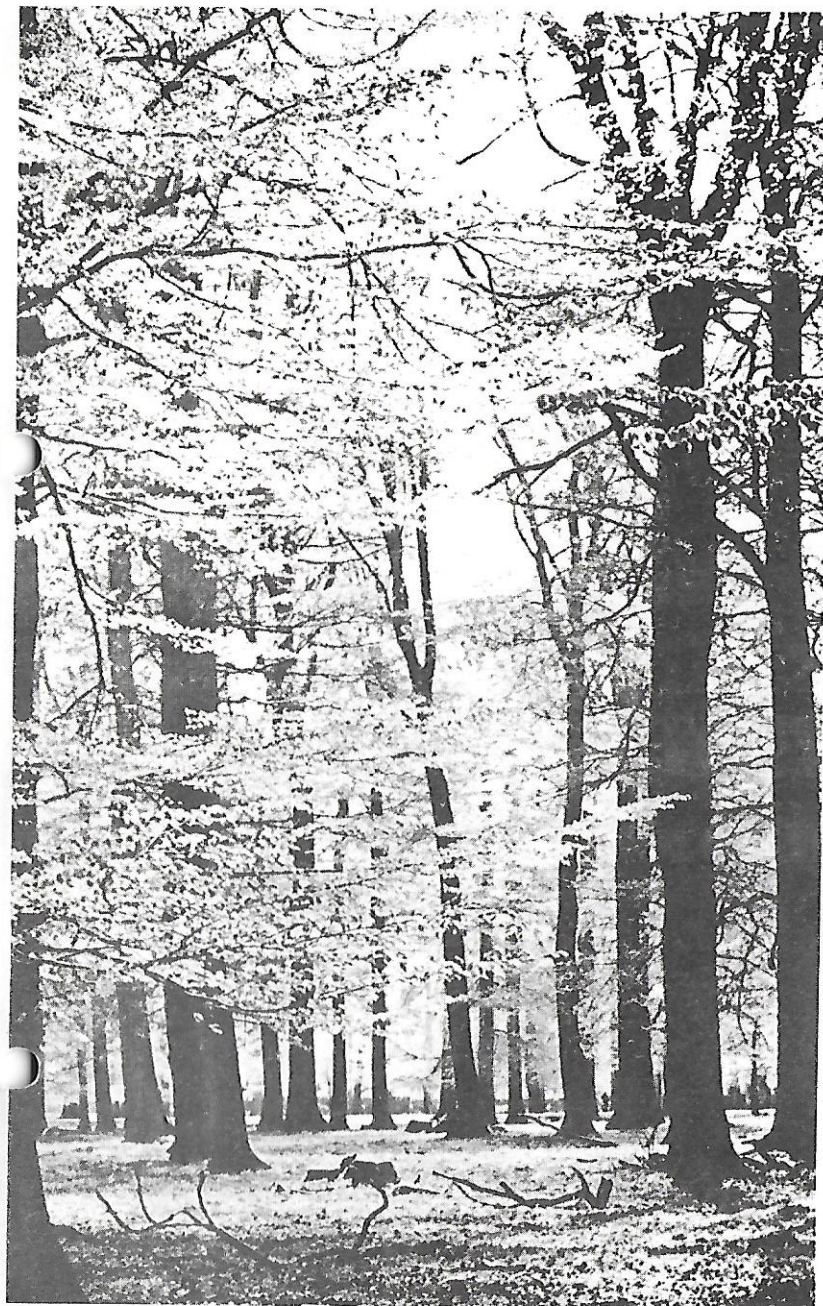


# UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGS - KLUB  
NR 2 MARTS 1974 3. ÅRGANG



## BESTYRELSEN

|                                                  |             |  |
|--------------------------------------------------|-------------|--|
| Formand                                          |             |  |
| Axel Stobberup, Dallerup, 8781 Stenderup.        | Tlf. 681194 |  |
| Kasserer                                         |             |  |
| Ole Christensen, Nørrestrandsgade 71             | " 629847    |  |
| Kommunikation                                    |             |  |
| Svend Wonsild, Vitus Berings Plads 1, 3.         |             |  |
| Arrangementer & Trim                             |             |  |
| Johannes Andersen, Bjerrevej 47, 1.              | " 629261    |  |
| Træning & Instruktion                            |             |  |
| Cai Skovbjerg, Ørnstrupvej 40                    |             |  |
| Korttegning                                      |             |  |
| Troels Jensen, Bjerrevej 84                      |             |  |
| Lokaler                                          |             |  |
| Finn Sig, Askevej 1                              | " 628300    |  |
| Klubbens gironummer 170852, kassererens adresse. |             |  |
| Materielforvalter                                |             |  |
| Knud Erik Christensen, Borgmestervej 17          | " 624007    |  |
| Bladredaktion v/Svend Wonsild                    |             |  |
| Stof til klubbladet må være redaktionen i hænde  |             |  |
| senest d. 14.-4.                                 |             |  |

**Telefon 621888**  
**En god**  
**forbindelse**  
**til**  
**en sikker service**

### Vi kommer til Dem,

når det er galt med oliefyret eller den elektriske installation. Vår service er både sikker og hurtig - og ethvert arbejde er fagmæssigt underbygget. - Og husk: Der er altid én af vore servicevogne i nærheden. Se også, hvad vi kan byde på i forretningen af dejlige, moderne EL-varer.

