

-UDLØBEREN-

Medlemsblad for Horsens Orienteringsklub

47. årgang . nr. 243 . marts 2018



Vigtige adresser m.m.

Formand

Thomas Kokholm
Kirsebærhegnet 9
8700 Horsens
thomas@herbertkokholm.dk
tlf. 22 66 15 04

Kasserer

Jette Steffensen
Hovedgaden 47, Nim
8740 Brædstrup
bullerjette@live.dk
tlf. 50 92 39 14

Ungdomsudvalg

Mads Mikkelsen
Toftevej 28
8700 Horsens
madsmikkelsen@yahoo.dk
tlf. 75 29 20 05

Træningsudvalg

Tommy Jakobsen
Lilleskoven 14
8722 Hedensted
tommy@jakobsen.be
tlf. 29 31 22 58

Arrangements-, kort- og skoleudvalg

Frank Krog Jensen
Fjordparken 164
8700 Horsens
fkj@3s.dk
tlf. 28 25 28 80

Breddeudvalg

Per Mønster Jørgensen
Junivej 5
8700 Horsens
per.gitte@hafnet.dk
tlf. 23 71 69 38

MTBO- og eliteudvalg

Ole Søgaard
Østbirkvej 40
Lundumskov
8700 Horsens
ole.sogaard@gmail.com
tlf. 75 65 68 69

Medlemsregistrering og -ændringer

Gitte Mønster Jørgensen
Junivej 5
8700 Horsens
per.gitte@hafnet.dk
Tlf. 51 34 12 47

Indbetalinger

Kontingent
Nordea 2500 0721 698 734

Løbskonto (tilmelding åbne løb)
Danske Bank 1551 630 5113

Øvrige indbetalinger
Spar Nord 9211 4567 683 767

Klubhuset

Åbjergskovvej 6
8700 Horsens
tlf. 75 62 80 73

Udlån

thomas@herbertkokholm.dk

Nøglebrikker og -kode

Finn Grynderup
Paukevej 28
8700 Horsens
finn.grynderup@stofanet.dk
tlf. 30 24 52 60

Forbrugsvarer

Tove og Peer Straarup
Sydvestvej 8
8700 Horsens
ptstraarup@post.tele.dk
tlf. 75 64 35 44

Rengøring

Elanor Henriksen og Anne Sofie Harfot

Materielforvalter

P.t. bestyrelsen
thomas@herbertkokholm.dk
tlf. 22 66 15 04

Kort og Sportident

Kai Skoubo Sørensen
Vedbæksallé 84
8700 Horsens
ulla-kai@stofanet.dk
tlf. 20 24 54 07

Hjemmeside

<http://www.horsensok.dk>

Webmaster

thomas@herbertkokholm.dk

Tilmelding til åbne løb

www.o-service.dk

Løbstilmelder – åbne løb

Tove Straarup
Sydvestvej 8
8700 Horsens
tove@fam-straarup.dk
tlf. 42 54 06 04

Udløberen – redaktør

Tove Straarup
Sydvestvej 8
8700 Horsens
tove@fam-straarup.dk
tlf. 42 54 06 04

Næste blad udkommer i juni og deadline er 15. juni 2018



Forside: Rasmus Søgaard blev årets idrætsnavn i Horsens Kommune (fakebilledet er konstrueret af Peer Straarup).

Formanden har ordet

Af Thomas Kokholm

Nu må frosten og de kolde fingres tid gerne snart være slut

Mens disse linjer skrives, er familien i gang med at pakke til en weekend med sprint, mellem og langdistance skovorientering i og omkring Roskilde/Sorø. Sæsonen er skudt i gang – og med lidt højere temperaturer kan man måske begynde at drømme sig til et forår.

Danish Spring afløses af en tur til Fanø, der lægger terræn til årets traditionsrige orienteringsbegivenhed, Påskeløb. Med mange løb på kontoen for os alle, så har vi også alle forudsætninger for at mødes og konkurrere på lige fod med de øvrige klubber i Nordkredsens 1. division.

Visionen om en plads i landsfinalen løste vi jo billet til sidste år, men lad os vise orienteringsdanmark, at det ikke var en tilfældighed, men et resultat af vores mange indsatser og specielt jeres individuelle træninger i de mørke timer henover efterår- og vintermånederne. Personligt har jeg en ambition om, at vi igen til efteråret står i landsfinalen, men det kræver, at vi alle lægger os i selen, og melder os til, når det gælder. Første gang til divisionsmatchen den 8. april, hvor Nordre Feldborg Plantage danner rammen om kamppladsen.

Ved årets generalforsamling blev bestyrelsen fuldtallig, og det med nye ansigter på vigtige poster. Jette som vores nye kasserer, der i disse dage med overdragelsesforretninger i vores banker, snart har teten på de økonomiske opgaver, og Tommy som ny formand for træningsudvalget er allerede synlig i kommunikation og tilbud.

Jeg byder jer begge to velkommen, så I sammen med resten af bestyrelsen kan sætte retning og hastighed på de visioner og tanker vi har for vores alle sammens klub.



Vision 2019-202x

2018 er også året hvor den nugældende vision udløber – og hvad så?.

Det er klart, at de mange takter vi ser i dagligdagen skal fortsætte, og vi skal fortsat være ambitiøse. Men hvorfor, hvad, og hvordan vil vi i bestyrelsen sætte rammerne for i den kommende tid? Hvordan vil vi arbejde med et revideret eller nyt visionsgrundlag, har jeg sat mig i spidsen for, og vil, når planen er klar, præsentere den for hele klubben.

Opfølgning på frivilligsinitiativet

Mange udfyldte sidste sensommer et spørgeskema omkring frivillighed, og et tilsvarende skema vil blive revideret og lagt til grund for en fornyet runde. Igen under overskriften "Hvordan sikrer vi, at opgaver møder den eller de personer, der ønsker og kan bidrage?"

– vi ses i klubhuset, og ude i skoven...

Nyt fra Ungdomsudvalget

Af Mads Mikkelsen

Forårstræning – nu med træning om torsdagen for stifindere

Horsens OK's deltagelse i Dansk Orienterings Forbunds (DOF) projekt for træning af børn og unge har givet os en erkendelse af, at træning i endnu højere grad skal målrettes aldersgruppen. Det gælder også den fysiske træning. Det har vi praktiseret til tirsdagstræningen igennem vinteren hvor vi har haft 2 grupper udendørs. Nicklas Mønster har trænet stifinderholdet (9-12 år) og Mátyás Péntek har trænet konkurrenceholdet (13+ år). Det har været en succes til glæde for deltagerne og gavn for træningsudbyttet i begge grupper.

Nu kan vi også tilbyde fysisk træning i sommersæsonen til både stifindere og konkurrenceholdet!

Dermed kan både stifindere og konkurrenceholdet gå til orienteringsløb to gange om ugen!

Nicklas Mønster fortsætter med at træne stifinderne og Mátyás Péntek træner konkurrenceholdet.

Forskellen på de to hold er, at konkurrenceholdet skal løbe lidt længere intervaller end stifinderne, som til gengæld skal have flere lege. Dermed bliver det muligt at gå til orienteringsløb 3 gange om ugen i Horsens Ok:

Tirsdag: Orienteringstræning i forskellige skove tæt på Horsens for skovfræsere, stifindere, konkurrenceholdet og nye unge og voksne over 15 år.

Torsdag: Løbetræning med udgangspunkt i klubhuset for stifindere og konkurrenceholdet. Nye unge og voksne over 15 år kan også træne med om torsdagen.

