal være!» -gruppearbeid og brainstorming
- Middag
- Kaffe, kaker, snacks og kveldsunderholdning
- Overnatting på Oppdal

Søndag 29.11

- Skitur med grilling, skileik og hoppkonkurranse
- Hjemreise

Endelig info vil komme etter hvert på e-post og på www.wingok.no

Etter en fantastisk innsats på årets Trondheim Open satser Wing OK på å dekke store deler av kostnaden pluss på en solid grupperabatt!!

Det er selvfølgelig mulig å bare være der en av to dager!!

- Jeg kommer, kommer du?

På vegne av styret i Wing OK

Jan-Egil Wagnild

Styreleder

WOC2010 - 300 dager å gjøre det på

Åse Rita

"Har du kontroll?" spør de fleste jeg treffer for tiden. Svaret må være ja? Litt drøyt å påstå at jeg har fullstendig kontroll kanskje, men det jeg i alle fall vet er at det jobbes veldig bra på mange områder. Jeg velger å stole på de som har tatt et ansvar i forhold til en gitt oppgave. Noen kontrollspørsmål må det nødvendigvis bli opp i mot gitte terminer, men dette hører med i et prosjekt av dette omfanget.

Vi har per i dag ca 160 funksjonærer på papiret. Og antallet vokser sakte men sikkert. De aller fleste er i arbeid med VM, selvsagt i varierende grad. Fram mot august 2010 må dette tallet 3, kanskje 4-dobles. Vi har fått inn folk i organisasjonen som besitter utrolig mye erfaring på områder vi selv i utgangspunktet ikke er like gode på. Innenfor catering og akkreditering har vi fått ansvarlige som har hatt samme ansvar på mer eller mindre alle arrangement i Granåsen siden VM på ski i 1997. Det virker nesten som det å ha ansvar ved arrangement blir en egen profesjon. Og det er veldig hyggelig for VM-organisasjonen at slike ressurspersoner ønsker å jobbe med andre idretter enn sin egen. Det skal også sies at det er mangt et "godt hau" i o-sporten. Men det er bruk for litt anna enn ingeniører også når vi skal arrangere et VM... Det er rom for alle!

Det er mye som skjer på mange områder, vi har vært i Ungarn

for å lære en siste gang før vi selv skal i ilden. Det var nyttig på den måten at vi så både hva som var på plass – og hva som ikke var det. Nå hadde nok Ungarns økonomi mye av skylden for det som manglet. For løp ble det, vinnere ble kåret i sikkert helt greie løyper. Men det som skulle hevet standarden manglet, her var det verken urbant eller synlig. Men Ungarn er et flott land å reise i, billig for nordmenn på tur, vi bodde suverent og ble veldig godt tatt i mot. Det betyr nok at vi kanskje må øve oss på å smile til neste år. Og ikke overreagere når det koker som verst. For det vil det garantert gjøre, eller... ?

Målet er å være forberedt – på alle områder. Og under NM fikk vi trent litt på det. Generalprøve for teknologiteamet. Leder for teamet sier at vi leverte varen. Og jeg er enig. Det ble noe krøll første og siste dag, men lite var synlig utad. Noen feil ble gjort og det var greit at de kom nå. Det er i alle fall første gangen jeg har sett at 90% av alle publikummere på et løp står vendt samme veg under løpet – mot storskjermen. Storskjerm og tracking er framtiden, men det krever mye av arrangøren. Nye rutiner, et enormt nettverk av kabler og pc'er, GPS'er, EMITag'er ... og fantastisk for arrangøren når det fungerer og riktige bilder og tider går ut over eteren.

Vi har arrangert den første offisielle treningssamlingen med 11-12 forskjellige nasjoner på besøk. Erfaringen herfra tilsier at det er mange individuelle behov. De store nasjonene kjører egne løp – bokstavelig talt, men de som kommer færre, gjerne vil benytte vårt opplegg. Neste treningssamling blir i uke 23/ 2010.

Mange wingere har meldt seg som funksjonærer. Det er veldig bra, og mange har virkelig tatt på seg ansvar, noe jeg setter pris på uten at det er et mål i seg selv. VM er et stort gruppearbeid hvor alle klubbene må delta – samtidig som klubbdriften ivaretas. Og det blir en balansegang. Men alle oppgaver krever ikke like mye, så det er plass og en sjanse til å bidra for alle. VM får vi alle sannsynligvis oppleve bare en gang, og det at vi har denne ene muligheten betyr at vi må levere – sammen. Det er VI som arrangerer VM, ikke du og ikke jeg. Det betyr at VI må ha kontroll.

Du kan følge oss framover på nett: www.woc2010.com. Og så finner du både WOC, WTOC og WOC Tour på facebook. Bruk de kanalene du har tilgang på til å formidle det glade budskap til alle du kjenner; det er i Trondheim det skjer, noe spektakulært, urbant og synlig, 2. uka i august 2010.

Kontakt red. ..Nå!

