

-UDLØBEREN-

Medlemsblad for Horsens Orienteringsklub

51. årgang . nr. 259 . januar 2022



Godt nytår

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
madsmikkelsen@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-germann@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

MTBO-udvalg

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, klubaf-
tener m.v.*
Spar Nord 9211 4567 683 767
MobilePay 34505

Løbskonto (tilmelding åbne løb)
Spar Nord 9211 035 0100 539

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 og vedligehold

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

Rengøring

Mangler

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 januar og
deadline er 15. marts 2022



Forside: Bygholm i februar 2021

Formandens beretning

Af Thomas Kokholm

Når jeg tager fat på denne beretning, er det samtidig med tanke på, at det bliver min sidste "Formandens beretning". Jeg kan se tilbage på 7 år, hvor jeg har haft fornøjelsen af at være med til at præge klubben, dertil hvor vi er i dag – bl.a. med hele tre top 3 placeringer ved DM Hold i 2017, og 2019 og igen i 2021. Det viser på mange måder, at vi er en stærk klub, og en klub der vil – også konkurrencemæssigt.

2021 fortsatte i store træk som 2020 sluttede; corona havde stadig godt fat i samfundet, og det betød desværre, at det normale blev de nye tiltag med corona-venlig selvbetjening ved lørdagsløbene, og de mange stævner led en krank skæbne. Først fra april kunne vi igen møde arrangørerne af lørdagsløb i skoven med tidtagning og assistance.

Påskeløbene var også aflyst i traditionel forstand, men Læsø og Viborg OK ville det anderledes – og derfor tog en god håndfuld familier udfordringen op, og indlogerede os tæt på skov og strand for at kæmpe os igennem klitter og indbydende skove.

Opgørelse over udviklingen af antal medlemmer:

	2018	2019	2020	2021	Stigning %
Ungdom (u. 25)	99	98	83	84	1,2 %
Seniorer	180	192	190	194	2,1 %
Samlet	279	290	273	278	1,8 %

• optalt pr. 29. december 2021 (2021-tal). Optalt fra det Centrale Medlemsregister.

Det var forventet, at en fortsat reducere af klubaktiviteterne i første halvår ville få en indflydelse på medlemstallet. Det er dog glædeligt, at vi måske har se bunden af kurven.

Lad os tage arbejdstøjet på og vise at naturen er en ligefrem og spændende idrætsarena – 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 fra maj bød skoven os velkommen til diverse divisionsmatcher. Med sejr i Viborg den 29. maj sikrede vi os reelt en plads til DM Hold finalen, og som jeg skrev indledningsvis, så skal den underliggende årsag findes i en ikke ubetydelig ændring i klubbens tankesæt, kombineret med taktisk indsigt ved fordeling af løbere på de forskellige baner – alt sammen noget der har været med til at styrke sammenholdet.

For selv om regelsættet for divisionsturneringen favoriserer den klub, som formår at mobilisere medlemmerne, og det med en god aldersspredning, er vi, som mindre klub end de øvrige konkurrenter, velsignet med en bred opbakning. DM Hold finalen blev i øvrigt også indrammet i en fantastisk bustur og overnatning på Hotel Præstekilde.



Opstilling til gruppebillede Møn

Året bød også på et midsommerløb i Velling-Snabegård med flot fremmøde til et stævne med en prolog og et hovedløb. Senere på forsommeren var der også gennemførelse af DM-sprint i MTBO, hvor Grenå by dannede rammen om et hurtigt løb, tilmed en 1. plads og D21 guldmedalje til Camilla Søgaard.

TAK til alle udvalg for jeres indsatser og virkestrang. Med det har I været med til at sikre, at alle, fra børn og unge til voksne, har fået adgang til træning, nyreviderede kort og spændende baner uge efter uge.

Et udskudt KUM fra 2020 blev henlagt til november 2021, hvor de tre kredsens ungdomsløbere dystede flot – både i skoven og senere til diverse begivenheder i og omkring Byskolen (Fussingsvej) her i Horsens. De individuelle resultater i Bjerre Skov var udslagsgivende i at årets kredsvinder blev Nordkredsen. Alt i alt en herlig weekend, hvor jeg selv fik lov til at give en hjælpende hånd med til gallafesten.

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. Selv om det har været begrænset i år, så blev der efter genåbningen gennemført de almindelige tirsdagsvagter.

Alle restriktioner og den generelle opbremsning af klubhusaktiviteter har haft den konsekvens, at 2021 blev uden Supertirsdag, og det er min oplevelse, at selv efter en opblødning af restriktioner var det kun en lille fast kerne, der mødtes i klubhuset. Jeg ser personligt frem 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. Hun tager på en længere rejse fra februar, og derfor skal vi har fundet en ny rengøringsvagt, der vil sikre, at klubhuset fortsat er indbydende at komme i.

Igen har der været en række store og små bedrifter og indsatser, jeg ikke har nævnt eller omtalt – 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 trods en tid med usikkerhed og covid-19 i store dele af 2021-sæsonen.

Netop som de første planer for årets nytårsløb så dagens lys blev en række restriktioner indført. Michael Straube og jeg besluttede dog, at vi ville holde fast i traditionen med et løb på årets sidste dag – og vi kan glæde os over, at det ikke blev helt umuligt. Resultatlisten viser et godt fremmøde, og idet flere løb sammen, er mit bud, at flere end 110 personer fik en oplevelse i den nordlige del af Horsens. Det glæder os rigtig meget, og viser blot, at traditioner er essentielle – og hvad mere er, at vi som klub har en høj kendskabsgrad.



Bænk var postplacering ved Nytårsløbet

En gennemlæsning af de mange opslag på hjemmesiden og Facebook for 2021 viser, trods vanskelighederne og de svære betingelser, en vilje til, at vi skal holde fast i fællesskabet, i motionsvanerne og i at være en klub – lige derude i Åbjergskoven.

TAK for året 2021 til bestyrelsen og alle medlemmer – og husk så: ”at det vigtigste i orienteringsløb er det, som foregår mellem starttrekanten og dobbeltcirklen”!

T. Jøhn



Beretning fra ungdomsudvalget

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: Andrea Höhnke, Bettina Toft Møller Mikkelsen, Christian Bøje, Irene Mikkelsen, Runa Iversen, Troels Nielsen og undertegnede. Velkommen til Bettina, der i efteråret er startet i udvalget.

