LILL ZNORREN

Nr ~~176~~ 178 älgar som fylla! 1995 5/10

Världsstjärna till Zorrow

se sid 5

3*10 men ändå pigg

se sid 7

Banorna passade Magnus spel ypperligt!

1781(64) på 8 serier

se tävlingsresultat sid 6

Poängligor

se sid 2

Funderingar?!

För något eller några år sedan ställde Vi i Zorrow Club upp några mål som Vi skulle uppnå. Jag kommer inte ihåg det exakta ordvalet som formulerades, men huvudmeningen minns jag. Det var i stora drag två målsättningar. Det första var att Vi skulle anstränga oss för att få spela i division 1 inom en inte alltför lång tidsrymd. Mål nummer två var att skapa den bäst "skötta klubben i Linköping, vad det gäller både sportsligt och administrativt. Dessa mål har mig vetligen inte ändrats, och därför förutsätter jag att alla i klubben arbetar med att detta ska bli verklighet.

På de flesta punkter tycker jag att Vi är på god väg. Att inte vinna serien varje år tycker jag inte är något att anmärka på, eftersom det trots allt är flera lag som har den ambitionen. Vad som jag däremot inte anser fungerat helt bra är det sportmannamässiga uppträdandet. Det är något som helt och hållet kommer till oss själva att klara av. Att skrika svordomar så att alla i hallen hör, sparka i klotreturen, klaga på banorna m.m. ger bara dålig stämning både hos oss själva och andra. Sådana saker bör Vi ganska lätt kunna låta bli, bara Vi tänker oss för lite.
För den som inte tycker att klubbens goda rykte räcker som motivation till denna lilla uppoffring ska jag här ge några av mina funderingar som argument.
- Anledningen till att man blir arg och svär så att hela omgivningen hör, vid t.ex. en spärrmiss, anser jag bero på ett försök att visa alla som råkade se detta misstag, och inte minst för sig själv att så här dålig är jag inte egentligen. Detta ger dock endast motsatt verkan. Alla som inte såg vet därmed, genom Din försyn, hur dålig Du är.

- När Du låter alla veta hur dåligt det går för Dig skapar det en otrygghet hos Dina medspelare, vilket ökar pressen på dem. Det leder alltså till att laget totalt sett troligtvis spelar sämre. Ditt eget spel påverkas förmodligen också till det sämre eftersom Du fokuserar Din energi på det dåliga Du gjort. Detta i samband med att Du antagligen är arg och besviken gör att Du får svårt att hitta en väg bort från det dåliga spelet.

- Att uppföra sig illa på banan resulterar alltid i irritation och dålig stämning både hos mot- och medspelare, och som också leder till dåligt spel, dessutom försvinner den viktiga glädjen med att spela.

Om Du har några synpunkter, idéer eller tillägg på det ovan sagda, ta då upp det på ett medlemsmöte eller skriv några egna rader i Lill Znorren. Det är mycket viktigt att alla strävar åt samma håll, och att alla vet vilket håll detta är.
Ordförande Mikael Weddfelt

Poängliga A-lag		Poängliga B-lag	
Jonas Wehlin	6	Henrik Ryliden	5
Magnus Håkansson	5	Björn Andersson	4
Christian Carlsson	5	Jonas Wehlin	4
Ralph Wester	3	Kent Bärlin	3
Tobias Johansson	2	Denny Lindkvist	3
Henrik Ryliden	2	Mikael Weddfelt	2
Ingjald Forsén	1	Pär Andersson	2
		Mattias Svensson	1

Seglarens tankar

Det har förekommit mycket diskussioner som är väldigt negativa för Vår verksamhet, och de handlar om banunderlaget i City bowling,

De tankar som figurerar kan man göra en liten jämförelse med hur tokigt det vore om en seglare skulle uttrycka sig i en liknande situation, d.v.s. seglaren märker att vinden ej blåser dit han vill, och börjar härja och gapa bara därför att vinden ej blåser åt det håll som han vill.

Därför hoppas Vi inom styrelsen att alla i fortsättningen kommer att fungera på det sätt som är bäst för klubbens del, d.v.s. vänder det faktum att City bowling´s banor är svårspelade, till en möjlighet, (som det rimligtvis bör vara) istället för att det blir ett hinder.

