UDLØBEREN

Medlemsblad for Horsens Orienteringsklub

55. årgang / nr. 275/ januar 2026

Hilsen fra redaktøren

Så er nytåret kommet og 2026 er allerede i fuld gang.

I dette nummer af Udløberen kan i læse beretninger fra de forskellige udvalg omkring alle de aktiviteter vi har haft på programmet i 2025. I kan også læse om fidusløb, natløb, juletur og fiduspokalen 2025

Og så kan vi se frem til rigtig mange skønne løb, klubture og stævner i 2026

Kontakt

Ansvarshavende chefredaktør:

Agnete Viuff

agneteviuff@gmail.com

Forsidebillede:

Vinderne af årets fiduspokal 2025 Thomas Kokholm og Johannes Poulsen

Næste klubblad udkommer i april 2026

Indholdsfortegnelse

Indkaldelse til generalforsamling 27. januar 2026	**2**
Indbydelse til klubtur 9.-10. maj 2026	**3**
Formandens beretning 2025	**5**
Træningsudvalgets beretning 2025	**13**
Nyt fra klublivsudvalget	**19**
Beretning Ungdomsudvalget (og Eliteudvalget) 2025	**21**
Beretning fra Løbsudvalget	**26**
Beretning fra Skoleudvalget	**27**
Veteranerne 2025	**31**
Beretning fra Kortudvalget	**33**
Skovfræsernes beretning	**36**
Velkommen og farvel	**38**
Fidusløbet 2025	**41**
Vigtige datoer	**50**

Horsens Orienteringsklub

Indkaldelse til Generalforsamling

Bestyrelsen indkalder til ordinær generalforsamling til afholdelse:

Tirsdag den 27. januar 2026 kl. 19:30
i klubhuset, Åbjergskovvej 6, 8700 Horsens

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. i lige år: kasserer, træningsudvalgsformand + 1 bestyrelsesmedlem
    c. Revisor, én på valg efter tur.
    d. Revisorsuppleant
7. Eventuelt

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen jvf. punkt 4 skal være formanden i hænde senest den 20. januar 2026 jvf. vedtægternes §23.

På vegne af bestyrelsen

Mads Mikkelsen

madsmikkelsen@yahoo.dk

Indbydelse til trænings- og klubtur 9.-10. maj 2026 ifm. divisionsmatch

Horsens OK inviterer til trænings- og klubtur i forbindelse med divisionsmatchen søndag 10. maj 2026 i Rold Skov Hesselholt, som ligger i den sydlige del af Rold Skov-komplekset.
Der bliver træning i den del af Rold Skov-området, som o-løbere kender som Vælderskoven.
Der er reserveret værelser og fuld forplejning fra lørdag aften til søndag morgen på Rebild Vandrerhjem. Her vil børn og voksne kunne hygge sig med hinanden og måske finde kræfter til at gå en tur i de berømte Rebild Bakker, der ligger lige ved vandrerhjemmet.

Vælg de dele af tilbuddet, der passer dig, men husk at komme til divisionsmatchen. 😊

Program lørdag 9. maj:

- Træning i Rold Vælderskov. Mødetid i skoven kl. 10.30.
- Indkvartering og aftensmad på Rebild Vandrerhjem, Rebildvej 23, Rebild

Program søndag 10. maj:

- Morgenmad og madpakkesmøring på vandrerhjemmet fra kl. 07.00.
- Divisionsmatch i Rold Skov Hesselholt. **HUSK** tilmelding i O-Service. Første start kl. 10.00

Træningen:
Der tilbydes en buket af træningsøvelser, som henvender sig til de deltagere, som tilmelder sig. Du får træning, der passer til dit niveau, uanset om det er begynder, let, mellemsvær eller svær.

Ved tilmeldingen bedes du oplyse, hvilken sværhedsgrad du normalt løber.

Træningen har fokus på orientering, der er relevant i storkuperet terræn som Rold Skov-området.
Og på at give alle medlemmer en god træningsoplevelse – fra de yngste til de ældste.

Træningen er åben for alle Horsens OK-medlemmer, uanset om man deltager i overnatning eller ej. Tilmelding også til træningen er dog nødvendig af hensyn til planlægning og kortbestilling.

Pris for træning, overnatning og forplejning:
Horsens OK's bestyrelse prioriterer klubturen og har bevilget et pænt tilskud til opholdet på Rebild Vandrerhjem.

Din pris for "hele pakken" med træning, overnatning og forplejning er derfor:

- 150 kr. for deltagere til og med 24 år. Forvent indkvartering i 3-4 personers værelse.
- 250 kr. for deltagere fra 25 år og ældre. Forvent indkvartering i 3-4 personers værelse.
- + 50 kr. pr. person, der ønsker 2-personers værelse.
- + 100 kr., hvis du ønsker enkeltværelse.

Det er muligt at deltage i træningen lørdag uden at deltage i overnatning. Pris: 0 kr.
Det er også muligt at deltage i opholdet på Rebild Vandrerhjem uden at deltage i træningen lørdag. Pris som ovenfor.

Tilmelding:
Vandrerhjemmet skal have besked om antal indkvarterede to måneder før, vi kommer, så tilmelding til overnatning **senest tirsdag 10. marts 2026** via mail til Britta på britta.ank.pedersen@gmail.com.
Oplys hvilken sværhedsgrad, du ønsker ved træningen, samt evt. ønsker vedr. indkvartering.

Tilmelding til træningen alene senest 1. maj 2026.

Vi udsender en instruktion med detaljerede oplysninger til de tilmeldte en uges tid før arrangementet.

Tilmelding til divisionsmatchen skal du selv sørge for i **O-Service** – forventet frist 1. maj.

Klubben betaler startafgiften til divisionsmatchen.
For deltagere, der tager af sted søndag, tilbyder klubben gratis bustransport fra klubhuset. Skriv BUS ved din tilmelding i O-Service, hvis du vil reservere en plads i bussen søndag tur/retur.

Vi håber, at rigtigt mange har lyst til at være med på trænings- og klubturen.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.
I skoven eller pr. telefon: Hans Jørgen 2481 4730 – Britta 2363 8225.

Venlig hilsen
Hans Jørgen Vad og Britta Ank Pedersen

Horsens Orienteringsklub

Formandens beretning 2025

Af: Mads Mikkelsen

Tak til alle for indsatsen i 2025!

Tak til bestyrelsen, til alle i udvalgene og til alle, der har gjort en indsats, stor eller lille i året der er gået!

I Horsens OK hjælper vi hinanden og klubben!

Listen over de aktiviteter vi har arrangeret i klubben i 2025 er imponerende lang og jeg syntes godt at vi kan tillade os at sige at vi arrangerer med høj kvalitet.

Når vi taler frivillighed i 2025 er det svært at komme uden om at vi. d. 9. juni lykkedes med at arrangere Royal Run. Løbet var med 15.000 deltagere nok det største motionsløb i Horsens nogensinde. Horsens OK stillede med 160 frivillige og var med til at skabe en fantastisk dag, kongen løb med og det blev en motionsfest i Horsens. Vi kan som klub være stolte af Royal Run, hvor vi viste hvad vi kan. Der var to der skilte sig ud, nemlig Thomas Kokholm og Johannes Poulsen, som med en ihærdig forberedelse fik dagen og klubbens indsats til at spille og derfor modtog Thomas og Johannes i fællesskab fortjent årets fiduspokal.

Vi har arrangeret meget andet i 2025:

Vi har arrangeret 3 orienteringsstævner (Stævneleder / banelægger nævnt):

- 26.1. Nordkredsens Vinterlang, Isenbjerg (Carsten Thyssen / Alberte Thyssen)
- 13.4. Divisionsmatcher for nord- og sydkredsen, Palsgård (Allan Skouboe / Jacob Klærke Mikkelsen)
- 17.4: Indendørs sprint, Via Campus (Erik Nielsen / Thomas Emil Jensen)

Vi har også arrangeret (stævneleder nævnt):

- Beringsstafetten, Bygholm Park (Martin Lervad Lundø)
- Hjulpet ved Hero Run (Eigil Nielsen) og Prison Break (Johannes Poulsen)
- Crossløb, Åbjergskoven (Per Mønster Jørgensen)
- Nytårsløbet i Horsens (Thomas Kokholm og Michael Straube)

Alle stævner blev gennemført med stor succes. Vi har givet deltagerne gode oplevelser og samtidig skabt et bidrag til klubbens økonomi. Det har vi gjort i mange år og bl.a. derfor er vores økonomi robust. Vi har penge at stå imod med hvis der sker noget uforudset eller vi har lyst til at investere i klubbens fremtid.

Igen i år kan vi konkludere, at vi har levet op til vores værdi om kvalitet:

”*Hvis det er værd at gøre, er det værd at gøre godt!*”

Tak til alle hjælpere - og især tak til stævneledere og banelæggere for at stille jer frem og tage ansvaret!

Egne aktiviteter

Udover ovennævnte udadvendte aktiviteter har vi også arrangeret:

Alle planlagte lørdagsløb

Træningsudvalget har gjort en ihærdig indsats og lykkedes med at finde arrangører til alle planlagte lørdagsløb. Lørdagsløbene er en del af klubbens fundament og en af klubbens historiske aktiviteter.

7 klubture

Nord Jysk, Divisionsmatch i maj, Thy Lege, JFM weekenden til Frøslev, DM weekenden til Nordsjælland, efterårstur til Göteborg og juletur til Slette Strand. Klubture er vigtige fordi de giver mulighed for at løbe i andet terræn, deltage i konkurrencer og styrker det sociale fællesskab.

Alle 10 planlagte supertirsdage (fællesspisning i klubhuset den første tirsdag i hver måned)

Klublivsudvalget står for supertirsdagene, ved at finde kokke i god tid har klublivsudvalget sikret kontinuitet og stabilitet, hvilket har ført til større tilslutning. Supertirsdagen tjener dermed sit formål, som et mødested for nye og etablerede medlemmer, den første tirsdag i hver måned.

Sommer- og juleafslutning

Klublivsudvalget har også stået bag sommer- og juleafslutningen, hvilket igen i år har trukket fulde huse.

Jeg er rigtig glad når klubhuset er fyldt af glade medlemmer, både nye og etablerede i alle aldersklasser, det er rigtig godt for klubbens fællesskab.