Redaksjonen består av Mads Nonstad Fornes og Per Husbyn. Vi ønsker alle typer bidrag velkomne; historier, artikler om trening, opplevelservitser, tegneserier, bilder, henvisninger til interessant materiale , ALT! Per er ansvarlig for bidragene mens Mads styrer med å sette sammen selve bladet, layout, noen bilder osv. Husk at dette bladet ikke blir noe uten masse inlegg fra dere klubbmedlemmer! Du kan sende stoff og kontakte oss, gjerne gi ris/ros/forslag

til forbedring via følgende kanaler:

Per:
mail: phusbyn@online.no
mobil: 957 85 380
Adresse: Ranheimsmoen 29 D
7054 Ranheim
Mads:
mail: mads@loqal.no
mobil: 984 22 244

VM 2010 – drømmejobben venter

Bjørn Bjugan

Mange wingere har allerede funnet drømmejobben og meldt sin interesse, men har du enda ikke bestemt deg for hva du skal bruke VM uka i 2010 til, ja, da er det bare å ta kontakt med undertegnede eller Åse Rita, så blir vi enig om det. Se på www.woc2010.com, der du finner oversikt over en del av områdene det er behov for frivillige medarbeidere.

Undertegnede treffes på bjorn@bjugan.no eller telefon 73935107 hvis du ønsker å spørre om noe.



Bidragsytere O-kontakt 2 - 2009

Layout og produksjon:

Mads Nonstad Fornes

Øystein Kvaal Østerbø

Helen Palmer

Artikkelinnhenter:

Per Husbyn

Per Husbyn

Åse Rita Ellingsen

Andreas Helland Eriksen

Artikkelbidragsytere:

Knut Skjesol

Jan-Egil Wagnild

Jon Vindal

Bjørn Bjugan

Ingunn Morset

Mathias Bjugan

Takk for alle bidrag!



VM i Ungarn - spirreVIPper på tur

Åse Rita Ellingsen

Wing var godt representert under VM i Ungarn. Vi stilte faktisk med 5 deltakere i et VM. Egentlig ganske utrolig. Nå er det ikke det jeg skal bruke tid på her. Jeg tenkte å formidle noen ord fra sidelinjen, som førstereis "gutt" – spirreVIPper på tur.

Det kan tenkes at jeg synser litt på vegne av mine medreisende. Det er god mulig jeg skulle ha skrevet jeg når jeg skriver vi, osv. så ta dette som den fortellingen det er... Det er slett ikke ment som en profesjonell evaluering av et arrangement og en arrangør, men en historie om 4 wingere på (ferie)tur.

Vi 4 på tur, Lars, Inger Marie, Tor og Åse Rita, hadde kjøpt oss inn på IOF-hotellet og fikk hengt IOF (VIP) – akkrediteringen rundt halsen ved ankomst. Dette fordi vi også skulle gjøre en liten offisiell jobb. Hotellet, Hotel Palota i Lillafured, hadde ikke mer enn 3 stjerner, men det var litt av et slott. Alt var stort og staslig, rommet vårt ble målt til 40m². Dvs veldig god plass til å spre pikpakket rundt seg. Underetasjen inneholdt en spaavdeling, men grunnet offisielt oppdrag/ feil prioritering?, ble det kun et "panikkbad" siste kvelden bare for å ha prøvd. Det ryktes at andre fikk blauta seg litt bedre? Uansett delte jeg da boblebadet med en fransk atlet med navn Thierry
◦ Jeg kunne faktisk godt tenkt meg å reise tilbake dit, også uten slikt selskapet i badet; vakkert landskap, bra vær, god vin, god mat og rimelig for en norsk turist,

egentlig det meste du trenger for en fin ferie.

VM ja, hvordan var det? Vi hadde vel forventet å se at det var et VM vi "deltok" på. Men ingen skilting noe sted. Vi så vel knapt en o-post langs veien til arenaene, så det hjalp godt med kartkyndige bilpassasjerer! Første dag, på vei til arena litt der ute i skogen... lite urbant ja ... men en eng i skogen hvor bydrift gjerne kunne tatt en runde til og satt slåmaskina enda et hakk lavere. Og tatt "brennhuttua" på vei inn på arenaen. Det første som møtte oss var rekken med pissoarer/ doer... fint ja ... arenaen var kjempestor... og helt i bunnen av enga var siste post – og vip-teltet. Ingen servering for publikum, dvs fantes ikke salg av mat. Vi i vifteltet overlevde på øl og peanøtter første dag. Sjåfør Gjermstad ble tørst...

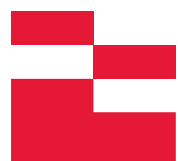
Været var bra på hele oppholdet, dvs siste dag på langdistansen helt i nord mot Slovakia, var litt sur og kald, les norsk sommertemperatur. Vi lærte av første dag på arena og smugsmurte matpakke på hotellet. For norske helter duger det ikke med bare øl og peanøtter, selv om det holder en stund.. Mellomdistansen og stafetten gikk fra den store skrånende enga i skogen. For sprinten beveget vi oss til dyreparken i Miskolc. Fin arena, og vi fikk kjøpt mat –og drikke på arena. For langdistansen kjørte vi langt, og de siste 5



km var annonsert til å ta 20 minutter enten vi ville eller ikke. Gjermstad ville veldig gjerne, men tidsantydningen stemte utrolig godt. En fin arena dukket opp inne i skogen, dog veldig lite urban denne også.