**EL CARL BÆK & SØN**  
*Fagmanden*

Vestergade 33, Horsens  
Telf. 62 18 88

## REFERAT FRA GENERALLEN

Generalforsamlingen i Håndværkerforeningens Herresal d. 4. feb. havde samlet ca. 45 medlemmer.

Erik Nielsen, der for nyligt blev valgt til skekretær i kredsbestyrelsen, valgtes til dirigent.

Axel Stobberup kom i sin formandsberetning ind på, hvor godt den nye bestyrelsesstruktur havde fungeret i det forløbne år. Han syntes, at de forskellige udvalg havde arbejdet godt. Dog ville det være endnu bedre, hvis medlemmerne bakkede de forskellige udvalg op, ved at give en hånd med i disse. Vores forhold til skovejterne var de bedst mulige, og nogle havde endda udtrykt deres velvilje ved at byde Horsens O.K. velkommen i 1974. Formanden omtalte og udtrykte sin taknemlighed til Horsens kommune, som havde givet klubben tilladelse til at bruge de tidligere restauration i Åbjergskoven til klubhus. Horsens O.K. havde haft en medlemsfremgang til ca. 180, hvilket svarede til ca. 30 %. Dette havde medført, at tilslutningen til træningsløbene havde været ganske overvældende.

Jens Chr. Sørensen fremlagde regnskabet, som i øvrigt blev godkendt.

Under indkomne forslag var der kommet nogle forslag vedrørende kontingentforhøjelse og forhøjelse af startafgiften. Under debatten om disse forhøjelser drøftedes det, hvad disse penge skulle bruges til. Det blev vedtaget at forhøje kontingentet samt at forhøje startafgiften ved træningsløbene til 2 kr. for seniorer.

Finn Sig redegjorde for planerne om vort nye klubhus. Samtidig efterlyste han folk, der kunne hjælpe til med de nødvendige ændringer. Under valg

Under valg af bestyrelsesmedlemmer, blev formand genvalgt med akklamation. Ny kasserer blev Ole Christensen. Til træning og instruktionsudvalget valgtes Cai Skovbjerg.

Sidste punkt på dagsordenen var planlægning af forårets træningsløb.

Søren Westergård



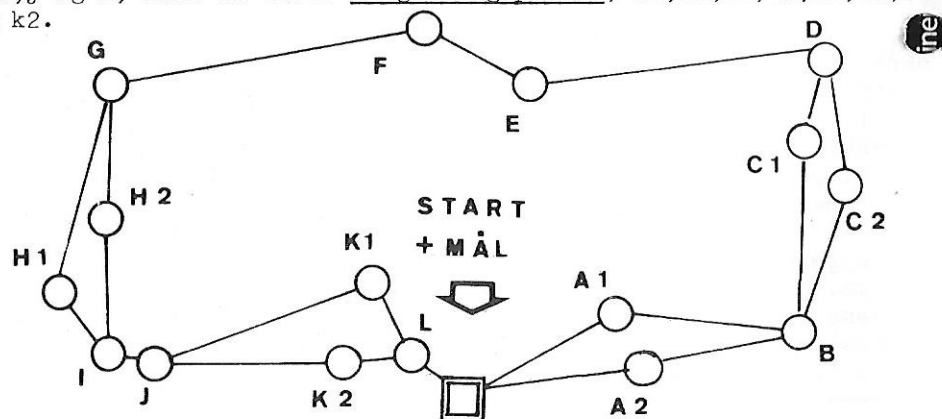
# Boller Skov

Som det er nogle bekendt, står klubben som arrangør af et åbent stafetløb søndag d. 5. maj i Boller Skov.

I den anledning vil jeg her fortælle lidt om, hvad stafetløb efter Farsta metoden går ud på.

Farsta er en stafetmetode, udviklet af den svenske orienteringsklub af samme navn.

Ved Farsta kombineres to baner (f.eks 1. og 2. etape i en 3-mands stafet). Disse to baner kan eksempelvis have et udseende som vist herunder. Banerne består altså af et antal fællesposter, b,d,e,f, g,i,j og l, samt et antal forgreningsposter, a1,a2,c1,c2,h1,h2,kl og k2.



Metoden har samlet start. Ved starten deles feltet i to grupper. Den ene af disse grupper besøger a1, den anden a2. Dernæst besøger begge grupper post b. Ved b deles gruppen, der besøgte a1, igen i to grupper, hvoraf den ene sendes til c1, den anden til c2; på samme måde deles gruppen fra a2 i to dele. Således fortsættes banen igennem. Ved afslutningen af første etape, vi de forskellige hold derfor have besøgt forskellige poster og dermed have haft forskellig banelængde.