Det er ikke en selvfølge at det lykkedes at gennemføre alle disse arrangementer og jeg ved at der ligger en stor indsats bag fra hele bestyrelsen og især Tommy Jakobsen (Træningsudvalget) og Annette Groth Kjeldsens (Klublivsudvalget) for at motivere klubbens medlemmer til at udføre opgaverne. Det er virkelig positivt at det er lykkedes at arrangere både de udadvendte og klubbens egne arrangementer, jeg vil derfor konkludere at vi har fremgang i frivilligheden, og at vi som klub har mange gode frivillige som hjælper hinanden og klubben!

Tak for bidragene! – jeg håber også at vi kan trække på jer i 2026 – det bliver der brug for!

For også i 2026 har vi store planer ikke mindst skal vi arrangere påskeløbet og samtidig gennemføre og udvikle resten af klubben aktiviteter!

Medlemsfremgang

Vi tiltrak i 2025: **30 nye medlemmer** og opnåede dermed næsten vores mål om 40 nye medlemmer om året. Det førte alligevel til en fremgang på 6 medlemmer og dermed er vi nu 288 medlemmer i Horsens OK.

Det er naturligvis meget tilfredsstillende at vi kan mønstre en fremgang også selv om den er lidt mindre end det vi håbede på.

Medlemstal	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	Udvikling
Ungdom	99	98	83	84	67	75	85	84	-1
Senior	180	192	190	194	190	195	197	204	7
I alt	279	290	273	278	257	270	282	288	6
Netto året		11	-17	5	-21	13	12	6	
Ungdom: 0 - 24 år									

Vi har lavet rekrutteringsaktiviteter hen over hele året, med åbent hus løbene fra klubhuset i januar og februar, Park Tour i maj, sommerferie aktiviteter i juli og august og skoleorientering fra april til oktober. Desuden er der igennem hele året kommunikeret om muligheden for at starte til tirsdagstræning på de aldersinddelte hold, hvor der hver tirsdag står trænere klar til at tage imod.

Men det var først efter sommerferien at der kom nye medlemmer, således er 18 af årets 30 nye medlemmer meldt ind i august og september. Her skal fremhæves den sidste sommerferieaktivitet, som var placeret lige før skolestart, hvor Tina Vallentin stod i spidsen for orienteringsløb fra klubhuset med efterfølgende hot dogs og snobrødsbagning. Her fik de nye løbere mulighed for at tale med eksisterende medlemmer om hvad det går ud på at gå til orienteringsløb. Vi gentager arrangementet i 2026.

Det er målet i klubbens strategi at vi skal være 300 medlemmer i 2028, fordi flere medlemmer giver et bedre klubliv, sportslig fremgang, bl.a. til divisionsmatcherne, flere frivillige og det modsatte er ikke rart at tænke på, nemlig at vi bliver en klub i tilbagegang.

Derfor vil vi i 2026 blive endnu skarpere til rekruttering og samtidig udvikle de eksisterende medlemmer!

Vi vandt bronze til DM hold

I de to matcher i nordkredsens 1. division (Kompedal i maj og Stråsø i august) opnåede vi en samlet anden plads, efter Silkeborg OK, men foran OK Pan Aarhus og Mariager Fjord OK. Dermed kvalificerede vi os til DM Hold finalen.

Finalen skulle afgøres den 28. september i Kærgård Plantage i det sydvestjyske. Vi stillede 109 deltagere og var faktisk den klub med de fleste deltagere, dog med en lille margin. Det blev en spændende dyst, hvor vi endte med at vinde bronze. Silkeborg OK vandt og OK Snab, Vejle vandt sølv, mens vi vandt over Søllerød OK, FIF Hillerød og Kolding OK.

Vi vandt bronze, fordi vi har en rigtig god bredde, dvs. at vi kan stille op i de fleste klasser, således kunne vi besætte samtlige pladser i de voksne klasser. Den gode bredde skyldes at vi lykkes med at motivere både nye, nyere og erfarne medlemmer til at komme med til divisionsmatcherne. Der er en direkte sammenhæng med at vores tirsdagstræning virker så godt og at vi kan stille med nye og nyere løbere til divisionsmatchen. Stor tak til trænerne på både voksenholdet og de tre ungdomshold for at udvikle og motivere løberne.

Korttegning

Ingen orienteringsløb uden korttegning! og igen i år har klubbens korttegnere været leveringsdygtige med opdaterede og gode kort til stævner og træning og ikke mindst opretholdt vores målsætning om at kort til træning ikke må være ældre end 5 år.

Skoleorientering

Erna Germann og resten af skoleudvalget har også i 2025 været dygtige til at arrangere skoleorientering. Vi har i løbet af året haft kontakt med rigtig mange skoleelever og gennemført undervisningsforløb, hvor vi i samarbejde med skolens lærere underviser eleverne i orienteringsløb. Også i 2025 har skoleudvalget været dygtige til i samarbejde med skolerne at søge kommunens Åben Skole Pulje, hvilket har resulteret i et stort bidrag til klubbens økonomi.

Både skolerne og Fritidsforvaltningen roser vores indsats, vi skaber gode oplevelser på skolerne og viser orienteringssporten frem og spreder dermed kendskabet til orienteringsløb.

Veteranerne

Veteranerne har i år fejret 25 års jubilæum!

Veteranerne samles hver torsdag formiddag til en kulturel oplevelse, en hyggestund eller arbejde i klubhuset. Derudover bidrager veteranerne til skoleorientering, postudsætning til tirsdagstræning, vedligeholder klubhus og materiel og hjælper til ved mange af klubbens

arrangementer. Veteranernes kombinerer således det sociale med at give et kæmpe bidrag til klubbens virke.

Sejr i afskedsløb for Camilla Søgaard til World Cup i MTBO

Camilla Søgaard sluttede sin imponerende landsholdskarriere med at vinde det sidste løb i årets World Cup i Bulgarien. Til årets verdensmesterskab vandt Camilla sølv i stafet og fællesstart. Camilla sluttede dermed sin landsholdkarriere på toppen. Camilla kørte sit første verdensmesterskab i 2011 og sit sidste i 2025, en imponerende lang og succesfuld karriere, hvor Camilla hele vejen i gennem har repræsenteret Horsens OK på bedste vis.

Nye talenter på vej!

Krista Lervad Lundø blev udtaget til ungdoms EM (EYOC) i Slovakiet i D-16 og opnåede flotte placeringer, (nr. 4 i stafet, 12 på lang og 16 i sprint.) Flot løbet!

Til næste års U18 landshold er Eskild Stig Nielsen og Astrid Lykke Nielsen udtaget sammen med Krista.

Jeg er glad på løbernes vegne. Det er også godt for os som klub, at der er ryttere og løbere, der præsterer på højt niveau. Deres sportslige udvikling er noget vi alle sammen kan være stolte af for uden de gode træningsmuligheder og fællesskab vi tilsammen i klubben har bidraget til, ville de ikke være kommet så langt. Samtidig inspirerer de os til at gøre det godt både i det frivillige arbejde og som løbere.

Horsens OK er en stor og meget aktiv klub. Vores værdier er **Udvikling – kvalitet – fællesskab,** jeg er glad for og stolt over at vi også i 2026 har levet op til vores værdier. Tak for indsatsen!

Jeg håber at alle også er klar til at gøre en indsats i 2026 så vi kan fortsætte den gode udvikling.

Træningsudvalgets beretning 2025

Af: Tommy Jakobsen

Hermed beretning for 2025 om aktiviteter i regi af Træningsudvalget.

Træningsløb

Vi har i årets løb afviklet 35 træningsløb (lørdagsløb) med et meget varierende deltagerantal spændende fra 28 til 136. I gennemsnit har der været 59 deltagere pr. løb, hvilket er 10% lavere end 2024. Til gengæld gennemførte vi 5 løb mere end i 2024, så totalt havde vi flere startende løbere i år.

Det lykkedes at gennemføre samtlige planlagte løb, hvilket må siges at være flot i et år, hvor Royal Run tog en del af de frivillige ressourcer.

Vi etablerede i 2025 et samarbejde omkring træningsløb med klubberne i Silkeborg og Herning. Det er min opfattelse at vore medlemmer var tilfredse med løbene i Hundsø og Palsgård arrangeret af hhv. Silkeborg OK og Herning OK - samt vore løb på Sukkertoppen og Isenbjerg hvor de 2 førnævnte klubber deltog. I hvert fald vil vi udvide samarbejdet i 2026 - ikke mindst pga. vores engagement i Påskeløbet.

Der skal lyde en stor tak til alle vore arrangører af træningsløb i 2025.

Teknisk træning m.v.

Træningsudvalget har i 2025 bidraget med skriftlige oplæg til hvert enkelt af sæsonens vigtige løb.

I forbindelse med årets første div.match, arrangerede Træningsudvalget læringstur til Undallslund med træning og overnatning. 28 medlemmer benyttede sig af tilbuddet.

Voksenholdet

Til foråret har Voksenholdet 3-års jubilæum og vi kan konkludere, at det er et succesfyldt træningstilbud, som har ramt et behov i klubben. Træningerne om tirsdagen har fra starten været pænt besøgte og tilslutningen har været støt stigende.

Voksenholdet er et godt sted at starte for nye medlemmer, men træningen er tilrettelagt, så også mere garvede medlemmer kan få et godt udbytte. Holdets træninger følger Ungdomstræningen og er på den måde også et naturligt tilbud til de forældre som følger deres børn til træning.

Indholdet er orienteringsteknisk træning, fysisk træning og ikke mindst et socialt samvær, hvor deltagerne, på trods af forskellige niveauer, er deltagere på samme hold.

Det meget kompetente trænerteam for Voksenholdet udgøres af: Rikke Holm, Elise Utzen Keller, Hans Jørgen Vad og Per Mønster.

Intervaltræning

Løbetræning / intervaltræning omkring klubhuset om torsdagen er i løbet af et års tid blevet et værdsat tilbud for rigtig mange. Det er Elise Utzen Keller og Rikke Holm som står bag træningen og de håber at rigtig mange vil benytte sig af muligheden for at deltage og skærpe løbeformen.

