

-UDLØBEREN-

Medlemsblad for Horsens Orienteringsklub

50. årgang . nr. 255 . januar 2021



Med lidt hjælp kan vi
se frem til lys for en-
den af tunnellen og
igen opleve vores
sport med tidtagning
og stævneplads



Vigtige adresser m.m.

Formand

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

Kasserer

Rikke Holm
Studentervænget 11
8700 Horsens
kasserer@horsensok.dk
tlf. 60 19 72 41

Ungdoms- og eliteudvalg

Mads Mikkelsen
Toftevej 28
8700 Horsens
madmikkelsen@yahoo.dk
tlf. 60 84 20 05

Træningsudvalg

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

Arrangements-, kort- og skoleudvalg

Erna Germann
Kirkebakken 13
8700 Horsens
erna-pe@stofanet.dk
tlf. 23 30 35 47

Breddeudvalg/SportIdent (nyt sæt)

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

MTBOudvalg

Ole Søgaard
Østbirkvej 40
Lundumskov
8700 Horsens
ole.sogaard@gmail.com
tlf. 27 90 10 27

Medlemsregistrering og -ændringer

Carsten Bai
Østerhøjsvej 9
8700 Horsens
carsten.bai@gmail.com
Tlf. 30 32 84 55

Indbetalinger

Kontingent, overskud lørdagsløb m.v.
Spar Nord 9211 4567 683 767
MobilePay 34505

Løbskonto (tilmelding åbne løb)

Spar Nord 9211 035 0100 539 (NYT)

Klubhuset

Åbjergskovvej 6
8700 Horsens
tlf. 75 62 80 73

Udlån

thomas@herbertkokholm.dk

Nøglebrikker og -kode

Finn Grynderup
Jyllandsgade 55
8700 Horsens
grynderup41@gmail.com
tlf. 30 24 52 60

Forbrugsvarer

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

Rengøring

Anne Sofie Harfot

Materielforvalter

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

Kortfiler og SportIdent (gl. sæt)

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 april og deadline er 15. april 2021



Forside: Ny og gammel virkelighed

Formandens årsberetning

Af Thomas Kokholm

Sidder og forfatter denne beretning for 2020 på årets første dage, og kan på mange måder se tilbage på et mærkeligt år – et år der ikke har været normalt på nogen måde.

Året startede flot med et brag af et jubilæum, hvor mange planer op til havde tegnet rammerne for en fejring af klubbens 50-års levetid. Med flot fremmøde og mange dejlige og rosende ord fra de fremmødte, synes jeg, vi fik markeret jubilæet på bedste vis. TAK til alle som var med til at gøre dagen festlig og mindeværdig.



Herefter skete der meget og lidt – det særlige år betød helt konkret, at bestyrelsen i midten af april havde en minutiøs gennemgang af budgettet, hvor det var bestyrelsen magtpåliggende at udvise ansvarlighed med vores økonomi, men samtidig ikke ødelægge den stærke forening vi er, med historisk mange ugentlige aktiviteter.

Med udsigt til, at en række indtægtsgivende arrangementer kunne blive aflyst, bl.a. DM Nat, DM MTBO Sprint, JFM Lang og specielt BERINGSstafetten, var en revision påkrævet. Vi tog i april et forsigtighedsprincipsyn på budgettet, og håbede samtidig, at vi i efteråret ville få lidt mere aktivitet i gang igen – det ved vi nu, at det desværre ikke blev tilfældet.

I en af de mange hjælpepakker, som Regeringen løbende søsatte, var også en hjælpepakke målrettet foreningslivet, og specielt målrettet indtægststab ved motions- eller kulturarrangementer. Vi søgte DGI/DIF-puljen med baggrund i den aflyste BERINGSstafet, og fik her 63.000 DKK. Dette sammenholdt med de reducerede aktiviteter betød, at et budgetteret underskud for året sluttede med et overskud på godt 86.000 DKK.

Det vil være en tilsnigelse at sige, at der er sket meget i det forgange orienteringsår, vi nu kan se tilbage på — og dog synes den vedholdende kreativitet med selvbetjenings-o-løbene at være et særligt



kapitel i vores klubs historie, ja i orienterings-Danmark generelt. Trods en sær og bumpet start er jeg utrolig stolt over, at træningsudvalget har skabt rammerne, og specielt i efteråret fik sikret, at vi nu her i januar og februar kan holde fast i princippet om åbent hus i Åbjergskoven. Ja klubhuset er ikke åbent, men det er skoven.

Opgørelse over udviklingen af antal medlemmer:

Medlemsudvikling	2017	2018	2019	2020	Stigning %
Ungdom (u. 25)	99	99	98	83	-15,3 %
Seniorer	180	180	192	190	-1,0 %
Samlet	279	279	290	273	-5,9 %

• Optalt pr. 10. januar 2021 (2020-tal). Optalt fra det Centrale Medlemsregister.

Det var forventet at en nedlukning og reducere af klubaktiviteter ville få en indflydelse på medlems-tallet. Enhver udmeldelse uanset grund skal vi bruge til at se, hvor vi kan gøre det lidt bedre. Målet på de 350 medlemmer i visionsperioden har taget et skridt baglæns. Lad os tage arbejdstøjet på for at få bredt budskabet omkring naturen som en ligefrem og spændende idrætsarena — og huske at nyttilkomne altid kaster sig ud i orienteringssporten med stor interesse, men skal guides og inviteres til at bidrage til fællesskabet. Så vil vi kunne tiltrække mange flere — og dermed opleve en nettotilvækst på alle områder.

Nu blev ikke alt aflyst, og netop inden det skelsættende pressemøde, havde Natuglen sat sig i kalende-ren, og bød små 90 løbere til pandelampeløb i Bjerre Skov.

Da vi igen kunne gennemføre stævner, var det nye en tom stævneplads — og at vi skulle vente på p-pladsen til det definerede tidspunkt for ens starttid. Et greb der gjorde det muligt at gennemføre JFM Lang i august ude i Velling Snabegård. Der kunne vi byde godt 350 løbere velkommen til et par gode og svære baner. 2020 var også et jubilæumsår for Troels Nielsens VM-bedrift i 1995 — hvor man i september i Grund havde mulighed for en JWOC-revanche. Kan se fra resultatlisten, at næsten 100 dame/herreløbere havde modet til og håbet på at kunne slå Troels tid (27:05), der for 25 år siden in-kasserede en flot 5. plads — i en weekend, hvor han vandt guld i stafetten sammen med Jesper Damgaard og Mads Ingvarlsen.

Udviklingen omkring Covid-19 betød en opblødning af udendørsaktiviteterne, og her var ungdomsudvalget i slutningen af april klar med en tilpasset setup for tirsdagstræning — med forskudt mødetid, hold på under ti personer, afstand og afspritning før og efter træning. Et tiltag som fungerede, og skabte gode og næsten normale træningsmuligheder. Øgningen af forsamlingsloftet til 50 personer muliggjorde, at der kunne afholde en god forårsafslutning. TAK til udvalget for at være pågående og sikre at alle børn og unge har fået adgang til træning.

I september bød også et stærkt team blandt vores Veteraner godt 625 elever fra Højvangsskolen velkommen Boller Overskov, og fik dermed skabt rammerne for et sammenhængende undervisningsforløb i orienteringsløb. Der var tre klasser på hver årgang og mellem 21 og 25 elever i hver klasse, som

altså kom 3 gange hver igennem forløbet. En stor indsats, hvortil der skal lyde en kæmpe TAK til alle involverede og engagerede.



Michael Straube og jeg havde besluttet, at vi ville holde fast i traditionen med et nytårsløb — og vi kan glæde os over, at der var 100 kort ude at løbe, og vi så flere løbe sammen om ét kort. Det glæder os rigtig meget, og viser blot, at traditioner er essentielle — og hvad mere er, at vi som klub har en høj kendskabsgrad.

Jeg vil også gerne gentage min TAK til alle jer, der gør en indsats for klubben. Uden dette er vi ikke en klub, hvor vi kan mødes i et indbydende klubhus. Selvom det har været begrænset i år, så blev der ved genåbningen gennemført de almindelige tirsdagsvagter. Grundet afstandskrav blev det småt med Supertirsdag — jeg glæder mig til at vi igen kan fylde klubhuset og sammen nyde et veltilberedt måltid mad efter en løbetur i skoven. TAK til vores rengøringsmirakel Anne Sofie Harfot.

I 2020 blev det til enkelte flotte podiepladser på de mesterskaber, som blev gennemført. Tillykke til hver af jer — håber I har holdt formen i 2020, og er klar, når vi igen kan få adgang til mesterskaberne i skov og by.

Mange store og små bedrifter og indsatser har ikke været nævnt — det betyder dog ikke, at de ikke har været værdsat. Så TAK til alle for jeres indsatser og bidrag til at skabe rammerne for klublivet i Horsens Orienteringsklub, hvortil at vi kunne gennemføre Løbeskolen, trods en tid med usikkerhed og Covid-19.

En gennemlæsning af de mange opslag på hjemmesiden for 2020 viser, trods vanskeligheder og de svære betingelser, en vilje til at vi skal holde fast i fællesskabet, i motionsvanerne og i at være en klub — lige der ude i Åbjergskoven.

Tak for året 2020 til bestyrelsen og alle medlemmer — og husk så: *“at det vigtigste i orienteringsløb er det, som foregår mellem start-trekanten og dobbeltcirklen!”*.

