

Testloppet infördes strax innan millennieskiftet och har vart under dessa 10 år och kommer förhoppningsvis att fortsätta vara framöver en viktig och pressande punkt på träningschemat. Under dessa 10 år har rekord tid efter rekord tid skapats och det visar tecken på god träning och förbättring. Vid årsskiftet böt Jörgen Ohlin klubb från Rånäs till OK Roslagen för att kunna satsa ännu mer på sin ol-karriär i seniorklassen. Sommaren 2000 är den sommarn orienterarna sent glömmet. O-Ringen Hallsberg uppmåts vara den lerigaste O-Ringen på många många år. Under hösten imponerade Elin Hagestrand på SM klassik med en fin 6:e plats

2001

På vårkanten visade det sig att 10MILA i Strängnäs var ungdomarnas 10MILA med strålande resultat i form av en 9:e plats och en 29:e plats för andra laget! Härligt! Under O-Ringen på hemmaplan, nämligen i Märsta, lyckades Mikael Nordström allra bäst med en fin slutplacering på 8:e plats i den tuffa H16 klassen. Resultaten fortsatte toppa och Viktor Hedlöf blev historisk när han under USM i Leksand tog klubbens första SM-medalj, en bronsplacering i H15 klassen! Veckan senare bärgade sedan klubben en andra SM-medalj genom Marie Ohlin som tog silver på SM natt i D18 klassen. Brorsan Jörgen Ohlin som nu har tävlat i Roslagsdräkten i två år valde nu att adressera om till Uppsala klubben OK Linné tillsammans med bröderna Troeng.

2002

Rånäs Oks Patrik Jansson byter klubb och springer nu för Norbergs OK där han kan satsa ytterligare på orienteringen. Klubbens fina resultat fortsatte även detta år med 10mila i Surahammar blev Rånäs bästa resultat – en 99:e plats i herrstafetten. Bästa Silva Junior Cup placeringen i klubben var i Årsunda där Mikael Nordström lyckades med en 3:e plats. Matthias Eriksson bytte under sommarskiftet klubb från OK Rodhen till Rånäs OK. Han går tillsammans med Mikael Nordström på OLYG i Sandviken och med detta material kan det bli fina resultat för juniorerna på kommande tävlingar. Ungdomarna och juniorerna fick en fin 14:e plats på U10 som gick i anslutning till O-Ringenstaden Skövde. Under O-Ringen veckan fick klubben fina resultat genom Alexandra Bjärrenholt som kom 6:a i D10 – vilket bara var början av hennes karriär! Andra resultat att nämna är även Roger Anderssons 8:e plats i H21 kort. Under hösten gick startskottet för UNT-cupen och Rånäs Oks första lag - Rånäsilainen lyckades med en fin 3:e plats i premiären. Som vid många andra årsskiften byts det klubbar runt om i landet. Rånäs OK blev ytterligare en medlem kort när Marie Ohlin valde att byta till OK Linné, precis som brorsan.

2003

Rånäsaren Marie Ohlin, nyligen byt till Linné, fick under våren beskedet att hon och 9 andra tjejer ska representera Sverige under NOM i Flen. Under sommaren, närmare bestämt i Uddevalla under O-Ringen blev det framgångsrika resultat. Det blev under veckan tre styckena etappsegrar (tre tårtor) från två av klubbens ungdoms och junior hopp Viktor Hedlöf, H18L och Alexandra Bjärrenholt, D10. Efter O-Ringen fortsatte ungdomarna att imponera på U10MILA där det blev ett fint resultat år i form av en 9:e plats. Rånäs Oks lag 1 - Rånäsilainen - lyckades avancera upp föra årets resultat från en bronsplats till en silverpeng i UNT-cupen.