Om torsdagen øger vi også fokus på teori. Det betyder, at vi hver anden torsdag har teori-træning med opfølgning på de momenter, vi har trænet om tirsdagen, oplæg og opfølgning på vigtige konkurrencer. Det betyder også, at der vil være fællesspisning hver anden torsdag i klubhuset!

Lørdag: Trænings-orienteringsløb i forskellige skove i Horsens-området. Løbet arrangeres med tidtagning og baner på niveauerne begynder, let, mellemsvær og svær. Her er der som udgangspunkt ikke trænere til stede, men man kan altid spørge dagens banelæggere om stort og småt. Der er deltagerbetaling om lørdagen.

Vi har følgende hold:

1. Skovfræsere: 6-9 årige
2. Stifindere: 9-12 årige
3. Konkurrenceholdet: 13+ år
4. Nye ungdomsløbere og voksne: 15+ år

Aldersgrænserne er vejledende, så hvis man fx er 13 år og synes, man passer bedst på stifinderholdet bliver man bare på stifinderholdet, eller hvis man er 15 år og lige begyndt, men har mod på at løbe med konkurrenceholdet, gør man bare det. Hvert hold har løbere med stor forskel i erfaring og orienteringsniveau. Trænerne tilpasser øvelserne så de kan løbes af løbere på forskelligt niveau, og når man skal løbe orienteringsbanen, løber man en bane, der passer til ens niveau.

Klubbens voksne medlemmer er også meget velkomne til alle træninger. Træningerne tirsdag og torsdag arrangeres målrettet ungdomsløberne, men voksne er også velkomne til at løbe med.



Første træning er tirsdag den 3. april fra klubhuset.

Velkommen til en ny og spændende sæson!

Hjælp med at vi bliver flere i Horsens OK

Hvert år er der mange, der fatter interesse for at løbe og finde vej i skoven, og lægger deres vej forbi Horsens OK. Nogle bliver medlemmer, men desværre er der også mange, der forlader os igen. Det betyder bare, at vi er nødt til at blive ved med at tiltrække nye løbere, ellers kan vi ikke opretholde vores medlemstal, og faktisk er det hele lidt sjovere, hvis vi blev endnu flere. Der er plads nok i skoven til mange flere!

Mange af dem der løber orienteringsløb, er med, fordi der er nogen, der har haft dem med. Det er vores alle sammens opgave at tage en ven eller klassekammerat med for at prøve vores fantastiske sport. Så kan de se, hvad det går ud på; måske er det noget for dem.

I Horsens OK kan man prøve tre træninger gratis, før man behøver at melde sig ind.

Horsens OK på Facebook

Horsens OK har lavet en facebookside, som supplement til vores facebookgruppe.

Siden hedder Horsens Orienteringsklub

Gruppen hedder Horsens Orienteringsklub – opslagstavlen.

Forskellen på en side og en gruppe er, at et opslag i gruppen bliver inden for gruppen, mens et opslag i siden også kan ses uden for gruppen.

Det vil sige, at hvis vi slår et rekrutteringsarrangement op på vores gruppe, er det kun os, der er medlemmer af gruppen, der ser det – ikke så smart. Derfor har vi lavet en facebookside, så vi kan kommunikere eksternt mere effektivt. Dvs. nå bedre ud til potentielle medlemmer, og andre der er interesseret i, hvad vi går og laver. Vi er i øjeblikket 83, der syntes godt om facebooksiden, mens der er 182 medlemmer af gruppen. For at facebooksiden virker, skal vi have nogen flere, der syntes godt om/følger siden, sådan at når klubben slår noget op, er der nogen af jeres facebookvenner, der ser opslaget og bliver opmærksom på Horsens Orienteringsklub og vores aktiviteter, og derigennem måske får lyst til at komme at prøve.

Dermed er gruppen beregnet til interne beskeder, som fx: "husk at melde jer til divisionsmatch".

Så hjælp klubbens synlighed, gå ind og syntes godt om og følg Horsens OK's side på facebook.



Klubtur til DM Sprint og FM Sprint Stafet i weekenden 26. og 27. maj 2018

Vi håber, at kunne stille stærkt til start i begge konkurrencer, og arrangerer derfor klubtur.

Vi har reserveret 40 senge i 4-sengsværelser på Hillerød Vandrehjem.

Prisen er 800 kr. pr. værelse, dvs. 200 kr. pr. seng. Dertil kommer mulighed for at købe morgenmad til 75 kr. pr. person + forplejning resten af weekenden.

Tilmelding til madsmikkelsen@yahoo.dk senest den 23. april.

Sprint-stafetten løbes i klasserne:

1. D/H-12 = Født i 2006 eller senere
2. D/H-16 = Født i 2002 eller senere
3. D/H = Åben for alle
4. D/H45- = Født i 1973 eller tidligere
5. D/H60- = Født i 1958 eller tidligere

Der skal være mindst to damer på hvert hold,

For at kunne stille de rigtige hold bruger vi vores Park Tour løb i Horsens Midtby den 8. maj som iagttagelsesløb for ungdomsholdene.

Frivillighed

Ungdomsudvalget består lige nu af Berit Harfot, Maiken Thyssen, Irene Mikkelsen, Andrea Höhnke, Christian Bøje og undertegnede. Mette Kokholm er netop trådt ud. Derfor søger vi et nyt medlem, der har interesse i ungdomsarbejdet i Horsens OK. Gerne en der har lyst til at bidrage med nye ideer og vil hjælpe til med at gennemføre dem. Vi er især interesserede i forældre med børn på stifinder- eller skovfræserholdet.

Samtidig vil jeg gerne takke Mette for hendes store bidrag til ungdomsarbejdet i Horsens OK, og de mange år i Ungdomsudvalget. Hun har været med til at fastlægge linjen for vores aktiviteter og bidraget til masser af arrangementer og hjælp med stort og småt. Heldigvis har hun stadig aktive børn i Horsens OK, og vil stadig bidrage til ungdomsarbejdet, men altså uden for udvalget.

Ungdomsarbejdet er som alt andet i Horsens OK baseret på frivillig indsats. Ungdomsudvalget fordeler nogle opgaver ud og spørger andre om de har lyst til at bidrage. Men da der er masser af opgaver, er du altid velkommen til uopfordret at melde din ressource ind!

Spørgsmål eller kommentarer er velkomne til madsmikkelsen@yahoo.dk



TELF. 75 625477 . SØNDERGADE 36 . DK 8700 HORSSENS

Nyt fra Træningsudvalget

Af Tommy Jakobsen

Åbent hus i Åbjergskoven

Så er 2018 løbet godt i gang med de traditionelle åbent-hus lørdage i januar og februar fra klubhuset i Åbjergskoven. Vi havde ikke helt så mange deltagere som de forrige år, men et gennemsnit på knap 80 løbere er stadig ganske pænt. Der var mange nye ansigter til løbene, og vi håber, at det er lykkedes os at begejstre en del af disse, så vi vil se dem igen til træningsløbene rundt i vores andre fine skove.

