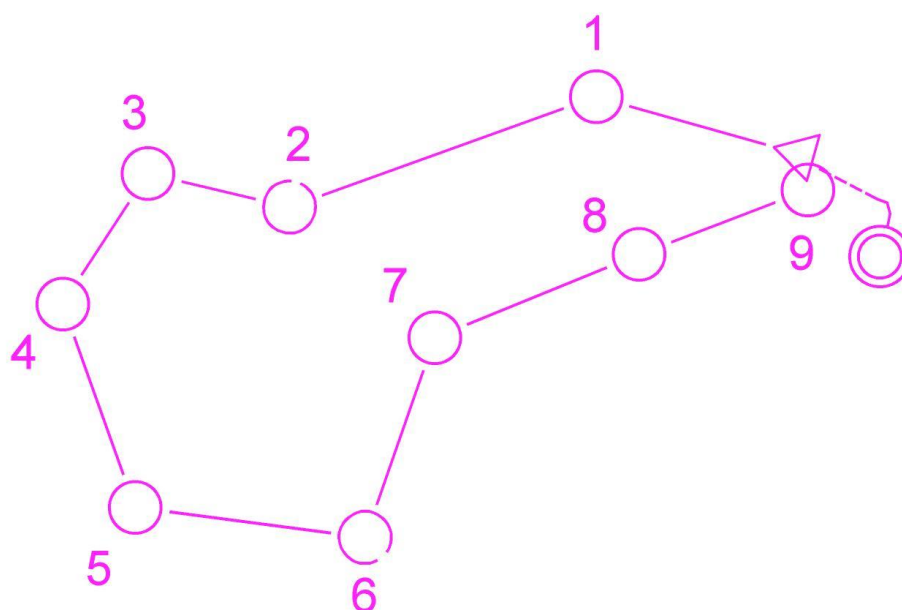


Verksamhetsberättelse

Upplands Orienteringsförbund



2013





Upplands Orienteringsförbund Verksamhetsberättelse 2013

Introduktion – Distriktsledaren

Upplands Orienteringsförbunds styrelse avger härmed följande berättelse över verksamheten under förbundets 64:e verksamhetsår.

Under verksamhetsåret 2013 har uppländska orienterare åter visat sig kunna konkurrera i eliten både Nationellt och Internationellt på ett framgångsrikt sätt.

Glädjande är att många av distriktets klubbar deltar och engagerar sig i ungdomsverksamheten. Under året har ett första steg tagits för att på ett tydligare sätt samordna juniorverksamheten inom distriktet.

Vidare så har möten genomförts där vi i distriktet har diskuterat hur samverkan med distriktets skolor kan utvecklas.

Uppland kommer att arrangera SM 2014. Ove Fredholm är ansvarig för samordningen mellan arrangerande klubbar. Arbetet är i full gång för att finslipa det arrangemanget.

Under 2015 kommer Uppland att arrangera 10-mila. Arbetet fortskrider under ledning av Öringen Uppland.

/Fredrik Wiebe, DistriktsLedare



Övergripande Information

Nedan följer UOFs sammansättning under verksamhetsåret 2013.

UOF Styrelse 2012

Ordförande: Fredrik Wiebe, OK Enen
Ekonomiledare: Berth-Arne Bengtsson, Långhundra IF
Infoledare/Sekreterare: Björn Johansson, OK Borgen
Teknikledare: Anders Eriksson, OK Linné
Ungdomsledare: Lena Nilsson, OK Linné
PreO-Ledare: Ola Jansson, Björklinge SOK
Elitledare: Dorothe Spillmann, IF Thor
MTBO/SkidO-ledare: Mats Jacobsson, OK Rodhen
Ständig ledamot: Nils Ekström, Uppsala Studenters IF
Hedersordförande: Sven-Erik Mosén

Styrelsen har under det gånga verksamhetsåret haft 8 protokollförda styrelsemöten. Tinget genomfördes i Skogstibble den 22-23 november.

Förbundets 63e årsmöte genomfördes onsdagen den 6 mars i Uppsala, med 15 personer från 13 föreningar närvarande.

Valberedning 2013

Valberedningen till Upplands Orienteringsförbund utses med hjälp av ett rullande schema där föreningarna åläggs att ta fram representanter. Under verksamhetsåret har följande personer och föreningar varit representerade:

Sammanställande: Anders Söderbärg, OK Roslagen
Ledamot: Olof Nilsson, OK Triangeln
Ledamot: Leonard Jansson, Rasbo IK
Ledamot: Representant från Rimbo SOK

Revisorer 2013

Revisor: Stig Roos, OK Linné
Revisor: Lars Pettersson, OK Linné
Revisorssuppleant: Lennart Häggström, OK Linné

Anslutna föreningar 2013

- | | | |
|--------------------------|-------------------|---------------------------|
| 1. Björklinge SOK | 10. Långhundra IF | 19. Rasbo IK |
| 2. Enköpings AIF | 11. Länna IF | 20. Rimbo SOK |
| 3. Forsmarks IF | 12. OK Borgen | 21. Rånäs OK |
| 4. Heby AIF | 13. OK Enen | 22. Sigtuna OK |
| 5. Häverödals SK | 14. OK Linné | 23. SOK Joar Viking |
| 6. IF OLG Y Uppsala | 15. OK Rodhen | 24. Tierps SOK |
| 7. IFK Dannemora/Österby | 16. OK Roslagen | 25. Uppsala IF |
| 8. IF Thor | 17. OK Sänkan | 26. Uppsala Studenters IF |
| 9. IK Fyris | 18. OK Triangeln | 27. Vallentuna-Össeby OL |



