

Vil du være kontaktven?

I **Horsens OK** har vi hvert år en del interesserede som prøver orienteringsløb. Det går rigtig fint i de to måneder, hvor det er i klubhuset med bad og varm kakao. Men så bliver det straks sværere, for så tager alle af sted ud i skovene rundt omkring. De kræver en ekstra indsats, når orienteringsløb endnu ikke er en selvfølgelig tilbagevendende begivenhed. Her kan man få brug for at spørge: 'Hvor er *den røde lade*'. 'Skal jeg have noget særligt udstyr eller tøj på?'. Og rigtig velkommen i klubben vil man føle sig, hvis der er en, der ringer/mailer og spørger, om man kommer på lørdag/tirsdag, eller om vi skal følges ud til Palsgård - ved Nørre Snede.

Breddeudvalget søger Kontaktvenner. Som kontakt ven skal du:

- Tage godt imod din nye ven og udveksle kontaktinformation.
- Hjælpe din nye ven med det praktiske omkring orienteringsløb. Herunder:
 - at finde ud til løb (ikke nødvendigvis tage med hver gang).
 - at få kort og blive registreret de første gange.
 - Korrekt beklædning.
- Være kontaktbygger mellem din nye ven og klubben.
 - Du ved, hvem man skal kontakte i klubben, hvis der er spørgsmål.
 - Du kan skabe kontakten til de andre medlemmer.
- Sørge for at personen bliver opfordret til at løbe løb, i det omfang du og din ven har lyst.
- Af og til diskutere løbet og kortet efter løb. Det er en vigtig del af det sociale element i sporten, og samtidig giver det læring.

At være kontaktven kræver IKKE:

- At du selv er verdensmester i orienteringsløb. Du er naturligvis velkommen til at give gode råd, men breddeudvalget arrangerer også tekniske begyndertræninger, og der vil ofte være instruktører tilstede tirsdag/lørdag.

Desuden har du og din ven mulighed for at deltage i ['Tag-en-ven-med-konkurrencen'](#).

Horsens OK er en klub med mange aktive medlemmer. Og hvis vi fortsat styrker tilgangen til klubben, kan Horsens OK også i fremtiden være en anset klub med et højt aktivitetsniveau. Aktiviteter kræver folk, jo flere jo bedre!

Har det vakt din interesse, så kontakt: formand, Lars Sørensen: horsok@mail.tele.dk

Venlig hilsen

Breddeudvalget