T. Jøhn



Generalforsamling

Sammenklip fra hjemmesiden

Indkaldelse til generalforsamling for 2021

I indkaldes hermed alle til dette års generalforsamling, til afholdelse den 9. februar 2021 i klubhuset.

Hvis det bliver muligt at mødes og at restriktioner tillader dette.



Generalforsamling

Bestyrelsen indkalder til generalforsamling til afholdelse:

Tirsdag den 9. februar 2021 kl. 19:00 i klubhuset

Dagsorden iflg. vedtægternes §20:

- (1) Valg af dirigent
- (2) Formandens beretning
- (3) Forelæggelse af revideret regnskab
- (4) Behandling af indkomne forslag
- (5) Fastsættelse af kontingent
- (6) Valg af bestyrelse:
 - a. formand
 - b. ungdomsudvalgsformand og 2 bestyrelsesmedlemmer
 - c. Revisor
 - d. Revisorsuppleant
- (7) Eventuelt

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen jvf. punkt 4 skal være formanden i hænde senest den 2. februar 2021 jvf. vedtægternes §23.

På vegne af bestyrelsen

Thomas H. Kokholm

Der er dog med de seneste meldinger ikke de store chancer for at det bliver muligt at mødes fysisk, og ad den vej gennemføre de handlinger som generalforsamlingen foreskriver – herunder godkendelse af regnskab og valg til bestyrelsen. I vil selvfølgelig alle få nærmere besked, hvis vi aflyser.



Hvis en aflysning skulle blive nødvendig, vil bestyrelsen, fsv. de pladser i bestyrelsen, der er på valg, overgå midlertidigt (provisorisk).

Det er bestyrelsens indstilling, at kontingent fastholdes på 2020-niveau. Gennemføres generalforsamlingen ikke, vil det være den kontingent, der vil blive opkrævet umiddelbart efter den 9. februar. Vi har her en binding til medlemsindberetning og dermed opkrævningen fra Dansk Orienteringsforbund, hvorfor det er sund forretningsførelse, at vi har styr på den del af økonomien.

Pt. er regnskabet ved revisorerne, og når det foreligger godkendt vil det være tilgængeligt på den lukkede del af hjemmesiden – dog tidligst efter den 9. februar 2021.

På vegne af bestyrelsen
Thomas H. Kokholm
Formand



Ungdomsudvalgets årsberetning

Af Mads Mikkelsen

Ungdomsarbejdet er som alt andet i Horsens OK baseret på frivilligt arbejde, derfor vil jeg gerne benytte lejligheden til at takke alle, der direkte eller indirekte har bidraget til ungdomsafdelingens aktiviteter!

Ungdomsudvalget er: Irene Mikkelsen, Andrea Höhnke, Christian Bøje, Runa Iversen og undertegnede. Elise Keller er i år stoppet i ungdomsudvalget efter flere års godt arbejde. Velkommen til Troels Nielsen, der ved årsskiftet er trådt ind i ungdomsudvalget.



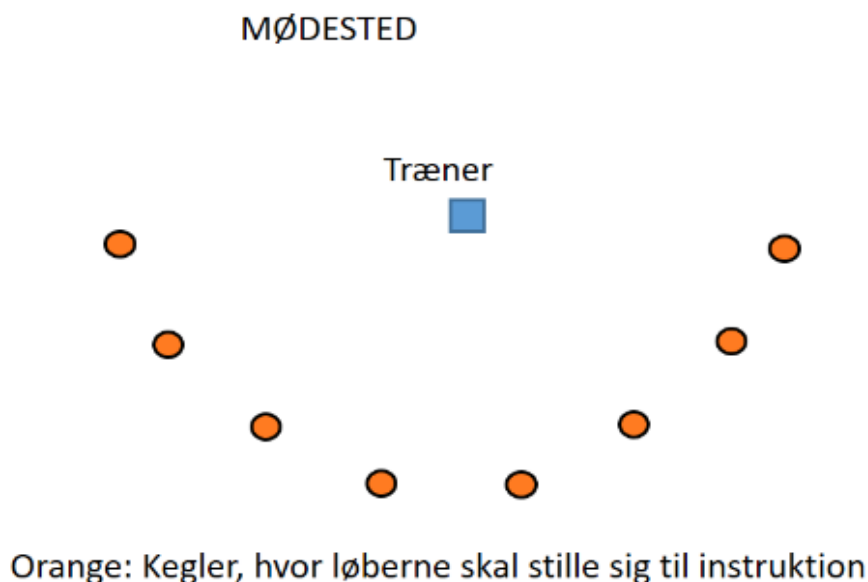
Corona

2020 blev præget af Corona. Den 12. marts blev samfundet lukket ned, hvilket også omfattede orienteringssporten — både organiseret træning og alle konkurrencer blev aflyst.

Efter en bedring i Coronaen blev det tilladt at lave udendørs idræt, og den 28. april stod vi klar med den første Coronatilpassede tirsdagstræning. Trænerteamet med Irene i spidsen udtænkte et setup, så vi kunne gennemføre træningen inden for retningslinjerne. Det betød tilmelding, forskudt mødetid, hold på under ti personer, afstand og afspritning af hænder før og efter træning. Det blev heldigvis taget godt i mod, og da forsamlingsforbuddet senere blev hævet til 50 personer, kunne vi afholde

en god forårsafslutning. Vi startede så tidligt, som vi kunne og også før andre idrætsgrene, hvilket gav en positiv effekt og et godt fast antal deltagere. Men det betød også, at der i forårssæsonen ikke kom en eneste ny ungdomsløber. Heldigvis kom der nye ansigter i sensommeren, da vi igen kunne gennemføre tirsdagstræningen som normalt.

Det er lykkedes at bevare et stort hold trænere i 2020 til tirsdagstræningen, bestående af voksne med erfaring og unge i gymnasiealderen. Med de mange trænere er det muligt at tilbyde en varieret



og udviklende træning, der passer til de enkelte aldersgruppers niveau. Samtidig er det muligt for den enkelte træner at sende afbud, uden at det betyder, at træningen må aflyses.

Irene koordinerer det orienteringstekniske indhold og sikrer dermed en rød tråd i baner og øvelser for de forskellige grupper hen over året. Trænerne har i år vist særlig stor fleksibilitet for at kunne afholde træningerne under Coronaforhold. Astrid Ank Jørgensen er desuden tilknyttet som specialtræner, som vi bruger til sparring, når vi har brug for særlige faglige input eller indlæg.

Tak til trænerne

Skovfræsere 6-8 år: Rasmus Harfot

Stifinderne 9-11 år: Runa Iversen

Konkurrenceløbere 12-14 år: Nicklas Mønster og Elise Keller

Ungdomsløbere: 15-21 år: Mathias Mønster og Mikkel Holm Nielsen

Introhold for voksne og ungdomsløbere +18 år: Træner: Per Mønster (breddeudvalget).

I løbet af året er Ida Thesbjerg, Anne Sofie og Rasmus Harfot, Elise Keller og Mikkel Holm Nielsen stoppet som trænere. I stedet er Laura Holm Nielsen startet som træner for skovfræsere og det yngste hold til vintertræningen. Desuden starter Jacob Klærke Mikkelsen i januar 2021 som hjælpe-træner for ungdomsløberne. Velkommen til de nye trænere – og samtidig en opfordring til dem der har lyst til at være træner til at melde sig!

For at gennemføre en tirsdagstræning, tegner kortudvalget opdaterede kort, Henning Hansen sørger for skovtilladelser, trænerne lægger baner, forbereder og gennemfører træningsøvelser, veteranerne m.fl. sætter poster ud, ungdomsudvalget skiftes til at være vært, forældrene skiftes til at samle poster ind.



— Alt i alt et imponerende stykke arbejde, som ungdomsudvalget takker alle medvirkende for!

Torsdagstræningen

Torsdagstræningen kom også i gang igen. Første træning efter Coronapausen var den 28. maj. Før sommerferien havde vi løberarrangerede løb, hvor løberne bor. På den måde fik vi løbet i Gedved, Torsted, Hatting og Lergraven (nord for Bygholm Sø). Det var sjovt at se løberne selv arrangere løb, så det bliver et koncept, vi gentager på et passende tidspunkt.



Efter sommerferien startede Alberte Thyssen som træner for torsdagsholdet og afløste Nicklas Mønster, som efter mange års ihærdig indsats tager en pause fra torsdagstræningen.

Om sommeren er træningen lagt an på det fysiske, dvs. løb bl.a. med intervaller og distancetræning mv. Om vinteren løber vi orienteringsløb. Alberte har fået en rigtig god start på træningen. I november kom Coronaens 2. bølge og nye restriktioner. Det betød at Night Champ serien, som vi plejer at løbe blev aflyst. I stedet lykkedes det os at afholde en ungdoms Night Champ i samarbejde med Team Vejle Orientering, med tidtagning, højt niveau på banerne og delvis fremmede skove blev der lidt Night Champ stemning.

Dansk Orienterings-Forbunds projekt for Træning af Børn og Unge (TBU)

Horsens OK er en del af TBU-projektet, og har indgået en klubaftale med forbundet. Projektet startede godt med en temaaftermiddag den 19. januar under ledelse af forbundets udviklingskonsulent Tue Lassen. Vi fandt fire områder, der skulle arbejdes videre med i 2020.