Upplands Orienteringsförbund Verksamhetsberättelse 2013

Ungdomsledaren

Ungdomskommittén har under det gångna året haft följande sammansättning:

Ungdomsledare (UL)	Lena Nilsson	OK Linné
Ungdomsledare	Per Edenhamn	Länna IF
Ungdomsledare	Pontus Gille	OK Roslagen
Ungdomsledare	Monica Rostö	Rånäs OK
Unga ledare (smk)	Linnéa Carlberg	Vallentuna-Ö OL
Unga ledare	Malin Johnsson	Sigtuna OK
Unga ledare	Sanna Forsberg	L-100 IF
Unga ledare	Lovisa Nilsson	OK Linné
Unga ledare	Jakob Lilja	OK Enen
Unga ledare	Rasmus Steen	OK Enen
Unga ledare	Patrik Sundgren	Vallentuna-Ö OL

Ungdomskommitténs uppdrag som det formulerats vid diskussioner på Tingen de senaste åren består av fyra olika verksamhetsinriktningar:

1. att samordna gemensamma läger och resor för Uppland
2. att vara UK för Upplands representation vid distriktsmatch, Ungdomsstafett vid O-Ringen och USM
3. att genomföra Upplandströjan och UNT-cupen
4. att ta initiativ som berikar kontakter och inspiration över klubbgränserna, t ex USM-truppen, ledarutbildning, unga ledare

2013 har varit ett aktivt år med många fina aktiviteter som samordnats i distriktet. 24 ungdomar deltog under året i USM-truppen, 131 ungdomar deltog på distriktslägret och 135 ungdomar åkte med till den populära patrulltävlingen Daladubbeln. I UNT-cupen deltog totalt 62 lag ca 430 ungdomar vilket var nytt rekord, för att nämna några distriktsgemensamma aktiviteter.

USM-truppen

24 ungdomar (HD 15-16) deltog under 2013 i USM-truppens aktiviteter. Temat under 2013 var 'Att vara bäst när det gäller' och Tomas Stenström från OK Linné kom vid två tillfällen och pratade först om Vikten av att ha mål och vid det andra tillfället i augusti om Att vara bäst när det gäller och att forntoppa. Även Annika Billstam och Thierry Gueorgiou kom till Linnés klubbgård då USM-truppen hade en övernattnings med finslip och delade med sig av sina erfarenheter från VM 2013 och tips på hur man fokuserar inför viktiga tävlingar.

- USM-lägret och vårresa gick till Skåne 29/3 – 2/4. Två tävlingsdagar och två träningsdagar. L-100 och Unga ledare ansvarade, totalt åkte 14 ungdomar, 1 ung ledare och 2 äldre ledare med.
- Upptakt för USM-truppen på hemmaplan ordnades i samband med OK Enens tävling 20/4. OK Linné/Enen och Unga ledare ansvarade, 22 ungdomar, 6 unga ledare, 2 äldre ledare deltog på upptaktslägret.

Upplands Orienteringsförbund Verksamhetsberättelse 2013

- På distriktsläger 1-2 juni i Länna/Almunge deltog USM-ungdomarna på det Violetta lägret. OK Enen var ansvarig för lägret och 3 unga ledare deltog.
- USM-uppladdning 18 augusti i Fjällnora med långdistansträning och bad. Uppladdning inför USM-resan med unga ledare. Tomas Stenström kom och pratade om Att vara bäst när det gäller och att formtoppa. OK Linné och Unga ledare ansvarade. 19 ungdomar, 5 unga ledare, 1 äldre ledare deltog.
- USM finslip fredag 30 augusti med Annika Billstam och Thierry Gueorgiou. Övernattning i OK Linnés klubbgård. 16 ungdomar, 1 ung ledare, 2 äldre ledare.
- USM 19-22 sept i Skåne: Avresa torsdag för sprint på fredag, långdistans på lördag och stafett på söndag. Bästa resultatet i sprinten nådde Anton Forsberg L-100, med en 7:e plats i H16 och två fina placeringar av Linnés löpare Daniel Carlsson-Bjernald och Johannes Ridefelt som blev 12:a respektive 15:e. I H 15 kan också nämnas två fina placeringar för Sigtunas Gustaf Berglund på en 19:e plats och Simon Schuster Vallentuna på plats 21. På lördagen fortsatte tävlandet med långdistans. Bäst lyckades även denna dag Anton Forsberg som slutade på en 8:e plats. På distriktsstafetten på söndagen slutade lag 1 på en 22:a plats och i laget ingick Gustaf Berglund, Sandra Boström, Anton Forsberg och Alice Frost. L-100 och Unga ledare var ansvariga USM-resan som 24 ungdomar (+3 sjuka), 3 unga ledare och 3 äldre ledare deltog i.
- För USM-truppen avslutades säsongen med USM-bankett och övernattning efter Rodhenloppet 2/11: Unga ledare var ansvariga. 12 ungdomar, 4 unga ledare deltog.

