

UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGS-KLUB

NR 17

JUNI 1975

4. ÅRGANG

BESTYRELSEN

Formand		
Axel Stobberup, Dallerup, 8781 Stenderup.	Tlf. 681194	
Kasserer		
Ole Christensen, Nørrestrandsgade 71	" 629847	
Kommunikation		
Preben Jørgensen, Nørregade 20, 8783 Hornsyld	" 687441	
Arrangementer		
Erik Nielsen, Nyvangen 19, Søvind, 8700 Horsens	" 659133	
Træning & Instruktion		
Cai Skovbjerg, Ørrstrupvej 40, 8700 Horsens	" 613246	
Korttegning		
Troels Jensen, Bjerrevej 84, 8700 Horsens		
Lokaler		
Sven Taylor Hansen, Majalle 27, 8700 Horsens	" 612557	
Ungdomsudvalg		
Johannes Andersen, Bjerrevej 47, 1., 8700 Horsens	" 629261	
Klubbens gironummer 65170852, kassererens adresse.		
Matialeforvalter		
Knud Erik Christensen, Bogmestervej 17	" 624007	
Tilmelding til åbne løb		
Britta Steinicke, Dallerup, 8781 Stenderup	" 681194	

Telefon 621888

**En god
forbindelse
til
en sikker service**

Vi kommer til Dem,

når det er gæld 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

UNDGÅ BOM

FØRSTE POST ER HOS



DER HVOR MAN FÅR GOD ORIENTERING

Så enkelt kan Deres varmeanlæg forbedres med SUPREX/REFLEX - lukket expansion:

Ingen korrosion
Ingen vandtab
Ingen luftproblemer
Frostfri installation uden isolering

Tal SUPREX/REFLEX - lukket expansion med Deres VVS-installatør, som gerne giver alle yderligere oplysninger og tilbud.

Teknisk information og service:

E.W. RASMUSSEN HORSSENS

R

Tlf. (05) 62 98 11

NYT OM NOM

I dette indlæg skal jeg som forlængelse af stykket i sidste nummer af udløberen give en videre orientering om NOM.

Korttegning: Stafetkortet, ja nu kan vi jo skrive at Vrads-kortet foreligger i første prøvetryk. Efterrekognosceringen på Tinnets-kortet er foretaget af kontrollanten.

Banelægning: De individuelle baner i Tinnets krat er lagt og er under kontrol af Lars og Eilif, herefter forestår de sidste korrektioner.

Lægning af stafetbanerne i Vrads er i fuld gang, og en efterrekognoscering omkring disse forestår.

Vor svenske kontrollant Åke Anderson, Göteborg har besøgt os før påsken og han har været i begge terræner med kortene og han er tilfreds med kortenes kvalitet og arrangementets stede som helhed.

Den 21-3 afholdtes der et møde hvor både vore kontrollanter og alle nøglepersonerne deltog. Der blev på dette møde samlet op hvad der er sket til dato, og mange detailproblemer løstes og nye lagt frem til løsning, snarest.

Løbsledelsen og materieforvalteren har haft møde med CF og fået tilsagn om støtte på flere vigtige områder.



Vi har haft kontakt med o-venner fra andre klubber for at bede om deres assistance på poster, hvor de fra tidligere arrangementer har erfaring. Det har resulteret i at vi har suppleret os med følgende folk: Henrik Andresen, PAN (speaking). Robert Christiansen, Uldjyderne (Speaking). Nils Janson, Randers (Nationsvært for Finland). Torben Jørgensen, Pan (Nationsvært for Norge). P. Bent Jensen, Væjen (Nationsvært for Danmark). Jørgen Stamp, Odense (Nationsvært for Sverige). Brøns Petersen, Odense (TV. kontakt), og som tidligere nævnt Preben Smith, Esbjerg (Presse).

Der var fra klubbens side udtalt ønske til de respektive forbund om at få indført en hviledag i arrangementet i stil med WM, således at der løbes fredag og søndag med fri lørdag. Dette ville give mere ro over arrangementet og give løberne bedre mulighed for mere turistpræget virksomhed. Dette forslag er blevet mødt positivt i alle forbund og er således en realitet.

Denne hviledag skal jo udfyldes med et arrangement, som kan tilbydes ledere og løbere, og i den anledning har vi haft kontakt med turistchef Inge Rådun, som har lovet at finde en løsning for os.

4

Det skal også nævnes at alle gruppelederne er godt i gang med opbygning af deres forskellige funktioner og ifølge tidsplanerne er de godt med, og arbejdet vil accelerere i den kommende tid hvilket jo også betyder at flere folk må ind i arbejdet.

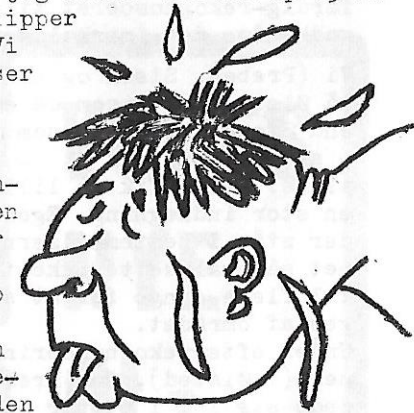
Hvad pressen angår, kan jeg fortælle at den første pressemeddelelse, dæklende Skandinavien er udsendt af Preben S. og Lisbeth i samarbejde.