- 1) Ungdomsafdelingens værdigrundlag/Træneren som kulturel leder
- 2) Kommunikation og struktureret opfølgning
- 3) Inddragelse af de unge i Horsens OK
- 4) Sociale tiltag for de 6-12 årige (Familielørdag)

Forberedelserne blev desværre ødelagt af Coronaen både i første og anden bølge. Der er blevet arbejdet med de fire områder i løbet af året, men Coronaen giver svære betingelser for at planlægge og arrangere. Det er frustrerende, men vi håber at komme videre i 2021.

Løbsdeltagelse

Ungdomsafdelingen prioriterer deltagelse i konkurrenceløb og ungdomskurser. Årets konkurrencesæson blev pga. Corona meget kort og reduceret til løb i august til oktober. Det betød, at divisionsturneringen og Midtjysk Ungdoms Liga ikke blev gennemført i 2020.



Klubture

Klubture er vigtige for udviklingen af ungdomsløberne. Det giver oplevelser af terræntyper, der ligger langt væk fra de øst- og midtjyske, hvilket udvikler evnen til at omsætte terræn til kort og omvendt. Derfor opprioriterede vi dette område inden 2020, og kunne tilknytte Kristian Vad som turtræner.

Året startede godt med træningsdage til Rold Skov og Nørlund ved Herning. Men de planlagte ture til Göteborg og 10-mila ved Stockholm blev aflyst. Efter sommerferien havde vi en træningstur til Rold Skov/Hobro. I efterårsferien gik turen til Nordjylland, og vi sluttede i november med en tur til Ålum/Fussingø.

Turtræningen blev suppleret med, at Kristian tilbød træning på Silkeborgs og OK Pans Coronaløb. Træningen foregik ved, at de interesserede ungdomsløbere mødtes med udprintede kort og løb bane som intervaller med jagtstart for på den måde at træne orientering med høj intensitet. Kristian kunne se, hvordan løberne løb og efterfølgende evaluere. En god og effektiv træning i næsten fremmede terræner.

Ungdomsafdelingen arrangerede også klubbetur til DM weekenden i Hillerød. Turen blev arrangeret, for at alle kunne få mulighed for at tage med til mesterskabsstævnerne.

Løbeskole

Igen i år kunne vi holde løbeskole. Det var med Ida og Erik Thesbjerg, Anne Sofie Harfot og Alberte Thyssen som trænere. Trille Ditlevsen og andre veteraner stod for mad og mange andre praktiske gøremål. Sommerens løbeskole blev en succes for de 20 løbere.

Sociale arrangementer

Ungdomsudvalget har henover året kun lavet få sociale arrangementer, igen har Coronaen givet begrænsninger. Ingen lagkageløb, bål og snobrød, BERINGSstafet eller bowling. Men sociale arrangementer har stadig høj prioritet og ungdomsudvalget vil gerne have input og hjælp til sociale arrangementer

Sportslige resultater

Ovenpå de ekstraordinært gode år i 2016-2018 er det positivt, at antallet af vundne DM medaljer i 2019 kunne gentages. Der blev i år kun løbet 3 DM løb, idet DM Nat, Ultralang, Sprint stafet og Stafet blev aflyst.

Antal ungdomsmedaljer til DM fordelt på år:

	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Antal	2	2	9	10	18	19	21	9	9

Medaljerne blev vundet af følgende 5 løbere:

DM medaljer 2020	Mellem	Sprint	Lang
Astrid Lykke Nielsen, D-10			Guld
Kristine Skouboe, D-10 / D-12	Bronze	Bronze	Bronze
Lukas Bergmann Verhelst, H-12		Bronze	Guld
Theresa Skouboe, D-16	Sølv		
Elanor Henriksen, D-18		Guld	Guld

Ungdomsløberne vandt 16 medaljer til Jysk Fynske Mesterskaber (JFM), hvilket var meget tilfredsstillende (JFM stafet i år blev aflyst).

Jysk Fynske medaljer 2020	Sprint	Lang
Astrid Lykke Nielsen, D-10 / D-12	Bronze	Guld
Kristine Skouboe, D-10 / D-12		Bronze
Eskild Stig Nielsen, H-12	Bronze	
Lukas Bergmann Verhelst, H-12	Guld	Guld
Johanne Skouboe, D-14	Guld	Bronze
Ella Klærke Mikkelsen, D-14	Sølv	
Theresa Skouboe, D-16	Sølv	Sølv
Elanor Henriksen, D-18	Bronze	Sølv
Anton Andersen, H-16		Bronze
Alberte Loft Thyssen, D-20	Guld	Bronze

Dansk Orienterings-Forbund har i 2020 igangsat en ny landsholdsstruktur. Det betyder bl.a., at der er oprettet et U-18 landshold for løbere på 15-18 år. Holdet blev udtaget i december, og fra Horsens OK blev 4 løbere udtaget. Det er Theresa Skouboe, Elanor Henriksen, Jonas Kokholm og Jacob Klærke Mikkelsen. Jonas og Jacob er også udtaget til U-18 landsholdet i 2021. Theresa og Elanor er også udtaget, men er ved årsskiftet skadede og deltager derfor pt. ikke i landsholdsaktiviteterne.

Lukas Bergmann Verhelst vandt klubbens Championpokal, som resultat af en rigtig flot sæson.

Ungdomsudvalget er meget tilfredse med og stolte af de mange flotte resultater.

Runa Iversen blev valgt som årets ungdomsleder. Runa har efter et par år som hjælpetræner i efteråret været træner for stifinderne, som er de 9-11 årige løbere. Desuden har Runa i flere år bidraget i ungdomsudvalget. Det blev værdsat af forældre og løbere.



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

Beretning fra den nye kasserer

Af Rikke Holm

Jeg ved godt, at I ikke normalt plejer at læse en beretning fra kassereren, og jeg vil heller ikke fortælle så meget om regnskabet, da det er i godkendelses-processen hos revisorerne. Når det er godkendt, bliver det fremlagt på generalforsamlingen, ellers tilgængeligt på den lukkede del af hjemmesiden, som Thomas Kokholm har skrevet.

I stedet vil jeg bruge lidt tid på at takke alle dem, der har hjulpet mig som ny kasserer og ikke-økonomi-uddannet. Beretningerne fra de forskellige bestyrelsesmedlemmer er deres fortælling fra det forgangne år. Så her kommer min.

Først en tak til Ole Søgaard, der hjalp mig i gang med forståelsen af opbygningen af regnskabet og alle de forskellige offentlige adgange man behøver for at kunne styre økonomien i en forening.

Et stort aktiv for klubben er Tove Straarup med alle de funktioner hun varetager, hvilket hun velfortjent har modtaget klubbens Fiduspokal for i år. For mig er der flere ting, som hun hjælper med. Hun styrer jeres penge til løbstilmelding. Sommetider skal hun låne af klubben, hvis medlemmernes indbetaling ikke følger med deres tilmeldinger til løb, men det har hun godt styr på. Når vi afvikler åbne løb, står hun også for regnskab. I år har hun stået med regnskabet til Natuglen, JFM lang og JWOC revanche i Grund. Det er en glæde at modtage et regnskab fra hende, for det stemmer, og der er styr på bilagene. Det samme gælder for de indkøb, der laves til klubhuset, som hun også holder styr på.

En tak skal lyde til Carsten Bai, der holder styr på medlemsregistrering. Han står for indmeldelse og udmeldelse samt opgørelse af medlemstal. Det er også en stor hjælp, at jeg trygt kan stole på, at han har styr på, hvor mange medlemmer vi har i hver alderskategori, samt at nye medlemmer får en flot velkomsthilsen med introduktion til klubben.

Nu kommer der en masse personer, som hjælper med at holde regnskab på nogle af de mange aktiviteter, der er i klubben. Susanne Svendsen er den evige utrættelige "madmor", der sørger for, at der er kage, øl, vand til træningsløb (desværre ikke så meget i 2020 p.g.a. alle restriktionerne). Hun sørger også for, at der er kakao, kaffe og the at sælge ved træningsløbene fra klubhuset i årets første to måneder. Og er der ikke nogen til at tage kagevagten, klarer hun også den. I år er vi desværre gået glip af hendes gløgg og æbleskiver i forbindelse med juleløbet i Bjerre. Jeg håber, at hun får muligheden igen i 2021. Når vi snakker klubaftener, så skal der også lyde en stor tak til Aase Thyssen, der sørger godt for os til medlemsmøder og generalforsamlinger, samt holder regnskab over den udgift. Sammen med flere andre klubmedlemmer styrer hun også skoleløb, som klubben har fået et pænt tilskud til fra DGI og DIF.

Jørgen Skovby står for indkøb, når klubbens grå guld – veteranklubben – samles. Det regnskab styrer han og samler sammen, så jeg ikke skal bruge tid på at udbetale for en pakke smør og et brød alt for tit. Veteranerne er alle et stort aktiv for klubben, da de holder orden i vores klubhus inkl. den månedlig hovedrengøring, sætter poster ud til ungdomstræning, har styr på materiel (selvom de ikke vil have den opgave), laver nye borde og bænke til os, og mange flere ting. Ole Christensen styrede i foråret en affaldsindsamling i vores dejlige skov – Bygholm. Han sørgede for sammen med en gruppe af veteranerne, at skoven blev rensat for affald og Corona-restriktionerne var overholdt. Det udløste en donation til klubben på 3000 kr. fra Ren Natur. Mange tak for den hjælp.