Klubmestre i natorientering

Årets første klubmestre er kåret. NightChamp løbet torsdag 22. februar i Silkeborg Sønderskov var også mesterskabsløb i natorientering for Horsens OK, og følgende løbere var de bedste på dagen – eller rettere, aftenen:

	H12: Frederik Brynning Bøje
D14: Theresa Skouboe	H14: Jonas Ellegård Kokholm
D16: Elanor Henriksen	H16: Erik Hedver Thesbjerg
D21: Gréti Péntek	H20: Thomas Emil Jensen
D40: Rikke Holm Jensen	H21: Niklas Ingwersen
D50: Britta Ank Pedersen	H40: Mads Mikkelsen
D60: Susanne Baun	H50: Frank Krog Jensen
	H60: Hans Jørgen Vad
	H70: Tage Baun

Til lykke til alle mestrene. Dato for overrækkelse af pokalerne offentliggøres senere.

Aflyst læringstur

I træningsudvalget glædede vi os over en stor tilslutning til den planlagte læringstur i Husby Klitplantage 15. april, så det var med stor beklagelse at vi måtte aflyse turen. Store dele af området er under bearbejdning, så kortmaterialet er ikke pålideligt og egnet til en læringstur. Det er meget beklageligt, men vi håber i stedet at kunne tilbyde et normalt træningsløb i en af vores lokale skove lørdag den 14. april. I skrivende stund er det endnu ikke afklaret, men vi informerer hurtigst muligt via klubbens hjemmeside.

Divisionsturneringen

Forhåbentligt kan vi stille med et (tal)stærkt hold til årets første divisionsmatch søndag 8. april i Nordre Feldborg plantage. Vi skal møde Silkeborg OK, OK Pan Aarhus og Herning OK – og lad os nu blot vise dem, at vores finaleplads og sølvmedalje sidste år slet ikke var nogen tilfældighed. MEN det kommer ikke af sig selv – det bliver helt sikkert et tæt opgør.

Lørdagsløb – noget vi laver for hinanden!

Træningsløbene om lørdagen er en uhyre vigtig del af klubbens tilbud til medlemmerne, men vi er afhængige af, at alle giver en hånd med at arrangere et løb eller to i løbet af året. I skrivende stund mangler vi et arrangør-team til forårets løb. Det drejer sig om Sukkertoppen 28. april, der byder på fantastisk orienteringsterræn, så det vil være ærgerligt at skulle aflyse. Kontakt Træningsudvalget, hvis du har mulighed for at hjælpe – også selvom du ikke har prøvet at lave baner eller udsætte poster – så finder vi en løsning.



Præsentation af den nye bestyrelse

Hvordan ser de ud, og hvad laver de i bestyrelsen.

Thomas Kokholm



Thomas er vores formand, og efter flere år på posten, er han ikke helt ukendt 😊

Mads Mikkelsen

Alder: 48 år

Orienteringsløber siden 1985.

Indmeldt i Horsens OK i maj 2006.

I bestyrelsen siden 2008.

Formand for ungdomsudvalget siden 2011.

Formand for Ungdomsudvalget og eliteudvalget, på valg i januar 2019.

Orienteringsløb er en fantastisk sport at dyrke, men en meget besværlig sport at arrangere. Vi skal have skovtilladelse, tegne kort, lave baner, sætte poster ud, træne løberne og samle posterne ind igen, og løberne kommer jo ikke af sig selv. Der er til stadighed behov for kommunikation på mange platforme og forskellige aktiviteter for at rekruttere nye medlemmer til sporten. Derfor er jeg meget interesseret i hele klubbens arbejde, for alle indsatser er nødvendige, for at vi kan opretholde vores aktivitetsniveau med gode oplevelser for alle aldersgrupper.

Jeg er jo den i den nuværende bestyrelse, der har været i bestyrelsen længst, så jeg kan forhåbentlig bidrage med at fortælle de nye medlemmer om forskellige sammenhænge i orienteringsverdenen.



Tommy Jakobsen

Jeg hedder Tommy Jakobsen, og er nyslået formand for Træningsudvalget i Horsens OK.

Jeg er en af klubbens yngste H60'ere og som mange vil vide, er jeg på ingen måde den hurtigste hare i skoven. Til gengæld er min begejstring for orienteringssporten helt på højde med de bedste, og jeg vil gerne yde mit beskedne bidrag til en udbredelse af vores fantastiske sport.

Jeg afløser Britta Ank Pedersen på formandsposten, og det er billedligt talt nogle store sko, jeg skal udfylde. Heldigvis er Britta fortsat en del af vores dygtige Træningsudvalg, og hun har lovet at hjælpe mig godt i gang med arbejdet. Udvalget har uændret fokus på at opfylde klubbens formål og visioner. Herunder vil jeg gerne bidrage til at fastholde og udbygge kvaliteten af vores lørdagsløb, og jeg vil være meget åben over for tanker om supplerende træningsformer.

For mange er orienteringsløb en familiesport, dog ikke for mig. Min kone og vores tre døtre har andre udmærkede interesser, ikke på niveau med orienteringsløb, men sunde og lødige interesser alligevel. De har dog alle været med mig til træningsløb fra tid til anden, og det vil ske igen, da de stadig er nysgerrige på den sport, som har fået så solidt et tag i en halvgammel familiefar.



Jette Steffensen

Efter et års familiemedlemskab af vores fantastiske klub, er min ældste søn Benjamin Buhl blevet optaget på elitelinjen på Langmarksskolen. Det stiller jo lidt krav til, at man også yder noget den anden vej. Også som forælder. Så da kassererposten blev ledig i bestyrelsen, øjnede jeg chancen for at give mit bidrag til, at en god klub kører videre, og samtidig kunne jeg få mere indflydelse og en lidt anden indsigt i klubben.

Min erfaring med regnskab er ikke kæmpestor, men jeg har dog en gammel uddannelse på kontor, der involverede regnskab, og har haft egen virksomhed som fysiurgisk massør for år tilbage.

Jeg kan godt lide, at der er styr på tingene, og at bundlinjen stemmer, så med lidt igangsætning fra tidligere kasserer Ole Søgaard er jeg overbevist om, at jeg hurtigt skal komme ind i kampen.

Til dem, der ikke helt ved, hvem jeg er, da jeg jo er ret ny i klubben, får I lige et billede, så I kan genkende mig, hvis I eventuelt skulle have brug for at 'fange' mig en dag.



Per Mønster

Hvem er jeg?

Jeg har været medlem af Horsens OK siden jeg var ca. 13 år (år 1980), så orienteringssporten har været og er stadig en stor del af mit liv. Heldigvis er hele min familie også glade for sporten.

Jeg er medlem af bestyrelsen, og er også formand for breddeudvalget.

I breddeudvalget arbejder vi med:

- ✓ Åbent hus i januar og februar fra vores klubhus i Åbjergskoven
- ✓ Find Vej Dag i april/maj– Landsdækkende event
- ✓ Cross-løb november-marts i samarbejde med DGI Sydøstjylland og 7 andre lokale løbeklubber
- ✓ Diverse ting som henvender sig til bredden.

Ud over arbejdet i breddeudvalget, så hjælper jeg, hvor jeg kan i ungdomsafdelingen.

Ved ungdomstræningen om tirsdagen er jeg voksentræner, d.v.s. at jeg tager mig af forældrene til de nytilkomne ungdomsløbere. Jeg giver dem en forståelse og indblik i sporten. Jeg tager mig selvfølgelig også af nye voksne, som kommer uden børn og gerne vil være med.

Jeg opbevarer klubbens pandelamper og vores nye SportIdent sæt.



Ole Søgaard



Ole har skiftet sin kassererpost i Horsens OK ud med den ledige post som bestyrelsesmedlem.