Dette udlignes fuldstændigt på den efterfølgende etape, idet holdets løber her besøger alle fællesposterne samt de forgreningsposter, hans førstemand ikke havde.

Efter de to etaper har hvert hold derfor løbet nøjagtigt lige langt, haft alle fællesposterne to gange og alle forgreningsposterne netop een gang samt tilbagelagt præcis de samme delstræk.

Hver løber får ved start udleveret et kort, hvorpå kun er indtegnet de poster, han skal besøge.

Efter to etaper er de forskellige holds præstationer altså direkte sammenlignelige og man kan ved direkte skift gå videre til de efterfølgende etaper.

Da et sådant arrangement jo kræver nogle medhjælpere, vi jeg gerne høre fra de, der kunne tænke sig at give et nap med (undtagen selvfølgelig de, der allerede har givet tilsagn om hjælp).

Tilmelding gives som nedenstående, idet du bedes overstrege det ikke ønskede vedr. medhjælper eller gruppeleder, ligesom du kan anføre specielle ønsker (uden jeg dog kan garantere for, at ønsket efterkommes).

Der bliver tale om følgende grupper, hvortil der søges medhjælpere og gruppeleder:

Stævnekontor  
Samlingssted  
Kantine  
Start / mål  
Radiokontrol  
Beregning  
Trim  
PR.

Indvidere søges en sekretær til stævnelederen.

Medhjælper / gruppeleder

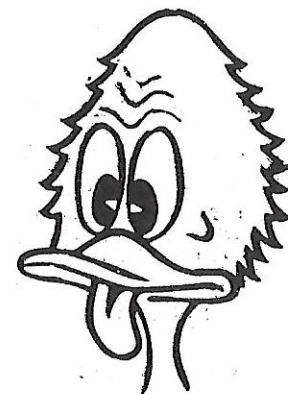
Navn:

Adr.:

Tlf.:

Ønske:

Johannes Andersen, Bjerrevej 47, 1. 8700 Horsens,



HEDE NIELSEN %



# KONTINGENT

Da der har været en del uklarhed med hensyn til sidste kontingentbetaling, skal jeg oplyse følgende: giroindbetalingskortet, der blev udsendt i begyndelsen af januar, sammen med sidste klubblad, var beregnet til betaling for 2. halvår af 1973. 20 kr. for enkeltmedlemmer, 40 kr. for familie, og 10 kr. for unge. De medlemmer, der har betalt et andet beløb, vil få dette korrigeret ved næste kontingentbetaling, der vil finde sted ca. 1. maj. Ligeledes er der nye medlemmer, som har fået tilsendt indbetalingskort, og som ikke skal betale kontingent for 1974. Bestyrelsen beklager meget "roderiet", og håber at de medlemmer, der endnu ikke har betalt deres kontingent for 1973 "haster" på posthuset. Klubkassen er næsten tom.

O.H.C.

Som nævnt i referat af generalforsamlingen, blev det med stort flertal vedtaget at forhøje kontingentet til følgende:

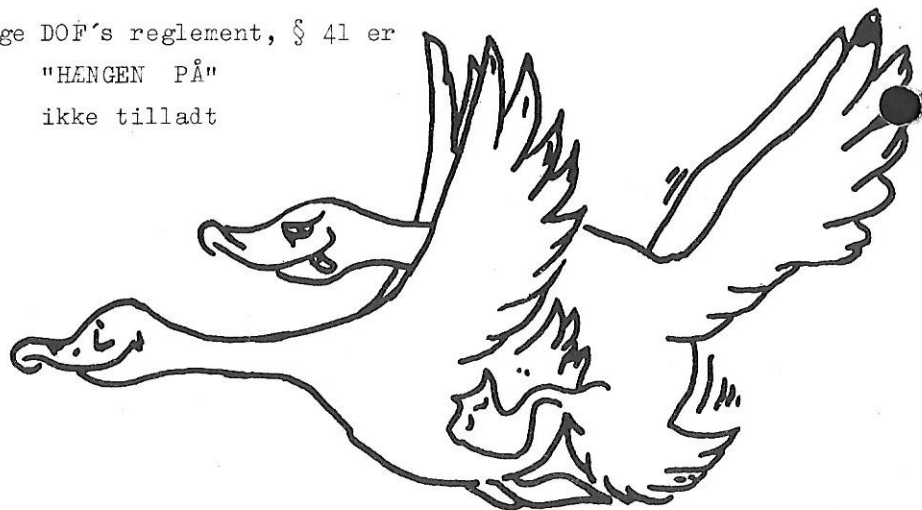
- |                                   |              |
|-----------------------------------|--------------|
| 1. Familieordning                 | 100 kr årlig |
| 2. Enkeltmedlemmer                | 50 kr årlig  |
| 3. Ungdomsmedlemmer               | 25 kr årlig  |
| 4. Uddannelsessøgende, værneplgt. | 25 kr årlig  |

De der ikke længere kan kalde sig uddannelsessøgende eller værnepligtig opfordres til selv at give kassereren besked. Adresseændring samt evt. udmeldelse skal meldes kassereren.