Tak til Lars Sørensen for en stor hjælp med ansøgning til forskellige fonde. Jeg er taknemlig for, at du vil påtage dig den opgave. Det dejlige er, når jeg modtager en mail fra dig, om at jeg kan forvente, at



der går x antal kr. ind på kontoen, fordi din ansøgning er blevet accepteret. Jeg arbejder i forskerverdenen, hvor min løn afhænger af, at fondene synes min forskning er spændende, så jeg ved hvor svært det kan være at komme igennem med en ansøgning.

Ungdomsafdelingen er en stor post i klubbens regnskab, men det er også fremtiden for klubbens overlevelse. Derfor tak til Mads Mikkelsen for at holde styr på det regnskab for de forskellige ungdomsture både i ind og udland. Desværre ikke så meget udland i 2020, men jeg håber, at det bliver en mulighed igen, mens jeg er kasserer.

Sidst vil jeg gerne takke Karen Sieg og Susanne Reindahl for revidering af mit første regnskab for Horsens Orienteringsklub. Jeg kan garantere, at de varetager medlemmernes interesse; mange bilag er blevet kigget igennem. Jeg håber, at næste års regnskab bliver mere overskueligt for jer, nu jeg har fået større forståelse for det at lave så stort et regnskab.

Der er mange personer, der yder noget for klubben, som vedrører regnskabet indirekte, I får også en tak for at have hjulpet klubben og dermed også mig i 2020. Jeg er selv blevet meget klogere på regnskab og økonomi og alle de mange ting, der sker i klubben. Jeg ved allerede nu, at 2021 heller ikke bliver et "normalt" år, men jeg håber, at det at føre regnskab for Horsens Orienteringsklub bliver lidt nemmere. Jeg håber også, at mine 'hjælpere' fortsætter deres gode arbejde.



En stor og varm tak til de sponsorer og fonde der har støttet
Horsens Orienteringsklub i 2020

grafisk forum 



GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867



Skiudvalgets årsberetning

Af Ole Søggaard – Foto Bent Hjarbo

Skiafdelingen er en lille afdeling i Horsens OK med 8 medlemmer med hovedinteressen på langrend.

Pt. er de mest aktive Anne Boye-Møller og undertegnede, der de sidste mange år har deltaget i DM i langrend, som har været afholdt i uge 5 i Norge ved Kvitåvatn Fjellstue nær Rjukan og Gaustatoppen.



Således også i 2020, og her var Anne så ubeskeden, at hun tog guld i alle løb – sprint, kort distance, duatlon (med både klassisk og fri stil) og lang distance – i sin klasse. Virkelig en meget flot bedrift.

Vi har de seneste år forsøgt at holde rulleskiene i gang hen over sommeren, men om det er Coronaens restriktioner, der har demotiveret os, ved jeg ikke, men det er i hvert fald ikke lykkedes at få det til at fungere i 2020. Ikke at det i forhold til træning til DM gjorde så meget, for dette års

DM er nemlig blevet aflyst ☹️

Vi håber, at det vil lykkes i år, så hvis du har lyst til at prøve at rulle med os, hører vi gerne fra dig. Vi løber på både klassiske og skøjterulleski.



Træningsudvalgets årsberetning

Af Tommy Jakobsen

2020 skulle have været det store jubilår for 50-års jubilaren Horsens Orienteringsklub, men ikke meget er gået som forventet. Set med Træningsudvalgsformandens briller har det til tider været en frustrerende rejse, hvor skiftende retningslinjer og tvivlsom rådgivning har dannet rammerne, som vi



har skullet agere indenfor. Særligt omstændighederne omkring løbspausen i foråret og aflysningen af klubmesterskab nat i efteråret var meget frustrerende. Jeg vil ikke bruge mere plads på disse hændelser i beretningen, men står naturligvis til rådighed, hvis der ønskes en uddybende forklaring af beslutningerne i disse situationer.

Omvendt har det også været et spændende år, hvor der skulle improviseres for at få etableret sikre træningsmuligheder. Vi er blevet tvunget ud af de kendte rammer, og det har været spændende at se, hvordan nye initiativer i de fleste tilfælde er blevet rigtig godt modtaget. Tak for det.

Hermed en gennemgang af det som er gennemført i 2020, og et par ord om det der måtte aflyses.

Træningsløb

Inden nedlukningen i marts nåede vi at afvikle de traditionelle 8 træningsløb i Bygholm samt et enkelt træningsløb samme weekend som læringsturen til Husby.

Herefter fulgte 6 uger uden træningstilbud.

Fra uge 17 til 31 afviklede vi 10 Selvbetjenings-O-løb med varierende åbnings-tider fra 1 til 7 dage.



Fra uge 32 lempedes restriktionerne, og vi kunne igen afholde træningsløb med tidtagning, men stadig under iagttagelse af en række forholdsregler. I denne periode afviklede vi 8 træningsløb.



Fra uge 44 strammedes restriktionerne igen, og vi greb i værktøjskassen efter de kendte Selvbetjenings-O-løb. Dem fik vi endnu 8 af frem til årsskiftet.

Desværre måtte vi i årets løb aflyse 2 træningsløb pga. mangel på arrangører. Det var Hansted i februar og Barrit i oktober. Aflysninger er ærgerlige, så allerede i efteråret tog vi skridt til at forberede 2021-sæsonen. Vi henvendte os via e-mail til medlemmerne for at vurdere, hvor mange løb der ville være arrangører til. Jeg har modtaget en del kritik for denne fremgangsmåde, men resultatet taler for sig selv: I skri-

vende stund den 31. december 2020, har vi arrangørerne på plads til mindst 27 af træningsløbene i 2021.

Trods alt blev det til i alt 35 træningsløb i 2020. Det er helt på niveau med de forrige år, så de 6 ugers pause i foråret blev undervejs udlignet af træningsløb i weekends, hvor mesterskabsløb blev aflyst. Vi kender ikke det præcise deltagerantal ved Selvbetjenings-O-løbene, men baseret på indtægterne via Mobilepay har vi i årets løb haft et gennemsnitligt deltagerantal på 77 løbere, hvilket er en stigning på 10% i forhold til 2019. Samtidig ved jeg positivt, at mange har benyttet vore naboklubbers tilbud flittigt, så vi kan konkludere, at vore medlemmer har været yderst aktive i det forløbne år.

Teknisk træning m.v.

Træningsudvalget har i 2020 haft følgende orienteringstekniske tilbud:

- Lige inden nedlukningen i marts nåede vi en velbesøgt læringstur til Husby Klitplantage. Britta og Hans Jørgen havde lavet et par udfordrende og spændende løb i det barske vestjyske terræn.
- Skriftlige oplæg til hvert enkelt af sæsonens vigtige løb (omend der ikke var mange af dem).

Der har i efteråret været planlagt kurser i banelægning og i Condes, men de har desværre måttet aflyses pga. forsamlingsloftet.

Tirsdagstræning

I perioderne, hvor voksne har haft adgang til sommerhalvårets ungdomstræninger, har det været muligt, for interesserede voksne løbere, at møde tidligt til træningerne i omegnens skove om tirsdagen. Ungdomstræningen starter 18.00, men fra 17.30 har Træningsudvalget stået klar med et løbskort til en svær, kort bane. Tilbuddet har ikke resulteret i mange nye træningsdeltagere, men nogle få er det da blevet til, og der synes at være tilfredshed med initiativet. Det vil derfor fortsætte en periode endnu med hjælp fra Per Mønster.

Styrketræning

I januar og februar gennemførte vi et nyt træningstiltag i holdsalen hos Fit&Sund i Dagnæs. Her var Hans Jørgen Vad den kompetente instruktør på en ugentlig styrketræning 7 onsdage i streg, med henblik på at gøre deltagerne bedst mulig forberedte til sæsonen.

Det var planen, at denne træning skulle gentages primo 2021, men det bliver desværre ikke muligt pga. de gældende restriktioner.

Divisionsturnering

Bid for bid blev alle elementer af divisionsturneringen 2020 aflyst. Det skulle ellers være første år med en ny struktur, hvor vi nu skal løbe 3 indledende matcher, og en af disse skulle være en sprintkonkurrence. Vi må vente til 2021 for at se, hvordan dette vil påvirke vore muligheder. Vi har jo DM-sølvmedaljer fra 2017 og 2019 at forsvare eller forbedre. Noget tyder på, at vi er gode i ulige år, så måske 2021 bliver rigtig godt.



Danske mesterskaber og Jysk-Fynske mesterskaber

Mange mesterskaber blev aflyst, men 3 DM'er og 2 JFM'er blev det dog til.

Løbere fra Horsens OK opnåede fine resultater – både til DM og til JFM. Stort tillykke til dem (opgørelsen her omfatter blot klubbens seniorløbere. Ungdomsløberne er nævnt andetsteds):

Klasse	Løber	DM			JFM	
		Sprint	Mellem	Lang	Sprint	Lang
D45	Irene K. Mikkelsen		2.			
D45	Rikke Holm Jensen	1.		2.	1.	2.
D45	Mette E. Kokholm				2.	
D50	Susanne L. Thyssen				2.	
D60	Britta Ank Pedersen				2.	3.
D65	Tove Straarup					3.
D70	Elin Holm Jensen				2.	1.
D70	Trille Ditlevsen					2.
D75	Aase Thyssen				2.	
H45	Troels Nielsen				1.	2.
H50	Carsten Thyssen				1.	3.
H50	Mads Mikkelsen				3.	
H50	Kent Kragh	3.				2.