O-lägret

Årets distriktsläger gick av stapeln i Länna 1-2 juni, där Länna IF ansvarade för logi, mat, samt utskick av kartunderlag och tryckning av kartor. Enen, Thor, Rodhen, Rånäs, OK Roslagen, Linné och Sigtuna. 131 ungdomar från grön - violett nivå, 35 ledare och 3 unga ledare deltog på lägret.

Riksläger

37 ungdomar och 9 ledare från distriktet deltog på Rikslägret i Sälen. Ledarna från Upplandsklubbarna gjorde en gemensam planering för träningsupplägget.

AXA-stafetten vid O-Ringeninvigningen

Upplands två lag på AXA-stafetten gjorde en fin insats och placerade sig som 6:a och 31:a. I lag 1 sprang Alice Frost, Erik Hannrup, Sandra Boström, Anton Forsberg och i lag 2 sprang Caroline Löchting Thunberg, Olle Grywenz, Ellen Frost, Daniel Carlson Bjernald.

Distriktsmatchen

44 ungdomar (13-16 år) och 5 ledare åkte till Falun, Lugnet för att delta i distriktsmatchen, som är en populär ungdomstävling mellan Dalarna, Västmanland, Uppland och Hälsingland/Gästrikland.

Daladubbeln

VÖOL ansvarade för bussresa och samordning på Daladubbeln. 19-20 oktober åkte 135 ungdomar och 35 ledare till Falun för att vara med vid årets största ungdomstävling, DalaDubbeln. Denna resa är mycket uppskattad bland ungdomarna. VÖOL samordnade resa och logi.



Upplands Orienteringsförbund Verksamhetsberättelse 2013

Skol-SM (blev ej)

Upplandströjan

Totalsegrare 2013 blev Daniel Rönnqvist H 14, Sandra Boström D14, Johannes Ridefelt H16 och Alice Frost D 16. Peter Ridefelt har under många år skött Upplandströjan och vi tackar för det nu när han kliver av.

UNT-cupen

Finalen arrangerades föredömligt av Länna IF och avslutades med festlig prisutdelning med Annika Billstam och Thierry Gueorgiou som delade ut medaljer och priser till de tre första lagen. Therminators (IF Thor) vann före Roslagen Runners och på tredje plats kom Linnés Johannesörter. I det segrande laget Therminators sprang Martin Grönholm, Ebba Lindell, Aron Hellgren, Hanna Jonsell, Moa Wallenborg, Elsa Bäsén och Alva Nyström.

UNT-cupen fungerar bra och det är år efter år ett ökande antal barn och ungdomar som deltar.

/Lena Nilsson, UngdomsLedare

Elitedaren

Året som gått 2013

Under 2013 har vi sett en hel del glädjande framgångar för Uppländska orienterare inte minst med en VM medalj för OK Linnés Annika Billstam men även UOFs första renodlade juniorläger som förhoppningsvis är början till något mer bestående. I följande rader kan du få en sammanfattning över året som gått med lite statistik. Resultaten hittar du längst bak i texten som appendix.

Dorothe Spillmann, UOF elitedare

Säsongförberedelse 2013

Vintercup

Andra (eller tredje?) år i rad visar naturen oss vad en riktig vinter är. Vi försökte visserligen anpassa Vintercup aktiviteterna till rådande snö- och köldläge, trots detta måste vi dock fastställa att intresset för dessa träningsinsamlingar har stadigt minskat under åren.

Datum	(vka)	Aktivitet	Ansv. Klubb	Senior	Junior
20/1 (3)	Ungd	Vintercup 1	OK Roslagen	0	4+3
	Övriga T	7+0 23 (79) ^(b)			
30/1 (5)		Nattcup 1	OK Linné	0+2	3+1
		10+4 43 (52)			
10/2 (6)		Vintercup 2	Vallentuna/Össeby	2+0	1+0
		11+0 25 (40)			
13/2 (7)		Nattcup 2	IF Thor	1+0	0
		6+2 21 (35)			
27/2 (9)		Nattcup 3	OK Linné	1+2	1+0
		3+0 21 (27)			
10/3 (11)		Vintercup 3 ^(c)	OK Rodhen	3+2	0+1
		2+0 3+1 12 (44)			
13/3 (11)		Nattcup 4	L-100 IF	0+2	2+0
		9+2 20 (25)			

- Deltagarsiffrorna för 2013 med antal herrar och damer i respektive kolumn.
- Antal deltagare totalt i jämförelse med fjolårets deltagarantal på respektive tillfälle (motsvarande natt och dag-etapp)
- Juniortrupp upptaktsamling planerad, men inställt pga lågt intresse

All info kring Vintercupens olika deltävlingar inklusive anmälan och totalresultat fanns på www.ncsportcup.se. I slutet på 2013 har denna hemsida lagts ner och gamla resultat finns numera att beskåda på <http://vintercup.kontrollen.nu>.

Tävlings- och träningsresor

Tävlings- och träningsresor var öppna för alla som ville bekanta sig med respektive terräng eller delta på aktuella tävlingar. I UOFs regi genomfördes en Göteborg-resa under våren till Natt- och Sprint SM med träningsmöjlighet och föreläsning av Lina Strand om orienterandet i Göteborgsterrängen. L-100 hade åtagit sig att organisera resa och boende. Ingen coach kunde tyvärr följa med. Deltagare från Thor (1), Länna (1), Rodhen (7) och L-100 (2).

