**Verksamhetsberättelse orientering 2019**

När året summeras kan vi med glädje notera många fina prestationer och aktiviteter som genomförts under året. Vi hade under året totalt 2091 starter i orienteringstävlingar, vilket är en ökning jämfört med 2018 (1886 ).

Glädjande är att antal starter bland ungdomar har ökat. Våra duktiga ungdomar nådde totalt 100 st segrar under 2019.

**VSK ungdom 2019**

Under vintersäsongen har flera ungdomar deltagit i nattcuper och vinterrace arrangerade i samarbete med närklubbarna med gemensam start. Klubben har arrangerat skogslöpningspass på lördagar med efterföljande pastalunch, där också flera ungdomar deltagit.

Årets första stafett var Brudarebackens sprintstafett. Där ställde klubben upp med fyra ungdomslag, varav ett lag hamnade på andraplats bland 27 deltagande lag!

Den 4 april drog torsdagsträningarna för ungdomsorienteringen igång: Grön 1, Grön 2, Vit och Orange grupp enligt SOFTs utvecklingstrappa. I år har närmare 40 ungdomar från VSK deltagit i SAKO:s ungdomsserie!

Årets påsktävlingar genomfördes i närheten, då Skogsvargarna genomförde både Häxjakten och Kortfredagen. På dessa tävlingar deltog flera av våra ungdomar och en del av dem provade att springa sin första tävling.

Helgen den 17-19 maj hade vi klubbläger i Falköping. Vi bodde i stugor och husvagnar på Mössebergs camping. Det var två träningspass på lördagen med gemensam middag på kvällen. Helgen avslutades på söndagen med sprint-DM och sprintstafett-DM som arrangerades av Gudhems IF på en motorbana. Det var kluriga banor med en mängd stigar att hålla reda på.

Den 22 maj deltog ungdomarna på Maratonstafetten under lagnamnen VSK boys (tredjeplats) och VSK girls (åttondeplats).

Ett roligt inslag i juni var en medeldistans som avgjordes på Marstrand, där flera av våra ungdomar plockade fina placeringar.

En populär avslutning av vårsäsongen är Kinnekulledubbeln och Sommarlandssprinten, där vi i år hade gemensamt boende på Sommarlands camping.

O-camp arrangerades i år på Ursand där några av våra ungdomar över 13 år deltog.

I samband med skolavslutningshelgen har det blivit lite av en tradition att deltaga på Tre skåningar och en dansk i Helsingborg. Tävlingarna är av sprintkaraktär. Där lyckades våra duktiga ungdomar kamma hem priset för bästa ungdomsklubb: 1800 kr. Denna summa använde vi till Kickoff för höstens ungdomsträningar: träning följt av musikquiz och pizza i stugan.

Under sommaren har våra ungdomar varit med på sprinttävlingar, Hallands tredagars och Femdagars i Norrköping. I samband med Femdagars deltog några VSK-ungdomar i Bagheerastafetten ihop med andra västgötaungdomar.

Under året har några ungdomar varit med i grupper anordnade av Västergötlands Orienteringsförbund (VOF). David och Matilda deltog i USM-truppen för att sedan delta i USM som avgjordes i Umeå.

Den 24-26 maj var det Unionsmatchen i Åmål och där deltog Liam och David.

Till årets ungdomens 10-mila arrangerat av OK Mark hade vi 2 lag i den yngsta klassen, HD12, ett pojklag som kom på plats 28 och ett flicklag som kom på plats 13 av totalt 89 lag. Liam och David var med TSOK och sprang klassen HD18 och det laget kom på plats 17. Ida, Linn och Andrea deltog även i D18-klassen ihop med TSOK och det laget kom på plats 20.

På GM-stafetten deltog Liam, där han sprang i Västergötlands förstalag.

Den 27 augusti arrangerades SAKOs ungdomsstafett av TSOK. Där hade vi med 8 lag. I klass HD 10-12 hamnade vi på första och andra plats. I HD13-16 hamnade vi på andra och tredje plats.

DM-stafetten arrangerades av OK Klyftamo och Mariestads SK. I denna stafett hade vi ett lag i D12, ett lag H12 och ett lag i H14. Tjejerna i D12 var totalt överlägsna och vann med över 14 minuters marginal till tvåan! Killarna i H12 gjorde en fin insats som ledde till en andraplats. För H14-laget blev det inget resultat pga sjukdomar.