Ifølge DOF's reglement, § 41 er

"HÆNGEN PÅ"

ikke tilladt



# KLUBREGNSKABET 73

| INDTÆGTER                      | Kr.             | UDGIFTER                  | Kr.             |
|--------------------------------|-----------------|---------------------------|-----------------|
| kassebeholdning 1.12.72.       | 3054,15         | Licenser, kontingenter    | 665,00          |
| kontingenter                   | 2410,00         | kort, kortafgifter        | 1275,00         |
| annoncer                       | 480,00          | tilskud ungdomsafdelingen | 1826,80         |
| ungdomstilskud kommunen        | 830,00          | kurser                    | 227,00          |
| tilskud Jydsk 3 dages kommunen | 1500,00         | udlæg til Jydsk 3 dages   | 2740,50         |
| indtægt Jydsk 3 dages          | 3825,70         | præmier, gaver            | 966,00          |
| startpenge, træningsløb        | 3253,00         | mødeudgifter              | 1361,00         |
| startpenge åbne løb            | 658,00          | papir, porto, renter      | 1911,00         |
| div. salg                      | 1174,00         | klubblad                  | 2172,40         |
|                                |                 | matrialeanskaffelse       | 889,00          |
|                                |                 | div. salgsvare            | 1043,86         |
|                                |                 | startpenge åbne løb       | 658,00          |
|                                |                 | korttegning               | 487,00          |
|                                |                 | 0-posten                  | 254,50          |
|                                |                 | kassebeholdning 1.12.73.  | 707,79          |
|                                | <u>17184,85</u> |                           | <u>17184,85</u> |

Jens Chr. Sørensen

Regnskabet revideret, girobeholdning og sparekassebeholdning afstemt.

C. Filskov

Jørgen Hansen

TEKNISKE INSTALLATIONER

1/5 CARL FR. NIELSEN

INGENIØRFIRMA

8700 HORSSENS

TLF. (05) 62 1999

# UNGDOMSPOKALEN

Resultaterne til ungdomspokalen indenfor den tidligere Midtjysk kreds er nu kommet.

Løbere med over 100 point i tre løb ud af følgende 5 løb:  
Marselisborg (Århus 1900) - Gudenådyngen - Høgildgård (Herning) - Djurslandsløbet og Ålum (Randers).

D - 14            nr. 2 Lene Kofod    281 point  
                  nr. 3 Mette Filskov    259 point

H - 14            nr. 1 Erik Warncke    235 point  
                  Erik har dermed vundet pokalen, som han vil få  
                  overrakt ved Silkeborgs løb i foråret.  
                  nr. 5 Henrik Christensen    155 point (2 løb)  
                  nr. 6 Kent Hansen    151 point (2 løb)

D - 15-16            nr. 4 Lone Warncke    196 point

H - 15-16            nr. 4 Mogens Strårup    252 point  
                  nr. 7 Sten Christoffersen    235 point  
                  nr. 12 Per Abildgård    183 point

## Motion – også en form for hygge og samvær

### Hjerteforeningen tager initiativ til dannelse af motionsgrupper

Denne klub – har i hvert fald ikke i første omgang – ikke til opgave at få flere til at motionere. Man vil i stedet koordinere det arbejde, der allerede er i gang – få samlet de mennesker, der motionerer i samme by, i grupper, og samtidig være en form for serviceorgan. Tillige vil man arbejde med at forbedre

vilkårene for motionisterne.

Motion er mange ting. Men den form for motionering, vi vil arbejde med bliver først og fremmest løb. Ikke fordi vi undervurderer andre former, men fordi det at løbe er noget alle kan være med i – uden at det er forbundet med udgifter af nogen art.



Peter Schnohr  
– Hjerteforeningens Motions-  
klubs formand

### ARRANGEMENTSKURSUS

Arrangementskursus – træf – trin 2.

Dato: Lørdag den 9. marts – kl. 9.30 til ca. 16.00

Mødested: Jelling øvelsesskole.

Kursusafgift: Kurset er gratis. Madpakke medbringes. Drikkelse kan købes. Der serveres kaffe om eftermiddagen

Tilmelding: Senest mandag den 4. marts til:

Lars Jeppesen, Agertoften 14, 5270 Næsby.

Med oplysning om klub, navn, adresse og telf.

Kursets formål: Undervisning i og drøftelse af Tekniskkontrollants og Overdommerens opgaver, samt Reglements og Arrangements-problemer i almindelighed. DOFs reglement bør medbringes og det vil være gavnligt hvis deltagerne har læst DOFs nye Arrangements-håndbog.

### BANELÆGNINGSKURSUS

Banelægningskursus – trin 2, for Nord- og Sydkredsen.

Kurset er beregnet for folk med en vis erfaring indenfor praktisk banelægning – d.v.s. som f.eks. har deltaget i tidligere afholdte banelæggerkurser (svarende til trin 1) og/eller har stået som banelægger ved et åbent løb.

Da kurset bygger på diskussion deltagerne imellem er det væsentligt at disse har et vist minimum af erfaring indenfor banelægning.