Bevakning av övriga SM-helger (lång respektive medel & stafett) genomfördes i klubbarnas egen regi.

Upplands deltagare på SM tävlingarna 2013 (klubb: herrar + damer)

	Thor	L-100	Länna	Linné	Rodhen	Roslagen	Vtuna/Össeby	Total
Ultralång				1 + 3	1 + 0		1 + 0	3 + 3
Natt	0 + 3	3 + 0	0 + 1	8 + 4	3 + 2			14+10
Sprint	0 + 3	4 + 2	0 + 1	6 +14	3 + 1	2 + 1	0 + 1	15+23
Lång	0 + 1	1 + 0		8 + 6	1 + 1	2 + 0		12+ 8
Medel	0 + 2	5 + 6		14+13	3 + 1	1 + 2	1 + 2	24+26
Stafett	0 + 1	2 + 2		4 + 5	1 + 0	1 + 0		8 + 8

Juniorläger

Som en början att samla juniorerna till egna aktiviteter genomfördes en tävlingshelg i samband med Svealandsmästerskap i Avesta. Alla Upplands juniorer oavsett ambitionsnivå var bjudna. Tio juniorer och tre ledare njöt en rolig helg. Vi bodde på Krylbos gamla klubbstuga och hade plats och tid för olika aktiviteter och mycket prat. Programmet innehöll två tävlingar (Svealandsmästerskap och Avesta medel), en eftermiddag med samarbetsövningar med mycket skratt och gemensam middagslagning.

Planerade Säsongsavslutning

Den planerade säsongsavslutning i samband med Rodhen natt patrulltävling genomfördes ej.

Resultatsammanställning för Uppländska elitförmågor under säsong 2013

Med Annika Billstam stod även i år en OK Linné löpare på VM-pallen i Finland. Utom Annika deltog ytterliga 6 Linnéare för 6 olika nationer på VM. Ett tydligt tecken på bra arbete i Upplands största klubb. Även på World Games i Columbia var Annika en stor stjärna med sprintguld i dessa 'olympiska mästerskapen för icke-olympiska idrotter'. I nationellt samband glänste Linnés unga stafett-lag med Rasmus Andersson, Albin Ridefelt och Oskar Sjöberg med en överlägsen start-mål seger på stafett SM och sista års junior Niklas Aldén med en komplett medaljuppsättning på Göteborgs SM tävlingarna. Stort grattis till alla framgångar!

/Dorothe Spillmann, ElitLedare

PreOLedaren

DM-tävlingar

DM-TempO arrangerade Sigtuna OK den 11 juni i Sigtuna med Ulf K. Rask som banläggare och Göran Andersson som ban- och tävlingskontrollant. Banan hade varierande skogs och parkkontroll stationer med många kluriga och svåra uppgifter att lösa.

1:a Martin Fredholm OK Linné, 2:a Jens Andersson OK Roslagen, 3:a Ola Jansson Björklinge SOK

DM-Natt arrangerade Länna IF den 7 september i Länna, med Arne Gustafson och Gunnela Gustafson som banläggare och Åke Nyström som bankontrollant. Banan hade variation och flera knepiga kontroller som de tävlande fick lösa i nattmörkret.

1:a Jens Andersson OK Roslagen, 2:a Ola Jansson Björklinge SOK, 3:a Owe Fredholm OK Linné

DM-Dag arrangerade Vallentuna-Össeby OL den 3 juli vid Orkesta Bygdegård norr om Vallentuna med Gudrun Grass som banläggare och Björn-Ove Bergkvist som bankontrollant. Banan hade varierande svårighet.

1:a Ulla-Britt Wallén Upsala IF, 2:a Tomas Jansson Björklinge SOK, 3:a Ola Jansson Björklinge SOK

O-Ringen i Boden 21-26 juli

I Elitklassen placerade sig Jens Andersson bäst bland upplänningarna på en andraplats. Övriga upplänningar bland tio i topp var 4:a Martin Fredholm, 5:a Anna Råberg, 6:a Ola Jansson. I A-klassen kom Ulf K. Rask Sigtuna OK på fjärdeplats och var bästa uppländska deltagaren.

WTOC i Finland 10-12 juli

I öppna klassen kom Martin Fredholm OK Linné på 2:a plats. I paralympic klassen kom Ola Jansson Björklinge SOK på 7:e plats. I lagtävlingen ingick Martin Fredholm i det segrande Svenska laget ihop med Stig Gertman och Michael Johansson.

Nordiska landskampen, Finland 21-22 september

Martin Fredholm OK Linné kom 4:a och Jens Andersson OK Roslagen kom 8:a. I Sverige Gul som kom 2:a ingick Martin Fredholm och Jens Andersson. I Sverige Blå som kom 4:a ingick Ola Jansson.

Europa-Cup 2013

En Europa-Cup har startat med 10 deltävlingar i 5 olika länder varav de 5 bästa resultaten räknas i totalen. Tävlningarna gick i Norge, Finland, Italien, Lettland och avslutades i oktober i Kroatien.