Frank Krog Jensen

I 2010 meldte min søn (Thomas Emil) og jeg os ind i Horsens OK. I de første år deltog vi udelukkende i tirsdagstræningen, og vi tog det som ren og skær hygge. Dette ændrede vi dog på, da vi på et tidspunkt besluttede, at vi ville prøve at blive dygtigere til at løbe orienteringsløb.

Siden hen er det blevet til en masse træningsløb og deltagelse i mange stævner. I 2016 trådte jeg så ind i bestyrelsen på den ledige plads, der var på det tidspunkt. Mine ansvarsområder er her koncentreret om tre områder.



Det ene område er afholdelse af vores egne åbne løb. I samarbejde med den øvrige bestyrelse beslutter vi, hvilke løb vi skal gå efter at arrangere. I år har vi allerede afholdt vores afdeling af Natuglen – Peer Straarup og hans snart faste team stod for afviklingen af dette løb. Senere på året - den 6. maj – afvikler vores ungdomsløbere hele 3 løb i det samme stævne. Det drejer sig om en 2. og 3. divisionsmatch, Forårsløbet samt en afdeling i Midtjysk Ungdomsliga, som startede sidste år. 19. august afvikler vi JFM lang. I 2019 ligger det fast, at vi på en dato i april igen arrangerer en 2. og 3. divisionsmatch, og i juni arrangerer vi JFM sprint.

I kortgruppen har jeg fået rollen som koordinator eller bindeled mellem gruppen og bestyrelsen. Kortgruppen er en rutineret gruppe, som har rekognosceret skove og tegnet kort i mange år, så gennemsnitsalderen er efterhånden blevet ret høj. Går nogen rundt med et uforløst talent for korttegning, vil vi gerne høre fra vedkommende – vi kan sagtens bruge nye talenter.

I vinterens løb er der i forbindelse med salg af skolepakker blevet tegnet to nye skolekort, nemlig kort over Gedved Skole og kort over Højvangsskolen.

To helt nye korttegnere (Allan Tesbjerg og Thomas Emil) har med vejledning fra et par af kortgruppens rutinerede kræfter sørget for, at disse to kort snart er klar til overdragelse til de to skoler.

Og på den måde fik jeg nævnt det tredje område, som jeg arbejder med, nemlig skoleorientering. Som nævnt ovenfor vil vi gerne sælge de såkaldte skolepakker til skolerne, som får tegnet et kort over skolens område, og efterfølgende laver vi forslag til baner, som kan bruges til forskellige formål i undervisningen. Der opsættes faste poster på skolen, og desuden tilbyder vi skolens lærere, primært idrætslærere et kursus i, hvordan kort og baner bruges. Her bruger vi Anders Bachhausen fra DOF.

Den 22. maj afholdes skolernes Find vej dag, hvor alle skolerne i Horsens Kommune har modtaget en invitation til at deltage med 4., 5. og 6. årgang. Her vil veteranerne med Aase og Jørgen Thyssen i spidsen sørge for, at børnene får en spændende og god dag i Åbjergskoven.

Vi får også løbende henvendelser fra skoleklasser, som spørger, om vi vil lave et orienteringsløb for dem Bygholm Park eller i Åbjergskoven.

Alt sammen tjener det det formål, at vi får kendskabet til orienteringsløb og til Horsens OK udbredt i området, hvilket på sigt skal være med til at sikre en fortsat tilgang til klubben.

Velkommen og farvel (Til udløberen marts 2018)

Af Gitte Mønster

Velkommen til

Jens Jakob Steffensen

Flemming Larsen

Susanne Larsen

Sebastian Larsen

Freja Larsen

Anton Larsen



Farvel til

Bryndis Helgadottir

Simon Karl Martinsson

Emma Birna Martinsdottir

Kristian Helgi Martinsson

Asger Dammand Oxfeldt

Erling Karlson

Ivan Larsen



HorsensGruppen

“Har du brug for nye hårdehvidevarer har vi altid en løsning. Vi har altid reservedele på lager, og vores servicebil kører gerne ud og reparerer. ”

- Erling Bæk

Carl Bæk & Søn A/S
carlbaek.dk
Tlf. 75 62 18 88

Årets idrætsnavn i Horsens Kommune

Af Rasmus Søgaard

Efter sidste års sejre til DM, EM og VM i mtb-orientering var jeg ligesom resten af klubbens jysk/fynske og danske mestre inviteret til Horsens Kommunes hædning af alle mestre i kommunen. Jeg kunne desværre ikke selv deltage, da jeg var i Østrig på skiferie, men jeg var inden hædningen blevet orienteret om, at jeg var blevet nomineret til Advokatgruppen Prisen som årets idrætsnavn i Horsens Kommune.

Det var i sig selv en stor ære at blive nomineret til denne pris, eftersom det er den største idrætspris i Horsens, og tidligere modtagere af prisen tæller navne som landevejsrytteren Magnus Cort, der tidligere har taget sejre i Vuelta a Espana, og sejleren Anne-Marie Rindom, som tog OL medalje i Rio. At jeg senere på aftenen for uddelingen af prisen modtog et opkald fra formand Thomas om, at jeg havde vundet prisen, var kæmpe stort. Det er en kæmpe ære at modtage en pris for ens resultater, og det er fedt at se, at der bliver lagt mærke til en. Det er endvidere med til at udbrede kendskabet til orienteringssporten og specielt mtbo. Med prisen fulgte 3.000 kr. og en blomst, som Thomas i mit fravær modtog.

Da jeg til daglig bor og studerer i Aarhus, var mine resultater for 2017 gennem mit medlemskab i Cykle Klubben Aarhus også indberettet til Aarhus Kommune, hvorfor jeg også her var inviteret til Aarhus Kommunes DM-fest. Her var jeg også nomineret til Mester-Pokalen for årets idrætspræstation. DM-festen bestod i spisning på restaurant Hermanns i Tivoli Friheden og et efterfølgende Award Show. Heldigvis var jeg i Danmark, og kunne således deltage denne aften. Det var et flot show, hvor Ida Corr blandt andre kom og optrådte. Desværre vandt jeg ikke prisen, men det var sjovt at se mit navn blive vist på de store skærme og igen fedt, at orienteringssporten fik lidt opmærksomhed.

Sæsonen 2018 står på en del landevejskonkurrencer, men jeg vil stadig deltage i de store mtbo-konkurrencer og forsvare mine titler til hhv. DM, EM i Ungarn og VM i Østrig.



Klar til DM-fest i Aarhus.



Thomas modtager prisen for årets idrætsnavn i Horsens Kommune i mit fravær.

Klubhuset og materiel

Af Peer Straarup

I det stille foregår der mange ting i og omkring klubhuset. Veteranerne har taget opgaven at holde lidt orden, hjælpe med den grovere rengøring, vedligeholde hus og indbo samt holde lidt øje med klubbens materiel.



Materiel

Der er ryddet op i krogene, skabet i baglokalet er tømt, og indholdet er placeret på nye hylder opsat i kælderen. Alt dette for at hjemtage så meget materiel som muligt fra fjernlageret i Bled. Så måske er tingene ikke helt på samme plads, som sidst du skulle bruge det.

Telte er repareret, og der er lavet fast plads til de nye kunststof-poststativer i kælderen.



Hynder

Sypigerne har indkøbt nyt stof og syet til hynderne på slagbænken. Samtidig har Vibeke nedtaget/vasket/ophængt gardinerne, ja – man skulle næsten tro, at de er nye.