Kursussted: Jelling øvelsesskole

Tidspunkt: Lørdag den 9. marts kl. 9.00 – ca. 17.00

Pris: 35 kr. som omfatter lokaler, kursusmateriale, kaffe samt rejseudgifter til tog eller fyldte biler.

Tilmelding: Senest den 4. marts til:

Tage V. Andersen  
Nygårdterrasserne 268 E  
3520 Farum

med oplysning om klub, navn, adresse samt om løb, hvor deltageren har fungeret som banelægger eller banekontrollant.

Af programmet kan nævnes: Stafetorientering: Motala - Vänhäs - og Farsta-metoden. Samarbejdet mellem banelægger og banekontrollant. Banelægningsorganisation. Arbejdsplan for banelæggeren. Uddannelseskrav for banelæggere og banekontrollanter. Belastning af poster og delstræk. Kombination af baner. Diskussion af årets baner. Elitebaner.



# påskeløb

## orienteringsklubben



I år er det O.K. West, der har påtaget sig arrangementet af dette 3-dages etapeløb, der igennem årene har samlet en større og større skare af orienteringsløbere fra både ind- og udland. Lige fra starten har målsætningen for påskeløbene været:

- o-baner af højeste kvalitet
- o-kort i nye udgaver
- o-ferie med hyggeligt samvær
- o-træning med spænding
- o-konkurrence med de bedste

## baner

- Bane 1: ca. 10 km (H21 E og H19-20)  
" 2: ca. 9 km fri  
" 3: ca. 7 km fri  
" 4: ca. 5 km fri  
" 5: ca. 4 km fri og H15-16  
" 6: ca. 7 km (H17-18 og D19 A)  
" 7: ca. 3 km (H -14 og D -16)  
" 8: ca. 3 km (B -14, B15-18 og B19-)

## startafgifter

Ungdom til og med 18 år: 6 kr pr. etape.  
Øvrige: 11 kr pr. etape.

## tilmelding

Tilmelding sker som til andre løb på den ophængte liste ved træningsløbene eller til Britta Stobberup senest tirsdag d. 26. marts. Betalingen skal ske til Britta eller kasseren senest d. 26. marts.

## stævnecenter

I idrætshallen i Oksbøl er der stævnecenter. Alle resultater opsættes her.

## præmier

Der er præmier i forhold til deltagerantallet på alle baner på hver etape. Endvidere er der præmie til vinderen af hver bane efter alle tre etaper.

## program

Program med instruktion og startlister for etape 1 og 2 til alle deltagere kan afhentes klubvis på stævnecentret.

## trim

På hver etape vil der være en trim-bane, hvor turister kan købe et kort med indprikkede poster for 5 kr.

## overnatningsmuligheder

Der er forsøgt at samle så mange forskellige tilbud som mulig.

Gymnastiksal, hytter, sommerhuse, lejrskole m.m.  
Det anbefales, at man så hurtigt som muligt kontakter:

Per Breinholt (05) 271105  
Vrøgum  
6840 Oksbøl

der kan give yderligere oplysninger

## etaperne

etape 1:

skærtorsdag den 11. april

mødested: Oksbøl (stævnecentret)

mødetid: kl. 11.00

første start: kl. 12.00 (der er ca. 11 km til start)

kort: o-kort "ho plantage" 1:15.000 nyrevideret 1974

banelægger: Knud Sørensen

etape 2:

langfredag den 12. april

mødested: Oksbøl

mødetid: kl. 9.00

første start: kl. 9.30 (der er ca. 2 km til start)

kort: o-kort "aal plantage" 1:15.000 nyttegnet 1974

banelægger: Emil Olsen



etape 3:  
 påskelørdag den 13. april  
 mødested: Oksbøl  
 mødetid: kl. 9.00  
 første start: kl. 9.30 (der er ca. 2 km til start)  
 kort: o-kort "vægum plantage" 1:15.000 nyrevideret 1974  
 banelægger: Ivan Christensen

på gensyn i

## PÅSKEN '74



sup. Kristensen, Hvidovre.

### 100 O-løbere på hård prøve

Horsens Orienteringsklubs lørdagsløb i Bygholm havde endnu engang samlet næsten 100 deltagere.

Overblik, nøjagtig kompasgang og skridttælling er discipliner, der er absolut nødvendige for løberne, når klubben efter 1. marts påbegynder forårets løb i omegnens skove. Banelæggerne havde derfor koncentreret sig om at minde deltagerne om disse ting. Mange måtte da også erkende, at deres løb var blevet for chancebetonet, hvilket medførte et noget længere ophold i skoven end sædvanligt.

Resultatliste:

Lang bane, 9,0 km, 18 poster, 15 deltagere.

1. Preben - an 27  
 gens 5'

orning .....

### 112 til O-løb

Trods det våde og sjappede vejr havde Horsens O. K. til træningsløbet i lørdags samlet 112 deltagere. Selv om nogle af posterne var „svømmende“ tog (næsten) alle det med godt humør.