1:a Lars Jakob Waaler Porsgrunn OL Norge
4:a Ola Jansson Björklinge SOK



Upplands Orienteringsförbund Verksamhetsberättelse 2013

SM 27-29 september

Årets SM:et arrangerades av Göteborgs OF ihop med Kungälvs OK och OK Landehof. Natt-SM 27 september. Kom Martin Fredholm OK Linné på 2:a plats. TempO-SM 28 september. Vanns av Martin Fredholm OK Linné övriga upplänningar bland de tio första var Ola Jansson Björklinge SOK på 10:e plats. Dag-SM 29 september. Bäst bland upplänningarna var Nils-Olov Andersson OK Rodhen på 7:e plats.

Elitserien och A-cupen

Elitserien och A-cupen består av sju utvalda tävlingar under året var av de fyra bästa räknas.

Elitserien 2013

1. Martin Jullum Halden SK, Norge
4. Martin Fredholm OK Linné
7. Jens Andersson, OK Roslagen

A-Cupen 2013

1. Björn Karlsson Rehns BK
7. Håkan Lundberg Häverödals SK

Statistik

Antalet PreO-tävlingar i Uppland under året har varit 11 st och Uppland är det distrikt i Sverige som arrangerat flest under året. (10-2012, 11-2011, 11-2010, 8-2009, 11-2008 och 12-2007). Uppland har 30 tävlande på rankinglistan, varav 7 bland de 25 första. Martin Fredholm OK Linné ligger 1:a på listan, 6:a Jens Andersson OK Roslagen, 9:a Ola Jansson Björklinge SOK, 12:a Tomas Jansson Björklinge SOK, 15:e Eva Fredholm OK Linné. Under juni-juli arrangerades i distriktet en träningsserie med två olika övningar. Mellan 10 och 20 deltog i varje träning.

Vårupptakt

Gick av stapeln i Uppsala 24 mars med lite kyligt och blåsig väder men god stämning och intressant bana och god förtäring.

PreO-galan 2013 9 november

Upplands PreO sektion anordnade i år tredje galan för alla precisionsorienterare i Uppland, för att avsluta årets tävlingssäsong på ett välförtjänt sätt. Galan bjöd på god mat, TV-vinjett tävling och underhållning. Fyra stycken olika vandringspriser delades ut under kvällen och vinnare av vandringspriserna blev; Årets Stämplare Owe Fredholm OK Linné. Tävlingen gick i år ut på att ha stämplat flest A på 5:e kontrollen på tävlingarna i Uppland. Årets Klättrare Sture Larsson Länna IF som klättrade från 114:e till 82:a plats på rankinglistan. Årets Tävlingsfreak med 41 tävlingar blev Martin Fredholm. Årets Kontroll tilldelades Arne och Gunnela Gustafson för kontroll 7 på Natt-DM i september efter utslagsröstning mot Jens Andersson OK Roslagen. Pristagarna får därmed ett år behålla var sitt särpräglade vandringspris

Sammanfattning

Sammanfattar vi året 2013 för Uppland, så kan vi blicka tillbaka och vara väldigt nöjda med fina arrangemang och framgångar och en högtidligt avslut i och med galan. Vi ser med hoppfullhet fram mot 2014 och hoppas att fler klubbar upptäcker vilken utmärkt form av orientering Pre-O är.

/Ola Jansson, Pre-OLedare

Teknikledaren

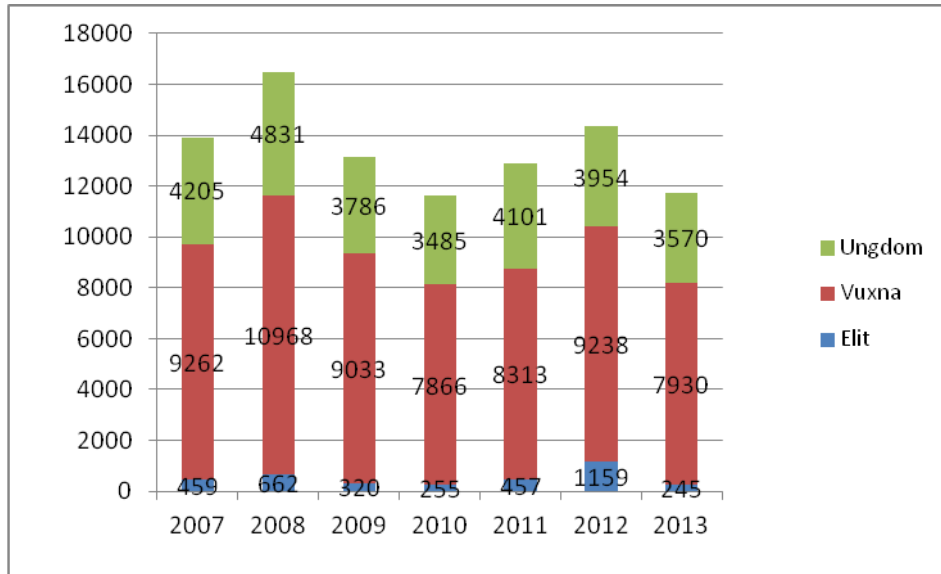
Teknikledare (TL)	Anders Eriksson	OK Linné
Tävlingssamordning	Anders Eriksson	OK Linné
Data	Jonas Eriksson	Rånäs OK
Mark	Mats Jacobsson	Upsala IF
Kartor	Johan Ohlström	IF Thor
IP-skogen	Nils Ekström	Upsala Stud. IF