2004

Under den kalla vintern for Rånäs Oks utvecklingsgrupp till Spanien i en vecka för att träna och tävla på barmark, iförd t-shirt i den värmande solen. Träningarna och tävlingarna fortsatte att tugga på under vårsåsongen och detta gav goda resultat - i alla fall för en. O-Ringen i Göteborg blev Alexandra Bjärrenholts succé med fyra raka etappsegrar. Det gav henne över 2 minuter ledning vid sista etappen och med en lätt jogg in i mål vann hon D11 klassen enkelt. Andra fina resultat under O-Ringen veckan var även Matthias Eriksson som lyckades med en etappseger i H18 klassen. För tredje året i rad avgjordes även UNT-cupen under hösten och för Rånäsilainen blev det äntligen en seger! Under samma period gick VM av stapeln i Västerås och många Rånäsare var på plats för att heja fram de svenska elitorienterarna till medaljer. I oktober blev det sedan en traditionsenlig resa till Finland och Halikko viesti. Säsongen avslutades bra när första laget presterade sin bästa placering någonsin - 31:a plats och 5:e bästa svenska lag. Under året har förutom tävlingar och träningar även testlopp genomförts och nya banrekord har noterats. Vid årsskiftet förlovar Rånäs ytterligare en av seniordamerna, Annika Svensson, som valt att fortsätta i OK Linné. Samtidigt välkomnades f.d Rånäsare tillbaka, Patrik Jansson.

2005

Året började med ett ekonomiskt plus i kassen då Mr Bingolotto (Thord Andersson) och fem ungdomar for till Göteborg och medverkade i Bingolotto. Klubben blev 16 000 kr rikare! Mikael Nordström blev uttagen i juniorlandslaget och fick chansen att springa NOM. Resultatet blev lika strålande som solen med en 4:e plats på medeldistansen och bronsplacering i stafetten. Rånäs OK införskaffade sig en ny tävlingströja. En lite mer slimmad/elit tröja för den som tröttnat på den gamla. Den marinblå/svarta tröjan hade ett fruktansvärt dåligt tryck och texten ramlade sakta men säkert bort... Under SM-tävlingarna lyckades även Mikael Nordström mycket bra även denna gång! Först med en 4:e plats, 1 sek från brons, på sprinten. Han

kom sedan 5:a på ultralången. Bäst gick det ändå på höstkanten och då blev det SM guld på natten och SM-brons på långdistansen! O-Ringen i Småland var även här Alexandra Bjärrenholts guld år när hon tog 5 raka etappsegrar och såklart slutlig vinnare i D12. I elitklassen lyckades Mikael Nordström bäst när han tog en etappseger. Mycke tårta... För andra året i rad vann även nu Rånäsilainen UNT-cupen. Ett fullspäckt år med mängder av fina resultat avslutade tyvärr med ett mörkt 25-manna när Rånäs Oks båda lag felstämplade. Preliminär placering på första laget hade blivit en 42:a plats – ett sådant bra resultat har inte klubben lyckats med någonsin... Däremot skrällde det rejält när Rånäs OK lyckades med en SUCCÉ igen på Halikko. Denna gång blev det en 27:e plats! Med detta fenomenala år meddelar Mikael Nordström vid årsskiftet att han byter klubb till OK Linné för vidare satsning.

2006

Som förra året åkte klubbens utvecklingsgrupp till Alicante i Spanien för att springa på barmark. Förutom massor av kvalitets träningar är det dessutom mycke gemenskap med på lägret. När sedan en vecka i värmen var över fortsatte vinterträningen. Vilket blev en lång vintersäsong och det gjorde så att många tävlingar ställdes in. I början av sommaren inbringade Jukkola och Venela kaveln i Finland strålande resultat från båda stafetterna. För damerna blev det en 152:a plats, bästa noterade placeringen och samma sak för killarna som fick en 158:e plats. Den placeringen är fortfarande de bästa killarna lyckats med! Vidare till O-Ringen som detta år gick i Mohed, Hälsingland. Det blev ett mycket dammigt minne med skavsår, tallhed, gångavstånd till etapperna och fina resultat. Bäst gick det för Alexandra som vann D13 klassen och lyckades också med att få 3 etappsegrar! En annan prestige är att spurtmästaren 2006 korades och det blev Andreas Pousette. Detta noteras självklart i meritlistan. U10MILA i Skövde blev tjejernas tävling vilket gav fina prestationer i D18 klassen. Placeringen 27:a noterades som den bästa hittills!!! SM-tävlingarna i Skåne hade spridda resultat, bäst lyckades dock Elisabeth Åhman med en finalplats i D18. I finalen blev det sedan en 28:e plats! Damerna fortsatte att dominera när det blev en dubbelseger i D20 klassen men en första och en andra plats för tjejerna. En favorit i repris som är värd att nämna – även detta år lyckades Rånäs första lag med en fin placering på Halikko Viesti – en 27:e plats! Innan årsskiftet togs ytterligare en tävlingströja fram. Denna gång i kornblå/svart/vit färg och med laser tryck. Denna tröja var även den i slimmad variant och lite mer åt "elit" hållet för dom som ville! Mycke bättre än dom förra, dock lite kort tyckte många.