Dette var i store træk hvad der er sket siden sidste blad, økonomien er ikke behandlet her, det er gjort af Filskov i en anden artikel.

Axel.

EN O-OPLEVELSE

Da jeg i år deltog i Kolding Orienteringsklubs PÅSKELØB, var jeg udsat for en lille rar o-oplevelse. Det var på den sidste etape, hvor der var jagtstart. Jeg startede ca. midt i feltet og luskede stille og roligt derudaf. Filskov startede 5 sek. efter mig og Ole Storm 2 min. efter os. Filskov havde mig (selvfølgelig) med det samme. Vi fulgtes ad til 1'teren, men så løb han fra mig - det gamle liv. Ole henter mig også hurtigt, men bommer så jeg kommer foran igen. På delstrækket fra post 6 til post 7 ser jeg til min forbløffelse Filskov bag mig. Det giver mig ekstra kræfter, så jeg sætter farten op 15-20 m. for så at lunte igen. Nå, men da jeg klipper 7'eren er jeg sammen med to sjællændere. Vi følges ad i et slow motion-tempo. Da jeg ser Filskov og Ole, som er foran mig, tage en forkert kompaskurs, sætter jeg tempoet op. De to andre følger med, og vi skiftes til at tage føringen. Da jeg er på vej ned gennem en slugt, falder jeg og forvrider foden. Mine følgesvende standser straks op og får mig på benene, og spørger om jeg kan løbe videre. Det prøvede jeg, men måtte give op med det samme. "Det er i orden, fortsat i bare", sagde jeg: "Jeg kommer om lidt." Men istedet for at løbe blev de, og vi diskuterede hvilket vejvalg, vi skulle tage til den næste post. Efter et par minutter luntede vi så videre og fik en hyggelig sludder. Ved sidste post venter den ene af dem, på os to andre: "Er i med til den helt store spurt", sagde han. Og det var vi. Jeg tabte desværre min ene sko, men fik den hurtigt op i hånden, og så gik det derudaf. Med skoen i hånden løb jeg så i Troels Jensen-stil om ved følgesvendene og slog dem, derved sammenlagt. Da vi står i mål, kommer Ole og Filskov først i mål. Det frydede mig (desværre) grusomt.



Preben.

ØLSTEDKORTET

Bestemmelsen om at vi (Preben J og undertegnede) skulle forsøge os som korttegnere, blev taget hin skabnesvangre dag d. 10-10, 1973 da vi var på vej hjem fra et åbent løb i Hald Ege. Vi fik tildelt Stenderup-Ølsted skove som Axel var begyndt på, men havde måttet opgive p.g.a. korttegnerarbejde i en vis skov(?)

Axel tog så os med ud i Stenderup skov for at vise os grundprincipperne i o-kort-tegning. Men han tog hjem efter 3 timer og lod os stå tilbage og skændes. Men vi kom alligevel godt i gang, for alt det vi ikke kunne finde ud af, det satte vi bare et spørgsmålstegn ved (?) som så betød: Rekognosceres når Axel har tid.

Vi kendte egentlig lidt til skoven, bl.a. havde vi fået at vide at der skulle forefindes en ruin i dette skovområde. Men den syntes helt at være forsvundet for i den tid vi travede igennem skoven, for at lave vort o-kort, så vi ikke spor af en ruin. Det nærmeste vi kom var 4 store sten, der stod i en kvadrat. - Men vi fandt ud af noget mere makabert, for vi fandt det sted hvor en mand fra en af de omliggende gårde havde hængt sig, nogle år i forvejen. (Kilde: ukendt.).

Det lykkedes os ved en kraftpræstation og ved hjælp af kvalificeret assistance af Claus J og Steen C at få Stenderup skov færdig-rekognosceret til april 74, og Axel godkendte det (mærkelig nok).

Vi (Preben, Steen og undert.) begyndte så på Ølsted skov, som ca er 3 gange større end Stenderup skov, som vi havde delt op i stykker således at vi alle kom til at gå alene. Steen fik et lille let stykke med en stor indhegning. Egentlig skulle indhegningen ikke på for der står i bestemmelserne: Hvis der er en anseelig åbning i heget så skal dette ikke tegnes. Men Steen rejste trådet op indtil flere gange for at slippe med af med besvaret med tegningen af området.

Under efterrekognosceringen af et af de stykker jeg havde tegnet (i Ølsted), for Preben og Steen næsten vild, for de forvildede sig ind i et par moser i en tæthed 2'er, og da de langt om længe havde maset sig vej ud, så ville de have hele området tegnet som uigennemtrængelig mose.

Når man sådan går stille igennem skoven så opdager man mange ting, som man ellers ikke ser når man bare "suser" igennem skoven. Ja, jeg var lige ved at få et chok, da jeg pludselig opdagede en stor sø (ca. 100 x 30 m.). Man oplever også den skønne natur på en mere spændende måde, når man sådan lister sig frem, så jeg kan roligt tilråde nogen at gå i gang med korttegnerarbejdet.

forts. næste side



Efter endt gerning omkring 1 dec. 74 tørrede vi sveden af panden og overlod rentegningsarbejdet til Britta. Vi skulle så i gang med at planlægge et åbent natløb, hvilket vi slet ingen erfaring havde i. Men heldigvis indsamlede klubbens vismand i løbsafvikling Erik Nielsen skov-, mark-, og skoletilladelser og han lavede en tidsplan, som vi så fulgte.