Skilt

Skiltet er taget ned, tørret, slebet, malet og olieret flere gange. Nu kan det nøjes med en rengøring og oliering et par gange om året og vedblive at se ud som nyt.

Glemte sager

Kik lige efter i forgangen en gang imellem i kassen med glemte sager. Måske ligger der noget af dit i der.

!!

Sluk lyset

Lyset slukker automatisk i for- og baggang.

Lyset udenfor skal slukkes på væggen t.v. for telefonen. (forsinkelse på 5 min.)

Lys i øvrige rum skal slukkes manuelt i hvert enkelt rum.

Sidste M/K der forlader huset har ansvaret for slukningen.

Nye hynder på slagbænken

Af Tove Straarup

Som nævnt i Peers indlæg har Vibeke syet nyt betræk til hynderne på slagbænken og en lille flok veteraner hjalp med afmonteringen og igen med montering. Det var et stort arbejde, så nu ser vi gerne, at alle medlemmer er med til at passe på dem.

Derfor beder vi pænt om, at alle forældre/pårørende sørger for, at børnene ikke sidder med sko/støvler på hynderne, ligesom vi beder om, at tallerkener og krus bliver på bordet, mens der spises. Lad være at sidde på slagbænken med tallerken og/eller krus i skødet. Stegefedt, sovs, rød-beder m.v. giver hurtigt nogle kedelige hynder at se på.

Børne-/ungdomslokalet fik lidt oprydning ved Veteranernes sidste arbejdsdag. Efter oprydningen blev det også muligt at gøre rent derinde, hvilket det trængte voldsomt til. Der blev fundet masser af spindelvæv og uhumske muselorte.

Det er ikke, fordi vores rengøringsalfer ikke gør, hvad de kan, men det er umuligt for dem at gøre rent, når det hele roder. Så af hensyn til alment velbefindende og hygiejne beder vi om, at forældre/pårørende sørger for, at børn og ungdom ryder op efter sig efter hvert besøg, så rengøringen kan komme til. Rummet blev i sin tid lavet som et hyggested for børn og ungdom, et sted, hvor de havde det rart uden indblanding fra voksne.



Løbstilmelding – hvad er det

Af Tove Straarup

Tilmelding til åbne konkurrenceløb i Danmark foregår via O-Service, hvor du kan se og læse om alle løb og kurser, der udbydes i Danmark, ligesom du kan tilmelde dig selv og din familie online.

Adgang til O-service kræver login med brugernavn og adgangskode, som du gerne skulle have fået i forbindelse med indmeldelse i klubben. Hvis du ikke modtog brugernavn og adgangskode, skal du henvende dig til mig, Tove Straarup på e-mail.

Når du har lavet dine tilmeldinger, sørger jeg for, at klubbens tilmeldinger bliver sendt samlet til arrangørerne, ligesom jeg samtidig sender betaling til dækning af startafgifter.

Derfor skal du, når du tilmelder dig åbne løb sørge for at have penge på din løbskonto, som jeg administrerer.

Indbetaling til løbskontoen sker på netbank 1551 6305113 (Danske Bank).

Klubben betaler halvdelen af start- og kursusafgifter (ekskl. leje af brik) for ungdomsløberene indtil det år, de fylder 25 år. Eks. i 2018: Født i 1994 giver 50 % tilskud, mens født før 1994 ikke udløser tilskud.

Klubben dækker hele startafgiften til Divisionsmatcher, ligesom de betaler halv startafgift (ekskl. brikleje) for alle medlemmerne ved klubmesterskaberne (dag og nat).

Fristen for tilmelding til åbne løb fremgår af O-services kalender. Da jeg ikke er tildelt ekstra tid til at tjekke om løbstilmeldingen er udfyldt korrekt med klasse/bane og startafgift, bedes du melde dig til, så snart du ved med dig selv, at du vil deltage i løbet. Det giver mig en mulighed for at tjekke, om alt er udfyldt rigtigt.

HUSK! Vælg den rigtige klasse/bane og den rigtige startafgift i O-service.

Du kan læse den sidst opdaterede vejledning til O-service [her](#).



JFM – 19. august 2018

Af Lars Sørensen

Kortet til JFM i Hårsbjerg Plantage (tidligere Tinnet) er ved at være klar. Troels Jensen har været i skoven mange gange for at tegne et nyt kort næsten fra bunden. Det har været et stort arbejde, men Troels har gennem hele forløbet taget udfordringen med et smil.

Tove og Peer Straarup er ved klar til at lave baner og gå i skoven med manilamærker, hvilket sker inden for de næste måneder.

10 skovejere er kontaktet, og har sagt ja til løb. Herudover har 2 skovejere sagt nej, og vi har et område, som vi gerne vil have tilladelse til at løbe i, men området ejes af nogle personer, som vi ikke rigtigt kan finde. Vi prøver dog fortsat på, om de kan findes.

Det betyder, at der er et par forbudte områder på kortet, men banelæggerne tager det som en udfordring.

Det første møde for funktionsledere afholdes den 11. april, og den 21. april er der besigtigelse af stævneplads.

Tag godt imod funktionslederne, når de snart spørger om jeres hjælp.

På stævneledernes vegne (undertegnede sammen med Gitte og Per Mønster).



THYLEGEWEEKEND 2018

Af Birte, Johannes, Erna og Poul Erik

Flere medlemmer har givet udtryk for, at det var ærgerligt, at der ikke blev afviklet Thylege sidste år, og på den baggrund har vi valgt at arrangere Thylege i år, med forhåbning om at mange vil bakke op om dette traditionsrige weekendarrangement.

Det er 46. gang løbet afvikles, og i år bliver det i Stråsø plantage, som i øvrigt skal danne ramme om Påskeløbene i 2019, så man har altså mulighed for at være opdateret på forholdene i plantagen ved at deltage i arrangementet.

Thylege 2018 bliver afviklet i weekenden fredag den 8. juni til søndag den 10 juni, men man kan komme til løbet som det passer bedst fredag eller lørdag.