Divisionsturneringen

Et af klubbens formulerede mål er: "til stadighed at være i orienteringssportens øverste division og deltage i DM-hold finalen". Specielt det med finaledeltagelsen er et ambitiøst mål, idet vi skal kæmpe med 2 af landets bedste klubber, Silkeborg OK og OK Pan, om de 2 finalepladser i Nordkredsen.

I år lykkedes det at slå OK Pan i begge indledende divisionsmatcher og i finalen 28. september i Kærgård Plantage løb vi en bronzemedalje hjem til Horsens OK.

Dermed fortsatte vi den fornemme stime med finaledeltagelse i de ulige år, hvor vi nu har medaljer hængende fra 2017, 2019, 2021, 2023 og 2025. Lad os vise O-Danmark at vi også i 2026, kan løbe med om medaljerne!

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	Mellem	Stafet	Lang	Nat	Sprint	Stafet	Lang
D21	Alberte K. Thyssen									1.	
D21	Rikke Vide Markussen									1.	
D21	Britta Ank Pedersen									1.	
D35	Rikke Vide Markussen								1.		
D45	Bettina T. M. Mikkelsen								3.		
D50	Britta Ank Pedersen					1.					
D50	Irene K. Mikkelsen		3.		3.	1.	3.	2.	3.	1.	
D50	Rikke Holm	2.	1.		1.				1.	1.	1.
D50	Susanne Loft Thyssen		1.			1.				1.	3.
D65	Britta Ank Pedersen		1.		1.			1.	1.		1.
D65	Susanne Baun										3.
D70	Tove Straarup	2.									1.
D80	Aase Thyssen	3.	2.						1.		2.
D/H70	Eigil Nielsen			3.							
D/H70	Elin Holm Jensen			3.							
D/H70	Troels Jensen			3.							
H21	Nikola Ivanov									2.	
H21	Lukas B. Verhelst									2.	
H21	Jacob K. Mikkelsen								2.	2.	
H35	Christian Markussen								1.		
H40	Mikael Andersen									2.	3.
H40	Peter L. Thomadsen									2.	
H40	Filip B. Verhelst									2.	
H45	Martin Lervad Lundø								2.		
H50	Carsten Thyssen									1.	
H50	Mads Mikkelsen									1.	
H50	Troels Nielsen				3.			3.	1.	1.	2.
H50	Nicolaj Nielsen								2.		
H55	Carsten Thyssen										1.
H65	Michael Straube							1.			
H65	Tommy Jakobsen							2.			
H70	Eigil Nielsen									2.	
H70	Jørgen Christoffersen									2.	
H70	Peer Straarup									2.	3.

Rigtig mange fine resultater, hvor jeg gerne vil fremhæve Britta Ank Pedersens fantastiske præstation med 4 danske mesterskaber og 3 jysk-fynske mesterskaber. Hertil kommer 2 klubmesterskaber!

Udenfor de "ordinære" mesterskaber skal det nævnes, at Filip Bergmann Verhelst i september vandt DM for døve i H21-klassen på både mellem- og langdistancen!

Klubmesterskaber

Årets klubmesterskab (nat) blev afviklet 6. marts ved NightChamp-løbet i St. Lyngdal. Klubmesterskab (dag) blev for seniorløbernes vedkommende løbet 21. september i Hastrup Plantage. Ungdomsløberne afviklede klubmesterskab i Staksrode tirsdag den 23. september.

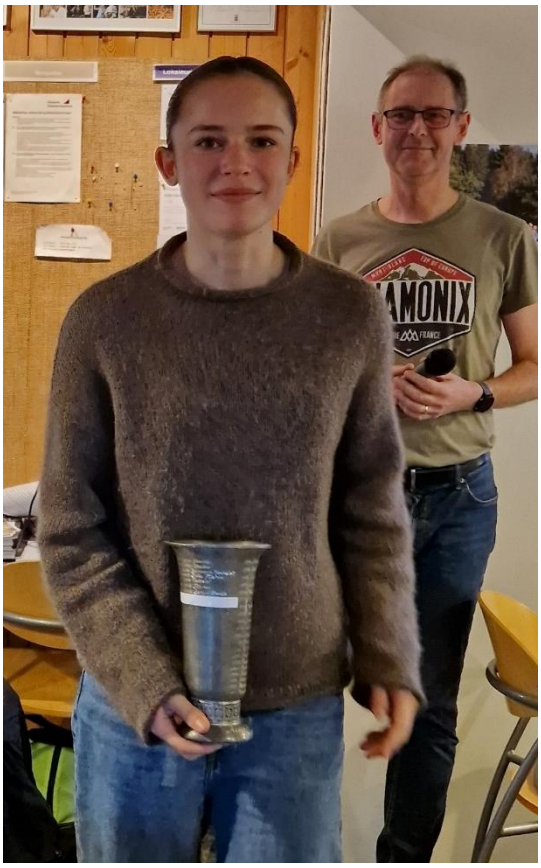
Et stort tillykke til alle vore dygtige 2025-klubmestre:

Klasse	Klubmester - nat	Klubmester - dag
D 10		Josephine V. Markussen
D 11-12		Thora T. M. Mikkelsen
D 13-14	Astrid Lykke Nielsen	Freja T. M. Mikkelsen
D 15-16		Astrid Lykke Nielsen
D 17-20		
D 21-39	Laura Holm Nielsen	Krista Lervad Lundø
D 40-49		Annette Kjeldsen
D 50-59	Rikke Holm	Irene K. Mikkelsen
D 60-69	Britta Ank Pedersen	Britta Ank Pedersen
D 70-79	Tove Straarup	Tove Straarup
D 80		Aase Thyssen
D Ml.sv.		Gitte Lervad Lundø
D Let		

Klasse	Klubmester - nat	Klubmester - dag
H 10		Magne B. Mouritsen
H 11-12		
H 13-14		Robert Lervad Lundø
H 15-16		Eskild Stig Nielsen
H 17-20		Lukas B. Verhelst
H 21-39	Jacob Klærke Mikkelsen	Nikola Ivanov
H 40-49	Peter L. Thomadsen	Martin Lervad Lundø
H 50-59	Troels Nielsen	Per Mønster Jørgensen
H 60-69	Frank Krog Jensen	Michael Straube
H 70-79	Peer Straarup	Peer Straarup
H 80		Jørgen Thyssen
H Ml.sv.		
H Let		Jesper T. M. Mikkelsen

Championpokalen

Denne særlige pokal går til den løber i klubben som, på tværs af klasser, har de bedste resultater i året. Løbene er de 18 vigtigste løb i året, hvor de 10 bedste placeringer tæller! Vinder af championpokalen 2025 blev Astrid Lykke Nielsen med 999 point. Stort tillykke til Astrid - et imponerende pointtal !



Championpokalens top 5:

1. Astrid Lykke Nielsen: 999 point
2. Krista Lervad Lundø: 987 point
3. Rikke Holm: 977 point
4. Britta Ank Pedersen: 973 point
5. Eskild Stig Nielsen: 965 point

Træningsudvalget

Træningsudvalget har i 2025 bestået af: Lars Sørensen, Hans Jørgen Vad, 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 2025 og de fortjener en stor tak for arbejdet:

Rikke Holm, Elise Utzen Keller, Hans Jørgen Vad og Per Mønster: Voksenholdets trænere.

Peer Straarup: Regnskabsfører for Championpokalen samt administration af klubmesterpokalerne.

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

Rikke Holm og Britta Ank Pedersen: Holdsættere til mesterskabsstafetter (seniorløbere)

Slutteligt vil jeg gerne gentage takken til alle de klubkammerater, der påtager sig at arrangere lørdagsløb året igennem. Tak for indsatsen i 2025 – vi håber, at I vil give en hånd igen i 2026.

Nyt fra klublivsudvalget

Af: Annette Groth Kjeldsen

🚀 **Klar til et nyt år i Horsens Orienteringsklub?**

Vi skyder året i gang med masser af energi, fællesskab og kortglæde! Vores sociale klub har et tætpakket program fyldt med oplevelser, konkurrencer og hygge — og DU er en vigtig del af det hele.

🧭 **Nordjysk 2-dags: Klubtur med kortnørderi og overnatning**

Sæt kryds i kalenderen og meld dig til Nordjysk 2-dags! Vi tager afsted som klub, overnatter sammen og nørder kort med gode kammerater. Det bliver både sjovt og lærerigt — og helt sikkert en tur du ikke vil gå glip af.

🏆 **Divisionsmatchen 10. maj: Vi skal være mange!**

Den 9.–10. maj står den igen på klubtur — denne gang op til årets første divisionsmatch. Her gælder det: alle mand på banen! Vi har brug for hver eneste løber for at kunne vinde og få en stærk start på sæsonen.

https://horsensok.dk/arkiver/28275

🐣 **Påskeløb 2026: Vi er værter!**

I påsken 2026 står vi for landets store 3-dags påskeløb. Det bliver et stævne med lækre baner, god stemning og masser af orienteringsglæde. Men vi har brug for dig! Meld dig til som hjælper — uanset om du kan tage én opgave eller flere. Alle hænder tæller. https://horsensok.dk/arkiver/28356

🍽️ **Super Tirsdag: Kokke og grillmestre søges**

Indtil maj er alle Supertirsdage dækket af mega, seje kokke — tak til jer! Nu mangler vi bare juni-kokken og nogle grillmestre til sommerafslutningen. Er det dig? Så meld dig endelig! Annette.g.kjeldsen@gmail.com

⚾ Thylegene 13.–14. juni: Rundbold, baner og hygge

Tommy og Eigil har grebet stafetten og lover spændende og lærerige baner til årets Thylege. Der bliver masser af social hygge, rundbold og fællesskab — så sæt kryds i kalenderen og kom med!

Lad os gøre 2026 til et år fyldt med kort, kammeratskab og klubånd 💚

Beretning Ungdomsudvalget (og Eliteudvalget) 2025

Af: Troels Nielsen

Endnu et år er gået, og dermed tid til endnu en beretning fra Ungdomsudvalget (og Eliteudvalget). 2025 har været endnu et begivenhedsrigt år, både i vores klub som helhed og i de enkelte udvalg, herunder Ungdomsudvalget og Eliteudvalget. Royal Run var en af de helt store oplevelser, hvor rigtig mange af klubbens løbere gav en hånd med frivilligt arbejde, men samtidig med at klubben var involveret i dette kæmpestore arrangement, så har vi også løftet den daglige drift, hvor der har været afviklet et utal af tirsdagstræninger, torsdagstræninger, lørdagsløb, klubture m.v.

