

VSK BLADET



Wallsta SK

Nr 1 2017 Ansvarig utgivare: Maria Frisk Årgång 44

VÄLKOMMEN
PÅ ÅRSMÖTE!

Vi bjuder vi in till sedvanliga årsmöteshandlingar och fika torsdagen den 25 april kl.19.00 på Hofvet i Vallsta.

Varmt välkommen hälsar Vallsta SK!

Löparsommaren 2017

Vallsta SK kommer även i år att ses i resultatlistorna från olika löptävlingar. I vinter har det inte varit så många deltagare på tävlingar men några har provat sina krafter; Tony och Helena har visat att vi finns inomhus i Bollnäs. Som de senaste vintrarna har inomhusträning bedrivits i Höghamnshallen. Det har varit mellan 5 och 10 st deltagande de flesta veckor. Den vanliga utomhussäsongen börjar i slutet av mars med långloppsserien, de fyra första deltävlingarna på vägar. Därefter följer några DM-tävlingar på lite olika distanser (terräng och bana).

Här kommer några datum till att börja med:

29 mars: löparserien Edsbyn, 5 april: löparserien Iggesund, 12 april: löparserien Arbrå, 19 april: DM-milen Ljusdal, 26 april: långa DM terräng Edsbyn, 1 maj: Korta DM terräng Järvsö. Kom och spring några av dessa lopp! Anmälan sker på plats. Den 22 maj går Hälsinglands största lopp i Hudik Blodomloppet med flera tusen deltagare. I år får vi se till att ha minst ett lag på plats.

Håller ni igång så passa på att testa formen när vi själva arrangerar Två Toppar den 1 juli, det är en tävling från Orbaden till Simeå via Åsberget. Den 9 augusti är det dags för Kvaråsloppet igen. Hälsingegårdsstafetten går för sjätte året och där har vi med säkerhet flera lag på startlinjen. Den 5 augusti är det visst dags. Vasastafetten kämpar vi vidare med. Vi fortsätter den obrutna sviten från 1995. Kanske även med nya loppet Vasakvartetten.

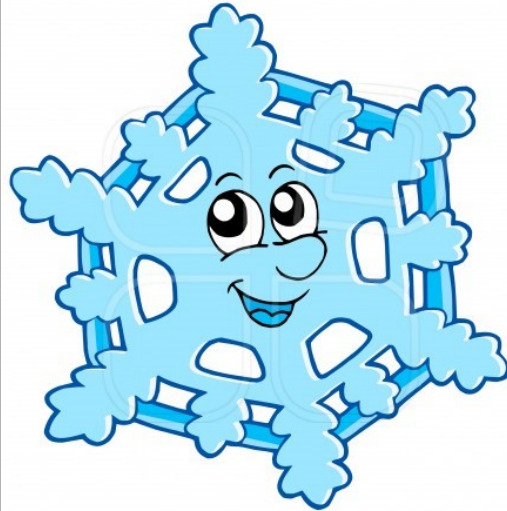
Den 2 september går Järvloppet i Järvsö igen. Det rekommenderas om man gillar att springa tuffa terränglopp. Sträckor från barnlopp till 11 km, 21 km eller 53 km. I konceptet för Järvloppet ingår även löparföreläsningar kvällen före vilket i fjol var mycket intressant. Dessutom finns det en hel del lopp runt i landet som lockar. Vi kommer att ha några maratonlöpare i sommar och även några löpare på ännu längre distanser om planerna håller.

Vi fortsätter att köra gemensamma träningar under sommaren, som vanligt med utgångspunkt från kyrkbåhuset i Vallsta. Ni som vill veta när vi har gemensamma träningar -Hör av er så kan ni också ingå i SMS listan.

När hösten kommit vet vi om Bullen har tagit fler SM-guld. Vi vet om Helena och Lars blivit ännu bättre. Vi vet också vem som är årets stjärnskott. Vi kanske även har några yngre deltagare med på friidrottstävlingar. Med yngre menas nån från barngruppen som Lars tränar. Löparna

När ska vi få en skidvinter?

Tänk att några mil kan betyda så mycket i snötillgång. I Harsa har man haft fina skidspår hela vintern medan vi här Vallsta först i sportlovsveckan kunde dra 5km spåret i Hosarbo samt elljusspåret i ORFA. På torsdagen under sportlovsveckan kunde vi också genomföra en barn- och ungdomstävling i Hosarbo med ett tiotal deltagare som bjöds på saft och korv efter målgång. Ett stort tack till er som deltog och till er föräldrar som skjutsade barnen till Hosarbo.



Det har dock i vinter funnits några kilometer spår på Hosarbomyren och Hamresvägen så det har gått att träna hemmavid också. Kalle och de övriga spårarna har gjort vad de kunnat för att få till spår så fort det snöat men vädrets makter har inte varit med oss.

Jag vill passa på att gratulera Söderhamn till ett mycket väl genomfört Skid-SM med mycket publik och fina spår trots den dåliga snötillgången. Hoppas det kommer att påverka skidintresset

positivt här i Hälsingland, för framförallt barn och ungdom, att intresset finns för vuxna ser vi på deltagandet i alla långlopp samt i spåren i Harsa.