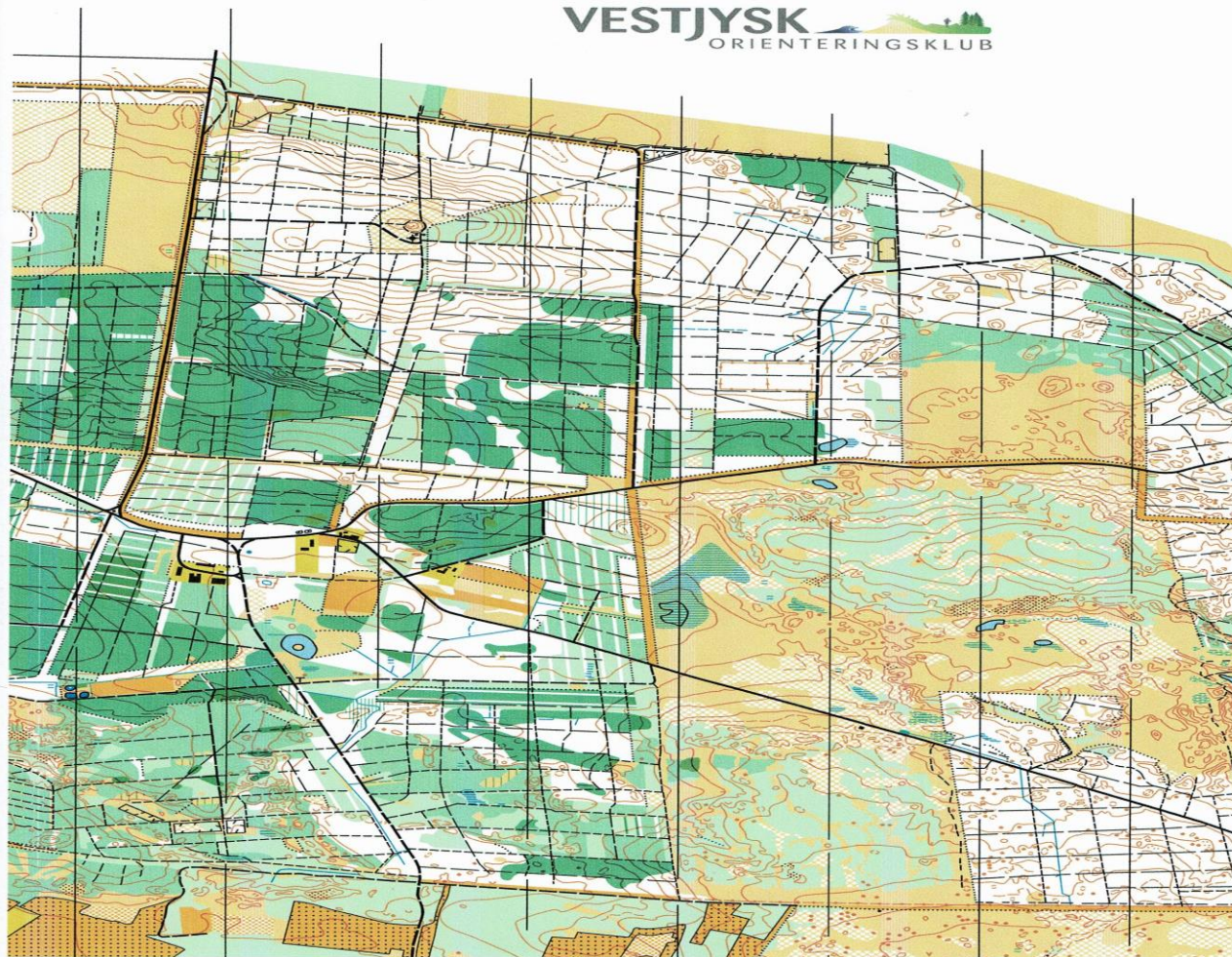


Løbsområdet består dels af åbne områder med indlandsklitter med spredte enebærbuske, dels områder med mange stier med varieret kurvebillede, og nogle få grøfter.

Det er sådan til Thylege, at man kan blive Thylegemester, hvis man vinder den lange bane, som typisk er et kort med forskellige udfordringer alt efter arrangørernes valg.

Man kan kun blive Thymester, hvis man er medlem af Horsens OK.

I år bliver det sådan, at alle baner bliver løbet på O-kort der er fra 2015, og hvor udfordringen på den lange bane (Thylegemesterbanen) er, at det er en sort/hvid kopi af samme kort, hverken mere eller mindre. Der bliver dog mulighed for at løbe samme bane på alm. o- kort uden for konkurrence.



Der afvikles alm o-løb om lørdagen, og pointløb om søndagen.

Der vil være mindre præmier til vinderne på hver bane lørdag og vinderen af pointløbet søndag.

Du kan [klikke her](#) og se den samlede indbydelse og få alle oplysninger om weekendturen.

Overnatning finder sted på Kronhede Lejrskole som ligger 4-5 km fra løbsområdet. Der er 50 sovepladser i hytten, fordelt på 10 værelser, og man kan også vælge at overnatte på græsarealer rundt om hytten, enten i campingvogn eller telt. Der også er bålplads med bænke omkring.





Hvis der bliver behov for det laver vi en kort bane rundt om hytten, hvor der også er mulighed for at se en mindesten for de forskellige tidsaldre, såsom stenalder, jernalder og flere.

Stenen er lavet i 1938 på opfordring af Alfred Kaa, som var lærer på skolen, og som desuden tog initiativ til bygning af forsamlingshuset som ligger tæt på lejrskolen.

Lørdag laver vi fælles aftensmad, som vi som arrangører køber ind til samt laver liste over forskellige opgaver, som skal bemandes i forbindelse med tilberedningen, samt afrydning bagefter.

Resten af måltiderne står man selv for.

Man skal også selv medbringe sengelinned/dyner eller sovepose.

Prisen for at deltage er:	Voksne	325,- kr.
	Børn og unge fra 8-21 år	175,- kr.
	Børn 0-7 år	Gratis

Tilmelding på liste i klubhuset eller til en af arrangørerne senest søndag den 27. maj 2018.

Vi håber på god tilslutning til denne weekend op til sommerferien som afslutning på forårssæsonen.

BETYDER VEJLEDNING NOGET FOR DIG?



"For os er valget af løbesko et spørgsmål om personlig vejledning, der bygger på analyse, kommunikation og erfaring."

Ebbe Nielsen, LØBEREN Aarhus

Besøg os på www.loberen.dk og find mere information om LØBEREN, artikler om løb eller læs om de seneste nyheder indenfor udstyr til løb.

www.loberen.dk

Esbjerg

Lyngby

Roskilde

Vejle

Aalborg

Aarhus

LØBEREN 
- Alt i udstyr til løb

K. WESTERGAARD AUTOMOBILER

Aut. forhandler

RENAULT

Aut. service

VOLVO

Høegh Guldbørs Gade 18 - 8700 Horsens

Telefon 75 62 51 33 - Telefax 75 62 73 32

Nordjysk2dages

Af Vibeke Fenger



Velplaceret i Citroenen sidder jeg og tænker på, hvad jeg kan lære i den følgende Weekend.

Jeg glæder mig! Og hvad fik jeg så ud af det?

Der er et utroligt godt sammenhold i klubben. Alle er velkomne! Selv de, der som jeg, blot går turen rundt!

Dag 1 var Susanne Baun min skygge. Var ret bekymret for det svære terræn. Søndag fik jeg flere tilbud om hjælp - Tage og Susanne Baun samt Frederik Bøje. Tak for buddet fra Jer alle, men jeg klarede det selv og hjalp endda to undervejs.

Tiden betyder ikke noget for mig. Det er meget vigtigere, hvis jeg får nogle unge til at brænde for sporten, fordi de finder rundt.

Jeg fandt ud af, at alle hjælper til med alt det praktiske. Det var fedt at se!

Man skal lige tænke sig om, før man afviser folk ved døren. Lørdag fik vi besøg af fire personer, som lignede nogle, der ville aflevere Vagttårnet, kom målrettet imod fordøren. Det viste sig at være Tove og Peer, samt Susanne og Tage. De

var selvsagt velkomne!!!

Alle er så hjælpsomme. Tak til Troels og Elin samt Susanne og Tage, som alle hjalp mig med det praktiske. Og også tak til alle de andre dejlige o løbere som var med til at forme en dejlig weekend.

O-løbere er også tørstige. Der var temmelig mange flasker af forskellig herkomst i hjørnet af stuen søndag.

Til alle – Tak for Jeres måde at tage imod nye ansigter på.

Ses vi på Fanø?

Sådan fik jeg mod på natløb

Af Susanne Baun

Mit første natløb var – så vidt jeg husker – i sæsonen 2014/15. Løb er nu så meget sagt. Jeg gik det meste af vejen og holdt fokus på kortet. Samtidig prøvede jeg at mane de historier, jeg havde hørt om pandelamper der svigtede og andet uhyggeligt til jorden.