Den store dag d. 2-4, 75 oprandt så efter flere næsten søvnløse nætter med at lave baner, startlister, mandskabslister o.l.. Selve løbsafviklingen gik uden større gnidninger og jeg vil gerne bruge lejligheden til at sige tak til alle dem der har hjulpet os. En speciel tak til familien Christoffersen, hvis hjem var centrum for løbsplanlægningen.

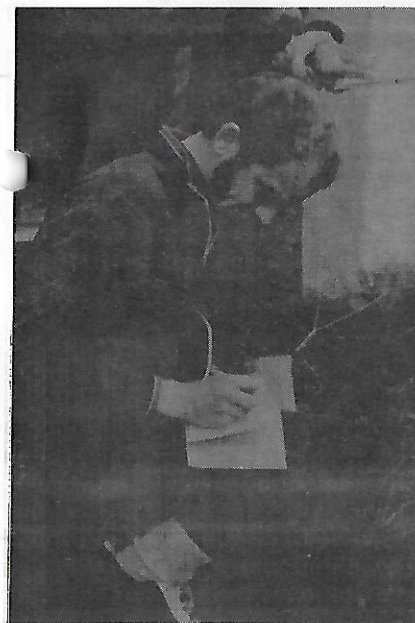
Alt i alt vil jeg sige at både forarbejdet med tegningen af kortet og selve løbsafviklingen har været særdeles erfaringsrigt og værd at prøve.

Mogens.

GULDSMED LIND

GRUNDLAGT 1867

SØNDERGADE 36 - HORSENS - TELEFON 62 54 77



W
i
l
l
y
A
n
d
e
r
s
e
n

VORES NYE ØL- MAND

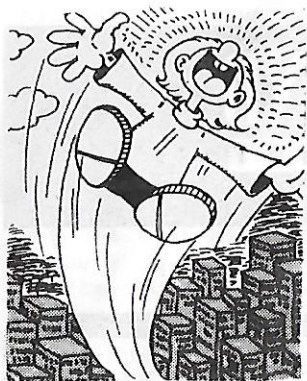
KREDSUNGDOMSMATCH

Da der ikke er andre af de 12 Horsens-deltagere til Kredsungdomsmatchen, der har kunnet tage sig sammen til at skrive lidt om dette arrangement til Udløberen, så må jeg jo selv prøve at beskrive hvorledes jeg personligt oplevede det.

Kredsungdomsmatchen er - som navnet siger - en match mellem de "bedste" ungdomsløbere i hver af de tre kredse. Kredsenes hold udtages af de forskellige kredses ungdomsudvalg ved hjælp af nogle udtageslesløb.

Da jeg var sikker på, at jeg ikke skulle med til matchen, lovede jeg mig væk, som hjælp til Brok og hans fysiologiske undersøgelser.

Hurraaa!! Jeg kom med til Kredsungdomsmatch.



Da jeg dagen efter (til JM i stafet) fik at vide, at jeg alligevel skulle med på afbud, afbud, afbud, af-..... Helge (fra kredsenes ungdomsudvalg) gav mig disse ord med på vejen: "Vi kan desværre ikke finde andre! Nå, men jeg var indstillet på at gøre mit bedste - eller nærmere, mit mindst dårligste - og det er vel det, det kommer an på.

Sammen med 11 andre individer fra Horsens OK stod jeg på toget på Horsens Banegård. DOF havde reserveret en hel vogn til Nordkredsen, så "alle" (1/3 var fra Horsens) de andre pubertets-løbere fra de andre Nordkredsklubber var med det samme tog. Der blev lagt taktik efter den Jakob'ske metode. Dette blev dog indstillet et øjeblik, indtil vi havde fået pacifiseret et par kvindelige spioner, der stod på toget i Vejle. Dette blev

gjort af Per og Erik ved hjælp af et spil kort.

Da der var en, der havde sendt afbud i sidste øjeblik, måtte Mogens fra Fredericia ringe hjem efter lillebror Preben. Han skulle stå ved omfartsvejen og hoppe på i farten, når Helge kom forbi i sin bil. Nu blev vi altså 13 fra Horsens. Da vi ankom til Vojens, blev vi i bus kørt til mødestedet - Arnum skole.

Da jeg erfarede, at jeg skulle løbe 11 km, fortrød jeg bittert, at jeg havde sagt ja, og det blev jo ikke bedre af, at jeg skulle starte først. Nå, men jeg lusker bare derudaf, så godt jeg kan, tænkte jeg.