Der var udlagt fire baner og på TRIM-banen vandt den kun 7-årige Kim Bo Hansen. På den lange bane viste Kaj Grønbæk igen sin styrke ved at vinde i den fine tid 65.45 min. Næste lørdag er der igen løb i Abjergskoven med start fra Pavillonen. Resultaterne på de fire baner blev:

Lang bane: 95 km 17 poster 18 deltagere:  
 1. Kaj Grønbæk 65.45 2  
 Knud Erik Christensen



Stien går rundt om søen og tilbage hertil.  
 —Nå, så er vi altså her!

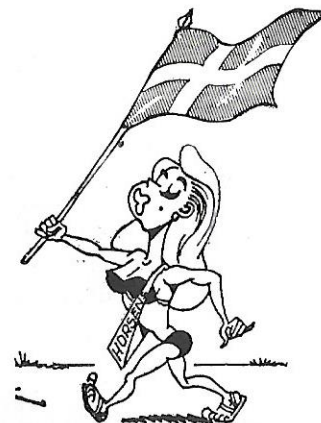
# å b n e l ø b

POINTLØB i Rold Skov. AIK, Vejgård  
 MØDESTED: Skørping skole  
 MØDETID: 24. marts. Kl. 9.00  
 Første start kl. 9.30  
 TILMELDING: Sidste frist mandag d. 18. marts inden kl. 19.00  
 AFGANG: Torvet kl. 7.00

FORÅRSLØB i Gelstedskovene, 0.0.  
 MØDESTED: Gelsted skole  
 MØDETID: 31. marts. Kl. 9.00 første start kl. 10.00, 3 km til start.  
 TILMELDING: sidste frist mandag d. 25. marts inden kl. 19.00  
 AFGANG: Torvet kl. 7.00

INTERNATIONALT O-løb i Munkebjerg, 0.0.  
 MØDESTED: Andkær skole  
 MØDETID: 12. maj. Kl. 8.30 første start kl. 9.30, 2,5 km til start  
 TILMELDING: Sidste frist søndag d. 28. april  
 Startlister vil være klubben i hænde mandag d. 6. maj.  
 AFGANG: Torvet kl. 7.30

Detaljeret indbydelse til de åbne løb vil altid være opslået ved træningsløbene.  
 Tilmelding til de åbne løb kan også ske på de fremlagt lister ved træningsløbene.  
 De åbne løb i påsken, der sidste år havde mange deltagere fra klubben, har fået særlig omtale på en af de andre sider.



## Byens Blikkenslager

**OTTO PÆTAU**

Aut. gas- og vandmester

● KRUDTHUSVEJ 14

● 8700 HORSENS

● TELEFON 05-627731

● POSTKONTO 147767



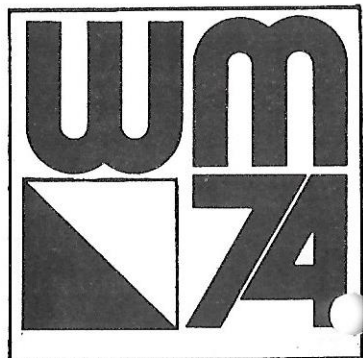
# VM i orientering

Der er fra kredsen kommet "en mulighed" til WM-økonomien.

Såfremt kredsens klubber kan stille garanti for sammenlagt kr. 20.000, og såfremt de andre kredse går ind på samme linie samt under forudsætning af, at WM-udvalgets øvrige aktiviteter går nogenlunde efter planerne, så vil WM ikke give noget økonomisk eftersmæk.

Horsens O.K.s andel bliver da kr. 3.000

Ved garanti menes, at klubberne først skaffer pengene, henlægger dem og derefter giver garanti for beløbet. Det skulle jo gerne være sådan, at et evt. overskud på grund af andre aktiviteter ikke går fra klubberne. (Men denne chance er nu ringe.)



## LØBSKALENDEREN

L Ø B S K A L E N D E R E N (terminslisten) for forårets træningsløb blev fastlagt ved generalforsamlingen.

For at undgå rettelser på grund af manglende skovtilladelser, har det ikke kunnet udsendes før nu.

### STARTAFGIFT

Som nævnt i referat af generalforsamlingen, blev det med stort flertal vedtaget at forhøje startafgiften ved træningsløbene.

Fra og med første træningsløb på den nye løbskalender (2. marts) medbringer seniorer kr. 2 til startafgift.

Juniorer (under 18 år) kan fortsat nøjes med kr. 1  
Der er fortsat selvjustits!