För att en klubb som Vallsta SK ska kunna bedriva en aktiv verksamhet behövs det ideella krafter som ställer upp och hjälper till. Jag vill tacka alla er som på något sätt deltar i detta arbete, men vi behöver bli fler. Framförallt behöver vi få igång en barn- och ungdomsverksamhet med inriktning skidåkning och orientering, för löpning har vi det redan.

Är du intresserad av att på något sätt hjälpa till, kontakta då någon av oss i styrelsen.

Leif Pehrson
Ordförande
Vallsta SK

Vasaloppet 2017

Då var det dags igen och 20 "topptränade" skidåkare lämnade Bollnäs för att åka med Bollnäs Buss till Sälen. Lunch intogs i Orsa och ett stopp gjordes vid Vasslan för att placera ut Vallstavimplarna efter spåret. Därigenom säkrades en plats för vår kontroll. Nummerlappar hämtades ut i tältet i Sälen och även ev. seedning fixades där. Sedan bar det av till Eva Flink i Fiskarheden där vi sedvanligt övernattade. Eva kokade kaffe och dukade fram nybakad sockerkaka, och vi kände oss mycket väl mottagna. Lördagens snöande var ej så populärt och förhållandena inför morgondagen såg ej ut att bli så goda som tidigare i veckan.

En stor snackis inom Frisk-familjen har varit om VSK-bladets redaktör skulle hinna få barn före Vasaloppen så att karln hennes skulle kunna åka loppet. Redaktören fick en Oskar kl. 11.15 på lördagen innan loppet så en stolt fader kom till oss kl. 20.00 på kvällen.



Vasaloppsresan passerade VSK-kontrollen i Vasslan.

Hur gick det på loppet då? Alla Vallstaåkare kom i mål. 6 st fick medalj alla med en tid snabbare än 5.55.58. Kenneth Svedlund som fått sin startplats i 50-årspresent av klubben förvaltade den mycket väl. Magnus Eriksson fick bra utdelning på sin träning i vinter, bra åkt Magnus. I den interna familjefighten kom Lars Frisk först och undertecknad, som tur var, tvåa. Förstagångsåkare var Christer Engstrand, Rolf Olsson och Helena Sundström.

Vallstas kontroll i Vasslan bemannades i år av Leif Pehrson, Ingela Blixt, Per-Åke Strömberg, Karin Blixt och Kerstin Frisk. Tack till er alla för god service. Tack till Eva Flink för din gästfrihet. Det är alltid roligt att komma till Fiskarheden. Lars Kulborg, Bollnäs Buss gjorde ett mycket bra jobb.

Det är nu mindre än ett år till nästa Vasalopp som går den 4 mars 2018. Anmäl er i tid till undertecknad om ni vill vara med på vår Vasaloppsresa. Hälsningar Hans-Göran Frisk, reseledare.

Resultat Vallsta SK Vasaloppet 2017:

Namn	Tid
Jonsson, Thomas	05:02:26
Strömbäck, Björn	05:04:47
Svärd, Olov	05:29:59
Lindh, Pär	05:30:26
Westberg, Erik	05:37:32
Sundell, Stefan	05:42:12
Ljung, Pär	06:17:32
Rodin, Mats	06:19:18
Larsson, Martin	06:22:47
Ahlström, Mats-Åke	06:45:35
Berg, Eric	07:12:53
Schartau, Jakob	07:33:24
Svedlund, Kenneth	07:35:54
Frisk, Lars	08:22:02
Eriksson, Magnus	08:31:15
Frisk, Hans-Göran	08:51:58
Engstrand, Christer	09:33:22
Sundström, Helena	09:34:57
Svedberg, Stefan	09:40:20
Frisk, Johan	10:14:14
Olsson, Rolf	10:22:24
Frisk Engstrand, Kerstin	10:34:03



Stefan Sundell gjorde comeback i år och valade lika noggrant som vanligt.

Resultat från Vallsta-åkare deltagande i Vasaloppets vintervecka 2017:

Evenemang	Namn	Tid
Kortvasan	Wengelin, Lars	02:28:41
Kortvasan	Hellmers, Per	02:30:50
Tjejvasan	Törnros, Linnea	02:10:21
Öppet Spår söndag	Svensk, Torbjörn	07:13:51
Öppet Spår måndag	Snar, Christian	06:57:27
Öppet Spår måndag	Larsson, Nils-Erik	08:19:26
Halvvasan	Jonsson, Thomas	02:32:27
Halvvasan	Englund, Anders	04:22:57
Halvvasan	Delin, Jan	03:54:46

Funktionärer önskas

Vallsta SK ska hjälpa Rehns BK vid deras stora orienteringshelg fredagen-söndagen den 12-14 maj 2017. I första hand behöver vi ett antal kontrollvakter vid sprinttävlingen under fredagen den 12 mellan kl. 14.00-20.00. Passen kan delas. Tävlingen går runt Höghammarhallen på Rehn i Bollnäs.

