

P-Pojkarnas träningsstatistik HÖSTEN 2011

Namn	Telefon	Pass	29/8	5/9	12/9	19/9	26/9	3/10	10/10	17/10	24/10	31/10	7/11	14/11	21/11	28/11	5/12	12/12	19/12	
Gunnarsson, Anders	SSOK		17	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Timmonen, Keijo		317 51	17	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Galic, Johann		0220-363 35	16	X	X	X	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lindgren, Otto	SSOK	0220-362 77	16	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	X	X	X	X	X	X
Bergstrand, Torbjörn	SSOK	0220-318 68, 021-322 35	15	X	-	X	X	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Gustavsson, Andreas			15	X	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-	X
Nordling, Christer	SSOK	0220-332 85	15	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-	X	X	X
Trollvad, Lennart	SSOK	0220-331 62, 0708-115 4	15	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-	X	X	X	X	X	X	X
Forsberg, Thomas	SSOK		14	X	X	X	X	-	X	X	X	X	X	X	X	X	-	-	-	X
Bjurstedt, Stefan	HOK	070-345 44 92	13	X	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-
Forsberg-Högfelt, Katarina	SSOK		13	X	X	X	X	-	-	X	X	X	X	X	X	X	-	-	-	X
Lindberg, Magnus Västerås	VR	021-	13	X	-	X	X	X	-	X	X	X	-	X	X	X	X	X	X	-
Runnéus, Ingrid	SSOK	0220-331 67	12	X	-	X	X	X	X	X	X	-	X	-	X	-	-	-	X	X
Hedberg, Lars		0220-333 09	11	-	X	-	X	X	X	X	X	X	X	-	-	X	X	-	-	-
Eriksson, Anders	SSOK	0220-338 14	10	-	X	X	X	X	-	X	X	X	-	X	X	-	-	-	-	X
Selarö, Daniel	SSOK		10	-	-	-	-	-	X	X	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X
Hansson, Karin	SSOK		8	-	-	X	X	X	X	-	-	-	X	-	-	X	X	X	-	-
Trollvad, Håkan	SSOK	0220-305 36, 021-782 15	8	-	-	-	X	X	X	X	-	-	X	-	-	X	X	-	-	X
Galín, Anders	SSOK		7	-	-	-	-	-	X	-	-	-	X	X	X	X	-	-	-	X
Skalberg, Hans-Erik	VSOK		7	-	-	-	-	-	X	X	X	X	X	X	-	-	-	-	-	-
Jakobsson, Lars	VSOK		6	X	-	-	-	-	-	X	X	-	-	X	X	X	-	-	-	-
Wallinder, Tomas	SSOK		6	X	X	X	X	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Eriksson, Johan	SSOK		5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	-	X	X	X	-	-
Gunnarsson, John	SSOK		4	-	-	-	-	-	-	X	X	X	-	-	-	X	-	-	-	-
Gustavsson, Johan			4	X	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	-	X	-	-	-	-
Henning, Robin	RCK		4	-	-	-	-	-	-	X	-	X	-	-	-	-	X	-	-	X
Jansson, Eivind	Västerås		4	-	-	-	-	-	X	-	-	-	X	-	-	-	-	X	-	X
Johannisson, Hasse		0220-260 80	4	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X	X	-	-	-	-	X
Hansson, Leon	SSOK		3	X	-	X	-	-	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nordlander, Tobias			3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	-	-	X
Savander, Tomas	Västerås		3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-	X	-	X
Leidenhag, Thomas	Västerås		2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X	-	-	-	-	-
Andersson, Tony	Citywolfs		1	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Erneby, Robin	SSOK		1	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Granath, Olle	SSOK	0220-309 78	1	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hermans, Steve	SSOK		1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-
Jansson, Magnus	Kvicksund		1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-
Lindgren, Niklas	Linköping	013-122 177	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-
Thornell, Joakim	SSOK	0220-331 62	1	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Utter, Mikael	VSOK		1	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ahlkvist, Urban	SSOK	0220-304 79	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ahlstrand, Håkan		0220-351 23	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Backlund, Emil	DOL		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Berg, Leif			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Bergman, Jan-Olov	VSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Bergman, Olle EOL			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Billy			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Broliden, Johan		0220-319 38	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Degermark, Mats	Västerås		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ehn , Daniel	SSOK	0220-359 38	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ekman, Harry	SSOK	0220-330 38	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ericsson, Anders, Västerås			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Eriksson, Kent		0220-361 64	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Eriksson, Andreas	VSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Evers, Anna	Västerås		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Fallqvist, Lars		0220-337 73	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Forsberg, Peter		0220-360 76	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Franzén, Jonas			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gabrielsson, Jonas			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Göran Gustafsson			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hansson, Gunnar	SSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hasler, Lars-Erik "Larre"	SSOK	0220-303 88	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hellberg, Dolwai	SSOK	0220-305 36	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hellberg, Perry	SSOK	0220-336 14	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Henriksen, Bernt	SSOK	0220-367 18	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Henriksen, Björn		0220-367 18	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hiromi "Sukiyaki" Japanska	SSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Jacobs, Tinne			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Jakobsson, Daniel	SSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Jakobsson, Jesper			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johannesson, Andreas - "V"	VSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johansson, Fredrik		0220-363 86, 109 05	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johansson, Lasse	SSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johansson, Leif	SSOK	0220-363 86, 109 05	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johansson, Per		0220-371 17	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johansson, Stefan			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Johansson, Ulf	Timrå SC	0220-303 50	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Jonsson, Tomas			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kangas, Patrik	VSOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Karlsson, Rolf		0220-318 48	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Karlsson, Ulf			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Klemola, Asko		0220-335 13	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kobayashi, Tatsuro	SSOK	0706-172 674	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kraft, Peter	HOK		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kujula, Sakari		0220-314 02	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Laiholampi, Jorma		0220-339 11	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lampinen, Göran E-Tuna			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Larsson, Anette Västerås			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Larsson, Henrik			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Larsson, Jukka			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Larsson, Peter			0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Larsson, Åke	OKH	0220-164 02	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lenasson, Carl-Gustav		070-319 45 30	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

