

# Verksamhetsberättelse

## Upplands Orienteringsförbund



2020



## Introduktion

Upplands Orienteringsförbunds styrelse avger härmed följande berättelse över verksamheten under förbundets 70:e verksamhetsår.

Årets berättelse beskriver ett märkligt år, med inställda tävlingar och träningar som en konsekvens av en pandemi. Inte minst kunde vi med stor bedrövelse konstatera att vårt hemma-oringen fick skjutas till en osäker framtid. När tävlingarna väl kom igång under säkra former insåg man snart att det inte bara varit skogen och dess kontroller som man saknat. Lika viktigt är den sociala samvaron, småpratet och allt det andra runt omkring själva orienteringen, men det fick gå på sparlåga då ingen längre fick hänga på arenan. Men samtidigt har vi orienterare ändå varit lyckosamma, om man nu kan säga så ett sånt här år, eftersom vi kunnat ha någon slags verksamhet.

För samtidigt som allt elände, som man helst vill glömma bort, så har intresset för att vara ute i skogen och leta kontroller kanske aldrig varit större i samhället. När alla vanliga aktiviteter försvann så fanns Hittaut och naturpass där som räddare i nöden. När man inte kunde åka till sommarstugan på Gotland eller till semesterorten utomlands så var det rekordmånga som valde orienteringen.

Uppfinningsrikedomen och samarbetet har också varit väldigt stort i våra klubbar, att hitta alternativ till alla inställda tävlingar. Helt plötsligt fanns det veckans banor lite varstans i länet, tack vare alla fantastiska eldsjälar i distriktets klubbar. Och till slut, det blev trots allt tävlingar även i Uppland och inte minst tre DM-tävlingar i orienteringslöpning och ett DM i mountainbikeorientering, lite med hjälp av våra grannar i norr. UOF riktar ett stort tack till alla påhittiga klubbar för ert engagemang.

## Övergripande Information

### UOF Styrelse 2020

Ordförande:	Peter Hambäck	Långhundra IF
Kassör:	Mats Wickbom	OK Linné
Sekreterare	Peter Sundgren	Vallentuna-Össeby OL
Informationsansvarig:	Charlotte Ihrfors	OK Linné
Arrangemangsansvarig:	Helena Ekbrink	IF Thor
Ungdomsansvarig:	Jenny Westerbergh	Rasbo IK
PreO:	Ola Jansson	Björklinge SOK

Styrelsen har under det gånga verksamhetsåret haft 8 protokollförda styrelsemöten, de flesta digitalt.

Förbundets 70:e årsmöte hölls onsdagen 4 mars i Uppsala, 17 delegater från 12 föreningar närvarade.

UOF:s planeringskonferens genomfördes digitalt den 21 november, med 38 deltagare från 10 klubbar

## Valberedning 2020

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

Sammanställande:	Birgitta Lindell	Långhundra IF
Ledamot:	Karolina Andersson	Länna IF
Ledamot:	Tommy Wåhlin	OK Enen
Ledamot:	Jan Nylund	OK Linné

## Revisorer 2020

Revisor:	Stig Roos	OK Linné
Revisor:	Berth-Arne Bengtsson	Långhundra IF
Revisorssuppleant:	Lennart Häggström	OK Linné

## Anslutna föreningar 2020

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

## Ungdomsverksamheten

Kommittén har under det gångna året haft följande sammansättning:

Jenny Westerberg	Rasbo IK (Sammanställande)
Patrik Lander	OK Enen
Per Jemth	IF Thor
Jonas Giding	Vallentuna-Össeby OL

Året började bra med en välbesökt vårupptakt i Sigtuna lördagen den 7 mars. Albin Ridefelt och Johanna Öberg hade lagt två träningar åt oss. Marie Lyckebäck m.fl. från Sigtuna OK höll i arrangemanget och även en femkamp mellan träningarna. Därefter kom pandemin som gjorde att vi inte kunde ha så mycket fler gemensamma aktiviteter under året.