Igen i år skal lyde en stor tak til resten af udvalget, vores dygtige og ihærdige trænere og veteranerne i klubben som uge efter uge sikrer grundlaget for udvalgets arbejde, laver inspirerende og udviklende træninger og sætter poster ud til vores tirsdagstræninger. Tilsvarende igen en stor tak til forældre og andre, som kører vores ungdomsløbere til træninger m.v., samler poster ind og står for frugtordningen efter tirsdagstræningerne samt alle de andre, som på den ene eller anden måde hjælper med at vi i Horsens OK kan tilbyde vores ungdomsløbere træninger året rundt, som medvirker til at styrke deres sportslige udvikling og det gode fællesskab.

I ungdomsudvalget kan vi med en vis tilfredshed konstatere, at vi gennem hele året har kunnet tilbyde træninger med høj kvalitet til vores løbere. I forårs- og sommermånederne træner vi orienteringsteknik i skovene omkring Horsens kombineret med en serie sprintløb i foråret, som tiltrækker løbere fra flere andre klubber, og i vinterhalvåret er der mere fokus på fysisk træning og indendørs træning for de mindste med udgangspunkt fra skolen og gymnastiksalen på Fussingvej.

Igen i år er vintertræningen blevet suppleret med natløb i Bygholm den første tirsdag i hver måned, og herudover er der løbende blevet tilbudt sprintrelaterede træninger i området omkring Fængslet og Byskolen, så vi i endnu højere grad kan forsøge at fastholde og udvikle de orienteringstekniske færdigheder i løbet af vinteren. I den forbindelse vil jeg på

ungdomsudvalgets vegne gerne takke for det gode samarbejde med træningsudvalget og trænergruppen omkring voksentræningsholdet.

Vi har også fortsat vores gode samarbejde med TVO, således at vi på udvalgte torsdage kan tilbyde orienteringstekniske træninger på højt niveau sammen med løbere fra Snab, Jelling, Kolding, Melfar m.v. Herudover har vi med udgangspunkt i en gruppe stærke løbere fra Horsens OK og Silkeborg OK igen i 2025 stillet hold til både ungdoms- og voksenstafetten ved Tio-mila i starten af maj.

Vi arbejder på at udvide og formalisere dette stafetsamarbejde, så vi kan tilbyde endnu flere fællesaktiviteter med henblik på at udvikle vores engagerede og talentfulde ungdomsløbere i begge klubber. Vi har i denne forbindelse også indgået samarbejde med en teori-træner, som på udvalgte mandage afvikler træninger i vores klubhus med fokus på teoretiske orienteringstekniske færdigheder. Det er et tiltag, som har fået god opbakning blandt de deltagende løbere, og som vi håber kan være med til at give endnu mere fokus på løbernes o-tekniske metode.

Vi har i løbet af året haft tilgang af nye ungdomsløbere i flere forskellige aldersgrupper, og det er naturligvis et område, som vi fortsat har stort fokus på. I år arrangerede vi som noget nyt et opfølgningsarrangement til de efterhånden traditionsrige sommerferieløb, som ungdomsløberne arrangerer i samarbejde med Horsens Kommune.

Opfølgningsarrangementet var godt besøgt, og flere nye løbere blev medlemmer i klubben i forlængelse af sommerferieløbene og opfølgningsarrangementet.

Ungdomsudvalget har også igangsat et projekt, hvor vi tilbyder et orienteringsarrangement til skolerne i Horsens Kommune, så klassernes aktivitetsforældre, lærerne eller andre, som ønsker at lave et klassearrangement, har let adgang til at kontakte os og for at komme ud til et orienteringsarrangement. Vi har endnu ikke modtaget mange tilmeldinger til denne type arrangementer, men tror fortsat, at det er en god indgang til nye unge potentielle løbere og ikke mindst deres forældre.

Skovfræserholdet tilbyder også fortsat søndage med liv i klubhuset og spændende arrangementer og temadage med aktiviteter, som tager afsæt i orienteringssporten. Arrangementerne er fortsat rigtig godt besøgt af både eksisterende medlemmer og gæster, og der meldes om stor glæde ved disse aktiviteter.

Hvis I kender en nabo eller en kollega, som har børn i alderen 6-8 år, så kan jeg på de varmeste anbefale, at I foreslår, at de skal prøve at deltage i skovfræsernes arrangementet. -spørg Irene eller Rikke Vide hvornår næste arrangement afvikles, eller følg med på hjemmesiden eller på Facebook.

Klubbens ungdomsløbere har igen i år hentet et større antal medaljer ved årets jyske- og danske mesterskaber, så vi ser frem til at Horsens OK også i 2026 vil være stærkt repræsenteret, når Horsens Kommune inviterer til den traditionsrige fejring af store idrætspræstationer i kommunen.

Klubbens ungdomsløbere har været aktive til tirsdags- og torsdagstræninger hele året, og herudover har vi heldigvis også haft god tilslutning til diverse ungdomskurser og sommerlejre samt "Kampen om Skagerak", som er en minilandskamp for løbere i D/H14 og D/H16 mellem Nordkredsen (Danmark) og 2 kredse i Norge og til diverse kurser og sommerlejre for både U1, U2 og juniorerne.

I september måned gentog vi succesen fra 2024 og at afviklede ungdomsløbernes klubmesterskab i forbindelse med en af vores tirsdagstræninger. Det var igen i år et imponerende arrangement med gode baner i Staksrode og efterfølgende bål og fællesspisning ved shelter, hvor årets klubmestre blev fejret. Tak til alle, som var med til at gøre det til en god aften. Vi kan allerede nu oplyse, at vi fortsætter traditionen i 2026.

I efterårsferien arrangerede vi klubtur til Göteborg, hvor der var mulighed for at prøve kræfter med de udfordrende svenske terræner. I alt var der mulighed for at løbe 7 træninger på de 5 dage, og herudover tog en gruppe løbere en tur til Frederikstad i Norge for at deltage i Blodslitet, et ultralangdistance løb med samlet start. Alle startende løbere fra Horsens OK gennemførte, og i H16 lykkedes det endda for Eskild Stig Nielsen at genvinde andenpladsen i det meget stærke felt.

Forhåbentlig kan vi også i 2026 tilbyde en tur til udlandet i efterårsferien, og jeg vil kraftigt opfordre alle ungdomsløbere (og øvrige interesserede) i at deltage. Turen giver en unik mulighed for at dyrke vores klubsammenhold, og samtidig er der mulighed for at prøve nye orienteringsmæssige udfordringer. P.t. peger pilen umiddelbart igen mod Sverige, og med en vis sandsynlighed Göteborg, da det er et af de steder, hvor det er muligt at få skovtilladelser til trods for elgjagter.

Som afslutning på 2025 afviklede vi igen juletur til Slettestrand. Weekenden bød på 3 træninger i de nordjyske skove. En dejlig tur, hvor der er stor fokus på orienteringsløb, svømmehalstur med varmtvandsbassin, og ikke mindst julemiddag og det efterfølgende pakkespil, som igen gav en helt fantastisk stemning omkring bordet, ikke mindst efter selve spillet, hvor der blev handlet og byttet gaver i stor stil.

---oo0oo---

Foruden en række medaljer til de danske- og jysk-/fynske mesterskaber, så kan vi også med stolthed også berette, at Krista Lundø igen i år blev udtaget til at repræsentere Danmark til EYOC i Tjekkiet i sommerferien, hvor hun efter gode individuelle præstationer også var med til at sikre en 4. plads til det danske stafethold i D18. En super spændende stafet, hvor holdet kun var ganske små marginaler fra at vinde en bronzemedalje. Lukas Bergmann Verhelst og Eskild Stig Nielsen var også gode bud på en plads på landsholdet til EYOC, men for begge løbere blev det desværre kun til en plads som reserve til holdet.

Da Dansk Orienterings Forbund i efteråret 2025 præsenterede landsholdsgrupperne til sæsonen 2026 var det glædeligt at konstatere, at Horsens OK igen har fået 3 løbere udtaget til U18 landsholdet. Krista Lervad Lundø og Eskild Stig Nielsen blev genudtaget til U18 landsholdet, mens Astrid Lykke Nielsen udtaget til U18 landsholdet for første gang. Det er i øvrigt værd at bemærke, at U18-landsholdsgruppen er blevet reduceret til kun 12 løbere, og at Horsens OK således leverer ¼ af løberne til U18-landsholdsgruppen.

Efter et år med skadeproblemer i foråret, lykkedes det desværre ikke for Lukas Bergmann Verhelst at blive genudtaget til U18 landsholdet. Nogle af landsholdssamlingerne afvikles som åbne samlinger, hvor det også er muligt at deltage for løbere udenfor landsholdsgruppen, og vi støtter derfor op omkring Lukas' deltagelse i de åbne samlinger, så han fortsat har god mulighed for at udvikle sig som eliteløber og for at forberede sig mod de kommende mesterskaber i 2026.

Afslutningsvist vil jeg sende en takt til vores samarbejdspartner, Elitesport Horsens/Horsens Kommune, som bakker op om vores løberes elitesatsning på flere fronter, dels ved tilskud til betaling af landsholdsfee og ved at tilbyde styrketræning under vejledning af fysioterapeut til vores målrettede ungdomsløbere og ungseniorer.

Jeg vil også gøre opmærksom på muligheden for at blive optaget på Langmarksskolens Talent-idrætsklasser, der er et tilbud til unge sportsudøvere i 7., 8. og 9. klasse samt på ungdomsuddannelserne. Som elev i en af Talent-idrætsklasserne tilbydes de unge et skole- og træningsmiljø med andre unge, der brænder for idræt, og herudover er skoleskemaet indrettet således, at der 2 gange om ugen er tid til morgentræning med træner.

For orienteringsløbere foregår morgentræningen med udgangspunkt i Fit & Sund på Langmarksvej, hvor en fysioterapeut hjælper med program og opfølgning på styrketræning. Hvis du har interesse for at blive optaget i Talent-idrætsklasserne er du velkommen til at kontakte undertegnede for supplerende info.