Trim på turen; tja, et par kveldsturer i tillegg til at 3 av oss 4 på tur fikk deltatt på en sprint i Hungarian cup – i gamlebyen i Miskolc og på VIP/ media-løpet – også lagt til dyreparken. Der var det servering der. Virket som om det var samla opp for alt vi ikke hadde fått tidligere i uka.

Det skal sies at ungarerne var trivelige og imøtekommende. Oppriktig interessert i oss og hvor vi kom fra. Vi 4 på tur hadde en utrolig flott tur, ferie er å gjøre noe annet, og dette var ferie av beste sort. Mye program gjorde sitt til at vi fikk mye ut av hver dag. Det er ikke det dummeste... Jeg reiser gjerne på tur med mine reisekamerater igjen, takk for turen!



TRIMTEX

do it with style



**BAKER
HUGHES**



IMPULSE 
fysioterapi



Veteran NM

Knut Skjesol

Årets veteran-NM gikk av stabelen den siste helga i august i "tjukkeste" Oslo, dvs ved Gjelleråsen ca 15 km NØ for Oslo rådhus. Samlingsplass var inne på et industriområde som grenset inn mot småkupert o-terreng med stor skog, og gjennomskåret av ei kraftlinje. Deltakelsen var større enn på flere år (ca 560), men mye av grunnen til det var vel at løpene gikk så sentralt. Mesterskapet gikk over to dager, med langdistanse på lørdag og kortdistanse på søndag. Vær og arrangement var perfekt. Arrangør var forøvrig Østmarka ok, hvor en av Wings tidligere "store sønner" Knut E Helland var aktiv arrangør i form av Webredaktør. Han tok hundrevis av bilder, og du kan se disse sammen med resultater og løyper på internett: www.ostmarkaok.no/veteran2009/ Undertegnedes som var eneste Wingdeltaker som så mange gang tidligere oppfordrer pånytt; bli med du også neste år!



Turister på junior-VM!

Andreas Helland Eriksen

I sommer var Ingrid-Therese, mamma, pappa og jeg på ferie i Nord-Italia.

Vi badet, spiste masse italiensk is og koste oss i sommer varmen. En dag sa mamma at vi skulle kjøre til fjellene, for å heie på Mathias. Tirsdag 7.juli sto vi opp tidlig og spiste frokost. Vi satte oss i bilen, og pappa sa at turen ville ta ca tre timer. Vi kjørte og vi kjørte, og etter tre timer var vi enda ikke fremme. Veiene var veldig smale, derfor tok det så lang tid. Når vi begynte å nærme oss, ble det brattere og brattere. Arenaen lå ca 2000 moh. Det var bare en liten parkeringsplass, derfor måtte vi kjøre veldig langt ned på andre siden av fjellet for å parkere. Vi gikk ut av bilen, brrrrrrr. sa vi. Det var bare 7 grader. Vi traff Lisbeth og Bjørn, foreldrene til Mathias. De fortalte oss når Mathias skulle starte. På toppen av fjellet var det en stein hytte som vi gikk og satte oss i. Der var det mange folk, og vi traff noen o-løpere fra Nidarøst. Da vi satt inne i hytta åpnet himmelen seg, og det begynte og styrtregne. Det regnet så mye at det var til og med noen som brøt løpet. Mange av folkene som var å så på kjørte tilbake til der de bodde. Pappa hentet bilen, nå kunne vi parkere mye nærmere. Fra bilen så vi meldeposten, og vi så moren og faren til Mathias med det store norske flagget. Endelig stoppet regnet, og vi tok med oss flaggene våre og gikk bort til de andre norske som sto og ventet på Mathias. De som var der var Jostein Kvakkland, Marius(storebroren til Mathias) og kjæresten, Lisbeth og Bjørn, og oss. Så kom Mathias til meldeposten, og alle ropte og heiet. Nå var solen kommet frem, og vi frøs ikke lenger. Vi gikk til mål for å ta imot Mathias. Mathias løp i mål på en bra tid! Hvilken plass han fikk husker jeg ikke. Det var artig å være på junior VM. Turen ned fra fjellet tok noen timer, men det var godt å komme ned fra fjellet til sol og varme.



MNU - Oppsummering

Ingunn Morset

50 barn, 7 juniorer og 8 voksne hos vårt trivelige vertskap på Oppdal Til sammen blir vi Midt-Norsk Ungdomsfestival MNU

Tradisjonen tro, for 6 gang, dro en fullstappet buss fra Lerkendal en fredag i juni. Deltakere fra Byåsen, Freidig, Trollelg, Wing og Gaula deltok i år

Det har også blitt tradisjon at vi står fast i fredagsrushet en halvtime før det endelig løsner og vi er på vei til Oppdal. Fast reiseleder på bussen de siste årene har vært Anne-Lise, hun sørger for at alle er med og at alle har det bra. I tillegg hadde vi år også med Jan-Magne som hjalp til med resultatservice på de første løpene.