## USM-truppen

USM-truppledarna gjorde ett bra jobb och lyckades ordna en del aktiviteter trots pandemin. I samband med vårupptakten hade de uppstart med övernattnings och träning även på söndagen. Under maj ordnades två träningsdagar, i Hammarskog och i Siggefora. Sedan ett USM-läger i Borlänge 22-23 augusti med 18 deltagande ungdomar. Och det blev även USM-tävlingar till slut, om än med ett annorlunda upplägg. Den 20 september arrangerades USM-lång i Huskvarna. USM-truppen hade en gemensam resa ner med övernattnings innan tävlingen, 17 ungdomar deltog. Den 17 oktober arrangerades USM-sprinten i Hofors. Även den blev välbesökt av Upplands ungdomar, även om varje klubb ordnade egen resa dit. Dagen efter sprinten arrangerades även en medeldistans utan USM-status. Många fina resultat och

placeringar att uppmärksamma lite extra är Edvin Nilssons, Långhundra IF, 8:e plats på USM-lång och 7:e plats på medeldistansen (H16), Johanna Roos, OK Linné, 8:e plats på USM-sprint samt på medeldistansen (D16), Elsa Hedin, OK Linné, 3:e plats på medeldistansen (D15) och Elise Magnusson, Sigtuna OK, som blev 10:a på medeldistansen (D15).

### Junior-gruppen

Juniorgruppen hade ett sommarläger på Södertörn 20-23 juli. Även de fick springa SM, medel och lång i Göteborg samt sprint i Örebro. På medeldistansen blev Erik Hannrup, IF Thor, 3:a (H20) och Hanna Jonsell, IF Thor, 9:a (D18). På långdistansen blev Lotta Weyhenmeyer, IF Thor, 9:a (D20), Erik Hannrup 3:a, Hanna Jonsell 5:a och David Melin, OK Rodhen, 10:a (H18). På sprinten blev Erik Hannrup 4:a och Emil Boström, OK Linné, 7:a (H18).

### Upplandscupfinalen

Den 3 oktober arrangerade Långhundra IF en tävling som kan vara ett nytt koncept för hur Upplandscupfinalen kan arrangeras i framtiden. Tävlingen var en lagtävling för ungdomar där hela laget sprang tillsammans i skogen men till viss del besökte olika kontroller. Ett koncept som byggde på bra samarbete mellan lagmedlemmarna och som uppskattades av de 9 lag som deltog.

### Arrangemang – Orienteringslöpning

Sammanställande	Helena Ekbrink	IF Thor
Tävlingssamordning	Anders Eriksson	OK Linné
Data/IT	Jonas Eriksson	Länna IF
Mark	Vakant	
Kartor	Niklas Aldén	OK Linné

### Tävlingar

Under 2020 har Uppländska klubbar arrangerat två nationella och en distriktstävling. Upplands OF har varit medarrangör vid två mästerskapstävlingar arrangerade av klubbar i Gästrikland. Arrangemangen har med gott resultat och på ett förtjänstfullt sätt genomförts pandemianpassat och smittsäkert. Distriktets övriga planerade nationella och mästerskapstävlingar har p.g.a. pandemin blivit inställda.

Distriktets klubbar har under året arrangerat 94 när- och 90 klubb tävlingar vilket är betydligt fler än under föregående år.

**Tabell 1: Nationella- och distriktstävlingar 2018**

Datum	Tävling	Arrangör	Typ	Distans	Totalt	Elit	Vuxna	Ungdom	Öppna
2020-09-05	Gåningsmyran + Källberga	OK Rodhen	Nat	Lång	232	0	134	49	49
2020-09-13	DM, medel, Uppland	Rånäs OK	Mäst	Medel	389	0	303	86	0
2020-10-03	Upplandscupfinal	Långhundra IF	Dist	Medel	41	0	0	41	0
2020-10-04	DM, sprint, Gästrikland + Uppland	Årsunda IF	Mäst	Sprint	73	0	51	22	0
2020-10-30	DM, natt, Gästrikland + Uppland	OK Hammaren	Mäst	Lång	26	0	18	4	4
				<b>Totalt</b>	<b>761</b>	<b>0</b>	<b>506</b>	<b>202</b>	<b>53</b>