En av årets höjdpunkter för ungdomar är Bahco cup i Lidköping, där vi övernattar på hårt underlag i skola. I år hade vi med oss ett tjugotal ungdomar, som åter visade hur duktiga de är vilket resulterade i att vi vann tävlingen för Bästa ungdomsklubb på den individuella tävlingsdagen. På söndagen var det stafett, där vi hade med fem lag. Bäst lyckade laget HD12 som slutade på en andraplats. Våra D12-tjejer Linn, Andrea och Ida valde att gå upp och springa H14 och i den klassen kom de sexa ihop med Liam och Maja. En stor vinst med hela Bahco-konceptet är att flera vågar sig ut på tävlingspremiär och att det blir en trevlig social samvaro.

Årets torsdagsträningar i orientering avslutades med korv och bröd. Därefter har vit och orange grupp fortsatt torsdagsträningarna med löpträning. Nya inslag för i år var även några fredagsaktiviteter i form av en badkväll samt två cirkelträningspass på Friskis och Svettis.

På 25-manna i Stockholm hade vi ett väldigt ungt lag. Våra ungdomar sprang sträcka 1, 3, 4 och 23 och gjorde det mycket bra.

På Dala-dubbeln hade Vänersborg 7 lag på startlinjen, varav 3 i kombination med andra klubbar. Alla gjorde mycket bra prestationer i den tuffa konkurrensen.

I Uddevalla-patrullen var det flera VSK-ungdomar i toppen.

Årets OL-säsong avslutades med en trevlig Borås-helg där tre sprinttävlingar avgjordes. Återigen mycket fina resultat från våra ungdomar.

**Resultat och rapporter från Säsongen 2019**

**O-ringen** arrangerades i år i Norrköping och klubben hade ett 40-tal medlemmar som startade.

Många VSK:are presterade bra. På 1:a etappen imponerade Johannes Andersson med 3:e plats i H10 och Gabriel Hogedal med 3:e plats i H11. I total resultatet efter 5 etapper blev 9 st från klubben bland de 15 främsta i sin klass.

**SM-2019**

Vid **SM-tävlingarna** som i år arrangerades i Jönköping deltog från Klubben Victor Wassen.

Natt SM: Victor Wassen placerade sig som 54 av 137 startande i H21 Elit klassen.

Medel SM: Victor Wassen gick till C final och blev där 19:e man.

**DM-mästare:**

**Natt**: H10 Johannes Andersson, D50 Jenny Nyman **Sprint:** D35 Emelie Svalin, D50 Jenny Nyman, H65 Lars Hogedal

**Medel:** D50 Jenny Nyman

**Stafett:** D12 Ida Andersson, Andrea Enbom, Elvira Åhlund, Ida Sylvan, Linn Enbom   
**Lång:** D10 Elvira Åhlund, D35 Emelie Svalin

**Västgötatoppen 2019:**

- Västgötatoppen består av tre olika sammanräkningar, KLUBB, UNGDOM och MÄSTARE

- Det är **KLUBB** som innebär föreningstävlan där alla poäng räknas och allt ungdomsdeltagande värdesätts högt. I KLUBB ingår U-klasser och kortklasser och DH10 - DH20 men juniorer räknas endast med i KLUBB vid deltävlingar med DM status. Även stafetter, DM stafett och DM Sprintstafett, ingår i KLUBB

**I Klubb hamnade Vänersborgs SK på 8:e plats**

- **UNGDOM** har en egen serie individuellt, DH14-DH16

D14 Maja Nyman på 16:e plats

H14 Liam Hogedal på 4:e plats

H16 David Almén på 5:e plats

- **MÄSTARE** är en serie för juniorer, seniorer och veteraner, DH18-DH85, som omfattar de individuella DM-tävlingarna, sprint, medel, natt och lång. Att veteraner inkluderas är en nyhet för 2019.

Här segrade

1:a D35 Emelie Svalin

1:a H40 Robert Enbom

**KM Mästare:**

Årets KM tävlingar avgjordes med följande distanser, Natt KM på häxjakten och de övriga Sprint, Medel och Lång vid DM tävlingarna.

**Kritierier för att bli Klubbmästare:**

* Vuxna + Juniorer över 18 år och uppåt gäller minst 2 st startande och deltagande i huvudklass
* Ungdomar klasser 10 till 16 år minst 1 startande och deltagande i huvudklass.