Vel framme i Oppdal sentrum ble bussen parkert på arenaen for sprintløpet. Juniorene i Wing hadde på forhånd forberedt kart, poster og arena, så når alle hadde skiftet var det klart til løp. Juniorene Jostein, Mads, Erlend, Martin, Marius og Hege var med hele helga og satte ut poster og hjalp til med skygging osv. Løypelegger Øystein hadde gjort en bra innsats med å legge løypene unna områder på kartet som ikke var helt oppdatert på grunn av nybyggeraktivitet. At terrenget stemmer med kartet er nemlig svært viktig når vi sender barn ut i O-løypa alene. Kartet over Oppdal sentrum eies av Snøhetta idrettslag og disponeres av Wing Orienteringsklubb.

Kjøkkengjengen som besto av Vibeke, Ingeborg, Heidi og Ingunn serverte kveldsmat på Campingen etter at deltakerne var fordelt i sine

respektive hytter. Alle måltidene ble i år servert i telt ute, noe som gikk over all forventning greit. Granmo har jo som kjent et flott nybygg vi tidligere har benyttet til fellesaktiviteter og måltider. Dette huset var i år utleid til konfirmasjoner, og vi måtte

holde til utendørs, noe som gikk veldig greit takket vært stor innsats av kjøkkengjengen.

Hyttefordelingen gikk også greit, mange av barna har deltatt på MNU tidligere og treffer her kjente fra egen klubb og jevnaldrende fra andre klubber. Det var kun de aller yngste som hadde voksen leder i hytta, alle de andre overnattet sammen med andre fra samme årstrinn noe som har vist seg å fungere bra. Vi har hvert år fått gode tilbakemeldinger fra vertskapet på Granmo som synes at orienteringsungdommen oppfører seg svært eksemplarisk.

Fellesaktivitet utendørs fredag kveld var i år volleyball, der store og små deltok. Det er morsomt å se hvordan de yngste barna koser seg med å få være på lag med de eldre, og leken varte til Bastian gav beskjed om at det var leggetid.

Lørdag var det bussreise til Kaasen etter frokost. Der hadde allerede juniorene forberedt orienteringsløp i terrenget som er kjent for alle de store steinene. Løypelegger Øystein hadde også her lagt løyper av god kvalitet for både nybegynnerne og de mer erfarne.

Den morsomste aktiviteten på MNU



bruker å være ettermiddagsøkta på lørdag. Her ble barna delt inn i grupper, og det var mange oppgaver som skulle løses. De voksne var postmannskap og tok i mot gruppene etter hvert som de løste både praktiske og teoretiske oppgaver. Lørdag kveld grillet vi, spiste lørdagsgodt og hadde premieutdeling. Resultatlista fra løpene ligger på hjemmesida til Wing for de som er interessert.

Etter en kjølign frokost på Søndag (det var kaldt, men oppholdsvær hele helga) gikk turen sørover til Berkåk der det ble arrangert stafett. Alle deltok på 3-mannslag og løp løype som passet til sitt nivå. En moderne vri på stafett var at alle de 3 etappene startet med 1 minutt mellomrom slik at ingen måtte vente på veksling.

MNU stafetten var en del av Kretsmesterskapet i stafett for juniorer som et flott team med Lars i spissen hadde ansvar for. Det deltok til sammen 7 lag, og Wing tok sølvmedalje i både jente- og gutteklassen.

Hjemreisen startet etter medaljeutdelingen, og bussen stoppet som vanlig på bensinstasjonen i Berkåk slik at de siste lommepengene kunne bli brukt.

Takk til alle gode hjelpere fra Wing, både barn og voksne hadde ei trivelig helg.

Neste år vil MNU få en ny vri, da det blir arrangert sammen med Trondheim Open i Trondheim. Overnattinga vil bli på skole, og ungdommer fra hele landet vil bli invitert til å prøveløpe i Trøndelag, der Hovedløpet skal arrangeres i august.



Fra 1. mars har det vært mulig å støtte Wing OK økonomisk hver gang man tipper hos Norsk Tipping (Extra og Flax er unntatt). Da startet det som kalles Grasrotandelen.

Grasrotandelen innebærer:

- Hver gang du tipper går 5 % av din innsats direkte til Wing OK. Beløpet trekkes fra Norsk Tippings drift. Det er ikke din innsats som reduseres.
- Som eksempel vil du om du ukentlig tipper for kr. 200,- gjennom året ha støttet Wing OK med kr. 520,-. Dette er penger som vil komme godt med i klubbens arbeid.
- For at klubben skal få denne støtten må Wing OK registreres som DIN klubb.
- Registreringen har tilbakevirkende kraft. Det vil si at når du registrerer deg, så vil 5 % av det du har spilt for etter 01.01.2009 tilfalle klubben.

Hvordan registrerer du deg og sørger for at Wing OK får inntekten?

1. Du kan gjøre det direkte i tippedisen hos kommisjonæren, på mobilen, på internett og på spillterminalene. Du søker opp Wing OK og aktiverer Wing OK som mottaker av din grasrotandel.
2. Du kan oppgi Wing OKs organisasjonsnummer 983 049 427 hos kommisjonæren eller taste det inn via de elektroniske spillkanalene.
3. Du kan søke fram Wing OK via www.grasrotandelen.no og følge anvisningene der.