Corona

2021 blev som 2020 præget af corona og senfølgerne af corona-nedlukningen.

Året startede med forsamlingsforbud – også for udendørsidrætten. For at holde gang i aktiviteterne og forsøge at bevare løbernes tilknytning til klubben tilbød vi derfor online træning tirsdag aften for løberne op til ca. 13 år. For dem ældre end 13 år tilbød vi, i samarbejde med Elitesport Horsens, skadeforebyggende styrketræning – også online.

I marts fik vi lov at samles til træning igen. Det blev til et par vintertræninger fra Byskolen på Fusionsvej inden orienteringstræningen gik i gang midt i marts. Til at starte med var der opdeltede mødesteder for at overholde forsamlingsloftet, men i det store hele kunne vi arrangere træningerne som vi ville.



Desværre stod vi efter corona-året 2020 med et nettofrafald på 15 ungdomsmedlemmer. I 2021 har vi fået 15 nye ungdomsmedlemmer, hvilket er meget positivt, men medlemstallet er ved udgangen af året mere eller mindre det samme som sidste år. Dvs. frafaldet i 2021 også har været større end normalt.

Tilsvarende er tirsdagstræningen også blevet mindre målt på deltagere. Men hvert nyt medlem giver optimisme og motivation, så vi vil glæde os over de nye medlemmer og kæmpe videre for at skabe en endnu større ungdomsafdeling i Horsens OK.

I starten af året under corona-nedlukningen gennemførte ungdomsafdelingen et værdi-forløb. Det skete som en del af vores TBU-projekt med forbundet (Træning af Børn og Unge), hvor vi talte om og formulerede vores værdier for ungdomsarbejdet. Det viste sig, at vi var meget enige i værdierne:

Ungdomsafdelingens værdier er:

- Udvikling: Vi vil udvikle os
- Fællesskab: Vi har et stærkt fællesskab
- Kvalitet: Det vi gør, gør vi ordentligt
- Rummelighed: vi rummer alle

Ud fra værdierne satte vi et mål om at stille fuldt hold til JFM- og DM-Stafet og divisionsmatcher, idet stafet og divisionsmatcher fordrer udvikling. Løberne skal udvikles for at kunne løbe og mestre banerne. Det giver fællesskab, når vi præsterer sammen på et hold, og vi har brug for alle, for at kunne stille store hold.

Desværre nåede vi ikke i mål med at kunne stille hold i alle ungdomsklasser til stafetterne, hvor især klasserne 13-16 var ramt af bl.a. corona-frafald. Tilsvarende var vi i 2021 henholdsvis 19, 22 og 27 ungdomsløbere med til de tre divisionsmatcher med et gennemsnit på 22,7 løbere. Noget under rekordåret 2019, hvor vi nåede op på et gennemsnit på 34,3 ungdomsløbere. Alligevel kvalificerede vi os til landsfinalen og vandt med 27 ungdomsløbere på holdet bronze på Møns Klint. Så det kan konkluderes, at målene var gode og gav de processer i ungdomsarbejdet vi gik efter. **Så vi prøver igen i 2022!**

Tak til trænerne

Skovfræsere 5/6-8 år: Laura Holm Nielsen

Stifinderne 9-11 år: Runa Iversen og Ella Klærke Mikkelsen

Konkurrenceløbere 12-14 år: Irene K. Mikkelsen og Erik Thesbjerg

Ungdomsløbere: 15-21 år: Jacob Klærke Mikkelsen

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

Torsdagstræning: Alberte Thyssen (**stoppet – vi mangler en ny!**)

Talenttræner: Kristian Vad

I løbet af året er Mathias og Nicklas Mønster og Alberte Thyssen stoppet som trænere. Endnu en gang tak for den store indsats I har leveret. I stedet er Ella Klærke Mikkelsen og Erik Thesbjerg startet. Velkommen til de nye trænere – og samtidig en opfordring til dem der har lyst til at være træner til at melde sig!

Med de mange trænere er det muligt at tilbyde en varieret og udviklende træning, der passer til de enkelte aldersgruppers niveau.

Irene koordinerer som "cheftræner" det orienteringstekniske indhold og sikrer dermed en rød tråd i baner og øvelser for de forskellige grupper hen over året. Trænerne har igen i år vist særlig stor fleksibilitet for at kunne afholde træningerne under corona-forhold. Desuden er alle trænere nu med i banelægningen, hvilket sikrer at banerne er tilpassede den relevante aldersgruppes udviklingsniveau.



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 og forældrene skiftes til at samle poster ind.

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

Torsdagstræningen

Alberte Thyssen og Irene Klærke Mikkelsen var i 2021 trænere for torsdagsholdet, idet vi tilbød træning på 2 aldersopdelte hold. Et hold for dem over 12 år med vægten på løbe- og intervaltræning og et hold for dem under 12 år med vægten på løbelege og lignende. Torsdagstræningen fungerer godt, så vi vil opfordre flere til at bruge tilbuddet.

Midtjysk Ungdom Liga

Efter at der i 2020 ikke blev løbet Midtjysk Ungdoms Liga blev løbsserien gennemført i 2021. Formålet er at fremme løbsdeltagelsen for ungdomsløbere ved at lave en løbsserie i foråret med korte køreafstande og en samlet præmie. Det lykkedes kun at stille 8 løbere med 3 eller flere starter, men alligevel 3 samlede klassevindere – Astrid Lykke Nielsen, Eskild Stig Nielsen og Lukas Bergmann Verhelst.

Horsens OK arrangerede selv finalen i Velling-Snabegård den 20. juni med Frank Krog Jensen og Thomas Emil Jensen som stævneledere og Elanor Henriksen og Jacob Klærke Mikkelsen som banelægere. På de svære baner blev der løbet prolog med korridorkort og efterfølgende jagtstart.

Klubture

Klubture er vigtige for udviklingen af ungdomsløberne. Det giver oplevelser af terræntyper, der er anderledes end de øst- og midtjyske, hvilket udvikler evnen til at omsætte terræn til kort og omvendt.

Derfor opprioriterede vi allerede i 2020 dette område og kunne tilknytte Kristian Vad som talenttræner. Kristian arbejder med at udvikle vores talenter frem mod at kunne kvalificere sig til de internationale mesterskabet EYOC/JWOC. I år har Kristian stået i spidsen for at arrangere to talentture til Strömstad i Sverige og efterårs-klubturen til Oksbøl. Alle ture bliver arrangeret med meget høj kvalitet og ambition om at udvikle løberne. Desuden er der afholdt flere træningsdage i det østjyske hen over året.

