

Juli | 2019 | Nr. 3

Våren och sommaren har så här långt bjudit på omväxlande väderförhållanden! Om växlingarna är utslag av "normala" förändringar i väderleken över perioder på några årtionden tvistar både allmänhet och experter om; de s k "klimatalarmisterna" talar om bestående klimatförändringar orsakade av människosläktet medan "klimat-förändringsförnekarna" hävdar att oron för klimatförändringar är högst överdriven. Vad som är sanning vet ingen med säkerhet!

Hur som helst har våren och försommaren gett oss både kortare perioder av för årstiden ovanlig värme men också kortare kallperioder under senare halvan av maj och början av juni som upplevts som mer ovanliga så här års. Från **lantbruket** har dock rapporterats om goda vallskördar över stora delar av landet så här långt vilket ju är ett positivt tecken!

Förra årets **Stockholm Maraton** gick i olidlig värme, i år var väderförhållandena betydligt gynnsammare och Nigussie Sahlesilassie från Etiopien satte nytt banrekord med 2:10:10! Det är fantastiska långdistanslöpare dessa nordostafrikaner!

Orienteringssåsongen på elitnivå började bra för svensk del då Tove Alexandersson och Gustaf Bergman båda vann sina elitklasser på långdistans vid World Cup-premiären den 9 juni i Helsingfors.

Den 10 juni fick det svenska **herrlaget i fotboll** se sig besegrade av Spanien med 3-0 och den 11 juni var det så dags för det **svenska damlaget** att ta sig an Chile nere vid VM i Frankrike. Där blev det dessbättre seger med 2-0. På söndag 16 juni mötte våra damer Thailand och på torsdagen 20 juni USA. När nyhetsbladet är ute väntar semifinal för det svenska damlaget efter att ha besegrat Tyskland i kvartsfinalen.



Årsmöte 2019

Årsmötet anordnas stadgeenligt första lördagen i september som detta år infaller den 7 september. Årsmötet genomförs liksom förra året i MoraParken med insläpp och registrering 11:30 - 12:30. Kollektionen av profilkläder kommer att finnas på plats för provning och beställning.

Program

11:30-12:30	Incheckning
12:30-13:30	Lunch
13:30-15:30	Årsmöte, medalj- och diplomutdelning. Föreläsning av Mattias Svahn
15:30-16:30	Paus och kaffe
16:30-16:45	Gruppfotografering
18:30-20:30	Middag
20:30-23:30	Dansmusik till No Name Band med uppträdande kl 21 av Billy Opel

Priser

Veteraner	450 kr
Nya Veteraner	300 kr
Medföljande	450 kr

Anmälan

Anmälan senast 2019-08-23 till Anders Bergh
info@vasaloppet.se eller
tel 0250-392 00, mån-fre 10-15

Betalning

På plats, kontant eller kort

Logi

Bokas direkt hos MoraParken på tel 0250 - 276 00. Rabatt 10% på ordinarie pris för VL-veteraner enligt avtal med Grönklittsgruppen/MoraParken, anges vid bokning.

Välkomna!

Idrottsmedicinsk föreläsning på Mora Parken

Torsdag den 8 augusti arrangerar Veteranlubben och Vasaloppet en idrottsmedicinsk föreläsning i Mora Parken kring temat förmaksflimmer och konditionsidrott. Föreläsningen pågår kl 18:00 - 19:30 och det bjuds på en enklare förtäring. Medverkande är Ulf Hållmarker som är överläkare på Medicinska kliniken Mora Lasarett och tävlingsläkare i Vasaloppet, Anders Englund som är hjärtspecialist vid Arytmicenter Stockholm samt Vasaloppsåkare Henrik Eriksson som är tidigare elitskidåkare och vinnare i Vasaloppet 2001, numera frisk elitmotionär. Sem mer info på sid 8.