---oo0oo---

For tiden er vi i gang med vintersæsonen, hvor tirsdagstræningen afvikles fra Horsens Byskole på Fussingvej med fokus på intervaller og løbeteknik udendørs for de ældste og på leg og koordination indendørs for de yngste. Som tidligere nævnt, så er der i år i samarbejde med voksentræningsholdet et udvidet fokus på også at tilbyde o-tekniske træninger i løbet af vintertræningen. Herudover afholder vi torsdagstræning, hvor vi forsøger at tilbyde en blanding af o-tekniske træninger og fysiske træninger.

Vi vil i 2026 forsøge at fastholde det høje niveau på vores træninger og glæder os i den anledning over, at vi fortsat har en række engagerede og kompetente trænere, som yder et kæmpe arbejde for at planlægge træninger for vores ungdomsløbere.

Ungdomsformand

Troels Nielsen

Beretning fra Løbsudvalget

Af: Erna Germann

Denne beretning bliver min sidste. Jeg har efter nøje overvejelser besluttet mig for at give stafetten videre til nye kræfter. TUSIND TAK til jer der støttede mig i mit arbejde.

I året 2025 har der været stor fokus på at finde nye skove til vores træningsløb. En opgave som Lars Sørensen har brugt mange kræfter på. Lars har primært opsøgt private skovejere. I langt de fleste henvendelser har svaret desværre været nej med den begrundelse at skoven er lejet ud til jagt.

Et positivt svar kom der fra ejeren af skoven ved Nørre Snede. Så glæd jer – i løbet af 2026 bliver den del af skoven som vi har fået skovtilladelse til blive rekognosceret og rentegnet. Forhåbentlig vil kortet være klar til ibrugtagning i 2027 måske før.

Vi startede året 2025 op den 26. januar med at afvikle Nordkredsens Vinterlang, Isenbjerg

Den 13. april 2025 afviklede klubben 2. og 3. divisions match 1 for nord- og syd kredsen i Palsgård

Den 17. april blev der afviklet Indendørs sprint, Via Campus

Løbsudvalget er et lille udvalg med stor betydning for klubbens medlemmer.

Beretning fra Skoleudvalget

Af: Erna Germann

Denne beretning bliver min sidste. Jeg har efter nøje overvejelser besluttet mig for at give stafetten videre til nye kræfter. TUSIND TAK til alle jer der støttede mig i mit arbejde.

Året 2025 har været endnu et aktivt år for skole orientering. Vi har i løbet af året haft kontakt med over 600 elever.

Der er blevet afviklet tre skoleforløb og et lokalt Skole OL-stævne, hvor den vindende klasse kvalificerede sig direkte til finalestævnet i København.

Skoleudvalget samarbejdede også med DGI om et enkeltdagsarrangement.

Sæsonen blev rundet af med afvikling af skolernes motionsløb. Vi havde glæde af at møde ca. 125 elever fra Lundskolen.

Til samtlige forløb af 3 ugers varighed er der søgt om støtte fra Den Åbne Skole pulje ved Horsens Kommune. For at ansøge om tilskud til et projekt skal der på forhånd være etableret en kontakt mellem skole og vores forening. Kontakten skabes ved at der fra Skoleudvalget bliver rettet henvendelse til samtlige skoleledere/idrætslærere i Horsens Kommune.

Forløbet starter med et møde hvor skolens idrætslærer og en repræsentant fra klubbens Skoleudvalg deltager. På mødet indgås Aftale om samarbejde (kontrakt).

Et forløb er typisk over 3 gange med en varighed på 90 minutter. Første modul bliver afholdt på skolen hvor eleverne bliver undervist af en af vores instruktører. Efter en gennemgang af Power Point kommer eleverne ud på et let baneforløb. Andet modul foregår også på skolen med lidt teori og praktisk orientering. Tredje modul afvikles i et nærområde – helst en skov. Her får eleverne den rigtige oplevelse af hvad et orienteringsløb er.

Både skolerne og Fritidsforvaltningen ved Horsens Kommune roser vores indsats!

Evaluering af samarbejdet med Horsens Orienteringsklub

Forløbet med Horsens Orienteringsklub, har været både lærerigt og inspirerende. Vores elever har udover at have fået en masse læring, også synes det har været rigtig sjovt.

De har glædet sig til hver lektion og er blevet motiveret af den udvikling, de har kunnet mærke i deres kompetencer. Derudover har afvekslingen mellem aktiviteterne været rigtig god. Aktiviteterne var tilpasset, så alle kunne deltage uanset niveau og alle elever blev mødt med engagement og hjælpsomhed fra de deltagende instruktører.

I de lektioner, hvor der var to klasser med, fungerede det godt, da der blev sat en ekstra start-post op, så alle elever var hurtigst muligt i gang med aktiviteten. Den sidste gang, kunne den ene klasse med fordel have startet på Go4O banen, mens den anden klasse blev sat i gang. På den måde havde flest mulige elever været i aktivitet med det samme.

Vi har været rigtig glade for samarbejdet med Horsens Orienteringsklub og håber meget at kunne fortsætte samarbejdet og bygge videre på det gode fundament, der er blevet lagt.

Mvh. Line og Rasmus

Find vej i Skolen - Lær at finde vej

Høj puls og sved på panden. Koncentration og hjernearbejde. Smil på læben og en sjov og anderledes idrætsoplevelse. Det er orienteringsløb i skolen. Alle elever kan være med. Nogen løber hurtigt, men bruger lang tid på at finde vej. Andre er bedre til at finde vej, men løber til gengæld ikke så hurtigt. Og nogle mestrer måske den krævende kombination af at finde vej og løbe - samspillet mellem hjerne- og hjertearbejde.

Der er tegnet skolegårds kort til de skoler vi samarbejder med – rigtige flotte kort som eleverne har haft stor glæde af.

Samtlige elever og lærere synes godt om forløbene, hvilket den endelige evaluering der sendes til Horsens Kommune, afspejler.

Om arbejdet med at formidle vores sport gennem skolerne giver et nyt klubmedlem må og kan vi kun håbe på.

Samarbejde med DOF

I samarbejde med DOFs Skoleudvalg er konceptet "Fra Skole til Klub" afprøvet de sidste par år.

Fra Skole til Klub projektet blev afsluttet med et Webinar den 25. september 2023 – kan ses på DOFs hjemmeside.

Skolepakker

Klubben har Pakkeaftale, Find vej i Skolen m/skolesamarbejde med 6 skoler. Desværre har det vist sig at de fleste skoler har idrætstimer om torsdagen hvor Skoleudvalgets team er optaget af deres fællesskab i Veteranklubben. De skoler der har anmodet om et forløb om torsdagen er blevet tilbudt vores samarbejde en anden dag, dog forgæves med den begrundelse at der ikke kan byttes om på skoleskemaet.

GO4O

Min glæde og forventning om at tage GO4O i anvendelse er til fulde indfriet. Eleverne synes det er helt vildt godt, de konkurrerer mod hinanden og ikke mindst sig selv om at få den bedst mulige tid. Herligt at se elevernes udvikling fra ikke at forstå opgaven til at se dem fuldføre opgaven med stor begejstring.

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

Veteranerne 2025

Af: Trille Ditlevsen

I jubilæumsåret har der været mange fine aktiviteter. Veteranafdelingen startede i 2000.

Månedligt gør veteranerne ekstra rent i vores kære klubhus. Det plejer at være hyggeligt med en fælles to-do- liste og selve arbejdsfællesskabet.

I foråret og efteråret får vi en liste fra ungdomsformanden Troels Nielsen med tirsdags træningsløb, og vi fordeler til de veteraner, der stadig kan styre et kort og sætte poster ud i nær skovene. Vi bruger tid på det og gør vores bedste!

Hermed de øvrige aktiviteter, der er givet som tilbud til klubbens aktive veteraner i året løb:

- ”Hyggedag” ved Ole Christensen,
- Hjertestarter kursus,
- Martin Holm fortalte om ”Besættelsen”,
- ”Livet som handicappet” ved Dorthe Bolther,
- ”Hvorfor siger man?” ved Palle Møller Nielsen,
- Torben og Frank fortalte om det gamle Horsens med billeder af gamle postkort,
- ”En tur til Antarktis” ved Anne Marie og Erik Nielsen,
- Vandring i Hundslund ved Karin Karlsson,
- Affaldsindsamling,
- Baldersbæk - Københavner plantagerne ved Aase Thyssen,
- Skyttehuset ved Anne og Svend Aage Sørensen,
- Skole OL i Bygholm Park ved Erna German,
- Ålestrup cykelmuseum og Ulbjerg klint ved Susanne og Ole Søgård,
- Øm kloster ved Lene Mollerup som nonne,
- 25 års jubilæum ved Ole og Birte Christensen,
- Gudenåens kilde og Tinnet krat ved Susanne og Ole Søgaard,
- Skovtur til Tinnet og Vrads - 50 år for NOM ved Peer Straarup,
- Minde for frihedskæmper H.P. Krarup i Silkeborg Nordskov ved Stig Andersen,

- Tur til Svendborg ved Palle Møller Nielsen,
- Nimbus museet i Horsens ved Susanne og Ole Søgaard,
- 80 år for Ole Mønster i Hosby + skulpturparken i Palsgård,
- Deponipladsen i Horsens ved Aase og Elin,
- JWOC 30 års jubi ved Eigil Nielsen,
- Filmdag – ”De otte bjerge” ved Tove og Trille,
- ”15 år i Afrika” ved Anne Marie og Erik Nielsen,
- Biblioteksbesøg af Marie og Jette,
- Diamantbryllup på en arbejdsdag ved Aase og Jørgen
- og endelig Julefrokost med Lene Kofoed og Tove Straarup som hjælpere.

Det har været nogle utrolige torsdage med et godt meningsgivende indhold.

Tusind tak til alle der har bidraget med at fylde kalenderen ud med interessante emner!

Måtte 2026 blive ligeså.

Godt Nytår til alle i klubben!