Tävlingar

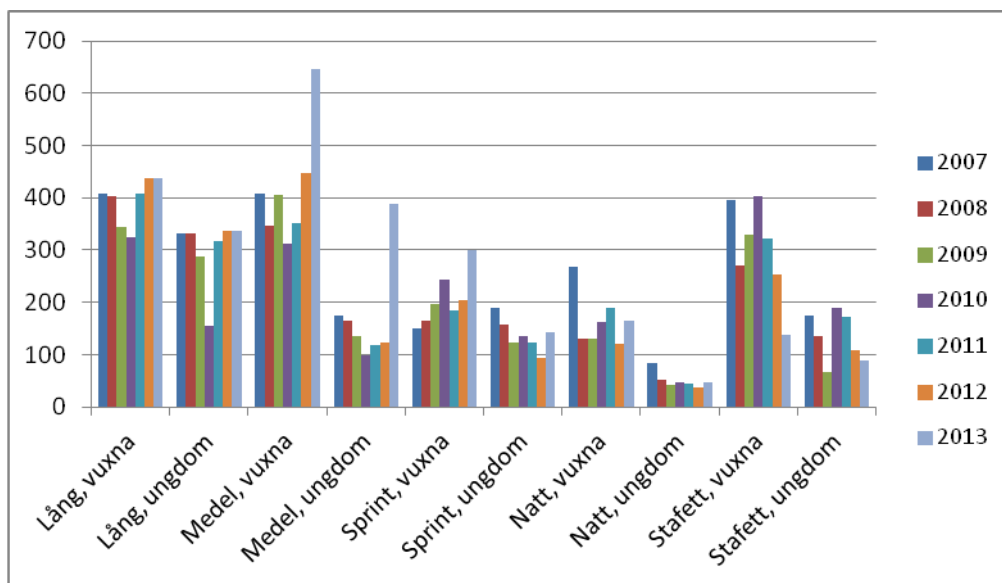
Under året arrangerades 16 nationella tävlingar och 3 distriktstävlingar inom distriktet. Distriktsmästerskapet i Stafett genomfördes tillsammans med Västmanlands OF. En segdragen vinter gjorde att den traditionella upplandspremiären med Lännas medeldistans och Rånässtafetten ställdes in. En ny arrangör för året var Idrottsföreningen OLGU Uppsala som stod för ett väl genomfört Sprint DM med 441 anmälda deltagare. Antal anmälda till tävlingarna i Uppland under 2013 är i linje med tidigare år.

Datum	Arrangör				Elit	Vux	Ung	Tot
28 mar	Vallentuna-Össeby	Roslagsmästerskap	Natt	distr	1	104	10	115
20 apr	OK Enen	Enenracet	Medel	nat		735	273	1 008
26 apr	Upsala IF, Rasbo IK	Uppsala Möte	Natt	nat		198	54	252
27 apr	OK Linné	Uppsala Möte	Medel	nat	92	590	297	979
28 apr	IF Thor	Uppsala Möte	Lång	nat		757	277	1 034
9 maj	OK Roslagen	Roslagshelg	Lång	nat		437	164	601
10 maj	OK Roslagen	Roslagshelg	Medel	nat		310	162	472
30 maj	IF OLGU Uppsala	DM Sprint Uppland	Sprint	mäst		299	142	441
16 jul	OK Roslagen	Skärgårdssprinten	Sprint	distr		162	60	222
24 aug	Långhundra IF	Långhundradubbeln	Medel	nat		508	122	630
25 aug	Långhundra IF	Långhundradubbeln	Lång	nat	43	492	365	900
30 aug	OK Linné	För-SM Sprint	Sprint	nat		208	108	316
31 aug	OK Linné	För-SM / DM Medel	Medel	mäst		646	389	1 035
1 sep	OK Linné	För-SM Linnéklassikern	Lång	nat	109	332	114	555
6 sep	Tierps SOK	DM Natt	Natt	mäst		165	46	211
8 sep	Vallentuna-Össeby	DM Lång	Lång	mäst		437	338	775
14 sep	Länna IF	UNT-cupfinal,	Medel	distr		463	358	821
15 sep	Västerås SOK	DM Stafett	Stafett	mäst		139	88	227
27 okt	OK Enen	Oktoberacet	Medel	nat		697	172	869
2 nov	OK Rodhen	Rodhenloppet	Natt	nat		251	31	282

FIGUR 1: TÄVLINGAR 2013



FIGUR 2: ANMÄLDA TILL DISTRIKTETS TÄVLINGAR 2007-2013



FIGUR 3: ANMÄLDA TILL DM 2007-2013

Övrigt

En banläggningkurs under ledning av Andreas Hjertson OK Linné, samt Lars Forsberg Stockholms OF, har genomförts tillsammans med Stockholms OF på Biskops-Arnö i januari.