Mentala teorier

Utdrag ur boken "Bäst när det gäller" av Willi Railo.

Många människor har på det hela taget en positiv ton i sitt inre samtal, medan detta hos andra präglas av en negativ ton. Någon säger: "detta går fint - det löser sig - jag hittar säkert på någonting" etc. En annan har denna ton i sitt inre samtal: "det här klarar jag inte - det går snett - blir nog ett fiasko" etc.
Det inre samtalet kan alltså leda till att vi förstärker vår allaredan etablerade uppfattning av oss själva och våra roller, t.ex. "jag är så dum - jag är rädd - jag vågar inte prata". Eller: "jag vågar hålla låda - jag är ganska intelligent - jag är inte rädd för någonting - jag är stark".

Detta inre samtal leder ofta till att vi efterhand reagerar enligt innehållet i samtalet, de inre tankarna styr alltså våra inre reaktioner såväl som vårt beteende.

Kamratskap-gruppsamman-hållning

Gott kamratskap och god gruppsammanhållning leder oftast till goda prestationer. Tänk på att du ska värdera dina lagkompisar främst för de personer de är och inte för de prestationer de utför!

taget ur prestations-psykologi i praktiken, med Johan Plate

Exempel från bowling

En av världens mest framgångsrika amatörbowlare heter Arne-Svein Ström. I början av hans karriär arbetade Vi tillsammans med honom för att åt honom skapa ett positivt inre samtal och han fick rådet att under tävlingar prata med sig själv:

Jag känner mig säker.
Jag känner mig trygg.
Hjärnan är kristallklar.
Jag är offensiv.
Jag törs spela bra.

Utdrag ur boken "Bäst när det gäller" av Willi Railo.

Beteckningen för en vinnare (taget ur prestations psykologi i praktiken, med Johan Plate)

* En vinnare har förmågan att tänka nytt.
* En vinnare vet vad hon ska kompromissa över och vad hon ska slåss för.
* En vinnare vet att det aldrig är för sent att ge upp.
* En vinnare vet att dominans inte nödvändigtvis är detsamma som briljans.
* En vinnare förstår att hon måste "vara i situationen" för att behärska den - ingenting kan ersätta detta.
* En vinnare arbetar hårdare än förloraren.
* En vinnare tar alltid fullt ansvar för sin prestation.
* En vinnare har kul.
* En vinnare är ödmjuk.

Zorrow Club´s ungdomsverksamhet och dess filosofi

Vi börjar nu närma oss 10 år med ungdomsverksamhet inom Zorrow Club.

När man jobbar med ungdomar kan det många gånger som ledare vara väldigt tufft, då intressena och att de vill prova på olika saker gör att det kan vara svårt att behålla sina framtidshopp.

När man kommer så långt som Vi inom Zorrow har gjort blir det lite lättare, eftersom man tydligt kan se effekterna av Vårt arbete genom åren på det att flera av de som tidigare har varit juniorer numera spelar i A-laget.

Det fanns en tid då jag inte riktigt insåg vilken nytta man mest kan göra som ungdomsledare, då jag var mycket ambitiös på träningarna och kanske körde väl mycket organiserad träning.

Efterhand har jag kommit underfund med att det viktigaste som ledare är att hålla ihop gruppen samt ordna matcher och saker runt omkring, och framförallt att man ej kommer någon vart om ungdomarna ej själva är motiverade.

Med tanke på att Vi inom Zorrow har väldigt många yngre spelare i våra led tror jag och hoppas på att Vi med ungdomlig entusiasm och träningsflit, samt med rutinerade spelare som är beredda att lägga ner ett hårt engagemang för att förbättra sig som bowlare, trappa upp satsningen på vår verksamhet.

Mina egna visioner och mål med föreningen har länge varit, och som det känns kommer att fortsätta vara, att spela i Sveriges högsta division d.v.s. i Elitserien.

Peter Johansson ungdomsansvarig i Zorrow Club

Klass 1	Mattias Jardstål	877
	Roberth Johansson	760
	Anders Jonsson	610
Klass 2	Jonas Wehlin	1620
	Tobias Johansson	1311
	Anders Eriksson	1087
	Joakim Sjösvärd	788
Klass 3	Mattias Svensson(ej junior)	1437
Olic.	Peter Andersson	1508
	Mattias Skarin	1332
	Magnus Svedin	1237
	Christian Svedin	1197

Peking Cup 1995, 1 oktober

Vi har alltså varit och spelat denna tävling i Norrköping, Hageby. Den spelas över 8 ser. Europeiskt i 4 klasser.