**Klubbmästare 2019.**

**Natt KM**

H10 Johannes Andersson

D12 Linn Enbom

H12 Gabriel Hogedal

H14 Liam Hogedal

H16 David Almen

H45 Tommy Andersson

D55 Anette Falck Larsson

**Sprint KM**

D10 Elvira Åhlund

H10 Johannes Andersson

D12 Linn Enbom

H12 Nore Modén

D14 Maja Nyman

H14 Liam Hogedal

D40 Katarina Enbom

H45 Tommy Andersson

**Medel KM**

D10 Elvira Åhlund

H10 Johannes Andersson

D12 Linn Enbom

H12 Vilgot Åhlund

D14 Maja Nyman

H14 Liam Hogedal

D16 Mathilda Cederberg

H16 David Almén

D40 Katarina Enbom

H40 Tomas Johansson

D45 Inger Cederberg

**Lång KM**

D10 Elvira Åhlund

H10 Johannes Andersson

D12 Ida Andersson

H12 Vilgot Ålund

D14 Maja Nyman

H14 Liam Hogedal

D16 Mathilda Cederberg

H16 David Almén

D40 Katarina Enbom

D55 Britta Sahlin

H55 Peter Cederberg

**25 Manna**

Årets 25-mannatävling avgjordes i Västerhaninge. Göran Falck körde bussen under helgen. VSK hade ett lag på startlinjen som blev 152:a av 365 startande lag. Ungdomarna imponerade med säker och snabb orientering. Det blev en trevlig helg i Stockholm med boende på Zinkensdamm.

**Ursandsstafetten**

Ursandsstafetten startade upp på nytt i år efter några års vilande. Vi genomförde arrangemanget tillsammans med Friskis och Svettis i Vänersborg.

44 lag från västsverige kom till start och när klockan blev eftermiddag så kunde självaste Bert Karlsson dela ut priser till segrarna i de tre klasserna, i herrklassen vann” Team Lisch”, damklassen vanns av ”Vi som gjort det förut” och mixedklassen vanns av ”TIF friidrott Lag 3”. I mixedklassen kom VSK laget ”Skidstugans legender” på fjärde plats. ( Jenny Nyman, Johan Åhlund, Peter Westerberg, Lennart Nyman och Kristina Åhlund

**OL Träningar**

Klubben arrangerade ett flertal olika träningsarrangemang såsom t.ex., SAKO träningar, Veteran-OL, sommarsprint och helgläger för Klubbar.

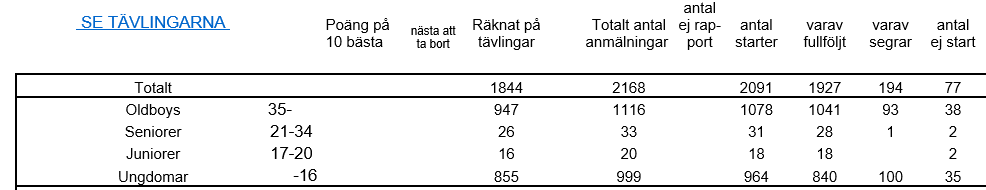
Under året 2019 var det många klubbar som var på läger i vår klubbstuga.

**Spinning Vintersäsongen 2018/2019**

Vi arrangerade totalt 10 st spinning pass hos STC i Vänersborg. Det var cirka 10-15 st deltagare per tillfälle.

**Årets vinnare av Älghornet**: Jenny Nyman

**Statistik för tävlingsåret 2019**



**PreO, årets summering av PreO**

**Kristihimmelfärdshelg** Uddevalla OK arrangerade en stor tävling med deltagare från hela Europa, inlånad banläggare var Michael Johansson.

**VM ,** Två veckor före VM kom Michael tvåa på Elittävling i Uppland efter norrman som senare på VM kom tvåa i öppna klassen. På VM i Portugal blev Michael 11:a första dagen och vann andra tävlingsdagen, detta betydde en sammanlagd tredje plats i Para och bronsmedalj, det var varmt, närmare 40 grader i skuggan. Tyvärr ställde inte Sverige upp i stafetten där det brukar gå bra, pga. sjukdomar på två tänkta deltagare.

**31 Augusti**  Tillbaka till Uppland och Nattävling, seger för Michael i elitklassen

**7 September** Klubben arrangerade på fm. DM i Skövde för VOF BDOF och GOF, Segrade på öppna DM gjorde Jens Andersson Kristinehamns OK, ensam med alla rätt. På eftermiddagen var det dags för Tempo runt en sjö nära Kärnsjukhuset, segrade gjorde Clara Jakobsson Tidaholm före Jens Andersson, sammanlagt hade 129 st anmält sig till dessa tävlingar, IF Hagen hjälpte oss med lokal som var Volvo:s och lånade ut sin Hagenstuga för övernattning.

**September** Runt Bollnäs i Hälsingland med Rehns BK som arrangör för fyra SM-tävlingar deltog Michael, Johan Johansson och Marcus Johansson. Värt att nämna var att Marcus tog sin första seger denna helg, I tempo i A-klassen, en övertygande seger med alla rätt och snabba svar, I Elitklassen blev det inga framskjutna placeringar för klubbens startande.

**Orienteringssektionen**

**Vänersborgs SK**