Ungdomsarbejde uden for klubben

Irene Klærke Mikkelsen er indtrådt i landsbørne- og ungeudvalget og påvirker retningen af ungdomsarbejdet på tværs af klubberne i orienterings-Danmark.

Troels Nielsen stod sammen med Kim Rokkjær fra OK Pan i spidsen for at arrangere U1 sommerlejren i sommerferiens første uge.

Mads Mikkelsen, suppleret af Runa Iversen, har repræsenteret Horsens OK i Nordkredsens ungdomsudvalg.

Løbeskole og Horsens Crossløb

Igen i år kunne vi i sommerferiens sidste uge holde løbeskole. Det var med Ida og Erik Thesbjerg, Anne Sofie Harfot, Alberte Thyssen og Christian Snabe Hove som trænere. Trille Ditlevsen og Lene



Kofoed stod for mad og mange andre praktiske gøremål, mens undertegnede stod for annoncering, tilmelding og regnskab. Sommerens løbeskole blev en succes for de 15 løbere. Tak for indsatsen!

Som afslutning på løbeskolen har løberne tidligere deltaget i Beringsstafetten. Den blev i 2021 aflyst pga. corona. Derfor opstod ideen om at arrangere et crossløb fra klubhuset den 26. august. Med Lars Sørensens hjælp søgte vi støtte til at arrangere løbet fra Nordea Fonden, hvilket lykkedes, idet Nordea Fonden både gav 10.000 kr. i støtte og t-shirts til deltagerne. Vi arrangerede et godt løb med Per Mønster Jørgensen og undertegnede som stævneledere.

Kreds Ungdoms Mesterskab (KUM)

I weekenden 5.-7. november arrangerede Horsens OK et succesfuldt KUM. Pga. corona blev KUM aflyst i 2020 og udsat til 2021, det krævede derfor ekstra motivation at holde arrangør-gryden i kog i mere end to år. Runa Iversen og Troels Nielsen stod som stævneledere i spidsen for KUM, men mange andre ydede også store bidrag med at bespise og underholde og gennemføre to orienteringsløb for løberne i knap 2 døgn.

Ungdomsafdelingen er stolte af arrangementet, og kan sige, at vi har lavet et rigtig godt KUM!

Nordkredsen vandt tilmed kredskonkurrencen. Horsens OK stillede med 13 løbere, hvilket var rigtig flot.

Sociale arrangementer

Ungdomsudvalget har henover året kun lavet få sociale arrangementer – igen har corona givet begrænsninger. Men i år har vi kunnet afholde bl.a. lagkageløb. Sociale arrangementer har stadig høj prioritet, og ungdomsudvalget vil gerne have input og hjælp til flere sociale arrangementer.

Sportslige resultater

Oven på de ekstraordinært gode år i 2016-2018 er det positivt, at antallet af vundne DM medaljer i 2019 og 2020 næsten kunne gentages.

Antal ungdomsmedaljer til DM fordelt på år

	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Antal	2	2	9	10	18	19	21	9	9	8

Medaljerne blev vundet af følgende 8 løbere:

DM medaljer 2021	Ultra-lang	Sprint	Sprint stafet	Mellem	Stafet	Nat
Jacob Klærke Mikkelsen, H-18	Guld				Bronze	
Eskild Stig Nielsen, H-12		Sølv	Guld		Bronze	
Astrid Lykke Nielsen, D-10			Guld	Guld		Bronze
Kristine Skouboe, D-12			Guld			
Lukas Bergmann Verhelst, H-14					Bronze	
Johanne Skouboe, D-16					Bronze	
Theresa Skouboe, D-18					Bronze	Sølv
Elanor Henriksen, D-18					Bronze	



Ungdomsløberne vandt 14 medaljer til Jysk Fynske Mesterskaber (JFM), hvilket var rigtig flot!

Jysk Fynske medaljer 2021	Sprint	Stafet	Lang
Astrid Lykke Nielsen, D-10 / D-12		Sølv	Guld
Kristine Skouboe, D-10 / D-12	Sølv	Sølv	
Freja Toft Møller Mikkelsen, D-10		Sølv	
Eskild Stig Nielsen, H-12	Guld	Bronze	Sølv
Esther Henriksen, D-14			Guld
Lukas Bergmann Verhelst, H-14		Bronze	
Johanne Skouboe, D-16		Guld	
Ella Klærke Mikkelsen, D-16			Bronze
Alfred Keller, H-16		Bronze	
Eline Thyssen, D-18	Sølv		
Theresa Skouboe, D-18	Bronze	Guld	
Elanor Henriksen, D-18		Guld	Sølv
Jonas Kokholm, H-18		Sølv	
Jacob Klærke Mikkelsen, H-18		Sølv	
Erik Thesbjerg, H-20	Bronze	Sølv	

Landsholdsudtagelse

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 henholdsvis forårs- og efterårssæsonen:

I foråret var Jonas Kokholm og Jacob Klærke Mikkelsen udtaget, mens Theresa Skouboe og Elanor Henriksen ved årsskiftet var skadede, og derfor ikke kunne deltage i landsholdsaktiviteterne.

I efteråret blev Theresa, Elanor og Jacob udtaget til U-18 landsholdet.



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



Beretning fra træningsudvalget

Af Tommy Jakobsen

2021 blev desværre endnu et år, hvor vore aktiviteter blev præget af Corona, men i modsætning til situationen et år tidligere, var vi bedre klædt på til at håndtere udfordringerne. Vi havde nu en robust og sikker skabelon til vore Selvbetjenings O-løb, og der syntes at være en forholdsvis bred enighed om måden at tackle udfordringerne på. I løbet af foråret løsnedes restriktionerne, og en stor del af sæsonen kunne derefter afvikles under næsten normale omstændigheder.

Hermed en gennemgang af det som er gennemført i 2021, og et par ord om det som måtte aflyses.

Træningsløb

Året startede med 9 Selvbetjenings O-løb i Bygholm med mulighed for at løbe på banerne lørdag eftermiddag og søndag formiddag. Arrangørerne var kreative mht. placering af start/mål, så mange løbere fik set nogle andre dele af området end sædvanligt. At dømme efter betalingerne på Mobile-Pay var løbene ganske godt besøgt med et gennemsnit lige i underkanten af 100 deltagere.

