



VERKSAMHETSPLAN 2020 MULLSJÖ SKID- OCH ORIENTERINGSKLUBB

LÖPSEKTIONEN

- Organiserad träning tisdagar och övrig träning via sms-grupp
- Deltagande DM tävlingar – mål att ta 5 medaljer under året
- Försöka samordna för DM-tävlingarna och betala anmälan för medlemmar
- Träningsstävling runt Mullsjö mars
- Midsommaraftonsrunda x-trail banan
- Mullsjö x-trail ½marathon 29 augusti
- Klubbmästerskap terräng oktober
- Nyårsrundan december
- Ta fram löpkollektion kläder

MÅNGKAMPSKOMMITTÉN

- Fortsätta och utveckla ungdomsverksamheten
- Erbjudas laserskytte i samband med minst 2 st skidtävlingar i vinter
- Delta i SM och svenska cupen i OL-skytte
- Delta och verka för att det ska genomföras DM i distriktet
- OL-skytte
- Fortsatt samarbete med Mullsjö Skytteförening
- Ha någon deltagare på OL- /springskytteläger
- Ha medlemmar uttagna i Landslaget
- Medlemmar med på VM i Tjeckien och World cup

ORIENTERINGSSEKTIONEN

- Träningsverksamhet för alla åldrar
- Nybörjargrupp för ålder 7 – 10 år
- Erbjudas träning anpassad för ålder 11 – 16 år
- Verka för att ungdomar och juniorer kan åka läger på olika nivåer
- Delta i aktiviteter i kretsen, i Skaraborg och i Västergötland
- Delta i tävlingsverksamhet på olika nivåer
- Ambition att ha lag i stora stafetter (10-mila Ungdomskavel, U10mila, 25-manna och SM-stafett)
- Delta med eget lag i 25-manna i oktober

- Arrangera en dubbeltävling, inklusive Skaraborgsmästerskap Sprint 23/5, ungdomstävling 5/5 (första delen i vårcupen) och kretsmästerskap lång 25/8.
- Arrangera träningstävling, "Skaraborg by night", i november
- Hålla kartor uppdaterade. Förbereda för dubbeltävling 2021
- Arrangera Naturpasset i samarbete med Friluftsförbundet

SKIDSEKTIONEN

- Konstsnöstillverkning genomförs om vädret tillåter.
- Mullsjö SOK planerar att genomföra: Zontävling för ungdomar i södra vätterbygden. Stråkenloppet 42 km som är ett seedningsgrundande långlopp inför Vasaloppet. Mullsjöskejten en kvällstävling för alla åldrar med individuell start där längsta sträckan är 13 km.
- Under tisdagskvällarna i januari och februari ska träning/teknikträning hållas för målgruppen barn och ungdomar.
- Vasaloppet- och Öppetspårresorna 2020 är planerade och ska genomföras.
- Strax innan jul 2020 planeras ett skidlager för alla åldrar och nivåer.
- MSOK-skidåkare förväntas delta på ungdomstävlingar, mästerskap, tävlingar/långlopp och Vasaloppet.

SPÅRKOMMITTÉN

Målsättningen är att under året, inom befintlig budget ...

- Underhålla o röja berörda spår
- Ta bort alt fylla upp runt stenar på konstsnöbanan vilka i dag utgör problem vid pistning
- Underhålla konstsnöanläggningen genom att bl.a. flytta böjda rör till mindre känsliga ställen samt ev. ändra rördragning på BG-rundan.
- Om möjligt höja del av marken, ca 100 kvm, för att om möjligt eliminera "sjön" på gärdet då det är blött alt. dränera.
- Göra i ordning husvagnen till tidtagningsvagn.
- Skapa en portabel informationstavla över skidspåren (vintertid)
- Byta hängkabel mot markkabel på den del av extraslingan där kabeln inte är nergrävd