Hvordan har det gått så langt?

Nedenfor er vist en oversikt over antall registrerte spillere og opptjente grasrotmidler pr. 26.10.10 for noen utvalgte mottakere i Trondheimsområdet. Statistikken er tilgjengelig på Norsk Tipping sine nettsider.

Lag	Antall reg. spillere	Opptjent beløp
Strindheim	654	240.000 kr
Byåsen	514	160.000 kr
Freidig	276	105.000 kr
Jonsvatnet	77	24.000 kr
Wing	22	12.000 kr
Nidarøst	5	900 kr

Dette bør det være mulig å forbedre!

Mål

- Antall registrerte spillere som støtter Wing OK via Grasrotandelen bør kunne økes betraktelig. 15 stk er et altfor lavt tall.
- Klubben håper derfor at flest mulig vil registrere Wing OK som "sin klubb" og på den måten bidra til positiv aktivitet for barn og ungdom på en trygg og god idrettsarena!
- Klubben oppfordrer også alle lesere av O-kontakt til å påvirke flest mulig i vennekrets, familie osv til å velge Wing OK som "sin klubb".

WING OK - Orgnr: 983049427

JuniorVM i Primiero – en opplevelse



Lisbeth og Bjørn Bjugan

I fjor var vi tilskuere i det sannsynligvis dårligst arrangerte juniorVM i moderne tid. I hvert fall håper vi det ikke har vært noe VM med dårligere ramme enn dette. Dette arrangementet foregikk i det store orienteringslandet Sverige. I år var turen kommet til Italia, og da med Primiero i Dolomittene som arrangørsted, vi var naturligvis skeptisk. Men heldigvis, all vår tvil ble fjernet på et tidlig tidspunkt. Hele Primierodalen var tapetsert med informasjon og reklame for VM. Her kom vi til et sted der orientering nesten ikke drives aktivt, kun noen ildsjeler driver arrangementene. Ja, vi ble litt overrasket. Butikkene, restaurantene, hotellene hadde o-flagg i vinduene til ære for alle tilreisende. 5-dagers arrangementet som gikk parallelt med VM hadde 1400 deltagere bare fra

Norge, blant annet masse trøndere. Tilreisende juniorer fra hele verden hadde på følelsen at her var det noe viktig som foregikk, de ble tatt på alvor. Det kan være trangt i dalene også i Italia, noe en skulle tro gikk utover trafikkflyten, men dette løste de også elegant. Til den siste arenaen, der stafetten foregikk, var det kun busstransport. Dette gikk også helt fint selv om det var over 3000 deltagere på 5-dagers i tillegg til juniorene. I Göteborg i fjor var det et hundretals tilskuere, og da stort sett familiemedlemmer til deltagerne. I år var dette helt annerledes, en masse tilskuere omkranset arenaene, spesielt på finalene. Været denne uka i juli var stort sett som på hjemmebane, regn, sol og tordenvær om

en annen. Langdistansen foregikk i 2000 meters høyde, da regnet det oppover, blåst kuling, arrangøren fikk strømproblemer, ja, det var grisevær av verste slag. Men, det dukket opp flere wingere denne dagen. Familien Helland Eriksen kom fra Venezia for å overvære langdistansen. Det var overraskende, men hyggelig. De var nok glade for å kunne returnere til varmen i lavlandet etter endt økt i fjellet. Etter endt VM uke i Dolomittene dro vi også ned til kysten og varmet oss noen dager før vi vendte nesen hjemover. Vi ser tilbake til dette juniorVM med glede og entusiasme, her var det mange dyktige ildsjeler i sving for å til en flott uke for juniorene med følge. Mange kommer helt sikkert til å reise tilbake igjen ved en annen anledning.



Mathias Bjugan

Årets jr-VM foregikk i Italia, nærmere bestemt Primiero i Dolomittene. Jeg var en del av den norske troppen som skulle kjempe om edelt metall. Dette var mitt andre jr-VM, og målet mitt var å forbedre resultatene fra fjorårets VM i Göteborg betraktelig. Da ble min beste plassering 41. plass på mellomdistansen, en plassering som skulle vise seg å bli slått på alle distanser i år.

Uka før mesterskapet tilbrakte den norske troppen høyt oppe i den italienske fjellheimen. Der trente vi i relevant terreng, produserte røde blodlegemer og spiste haugevis med pizza og pasta, og metervis med brødpinner. Været var overraskende forutsigbart. Vi våknet opp til stekende sol. Dette været varte ut 1. økta. Deretter begynte det å regne, mens vi nøt lunsjen. Regnet ga seg tidsnok til 2. økta, før det igjen bøttest ned på kvelden. Slik var været hele uka før mesterskapet. Som i VM i fjor var jeg både yngstemann og størstemann av de norske guttene. Etter en uke med trening i relevant terreng følte jeg meg klar til å ta fatt på mesterskapet.