/Anders Eriksson, TeknikLedare

Infoledaren

2013 var ett innehållsrikt år på informations- och utbildningssidan med flera olika intressant arrangemang. Tyvärr har det varit en nedgång i deltagandet vid olika konferenser som distriktet ordnat, men vi hoppas kunna vända denna trend under 2014.

Årsmöte 2013

Det nya orienteringsåret startade i Uppsala den 6 mars 2013 med årsmöte i OK Linnés klubbgård. 15st representanter (och även fler åhörare) från 13 föreningar var med vid detta möte. I den nya styrelsen kunde vi då hälsa Lena Nilsson och Mats Jacobsson välkomna.

Föreningskonferens

Onsdagen den 12 juni bjöd UOF in till föreningskonferens vid Hargs bruk. Tyvärr hörsammades inte inbjudan endast av några få och mötet tvingades ställas in. Styrelsen tänkte då om och planerade istället in en föreningsträff i början av februari 2014 och då lägga fokus på skolsamverkan.

Ting 2013

Den stora träffen för året var Tinget som hölls i Skogstibble lördagen den 23 november. Tingen tjuvstartade redan under fredagskvällen då alla föreningsordföranden i distriktet var inbjudna till nattorientering och samkväm.

Tinget startade sedan på lördagen med knappt 30 deltagare från 10 föreningar, tyvärr något färre än föregående år och vi hoppas att detta inte var starten på en negativ trend. Tyngdpunkten för dagen låg på olika grupparbeten med verksamhetsplanen som största fokuspunkt. Många bra och givande diskussioner i de olika grupperna under dagen som sedan utgör grunden för omarbetningen av UOFs verksamhetsplaner.

Utbildningar

Under året som gått har flera utbildningar genomförts inom och utom distriktet.

Banläggarkurs genomfördes den 18-19 januari på Biskops Arnö tillsammans med Stockholms Orienteringsförbund.

Utbildningshelg i Avesta var den stora utbildningssatsningen för året och genomfördes 15-17 mars. Hälsingland, Gästrikland, Västmanland, Dalarna, Örebro och Uppland bjöds in till denna utbildningshelg som samordnades av SOFT. Innehållet i utbildningarna varierade med olika tränarutbildningar (barn och ungdom), IdrottOnline, kartor, arrangemang och föreningsutveckling. En uppskattad helg av de 11 deltagare från distriktet som var där.

Utbildning inom USM-truppen har också genomförts genom flera föreläsningar i samband med deras aktiviteter. Föreläsningar inom träningsupplägg, mental träning och kost har varit mycket uppskattade och truppen har även fått möjlighet att lyssna på några av sportens största stjärnor då de berättat om deras framgångar.

Föreningsutträde

Under detta år har vi tyvärr en förening som lämnat oss. Grisslehamns SK har under detta år begärt utträde ur förbundet och vi tackar dem för de år de varit med oss.



Upplands Orienteringsförbund Verksamhetsberättelse 2013

Ny grafisk profil

Under 2013 har SOT arbetat fram en ny grafisk profil som ska ge Svensk Orientering ett ansiktslyft utåt. Den innefattar en ny logotyp och även en ny hemsida som plattform för SOT och alla distrikt. Inom distriktet har förberedelserna varit intensiva och under januari 2014 kunde den nya plattformen lanseras fullt ut på distriktsnivå. Vi är mycket nöjda med denna och hoppas att den ska göra att informationen finns mer lättillgänglig än tidigare och förenkla informationsspridningen.

Avslutning

Året har bjudit på flera utbildningstillfällen och flera bra möjligheter för erfarenhetsutbyten. Detta är något vi hoppas fortsätter även under 2014. Mejl och hemsidan är de främsta medel som används för att sprida viktig information inom distriktet och detta arbete kommer att vidareutvecklas för att möta behovet av effektiv informationsspridning.

/Björn Johansson, InfoLedare

MTBO/SkidoLedaren

MTBO

Förbundets yngsta gren försätter att öka och under årets O-ringen i Boden var de många som provade på och kanske blev intresserade. Även landslaget visar på framgångar med främst Cecilia Thomassons fina säsong. Från Uppland är fortsatt Sanna Wallenborg, IF Thor, och Linus Mood, OK Roslagen med i landslaget, båda deltog på VM i Estland. Dessutom ledde Magnus Wallenborg landslagsgruppen. Tyvärr har vi inte kunnat arrangera något DM än, men planerat är att försöka samarbeta med Stockholms distrikt.

Under SM tävlingarna blev det följande resultat.

Sprint SM – 7 juni – Kvarnsvedens GOIF OK

D21: 5,5 km (19 deltagare)	6. Sara Lind, IF Thor
H16: USM (6 deltagare)	2. Waldemar Andersson, OK Roslagen
H50: RM (20 deltagare)	2. Håkan Lång Länna IF

Medel SM – 8-juni- Kvarnsvedens GOIF OK

D21: 9,0 km (24 deltagare)	3. Sanna Wallenborg IF Thor
H16: USM (8 deltagare)	8. Waldemar Andersson OK Roslagen
D12: (2 deltagare)	1. Moa Wallenborg IF Thor
H40: RM (33 deltagare)	7. Niklas Cedstedt Vallentuna/Össeby OL
H50: RM (21 deltagare)	10. Håkan Lång Länna IF

Lång SM – 9 juni – Kvarnsvedens GOIF OK

D21: 16,0 km (18 deltagare)	3. Sanna Wallenborg, IF Thor
H16: USM (9 deltagare)	7. Waldemar Andersson OK Roslagen
H40: RM (24 deltagare)	8. Magnus Wallenborg IF Thor
H50: RM (17 deltagare)	7. Håkan Lång Länna IF

Skid-O

Snötillgången var bättre än föregående år och ett flertal tävlingar kunde genomföras. På JSM fick bröderna Eriksson från Tierp SOK framskjutna placeringar i sina klasser Långdistans H18 Emil Eriksson 3 plats och i H20 Joakim Eriksson 4 plats.

