

Wallsta SK

VSK BLADET



Nr 1 2020 Ansvarig utgivare: Maria Frisk Årgång 47

Löparsektionen

Nu har löparåret 2020 dragit igång. Löparserien pågår för fullt och några lopp har gått av stapeln. På grund av Corona-viruset kommer några av de stora loppen ställas in. Stockholm Maraton ligger i skrivande stund i riskzonen. Annars är det ovanligt många Vallstalöpare som är anmälda till Stockholm Maraton. Det har tyvärr varit skralt med träningstillfällen på grund av sjukdomar och tidsbrist men ska försöka dra igång nått igen för den som vill. Hör gärna av er!

Vallsta SK kommer att arrangera två lopp:

Två Toppar 27 Juni och Kvaråslppet 12 Augusti.

Som vanligt behöver vi ha frivillig personal som kan ställa upp och hjälpa till vid loppen. Hör

av er till vår fina tävlingsledare Kenneth Svedlund 070-205 3118.

Det kommer några stafetter bland annat Hälsingegårdars och Vasastafetten. Är det några som vill springa nått av de loppen så hör av er så ordnar vi nått. Kontakt mig på Ansiktsboken eller ring 070-666 2426.

Annars hoppas jag på ett händelserikt löparår!

Ps. I nästa nummer av VSK-bladet kommer det ett reportage från ett av många lopp. Hälsningar Henrik Ingvarsson



Hälsingegårdsstafetten 2019.

Skidsäsongen 2019-2020

Förhållandena för att ha bra skidspår i Vallstatrakterna denna vinter har varit, kan man säga, miserabla. För min del blev det bara 2 turer i Hosarbo. Farsdagspresenten däremot blev desto mer utnyttjad; säsongskort i Harsa med spåravgift och dusch. Där har jag åkt ca 30 mil i fina spår. Det gäller ju att visa att man uppskattar de presenter man får. Varför så mycket skidåkning kan man undra? Jo, det säger ju att motion är nyttigt för både kropp och själ. Det finns väl inget härligare än att glida iväg på skidor en vacker vinterdag. Det är för själen. Kondition bör man ju också ha om man ska klara av vinterns "tävlingar". Marcialonga går ju av stapeln sista söndagen i januari. Det stora målet med årets lopp var att klå min svåger Christer Engstrand, som slog mig med 3 minuter i fjol. Christer var dock klen och åkte bara halva loppet. Vi får väl se om jag får

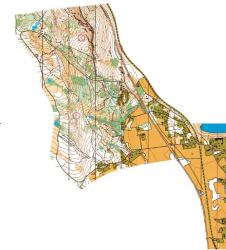
någon re-vansch. Resan till Italien skedde i år i ny regi, Duveskogs reseservice. Vi var väl lite funder-samma hur det skulle bli i år när inte Kalle Söråker var huvudansvarig. Allt gick bra och jag var så upprymd vid sista mid-dagen på hotellet så jag måste sjunga en lite trude-lutt. Tack Kalle och öv-riga medrese-närer. Ni som inte har åkt Marcialonga anmäler er. Läs på Duveskogs Reseservice, Rekommenderas./Hans-Göran



Per-Åke Strömberg, Kenneth Svedlund och Kalle Söråker testar skidor i Italien.

Lite om Orientering i Vallsta SK

Vi kommer att köra Hitta-ut tillsammans med Segersta OK och Rehns BK i år också. För Vallsta SK:s del kommer det finnas kontroller på Forsön, sprint karta över norra Arbrå och på Åsberget. Hitta ut kommer att hålla på från 10 maj till i början på oktober. Det kommer även vara en Hitta-ut träning + Sörklubbs 25/8 då kan man prova på riktiga banor med Sport Ident tidtagning.



Är någon intresserad så kanske vi kan samlas en kväll i veckan i Vallsta och åka iväg tillsammans och ta kontroller och efter att varit iväg på detta några gånger kanske vi kan åka iväg på Sörklubbs som är tränings-tävlingar som arrangeras på kvällstid av orienteringsklubbarna i södra Hälsingland. Där finns det banor med olika längder och svårighetsgrader.