INBJUDAN

Idrottsmedicinsk föreläsning
Mora Parken 8 augusti 18.00

Välkomna till en idrottsmedicinsk föreläsning i Mora Parken kring temat förmaksflimmer och konditionsidrott. Föreläsningen pågår kl 18:00 - 19:30 och det bjuds på en enklare förtäring.

Medverkande

Ulf Hållmarker	Övertikare på Medicinska kliniken Mora Lasarett och tävlingsläkare i Vasaloppet.
Anders Englund	Hjärtspecialist Arytmicenter Stockholm och Vasaloppsåkare.
Henrik Eriksson	Tidigare elitskidåkare och vinnare i Vasaloppet 2001, numera frisk elitmotionär.

Agenda

- Trettio års erfarenhet av medicinskt arbete med Vasaloppet
- Vad är förmaksflimmer?
- Är det farligt att träna med förmaksflimmer?
- Hur utreds och behandlas förmaksflimmer?
- Att drabbas av förmaksflimmer som elitidrottare
- Frågestund

Arrangörer

Vasaloppet
VD: Eva Lena Frick

Vasaloppets Veteranklubb
Ordförande: Lennarth Larsson

Vasaloppets Veteranklubb | VASALOPPET

Se inbjudan sid 7

Resa till Torsby för Vasaloppsveteranerna och medföljande

Fredagen den 6 september, d v s dagen före årsmötet i Mora, anordnas en resa till Torsby Skidtunnel & Sportcenter = "Skidtunneln i Torsby". Se vidare i Madshus och Swix program i nyhetsbrevet om utprovning av utrustning, rådgivning samt inköp till reducerade priser.

Avresan sker från MoraParken kl. 07:00 med beräknad ankomst Torsby kl. 09:30. Fikapaus blir på morgonen i närheten av Lisskog-såsen.

Åkning i skidtunneln

Varje anmäld kan med fördel ta med egen skidutrustning för åkning i skidtunneln fram till kl.12:30 och därefter ombyte och lunchbuffé på Valbergsängens Sporthotell.

Föreläsning

Efter lunchen kl. 14:00 får vi en timmes föreläsning och praktisk genomgång av Råland Stridh på Torsbys testlabb i närheten av tunneln som handlar om goda råd inför träning och tävling.

Dagen avslutas med fika och avresan sker från Torsby senast kl. 16:00.

Anmälan

Välkommen med Din anmälan till Anders Bergh info@vasaloppet.se eller 0250-392 00 senast den 23 augusti.

Först till kvarn gäller tills vi fyllt en buss på maximalt 78 personer.

Pris

Priset är 550 kr/passagerare och inkluderar resa, fika efter vägen, skidåkning i tunneln, Madshus och Swix medverkan, lunchbuffé samt föreläsning av Råland Stridh och eftermiddagsfika.

INBJUDAN

Träff med MADSHUS och SWIX
Torsby Skidtunnel 6 sept 2019

Ta chansen att prova de nya produkterna på snö och samtidigt erhålla rådgivning av experter - allt för att optimera er beställning inför säsongen 19/20! Vasaloppets Veteraner samt medföljande är välkomna till Torsby Skidtunnel för test av kommande säsongens nyheter från Swix (stavar) och Madshus (skidor, pjäxor och Move bindningar).

Tester av olika modeller

Vi kommer att stå uppställda i Torsby Skidtunnel för test från kl 09:45 fredagen den 6 september. Vi delar in två grupper där varje har möjlighet till test under en timme, kl. 10:30 och kl. 11:30. Ni kommer ha möjlighet att prova flera olika modeller/längder och spår.

Produkter till reducerade priser

Beställning av produkter till reducerade priser kan göras mellan kl. 12:00-15:00. Leveransställe (butik) bestäms vid beställningstillfället av respektive beställare. Vi från Madshus och Swix finns på plats för att svara på frågor och hjälpa er att fylla i specifikationer m.m.