På veteranernes vegne

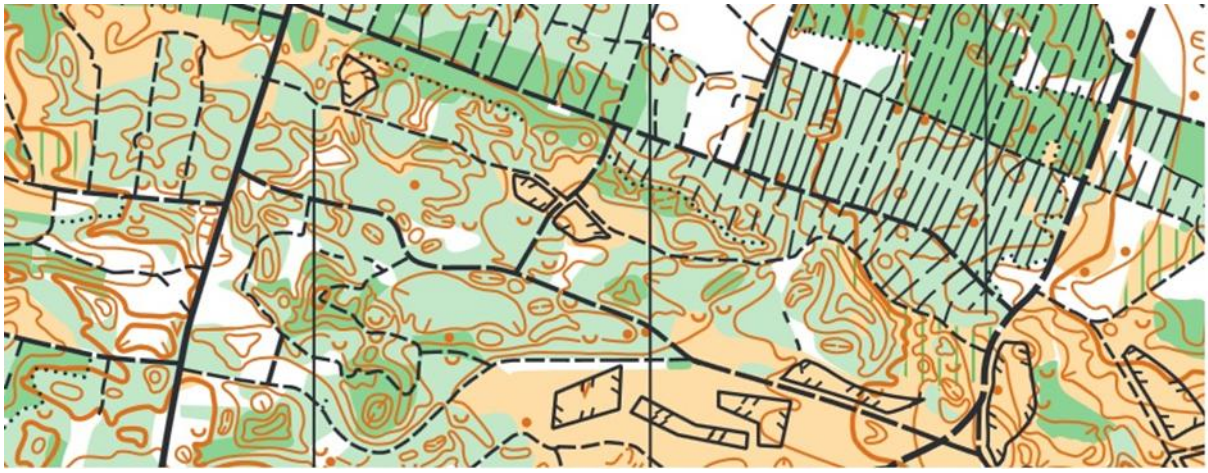
Trille Ditlevsen

Beretning fra Kortudvalget

Af: Erna Germann

Denne beretning bliver min sidste. Jeg har efter nøje overvejelser besluttet mig for at give stafetten videre til nye kræfter. Jeg trådte ind i bestyrelsen i 2020 som bestyrelsesmedlem, helt uerfaren i bestyrelsesarbejde og ikke mindst at have en formandspost. Jeg blev formand for Kortudvalget. Jeg var total usikker på om jeg magtede opgaven, men jeg tog handsken på og med hjælp fra Bestyrelsen og Kortudvalgets medlemmer føler jeg, at jeg er vokset med opgaven – TUSIND TAK til alle jer der støttede mig i mit arbejde.

Orienteringskortet er en forudsætning for at afvikle et orienteringsløb.



For at orienteringsoplevelsen skal blive bedst mulig, kræver det at kortet er opdateret, nøjagtigt og let at forstå, når man læser det.

Klubbens Kortudvalget består pt. af 12 personer. Vi mødes 3-4 gange om året. På møderne er der altid en dagsorden med faste punkter.

Det er bestyrelsens og kortudvalgets målsætning at alle vores kort skal opdateres hvert **femte år.**

I 2024 kom der ny teknologi i form af tablet eller telefon til.

At bruge en tablet eller en telefon i stedet for papir og blyant er et temperaments spørgsmål som den enkelte korttegner selv bestemmer.

I 2025 har to af udvalgets medlemmer været på kursus i brugen af programmet.

Ny kortnorm

Der kom også ny kortnorm til i 2024 – gældende fra 1. januar 2025.

Klubben råder pt. over 32 skovkort, 14 sprintkort og 10 skole kort (specialkort). I udvalget har vi udarbejdet en planlægningsliste som beskriver hvornår sidste opdatering har fundet sted og hvornår ny opdatering skal ske.

I 2025 har der været korttegnere ude i 6 af vores skove. Så snart korttegneren og rentegningen er på plads bliver kortet afleveret til Carsten Thyssen der har ansvaret for, at vores kortfiler ligger trygt og godt på hans server.

Med undtagelse af få kort bliver de alle tegnet og rentegnet i OCAD-programmet.

I 2025 har der været fokus på kortene til Påskeløbet 2026. Nytegnet kort over Lottrup Skov ved Juelsminde, opdateret kort over Velling Snabegård ved Bryrup og opdateret kort over Børgelund ved Vrads.

I Kortudvalget vil vi gerne bruge eksterne korttegnere til de kort, som ikke kan opdateres af vores egne korttegnere fordi skovene orienteringsmæssigt er for krævende at opdatere. Et eksempel på dette er Velling Snabegård, som tidligere er tegnet af Steen Frandsen, Viborg OK. I 2025 er kortet opdateret af Erik Flarup fra Skive Amok.

Jeg kommer ikke uden om at nævne begrebet urørt skov.

Naturstyrelsen byder Velkommen i den urørte skov. Det er vel i og for sig godt nok, men det vil få betydning for tegning af kort. Som et eksempel kan nævnes Boller Nederskov.

Kortudvalget fik på opfordring fra et klubmedlem oplyst, at der var sket betydelig skovhugst. Som ad hoc-opgave blev kortet opdateret.

Faste poster/Find-Vej-I Faste poster/Find-Vej-I findes på www.findveji.dk og på **Horsens OK's hjemmeside**. Projektet er forankret i Kortudvalget.

I 2025 er der blevet arbejdet på at få QR koder på samtlige skilte der er påsat pæle der står ved START. Skanner du QR-koden bliver du ledt videre til kort og ruter med forskellige sværhedsgrader.

For at imødegå defekter på posterne/klippetængerne vil besigtigelse ske med jævne mellemrum.

DOF har tilrettet findveji.dk, så det er muligt at oprette sig som betalende Find Vej-medlem. Du kan dog som medlem af en orienteringsklub (Horsens OK) under DOF få gratis medlemskab og fri adgang til alle ruter og ture, da Find Vej i Danmark er alle de danske orienteringsklubber og deres medlemmers tilbud. Uden klubberne, var der ganske enkelt ikke noget Find vej.

Prøv www.findveji.dk når du skal på ferie eller andet rundt om i landet.

Jeg håber dette skriv har givet et overblik over hvad vi nørder med i kortudvalget. Vi ligger ikke på den lade side.

Skovfræsernes beretning

Af: Agnete Viuff

2025 blev endnu et år med masser af skønne dage i skoven for de helt små. Skovfræserne tilbyder arrangementer med forskellige temaer i børnehøjde hvor der er fokus på leg og det at færdes i skoven med et kort i hånden. Alle arrangementer afsluttes med boller eller noget andet lækkert i klubhuset, hvor der også tegnes, leges og hygges efter turen i skoven.

Det fantasifulde trænerteam har hygget sig med at finde på massere af sjove temaer og efter snart 3 år med Skovfræser-arrangementer er der også nogle løb som er ved at blive tradition og som hvert år har tiltrukket en masse skønne børn. Det er især temaerne Fastelavn og Halloween der er populære, men også vores LEGO-løb har tiltrukket rigtig mange deltagere.

Arrangementerne tilrettelægges så niveauet passer til børn på 5 til 8 år, men der er plads til børn i alle aldre. Det betyder at børn helt ned til 2-års alderen har løbet spændte afsted med et kort i hånden, samtidig med at der også har været noget til dem på 10-11 år.

Et af de nye temaer i 2025 var selvfølgelig Royal Run, her arrangerede Skovfræserne et såkaldt ”Royal side run” hvor kommunen leverede masser af merchandise til at uddele til børnene og til at pynte op med. Der blev løbet runder på mountainbike-sporet og pyntet kongekroner til den helt store guldmedalje.

Andre temaer har været Astrid Lindgren, Safariløb og Smølfeløb og så blev der arrangeret en børnebane til klubbens juleafslutning hvor man samlede dele til en sprælle-julemand.

Udover de specifikke Skovfræser-arrangementerne har Skovfræserne også været tilstede med legetøj og socialt samvær til nogle af de store klubarrangementer, så som divisionsmatch og Beringstafet.

Skovfræserne er klar på endnu et år i 2026 med masser af sjov, spænding, løb og leg.

Velkommen og farvel

Her er listen over klubbens nyeste medlemmer, samt hvem der er stoppet i klubben.

Farvel til:

Asger Vang Lystbæk	Horsens	2016
Karl Johan Jepsen	Horsens	1944
Naoko Jepsen	Horsens	1956
Maria Halberg	Horsens	2003
Thor Johannesen	Vejle	1941

Fiduspokalen 2025

Vi har en pris i Horsens OK, der hylder de frivillige, det er fiduspokalen og den tildeles hvert år et eller flere klubmedlemmer, der har udført et stort arbejde til gavn for Horsens OK. Fiduspokalen er uddelt siden 1971 og er dermed en af klubbens ældste og vigtigste priser. Vinderne skriver sig ind på en lang liste over personer, der har gjort en ekstraordinær indsats for Orienteringsklubben.

Når man taler frivillighed i 2025 er det svært at komme uden om at vi d. 9. juni lykkedes med at arrangere Royal Run. Løbet var med ca. 15.000 deltagere nok det største motionsløb i Horsens nogensinde. Horsens OK stillede med ikke mindre end 160 frivillige på dagen og vi var med til at skabe en fantastisk dag med motionsfest med kongelig deltagelse i Horsens.

Det blev en dag, som vi som klub kan være stolte af, hvor vi brillierede og viste hvad vi kan i fællesskab. Men selvom vi var 160 hjælpere var der alligevel 2, der skilte sig ud og bestyrelsen har derfor valgt at der i år skal være 2 modtagere af fiduspokalen, nemlig Thomas Kokholm og Johannes Poulsen.

Thomas fik i samarbejde med borgmesteren løbet til Horsens og var klubbens løbsleder, du ydede en kæmpe indsats ved at koordinere løbet med Kommunen, Kongehuset, Royal Run og klubben, en indsats, der kulminerede da du tog imod Kongen og borgmesteren før løbet. Sådan.

Johannes du var klubbens frivillighedskoordinator og ruteansvarlig, dvs. at du var med til at hverve de mange frivillige, koordinere ruten med kommunen, fordele de frivillige på deres poster, og forberede og forklare opgaverne for os.