2007

Rånäs OK med Thord i spetsen var med på TV när Bingolotto kom till vår klubbstuga i Lindbacken och gjorde ett reportage om klubben och sporten. Årets utlandsläger blev till Irland. Det sägs vara det tuffast träningslägret hittills och definitivt ingen större värme. Efter en betydligt kortare vinter blev det nytt klubbrekord på Måsenstafetten i damklassen med en 36:e plats. Under vårens SM tävlingar ställde 6 st. Rånäsare upp på sprinten i Varberg men bara Malin lyckades ta sig till final. Finalen som gick vid Varbergs fästning strulade till det för Malin och hon slutade på en 34:e plats. På 10MILA i Eskilstuna var det många återbud och det blev en del knådande för att få ihop lagen. Herrlaget gjorde ett stabilt genomförande och det första damlaget felstämplade. Bäst gick det för ungdomarna som kom på en 74:e plats och blev bästa ungdomslag efter att OK Linnés Albin Ridefelt skadat sig i skogen. Alexandra Bjärrenholt lyckades även detta år med ett fantastiskt år på O-Ringen i Mjölby. I övrigt var detta O-Ringen små regnigt och väldigt lerigt. Många husvagnar fick dras ut med traktor eller fyrhjuling... Dock är detta inget att jämföra med Hallsberg enligt många. Rånäs OK:s unga tjejlag imponerade ordentligt när Ungdomens-Tiomila

avgjordes vid Istrum väster om Skövde. Tjejerna i D18-kavlen kom på en otroligt bra 15:e plats och gjorde Rånäs bästa resultat någonsin i D18. Under hösten arrangerades för första gången en A-final för alla topp 10 lag i UNT-cupen. Det var masstart och banorna var lagda för ca 25 minuter löpning för samtliga. Det lag som först hade 5 löpare inne vann. Rånäsilainen kom efter lite bommar på en fin 2:a plats. Lag 11 och neråt sprang som vanligt. Alexandra Bjärrenholt fortsatte att fylla på meritlista – denna gång vann hon Skol-SM lång i D14. Tävlingen arrangerades i Järna, utanför Gnesta. I oktobermånad avgjordes 25-manna utanför Tullinge. Rånäs OK lag 1 kom på en fantastisk 55:e plats trots att laget bommade rejält! Andra laget sprang även dom bra, dock blev dom ett av många felstämplade lag. Från 25-manna och vidare till Halikko sprang Rånäs det svåraste Halikko-Viesti på länge. Det blev trots det en 32:a plats. Andra och tredje laget krigade som vanligt mot varandra, dock fick tredje laget ett försprång på de två sista sträckorna och lagen slutade 119 respektive 127:a. Runt nyår var det dessutom svårtända raketer under Raket OL som skapade många spurtstrider.

2008

Året inleddes som många andra år med kalla vinterträningar, NC-cupen och gymnastiken i Ekebyholm. Ett nytt tillskott i Rånäs klädskåp är för i år en mjukisoverall. Mycket uppskattat av de flesta! Under februari drog Rånäs utvecklingsgrupp ihop ett gäng träningsugna ungdomar, juniorer och seniorer och flög ner till Portugal för en veckas barmarksträning. Som många andra läger vi i Rånäs åker på hade vi jätte roligt även under detta. Förutom träningar blev det