Annars är vi några som åker och springer tävlingar i Hälsingland under vår- och höstsäsong och det kanske fler blir intresserade av efter att ha testat Hitta-ut.

Hör gärna av er om intresse finns till Per-Åke Strömberg på perake.stromberg@gmail.com eller tel. 070-6999448

Vasastafetten

Kall morgon med minus 15 grader i Sälen. Hårda, fasta, spår nästan som att åka på räls. Vårt lag "Friskarna" var ett rent familjelag. Lars på första sträckan för att han passade bäst uppför första backen. Jag fick åka från Mångsbodarna, längsta sträckan – kanske för att jag är äldst som det blev min lott. Maria startade i Evertsberg. Premiärtur för säsongen. Hon är bäst att åka utför och klara av Lundbergsbackarna skulle hon väl göra. Vår reserv Karin åkte mellan Oxberg och Hökberg. Vi ville inte plåga henne så hårt men hon skötte sig med den äran. På sista sträckan hade vi ett säkert kort nämligen Helen. Sluttid 7.11.

Tack till Kerstin och Per för skjuts och support. Trevlig dag. *Hälsningar Hans-Göran Frisk*

Vasaloppet

Så var det dags för årets höjdpunkt, första söndagen i mars. Vad kan väl vara härligare än att få åka 9 mil i fina fasta skidspår? När vi tittade ut klockan halv fyra hade det kommit en dm snö, så var den drömmen borta. Det pratades mycket om pannben idag och detta blev en dag för att testa om det finns något. Nåväl, tog mig i alla fall till Mora, efter en lång dags slit. Jag var en av de sista som kom i mål i vårt gäng. Kan noteras att en del tog "färdtjänst" sista biten in i mål.

Tack till alla inblandade: Eva i Fiskarheden, Bollnäs Buss, Vår personal på kontrollen i Vasslan och alla medresenärer. Buss till nästa år är redan beställd, logi är också bokad. Välkommen till nästa års Vasaloppsresa –anmäl er i tid.

Hälsningar Hans-Göran Frisk, reseledare

Resultat Vasaloppet 2020 (i bokstavsordning)

Askåker, Christian (SWE) plac 3265 tid. 07:31:27, Berg Eric 3652 07:43:28, Dahlström Peter 8615 10:51:30, Fernström Helena 186 07:34:15, Frisk Hans-Göran 8315 10:38:11, Frisk Lars 6262 09:12:30, Järvegård Stefan 6428 09:19:22, Jimmerfors Carl-Henrik 5328 08:38:01, Ljung Pär 3726 07:45:18, Persson Nicklas 3416 07:39:54, Rodin Mats 3509 07:39:13, Strömbäck Björn 693 05:49:30, Svärd Olov 2205 06:57:27, Törnros Linnea 476 08:49:42, Viklund Anneli 286 08:07:58, Westberg Erik 1175 06:15:16.

Välkommen på årsmöte!

Måndag 27 april kl. 19.00 på Hofvet i Vallsta! Sedvanliga årsmöteshandlingar, vi bjuder på kaffe och smörgås. Det kommer att finnas provkollektion av kläder på årsmötet. Om intresse finns tar vi hem kläder på beställning.

Styrelsen



Jobbardag i Hosarbo

Lördag 23 maj kl. 10.00.

Vi hjälps åt med målning, lite snickeriarbete samt spårarbete mm.

Anmäl intresse till Kenneth Svedlund 070-205 31 18

Välkommen!

Två härliga utmaningar i hälsingeskogarna i sommar!

Två toppar

Datum: 27 juni 2020

Ett trail-lopp vid Orbaden/Simeå där du springer över en eller två bergstoppar.

samt

Kvaråsloppet

Datum: 12 augusti 2020

Plats: Simeå IP (Skyltning från Riksväg V 83 i Simeå)

Bansträckning: Småkuperad och omväxlande väg och stig med start och mål i Simeå.

Varmt välkomna!