Sprint H20 Joakim Eriksson 4 plats.

I distriktet kunde Sigtuna OK genomföra 2013 års DM med 42 startande.

Årets DM mästare blev.

H21 Per Melin	OK Rodhen	D17-20 Evelina Rostö	Rånäs OK
H16 Gustaf Berglund	Sigtuna OK	D45 Dorothe Spillman	IF Thor
H12 Axel Leijon Thorell	Långhundra IF	D50 Annika Ardell	OK Rodhen
H45 Jens Andersson	OK Roslagen		
H70 kurt Boström	OK Linne		

/ Mats Jacobsson, Skid-o/MTBOLedare

Ekonomiledaren

Verksamhetsåret 2013 budgeterades sluta med ett underskott på 3.850 kr. Nu redovisas ett överskott på 185.387 kr.

Resultaträkning

Intäkter	2012	2013
Medlemsavgifter	27 000	26 000
Tävlingsavgifter/SOFT-bidrag	83 625	144 241
Bidrag Upplands Idrottsförbund	23 342	33 977
Ränteintäkter	13 673	16 008
Summa intäkter	147 640	220 226
Hyra/telefon	-5 505	
Övriga gemensamma kostnader	-9 686	-16 331
Överskott för verksamhet	132 449	203 895
Elit	-10 377	-9 290
Ungdom	-23 887	-32 440
PreO	-8 221	-5 924
Sk+Mtb-O	-1 625	
Teknik	-4 861	-8 099
Information	-7 980	-6 510
Ekonomi	-1 064	-1 094
Distriktsledare	-55 824	-25 099
- varav OL-gymnasium	-30 000	
Summa verksamhetskostnader	-113 840	-88 455
Årets verksamhet		115 440
Extraordinära poster		69 947
Årets resultat	18 609	185 387

Avvikelsen kan i huvudsak förklaras som följer:

Intäkter	Budget	Utfall	Avvikelse
Tävlingsavgifter	60 000	72 900	12 900
SOFT-bidrag	30 000	71 341	41 341
Extraordinära intäkter	0	70 000	70 000
			124 241

Kostnader	Budget	Utfall	Avvikelse
Verksamheten	138 600	86 874	51 726
			51 726

Tävlingsavgifter och SOFT-bidrag utgör tillsammans det s k OF-bidraget, som är distriktets andel av klubbarnas totala tävlingsavgifter för arrangerade tävlingar. Under 2012/13 blev OF-bidraget ca 54.000 kr mer än budgeterat, dels beroende på att de totala tävlingsavgifterna ökat, dels beroende på en för distriktet ovanligt hög andel.

Även de extraordinära intäkterna på 70.000 kr avser OF-bidraget. Under 2011/12 kunde det inte uteslutas att OF-bidraget var felaktigt beräknat, varför 70.000 kr inte intäktsfördes utan istället skuldfördes i tron att det skulle behöva betalas tillbaka. Nu kan det uteslutas och posten återförs som extraordinär intäkt.

Dessutom har all planerad verksamhet för 2103 har inte kunnat genomföras, vilket resulterat i besparingar på drygt 51.000 kr.

Balansräkning

Tillgångar	2012-12-31	2013-12-31
Likvida medel	604 312	769 752
Fordringar medlemsklubbarna	19 880	6 400
Övriga fordringar	13 042	4 850
Övriga tillgångar	13 193	9 403
S:a tillgångar	650 427	790 405
Skulder o Eget kapital		
Kortfristiga skulder	66 638	87 369
Skulder medlemsklubbarna	72 790	10 370
Stödföreningen	8 730	5 010
Eget kapital	483 660	502 269
Årets resultat	18 609	185 387
S:a skulder o eget kapital	650 427	790 405

/ Berth-Arne Bengtsson, EkonomiLedare

Slutord

Verksamhetsåret 2013 har visat ett positivt resultat. Vi kan konstatera att såväl elit, ungdoms- och PRE-O verksamheten fortsätter att utvecklas.

Det är föreningarna som är basen i orienteringsrörelsen, och behöver därför få förutsättningar för att utveckla och bedriva en till orienterarna anpassad verksamhet. Detta är UOF:s viktigaste uppgift som även 2014 kommer att prioriteras.

Styrelsen för Upplands Orienteringsförbund får härmed framföra ett stort tack till alla upplandsorienterare för det framgångsrika året 2013. Nu väntar ett nytt och intressant år 2014.

Uppsala i februari

Fredrik Wiebe

Berth-Arne Bengtsson

Björn Johansson

Anders Eriksson

Dorothe Spillmann

Lena Nilsson

Ola Jansson

Mats Jacobsson