P-Pojkarnas träningsstatistik HÖSTEN 2011

Lillberg, Göran	021-530 65	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lillberg, Håkan	021-530 26	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lindgren, Stefan	0220-335 40, 303 29	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lindgren, Sören Västerås		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ludén, Kjell	021-842 430	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lundberg, Mats	Dalaporten	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lundberg, Peter	VSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lundgren, Håkan	0220-317 47	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lärka, Jenny		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Malmeström, Björn	0737-852 196	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Malmeström, Magnus	0220-335 65	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Malmgren, Roger	SSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Marcus - Västerås		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Modig, Erik		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Munktelius, Gunnar	SSOK 0220-371 17	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Neuman, Christer	SSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nordin, Roger	SSOK 0220-369 70	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Näslund, Calle	0220-317 79	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Paananen, Mikko	SSOK 0220-313 03	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Palm, Robert	VSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pettersson, Claes	VSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pettersson, Juha	SSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Regborn, Carina	0220-338 42	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Regborn, Martin		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Renell, Bo (f d Svensson)	SSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Runnérus, Mikael		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
S..., Bogdan		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sandberg, Anders	021-133 446	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Shimik, Sara		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Smevold, Anders		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Smevold, Sverre		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Stockmayer, Michael		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Svetsnow, Magnus		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Thornell, Magnus	SSOK 021-187 914	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Thornell, Peter "Bella"	VSOK 0220-315 31	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Thorsell, Janne	0220-361 62	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Thunberg, Tommy	VSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Torssander, Erik	0220-358 98	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Trollvad, Henrik	SSOK 0220-305 62	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Trollvad, Mats	SSOK 0220-312 10	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Trollvad, Mikael	SSOK 0220-312 10	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Venngren, Conny	0220-312 97	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Wiklund, Åsa	VSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Zettergren, Mattias		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Zetterkvist, Jonas	VSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Öhlèn, Ingrid	SSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Öhlén, Viktor	SSOK	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Öhling, Tommy	Ärla IF	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Östergren, Clara		0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Östergren, Johan	SSOK 0220-334 29	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Antal pers ej tränat			97																	
Antal pers tränat			40																	
Summa perspass			308	18	11	18	16	15	21	20	20	18	19	23	19	20	20	16	14	20
Antal tillfällen			17	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Snitt Antal/tillfälle			18,12	18,0	14,5	15,7	15,8	15,6	16,5	17,0	17,4	17,4	17,6	18,1	18,2	18,3	18,4	18,3	18,0	18,1
Summa ackumulerat				18	29	47	63	78	99	119	139	157	176	199	218	238	258	274	288	308
Tot pass/Tot ant pers!			7,70																	
Christers önskemål! Ligger man över detta snitt är det bra!																				
Löpt distans			11	10	9,5	11	9	9	9	9	8,5	8,5	8	8,7	10,2	10,2	10	10,5	9	
Löptid			95	90	78	97	90	80	78	82	82	82	65	83	93	93	80	94	95	
Total löpsträcka alla pass			11	21	30,5	42	51	59,5	69	77,5	86	94,5	102,5	111,2	121,4	131,6	141,6	152,1	161,1	
Snittlängd/pass			11	10,5	10,2	10	10	9,92	9,8	9,69	9,556	9,45	9,318	9,267	9,338	9,4	9,44	9,5063	9,47647	
Total löptid alla pass			95	185	263	360	450	530	608	690	772	854	919	1002	1095	1188	1268	1362	1457	
Snittid/pass			95	92,5	87,7	90	90	88,3	87	86,3	85,78	85,4	83,55	83,5	84,23	84,86	84,53	85,125	85,7059	