**ALKA forsikring HORSENS**  
ASSURANDØR VERNER DITLEV JENSEN TELF. 629517  
alle arter forsikringer



**dansk kokken elementfabrik**  
tlf. 05-62 90 77



# Gør motion

Af Sten Rudi Thomsen

## Det dæmper appetitten

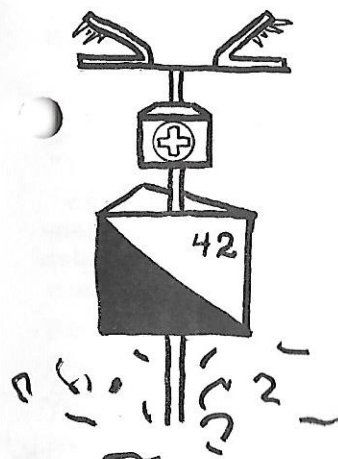
En svensk læge har opstillet følgende motionsdoser i skemaform.

| Vægt i kg:        | 50 | 60  | 70 | 80  | 90 | 100 |
|-------------------|----|-----|----|-----|----|-----|
| Hurtig gang (km)  | 72 | 66  | 60 | 54  | 48 | 42  |
| Let løb (km)      | 48 | 44  | 40 | 36  | 32 | 28  |
| Fjedrehop (timer) | 6  | 5,5 | 5  | 4,5 | 4  | 3,5 |
| Svømning (timer)  | 6  | 5,5 | 5  | 4,5 | 4  | 3,5 |
| Skiløb (timer)    | 6  | 5,5 | 5  | 4,5 | 4  | 3,5 |

Hvis man i god tid inden julebordets fristelser begynder at motionere regelmæssigt dæmpes appetitten automatisk: Når kroppen kommer i bevægelse, stiger legemstemperaturen. Dermed stiger hjernens temperatur også, og det nedsætter madlysten. Symptomet er det samme, som når man har feber.



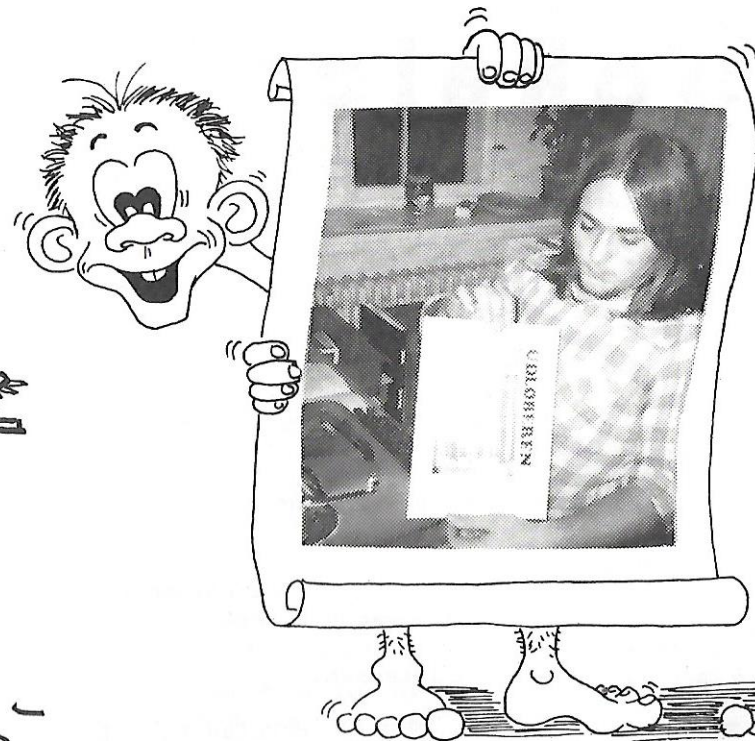
## FORSIDEN



Foreslået supplement til de nye poststænger.

## POSTSTÆNGER

De i november bladet omtalte poststænger, hvoraf en enkelt har været benyttet ved træningsløbene de sidste par måneder, har vi nu fået vederlagsfrit ved velvillig assistance fra Hans Linneberg.



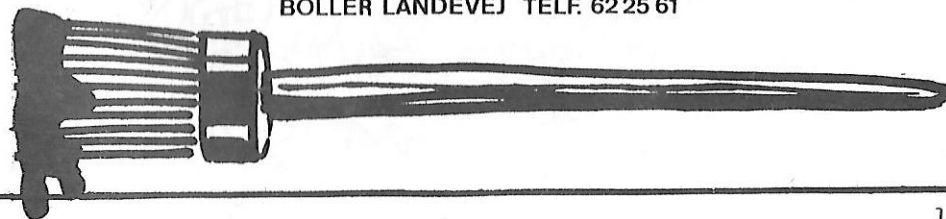
Preben jørgensen er blevet ansat på prøve som medarbejder her ved bladet.

Preben ses her med opsætningen af dette blads forside, der samtidig præsenterer det nye navn "Udløberen"

**ARNE EJENDOMS  
KONTOR  
RATTENBORG**  
KLARINETVEJ 48. TORSTED  
8700 HORSSENS. 05-62 05 00

**MALERMESTER  
KJELD ANDERSEN**

BOLLER LANDEVEJ TELF. 62 25 61





# pokaler

## Klubmesterskabspokal

Pokalen tilhører klubben og er evigt vandrende. Dreng-klassen får diplom og medalje, der ligeledes er evigt vandrende. Afgående klubmestre modtager en medalje.

Vindere 1973: P: Lone Warncke. Dr: Mogens Strårup. D: Britta Stobberup. H: Hans Henrik Brok. OG: Anni Kofod. OB: Jakob Ravn.