Herefter fulgte endnu 5 Selvbetjenings O-løb frem til uge 14, hvorefter lempede restriktioner gjorde det muligt igen at afvikle nogenlunde normale træningsløb. Nordjysk 2-dages i uge 10 og Påskeløbene i uge 13 var aflyste, og her havde vi etableret træningsløb med hhv. 2 og 5 dages åbningstid, med tilsvarende høje deltagerantal.

Fra uge 15 og året ud har vi afviklet 23 træningsløb efter den normale skabelon med tidtagning og starttid lørdage fra 12.30 til 14.00. Der har været stærkt varieret søgning til disse løb, men som et gennemsnit for hele året har vi haft 75 deltagere pr. løb, hvilket næsten er på niveau med 2020 og lidt højere end 2019. I alt afviklede vi 37 træningsløb i 2021, hvilket er et par stykker mere end et normalt år. Et enkelt løb (Light-løb i Ustrup) måtte aflyses pga. manglende arrangør.

Man skal nok være forsigtig med at sammenligne deltagerantallene over årene. Dels er det svært at kende de præcise tal til løbene uden deltagerregistrering, dels giver det helt klart flere deltagere, når åbningstiden er længere.

Teknisk træning m.v.

Træningsudvalget har i 2021 haft følgende orienteringstekniske tilbud:

-  Skriftlige (og i enkelte tilfælde mundtlige) oplæg til hvert enkelt af sæsonens vigtige løb.
-  Banelæggeraften
-  Condes-kursus som måtte aflyses pga. manglende interesse.

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 kl. 18.00, men Træningsudvalget har haft en aftale med Per Mønster, at han fra kl. 17.30 har stået klar med et løbskort til interesserede voksne.

Styrketræning

I januar og februar 2020 gennemførte vi et nyt træningstiltag i holdsalen hos Fit&Sund i Dagnæs, hvor Hans Jørgen Vad var 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 blev desværre ikke muligt pga. de gældende restriktioner, og det gør det næppe heller i 2022. Vi satser nu på 2023.

Divisionsturnering

De indledende løb i divisionsturneringen i 2021 var et sprintløb i Kjellerup i maj og et traditionelt skovløb i Rebild i september. Der var på forhånd en udbredt skepsis omkring sprintløbet fra de fleste klubber. Det er svært at få folk til at køre langt til et kort sprintløb, og det kan forekomme forkert, at et sprintløb skal tælle 50% i kvalifikationen til en finale, som vil foregå i skoven. Fra Horsens kunne vi heller ikke mønstre helt så mange deltagere, som vi plejer, men det var dog nok til at slå både PAN, Silkeborg og Herning. Ved den næste divisionsmatch i Rebild blev vi 3'er efter PAN og Silkeborg, men det var tilstrækkeligt til at sikre en samlet 2. plads i Nordkredsen og dermed en billet til DM hold-finalen 3. oktober ved Møns Klint.

Her lykkedes det os, trods den lange vej til Møn, at stille et både stort og stærkt hold, så vi kunne rejse hjem med en bronzemedalje, som kom i hus efter en spændende og tæt afslutning, hvor vi akkurat klemte os foran OK PAN og besatte 3. pladsen. Guld og sølv gik til FIF Hillerød og Søllerød OK.

Danske mesterskaber og Jysk-Fynske mesterskaber

Seniorløbere fra Horsens OK opnåede fine resultater til både DM og JFM. Stort tillykke til alle.

Klasse	Løber	DM							JFM		
		Ultra-lang	Sprint	Sprint-stafet	Mel-lem	Stafet	Lang	Nat	Sprint	Stafet	Lang
D21	Rebeka Vincze								2.		
D21	Alberte Thyssen								3.		
D45	Irene K. Mikkelsen						3.	2.	1.		1.
D50	Rikke Holm		3.		2.	1.	3.		1.	1.	1.
D50	Susanne L. Thyssen					1.			2.	1.	
D50	Berit Harfot					1.					3.
D50	Mette E. Kokholm									1.	
D60	Britta A. Pedersen								2.	1.	2.
D60	Tove Straarup									1.	
D60	Susanne Baun									1.	
D65	Susanne Baun	3.				2.					2.
D65	Trille Ditlevsen					2.					
D65	Tove Straarup					2.					
D70	Elin H. Jensen						3.		1.		3.
D80	Aase Thyssen		1.		1.		1.		2.		1.
H21	Mátyás Péntek								1.		
H45	Troels Nielsen	3.						2.			
H50	Carsten Thyssen								3.		
H50	Mads Mikkelsen									3.	
H50	Allan Thesbjerg									3.	
H50	Per M. Jørgensen									3.	
H55	Kent Kragh				2.						1.
H70	Peer Straarup										1.
H75	Tage Baun										3.
DH45	Irene K. Mikkelsen									3.	
DH45	Mads Mikkelsen									3.	
DH45	Thomas Kokholm									3.	



Klubmesterskaber

I modsætning til 2020-sæsonen lykkedes det os i år at afvikle begge vores klubmesterskaber: dag-orientering den 26. september i Frederikshåb og nat-orientering den 25. november i Moesgård.

Tillykke til alle vore dygtige klubmestre.

Klasse	Klubmestre 2021, dag	Klubmestre 2021, nat
D10	Astrid Lykke Nielsen	
D12	Kristine Skouboe	Astrid Lykke Nielsen
D20		Theresa Skouboe
D21	Alberte Karoline Thyssen	
D40	Bettina Toft M. Mikkelsen	
D50	Berit Harfot	Rikke Holm
D60	Britta Ank Pedersen	Britta Ank Pedersen
D70	Elin Holm Jensen	Elin Holm Jensen
D80	Aase Thyssen	
H10	Asbjørn Ask Østergaard	
H12	Eskild Stig Nielsen	Eskild Stig Nielsen
H14	Lukas Bergmann Verhelst	
H16	Frederik Brynning Bøje	
H20		Jonas Ellegård Kokholm
H21	Mikkel Holm Nielsen	Niklas Ingwersen
H40	Martin Hastrup Dyrhund	Peter Lindberg Thomadsen
H50	Henning Mindstruplund	Allan Thesbjerg
H60	Henning Hansen	Frank Krog Jensen
H70	Peer Straarup	Peer Straarup
H80	Holger Mikkelsen	Holger Mikkelsen

Championpokalen

Championpokalen for 2021 vil blive overrakt vinderen i forbindelse med Klub-komsammen lørdag den 29. januar (flyttet til 9. april). Navnet skal således ikke offentliggøres her, men det kan dog røbes, at det var pointmæssigt meget tæt blandt de bedste.