Mesterskapet ble vellykket for min del. Jeg snuste på podiet på åpningsdistansen sprint. Det ble en 7. plass etter noen feil småfeil i Mezzanos trange smug og gater. Flere hundretalls nordmenn heiet meg i mål de siste 500 meterne av løpet. Det var



øredøvende, jeg hørte knapt at jeg pustet, et skikkelig kick! De sveitsiske guttene viste styrke og tok 4 podieplasser, hvorav et gull og en bronse. På mellomdistansen og langdistansen gikk det dårligere, men plasseringen var likevel ikke så verst. Det ble en 17. plass på langdistansen etter 10 km i ur og skråli i nesten 2000 meters høyde. Svensken Gustav Bergman vant suverent. Beste norske prestasjon ble Frois Elen Katrine Skjerve på en 4. plass. På mellomdistansen løp jeg fortere enn jeg klarte å orientere. Det holdt til 27. plass, 5 min bak nr. 1 Olli-Markus Taivainen. Dermed tok finnen sitt sjette VM-gull i år (fire gull jr-VM i ski-o, ett gull sr-VM i ski-o og ett gull fra

jr-VM i fot-o). Norge tok to medaljer denne dagen: Britt Ingunn Nydal tok sølv og Ulf F. Indgaard bronse. Den tredje og siste norske medaljen kom på stafetten. Den stod de norske jentene for som løp inn til sølv. Mitt lag bestående av meg på 1. etappe, Torgeir Nørbech på 2. etappe og Ulf F. Indgaard på siste kjempet lenge om medalje. Til slutt måtte vi bite i det sure eplet, det ble en 4. plass.

Neste år går jr-VM i Danmark med base i Aalborg. Da satser jeg på å gjøre det hakket vassere enn i år. Men før den tid blir det mange treningssamlinger i Danmark med haugevis av røde pølser og kamelåså.

Jon Vindal

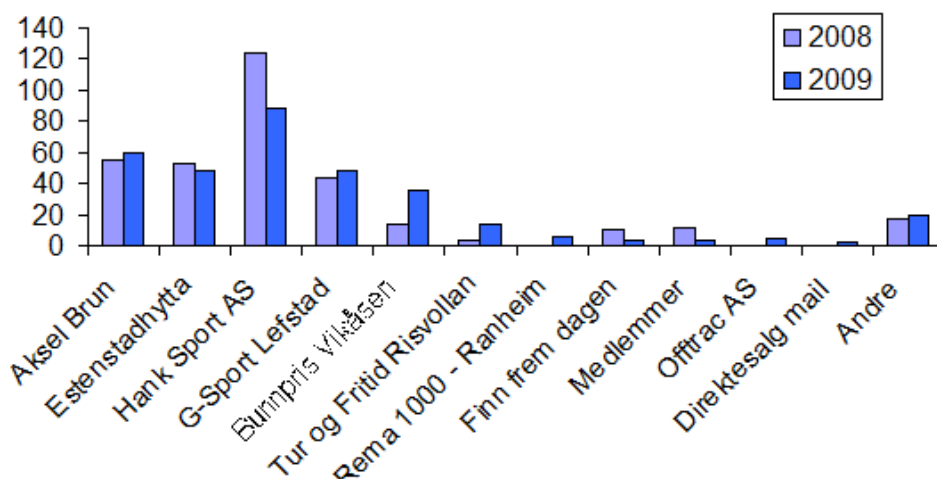
I år som i fjor satte vi ut 90 poster i Strindamarka. Ansvar for utsetting og inntak av poster har også i år vært administrert av Knut Skjesol. I tillegg har vi hatt hjelp til utsetting og inntak av Svein Erik Bratsberg, Stein Ove Østvik, Per Laksfors, Bjørn Bjugan, Astrid Vassenden og Marte Renås/Christian Hohl. Tilbakemelding på overgang til kartutsnitt med påtrykket løyper har vært positiv, og det er noe jeg vil videreutvikle og benytte også neste år. Noen kommentarer har det

hvert, slik som manglende meridianer på kartene, vanskelig tilkomst til postene på Liaåsen, angitt for få stedsnavn på kartene og ønske om flere poster i nærmiljøet. Dette er utfordringer jeg kommer til å ta med meg inn i neste sesong. Salget av konvolutter har i år vært omtrent som i fjor med en liten økning. Potensialet for salg til egne medlemmer er stort, hva kan vi gjøre for å øke interessen her? Er det ikke godt nok kjent at medlemmene får rabatt på kjøpet av turorienteringskonvolutter. Den fullstendige oversikten over sesongen har jeg ikke før sesongen er over, men det

ligger ferdigutfylte kontrollkort i posten omtrent daglig. For å øke interessen for turorientering fikk Wing OK støtte fra NOF til å etablere et gratis opplegg med nærposter. Opplegget ble etablert med utgangspunkt i Tømmerholt. Navnet på barnet ble Tømmerholt-runden, navngitt av Åse Rita. Interessen har vært stor, det har vært utlevert nesten 300 kart. Jeg har også fått flere fine tilbakemeldinger på opplegget, blant annet fra en lærer på en barneskole i Trondheim. Nå gjenstår bare trekning av gavepremier. Det er flere og

flere som registrerer seg på turorientering. no. Wing OK ligger nå på 5. plass landet sett under ett, og det er bra. Turorientering på nett er som skapt for deg som ønsker å holde oversikt over poengene du samler etter hvert som du besøker postene, å se hvordan du ligger an til å få merke, å samle minner om fine turer og dele erfaringer med andre. Systemet gir dessuten mye informasjon om din tur-o-status noe som kan øke motivasjonen for å gå enda flere turer. Da er det bare å se fremover og planlegge neste års turorientering.

