



## ROBOTKURS VID TELUB

Under tiden 2.6-13.6 äger utbildning i underhållstjänst på marinens robot 08A rum vid företaget.

Kursdeltagarna, ett 10-tal, kommer från Materielverket, Örlogsbas Ost och Blekinge Kustartilleriförsvaret.

Kursens syfte är att ge deltagarna fördjupade kunskaper om roboten och om provutrustning för B-underhållet samt om C-underhållets utrustningar och metoder.

Telub, som anordnar kursen, svarar med fyra lärare för de delar som berör roboten och C-underhållet. För övriga delar svarar lärare från Materielverket.

Kursen håller till i robotverkstaden med teorilokaler i byggnad F.

## KORPIDROTEN

Första dagens tävlingar, som gällde kula och 400 m, gav till resultat att Telub gick segrande ur striden. Det är emellertid inga lagrar att vila på — "G-son" var mindre än 200 p efter och kommer säkert igen med förnyade krafter.

### Resultat

Telub	3.572 p
G-son	3.400 p
Sparb	2.928 p

## Bästa poängplockare

Sen.	Lars Gummesson	130
	Krister Håkansson	110
	Bengt Bengtsson	98
YO	Sven Hildenborg	152
	Hans Svensson	140
	Lars Strömbäck	100
ÄO	Enar Möller	94
	Harry Nässelqvist	66
	Lennart Nilsson	62

## Damtävling

I den särskilda damtävlingen, som denna gång gällde 100 m, blev resultaten.

4.	Gunnel Johansson	15,9
5.	Ulla Nilsson	16,5
6.	Annika Hägeby	16,7
8.	Majlis Löthagen	19,2

Bravo Flickor.

## Intern tävling

Resultaten i tävlingen mellan VA (Ljungadalsdelen), Risinge, TA och "övriga" om nyuppsatt vandringspris framgår av diagram på anslagstavlor.

## Träning nödvändig

Det är i detta sammanhang nödvändigt att ständigt ha avsikten med korpidrotten för ögonen: genom olika aktiviteter skapa intresse för och inpränta behovet av kontinuerlig motion med bättre motståndskraft och större uthållighet som mål — allt i folkhälsans tecken.

När vi uppmanar alla att delta i sådana här tävlingar eller andra motionsformer, menar vi verkligen alla — bara med det förbehållet att ingen får ta ut sig mer eller söka nå bättre resultat än han eller hon är tränad för.



För att få ytterligare synpunkter på detta har Telub-nytt vänt sig till industriläkaren, dr Stig Nordin, som säger:

"Särskilt sedan man uppnått 40-årsåldern kan en överbelastning av cirkulations — eller muskelapparaterna vara farlig. Man får inte utan att vara tränad ta ut sig "till sista droppen".

Vid uppnådda 50 år bör man vara försiktig också vid hopp och kast. Bristande elasticitet gör att risk finns för vrickningar och andra ledsador. Även hjärtinfarkt har förekommit i sådana sammanhang.

Ju äldre man är, desto viktigare är det alltså att man är tränad. Kroppen tål annars inte plötslig, häftig ansträngning.

Så långt dr Nordin.

Tro nu bara inte att Du undviker sådana här skador enbart genom att inte delta. Tvärtom — fortsätter Du att vara otränad blir riskerna för skador bara större och större med åren.

#### FOTOTIPSET No 4

Har Du ett s k motljusskydd eller solskydd i fint läderetui på kameraremmen? Plocka upp det och sätt det på objektivet istället. Det är nämligen där det gör nytta.

I första hand skyddar det objektivet mot stötar och slag. Under soligt väder hindrar det dessutom ströljus och reflexer från att nå optiken under exponeringen. Dessa reflexer kan annars förstöra den bild Du trodde skulle bli bra. Också inomhus är det fördelaktigt att ha motljusskyddet på. Taklampor som befinner sig något framför optiken ger annars reflexer i objektivet. Utomhus i dåligt väder, t ex regn eller snö, skyddar ett motljusskydd mot stänk på objektivets yttre lins. Var det många som drog på munnen då jag nämnde "regn eller snö"? Tänker ta upp olika fotograferingsväder i ett senare skede, men faktum är, att även i regnväder går det att ta kul bilder om man använder en någorlunda snabb film. Det är i regel inte så mörkt under ett regnväder fastän ögat ger oss den uppfattningen. Be någon hålla ett paraply över kameran ifall regnet öser ned, eller ställ Dig inomhus och fotografera ut genom ett öppet fönster.

När Du fotograferar med färgfilm i kameran skadar det inte med ett s k ofärgat UV-filter framför objektivet. Det förlänger inte exponeringstiden, men det tar bort den skadliga strålning som annars gör att en klar himmel blir "knallblå" på bilden. Även stora vattenytor blir i klart väder överkligt blåfärgade utan UV-filter. I fjällen gäller samma regel. UV-filtret bör vara ofärgat annars ger det en färgton på filmen.

Den som inte har något motljusskydd kan köpa ett sådant av gummi eller svart plast, som enkelt pressas fast på optiken.

Om Du inte förs ta ut kameran i regnväder kanske Du inte kan ta en enda bild i sommar.

Sune E.

#### NYANSTÄLLDA

Telub-nytt hälsar följande nyanställda välkomna:

Telemontör Karl-Gustav Svensson, 611, kontorist Lisbeth Åberg, TAB, ateljébiträde Ingrid Fransson, TAP

#### FÖRSLAGSVERKSAMHETEN

Hittills har under året inkommit fyra förslag.

Jan Boberg, 631, har för förslag "Framtagning av verktyg för införande av ledning i kablage" belönats med 100:- kr.

Övriga förslag är under behandling.

#### SKYTTE

Svenska Dagbladets riksskyttetävling på hemmabanor avhålls i år den 7-8 juni. I Växjö sker skjutningen på 111 bana. Tio telubskyttar deltar.