Træningsudvalget

Træningsudvalget har i 2021 bestået af: Lars Sørensen, 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 2021 og de fortjener en stor tak for arbejdet:



Peer Straarup: Regnskabsfører for Championpokalen.



Carsten Lund: Opdatering af informationer om lørdagsløb på hjemmesidens kalender.



Henning Hansen har igen i år udført et kæmpe arbejde med at skaffe de skovtilladelser som er baggrunden for, at vi kan afvikle vores 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 2021 – vi håber, at I vil give en hånd igen i 2022.

Velkommen og farvel

Af Carsten Bai

Har du skiftet e-mail adresse eller andet i din medlemsprofil, 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

Ludvig Leisgaard	Horsens	2011
------------------	---------	------



Farvel til

Louise Kolind	Tilst	1972
---------------	-------	------



TELF. 75 625477 . SØNDERGADE 36 . DK 8700 HORSSENS

Nyt fra veteranerne

Af Ole Christensen

Her i efteråret er planerne for etableringen af det nye store skovområde ved Bygholm blevet offentliggjort, et område som alle o-løbere med spænding ser frem til, selv om der endnu vil gå nogle år, før vi rigtig kan drage fuld nytte af skoven. Indtil da kan vi følge med i, hvorledes stier, søer og lysninger bliver skabt, og hvorledes beplantningen skrider frem. Veteranerne har allerede vandret på de nyanlagte stier.



Sidst i oktober var vi på en spændende travetur i den indre by, hvor kulturformidler Ingvar Nørgaard, tidligere ansat i Horsens Kommune, viste os de mange smukke gavlmalerier, som i de sidste 10 til 12 år er blevet skabt i Horsens. Prøv og gå en tur i byen og kig selv på de mange malerier, det kunne f. eks. være et af de helt nye i smøgen ved Jessensgade nr. 6.

Løvfald giver altid anledning til en del arbejde ovenpå og ved siden af klubhuset. Således også i år, hvor der er blevet blæst og fejlet ved flere

lejligheder.

Den 11. november havde vi besøg af 2 foredragsholdere, som fortalte om og viste os billeder fra det gamle Horsens, især fra den nordlige del af byen. En spændende billedkavalkade fra en fjern fortid.

Dagen efter, den 12. november, var vi på besøg i Sundparkens fritidshus, hvor projektleder Lars Mose fortalte om sin og børnenes hverdag i centeret, krydret med fortællinger om Lars' mange og især spektakulære og meget lange løb både inden- og udenlands. Han kalder faktisk sig selv "lidt småtosset".

Vi har besøgt Kaffedåsemuseet i Grumstrup, der ligger noget ensomt langt ude på landet. Men til gengæld er det et besøg værd. To unge mennesker med interesse for gamle ting har bygget deres lille museum op i en nedlagt landbrugsejendom og har gjort det ganske imponerende og på kort tid.



Vi har også haft en lille snak om "veteranfremtiden". Vi ældre bliver måske endnu ældre, men der kommer heldigvis yngre kræfter til. Ændringer i veteranernes "hverdag" blev snakket igennem, men egentlige ændringer er ikke på tale lige med det første, dog skal vi fremover selv medbringe morgenkaffen, idet Jørgen Skovby, som nu i 18-19 år har brygget kaffen, har meldt fra på dette vigtige område. Tak til Jørgen for mange velbryggede kaffetårer på torsdage kl. 9.



Et af årets højdepunkter er vores julefrokost, som naturligvis også er blevet afviklet, dog i coronaens skygge, men alligevel blev det til en meget hyggelig eftermiddag i klubhuset.

Alle veteraner og alle i Horsens Orienteringsklub ønskes et godt nytår, og veteranerne siger mange tak for klubbens støtte i 2021.

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



Beretning fra kortudvalget

Af Erna Germann

På Kortudvalgets vegne vil jeg berette om årets gang.

Korttegnergruppen består p.t. af følgende:

Troels Jensen, Michael Straube, Poul Erik Christensen, Jørgen Thyssen, Nikolaj Nielsen, Erik Warncke, Karen Sieg, Jesper Toft Mikkelsen, Jørn Egeberg, Henning Hansen, Henning Larsen og Erna Germann.

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

Korttegnerne har været meget aktive i 2021.

Følgende skove er tegnet/revideret:

Bjerre
Bygholm Bakker
Juelsminde
Palsgård
Rold
Skablund
Åbjergskoven 1:5000
Åbjergskoven 1:10.000
Stensballe skolen
Horsens Midtby
Fængslet Horsens NV

I 2022 bliver følgende skove tegnet/revideret:

Barrit Sønderkov
Boller Nederskov
Horsens Nord
Hårsbjerg
Skablund
Skærven
Ny Sebberup
Nim
Ussinggård
Ustrup
Ølsted
Åbjergskoven 1:5000
Åbjergskoven 1:10.000
Bygholm Park
Via/Nørrestrand

Med undtagelse af få kort bliver de alle rentegnet 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.



O-Service

I O-Service ligger der en database, som indeholder en oversigt over klubbens kort.



Faste poster/Find-Vej-I

Faste poster/Find-Vej-I findes på www.findveji.dk og på Horsens OK's hjemmeside. Der er p.t. 5 skove med faste poster. For at imødegå defekter på posterne/klippetængerne vil besigtigelse ske med jævne mellemrum.



OCAD kursus

Det er planen det første halvår at lave 3 kurser i hver kreds – begynder, grundmateriale og rekognoscering med udgangspunkt i uddannelsesmodulerne. Er interessen der, er du velkommen til at kontakte mig.



Beretning fra breddeudvalget

Af Per Mønster Jørgensen

Jeg må sige, at corona har haft stor indflydelse for aktiviteterne her i udvalget.

Der var ikke brug for en instruktør til januar- og februarløbene, da de blev afviklet som selvbetjenings-orienteringsløb uden bemanding.

Det eneste jeg derfor kan berette om, er fra vores afholdelse af 3. afdeling af cross-løbs serien sammen med DGI Sydøstjylland og 6 andre løbeklubber lørdag den 11. december 2021. Denne gang derfor en lidt mere udførlig beretning fra dagen.