Jeg gennemførte, og har efterfølgende arbejdet mig op igennem banerne fra begynder, let og nu i min egen klasse D 60. Nogle gange med en løbemaker. De fleste gange alene.

Jeg blev inspireret til at prøve kræfter med natløb af Brittias fortælling en aften i klubhuset om, hvordan hun havde fået mod og lyst til natløb, og hvad det havde givet hende af succes på dagløbssiden. Jeg har dog ikke fået samme succes som Britta, men har nok heller ikke været så flittig.

Men pyt – jeg har overvundet mig selv og fundet ud af, at de begrænsninger jeg troede, der var ved natløb, kun var i min fantasi.

Det har været spændende og sjovt at prøve. Og at det ligefrem skulle blive til et klubmesterskab i natløb, havde jeg ikke set komme. Men glad for mesterskabet er jeg helt sikkert.



En begynders personlige livtag med NightChamp

Af Stefan Keller

Min familie og jeg har deltaget i NightChamp-serien hen over vinteren.

Og lad mig nu være helt ærlig, humøret har ikke altid været i top i bilen på vej hjem fra NightChamp, specielt ikke hos undertegnede.

Jeg kan sige så meget, at hvis træer kunne tale, specielt dem som står omkring post 1, 2 og 3, så vil de kunne berette om en forstyrret orienteringsløber, der med eder og forbandelser løber i siksak for at finde posterne. Hvis nogen skulle være i tvivl, kan jeg følges på Livelox.

Hold nu op, hvor har jeg bandet og svovlet derude, og hvor er det godt, at man er helt alene, så ingen kan høre det.

Nu er jeg så heldig at have en meget forstående kone, og hun har formået at få mit humør op igen, inden vi er nået hjem, så stor tak til hende for den psykologiske opbakning.

Samtalen i bilen på hjemturen kan eksempelvis udspille sig som følgende:

Alfred : "Far, hvorfor er du egentlig altid den sidste der kommer i mål?" Stilhed i lang tid..

Stefan: "Vi skulle nu også være kørt noget før hjemme fra, så vi ikke altid har så travlt"..

Elise: "Ja, det kan du godt have ret i skat"..

Stefan: "Og hvem havde ansvaret for at lade pandelamperne op?"..

Elise: "Vi sørger hver især for vores eget udstyr" Lang tids stilhed...

Elise: "Det var også en svær skov at løbe i skat"

Stefan : "Hmm"..

Elise: "Måske du skulle prøve en mellemsvær næste gang skat"..

Stefan: "Hmm"..

Elise: "Du løber jo rigtig stærkt skat, så måske du skulle vælge at blive på stierne og ikke tage chancer" ..

Stefan:"Hmm".

Sådan tror jeg stemningen i bilen har været ved de første NightChamp løb, men efterhånden er det blevet bedre. Og når jeg siger "hmm", så betyder det faktisk, "det har du fuldstændig ret i skat".





For det er netop de ting som gør, at far bliver frustreret til NightChamp. Jeg har måttet erkende, at fordi jeg føler, at tingene begynder at lykkes for mig til orienteringsløb i dagslys, så er det altså noget helt andet, når det bliver mørkt. Og når man som jeg er udfordret på navigationen, mere end på farten i løbet, så gør det bestemt ikke tingene bedre, når mørket falder på.

Efter at jeg fik fundet mit niveau på sværhedsgraden, når jeg løber i mørke, er frustrationerne aftaget, og jeg er begyndt at få succesoplevelser, hvilket er vigtigt for at holde gejsten oppe.

Jeg holder mig så vidt muligt på stisystemerne, så jeg altid ved, hvor jeg befinder mig på mit kort. En lille chance tager jeg da ind imellem, men jeg ved også, hvor meget den kan koste mig på tiden, hvis det går galt. Det skal være et meget sikkert valg eller opfang, før jeg vælger at gå lige på en post om natten.

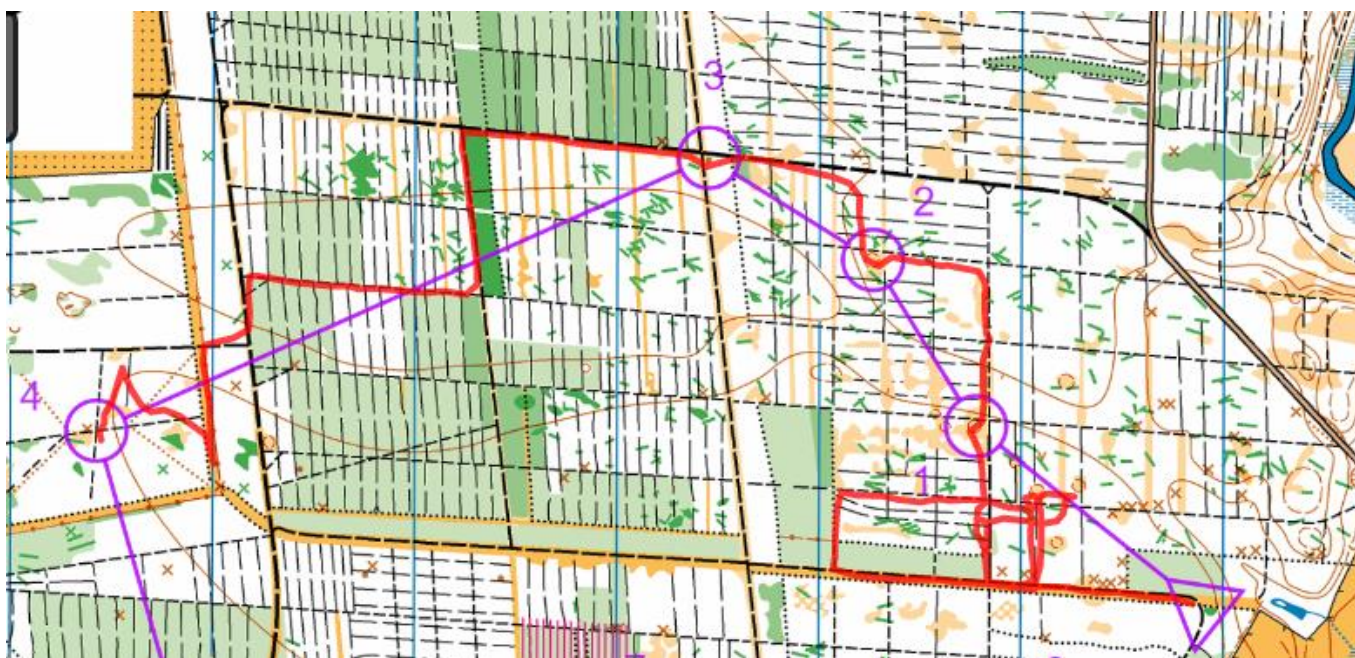
Nu skal ovenstående selvfølgelig forstås "lidt" humoristisk, men alle kan nok nikke genkendende til nogle af situationerne.

Men selv om det er svært at løbe i mørke, så er det også en helt fantastisk oplevelse. Alle sanser er mere skarpe i mørke, lige fra øre, øjne og balancen i underlaget, når man løber, ja selv lugtesansen er skarp, og man dufter tydeligt, om man løber igennem en granskov med den fugtige mos i skovbunden eller i et område med mere åben løvskov.

Selve NightChampserien bliver afholdt yderst professionelt, der er godt humør, og alt fungerer som det skal.