## **Arrangemang - Motion/MTBO/SkidO/PreO**

### **SkidO**

Inga arrangemang har genomförts. Däremot kan man återfinna ett tiotal upplänningar i resultatlistor från tävlingar utanför distriktet. Främsta resultat kom på SM där David Melin från OK Rodhen som tävlar i H18 kom 5:a på sprinten och 6:a på långdistansen.

### **MTBO**

Arbetet med O-Ringen Uppsala har fortskridit. Under vår och sommar genomfördes provcyklingar av MTBO banorna. Detta pågick i flera månader och var ett bra sätt för arrangörerna att kunna njuta av mountainbikeorientering i avsaknad av andra aktiviteter. Framförallt under våren var det mycket folk i naturen, men framåt sommaren blev det mer folktomt som det vanligtvis blir här i Uppsala. Det var också en frodig sommar med lagom mycket regn och sol som har fått allt att växa - det var intressant att se den stora variationen mellan åren, speciellt om man jämför med sommaren 2018 som var extremt torr. Erfarenheterna från alla provcyklingar har tagits tillvara så att banor och kartor har kunnat finslipas. Kartor har framställts i Nåsten, Lunsen och i Stadsskogen. Även en MTBO-karta har framställts i Rasbo. Alla fem MTBO kartorna har godkänts för högsta nivå.

Under våren arrangerades en liten träning i Stadsskogen och Rasbo hade provkörning av O-Ringen banor med klubben. Mitt i sommaren på den dag när femte etappen på O-Ringen Uppsala ursprungligen skulle ha avgjorts ordnades provkörning av banorna för just femte etappen.

I början på hösten var Lars Pontén, IF Thor sammankallande i juryn på alla tre MTBO-SM och Magnus Blåudd, OK Rodhen var arrangörscoach på Medel och Sprint SM som arrangerades av Södertälje Nykvarn Orientering (SNO).

Säsongen avslutade med att OK Rodhen arrangerade MTBO tävling i Öregrund (24 oktober), som var DM för både Stockholm (109 startande) och Uppland (26 startande). Tävlingen fick uppmärksamhet med reportage i tidningarna UNT och Östra Uppland samt på Facebook. Helgen innan tävlingen ordnades möjlighet för träning i Östhammar.

### **Pre-O**

Inga arrangemang har genomförts.

### **Motions-OL**

Under året har det genomförts ca 50 träningar av 11 klubbar mestadels i form av veckans bana öppna för deltagare utanför klubbarna och annonserade på Eventor. Antalet starter är svårt att bedöma då de flesta arrangemangen inte krävde någon registrering. För etablerade motionsorienterare fyller träningarna sin funktion men de motionsorienteringarna som genomförts tidigare år har inte gått att genomföra. Det finns en hemsida Motionsorientering Uppland.

## Utbildning och klubbutveckling

### Projekt Norduppland

Som ett led i att stimulera verksamhet i Norduppland påbörjades en satsning för att utveckla verksamheten i Tierp, i samarbete med Tierps SOK. Ett planeringsmöte genomfördes i januari, och sedan rekryterades en projektledare, Emil Grehn, för att genomföra nybörjarkurser och träningar. Tyvärr blev året som det blev och det mesta fick skjutas framåt i tiden. Emellertid genomfördes en Bredd- och Motionsledarutbildning som en konsekvens av satsningen, och det gjordes ett försök till vuxennybörjarkurs i augusti.

### Utbildningar

En banläggningkurs under ledning av Andreas Hjertson OK Linné och Lars Forsberg Stockholms OF genomfördes 17-18 januari tillsammans med Stockholms OF på Biskops-Arnö. Från Uppland deltog 7 personer.