I år vil vi hylde Thomas og Johannes for at stille sig frem, tage chancen med en opgave de overhovedet ikke kendte omfanget eller dybden af og ikke mindst tage ansvaret for at få Royal Run i Horsens til at blive en kæmpe succes! En kæmpesucces for både løberne, Kongen, tilskuerne, Horsens Kommune og ikke mindst os, Orienteringsklubben. Det er stort og det vil vi takke jer for!

Thomas har også mange andre store bedrifter bag dig sig som frivillig, du var formand for klubben i 8 år i en god periode med fremgang for klubben, du har arrangeret nytårsløbet,

været webmaster og meget andet. Kombineret med Royal Run viser det en frivillig der er ambitiøs og lykkes med projekterne.

Johannes har også givet et stort bidrag til Horsens OK i rigtig mange år, du er forvalter af klubhus og materiale, når der er noget med klubhuset er det lækkert at have nogen at ringe til og det er Johannes, I den forbindelse håndterer du kommunen og de håndværkere der en gang imellem skal herud, du var også meget aktiv under renoveringen af klubhuset her for nogle år siden og så står du for Prison Break, som er det mountainbike løb vi hjælper med fra Fængslet hvert år og du har sagt ja til at være ansvarlig for stævnepladserne for påskeløbet.

Johannes du har en rolig og tillidsvækkende måde at gå til opgaverne på, når man arbejder sammen med dig ved man at der er styr på det og at der i bund i det du siger.

Kæmpe stort tak til Thomas og Johannes for jeres kæmpe store indsats!

Tillykke med fiduspokalen 2025!

Fidusløbet 2025

Åbjergskoven 13. dec 2025

Af: Irene Klærke Mikkelsen

Fidusløbet er en af Horsens Orienteringsklubs traditionsrige arrangementer. Det kan man se af de mange navne, der er indgraveret i løbets trofæ, det såkaldte *Bjerrefadet*. Men for at kunne hæve trofæet, så skal man sejre i et orienteringsløb, hvor ikke alt er, som det plejer. I år var det Thomas Emil og Frank, der havde udtænkt fidusen. Instruktionen som blev udtalt klokken 12.15 til de 12 fremmødte par, hvoraf flere var iført nissehuer, og den lød (ca.) som følger:

Posterne er reelle, de står i terrænet som angivet på kortet. Hver post man stempler giver 300 point. Rækkefølgen, hvorpå man opsøger posterne, er valgfri, men det koster 1 point pr meter man bruger mellem posterne!

Desuden koster det 10 strafpoint pr sekund, man kommer i mål efter kl. 13.30!

Forvirringen blandt deltagerne var stor og snakken gik i parrene. Der var en, der sagde: ”Det betyder, at hvis der er mere end 300 meter mellem posterne, så giver de minuspoint!”.

Starten gik præcis 12.30 og deltagerne løb i alle retninger. Tilbage stod Mads og jeg og vægtede planer: Posterne stod med størst afstand i det nye område, så det ville vi gemme til sidst, hvis vi kunne nå det, da disse poster jo så ville give færre point pr styk (måske var afstanden endda over 300m for nogle poster). Vi valgte så et udløb langs med søen og efterlade nogle poster til at tage på tilbagevejen. Så kunne vi vurdere senere, hvor mange poster, vi kunne nå i det åbne. Tyve sekunder (som føltes som en evighed) senere løb vi afsted efter planen.

Gennemførslen gik rigtigt fint, Mads trak mig med i et pænt hårdt tempo og jeg løb bagefter og foreslog den næste retning. Da mange poster i Åbjergskoven var klaret, havde vi et kort pitstop, hvor vi besluttede at tage en lille tur ud i det åbne. Jeg holdt kursen, imens Mads røg fra højre til venstre og stemplede poster. De yderste poster skippede vi, for at kunne nå posterne ved klubhuset. Nu manglede vi bare posten på punkthøjen på udløberen ved søen neden for klubhuset, men der var kun 30 sekunder igen: strafpoint truede. Mads piskede op

ad bakken mod klubhuset, kom så Mads, 10-9-8-7… Det endte med, at vi kom 5 sekunder for sent = 50 strafpoint. Det kunne trods alt betale sig at tage den post med.

Lige efter os kom Eskild og Robert, og yderligere et minut senere kom Troels og Martin i mål til nogle dyre strafpoint.

Fidusløbet er de sidste år afholdt som en del af *klubdag*, så efter løbet kunne vi med stor iver lade os traktere med æbleskiver og glögg i klubhuset. Tak til klublivsudvalget og Tina, som dirigerede køkkenet.

Og faktisk skulle vi i år ikke vente særligt længe på resultatet! Thomas havde på forhånd lavet et lille program, som tog strækstemplingen ind og beregnede den samlede afstand og strafpoint!! Resultat genudsendes her:

Oversigt

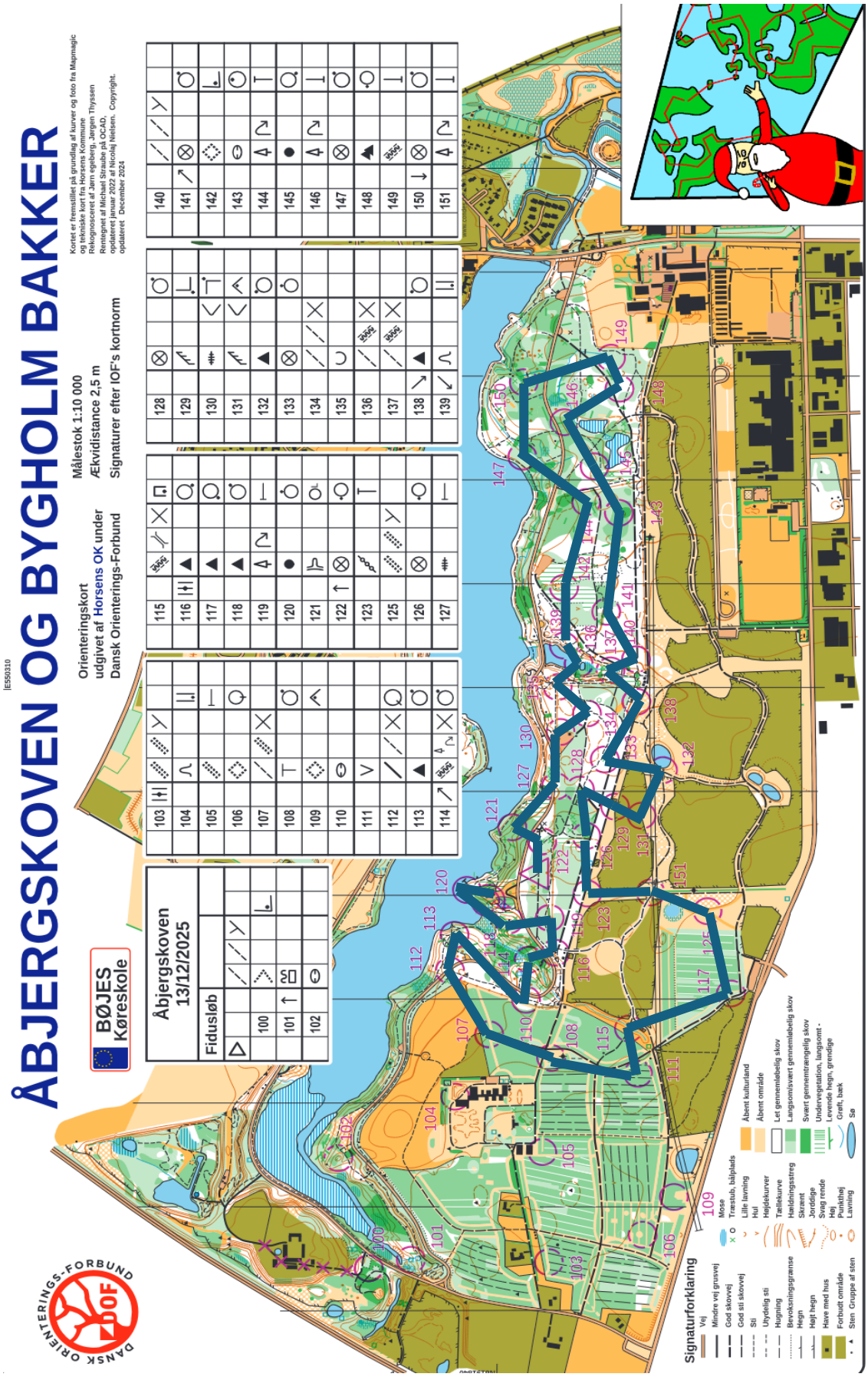
	Hold	Klub	Poster	Tid	Afstand	Tempo	Point
1.	Irene Mikkelsen & Mads Mikkelsen	Horsens OK	43	1:00:05	6721 m	08:56 min/km	6129
2.	Camilla Søgaard & Ole Andersen	Horsens OK	33	0:52:31	4736 m	11:05 min/km	5164
3.	Eskild Stig Nielsen & Robert Lundø	Horsens OK	44	1:00:09	8013 m	07:30 min/km	5097
4.	Annette Kjeldsen & Per Mønster	Horsens OK	35	0:55:36	5428 m	10:15 min/km	5072
5.	Ella Mikkelsen & Philip Lindet	Horsens OK	34	0:58:12	5393 m	10:47 min/km	4807
6.	Martin Lundø & Troels Nielsen	Horsens OK	45	1:01:07	8083 m	07:34 min/km	4747
7.	Astrid Lykke Nielsen & Kristine Skouboe	Horsens OK	31	0:55:00	4770 m	11:32 min/km	4530
8.	Karen Sieg & Thomas Nikolajsen	Horsens OK	26	0:59:54	3997 m	14:59 min/km	3803
9.	Dorthe Grinderslev & Mette Klinge Cornelius	Horsens OK	25	0:55:28	3994 m	13:53 min/km	3506
10.	Birgitte Aagaard & Eigil Nielsen	Horsens OK	26	0:59:24	4554 m	13:03 min/km	3246
11.	Agnete Viuff & Gitte Lundø	Horsens OK	24	0:59:26	4615 m	12:53 min/km	2585

Læg mærke til, at Camilla og Ole blev nummer to, selvom de tog 11 poster færre end nummer 3. Så har det været en god fidus, hvor alle kan være med. Tusind tak til Thomas Emil og Frank for at arrangere.