2011-08-29	Höststart från Gläpenbadet. 18 personer dök upp!
	Rundan "råkade blir runt 11 km och tog ca 95 minuter."
	Fint väder och pannlampsfritt!
	Gott om svamp fanns det i skogen och Walle sprang fort och plockade svamp växelvis!
	I skogen fanns även svamplockare "Håtro" som kommenterade några löpare!
2011-09-05	Från Paradiset vid Gläpen.
	11 personer dök upp i värsta regnovädret.
	Vi märkte direkt att det skulle bli ganska mörkt i skogen så den planerade rutten fick läggas om.
	Efter en stund ändrade vi till Gläpen Runt bakvägen = sista 2-3 km på grusväg.
	Tur att vi gjorde så för det blev ganska mörkt på slutet.
	Årets sista runda helt utan pannlampa.
	Lasse Hedberg gör comeback - kul!
2011-09-12	Från Letro Sport där vi blev 18 st igen!
	Debut av Karin Hansson och Robin Erneby.
	Båda skötte sig bra och hängde med utan problem!
	Efterlängtat comeback av Olle som varit skadad länge - han orkade bra som tidigare!
	Vi tog en tur upp mot Täktenberget och tillbaka.
	Bra väder men lamporna behövdes på slutet av rundan!
2011-09-19	Från Paradiset Gläpen dit 16 personer infann sig.
	Vi invigde 3-4 km nya stigar stråk som Ingrid fick smaka ppå veckan före - den s k Route 50-leden!
	Rundan var ganska långh men kunde kortas av vilket också några gjorde.
	Till slut var vi 9 kvar där den sista nyröjda stigen skulle testas norr om Gläpen.
	Efter allt regnande var det rejält blött i skogen så det plaskade bra emellanåt!
	"Plask & lek" för vuxna.