Da starten gik tog jeg post 1 med ro, så gik det stærkt til 2'eren og 3'eren, der begge lå ude på en hede. Det går udemærket, sagde jeg til mig selv og øgede farten en smule. Ved post 4, som jeg bommer lidt, blev jeg klar over, at det at det går stærkt for en er noget relativt, der afhænger af hvem det går stærkt for. For her blev jeg allerede hentet af nr. 4 (jeg havde selv nr. 1). Nå, men det var heldigvis en fra Nordkredsen (Jens Kristian Kærgård fra Holstebro OK). Videre til post 5 - post 6, bliver overhalet af nr. 5, løber sammen med (efter) ham til post 7 - bommer, nyt udgangspunkt - nyt bom, nyt

udgangspunkt - finder posten, afsted igen - lige efter den Jakob'ske o-teknik (se Udløberen nr. 5 1974). Næste stræk går over en hede, og da jeg er bange for heder - jeg har hørt at de til tider slår. Ja, det er rigtigt. Det er hvis noget man kalder for hedeslag - løber jeg en lille omvej for at komme ned på en grus (sand) -vej. Jeg ser et par løbere komme halsende ude på heden. Gad vide hvor mange der har overhalet mig nu? Ved post 9 overhaler nr. 8 mig. Post 10 - 11 - 12 - 13 og 14, bliver overhalet af nr. 9 - 10 - 11 - 12 - 13 - 14 og 15. Endnu et par stykker overhaler mig inden jeg endelig er i mål. 11 km i bagende sol, tilbagelagt - gennemført. Jeg er helt pisset i hovedet, og vakler over til resultatavlen. Hvad fanden fører jeg? Nå, jeg står på hovedet. Kravler ned i mælkejugen for at få den sidste olie - sludder den sidste slat orangeade. Jeg var virkelig stolt, da jeg kunne fortælle mine ledere, at jeg havde gennemført. Min tid 1.47. Den blev vundet på 57 min, altså var jeg kun 50 min efter vinderen. Min tid kom til at tælle med i det samlede resultat (kun de 5 Bedste fra hver kreds tæller med), idet Finn Eriksen (fra Silkeborg) måtte udgå p.gr. hedeslag (Det var det jeg sagde, de kan godt slå hårdt de heder).



Om aftenen blev der afholdt bal i Arnum forsamlingshus. Der blev først spist, derefter var der præmieuddeling - og så var der bal. Kunne vi fra Nordkredsen ikke være med i løbet, så kunne vi i hvert tilfælde være med i festen. Mens alle satserne fra Syd- og Østkredsen drak sodavand eller højst en enkelt øl, kunne vi fra Nordkredsen gøre servitricen sur, idet hun måtte gå flere gange for at tømme vores bord for tomme ølflasker, selvom hun bar dem i kasser. Det var også os der måtte sætte gang i dansen, da de andre var for generte. Efter en halv times tid kom den første fra Sydkredsen ud på dansgulvet og efter en 1½ times tid (den tid det tager for en sjællænder at drikke en enkelt øl.) havde øst-kredsfolkene fået samlet mod til at komme ud på dansgulvet. Nå, men herefter blandede kredsen sig med hinanden og der opstod en fin stemning. Kl. 24 skulle vi hjem i seng (vi skulle løbe dagen efter). Da vi var faldet i søvn kom Erik W vaklende ind i sovesalen, og den sidste (sjællændernes leder) kom hjem ved 3-tiden. Han gik på kroen for at se om der var nogen der skulle sendes hjem.

Staffetdagen oprandt, og folk gjorde sig klar til det helt store ræs. Holdene skulle bestå af en junior - en pige - og en drengeløber. Jeg skulle først afsted sammen med alle de andre juniorløbere. Vi stillede op på en lang række med kortene liggende foran os. På startsignalet for alle hen til kortene og fik fat i deres og så derudaf. Arrangørerne havde været så "sjove" at vi skulle i modsat retning af den vi blev sendt ud i. Det opdagede jeg hurtigt, og jeg var da også den tredje der klippede post 1. Men jeg blev som sædvanlig overhalet af de fleste andre, og var - nej! I tager fejl ikke den sidste men kun den fjerde sidste. Da jeg var i mål fik jeg at vide, at det første hold der skiftede var fra Nordkredsen - skidegodt mand. Pia Heilskov øgede dette holds forspring, så sidste

HEDE NIELSEN %

mand havde et forspring på 9 min. Dette indhentede Sydkredsens bedste holds tredje mand næsten, og var kun ca. 150 m. bag vores mand ved målet.

Alt i alt var det en succes. Det var dog for dårligt at der ikke havde været bedre kontrol med indprikningen. Der var skyld i at H 17-18 banen måtte udelades i det samlede individuelle resultat. Det var især ærgeligt for Østkredsen, idet de ellers ville have været sammenlagt. Men de tog det da heldigvis meget pænt.

Preben

FORSIDEN: Axel i gang med korttegningen i Vrads.

I efteråret 75 udkommer Udløberen således:

1. september	nr. 18
10. oktober	nr. 19
15. december	nr. 20

Sidste indleveringsfrist for stof er til nr. 18 og nr. 20 en måned før, d.v.s. henholdsvis d. 1 august og d. 15 november. Til nr. 19 er indleveringsfristen d. 24 september.

THY LEGENE

Som meddelt ved opslag afholdes Thy-legene i år i weekenden 26-27 juli.

Samlingsstedet er fastsat til et areal (tidligere campingplads), der grænser op til Hjelpenbjerg plantage ved Hurup. Kør ad hovedvej 11, drej fra til Hurup, fortsat gennem byen mod Vestervig, umiddelbart udenfor byen er opsat et skilt, der viser frem til lejrpladsen. Ved lejrpladsen forefindes toilet, vand og måske bad.