Vår A-lags spelare Jonte lyckades här mycket bra, och placerade sig på en 2:a plats i klass 2 med 1620 ren slagning.

Vidare gjorde i klassen för Olic. Peter Andersson en stabil insats med en 4:e placering.

Världsstjärnan Åsa Larsson hälsar på Zorrow Club?



Tankar inom Zorrow Club finns till att engagera Åsa som spelar i IFK Göteborg en torsdagskväll för att komma till oss och prata bowling, prata om sina erfarenheter och sina resor ute i världen, samt även ge oss några träningsråd.

Vi hoppas att detta ska ge oss en puff på vägen för fortsatt utveckling av vårt bowlingkunnande, och våra tankar omkring vår sport.

Lite kort så har Åsa spelat i landslaget i en väldig massa år, och har internationellt och i Sverige väldigt stora meriter som hon förhoppningsvis kommer att berätta om för oss.

Tävlingsansvarig

Silvertävlingen

Som jag har skrivit i tidigare Lill-Znorren, så spelade Kent Börlin hallmästerskapet i Vilbergen i samband med regionkvalet i Svenska cupen, och tog där en 3:e plats som gav honom 9 friska poäng i Silvertävlingen. Efter 4 spelade tävlingar i år (1995) så har Kent fått ihop 11 poäng och ligger för närvarande på en 8:e plats.

Zorrowtouren

För Er som har missat lappen på anslagstavlan nere i hallen så påminns Ni här om vilka tävlingar som kommer att ingå i **Zorrowtouren**:

Vättern Open (Glaskäglan 94/95)	Motala	23/9
Tranås Masters	Tranås	30/9
DM	Link. sporth.	28/10
Vallonslaget	Finspång	4/11
BT-Tournament	Eskilstuna	16/12
Prismas nat.	Vilbergen	30/12
Jultävlingen	Mjölby	6/1
Avance 6-tävl.	Katrineholm	3/2
KM-Träffen (Glaskäglan 95/96	Link. CB	2/3
Euro-Cup	Hageby	30/3

Tävlingsansvarig önskar alla spelande Zorrowiter lycka till i Zorrowtouren!

Den första tävlingen (Vättern Open) är redan spelad (enligt tävlingsansvarigs tidsplan) och de 7 som åkte över den 23/9 har följande resultat fallit:

Magnus Håkansson	1781(64)
Christian Carlsson	1656(24)
Ingjald Forsén	1662(48)
Jonas Wehlin	1653 1565(88)
Mikael Weddfelt	1587(96)
Kent Börlin	1509(56)
Henrik Ryliden	1387(88)

Som Ni själva kan utläsa av dessa resultat så har Vi en given vinnare av **Glaskäglan 1995**. Vi gratulerar Magnus som får ha vandringspriset hemma och pryda bokhyllan.

Stjärnsmällen

En Zorrowit har än så länge deltagit i Stjärnsmällen, Jonte den lille spelsugne pojken som fick ihop 1509.

Jag vill med detta sista skrivande i **Znorren(Vår underbara tidning)** tacka för mig och min tid i Zorrow Club, ha ett bra bowlingliv allihopa och jag kommer att ha tankarna på Er i framtiden också.

Magnus Håkansson 30 år

LillZnorrens redaktion passar på att gratulera Magnus till 30-års firandet.
Dessutom har Vi ytterligare ett antal medlemar som har passerat 40-års strecket under året som har gått,och dessa kan Vi passa på att i efterhand Gratulera!

Aktiva medlemar
Ingjald Forsén, A-lags UK 7/2
Per Goldéus 1/6
Göran Gustavsson 21/6
Johan Nilsson, Sekreterare 21/7
Mikael Wrigsjö, Kassör 9/9

Supporter medlemar
Håkan Landberg 8/2
Jan Åsberg 5/3
Håkan "Emern" Andersson 2/4
Kennet "Kenna" Johansson

Med snus, keps och slips demonstrerar Magnus Håkansson 30-årskrisen med en minut per år.