Vi er dybt taknemmelige for, at nogle mennesker har lyst til at stå for det store arbejde med arrangementet, så vi har muligheden for at prøve natorientering! Tak til Henrik Dagsberg og familie for de gode løb.

Og min konklusion er klar: "Man bliver bedre om dagen, ved at træne om natten"



Livellokklip fra Stefans NightChamp 2. afd. Hastrup Plantage

Vinterferie i Alicante

Af Irene Mikkelsen

Efter en LAAANG GRÅ vinter i Danmark var det så SKØNT bare at sætte sig på terrassen foran den lille men moderne campinghytte på Camping Major ved Alicante i Spanien og lade solens stråler forkæle sit ansigt. AAAHHH, det gjorde godt helt ind i sjælen. Naboerne Runa og Allan samt Mette og Thomas med familier havde det på samme måde; af med de tunge vinterfrakker.



Vi var ankommet med fly fra Hamburg til Alicante Lufthavn aftenen før. I ly af mørket kørte vi i lejede biler en halv times tid til Campingpladsen. Nu skinnede solen og fuglene kvidrede. I campingpladsens reception mødte vi svenske Per, som har en lille business med salg af orienteringsferier. Vi købte nogle kort af ham og begav os forventningsfulde ud mod skoven. Og vi blev ikke skuffede!



Pragtfuld strandskov; små-kuperet med enkelte sandbeklædte klitter, der lå som revler i landskabet. Per havde været så venlig at fjerne alle stier fra kortet, så der var fuld fokus på kurveforståelse. Samtidig var bunden helt stenfri og dækket af et lækkert tæppe af fyrrenåle. I starten gik det lidt langsomt, fordi man lige skulle ind på kortet, men senere var det en fryd at lade sig lede igennem de fyrnåletæppebelagte lavninger – med fuld fart på. Per arrangerede træninger med tidtagning, men de største oplevelser var intervaltræning med Jacob og løb med Ella i kurverne. Om aftenen legede alle ungerne dåseskjul og de

voksne slappede af på terrasserne. Det samme tema gentog sig tirsdag til torsdag; løb formiddag og afslapning aften.

Fredag var det sightseeing dag. Vi tog i forskellige retninger. Vores familie tog til Cartagena og så et romersk amfiteater. Det særlige ved dette teater var, at det først var blevet opdaget i 1980'erne. Byen var simpelthen blevet bygget ovenpå.

I weekenden var der løb ved Murcia, som ligger oppe i bjergene. Det var også en tør egn, med løvfrie træer og støvede sten i undergrunden. Selvom jeg havde sagt til mig selv, at jeg skulle passe på, fordi det var en helt anden type orientering, så gik jeg alligevel alt for tidligt ind på kurven, så jeg kom for højt, og dermed missede jeg den slugt, hvor posten lå. ØV! Jeg fik læst mig ind, løb tilbage, fandt slugten, men ikke posten. Videre ud til en større slugt, læste mig ind igen, og tilbage til samme slugt. Denne gang med selskab af en nordmand. Vi var begge helt enige om, at posten skulle være lige her! Men man skulle altså lige én kurve længere ned, så stod den gemt i et tjørnekrat. ØV for en start. Herefter gik det godt. Det var hårdt at løbe i storkuperet terræn med stenet underlag og fjendsk buskads, men ind i mellem fik man belønning i form af en pragtfuld udsigt over store sletter med blomstrende mandeltræer.



Om eftermiddagen var der sprint i byen. Jeg elsker sprint, hvor man kan give den gas uden mudder og uden besværlige grene i undergrunden. Jeg var klar fra starten, og det virkede let. Jeg kunne læse fremad og skulle ikke stoppe overhovedet. Men så gik det desværre galt. Ikke med orienteringen, men på vej ned ad en lille trappe må jeg have fejlbedømt trappetrinnet eller måske kantstenen, så jeg vrikede om på foden. "AV", skreg jeg højt, og en teenagepige stoppede op, men jeg vinkede hende videre. Jeg vidste udmærket, hvad der var sket. Efter nogle dybe vejtrækninger prøvede jeg forsigtigt at støtte på foden. Det gik nogenlunde, lidt mere vægt på, ok, små-lunte, ømt men ok. Så tog jeg kortet frem og løb videre, og snart havde jeg glemt alt om foden, og havde igen fuldt fokus på løbet. Efterfølgende kunne jeg se, at jeg havde strækvindere frem til mit uheld. Det kostede mig 30 sekunder, og dermed førstepladsen. ØV! Men det værste var selvfølgelig, at jeg ikke kunne løbe mellemdistancen om søndagen.

Til vores store overraskelse var det overskyet om søndagen og dermed hundekoldt: omkring 5-10 grader (det var selvfølgelig mere end i DK, men man bliver hurtigt forvænt). Jeg havde fleece og jakke på, og humpede rundt og tog billeder af de glade Horsensløbere som kom i mål. Og dem var der heldigvis

mange af. Min egen lille Jonas er ikke forvænt med sejre, men han (nr. 1) og Kristine (nr. 2) kom på podiet i U10 klassen, lige som Johanne (nr. 1) og Ella (nr. 3) i D12 og Theresa (nr. 1) i D14. Men den glædste af alle var Allan Skouboe, som tog sejren i den åbne røde (mellemsvær) klasse. Allan strålede som en sol, så det var en fryd for alle omkring ham. Tillykke til alle vinderne.



Søndag aften spiste vi sammen og nød den sidste aften i syden. Mandag nåede vi lige et sidste smut til havet inden turen igen gik hjem til vinterkulden og mørket. Tak til alle for en rigtig dejlig vinterferie. Det er ikke sidste gang at turen går sydover i februar.



Nyt fra Veteranerne.

Af Ole Christensen

Veteranåret bliver altid indledt med et tilbageblik på "Året der gik". Således også i år, hvor vi den første mødedag i det nye år så billeder fra alle begivenhederne i det gamle år.

Vi bliver flere og flere veteraner. 45 betaler ind til vores lille kasse, og der møder mellem 25 og 35 frem hver torsdag, hvor der er morgenkaffe kl. 9.



Du kan følge os i "Kalenderen" på klubbens hjemmeside og mød bare op, hvis du har lyst.

Her i vintermånederne bliver vi som regel indendøre, og vi har de første par måneder haft besøg af Carsten Lund, som fortalte om sin spændende tur tværs over indlandsisen på Grønland. Vi har haft besøg af Camilla og Rasmus Søgaard, som fortalte om deres flotte sportslige resultater i 2017 og Palle fra Odense har fortalt os om, hvad fynsk humor kan gøre ved én. På Kjørnesdag blev vi trakteret med gule ærter.

Her i marts begynder så de udendørs aktiviteter, og flere spændende ture venter forude.

En torsdag i hver måned bliver brugt på arbejde i klubhuset, bl.a. rengøring, oprydning, reparation af materiel og inventar, malerarbejde, snerydning, og hvad der ellers måtte være af arbejdsopgaver.

Nu er tiden også inde til postudsætning på tirsdage til ungdomstræningen, hvilket veteranerne har stået for i flere år. Flere dage med skoleorientering venter her i foråret, ligesom vi skal indsamle skrald og affald rundt om Bygholm sø her i april.

Vi ser frem til et godt veteranforår også i 2018.



Resultatgivende "tryksager"



Vores kompetencer ligger inden for produktion af:

- > tryksager
- > webløsninger
- > kommunikation
- > logistik mm.

Vi gør din opgave til en tryk sag!

grafisk forum 
- resultatgivende "tryksager" både online og offline