Lørdagens løb foregår i Hvidbjerg klitplantage, der ligger ca. 12 km. fra lejrpladsen. Søndagens løb finder sted i Hjelpenbjerg plantage.

Arrangementet vil blive afviklet efter samme plan som sidste år:

26. juli	-12.00	teltlejren etableres.
	12.00-14.00	opvarmning til 1. dags løb.
	14.00-17.00	o-løb
	17.00-19.00	bad og forberedelse til fællesspisningen.
	19.00-	spisning, præmieuddeling, m.m.
27. juli	-09.00	morgenbad, -mad m.v.
	09.00-10.00	opvarmning til finaleløbet.
	10.00-12.00	o-løb
	12.00-14.00	bad - frokost - præmieuddeling.
	14.00-16.00	teltlejren brydes - hjemfart.

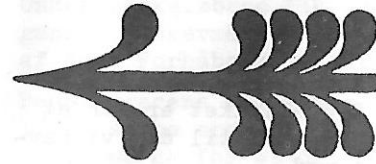
Tilmeldingsliste vil blive ophængt ved træningsløbene i juni måned (sidste frist er 28 juni). Vi håber mange vil tilmelde sig og derved være med til at hage om den tradition, der allerede er skabt med de årlige Thy-lege. Arrangementet kan sikkert ikke hamle op med de internationale sommerløb, men her kan vi alle være med, og så er der jo chancer for en placering mellem de loo bedste.

Mad og drikke medbringes af deltagerne. Startafgift og menu til fællesspisningen fastsættes senere (opslag sammen med tilmeldingslisten).

Familien Holm



NORDISK ORIENTERINGSMESTERSKABER 1975



et på brillen -
 et på tasken -
 et på bilen -
 et på flasken -
 et på jakken -
 et på pladen -
 et på hatten -
 et på bagen -
 ja, et på NOMsen
 det er sagen.



NOM 75

horsens

NOM-MÆRKE-SANG

Redaktionen er klevet inspireret af den guddommelige muse Kalliope, og har forfattet følgende sang:

KØB MÆRKER (melodi: Køb blomster)

- | | |
|--|---|
| 1. Køb mærker - køb mærker
det gælder jo nu
at vise vi atter
på mærkerne er | 2. Køb mærker - køb mærker
køb NOM-mærker nu
der samles skal penge
og hjælpe skal du |
| 3. Køb mærker - køb mærker
et billede så flot
som Axel har tegnet
det er jo så godt | 4. Køb mærker - køb mærker
det gælder jo om
at vise hvordan man
skal afholde NOM |

De eventyrlige NOM-mærker kan rekvireres ved henvendelse til Aranka Sig, Askevej 1 8700 Horsens, tlf. 628300.

NOM-ØKONOMI

Chr. Filskov gør her rede for, hvorledes det står til med NOM-økonomien.

Tilskud Vi har nu fået svar fra kommunerne, men ikke alle var lige positive. I øjeblikket er der et underskud på 10.000 kr i forhold til det vi havde søgt om og budgetteret med.

Annoncer Jørn Hansen og hans folk er i fuld sving med at tegne annoncer - altså et forsøg herpå - for nogen let sag er det ikke, men vi håber stadig på et pænt resultat.

Mærkater Der er indtil nu solgt for ca. 4.000 kr, og hermed er de investerede penge hjemme, og også et overskud på ca. 1.000 kr, men vi skulle jo gerne sælge for 8 - 9.000 kr flere fra nu af og indtil NOM er overstået.

Trøjer Vi er i gang med at finde så billige trøjer i indkøb, at der er en god chance for, at vi kan sælge dem med en rimelig fortjeneste. Hvis salgsprisen bliver for stor, vil mange jo nok holde sig tilbage.

NOM økonomi-udvalget

C. Filskov



- Hvad er det - før stod De jo omme i WM-gade?
- Javel, hr. - men NOM-gade her er min filial!

En hund efter god kondi



han har også
konto i
Handelsbanken

HANDELSBANKEN

- altid med i billedet

BANELÆGGERTEKNIK

Under påskeløbene fik jeg formodentlig 20 kr i Bjerthallen fat i en ganske tankevækkende o-bog: Banelæggerboken. Her er hvad jeg fik ud af den. Forhåbentlig ikke overflødig stof i Udløberen.

Banelæggerens målsætning:

- 1) at skabe sportlig retfærdighed
- 2) at sørge for at orienteringsløbets særpræg opretholdes.

ad 1 Fem hovedpunkter hvor den sportslige retfærdighed først og fremmest er i fare:

a. O-kortet skal være terrænets spejl (korrekt - oplysende - detaljerig - visende terrænets fremkommelighed).

b. Posterne skal placeres kort-, kompas- og afstandsrigtigt.

Det gælder særligt i forhold til de relevante holdepunkter. Posten skal i udseende og karakter svare til sin definition.

c. Skærmplaceringen veksler fra post til post, men således at slumpetræffet udelukkes. Skærmens hovedopgave er at markere kontrolpunktets nøjagtige placering, og efter behov også at tjene som opfangende faktor. Bedre kort har givet lavere skærmpacering. Men er postens opfangende front for lille, må skærmpaceringen være tilstrækkelig opfangende. Jo kortere kompasstrækning, jo forholdsvis større opfangende front. I åbent terræn er høj skærmpacering mest retfærdig.