Foto: BJÖRN LINDAHL



30-årskris

200 löpare var anmälda och i mellanloppet 5,5 kilometer demonstrerades 30-årskrisen av Magnus Håkansson.

— Detta är inte helt frivilligt och jag har inte tränat. Jobbarkompisarna är så hjälpsamma och nu har jag dessutom pressen på mig, konstaterar han.

En 30-åring måste naturligtvis se respektabel ut bland folk. Herr Håkanssons zebrarandiga keps med matchande rosarandig slips till en grå, något för trång T-shirt gjorde succé.

I mål drygt en halvtimme senare:

— Nu fick dom . . . och det var tur att jag la in en snus redan före start. Nu blir det till att åka hem och sova ett returlopp, säger han och svettremmen i kepsen gör skäl för namnet.

Bowling är herr Håkanssons normala och litet lugnare intresse.



Avsändare:
ZORROW CLUB
c/o Nilsson
Kaserngatan 39
582 28 Linköping

Snittlista i Zorrow Club 95.10.05

	Namn		Ant/ S	A-Lag	B-Lag	Hemma	Borta	X	/	-	O	>3	Res/S	Res/M
1	Magnus	Håkansson	16	782,50	#####	732,00	833,00	4,88	4,38	1,19	0,63	0,56	195,63	782,50
2	Christian	Carlsson	16	779,50	#####	763,00	796,00	4,63	4,63	0,69	1,25	0,81	194,88	779,50
3	Kent	Börlin	16	748,00	778,00	747,00	764,00	3,88	4,88	1,25	0,69	0,56	188,88	755,50
4	Mikael	Weddfelt	14	759,20	725,00	735,33	760,00	4,36	4,29	0,93	1,21	0,43	187,36	749,43
5	Ralph	Wester	16	747,50	#####	721,50	773,50	4,19	4,31	1,44	0,69	0,56	186,88	747,50
6	Jonas	Wehlin	23	767,64	716,67	754,00	734,13	4,09	4,61	1,48	0,78	0,70	185,26	741,04
7	Björn	Andersson	8	#####	738,00	712,00	764,00	3,63	5,13	1,38	0,38	0,50	184,50	738,00
8	Denny	Lindkvist	4	#####	731,00	731,00	#####	3,50	5,50	0,75	0,75	0,25	182,75	731,00
9	Henrik	Ryliden	32	728,00	722,75	705,75	745,00	4,06	4,28	1,66	0,81	0,63	181,34	725,38
10	Ingjald	Forsèn	8	725,00	#####	725,00	#####	3,88	4,25	1,50	1,25	0,50	181,25	725,00
11	Pär	Andersson	8	#####	717,00	763,00	671,00	4,13	3,88	2,00	0,50	1,00	179,25	717,00
12	Göran	Gustavsson	16	708,33	709,00	682,50	734,50	3,19	5,13	1,44	1,06	0,56	177,13	708,50
13	Lars	Ljungberg	4	688,00	#####	688,00	#####	2,25	5,75	1,00	1,50	0,50	172,00	688,00
14	Tobias	Johansson	10	694,67	672,00	685,60	#####	3,10	4,70	1,90	1,00	0,40	171,40	685,60
15	Mattias	Svensson	16	#####	680,00	671,50	688,50	3,56	3,81	2,38	0,94	0,81	170,00	680,00
16	Stefan	Mellström	1	664,00	#####	#####	664,00	4,00	5,00	2,00	1,00	0,00	166,00	664,00
17	Linus	Wikander	12	#####	636,67	650,00	630,00	2,67	4,83	2,67	0,75	1,08	159,17	636,67
18	Hans	Hjulin	4	#####	624,00	624,00	#####	2,25	4,25	1,00	2,50	0,50	156,00	624,00
19	Anders	Ericsson	12	#####	507,00	553,00	484,00	1,83	2,58	5,42	0,75	2,83	126,75	507,00
20	Joakim	Sjösvärd	12	#####	441,00	471,00	426,00	1,33	2,58	6,25	0,33	4,42	110,25	441,00
21	Niklas	Sjösvärd	8	#####	379,50	#####	379,50	0,25	2,13	7,00	0,50	4,75	94,88	379,50