Årsmöte Mora 7 september

Veteranerna/medföljare har också möjlighet att beställa produkter till reducerade priser under årsmötet i Mora Parken den 7 september. Vi kommer inte att finnas på plats med representanter eller produkter men beställningsblanketter, kataloger och produkter presenteras. Möjlighet till kassa med oss finns via telefon för rådgivning och vägledning inför beställningen.

Välkomna till evenemanget i Torsby tillsammans med Madshus och Swix!
Se särskild anmälan i nyhetsbrevet.

John Wilkman, Per Gustafsson och Niclas Jacobsson

MADSHUS | SWIX | Vasaloppets Veteranklubb | VASALOPPET

Se inbjudan sid 8

MTB-tur i Mora

För den VL-veteran som befinner sig i Mora på fredag men som inte har möjlighet att åka med till Torsby finns alternativet att komma ut på en MTB-tur längs Vasaloppspåret, se sid 3.

Klarälvsloppet 2019

Klarälvsloppet på rullskidor går av stapeln 21-22 september och är seedningsgrundande för start i Vasaloppet!



Nio mil härlig stakning från Hagfors till Karlstad

Klarälvsvägen skär rakt igenom det värmländska landskapet med älven som närmsta granne – nio mil asfalterad naturupplevelse! Här går Sveriges längsta rullskidlopp – en utmaning för såväl motionärer som elit. En perfekt upptakt för alla som satsar mot vinterns lopp. Dessutom är det seedningsgrundande för Vasaloppet.

Nyhet – 21K

Vill du ta det lite lugnare (i varje fall en kortare distans) så kan du även välja att starta i Forshaga och åka 21 km. Loppet går i klassisk stil och välkomnar såväl elit som motionärer och nybörjare. Och allt avslutas med ett riktigt After-Racekalas i centrala Karlstad.

10% rabatt till Vasaloppets Veteranklubb

Naturligtvis vill vi ha så många som möjligt av Veteranklubbens medlemmar på startlinjen den 22 september, därför ger vi 10 % rabatt på startavgiften.

Boka på klaralvsloppet.se och ange koden **Veteran2019** vid betalning så dras rabatten av. Kom även ihåg att boka buss till starten och boende på samma sida klaralvsloppet.se



MTB i Vasaloppsspåret

På fredagen före årsmötet tar styrelseledamoten 819 Bosse Wallin med intresserade på en liten MTB-tripp längs Vasaloppsspåret. Cykelturen börjar 10:00 vid MoraParken och sedan cyklar deltagarna längs Vasaloppsspåret till lämplig vändpunkt. Turen avslutas med gemensam lunch på MoraParken. Egen cykel gäller för turen, men det finns fyra cyklar på MoraParken att hyra; 1 st storlek L, 2 st storlek M och 1 st storlek S. Boka direkt hos MoraParken 0250-276 00.

Anmälan till Bosse Wallin tel. 070 – 522 41 32 eller bosse.wallin@gmail.com senast torsdag 2019-09-05.



Följ med PWT Travel som för 15:e gången arrangerar resa till Vasaloppet China och nu med specialpris för Vasaloppsveteraner och medföljande. En kombination av skidåkning, spännande kultur, intressanta utflykter och underbar mat.

Vasaloppsveteranernas specialresa "Vasaloppet China" 1-8* januari



Se inbjudan sid 5!

Vasaloppets sommarvecka 9-17 aug

Cyklingen står på programmet under sommarveckans första helg och den inleds på fredag den 9 augusti med det korta inbjudningsloppet Cykelvasasprinten (1 km) vid Lindvallen i Sälen. Löpningens lopp genomförs under sommarveckans andra helg. Både Ultravasan 45 och Ultravasan 90 genomförs på lördagen den 17 augusti. Närmare detaljer går att finna på Vasaloppets egen hemsida.

www.vasaloppet.se



Anmälan och rabatterade priser för Vasaloppsveteraner Vasaloppesveckan 2020

(åkare som genomfört 30 år i Vasaloppet och/eller Öppet Spår)

Anmälan till Vasaloppet skall göras före den 31/12-2019. Vi på Vasaloppet har 300 st platser bokade för Veteraner till Vasaloppet 2020. Vet du att du ska åka, är det bra med en tidig anmälan.