Jeg havde mandefald lige inden af flere årsager, men mest grundet coronasmitte og af at folk pludselig var blevet nærkontakt. Derfor måtte der et par opslag til for at få mandskab nok. 1000 tak til de medlemmer som med endda meget kort varsel trådte til! Både som bolle- og kagebagere og som hjælpere på selve dagen!

Løbsserien er indtil nu afviklet efter de gældende corona-regler og strammet efter crossudvalgets ekstra foranstaltninger.

Konen havde denne gang sat det hele i rammer, og havde lavet plan for før, under og efter opgaver. Alle fik udsendt en oversigt med arbejdsopgaver listet under deres navne samt mødetidspunkt.

Hjælperne vidste derfor alle, hvad de havde af opgaver, og gik bare i gang.

Klubhuset kunne man kun benytte med coronapas. Til at tjekke for det havde Gitte udtaget Carsten Thyssen. Dette gjorde han med bravour. Deltagerne måtte godt benytte de to toiletter, men baderummene var lukkede/afspærrede.

Eigil Nielsen havde sørget for toilettrailer fra Mars, som han hentede fredag og kørte tilbage søndag.

Der blev sat telt op til udlevering af numre mellem det store træ og bord-/bænkesættene. Dette stod Tommy Jakobsen for.

Der blev sat telt op ved materialerummet til kiosksalget. På den måde var det nemt at komme med nye forsyninger inde fra køkkenet, og der var plads til at folk kunne stå i kø med behørig afstand.

Der blev sat borde/bænke op ude foran klubhuset. Dækket med duge, sprit og led-lys så de deltagere som ikke ønskede at komme indenfor, kunne nyde mad og drikke udenfor.

Fra vejen og ind i skoven havde Flemming Thyssen, Mads Mikkelsen og jeg opsat vores nye startbaner, som virkelig tog sig godt ud. Ruten blev markeret. Målbanner (igen det helt nye flotte med logo), løbsmåtte (for registrering af tid) samt speakning blev opsat.

Karl klarede parkeringen på pladsen og efterfølgende kantparkering. Herefter var han vejvagt, hvor løberne krydsede asfaltvejen.

Grundet corona var vi lidt spændte på, hvor mange der mon ville komme. Vi håbede på omkring 300 deltagere, men rent faktisk fik vi besøg af ca. 350 løbere og flere tilskuere, som ikke skulle løbe. 😊

Starten går over 3 omgange, og man løber 1, 2 eller 3 runder af 2,5 km alt efter, hvad man er tilmeldt.

Både Susanne Thyssen og Irene Mikkelsen fik efterfølgende travlt med at ekspedere, da mange heldigvis slog forbi kiosken. Indenfor havde Mathias travlt med at lave kaffe, varme vand til te og varme kakao. Gitte smurte boller, skar kage og sørgede for, at der hele tiden var fyldt op på fadene udenfor.



Vi havde en god dag, hvor folk var glade for turen og begejstret for vores udvalg i kiosken. Boller med pålæg, mange slags kager og endda lagkage. Sidstnævnte var især mændene glade for. Det eneste der var et lille minus var, at vores sodavand alle var sukkerfri. Vi havde kun 6 stk. appelsinvand med sukker. Det må vi gøre bedre næste år. Vi fik i øvrigt et pænt overskud i kiosken. 😊

Da folk begyndte at køre hjem, fik vi ryddet op, sat alt på plads og rengjort der, hvor det var blevet beskidt.

Cross-løbs serien har en fast fotograf til at tage billeder ved alle 6 løb. Disse har været delt i vores interne gruppe på Facebook.



Beretning om arrangementer

Af Erna Germann

Årets gang 2021

På bestyrelsens vegne kan jeg berette følgende om året 2021.

Der er ikke nedsat et arrangementsudvalg. Tiltag af arrangementer varetages af bestyrelsen i samarbejde og med hjælp fra frivillige fra gang til gang.

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

Midsommerløbet blev arrangeret i Velling-Snabegård, og var afslutningen på årets Midtjysk Ungdoms Liga. Tak til arrangørerne.

KUM (Kreds Ungdoms Match) blev gennemført i november. Mesterskabet blev afviklet i Bjerre Skov med stor ros fra deltagerne. Tak til arrangørerne.

Da Danmark kom tilbage til det "normale", så vi en mulighed for at genstarte samarbejdet med skolerne. Vi sendte indbydelser ud, og fik heldigvis positivt svar tilbage fra Brædstrup Skole og Stensballeskolen. Et stærkt team blandt vores Veteraner lavede skoleløbet. Mange TAK til alle der tog del i dette arrangement.

I 2021 fik vi mulighed for at søge tilskud til skolesamarbejdet gennem Åben skole-puljen ved Horsens Kommune. Vi fik tilskud for afholdelse af skoleløb for Højvangskolen og Gedved Skole i uge 42.

Skole OL blev aflyst, men gennemført virtuelt.

I 2021 blev Prison Break genoptaget. Tak til alle hjælpere – uden jeres hjælp er det ikke muligt at skaffe en pæn indtægt til klubben.

I samarbejde med DGI blev der afholdt Cross-løb i Åbjergskoven.

I 2022 arbejdes der på at få afviklet

- ❖ Klubbens dag i januar (flyttet til april)
- ❖ Langdistanceløb i januar
- ❖ Divisionsturnering i april
- ❖ Skole-OL i maj
- ❖ JFM Stafet i august

Skoleløb (bruges i undervisningsøjemed) – afholdes efter forespørgsel fra skolerne.

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

Beretning eliteudvalget 2021

Af Mads Mikkelsen

MountainBike Orientering - MTBO

Årets store begivenhed var Camilla Søgaards fantastiske præstationer.

Camilla Søgaard vandt VM-guld på langdistancen ved VM i Finland og kørte sidste tur på kvinde-stafetholdet ved VM i Finland, hvor hun sammen med holdet vandt guld. Desuden vandt Camilla guld til EM i Portugal på langdistancen og vandt bronze på mellem. Dermed er Camilla både regerende Europa- og Verdensmester på den lange distance. Klubben arrangerede en velbesøgt reception for at fejre de gode præstationer med bl.a. deltagelse af borgmesteren og formanden for udvalget der er ansvarlig for idrætten.