## Fidusen

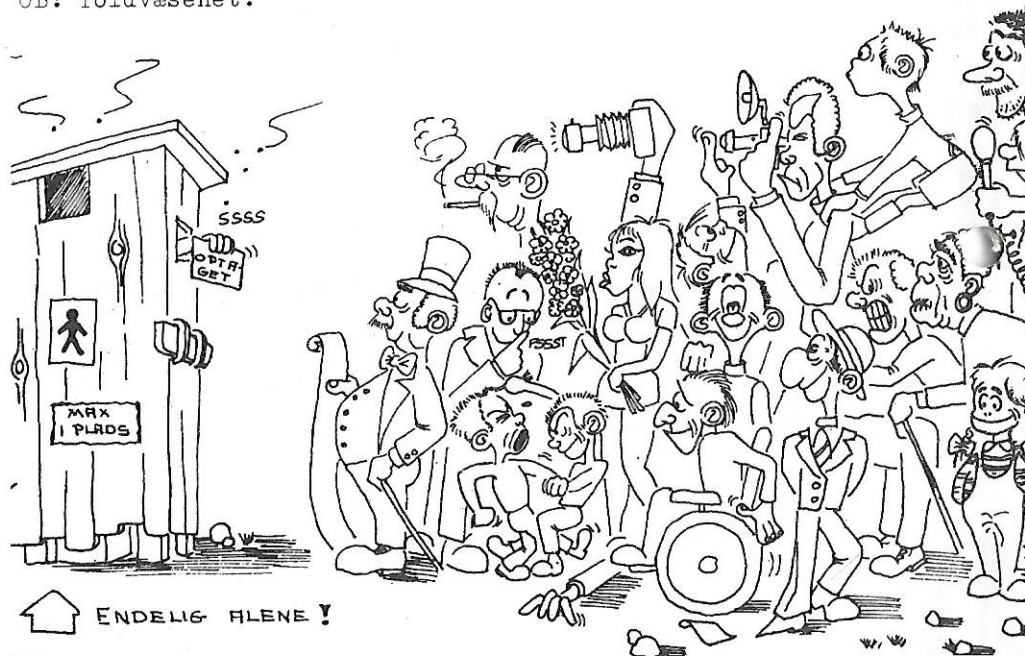
Pokalen tilhører klubben og er evigt vandrende. Pokalen uddeles ved den årlige klubfest. Pokalen gives for god indsats for klubben gennem det sidste år. Ved aflevering erstattes den med en medalje. Modtagere 1973: Erik Nielsen, C. Filskov Nielsen.

## Fjeldpokalen

Pokalen er skænket af Dansk Køkken Elementfabrik. Pokalen fås til ejendom, hvis den vindes 2 gange i træk. Ved aflevering erstattes den med en medalje. Vinder 1973: Ole Christensen.

## Bymesterskabspokal

Pokalen tilhører klubben og er evigt vandrende. Hver enkelt vinder modtager straks en personlig nytteting. Vindere 1973: Juniorer: Rårup - KFUM. D: Søndermarkskolen. H: Kirk. OB: Toldvæsenet.



## HVAD ER

# åbne løb

Jeg har ofte fra nogle af vore nye medlemmer hørt bemærkningen: "Hvad er et åbent løb"? Jeg skal derfor i det følgende forsøge at ridse linierne for dette op.

Definitionen ligger faktisk i ordet "åbent", d.v.s. at alle der er medlem af en klub under Dansk Orienteringsforbund, kan deltage i et sådant løb.

Jeg vil gerne pointere at alle kan deltage. Der er i disse løb altid en klasse der passer til ens standard, så der er absolut ingen grund til at holde sig tilbage, fordi man hører nogle af "de store" tale om at topnavnene indenfor o-sporten kommer til det og det stævne.

Hvad koster det? Seniorløbere betaler normalt 10 - 15 kr. Juniorer 5 - 10 kr. i startpenge til dækning af kort, leje af omklædningsrum, præmier m.m., ungdomsløbernes startpenge betales af klubben.

Når du har studeret listen over åbne løb og har bestemt dig for et, skal du blot sørge for at melde dig i god tid, senest en uge før løbet, ved at skrive dig på den ophængte liste ved træningsløbene eller til Britta Stobberup på tlf. 681194. Begge steder kan du også få oplyst mødetid og sted for den samlede afgang fra Horsens. Vi stuver os normalt sammen i så få biler som muligt, og de der er passagerer betaler et rimeligt beløb for at køre med. Husk: mød til tiden, da de sidste minutter kan være kostbare, hvis der f.eks. er langt fra omklædning til start. Hvis man kommer for sent, kan man få lov til at starte, men kun når starteren finder det belejligt, og den tabte tid tillægges ens løbstid.

Prøv et af de åbne løb her i foråret, men husk hvis du starter for første gang, at blive tilmeldt i begynderklassen.

Axel

KØBMAND  
**EJVIND JØRGENSEN**  
NANSSENSVEJ 27 · TELF. 622170





**SPEDALSØ  
BETONVAREFABRIK  
Horsens**

**HØEGH GULDBERGS GADE 15  
(05) 62 28 99**