Anmälan

Ni veteraner kan anmäla er på tre olika sätt. Er anmälan är personlig och kan inte överlåtas eller säljas vidare till någon annan.

1. Gå in på www.vasaloppet.se och gå in på **Anmälan/ Mina sidor**. Logga in med ditt användarkonto, välj lopp, följ instruktionerna, när du får frågan om kampanjkod, ange koden som du fått mailat i nyhetsbrevet. Gå vidare till betalning med kort eller internetbank (denna kod använder ni även till Öppet Spår måndag, som då ger er en fri start).
2. Ni anmäler er genom att betala in avgiften på **pg 1922-4**, Vasaloppsföreningen Sälen-Mora. Där anger ni vilket lopp ni ska åka, namn, personnr och klubb.
3. När ni skall anmäla er till ett lopp som är fritt (31: a, 41: a loppet och 50:e loppet eller fler.) Anmäler er genom att skicka ett mail till info@vasaloppet.se med samma uppgifter som ovan, eller ring **0250-392 00** och välj Vasaloppet.

Anmälningsavgifter för veteran till Vasaloppets vintervecka 2020

KortVasan 21/2	310 kr
TjejVasan 22/2	430 kr
Öppet Spår söndag 23/2	645 kr
Öppet Spår måndag 24/2	Fri start
HalvVasan 25/2	410 kr
Vasaloppet 1/3	895 kr

Fria starter

För nya veteraner gäller fri start till det 31: a loppet. De som åkt sitt 40:e lopp åker fritt 41: a loppet i Vasaloppet 1/3 eller Öppet Spår söndag 23/2. För de som ska åka sitt 50:e lopp gäller fri start i 50:e loppet. När du åkt 50 lopp så har man fri start i alla lopp framöver.

Försäkring Startklar

Ni kan även teckna en försäkring i samband med anmälan, den heter Folksam's Motionslopps-försäkring bas. Det är en sjuk och olycksfalls-försäkring, kostar 155 kr per år. Folksam Motionslopps-försäkring stor, kostar 275 kr. Försäkringen gäller mot uppvisande av läkarintyg, detta skickas till Folksam som betalar tillbaka anmälningsavgiften om Du är förhindrad att starta.

Vasaloppsveteranernas specialresa 1-8* januari:

Vasaloppet China - ett mäktigt skidlopp



PWT travel

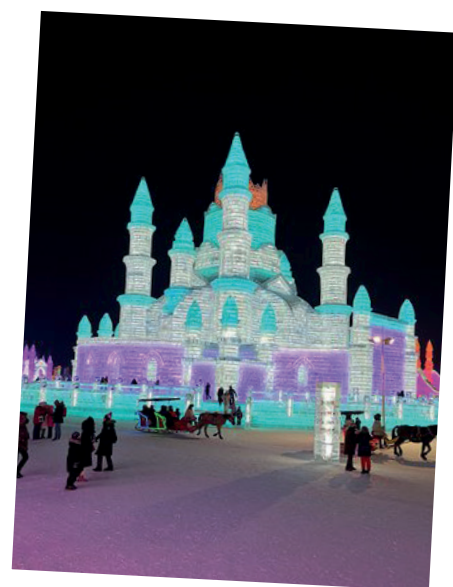


* eller längre resa till 10 januari

Följ med PWT Travel som för 15:e gången arrangerar resa till Vasaloppet China och nu med specialpris för Vasaloppsveteraner och medföljande. En kombination av skidåkning, spännande kultur, intressanta utflykter och underbar mat.