Klubmesterskaber

Klubmesterskab nat i 2020 måtte desværre aflyses ikke mindre end 2 gange.

Til gengæld havde vi held til af afvikle dag-klubmesterskabet søndag den 4. oktober i Hjermand Skov med 62 deltagere fra Horsens OK.

Tillykke til vinderne som var:

Klasse	Klubmestre 2020 (dag)	Klasse	Klubmestre 2020 (dag)
D10	Kristine Skouboe	H10	Jonas Mikkelsen
D14	Ella Mikkelsen	H12	Lukas Bergmann Verhelst
D20	Theresa Skouboe	H14	Frederik Brynning Bøje
D40	Rikke Holm Jensen	H20	Jacob Klærke Mikkelsen
D50	Berit Harfot	H21	Mátyás Pentek
D60	Britta Ank Pedersen	H40	Kent Kragh
D70	Elin Holm Jensen	H50	Mads Mikkelsen
		H60	Peer Straarup
		H70	Egil Nielsen
		H80	Holger Mikkelsen

Championpokalen

Det blev en lidt amputeret konkurrence om Championpokalen 2020 med blot 6 tællende løb. Det skal dog ikke forklejne den indsats som Lukas Bergmann Verhelst har ydet for at vinde den. Via førstestaplader i DM-lang, JFM-sprint, JFM-lang og i klubmesterskabet, samlede Lukas imponerende 594 point af 600 mulige. Et stort tillykke til Lukas. Der var også ungdomsløbere på de næste pladser: nr. 2 blev Theresa Skouboe og nr. 3. Blev Astrid Lykke Nielsen. Rikke Holm blev bedste seniorløber på en 4. plads.

Orienteringsligaen på Facebook

Det er måske ikke så vigtigt, men Horsens OK ligger stabilt placeret (aktuelt nr. 3) blandt de bedste klubber på Dansk Orienterings-Forbunds Facebookliga. Vi er således blandt de bedste til at skabe trafik på vore Facebookopslag, og det er rigtig flot. Det handler om at sprede budskabet om vore aktiviteter, så vi kan blive endnu flere løbere i klubben, og i den forbindelse skal man ikke underkende de sociale mediers betydning.

Træningsudvalget

Træningsudvalget har i 2020 bestået af: Hans Jørgen Vad, Henning Hansen, Henrik Henriksen, Britta Ank Pedersen og Tommy Jakobsen.

Skulle der sidde et klubmedlem med interesse for Træningsudvalgets arbejdsområder, skal du være meget velkommen til at kontakte undertegnede. Måske er det noget for dig, at deltage i udvalgsarbejdet?

Udover udvalget har følgende bidraget til gennemførelse af Træningsudvalgets aktiviteter i 2020 og de fortjener en stor tak for arbejdet:

-  Runa Iversen: Regnskabsfører for Championpokalen
-  Carsten Lund: Opdatering af informationer om lørdagsløb på hjemmesiden

Henning Hansen har igen i år udført et kæmpe arbejde med at skaffe de skovtilladelser, som er baggrunden for, at vi kan afvikle vore træningsløb. I år har opgaven været særlig udfordrende med mange ønsker om ændringer med kort varsel. En stor tak til Henning for denne indsats.

Også en stor tak til alle de medlemmer, der påtager sig at arrangere lørdagsløb året igennem. Tak for indsatsen i 2020 – vi håber, at I vil give en hånd igen i 2021.



Breddeudvalgets årsberetning

Af Per Mønster Jørgensen

Da året startede var det før Corona-tiden.

Vi var som vanlig vært ved vores åbent-hus træningsløb i Bygholm i januar og februar. Mange positive tilbagemeldinger og vi så frem til, at kunne invitere de interesserede med til vores tirsdagstræninger, som ungdomsudvalget jo står for. Breddeudvalget er til stede med henblik på, at hjælpe nye voksne i gang.

Så kom Corona og

Hen på sommeren så det jo forholdsvis fint ud, og vi troede på, at vi ville kunne afholde cross-løb i december. Cross-løbs-udvalget med DGI i spidsen har afholdt mange møder og afstemt med de deltagende klubber hen ad vejen. Det er jo en cross-løb-serie som afholdes af DGI Sydøstjylland sammen med i alt 7 løbeklubber. Men så gik det jo som bekendt den helt forkerte vej, og første afdeling blev udsat, og senere måtte vi helt aflyse hele serien.

2021 er nu i gang, og vi må stadig konstatere, at det ikke er muligt at afholde vores populære "åbent hus" arrangement med løb, boller, kakao og eftersnak i klubhuset, som vi er vant til.

Dog er der stadig løb i Corona-venlig udgave, dvs. uden tidtagning og mandskab, som vi efterhånden er blevet vant til. Her kan man deltage fra middag lørdag til middag søndag. Dejligt at vi i det mindste kan dette.

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



Kortudvalgets årsberetning

Af Erna Germann

På Kortudvalgets vegne vil jeg berette om årets gang.

Korttegnerne har været meget aktive i 2020.

Følgende skove er tegnet/revideret:

-  Bygholm
-  Provstlund
-  Skanderborg Dyrehave
-  Stagsrode
-  Velling Snabegård
-  Åbjergskoven

Velling Snabegård er anvendt til JFM Lang i august.

I 2021 bliver følgende skove tegnet/revideret:

-  Barrit Sønderskov
-  Bygholm/Åbjergskoven
-  Hansted
-  Juelsminde
-  Nim
-  Palsgård
-  Rold
-  Skærven, påtænkes
-  Nørrestrand
-  Stensballeskolen
-  Bygholm Park/Sprintkort

Med undtagelse af få kort bliver de alle tegnet i OCAD-programmet. Alle kort er georefererede til stor glæde for alle, der bruger O-Track, hvilket mange løbere anvender til sammenligning af vejvalg, mellemtider og den endelige tid. I disse Corona-tider er dette program et godt alternativ til vores ellers så velkendte tidtagning.

OCAD rentegningskursus

Alle landsdækkende kurser har været aflyst, men der er gennemført en del lokale klubkurser i rentegning med OCAD. Der blev afholdt et kursus i december, som blev det første af sin slags afviklet online. Det viste, at det fint kan lade sig gøre, og det er en undervisningsform, der vil blive arbejdet videre på. Fra vores klub deltog Poul Erik Christensen.

Har du lyst til at stifte bekendtskab med rekognoscering af skove eller rentegning, er du velkommen til at kontakte mig.

I "normale" tider mødes vi i klubhuset ca. 4 gange om året, hvor vi gør status over opgaverne og planlægger det videre forløb.

O-Service

I O-Service ligger der en database som indeholder en oversigt over klubbens kort. I skrivende stund er databasen ved at blive opdateret.

Faste poster/Find-Vej-I kan du finde på www.findveji.dk. Horsens OK har p.t. 5 kort med faste poster. Disse kort er alle ved at blive gennemgået. Skovene vil blive besøgt, så vi er sikre på, at pælene står, hvor de skal stå.

Korttegnergruppen består p.t. af følgende

Troels Jensen, Michael Straube, Poul Erik Christensen, Jørgen Thyssen, Nikolaj Nielsen og Erna Germann.



MTBO-udvalgets årsberetning

Af Ole Søgaard

MTBO er en voksende aktivitet i DOF, og det er glædeligt, at flere fra klubben har fået lyst til at finde cyklen frem og være med, når der inviteres til MTBO-løb.

Vi kan stadig prale af at have nogle af de mest succesfulde MTBO'ere i Danmark med 2 deltagere på det danske landshold: Camilla Søgaard og Oliver Friis.

Det er dog ikke fordi, de har været meget i aktion i 2020. MTBO har ligesom alt andet været ramt af Corona-restriktionerne, hvilket betød at WorldCups, EM og VM blev aflyst.

Horsens OK skulle have stået for MTBO DM Sprint i Grenå i juni, men det blev aflyst ligesom de øvrige DM-løb i samme weekend. Vi satser dog på, at vi kan afholde løbet den 25. juni i år, og vi er så småt i gang med at få samlet op på stumperne fra sidst. Vi vil få brug for nogle hjælpere i forbindelse med arrangementet, så vi håber, at vi kan trække på nogle klubmedlemmer i den forbindelse.

Kører du MTB og har lyst til at prøve kræfter med MTBO hører vi gerne fra dig. Klubben har nogle kortholdere, som man kan låne i forbindelse med et arrangement eller løb. Vi har ikke umiddelbart kræfter til at arrangere træning, men der er en del klubber, der arrangerer træning og løb, hvor alle er velkomne.



Eliteudvalgets beretning

Af Mads Mikkelsen

Eliteudvalget i Horsens OK består pt. af undertegnede.

2020 blev et år helt uden internationale konkurrencer, da alle konkurrencer i både MTB-O og Fod-orienteringsløb blev aflyst.

MTBO

Camilla Søgaard og **Oliver Friis** har i 2020 været udtaget til MTBO-landsholdet.

MTBO-landsholdet gennemførte få af de planlagte træningssamlinger og aflyste resten.

Camilla og Oliver fortsætter på landsholdet i 2021.



U-18 landsholdet

Dansk Orienterings-Forbund har med start i 2020 ændret landsholdsstrukturen og indført et U-18 landshold. Theresa Skouboe, Elanor Henriksen, Jonas Kokholm og Jacob Klærke Mikkelsen blev udtaget til holdet!