En banläggare/kartritar-kurs för ungdomar under ledning av Jonas Eklund OK Rodhen och Andreas Hjertson OK Linné genomfördes 7-9 februari i Alunda. Deltog gjorde 9 ungdomar. Kursen var planerad som en aktivitet inom Ungoteket, som blev pausad på grund av Covid.

En Bredd- och Motionsledarutbildning under ledning av Jessica Söllvander OK Rodhen och Göran Lundqvist Järfälla OK genomfördes 8-9 augusti i Länna. Deltog gjorde 5 personer från 4 klubbar.

### Ekonomi

Årets verksamhet har gett ett överskott på 91 711 kr, att jämföra med ett budgeterat underskott på 149 450 kr. Orsaken är utebliven verksamhet på grund av pandemin.

Med 989 795 kr i eget kapital är vår finansiella ställning fortsatt utomordentligt god. Det ger utrymme för såväl genomförande av en bred ordinarie verksamhet som framtida satsningar på speciella projekt.

<b>Intäkter</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>
Medlemsavgifter	24 000	<b>24 000</b>
SOFT-bidrag	237 430	<b>170 734</b>
Bidrag RF-SISU	38 289	<b>38 905</b>
Ränteintäkter	5 125	<b>5 170</b>
<b>Summa intäkter</b>	<b>304 844</b>	<b>238 809</b>
Övriga gemensamma kostnader	-16 466	<b>-10 050</b>
<b>Överskott verksamhet</b>	<b>288 438</b>	<b>228 759</b>
<b>Kostnader</b>		
Elit	-18 296	<b>0</b>
Ungdom/Junior	-244 437	<b>-83 742</b>
PreO/ SkidOL/MTBO	-1 398	<b>-8 210</b>
Teknik	-32 339	<b>-13 457</b>
Information	-269	<b>-269</b>
Ekonomi	-3 757	<b>-4 711</b>
Distriktsledare	-26 387	<b>-24 952</b>
<b>Summa kostnader</b>	<b>-327 513</b>	<b>-135 342</b>
<b>Årets verksamhet</b>	<b>-39 075</b>	<b>93 417</b>

Extraordinära poster	3 189	<b>-1 706</b>
<b>Årets resultat</b>	<b>-39 076</b>	<b>91 711</b>

**Balansräkning**

<b>Tillgångar</b>	2019-12-31	<b>2020-12-31</b>
Likvida medel	903 807	<b>981 818</b>
Fordringar medlemsklubbar	2 000	<b>5 000</b>
Övriga fordringar	0	<b>0</b>
Övriga tillgångar	9 403	<b>9 403</b>
S:a tillgångar	915 210	<b>997 221</b>

**Skulder och Eget kapital**

Kortfristiga skulder	10 867	<b>4 866</b>
Skulder medlemsklubbar	5 250	<b>500</b>
Stödföreningen	1 010	<b>2 060</b>
Eget kapital	933 969	<b>898 084</b>
Årets resultat	-35 886	<b>91 711</b>
S:a skulder och eget kapital	915 210	<b>997 221</b>

## Slutord

Verksamhetsåret 2020 har visat ett positivt ekonomiskt resultat, men nu lämnar vi året bakom oss och hoppas att verksamheten kan komma igång som vanligt under åtminstone senare delen av våren. Vi hoppas också att O-ringen blir möjligt att genomföra.

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 2021 kommer att prioriteras.

Styrelsen för Upplands Orienteringsförbund får härmed framföra ett stort tack till alla upplandsorienterare för att det trots allt blev många bra saker även 2020 och ser med förtröstan och nyfikenhet fram emot 2021.

Uppsala, 3 mars, 2021



---

*Peter Hambäck*

---

*Mats Wickbom*

---

*Peter Sundgren*

---

*Charlotte Ihrfors*

---

*Jenny Westerbergh*

---

*Ola Jansson*

---

*Helena Ekbrink*