Programmet

- 1 januari** Avresa från Stockholm (andra avreseorter på förfrågan).
- 2 januari** Ankommer till Beijing och byte till inrikesflyget till Changchun. Samt incheckning på Sheraton Hotel i Changchun.
- 3 januari** Bussar tar oss ut på skidspåren för att prova skidor och vallning, men det finns även tid att besöka de fina snöskulpturerna.
- 4 januari** Vasaloppet China 50 km eller 25 km. Våra egna bussar tar oss till starten. På kvällen är det bankett och prisutdelning.
- 5 januari** För korta turen sker återresa till Beijing med snabbtåg från Changchun. # Långa turen: reser med tåg till Harbin.
- 6 januari** Korta turen guidad tur i Beijing se mer info i tillvalsrutin. # Långa turen: Besöker Internationella Ice and Snow sculpture Festivalen i Harbin.
- 7 januari** Korta turen kan välja mellan att uppleva Beijing på egen hand eller guidad tur enligt nedan med Himmelska fridens torg, Förbjudna staden, Fågelboet OS arenan 2018. #Långa turen: På förmiddagen besök i Ryska staden samt Guandongguxiang. På eftermiddagen går resan till Beijing via flyg.





Vasaloppet China-spec för Vasaloppsveteraner

8 januari Korta turen reser hem från Beijing.
[#Långa turen](#) guidad tur i Beijing se mer info i tillvalsrutan.

9 januari [#Långa turen](#) kan välja mellan att uppleva Beijing på egen hand eller guidad tur enligt nedan med Himmelska fridens torg, Förbjudna staden, Fågelboet OS arenan 2008.

10 januari [#Långa turen](#) reser hem från Beijing.

Hotellen

[Sheraton Changchun *****](#)

Hotellet har idealiskt läge endast 15 minuter med buss från Vasaloppsarenan. På hotellet hittar du det mesta man behöver för att få en trevlig vistelse. Rummen är stora och inbjudande.

[Royal Grand Hotel Beijing****](#)

Royal Grand Hotel Beijing ligger alldeles intill China International Exhibition Centre och erbjuder gratis wi-fi och gym. Det 4-stjärniga hotellet erbjuder också avkopplande stunder i bastun och den uppvärmda inomhuspoolen.

Pris

Specialresa för Vasaloppsveteraner med medresenärer. [1-8 januari 15.700 kr](#)
Medföljande (icke Vasaloppsveteraner) 16.170 kr
Tillägg: Singelrum hela resan 3000 kr extra.

I priset ingår:

- Flyg Stockholm-Beijing t/r, inrikesresor flyg och tåg
- Transferservice och busstransporter
- Boende på Sheraton samt Royal Grand Hotel inkl frukost
- 2 luncher och 2 gemensamma middagar
- Specialdesignade nummerlappar (exklusivt för Vasaloppsveteraner)
- Telefonsupport vid visumansökan (exklusivt för Vasaloppsveteraner)
- Vasaloppsbankett
- Reseledarservice

Tillkommer bland annat visumkostnader, reseförsäkring, avgift skidbag på flyget till China, anmälningsavgifter till Vasaloppet China samt utflykter.

[# Pris för långa resan 1-10 januari](#) med extra dagar i Harbin. [20.900 kr](#) (normalpris 21.600 kr).

Vi reserverar oss för prisjusteringar vid eventuella betydande valutaförändringar eller andra kostnader som vi inte kan påverka.