Mads og jeg var de stolte vindere af Bjerrefadet og sammen med det, får vi æren af at arrangere næste års fidus! Vi håber at se rigtigt mange deltagere næste år. Det bliver igen et løb ud over det sædvanlige, hvor resultatlisten kan blive vendt helt rundt. Så kom og vær med!

Dagen afsluttedes med banko i klubhuset til stor glæde for både store og små. Annette havde skaffet flotte præmier og Mette styrede opråbet med stor rutine. Tak til alle for den fine dag. Det er dejligt at være formand/frivillig i en klub, som giver så meget glæde igen!

/Irene og Mads



Mads og Irenes vejvalg til Fidusløbet.

Et reklameindslag for vore træningsløb om lørdagen - måske bedre kendt som LØRDAGSLØB

Af: Tommy Jakobsen

Vi er nogle stykker som har startet O-karrieren til et lørdagsløb fordi en ven eller et familiemedlem har taget os med. Jeg selv debuterede til et lørdagsløb fordi min kammerat Henning i et par år havde lovpriset O-sporten og jeg orkede ikke at høre på det mere. Afsted til lørdagsløb, så vi kunne få det lukket ned. Til min overraskelse viste det sig dog, at orienteringsløb var lige nøjagtig den fritidsaktivitet jeg havde ledt efter, men ikke kendte! Stor ros til Henning for at spotte det - og ikke mindst, for at være vedholdende.

Tjek lige en gang i jeres egen omgangskreds, om der ikke skulle være et par stykker, som måske kunne være interesserede i at lære O-sporten at kende - måske uden at de selv ved det! Her er lørdagsløbene et fint sted at starte. Vi har baner på alle niveauer, så der vil også være en der passer til din ven, fætter, arbejdskammerat, nabo osv. osv.

Du kan selv introducere din gæst til løbet, men du kan også kontakte mig, hvis vi skal finde en som kan guide eller skygge - helt som I ønsker det.

Endelig skal jeg også opfordre alle klubkammerater til at gøre brug af lørdagsløbene. Her er rigtig god mulighed for at skærpe formen - både fysisk og orienteringsmæssigt.

Vi ses til lørdagsløb!

Juletur til Slettestrand

Af: Helene og Mikkeline Overgaard Korsholm

I december var vi deltagere på klubbens juletur til Slettestrand.

Vi havde først mulighed for at deltage fra lørdag, og ankom lige akkurat i tide til første løb. Efter en dejlig tur i det smukke let sneklædte landskab vendte vi næsen mod overnatningsstedet. Her ventede frokost og hygge.

Vi fandt også vores værelse og fik pakket lidt ud. Der var også tid til leg og udforskning af området og se på de søde heste.

Efter det skulle vi ud at løbe igen. Det gik fint, selvom det var lidt koldt og regnede. Derfor var det ekstra lækkert at komme tilbage til gløgg, æbleskiver og varm kakao, som vi fik mens vi spillede spil og snakkede.

Så var det tid til pool. Det var virkelig sjovt og hyggeligt at lege med de andre. Der var også sauna, så vi fik varmen igen.

Til aftensmad fik vi flæskesteg med alt hvad der hører til. Og SÅ var der pakkeleg, hvor nogen løb næsten lige så hurtigt som i skoven for at få de gode pakker. Det var sjovt at se, hvad der var i pakkerne, men heldigvis kunne man bytte.

Da vi havde spist ris a la mande til dessert, var der nogen, der gik i seng og nogen, der blev oppe. Næste morgen efter morgenmad pakkede vi sammen og løb turens sidste løb. Det var det sværeste, men heldigvis var der gode klubkammerater, der hjalp undervejs.

Det var første gang vi var med, men det var helt sikkert ikke den sidste.

Natløb - en let og svær opgave på en gang.

Af: Tina Vallentin

Det der natløb, kan jeg ikke rigtig finde ud af, om jeg kan lide eller ej. Faktisk er det noget, jeg har brugt en del tid på at tænke over, for hvad er det med det natløb som gør det let og svær på en gang?

Det er jo virkelig skønt at være i den mørke og helt stille skov. Det er virkelig balsam for sjælen, specielt efter en arbejdsdag.

I starten tænkte jeg, at det måtte være utrygt at være "alene" i den mørke skov, men sådan oplever jeg det overhovedet ikke. Tværtimod synes jeg faktisk det er dejligt, når der kommer lidt spredning på feltet, og man får fornemmelsen af den totale stilhed.

Det med at der er refleks på alle posterne, gør dem lidt lettere at finde. Altså, hvis ens lysstråle kan ramme refleksen. Alternativt må man være virkelig opmærksom på kendetegn omkring posten, så man er helt sikker på at være det rigtige sted.

Det at have en god lygte gør helt sikkert natløbet meget sjovere. I starten havde jeg bare en almindelig pandelampe. Den er fint til almindeligt løb i mørket, men ikke mere end det. Efter et natløb i Bjerre skov, hvor det også havde været mega diset og jeg stort set ikke havde kunne orientere mig, måtte jeg sande, at en god pandelampe til formålet er vigtigt udstyr ligesom et kompas.

Faktisk lykkedes det mig efter dette natløb i Bjerre skov at blive væk i skoven for en stund under postindsamlingen. Jeg var i den dårlige belysning og lave sigtbarhed gået af et mountainbike spor og uden at opdage det, var jeg gået med rundt i en bue og derved i stik modsatte retning af hvad jeg forventede. Jeg mødte en post, som jeg ikke skulle samle ind og tænker "at jeg måske bare er kommer til at krydse sporet ved en fejl". Jeg var så selvsikker på min retning, for på det tidspunkt havde jeg ikke et kompas endnu, at tanken om, at jeg er forkert på den, slet ikke slår mig. Sjovt nok fandt jeg ikke den post, jeg ledte efter, men kom til den store grusvej, som skulle stoppe mig, hvis jeg gik for langt. Jeg ville prøve at tage posten med et nyt vejvalg, men intet passer på kortet. Ja, så måtte jeg jo ligesom sande, at jeg var blevet væk. Heldigvis er der jo i Bjerre skov 50 % chance for, at de store grusveje

ender ved asfaltvejen. Og til mit held fik jeg valgt den rigtige retning at løbe til, så jeg kunne hurtigt genkende, hvor jeg var på asfaltvejen og derved finde p-pladsen. Inden ugen var omme, havde jeg købt både ny kraftig lygte og et kompas.

Så reflekser på posterne, en god lygte og et kompas til at sikre den rigtige retning er med til at gøre natløb let. Samtidig er vejrforholdene, og at det er let at miste orientering i mørket med til at gøre natløb svært.

Man lærer af sine fejl, siger de kloge. Men åbenbart ikke mig, kan jeg konstatere efter natløb til supertirsdag i januar.

Åbjergskoven er nærmest min baghave, og det nye stykke kender jeg virkelig godt. Alligevel lykkes det mig at miste orienteringen og nærmest blive væk for en stund.

Jeg løber væk fra post 6 i den rigtige retning, føler jeg kommer for tæt på haven til huset og vil søge lidt længere væk. Uden at vide det får jeg drejet alt for meget til venstre, hvor jeg går gennem noget tæt og må bukke mig. Heldigvis møder jeg de to lader med halmen, som jeg kender så godt. Jeg tænker, at jeg bare lige skal løbe forbi dem, så kommer grusvejen. Jeg har på intet tidspunkt tænkt, “at jeg lige kunne tjekke kompasset”. Og det får jeg fuld straf for. Jeg løber lige ud i den tætte bevoksning og må sammenkrøllet lunte af sted i blinde, i håbet om at finde en sti. Her er jeg ved at være godt sur på mig selv, men tænker fortsat ikke på at benytte det medbragte kompas. Efter lidt zig zag kan jeg se lys fra en lygte og holder den retning. Lettelsen er stor, da jeg lander på en grusvej,

kan rette mig ud og ydmygt spørge om hjælp til, hvor jeg er på kortet fra Oliver og Christian. Resten af banen gik fint, selvom den kraftige sne virkelig også kan give lav sigtbarhed på de åbne stræk.

Og det er netop det, jeg holder så meget af ved vores sport, nemlig at alle både ny og gamle ind imellem laver et eller andet helt skørt.

O-track er jo til tider sjovere end et filmklip med dyr, der gør noget virkelig sjovt.

GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867
SØNDERGADE 36
8700 HORSENS
75625477
WWW.GULDSMEDLIND.DK

Vigtige datoer

- **Tirsdag d. 27. januar 2026**
  Generalforsamling for klubben

- **Onsdag d. 4. marts**
  Klubmesterskab i nat-orientering for seniorløbere i Serup Skov

- **Fredag d. 6. marts til søndag d. 8. marts 2026**
  Klubtur til Nordjysk 2-dages. Du kan læse mere her:
  https://horsensok.dk/arkiver/27839

- **Påskeløbet d. 2. – 4. april 2026**
  Horsens OK arrangerer Påskeløb. Det er Danmarks største orienteringsløb med minimum 1.500 løbere der løber over tre dage.

- **Lørdag d. 9. maj til søndag d. 10. maj**
  Kulbtur i forbindelse med divisionsmatch i Rold skov. Tilmelding senest tirsdag d. 10. marts via mail til Britta på britta.ank.pedersen@gmail.com.

- **Søndag d. 10. maj 2026**
  Divisionsmatch i Hesselholt (Rold Skov-området). Husk at reservér datoen! Vi skal have alle med så vi kan sikre os en plads ved DM i hold 2026.

- **Lørdag d.13. juni til søndag d. 14. juni**
  Det prestigefyldte 53 sindstyvendetraditionsrige Thylegemesterskab. Læs mere her https://horsensok.dk/arkiver/28326

- **Søndag d. 6. september 2026**
  Divisionsmatch i Hald ege. Husk at reservér datoen! Vi skal have alle med så vi kan sikre os en plads ved DM i hold 2026.

Se flere løb og arrangementer på hjemmesiden Løbsoversigt – HORSENS ORIENTERINGSKLUB og vores Facebookside Facebook Horsens OK

Scan her for at se vores store
udvalg af produkter

GRAFISK FORUM

Fuglevangsvej 47B • 8700 Horsens • 75 61 33 44 • grafiskforum@grafiskforum.dk • grafiskforum.dk