OVERSIKT OVER SOLGTE KONVOLUTTER



Shoe4africa

Helen Palmer

Hei alle Wingere!

I vinter skal jeg dra til Kenya sammen med Helen Bridle som også er på det britiske orienteringslandslaget. Vi skal trene i ca. 16 dager på Lornah Kiplagat sitt High Altitude Training Senter i Iten. Det er fortsatt ganske mange folk i Iten og den nærmeste byen Eldoret som har for lite penger og mange som ikke har sko.

Shoe4africa er et spesielt initiativ hvor folk kan sende løpsko til Afrika. Helen og jeg har lyst å samle inn så mange løpsko som vi kan, og ta med til Iten i januar. Vi drar 21. januar. De må ikke være helt nye, men mange ganger kaster vi løpsko når dempingen har blitt dårlig. Men i stedet ønsker jeg å samle inn sko! Vær så snill ta kontakt med meg hvis du har sko du er ferdig med og vil sende til folk som trenger de i Afrika.

helens.palmer@gmail.com

Wing6ern 2009 - fakta

6 løp
119 deltakere
264 starter
30 arrangører
4 har deltatt i alle løp
40 har deltatt i 3 eller flere løp
54 deltakere i gj.snitt på våren
34 deltakere i gj.snitt på høsten
26 deltakere i største klasse: (D/H 7-12)
42 % kvinner
58 % menn
24756 poeng er utdelt

Ho ho h-o-morsida

- Deres kone lider av stoffskiftesykdom, sa legen til ektemannen.

- Jaså, sa mannen. - Ja, da skjønner jeg hvorfor hun kjøper så mye klær!

- Doktor, jeg er helt utmatet. Etter at min mann ble syk, har jeg måttet våke ved sengen hans dag og natt.

- Men jeg skaffet Dem jo hjemmehjelp. Har hun ikke dukket opp?

- Jo, det er nettopp derfor!

Pappa! ropte Anne Lise da hun kom hjem fra skolen. I dag skrev vi en stil som het "Hva faren min gjør". Gikk det bra? spurte faren. Jo ... men nå står læreren utenfor sammen med en politimann.

Har du hørt om var nordmannen, svensken og dansken som var på en øde øy? De fant en flaske-ånd og fikk ett ønske hver. Nordmannen ønsket seg tilbake til Norge,

dansken ønsket seg tilbake til Danmark, men da følte Svensken seg så ensom så han ønsket seg begge de to andre tilbake igjen!

To eldre menn hadde havnet på samme rom på gamlehjemmet. Alderen hadde gjort sitt inntog, og den ene var sengeliggende mens den andre var fortsatt oppegående.

Dagene gikk med til å mimre om de gode gamle dagene. Ola som var sengeliggende hadde en forferdelig tørste, og Jacob som fortsatt kunne gå uten besvær, var mange ganger om dagen å hentet vann.

Men en dag kom han tilbake med tomt et glass, hvorpå følgende samtale oppsto, - Har du ikke vann med til meg i dag? Du vet da at jeg drikker masse vann.

- Jo, du skulle ha fått vann som vanlig, men det er en idiot som har drit i brønnen vår.

Gattuso, Vieri og Totti står foran et magisk speil. Speilet advarer dem om at «den som juger, vil fordufte i løse luften».

Gattuso snakker først: «Jeg tenker jeg er den kjekkeste av oss,» og vips er han borte.

Vieri er nestemann: «Jeg tenker jeg er mest intelligent,» og vips forduffer han også.

Totti er sistemann: «Jeg tenker,» og vips er han borte.

Det ringte på døren hos fru Hansen. Hun åpnet, og utenfor sto to smågutter med en liste.

- Vi er på skattejakt, fortalte den ene. -

Vi er nødt til å finne tre hvetekorn, en svinekotelett og et brukt blåpapir om vi skal tjene en tier.

- Du slette tid, sa fru Hansen. - Hvem har sendt dere ut på en så utfordrende søken?

- Typen til barnevakten vår!

Husbyns Rebuspalte!

Nå har sikkert mange grublet noe fryktelig på hva løsningene fra forrige nummers rebuspalte er. Nå er tiden kommet hvor man endelig skal få svar på dette. Oppgaven var "steder i Trondheim, og det ser ut til at Marius Bjugans kunnskap om hjembyen sitter godt tross alt han er bosatt i Halden. Marius var den kjappeste, gratulerer!