TILLVAL – pris per person

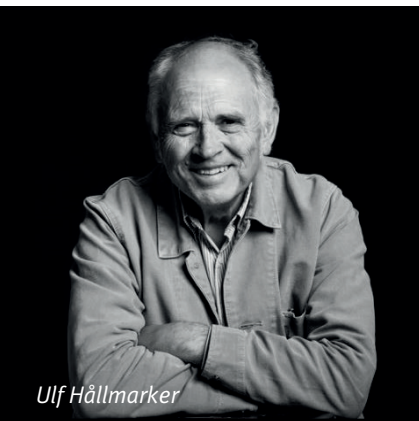
- Beijing Duck Dinner, ankmiddag **210 SEK**
- Guidad sightseeing till Kinesiska Muren och Silk Market för 2 timmars shopping. Lunch ingår. **350 SEK**
- Guidad sightseeing till Himmelska Fridens Torg, Förbjudna Staden och Fågelboet (olympiska arenan från 2008). **490 SEK**

Anmälningsavgifter Vasaloppet China

- Vasaloppet China 50 km **1.050SEK**
- Vasaloppet China 25 km **690SEK**

Inklusive två dagars bussbiljett till/från Vasaloppet Ski Arena & entéavgift till Jingyuetan Park (ski arena)

INBJUDAN



Ulf Hållmarker



Anders Englund



Henrik Eriksson

Idrottsmedicinsk föreläsning Mora Parken 8 augusti 18.00

Välkomna till en idrottsmedicinsk föreläsning i Mora Parken kring temat förmaksflimmer och konditionsidrott. Föreläsningen pågår kl 18:00 -19.30 och det bjuds på en enklare förtäring.

Medverkande

Ulf Hållmarker	Överläkare på Medicinska kliniken Mora Lasarett och tävlingsläkare i Vasaloppet.
Anders Englund	Hjärtspecialist Arytmicenter Stockholm och Vasaloppsåkare.
Henrik Eriksson	Tidigare elitskidåkare och vinnare i Vasaloppet 2001, numera frisk elitmotionär.

Agenda

♥	Trettio års erfarenhet av medicinskt arbete med Vasaloppet	Ulf Hållmarker
♥	Vad är förmaksflimmer?	Anders Englund
♥	Är det farligt att träna med förmaksflimmer?	Anders Englund
♥	Hur utreds och behandlas förmaksflimmer?	Anders Englund
♥	Att drabbas av förmaksflimmer som elitidrottare	Henrik Eriksson
♥	Frågestund	Alla

Arrangörer

Vasaloppet
VD Eva-Lena Frick

Vasaloppets Veteranklubb
Ordförande Lennarth Larsson

NYHETER FRÅN
**Vasaloppets
Veteranklubb**





INBJUDAN

Träff med MADSHUS och SWIX Torsby Skidtunnel 6 sept 2019

Ta chansen att prova de nya produkterna på snö och samtidigt erhålla rådgivning av experter – allt för att optimera er beställning inför säsongen 19/20! Vasaloppets Veteraner samt medföljande är välkomna till Torsby Skidtunnel för test av kommande säsongens nyheter från Swix (stavar) och Madshus (skidor, pjäxor och Move bindningar).

Tester av olika modeller

Vi kommer att stå uppställda i Torsby Skidtunnel för test från kl 09.45 fredagen den 6 september. Vi delar in i två grupper där varje har möjlighet till test under en timma, kl. 10-11 och 11-12. Ni kommer ha möjlighet att prova flera olika modeller/längder och spann.

Produkter till reducerade priser

Beställning av produkter till reducerade priser kan göras mellan kl. 12.00-15.00. Leveransställe (butik) bestäms vid beställningstillfället av respektive beställare. Vi från Madshus och Swix finns på plats för att svara på frågor och hjälpa er att fylla i specifikation mm.

Årsmöte Mora 7 september

Veteraner/medföljare har också möjlighet att beställa produkter till reducerade priser under årsmötet i Mora Parken den 7 september. Vi kommer inte att finnas på plats med representanter eller produkter men beställningsblanketter, katalog och prislistor presenteras. Möjlighet till kontakt med oss finns via telefon för rådgivning och vägledning inför beställningen.

Välkomna till evenemanget i Torsby tillsammans med Madshus och Swix!
Se särskild anmälan i nyhetsbrevet.

John Wikman, Pär Gustafsson och Niclas Jacobsson