Målet med U18-landsholdet er at motivere unge talenter til at stræbe efter en fremtidig elitekarriere, og samtidig sikre viden og forståelse for, hvad træning på eliteniveau indebærer. U-18 landsholdet er således et udviklingslandshold. Udtagelsen gælder for et halvt år af gangen, og indebærer ikke

mesterskabsdeltagelse. For at blive udtaget til at løbe mesterskaberne skal løberne udtages på baggrund af præstationerne i de fastsatte udtagelsesløb. I U18-regi blev der også pga. Corona kun gennemført ca. halvdelen af de planlagte træninger.



Eliteudvalget, bistået af klubbens formand, er ansvarlig for **Team Danmark samarbejdsaftalen** mellem Team Danmark, Horsens Kommune og Horsens OK. Aftalen blev fornyet i starten af 2020, og gælder for de næste 4 år. Thomas Kokholm er medlem af i Eliteidrætsrådet, og undertegnede er med i Talentnetværket for talentudviklingsklubber i Horsens. Aftalen betyder, at vi også fremover kan sende løbere til talentidrætsklasserne på Langmarkskolen fra 7. klasse og i Sportscollege i forbindelse med ungdomsuddannelserne. I øjeblikket går Ella Klærke Mikkelsen i 8. klasse i talentidrætsklasserne, mens Theresa, Elanor og Jacob er tilknyttet Sports College.

At vi nu kun har én løber i talentidrætsklasserne betyder, at det ikke længere er muligt at lave idrætsspecifik morgen-træning. I stedet tilbydes skadesforebyggende styrketræning og koordinationstræning, hvilket i forvejen var prioriteret højt, fordi det er vigtigt for løbernes udvikling, og en træning vi ikke tilbyder i klubregi.

Horsens OK støtter vores satsende udøvere, dvs. i 2020 Camilla Søgaard, Oliver Friis, Theresa Skouboe, Elanor Henriksen, Jonas Kokholm og Jacob Klærke Mikkelsen. Støtten består i økonomisk støtte til udgifter til landsholdsaktiviteter, træningslejre, Elite Center og TC aktiviteter mv.

Horsens OK deltager i **Talent Center Aarhus**, hvor undertegnede har afløst Carsten Thyssen som klubbens repræsentant i styregruppen. Mange tak til Carsten for en ihærdig indsats i gennem mange år. TC Aarhus er et træningssamarbejde i Team Danmark regi, hvor seriøse ungdomsløbere fra 15 år og ældre kan træne orientering på højt niveau. I 2020 har Alberte Loft Thyssen, Elanor, Jacob, Jonas og Theresa deltaget i TC træningen.

Eliteudvalget vil også i 2021 arbejde for at give talenter og eliteudøvere de bedste rammer for at dyrke deres idræt indenfor de økonomiske muligheder klubben har. Det er muligt at udvide de økonomiske rammer, hvis vi kunne etablere et opsøgende sponsorarbejde. Har du lyst til at bidrage til at forbedre de økonomiske rammer eller elitearbejdet i det hele taget, hører vi gerne fra dig i Eliteudvalget.



Arrangementsudvalgets beretning

Af Erna Germann

På Arrangementsudvalgets vegne kan jeg berette følgende om året 2020.

Det har været et mærkeligt år med aflysninger af løb, hvor vi ikke har set meget til hinanden.

På trods af Corona-restriktioner har vi kunnet gennemføre mange af vores løb, herunder vores træningsløb.

Desværre måtte vi aflyse DM Nat. Vi håber, at det kan lykkes for os, at få lov til at lave et andet løb i Siellenfeld Plantage.

KUM (KredsUngdomsMesterskab) blev desværre også aflyst. Mesterskabet skulle have været afholdt i Stagsrode.

Skole OL blev også aflyst, men vi tog revanche i september, hvor et stærkt team blandt vores Veteraner lavede skoleløb for Højvangsskolen. Ca. 625 elever deltog i undervisningsforløbet i orienteringsløb. Mange TAK til alle der tog del i dette arrangement.

I 2020 havde vi et lidt anderledes arrangement, nemlig Ren Natur. Vanen tro påtog Veteranklubben sig den opgave, TAK for det. For at gå skoven igennem for affald fik vi et udbytte på 3.000 kr. De tidligere år vi har udført opgaven, har der ikke været penge at tjene. Vi er taknemmelige for at modtage de 3.000 kr. især i Coronatiden, hvor indtægterne ikke har været så store.

I 2021 arbejdes der på at få afviklet:

- 🚩 Natuglen
- 🚩 KUM KredsUngdomsMesterskab
- 🚩 Forårsløb/Ungdomsløb
- 🚩 Skole OL
- 🚩 Skoleløb (bruges i undervisnings-øjemed)

Ikke den mest fyldige beretning men lidt er vel bedre end intet.



Natuglen



Danmarks Indsamling 2021

Af Tommy Jakobsen

Tilbage i december fik vi en opfordring til at lade indtægterne fra et eller flere af vore træningsløb gå til Danmarks Indsamling 2021. Temaet for indsamlingen er "Hjælp coronakrisens børn" og den er arrangeret af landets 12 største humanitære organisationer i samarbejde med Danmarks Radio.

Hjælp coronakrisens børn

DANMARKS INDSAMLING

LILLE LAND, STORT HJERTE

Vi besluttede at stille 2 af løbene i januar til rådighed for den gode sag, og fik som modydelse lidt hjælp til at promovere løbene. På de oprettede Facebookbegivenheder kunne vi anføre Danmarks Indsamling som medarrangør, og det havde ganske stor betydning for rækkevidden. Ved begge indsamlingsløb nåede vi på Facebook omkring 4 gange så mange personer som ved et almindeligt træningsløb. Det er nok tvivlsomt, om alle disse personer har været relevante for Horsens OK og for træningsløbene, men det har demonstreret den gevinst, det kan være at få andre organisationer eller klubber til at være medarrangører.

Knap 20 orienteringsklubber spredt over hele landet deltager i indsamlingen, og man kan følge siden <https://danmarksindsamling.dk/resultat-loeb/> og se, hvor meget klubberne har "løbet ind".

I skrivende stund har deltagerne i vore 2 løb doneret 4.800 kr. til Danmarks Indsamling. Et rigtig flot resultat, som vi godt kan være stolte af. Indsamlingen rundes af med et stort show på DR TV lørdag 6. februar.

Hjælp coronakrisens børn

DANMARKS INDSAMLING
LILLE LAND, STORT HJERTE

Kom med til orienteringsløb i

Horsens Orienteringsklub

og lad os sammen give en hånd til Danmarks Indsamling

 MobilePay

Nummer: 333 867
Kommentar: DILOB HO



Selvbetjenings O-løb i Bygholm
16.-17. januar samt 23.-24. januar

Hjælp coronakrisens børn

DANMARKS INDSAMLING
LILLE LAND, STORT HJERTE

Hjælp os med at hjælpe

Kom og vær med



Tak til de 2 arrangørteams bag løbene og tak til alle deltagere, som har taget godt imod dette initiativ – i den gode sags tjeneste.

Velkommen og farvel

Af Carsten Bai

Har du skiftet e-mail adresse siden sidste forår, bedes du sørge for, at den bliver rettet i O-service eller give besked til Carsten Bai på carsten.bai@gmail.com, så du ikke går glip af kontingentopkrævningen eller andre vigtige beskeder fra klubben.

Velkommen til

Jesper Leander Lund	Horsens	1980
Stine Leander Lund	Horsens	1980
Sebastian Leander Lund	Horsens	2008
Sylvester Leander Lund	Horsens	2011
Pete Lindgren Thomadsen	Brædstrup	1978
Tilde Bie Thomadsen	Brædstrup	2011
Jonas Wulff Pedersen	Juelsminde	2003
Jakob Wulff Pedersen	Juelsminde	2007
Martin Lervad Lundø	Horsens	1977
Jette Steffensen	Horsens	1976



Farvel til

Ingen



Aldersfordeling for vores medlemmer

	31/12 2019	31/12 2020
0-6 år	6	3
7-12 år	39	26
13-18 år	36	37
19-24 år	17	17
25-39 år	16	20
40 - 59 år	85	73
60 - 69 år	41	46
70 + år	50	51



Julefidusløbet

Af Jonas Kokholm

Så blev det jul igen, og det betød, at min far og jeg skulle kæmpe om at være de bedst til både at løbe orienteringsløb, men også til at være klar på, hvilke som helst finurlige opgaver og spændende udfordringer, som dette års arrangører havde lagt foran os til julefidusløbet. Juleløjerne er altid sjove, og hjælper mig altid til at komme i julestemning. Dette års fidusløb var dog lidt anderledes, idet Corona var over os.

Vi fik ikke nogen hektisk fællesstart, der ellers gør det hele meget mere spændende. Der var heller ikke nogen tidtagning eller stempling, men det havde Niklas og Finn fundet en løsning på. Og så var der heller ikke æbleskiver og gløgg, eller varmt saftvand.

Virkeligt ærligt, men det skulle ikke holde os fra at gøre vores bedste. Og vores bedste gjorde vi, vi blev årets **VINDER** af fidusløb. Dog ikke uden modstand, vi var 10 point fra at stå lige med Mattias Rokkjær, der sluttede på en flot 2. plads. Jeg løber ikke så tit med min far for tiden, da hverdagen henstår på HNIE, så det er meget hyggeligt at løbe med ham her i juletiden, og det gør det kun bedre, at vi vandt.