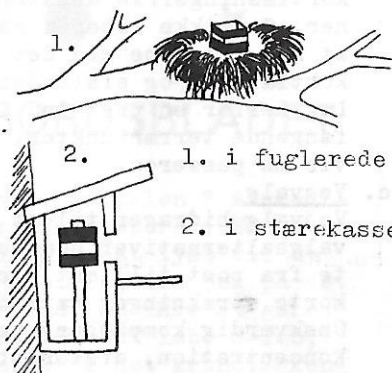
d. Vejvalget er specielt for orienteringsløb. Det giver spredning mellem de startende og øger deres selvstændige indsats. Men kortets forskellige vejvalgsoptioner skal ude i terrænet holde, hvad de lover.

e. Orienteringsbanen formes af komponenterne delstræk og kontrol. Banebilledet i sin helhed må ikke give anledning til uvedkommende slumptræf. Visse løbere på vej mod posten må ikke fanges op af andre, der kommer fra den.

En spids vinkel - ikke kun afhængig af gradeantallet, men også af terrænet omkring posten - er altid bevis på en dårlig udarbejdet strækning. Jo vanskeligere posten er, jo vigtigere er det at undgå den spidse vinkel.

Begrænset o-terræn tvinger ofte banelæggeren til krydsende strækninger. Her er det vigtigt, at banelæggeren ikke frister til at tage posterne i en anden rækkefølge end den foreskrevne.

For at vinde o-løb kræves, at mange hundrede forskellige momenter i konkurrencen klares uden fejltagelser. Det bliver den pågældende dag et spørgsmål om koncentrationen blandt de dygtigste.



1. i fuglerede
2. i stærekasse

forts. næste side 15

ad 2 Særpræget ved orienteringsløb fremgår klart af navnet: orientering og løb = tankens skarpsind under legemlige anstrengelser. Løbemomentet (udholdenhed - hurtighed - løbeteknik) må ikke være koblet fra orienteringsmomentet (kortlæsning - vejvalgsplanlægning - terrænbedømmelse - hukommelse - koncentration - orienteringsteknik).

Fem hovedpunkter hvor orienteringsløbets særpræg først og fremmest kræver banelæggerens opmærksomhed:

a. Valg af terræn

Man skal aldrig lægge en bedre bane end terrænet tillader. Banen skal lægges, hvor terrænet tvinger løberne til mest orientering. Et detaljerigt terræn giver automatisk kortlæsning.

b. Kortlæsning

Orienteringsløb består i, at løberen læser kortet - dvs. oversætter kortets billede til terrænets virkelighed - og derudfra orientere sig frem til posten.

Kortlæsningsfriå delstræk er den hyppigste årsag til dårlige baner. Giv ikke løberen så stort et mål at han kan løbe mod det uden behov for kortlæsning og afstandsbestemmelse.

Læg derfor en post ind lige før de opfangende terrænpunkter, som nødvendigvis må passeres.

c. Vejvalg

Vejvalg bidrager til at øge "hovedpinen". Derfor så mange vejvalgsalternativer som muligt mellem posterne. Kompasgang direkte fra post til post bør kun i undtagelsestilfælde og kun på korte strækninger være det hurtigste og sikreste alternativ. Ønskværdig kompasgang beror på, om kompasgangen kombineres med koncentration, afstandsbedømmelse og kortlæsning.

Banekonstruktionen skal altid indeholde nogle længere vejvalgsstrækninger, der tvinger til større eftertanke, fordi resultatet tidsmæssigt bliver mere afgørende. Den store omvej med megen løbning og lidt orientering må aldrig blive et godt vejvalg. Vejvalgsproblematikken skal ikke kun være til stede ved foregående post, men under hele strækningen.

Selv at bestemme hvor og hvordan man vil løbe er særkendet ved orienteringsløb.

d. Postens funktion

Hver post uden funktion er en post for meget. Posten skal give anledning til en fin strækning - fyldt af kortlæsning, vejvalg og mange orienterings momenter. Posten kan også behøves for at få en bedre udgangsposition for næste strækning og for at undgå en spids vinkel.

e. Valg af postens placering

Posten må ikke være så opfangende, at orienteringen forenkles. Små og vanskeligt fangende poster bør efterstræbes, som tvinger til mere kortlæsning, koncentration og finorientering, jo nærmere løberen kommer posten.

Postens vanskelighed hænger intimt sammen med afstanden til de holdepunkter, banelæggeren serverer.

Starten

Banen skal allerede fra begyndelsen byde på første klasses orientering. Det er et stort plus, hvis de løbere, som venter på start, ikke kan se, hvordan de tidligere startende vælger vej, løberetning etc.

Målet

Banelæggeren skal give måldommerne og tidtagerne frit udsyn og ensrettet opløb, hvor samtlige løbere ankommer til målet fra samme sted. En "opsamlingspost" lige før målet er ideel, så der bydes på orientering lige til det sidste.

Snitsling fra sidste post kan sikre ensrettet opløb. Men husk: snitsling fra en vanskelig post er altid uheldig.