Oliver Friis blev nr. 22 på VM langdistancen. Det bedste resultat ved årets verdensmesterskaber opnåede han ved massestarten, idet han tog en 12. plads 2:09 efter vinderen. Oliver kørte desuden førsteturen på herre-stafetholdet med en sammenlagt 6. plads som resultat. Dermed fortsætter Oliver sin fremgang.

U-18 landsholdet

Orienteringsforbundet har i 2020 lavet 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 henholdsvis forårs og efterårssæsonen.

I foråret var Jonas Kokholm og Jacob Klærke Mikkelsen udtaget, mens Theresa Skouboe og Elanor Henriksen ved årsskiftet var skadede, og derfor ikke kunne deltage i landsholdsaktiviteterne. I efteråret blev Theresa, Elanor og Jacob udtaget til U-18 landsholdet.

Undertegnede 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 frem til 2024. Vi holder halvårlige opfølgingsmøder med kommunens eliteidrætskonsulent Søren Jochumsen. Aftalen betyder, at vi også fremover kan få løbere optaget på talentidrætsklasserne på Langmarkskolen fra 7. klasse og i Sportscollege i forbindelse med ungdomsuddannelserne. I øjeblikket går Lukas Bergmann Verhelst i 7. klasse og Ella Klærke Mikkelsen i 9. klasse i talentidrætsklasserne.

At vi kun har to løbere i talentidrætsklasserne betyder, at det ikke længere er muligt at lave idrætsspecifik morgentræning. I stedet tilbydes skadeforebyggende styrketræning og koordinationstræning på basisholdet, hvilket i forvejen var prioriteret højt, fordi det er vigtigt for løbernes udvikling og er en type træning, vi ikke tilbyder i klubregi. Desuden kan vi i regi af Team Danmark aftalen tilbyde klubbens talenter skadeforebyggende styrketræning under kyndig vejledning. Træningen foregår mandag eftermiddag.

Horsens OK støtter vores satsende udøvere, dvs. i 2021 Camilla Søgaard, Oliver Friis, Theresa Skouboe, Elanor Henriksen, Jonas Kokholm og Jacob Klærke Mikkelsen. Støtten består af økonomisk støtte til udgifter til landsholdsaktiviteter, træningsleje og TC aktiviteter mv.

Horsens OK deltager i **Talent Center Aarhus**, hvor undertegnede er klubbens repræsentant i styregruppen. TC Aarhus er et træningssamarbejde i Team Danmark regi, hvor seriøse ungdomsløbere fra 15 år og ældre kan træne orientering på højt niveau. Træningen foregår onsdag aften i forskellige skove og byer i Øst- og Midtjylland. I 2021 har Elanor, Jacob, Jonas og Theresa deltaget regelmæssigt i TC træningen.

Her skal også fremhæves Kristian Vads indsats som talenttræner. Kristian arbejder seriøst med at udvikle vores talenter frem mod at kunne kvalificere sig til de internationale mesterskabet EYOC/JWOC. I år har Kristian stået i spidsen for at arrangere to talentture til Strømstad i Sverige, efterårs-klubturen til Oksbøl og var desuden træner på en selvbetalt tur til Alicante i Sydspanien i december. Alle ture bliver arrangeret med meget høj kvalitet og ambition om at udvikle løberne. Klubture er vigtige for løbernes udvikling, idet det giver erfaring med terræntyper, der er anderledes end de øst- og midtjyske, hvilket udvikler evnen til at omsætte terræn til kort og omvendt.

Eliteudvalget vil også i 2022 arbejde for at give talenter og eliteudøvere de bedst mulige rammer for at dyrke deres idræt indenfor de økonomiske muligheder klubben har. Har du lyst til at bidrage til elitearbejdet, hører jeg gerne fra dig.

Fidusløb 2021

Af Elanor og Theresa

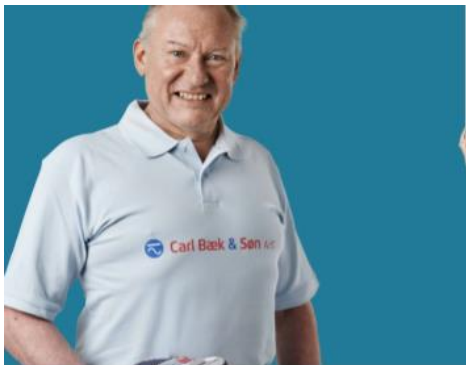
Inden vi startede, blev vi enige om en ting... at slå Jacob's hold. Vi mødte godt velforberedt op til løbet, Elanor havde taget saksen med, og Theresa posen. Hovederne var totalt klar og tømt for unødvendige tanker.

Fidusen til årets juleløb var, at ved posterne hang der en strimmel til en fjerdedel julestjerne eller et halvt julehjerte, og ved nogle af posterne hang der slet ikke noget. Da man så kom i mål skulle man flette julehjerter og julestjerner ud af det samlede materiale.

Vi starter godt ud til post 1, og finder $\frac{1}{4}$ julestjerne, som vi så putter i Theresa lange røde Trimtex sok, og ikke i posen fordi vi simpelthen blev så stressede af alle de mennesker og Jacob's gruppe, som allerede var på vej til post 2. De næste par poster bruger vi samme taktik og putter strimlerne og de halve hjerter i sokken. Dette var ikke helt optimalt, da de blev sindssygt krøllede, så vi putter dem hurtigt fra sokken til posen i håb om at redde nogle stykker. Efter 56 minutter sidder vi klar, og begynder at flette julehjerter og julestjerner, og her kommer juleklippedagens færdigheder i folkeskolen rigtig i gang. Vi havde samlet tre halve julehjerter, og tolv strimler til stjernerne. Theresa kan huske fletteteknikken til den første del af julestjernen, og giver den videre til Elanor, som kan huske den sidste del af fletteteknikken. Vi får hurtigt flettet tre julestjerner, og det ene julehjerte. Men vi sidder tilbage med et halvt julehjerte. Vi begynder derfor at tænke innovativt, og bruger derfor kortet til den anden halvdel af hjertet. Vi nåede også lige at lave et lille ekstra julehjerte ud af kortet.

Tre julestjerner, tre julehjerter og 22 poster gav os derfor sejren både over Jacob's hold, men også æren af at lave fidusløb i 2022, det bliver rigtig godt kan vi allerede sige.