Konceptet med løbet var simpelt. Det var et mange-post løb, hvor der ved hver post var noget, man skulle huske, så det handler om at have en god hukommelse og så, når man var færdig med at løbe skulle besvare et spørgeskema, der skulle afsløre om man havde været ved posterne – og endnu vigtigere kunne huske, hvad der var ved den enkelte post. F.eks. var et spørgsmål ”Hvilken post skal man besøge, hvis man ikke lige kan regne den ud?” I dette tilfælde var det en lommeregner der hang ude ved post 47.

Tak til Niklas og Finn for at finde en god og Covid-19 sikker løsning til at vi alle kunne få en god tur i

skoven. Nu har vi så til frem til den 18. december 2021 til at klargøre vores udspekulerede julenisseløb – forhåbentligt uden alt for mange Covid-19 forstyrrelser.

O-service for medlemmer

Af Tove Straarup

Når man nu ikke kan **ALT** det, man plejer, så må man finde på noget andet konstruktivt, og det gjorde jeg så!

Jeg PLEJER, eller har i hvert fald ofte været på DOF-Akademi i Ringe i januar. Jeg skal jo følge med, så jeg kan byde ind med min arbejdskraft, når der er massevis af opgaver, der skal udfyldes i Horsens OK.

Vi er jo *heldigvis* ikke så heldige, at vi bare kan betale os fra diverse arbejdsopgaver. Umiddelbart kunne det ellers være fedt at koncentrere sig om at udvikle sig selv og sine kompetencer omkring orienteringsløb og så lade andre udføre det arbejde, der ligger forud for al aktivitet. Det går jo bare ikke, vel!

Jeg skriver "Vi er jo HELDIGVIS ikke så heldige", og det mener jeg, for der er stor tilfredsstillelse i at tage fat i nogle af de mange forskelligartede opgaver, der ligger i en klub som vores. Vi er alle – store som små, unge som gamle – nødt at tage fat i et eller andet omfang, hvis vi vil nyde klubbens aktiviteter. Ingen behøver at trække hele læsset, for hvis alle tager fat, kan det hele splittes op i flere små opgaver, som er overkommelige for alle.

Nåh, det jeg kom fra, var DOF-Akademiet, som er en bred vifte af kurser, der hvert år tiltrækker mange klubledere og andet klubgodtfolk fra hele landet.

Men som alt andet kan det heller ikke lade sig gøre i januar 2021 på grund af situationen med de forskellige vira og muterede vira, der omgiver os.

Ærgerligt, men til min store glæde og fornøjelse så jeg, at det var muligt at deltage i kurserne online i stedet, og hele fire webinarer var der udbudt om O-service

1. 6/1 – O-service for medlemmer
2. 12/1 – O-service for arrangører – oprettelse af arrangementer
3. 19/1 – O-service for klubadministratorer
4. 26/1 – O-service for arrangører og regnskab

Jeg har meldt mig til alle fire. For første gang i mit liv har jeg været til digitalt møde, så allerede her har jeg lært en del.

Under det første kursus, som egentlig er det interessante at fortælle jer om, gik det op for mig, at I som medlemmer nok ikke er vejledt godt nok i, hvordan I vedligeholder jeres egne data.

Det vil jeg prøve at råde bod på her, for det er helt jeres og **kun** jeres ansvar, at jeres profil på O-service er, som den skal være.

Og, hvor retter I så diverse data?

Tjek ind på O-service med brugernavn og password. Klik på menuen "Løbere", hvor der er en drop-downpil med tilmeldinger, indbetalinger, ret løber, ret adgang. Der er her, det hele skal ske, både for dig og din familie.

I ret løberoplysninger er det muligt at rette navn, køn, fødselsdato, briknumre (husk at rette, når du køber ny brik), IOF-ID rettes (hvis du har et), ligesom der kan vælges til og fra under data. HUSK at trykke på gem, der står nederst på siden.

Ret løberoplysninger - Tove Straarup ?

Ret billed Ret adgang Ret rejsenøgle

Løberoplysninger ^

Løbernavn

Tove Straarup

Fødselsdato

06-04-1954 

Køn

☒ Dreng/Mand ☐ Pige/Kvinde

Brikker

239809  EMIT ☐ Bortkommet/defekt -

1540604  SportIdent ☐ Bortkommet/defekt -



IOFeventorId

0 Kun eliteløbere.
Find dit eventorId på IOFeventor 

Data

☒ Briknummer, Navn, Alder og klub må downloades til brug ved tilmelding til åbne bane
☐ Mail med kalenderbooking ved til-/afmelding til aktiviteter

Næste område i din profil er også vigtig at kontrollere/ajourføre adresse, tlf.nr., E-mail, hvad andre må se om dig, og hvilken kommune du hører til. HUSK at trykke på gem, der står nederst på siden.

Kontaktoplysninger ^

Fulde navn

Tove Straarup

Adresse

Sydvestvej 8

Postnr og by

8700 Horsens

Land

Denmark

Internationalt navn f.eks. United States for USA

Telefon

75643544  Hjemme  Fastnet -

42540604  Hjemme  Mobil -



Email

tove@fam-straarup.dk 


Privatliv

☒ Adresse og telefon må ses af klubkammerater ☒ Adresse og telefon må ses af andre løbere
☒ Mailadresse må ses af klubkammerater ☒ Mailadresse må ses af andre løbere under Find løber
☒ Foto må ses af andre løbere

Bopælskommune

Horsens



Under Familie kan du se, hvem du er registreret sammen med. Dem skal du også huske at rette data for.

Under Nyhedsformidling skal du krydse af, hvilke nyhedsinformationer du ønsker fra klub og forbund.

Husk at gemme ved klik nederst på siden.

Familie

☐ Samme postadresse for alle i familien

Navn	Adresse	By	Fødselsdato
Peer Straarup	Sydvestvej 8	8700 Horsens	18-10-1951
Tove Straarup	Sydvestvej 8	8700 Horsens	06-04-1954

Nyhedsformidling

Modtag emails

☒ fra din klub

Modtag blade

☒ Klubblad fra Horsens Orienteringsklub



Tilmeld dig nyhedsbrev fra Dansk Orienterings-Forbund:

☒ Forbundsbladet Orientering

☐ Børn & unge

☐ Landshold

☐ MTBO

☐ Rekruttering & fastholdelse

☒ Kort

☒ Skov

☐ Stævner

☒ DOF Akademiet

☒ Forbundsnyt

☐ Internationalt arbejde

Det sidste billede i "Ret løber" viser din status i klubben, hvornår du er oprettet, hvilke udvalg du er medlem af, hvilke rettigheder du har, hvad du er kontaktperson til, om du har nøgle. Husk at gemme ved at klikke på gem nederst på siden.

Horsens Orienteringsklub

Kontingent

Senior

Status

Aktiv

Oprettet

01-01-1979

Udvalg/Gruppe

Kommunikationsudvalg, Adgang til medlemsliste på HOK

Rettigheder

Klubadministrator, Klubtilmelder, Adgang til mailister, Arrangør, Kortadministrator, Databehandler, Depotbestyrer

Kontaktperson

☒ Løbstilmelder

☒ Klubblad

☒ Medlemslisten

☒ O-service

Udlånt

Nøgleindehaver: 35

☒ Depotbestyrer

☒ Gem

Hvad du ellers kan med dine rettigheder som medlem, kan du se ved at gå i menuen "Hjælp" og træk ned til manualer. Her finder du to manualer for medlemmer. Du skal vælge "Mere i detaljer om systemet". Det er en fyldestgørende manual på 19 velskrevne sider, og den er selvfølgelig helt nyopdateret.

OBS: De kendte data omkring jeres indestående/udestående på løbskontoen har jeg tastet ind, så I under jeres tilmeldinger kan se

1. Hvad jeg har tastet ind som indestående/udestående pr. 15/1 2021
2. Hvor meget I har tilmeldt jer for i 2021, og saldo herefter
3. Nærmere om, hvordan I selv sørger for vedligeholdelse; se manualen afsnit "2.6 Tilmeldinger" på side 6 m.fl. Husk at udligne familier.

Afsnittet omkring jeres indbetalinger kommer kun til at virke, hvis I selv melder jeres indbetalinger ind, idet jeg ikke har overskud til at føre dobbeltbogholderi. Muligheden er KUN lavet for, at I altid kan følge med i, hvad I skylder jeres løbstilmelder, så det er altså ikke noget jeg følger op på.

---oOo---

Jeg håber, at det hele giver mening. Den vigtigste manøvre er i første omgang at finde manualen, skrive den ud, læse den og agere efter den. Det gør både jeres, Carsten Bais og min hverdag nemmere.

HUSK at O-Service er vores direkte medlemsregistrering til Dansk Orienterings-Forbund, så det er virkelig vigtigt, at I gennemgår jeres data nu og i fremtiden.

Skulle en enkelt eller to mod forventning ikke have mulighed for at rette sine data, så henvend jer trygt til Carsten Bai eller mig, så retter vi det for jer.

Og så lige det sidste host i denne omgang.

Der er enkelte, der stadig ikke har betalt restancen for 2020. Det bedes I gøre i en fart, så vi alle kan komme godt i gang med næste sæson.



Det er en af os, du kan få hjælp af, hvis du har problemer med at rette din profil i O-service.

Klubmesterskabspokaler til seniorerne



Selvbetjenings-pokaloverrækkelse

Hvis du er blevet klubmester i 2020, kan du hente din velfortjente pokal i klubhuset. Overrækkelsen bliver lige så festlig, som Corona-pandemien tillader ☺, og som du selv synes.