P-Pojkarnas träningsstatistik HÖSTEN 2011

	Pannlampa behövdes nu på en stor del av rundan.PPÖJkv00
2011-09-26	Från Vägörgreningen ca 2 km N Hundklubben. Terrängbanans NÖ del.
2011-10-03	Från Paradiset vid Glåpen. 9 km på ca 80 minuter 21 pers och rekord för ihösten 2011. 2 nybörjare kom med som klarade rundan bra! Rundan gick upp öster om sjön och över några berg norr om Glåpen. Tillbakavägen gick på den nyröjda stigen norr om sjön. Inga lamphaverier.
2011-10-10	Från Paradiset Glåpen. 20 personer anslöt. Det blev en tur förbi Glåpenbadet och upp över sedvanliga berget till upplaget nedanför stora berget. Här blev det ändring av rutten p g a vildsvinsjakt i nattmörkret! Ett antal jägare hade placerat sig där och på andra plaster där rutten var tänkt! Till slut var vi tillbaks och det blev ändå 9 km på ca 78 minuter. Ganska blött bitvis men i plusgrader.
2011-10-17	Start från golfbanans parkering. 20 personer varav 2 tjejer dök upp. 9 av de 20 från Västerås! Kvällens tur gick på hållmarkerna runt Lindmursspåren. Vi lyckades hitta bra passager över myrarna. Ett tag var vi lite "vilse" då linjen följdes åt fel håll! Det stämde "ganska" bra vilket är de luriga med Lindmursområdet. Till slut informerades en kartsäker Utter vad vi gkort för fel. Alla verkade ganska pigga trots löpning 80 min. Inga pannlampshaverier.
2011-10-24	
2011-10-31	Start från golfbanans parkering och 19 st varav 1 tjej. Stefan lotsade gänget säkert runt i skogarna runt Lindmurtsspåren då Letro var på träningsläger.
2011-11-07	Start vi Paradiset Glåpen. 23 st varav 2 tjejer. Mest stig samt lite skog öster och SO om Paradiset. 2 st nya Thomas dök upp i mörkret. Taotalt var det 3 st Thomas på denna runda!
2011-11-14	Start från golfbanans parkering. 19 st varav 1 tjej. Vi körde norrut förbi starten på terrängbanan och terrängbanan vidare norrut. Vid gränsen fortsatte vi söderut och mot Lindmursspåren. Spåren korsades/följdes ned mot parkeringen. 5 checkpoints. Ca 2 plus, snöfritt och ganska blött i skogen.
2011-11-21	Start från Paradiset Glåpen. Ca 5 plusgrader och blött i markerna. 20 st varav 2 nya förmågor . 3 tjejer. 10,2 km på ca 93 minuter. Vi körde stigen NO mot vägslutet sedan stigen mot badet och vidare upp mot Nybygget. Sedan lite norrut på vägen och västerut över ett bergsparti mot stigsystemet i NV. Stigen ned mot "stora berget" och lilla bergskammen därefter vägen mot Mötet. Från Mötet kunde man välja fuktiga eller blöta stigen och de flesta valde blöta stigen. Det var mycket blött bitvis - ca 2-3 dm ibland men även torrt. Från badet den vanliga stigen efter sjökanten där det var lite lerigt, ibland jävligt blött men även torrt och fint!
2011-11-28	Start från Letro Sport. 20 personer varav 2 tjejer. Ca 10 km 97 min. Ut genom reservhålet i staketet och stigarna upp mot Åberget. Efter Åberget runt lilla torvmossen och bort mot Stentorpet sedan åter mpt väster. Söder om myrdraget och upp mot jägarnas koja vid skjutbanaevägen. Här hade vi varit ute 67 min redan.... Sedan ganska bra fart på stigarna mot sydväst och ned mot tunneln och stigarna mot Letro. Ca 2 plsgrader snöfritt men det började frysa på lite mot slutet.
2011-12-05	Start mastvägen/Bruksleden 1 km N golfbanan. 16 man varav 1 tjej. Snitt 18,3 Vi körde Stingeberget Runt via Rövalleskojan 9 km blev ca 10 km p g a lite fellöpning. Ca 80 min. Vid starten började det snöa lite som sedan upphörde. En del spångar på leden var täckta med is/vatten.... En fin runda som rekommenderas. "Honungs-Tobbe" imponerade genom att springa till starten hemifrån - ca 2 km extra! Anders Gunarsson och Keijo i topp med samtliga 15 rundor! Andreas, Johann och Otto har sedan 14 av 15.
2011-12-12	Start Paradiset Glåpen. 14 personer varav 1 tjej dök upp. Nollgradigt och 5 cm snöblask på marken dvs vidigare förhållanden finns väl knappast? Vid tog den långa "torrare" stigen till Glåpenbadet via Nybygget till upplagsplatsen nedanför stora berget. Vidare upp mot NV där vi hittade en ny "fin" djurstig som kräver lite röjsåg för att bli fin att löpa på. Sedan fina stigen ned och upp över storberget, via Larsbo, Mötet, badet och "torra" stigen. Årets näst sista runda. Anders G och Keijo fortfarande i topp - nu med 16 av a6 pass!
2011-12-19	Start från golfbanans parkering. Rundan gick österut och ned öster om Täktenberget. Vid jaktkojan söder om skjutbanaevägen serverades varm glögg. 5-10 cm snö låg i skogen och gjorde det halt bitvis. Slutet på rundan gick över golfbanan och sedan via Lindmursspåren.