en shopping dag, bad i Atlanten, bowling och mycket annat roligt! Under våren genomfördes Rånässtafetten och detta år med stor mediabevakning från lokala tidningar. Årets 10MILA gick i närområdet Rosersberg och Rånäs OK stod för banläggningen och lite för och efter arbete i skogen. För Rånäsarna gick det väldigt bra i hemmaterrängen. Damerna slutade på en 193:e plats, vilket är den bästa placeringen noterad sen 2002. Herrarna slutade på en godkänd 165:e plats. I början av sommaren åkte sedan en liten skara Rånäsare till Jukkola viesti. Som vanligt är terrängen kuperad och orienteringen svår, detta hindrade dock inte Rånäs damerna i Jukkola. Laget inledde med Malin på första sträckan. Hon bommade lite men var ändå nöjd. Alexandra på andra gjorde ett fantastiskt lopp och plockade. Amanda på 3:e sprang bra och laget låg nu på en placering under 100! Rebecca sprang den lång sista sträckan mot tufft motstånd. Efter lite bommar slutade damlaget på en 149:e plats - vilket är det bästa resultatet någonsin från damerna i Jukkola. Herrarna hade dock inte samma flyt och slutade på en godkänd 240:e plats. Inför O-Ringen i Sälen åkte ett gäng ungdomar till Riksläget i Idre för att slipa lite på fjälltekniken. O-Ringen i Sälen var genom tiderna det populäraste O-Ringen med över 24 000 deltagare. Samtliga etapper gick i sagolik fjällmiljö. Etapp 4 gick till och med uppe på Hundfjället med sittlift upp till starten. I resultatväg gick det bäst för Alexandra Bjärrenholt som tog hem segern i D15. Övriga resultat var Rebecca Bjärrenholts 3:e plats i den vanliga D20 klassen och Kjell Anderssons 7:e plats i H45M! På höstkanten kom en rad olika SM tävlingar. En av dem var USM i Söderhamn där Alexandra Bjärrenholt vann i D15 klassen. Förutom Alexandras vinst blev det nästan dubbelt upp för Rånäs OK när Robin Pousette fixade till ett fint lopp och slutade på en fenomenal 4:e plats i H15. För juniorerna på JSM gick det inte bättre än att Rebecca Bjärrenholt tog sig till final och slutade på en 23:e plats i D20. Vinsterna haglar in för Rånäs OK del Ungdoms tävlingen UNT-cupen som avgörs under 3 deltävlingar och en massfinal slutade detta år med ett gnistrade guld i segrarlaget Rånäsilainen kämpade André Eklund, Alexandra Bjärrenholt, Robin Pousette, Algot Laurell, Felix Claesson, Adam Eklund och Pontus Thörn! Skol SM avgjordes i ett regnigt Sundsvall. En kall, blåsig och regnig sprint satte dock inte stopp för Rånäs OK. Alexandra Bjärrenholt och Robin Pousette lyckades ypperligt bra i D15 respektive H15 klass. Robin tog en 3:e plats och Alexandra knep en 2:a plats. Dock blev det revansch på långdistansen där Alexandra vann överlägset! Under senhösten är det sedan dags för stafett. Under 25-manna gick det inte riktigt hela vägen och det slutade med många bommar. Första laget slutade på en godkänd 81:a plats. De finska skogarna och Halikko-Viesti gick däremot bättre. Första laget lyckades nästan ta en topplacering och slutade på en fin 29:e plats.

2009

Vi inledde året som många andra år med träningar i form av natt-ol, gymnastik och terrängserien. Ett tappert gäng for ner till Alicante i Spanien och tränade hårt en vecka på barmarken. Dock innehöll denna resa många sjukdomar redan innan, under och efter resan. För att få lite kavel feeling inför 10MILA ställde vi som alltid upp i Måsenstafetten. Dock åkte vi därifrån med dåligt väder och någon utav de sämsta resultaten i historien med oss i bagaget. Herrarna slet tappert men blev inte mer än sist av de godkända lagen och damerna presterade inte heller dom enligt pappret. Bäst gick det för ungdomarna i den svåra terrängen! Rånässtafetten genomfördes med mycket väl godkänt resultat i skogarna utanför Finsta. Tack vare det halv bra vädret sprang alla fort och markan sålde som smör. På en tidig vårkant lastade vi en buss full med Rånäsare och rullade många mil till Perstorp i Skåne där årets 10MILA gick av stapeln. De skånska skogarna verkade passa oss blå-svarta ganska bra. Damerna var nere och nosade på en av de bättre placeringarna genom historien och efter fem sträckor och lite återbud i sista sekund slutade dom på en 206:e plats. Herrarna slet tufft hela natten och när allt såg ut att vara klart stukade JO på sista sträckan till foten så allvarligt att han blev tvungen och skjutsas från sjukan i skogen till TC. Ungdomarna imponerade inte med resultaten men insatserna var starka från alla. Vårsäsongen summerades med en tävlingshelg i glada klubbmedlemmars lag uppe i Mora på MYC tävlingarna! Mycket trevlig resa med blandade resultat! Spåret i Lindbacken fick sig en uppfinning i form av nytt flis, mycket underbart att springa på! Rånäs herr lag på Jukkola innehöll några rockies och efter en lång natt i de finska skogarna klev dom in på en 403:e plats, ingen topp notering men godkänt! Damerna däremot lyckades nästa hela vägen ut och var endast några få placeringar från en ny topplacering. Dom slutade 156:a. Ny träningform för året Halmbals OL Ny motivations idé för ökat deltagande på träningar: Mutor i form av biobiljetter (och det fungerar) På hösten blev det även detta år riktigt bra USM-placering för Robin Pousette som blev 8:a (4:a 2008) Höstens kavlar avslutar som vanligt året och detta år med ostadiga resultat. På 25 manna lyckades vi felstämpla båda lagen. Punkt slut. På Halikko gick det lite bättre. Första laget noterade en 38:e plats, andra laget felstämplade och det tredje laget lyckades topplacera sig på en 97:e plats (år 2004 noterades samma resultat).