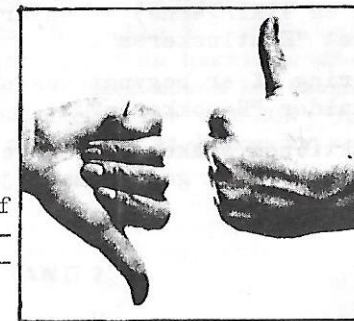
Jacob



★ ● ★ ● ★
TRØSTEORD TIL MÅLEBORDSBLADET

Det er med lidt blandede følelser jeg læser artiklen "Afskedsord til målebordsbladet" i sidste nummer af Udløberen. Efter en sådan omgang får enhver med følelser i livet mest lyst til at gemme sig langt væk og aldrig vise sig mere. Det vil jeg på det kraftigste anbefale dig - kære målebordsblad, om ikke at gøre. Du har startet og gjort det muligt for os alle at løbe o-løb, og du vil stadigvæk mange år frem i tiden være det grundlæggende i o-sporten herhjemme. Havde vi ikke haft dig havde det aldrig været muligt at fremstille så gode, og så mange o-kort som

vi har i dag. Vi bruger dig simpelthen som grundmateriale for næsten al kortfremstilling, og det syntes jeg du kan være stolt af. Grunden til at vi ikke bruger dig til konkurrenceløb skyldes at du indeholder for få detaljer, så som gennemløbelighed, manglende vejnet o.l. hvilket medfører at en stor del af vore løbere bliver sure og tvære og påstår at du ikke giver en retfærdig konkurrence. Det skal du ikke blive nedtrykt over, for du indeholder en ting, som vi aldrig nogensinde kommer uden om, nemlig dit dejlige kurvebillede. Det vil alle dage komme til at danne grundlag for kurvebilledet på vore o-kort. Derfor syntes jeg, at du allerede nu skal berede dig på at genopstå fra de døde, og føre dig frem i rampelyset, for vi kan simpelthen ikke undvære dig. Til sidst vil jeg give dig et godt råd: bevar dig "sund og rask", for du bliver ikke genoptrykt mere.



O-SMÅTING

Klubben har anskaffet sig en skrivemaskine - en ny en. Der vil blive opbevaret af redaktionen, og kan lånes til f.eks. udarbejdelse af resultatliste fra træningsløbene, ved henvendelse til redaktionen.



UDLØBERENS FREMTID?

Vi skal jo spare alle vegne. En af de større udgifter KOMMUNIKATIONSUDVALGET har, er til klubbladet. Skal vi finde en anden og billigere måde at lave bladet på og så tænke mindre på kvaliteten. Eller skal vi fortsætte med samme måde, som vi hidtil har gjort. Vi vil meget gerne høre hvad I mener.

Red.

NYE KLUBBLADE

Flere nye klubblade har set dagens lys. Silkeborg OK er begyndt at udsende et klubblad. Endnu har det intet navn, men i det første nr. efterlyste redaktionen et godt navn til det nystartede blad.

Den nydannede Ålborg OK (Stifinderne, AIK-Vejgård og Vikingerne) udsender et klubblad med navnet "Kratluskeren".

Hjørring OK er begyndt udsendelsen af et blad, de kalder "H-jokkeren".

Redaktionen ønsker disse nye blade held og lykke, og håber på et godt samarbejde med disses redaktioner.



FREMKALDER SOGES!

Kommunikationsudvalget eftersøger en person, der kan fremkalde de billeder, vi tager til klubbens fotoalbum. Vi mangler en der har plads, tid og lyst til at udføre dette job. Han behøver ikke at have de nødvendige apparater da Henning Stobberup er villig til at låne klubben sit udstyr, indtil han selv skal bruge det igen.

Red.

STATSSKOV-LUKNINGER

Efter at DIF har haft forhandlinger med Statsskovvæsnet, om spørgsmålet om lukning af nogle statsskove rundt omkring i landet, er DIF indforstået med denne lukning. Det ville i vores område have været blevet Boller skov, der blev lukket. Men Statsskovvæsnet ville dog gerne modtage alternativer fra klubberne. Bestyrelsen valgte i dette dilemma at foreslå, at de lukker Ølsted skov i stedet for. Dette blev foreslået udfra den betragtning at Boller skov er et langt bedre orienteringsterræn end Ølsted. Foreløbig arbejdes der med sagen i Statsskovvæsnet. Hvilken af skovene der bliver lukket ved vi endnu ikke. Men det står ret fast at en af dem skal lukkes (desværre).

Red.

O-LOB I USA

I en artikel i Norsk Orienteringsforbunds blad kan man bl.a. læse følgende om orienteringsløb i USA.

"Før konkurrencen i Michigan i det hele taget kunne finde sted, måtte man fjerne adskelligt skrammel, som lå henslængt i terrænet og køre 2 lastbiler fulde med ølflasker væk.

Desuden var arrangørerne nødt til via radio at henstille til bjørnejægerne om ikke at skyde på o-løberne, når de kom igennem terrænet. Barske forhold med andre ord."



ROS TIL OS

Den forhenværende forbundsformand, Torkild Laursen, takkede klubben i sin årsberetning for 1974. Vi citerer: "En sælig tak skal lyde til medlemmerne af Horsens O.K., fordi de under de hektiske WM-forberedelser i en kritisk situation påtog sig ikke alene korttegning af reserveterræner for WM med henblik på anvendelse til NOM 75, men også selve arrangementet. Vi håber til næste år, at kunne hylde jer for denne indsats".