Även lördag-söndag den 13-14 maj behövs några medhjälpare vid vätskekontroller, dessa tävlingar går i Rengsjö.

Hör av er så fort som möjligt med såväl ev. frågor och anmälan som funktionär.

Ove Persson 0278/45562 el. 0705199485
persson.christina@helsingenet.com

Kom ihåg att betala medlemsavgiften!

Betala in den på
Postgiro till 51 95 67-2

Belopp:
200 kr för familj
200 kr för aktiv
100 kr för stödmedlem
50 kr för junior

Årsmötet 2017

Vi i valberedningen önskar förslag och idéer. Hör gärna av er till Ove Persson.

På www.trailhälsingland.se finns information om 2017-års alla Traillopp i Hälsningland samlat. Gå in och anmäl dig nu!



Sammanfattande verksamhetsberättelse för Vallsta SK 2016

Vallsta SK har under året bedrivit verksamhet inom löpning, orientering och skidor. Under året har klubben haft 6 styrelsemöten.

Inom löpsektionen har under året arrangerats ett lopp i långloppserien, Två Toppar och Kvaråsloppet. Löpträning har bedrivits i Höghammarhallen under vintern och utomhus ca 1 ggr/vecka under sommaren. Löpträning på Höghammarhallen har även bedrivits för ungdomar mellan 5-14 år. Vallsta SK har haft lag med i Vasastafetten och i Hälsingegårdstafetten. Vallsta SK har även varit representerat på Lidingöloppet, Stockholm Marathon, DM, SM, samt Göteborgsvarvet.

Inom skidsektionen har det bedrivits lite verksamhet eftersom det varit brist på snö. Som vanligt har ett stort antal skidåkare ställt upp i Vasaloppet men även lopp som Harsa Ski Maraton, Hälsingeleden, Bessermerloppet, Årefjällsloppet, Pilgrimsloppet och Nordensköldsloppet. Vallsta SK har även varit representerat i Marcialonga. Vi har även arrangerat lilla Vasaloppet för Vallsta Skola och Polismästerskap i Acktjärbo den 9-11/3.

Inom orienteringssektionen har vi arrangerat en Sörklubbs i Flästa med 150 startande och skolorientering för Vallsta Skola på Forsön. Vi har även deltagit i Sörklubbs och några lokala tävlingar.

Under våren 2016 kom en inbjudan från arrangörsföreningarna för Skid SM 2017 i Söderhamn; Söderhamns OK och Söderhamns Skidkamrater, till ett antal skidklubbar i södra Hälsingland att bilda en allians för att genomföra tävlingarna. Meningen var att alliansen skulle bilda ett enskilt bolag för att sköta driften av Skid SM 2017. Vallsta SK:s styrelse beslöt att utse John Erik Eriksson till sin representant i bolagets styrelse. Ett stort arbete lades ner under sommaren för att komma fram till ett avtal som kunde accepteras av alla intresserade föreningar och som inte riskerade deras ekonomi vid ett underskott och rättvist fördelade ett överskott. Tyvärr hade de båda Söderhamnsföreningarna inte samma uppfattning som övriga föreningar. Detta medförde att de utan att meddela de övriga föreningarna avslutade samarbetet och löste frågan på annat sätt. Styrelsen har svårt att förstå detta agerande och beklagar att Vallsta SK och våra medlemmar inte fick möjligheten att hjälpa till.

Under vintern har spår körts upp i Hosarbo, elljusspåret ORFA och runt Vallsta Skolan men pga. den dåliga snötillgången så har spåren bara varit åkbara under kort tid.

Styrelsen har bestått av:

Ordförande: Leif Pehrson

Sekreterare: Per-Åke Strömberg

Kassör: Maria Skyttner

Ledamöter: Kalle Söråker, Tony Backeby, Kenneth Svedlund

Suppleanter: Micke Leek, Per Frisk

Styrelsen vill tacka alla byombud, ledare, sponsorer och funktionärer till olika arrangemang samt alla aktiva under det gångna året!

Orientering under våren och sommaren 2017

För de som vill testa på lite orientering så finns Sörklubbs som arrangeras av södra Hälsinglands orienteringsklubbar på kvällstid under våren och hösten. Finns intresse att åka på dessa träningar så hör av er till mig så kanske vi kan samordna resor dit. Det finns även banor för nybörjare.

Hör av er till Per-Åke Strömberg
Tel 070-699 94 48
perake.stromberg@gmail.com

Planering för 2017 enligt nedan:

Tis 11/4 Alfta-Ösa OK
Tis 25/4 Söderhamns OK
Tis 2/5 Alfta-Ösa OK
Tis 9/5 Edsbyns OK
Tis 16/5 Vallsta SK
Tis 30/5 Segersta OK

Breddkavlen Ons 14/6 Alfta-Ösa OK

Tis 11/7 Alfta-Ösa OK
Tis 18/7 Söderhamns OK (Ute i skärgården)
Tis 8/8 Alfta-Ösa OK
Tis 15/8 Rehns BK
Tis 22/8 Alfta-Ösa OK