Oppgavene:

1. Fargemannen
2. Dyrebolig + Fugl – D
3. Legge ammunisjon i verktøyet
4. Fugl + neglen
5. Dyrehuden
6. Omvendt bokser
7. Kraftig vokal
8. Dyretoppen
9. Dyr + mesterskap
10. Sjøforsvaret

1.	Gråkallen
2.	Buran
3.	Ladehammaren
4.	Ravnkloa
5.	Kalvskinnnet
6.	Illa
7.	Tunga
8.	Kuhausen
9.	Kattem
10.	Marinen

Løsningene:

TIL :

B

Retur til:
Wing Orienteringsklubb
Jarlsborgveien 28
7041 Trondheim

OVERSIKT OVER TILLITSVALGTE

STYRET:

Leder	Jan-Egil Wagnild	Eidsvolls gate 38	7052	Trondheim	93 03 66 62	jwagnild@gmail.com
Nestleder	Per Husbyn	Ranheimsmoen 29 D	7054	Ranheim	73 57 39 09	phusbyn@online.no
Styremedlem	Anne Helland Eriksen	Hørløcks vei 64 A	7058	Jakobsli	91 89 89 44	aehelland@gmail.com
Styremedlem	Ingunn Morset	Churchills v 12 A	7058	Jakobsli	73 91 39 69	iogd@online.no
Styremedlem	Per Arne Troset	Hjalmar Haalkes veg 5	7033	Trondheim	93 44 66 66	per.arne@troset.no
Varamedlem	Stein Ove Østvik	Sagplassvegen 103	7054	Ranheim	90 11 26 69	soostvik@gmail.com

ORGANISASJONSSEKRETÆR:

Lisbeth Bjugan	Prestekragevegen 29 B	7050	Trondheim	wing@wingok.no
----------------	-----------------------	------	-----------	----------------

BARNE OG UNGDOMSGRUPPE:

Leder	Anne Helland Eriksen	Hørløcks vei 64 A	7058	Jakobsli	91 89 89 44	aehelland@gmail.com
Medlem	Terje Kanstad	Bergstrand,	7054	Ranheim	73 57 42 31	terje.kanstad@ntnu.no
Medlem	Anne-Lise Bratsberg	Alfred Trønsdals v 26	7033	Trondheim	99 00 29 27	albrats@online.no

ARRANGEMENT OG TEKNISK GRUPPE:

Leder	Stein Ove Østvik	Sagplassvegen 103	7054	Ranheim	90 11 26 69	soostvik@gmail.com
Medlem	Knut Skjesol	H. Langhelles veg 12	7022	Trondheim	72 55 40 58	rskjesol@broadpark.no
Medlem	Jon Vindal	Markaplassen 429	7054	Ranheim	90 15 99 69	vindal@c2i.net
Medlem	Dag Morset	Churchills v 12 A,	7058	Jakobsli	73 92 03 56	iogd@online.no
Medlem	Stig Alvestad	Eidsvolls gate 38	7052	Trondheim	99 04 10 18	stigala@online.no
Medlem	Per Husbyn	Ranheimsmoen 29 D	7054	Ranheim	73 57 39 09	phusbyn@online.no
Medlem	Lars Skrovseth	Oskar Braatens veg 14	7024	Trondheim	93 08 78 09	lars.skrovseth@visiontech.no

SATSNINGSGRUPPE:

Leder	Per Arne Troset	Hjalmar Haalkes veg 5	7033	Trondheim	93 44 66 66	per.arne@troset.no
Medlem	Frank Brissach			Trener elite		
Medlem	Lars Skrovseth	Oskar Braatens veg 14	7024	Trondheim	93 08 78 09	lars.skrovseth@visiontech.no
Medlem	Øystein K. Østerbø	Frydenbergveien 7	7050	Trondheim	73 93 52 55	oysteios@stud.ntnu.no
Medlem	Erlend Skrovseth	Oskar Braatens veg 14	7024	Trondheim	72 55 56 96	erlend_skrovseth@hotmail.com

MARKEDS OG MEDIAGRUPPE:

Leder	Bjørn Bjugan	Prestekragevegen 29 B	7050	Trondheim	73 93 51 07	bjorn@bjugan.no
Medlem	Marius Bjugen	Diamantveien 15	1784	Halden	97 17 05 80	marius@bjugan.no
Medlem	Mads Nonstad Fornes	Losjevegen 5	7054	Ranheim	98 42 22 44	mads@loqal.no

Breddegruppe:

Leder	Ingunn Morset	Churchills v 12 A,	7058	Jakobsli	73 91 39 69	iogd@online.no
-------	---------------	--------------------	------	----------	-------------	----------------

VALGKOMITE:

Leder	Øystein K. Østerbø	Frydenbergveien 7	7050	Trondheim	73 93 52 55	oysteios@stud.ntnu.no
Medlem	Lars Skrovseth	Oskar Braatens veg 14	7024	Trondheim	93 08 78 09	lars.skrovseth@visiontech.no

REVISOR:

Revisor	Inger Marie Skrovseth	Oskar Braatens veg 14	7024	Trondheim	92 25 63 39	im.skrovseth@c2i.net
Vara	Randi Skjesol	H. Langhelles veg 12	7022	Trondheim	72 55 40 58	randi.skjesol@ikj.hist.no