De øvrige pokaler

Klip fra hjemmesiden

Ud over klubmesterskabspokaler bliver der hvert år uddelt Championpokal, Ungdomspokal og Fiduspokal

Vinder af årets championpokal er Lukas Bergmann Verhelst – se din egen placering!



Vinder af årets Championpokal blev Lukas Bergmann Verhelst.

Konkurrencen om Championpokalen kårer den af klubbens løbere på tværs af aldersklasser, der klarer sig bedst til årets vigtige løb.

Årets konkurrence program var kraftigt begrænset pga. Corona, men der var 6 løb. Fordelt på DM mellem, sprint og lang, 2 JFM løb fordelt på sprint og lang og klubmesterskabet.

Lukas vandt 4 løb og blev undervejs dansk mester på langdistance, jysk fynsk mester på sprint og lang og klubmester.

Nr. 2 i Championpokalen blev Theresa Skouboe og nr. 3. blev Astrid Lykke Nielsen.

Hvad nummer blev jeg, tænker du sikkert!

Se din egen placering på den samlede [resultatliste](#).

Årets ungdomsleder blev Runa Iversen



Årets ungdomsleder i Horsens OK blev Runa Iversen, geviret blev overrakt på bopælen, da vi desværre ikke kan samles til fælles præmieoverrækkelse for tiden.

Årets ungdomsleder findes ved afstemning blandt forældre og løbere. Runa har efter et par år som hjælpetræner i efteråret været træner for stifinderne, som er de 9-11 årige løbere. Desuden har Runa i flere år bidraget i ungdomsudvalget, ligesom Runa på mange andre områder er synlig og bidrager til klubben.

Det er blevet værdsat af forældre og løbere 😊

Tillykke til Runa!

Årets modtager af FIDUS pokalen – Tove Straarup



Når man “vurderer” medlemmer, der yder en særlig indsats og skal udvælge og begrundede dette, så er der mange små og store begivenheder, der sætter sig i ens bevidsthed. Vurderingen har til mål at sætte lys på netop det faktum, at vi værdsætter indsatsen, og at indsatsen har været tydelig og mærkbar i store dele af året.

FIDUS-pokalen er en hæder der har sine rødder tilbage til 1971, som en udmærkelse der tildeles til en person, der udviser en særlig indsats i og omkring klubben.

Når man kigger rundt på pokalen, så er der indgraveret navne på personer der stadig er flittige i klubbens virke, og som samtidig er personer, der på mange måder er kulturbærere for frivilligheden i Horsens Orienteringsklub.

Stort tillykke til Tove Straarup, der i et særligt 2020 har bidraget positivt til klubben – og som på mange måder bør være stolt af indsatsen – vi i bestyrelsen er derfor også glade for at hylde denne udmærkelse.

Det sker i 2021

Af Lars Wulff Sørensen

I år går Naturstyrelsen i gang med at plante 75 ha ny skov, benævnt som Rugballegård Skov. Det betyder, at Åbjergskoven udvides yderligere, og samtidig vil jeg tro, at udtynding m.v. går i gang i den skov, som blev plantet for nogle år siden.

Det er jo glædeligt, men samtidig er der rundt i landet planer om yderligere Naturparker, og heste og køer skal lukkes ind i skovene. Forbundet og DIF er kommet med indvendinger mod at statsskovene indhegnes med dyr, og selvom det måske betyder at naturen får det bedre, er det også en trussel med vores adgang til skovene.

Ellers er der jo ikke meget klubliv i øjeblikket. Mange tager rundt og løber de såkaldte Coronaløb med faste poster, men erstatte vores normale stævner kan det ikke.

OK SNAB har tegnet kort over Det Store Vandskel. Vi har tidligere i klubben set på området og kom til den afgørelse, at der var for mange indhegninger til, at vi ville tegne kort over området.

Jeg interesserer mig meget for, om der kunne være nye skove, vi kan tegne og løbe i. Her kræver det også, at vi har korttegnere til opgaverne, og nye korttegnere er tidligere efterlyst, og der er rigeligt med at vedligeholde de mange kort vi har.



BERINGS stafetten 2021

Tirsdag
d. 24. august 2021
i Bygholm Park

Vi håber, at BERINGSstafetten kan gennemføres i år og udvalget har vi aftalt, at vi ser på mulighederne omkring den 1. marts.

Møderne i Horsens Kommunes Grønne Råd har i 2020 været aflyst.

Jeg har deltaget i et par møder omkring de forskellige foreningers benyttelse af Åbjergskoven. Det er

lidt svært, men jeg tror på, at vi nu kan enes om, at alle kan benytte skoven på de ønskede tidspunkter. Husk at området ved Bygholm Sø er det skovområde i landet, som er nr. på listen over antal besøgende.

Et stort personligt ønske vil være at kommunikationen i klubben forbedres og synligheden om, hvad der sker i klubben øges. Lige nu er det ikke særligt struktureret, og jeg håber på, at bestyrelsen vil prioritere dette arbejde med en ansvarlig i bestyrelsen. Det er både et spørgsmål om, hvor vi skal kommunikere, og hvad vi skal kommunikere.

Desværre tror jeg vi mister medlemmer på grund af Coronaen, og jeg håber, at bestyrelsen er klar med en plan for, hvordan vi igen kommer op på vores sædvanlige niveau.

Pip fra løbstilmelderen

Af Tove Straarup

Reg.nr. 9211 konto 035 0100 539 – Det er det kontonr., du skal bruge fremover, når du indbetaler til din løbskonto.

Husk at sætte startafgiften til betaling senest samtidig med, at du melder dig til åbne løb.

Hvis ikke der er dækning for din startafgift, når tilmeldingsfristen er nået, skal jeg ud på lånemarkedet – se kassererens beretning.

K. WESTERGAARD AUTOMOBILER

Aut. forhandler

RENAULT

Aut. service

VOLVO

Høegh Guldbers Gade 18 - 8700 Horsens

Telefon 75 62 51 33 - Telefax 75 62 73 32



Nyt fra veteranerne

Af Ole Christensen

Veteranernes aktiviteter her i efteråret har naturligvis også båret præg af den nedlukkede situation, som vi har været og stadig er plaget af. Ikke desto mindre har vi dog haft et fornuftigt efterår med mange spændende ture og ikke mindst skønne vandreture her den sidste del af perioden.



Den 10. september var vi inviteret til Juelsminde, hvor vi blev budt på morgenkaffe hos Ellen og Aage Dahl. Derefter guidede Aage os på en tur rundt i Juelsminde med afsluttende frokost på den nye legeplads.

Den 17. september arrangerede Aase og Jørgen en tur til Randbøl Hede, en flot tur i flot solskin.



Den 24. september gik vi en tur i den for de fleste ukendte "Vandværksskoven" i Oens. I skoven findes både grillplads og grillhytte.



Så gjaldt det en tur til Poul la Cour museet i Askov den 1. oktober, en tur som Aase og Jørgen også havde lagt kræfter i. Poul la Cour er bl.a. kendt som den første mand i Danmark, som etablerede en mølle, der gjorde det muligt med elektrisk lys til en hel by, nemlig Askov. Museet er absolut et besøg værd og kan passende kombineres med en tur til Skibelund Krat, som blot ligger 2 km fra Askov.



Fra tur til Askov og Skibelund Krat

Den 15. oktober havde Jørgen Jensen arrangeret en travetur rundt om golfbanen i Stensballe og turen blev afsluttet med øl, vand og små "drinks".



GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867



TELF. 75 625477 . SØNDERGADE 36 . DK 8700 HORSSENS

Så blev Danmark atter lukket ned og derfor blev det til traveture rundt i nærområdet resten af året, og naturligvis skete turene med holdinddeling på 10 personer.



"Stien" rundt om Bjørnsknude



En kold dag på Borre Knob

Vi travede i området ved Torsted kirke, rundt om Bjørnsknude i Juelsminde, i Bygholm bakker, i Lille Rold, Nørrestrand, Borre Knob og vi sluttede veteranåret med en vandretur i Hansted/Egebjerg med afsluttende grillpølse og en øl.

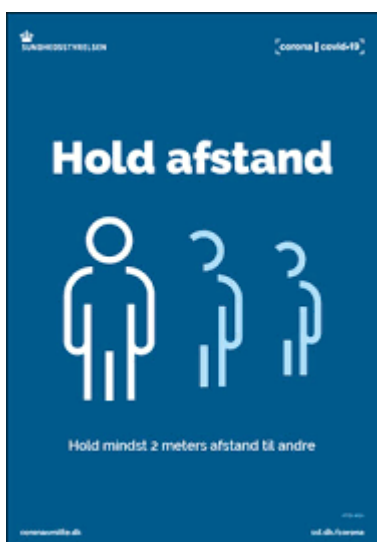
Alt i alt et godt program nedlukningen taget i betragtning.

Der er for nuværende ikke taget skridt til traveture i 2021, men vi hungre efter en god travetur, og håber på det bedste.

Godt nytår til alle i Horsens Orienteringsklub.



Vi holder afstand i Hansted



Resultatgivende "trygsager"



Vores kompetencer ligger inden for produktion af:

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

Vi gør din opgave til en tryk sag!

grafisk forum 
- resultatgivende "trygsager" både online og offline

Fuglevangsvej 41

8700 Horsens

7561 3344

grafiskforum.dk