2010

Året inleddes med en hejdundrande skidsäsong tack vare den ihållande vintern och snön. Mats Troeng höll föreläsning i Lindbacken om GPS och Quickroute i januari månad. Nu äger snart alla en egen Garmin... Årets utlandsläger blev en kombinerade "tävling/tränings-Rånäs/IGU/UOF" resa. Eleverna på IGU Orientering i Uppsala hade ett önskemål om att få åka på läger för att träna lite kvalitét träning med karta och på barmark. Tillsammans med Upplands OF fick dom sponsring och på köpet några sugna juniorer från Uppland. Rånäs hakade på idén eftersom några av klubbens juniorer redan gick på

skolan och skulle redan med. I slutändan var vi ett gäng på ca 20 personer. Pga. av den "hejdunderande" vintern ställdes många tävlingar in på vårkanten. Bland annat Måsenstafetten och Rånässtafetten. Mitt i sommaruppehållet meddelar familjen Bjärrenholt att dom byter klubb till Vallentuna Össeby OL. Klubben tackar för familjens medverkan och deras fina prestationer i de blå/svarta kläderna. O-Ringen avgjordes som en favorit i repris i Närke län med Örebro som C-torg. Som tio år tidigare regnade det även denna gång, dock mycket mindre om man jämför med Hallsberg! Bästa resultatet under veckan var Matthias Pousettes etappseger i H17-20. Matthias slutade sedan på en fin 13:e plats. Under hösten avgjordes i vanlig ordning UNT-cupen. Den populära ungdomstävlingen där alla Upplands klubbar bildar lag om 7 löpare och tävlar under 3 tävlingstillfällen. De 10 främsta gör sedan upp om prisballen i den rafflande masstart. Rånäsilainen visade även detta år att dem tillhör pallen och det blev en fin 2:a plats. Bland alla SM tävlingar gick det bäst på SM medeldistans i Umeå. Robin Pousette och Amanda Eklund tog sig till A-final i H18 respektive D20. Bäst gick det sedan för Amanda som kom på en 16:e plats. På UMS i Örnsköldsvik gick det bäst för André Eklund bland Rånäsarna med en 29:e plats i H15. Årets 25-manna var till skillnad från tidigare år riktigt svårt. Första laget hade blandade resultat och vi låg som allra bäst efter 1:a sträckan på en 13:e placering. Lag 1 slutade sedan på en 91:a plats. Andra laget kämpade på väl i den svåra terrängen och gjorde godkända lopp. Dom slutade tillslut på en 278:e plats. Årets avslutnings tävling, Halikko slutade tyvärr med en djupdykning för första laget. Det gick lite knaggligt för laget hela tävlingen igenom och dem slutade tyvärr med en felstämpling. Andra laget bet ihop och slet väl i skogen. Dock lyckades dom inte klå Lännen IF på slut sträckorna. Lag 2 slutade på en 118:e plats, 30 sek efter Lännen IF! Inför nästa år och decenniumskiftet graderas Rånäs klädkollektion upp ytterligare ett snäpp. Denna gång är det Kämpela overallen som får en konkurrent i form av en mer slimmad och sportigare overall från Trimtex. Vi väntar med spänning på nytillskottet!



2000



Millenniets första decennium krönika