Horsens Gruppen

"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

Divisionsturnering 2022 – sæt X i kalenderen

Af Britta Ank Pedersen

Divisionsturneringen i Nordkredsen bliver i 2022 igen afviklet med to kvalifikationsmatcher og derefter op-/nedrykningsmatch eller – for de to førende klubber i 1. division – DM Hold. Alle matcher bliver skovløb, altså ikke sprint.

Horsens OK er i 1. division sammen med OK Pan Aarhus, Silkeborg OK og Aalborg OK. Og skal vi ikke være enige om, at 2022 bliver året, hvor Horsens OK bryder vanen med kun at kvalificere sig til DM hold i ulige årstal. Vi har jo en bronzemedalje at forsvare eller forbedre fra 2021.

Vi skal i hvert fald gøre forsøget! Det betyder, at vi igen skal alle mand af hus og stille et stort og bredt sammensat hold, så vi får dækket både begynderklassen samt lette, mellemsvære og svære baner i alle aldersklasser ind.

Derfor kan du godt finde din nye 2022-kalender frem og reservere følgende datoer til festlige dage i skoven sammen med helst +100 af dine klubkammerater:

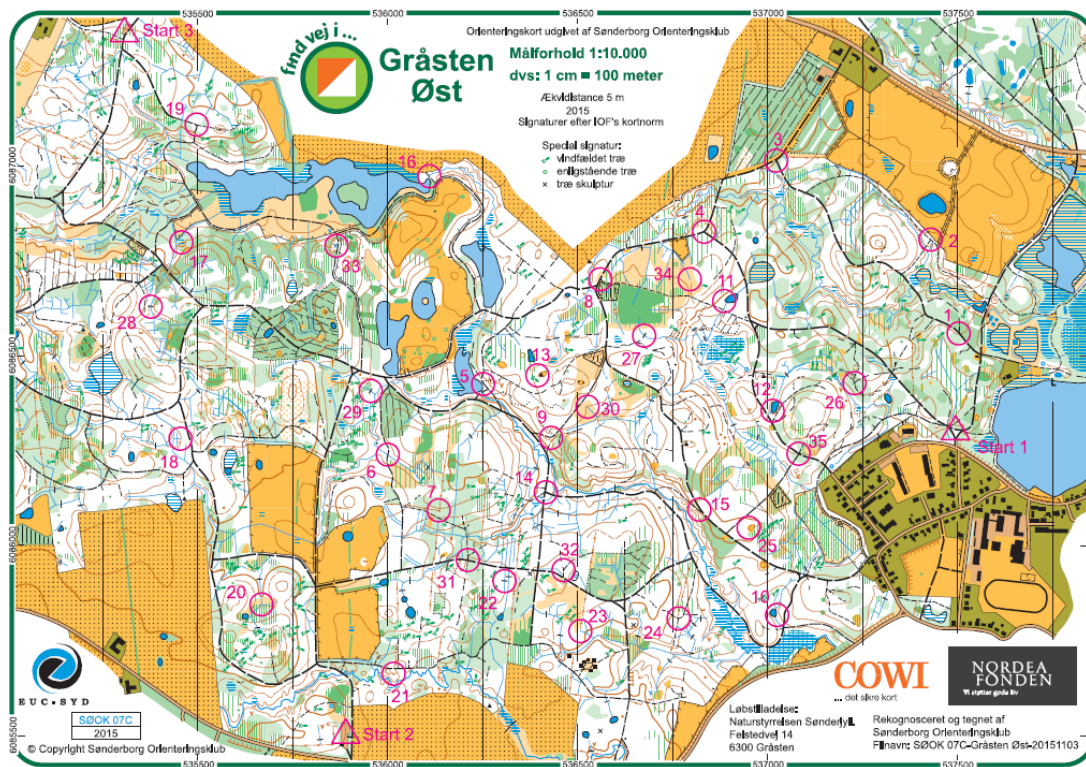
- Søndag 3. april i Haunstrup – 1. kvalifikationsmatch (der er åbent for tilmelding i O-Service!)
- Søndag 4. september et sted i Vestjylland – 2. kvalifikationsmatch

Og dernæst enten

- Søndag 2. oktober i Rold Nørreskov/Moskov – op-/nedrykningsmatch

eller

- Søndag 9. oktober i Gråsten Skov – DM Hold



Modernisering af klubhus

Af Ole Søgaard og Eigil Nielsen

Sig nærmer tiden, hvor moderniseringen af klubhuset ser ud til at kunne realiseres.

På generalforsamlingen i 2019 fremlagde bestyrelsen på baggrund af klubhusudvalgets forarbejde en række prissatte forslag til modernisering af klubhuset.

Forslagene blev sat til afstemning punkt for punkt, og følgende blev vedtaget til gennemførelse:

- Nyt køkken med forbedrede el-installationer
- Nye klinker i gang og toiletter
- Udvidelse af el-tavle
- Ny gulvbelægning i køkken og klublokale med klinker/tæppefliser
- Farveændring af svensk rød til lys grå på spær og dørkarme og indfatninger
- Maling af dørplader

Samlet moderniseringsbudget var oplyst til ca. 350.000 kr.

Efterfølgende er der stillet forslag om udskiftning af lofter til mere lydabsorberende og forbedring af belysning i klublokale.

Ved ihærdigt og godt arbejde er det lykkedes af få tilsagn til moderniseringen på ca. 350.000 kr., og det blev på medlemsmødet i efteråret 2021 meddelt, at det er besluttet at gennemføre moderniseringen hurtigst muligt.

Da en betydelig del af det budgetterede er lønudgifter, håber at kunne finde besparelser på dette område ved selv at yde en indsats, så vi kan få de akustikregulerende lofter og forbedret belysning indeholdt i planen.

Vi håber på, at klubhuset i begrænset omfang kan bruges under moderniseringen, og har planlagt at lave støvvægge mellem de forskellige byggeområder.

Planen er

Marts	Køkken nedtages, nye installationer m.v. Nye klinker, loft og malerarbejde Nye klinker og maling af gang og toiletter
April	Klublokale mod øst (søen) Malerarbejde, nye lofter og gulvbelægning
Maj	Klublokale mod vest Malerarbejde, nye lofter og gulvbelægning Sprøjtelakering af døre

Tidsplanen er forhåbentlig nogenlunde realistisk, men er naturligvis afhængig af, i hvilket omfang der kan skaffes tilstrækkeligt arbejdskraft af medlemmerne.

Vi håber derfor, at I er klar til at deltage i arbejdet, når det bliver aktuelt.

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