KLUBBAND?



Der er fra flere sider fremkommet et ønske, om at lave et klubbånd, men da disse ikke selv kan fremgjøre musik, søger vi andre der kan spille på et eller andet. Henvendelse kan ske til redaktionen, som vil sætte de musikalske mennesker i forbindelse med hinanden.

ÅBNE LØB

Sct. Hansløbet, 21 juni, Haderslev OK
(indbydelse ikke modtaget)

Troldeløbet, 3 august, Vejen OK. - Det gælder Troldepokalen!
(indbydelse ikke modtaget)



SCT. HANSAFTEN

I lighed med sidste år arrangeres der d. 22 juni kl. 19.00 ved klubhuset en lille Sct. Hans-klub-kom-sammen med bål, pølser og små konkurrencer. Øl og vand kan købes.
M E D B R I N G M A D K U R V .

KLUBMØDE

Der afholdes klubmøde d. 16-6, hvor vi skal have fastlagt efterårets terminsliste. (Det er kl. 19.00 i klubhuset).

Der serveres mamser og en bajer på klubbens regning. M Ø D O P !!

ONSDAGSLØB

Onsdagsløbene i Bygholm (start ved klubhuset mellem 18.00 og 19.00) er kommet godt igang igen, og fungerer til alles tilfredshed. Der kommer ca. 60 kr. ind ved hver løb. Pengene går til ungdomsløberne.

Efterlysning!

Er der nogen, der har gamle o-billeder liggende. Midtjysk Skovkarle klub har i år jubilæum og vil i denne anledning udsende et festskrift og efterlyser hertil historisk materiale. Har du noget, så henvend dig til Axel.

UNGDOMSTRÆNING

Nu er der rigtig kommet gang i ungdomstræningen, og der er stor tilslutning hver gang (ca. 25). Disse oplæres i orienteringsteknik og løbetræning. Også en del voksne løbere har fundet ud af at de godt kan lære noget, ved samme lejlighed.

BEGYNDERSOMMERLEJR

O.K. Esbjerg arrangerer i år "Begyndersommerlejr" i Marbæk Plantage i tiden 28.-31. juli for 8-14 årige.

Som det fremgår af navnet, er sommerlejren fortrinsvis for begyndere der ikke har den store kendskab til orienteringsløb.

Deltagelsen koster 50 kr., alt indregnet, dog ikke transporten til Esbjerg.

Denne udgift (transporten altså) har klubben imidlertid vedtaget at betale (selvfølgelig i billigste måde).

Hvis du kunne tænke dig at deltage i sommerlejren eller blot ønsker yderligere oplysninger, kan du få hos ungdomsudvalget idet de har en mere udførlig indbydelse.

Fra arrangørernes side gøres opmærksom på, at også senior kan deltage, idet de i givet fald kommer til at virke som hjælpeinstruktører.



Johannes.



Efter en hård kamp med en gruppe energiske medlemmer, måtte det gamle skur bag klubhuset vige for overmagten. Billedet viser hvordan der så ud efter kampen.



Redaktionen beklager at bladet blev lidt forsinket. Vi havde "visse" vanskeligheder. Vi håber vi er tilgivet.

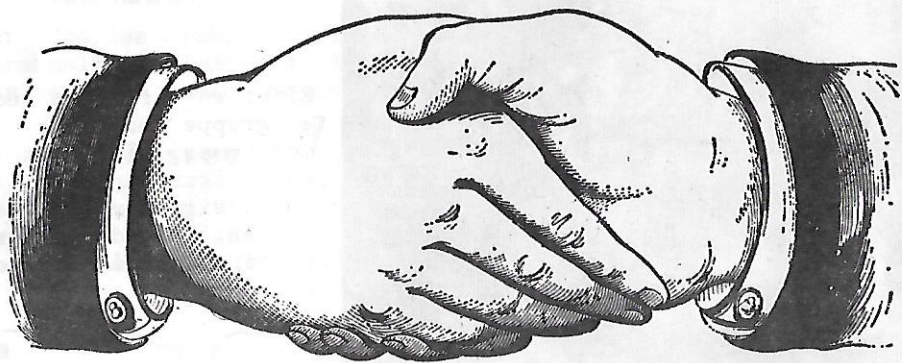
Formand Axel! - -
Klubbladet?? - -
Øhhh - vi er i fuld gang med det



NYE MEDLEMMER

267 Mette Frederiksen, Stenderupgård, 8751	tlf. 681146
268 Jane Pedersen, Fabrikvej 30, 2., 8700 Horsens	" 621353
269 Dorthe Pedersen, samme adresse	
270 Michael Pedersen, samme adresse	
271 Henny Mikkelsen, Svalevej 4, 8700 Horsens	
272 Erik Rasmussen, Silkeborgvej 15, 8700 Horsens	
273 Kirsten Skovbjerg, Ørnstrupvej 40, 8700 Horsens	" 613246
274 Peter Bang Thygesen, Majalle 3, 8700 Horsens	
275 Jørgen Andersen, Axelborg 2B 4, 8700 Horsens	
576 Anette Skov Madsen, Flyvevænget 2, Rårup	" 685365
577 Hanne Dyrgård, Søndergade 48, Horsyld	" 68734
278 Keld Petersen, Fjorglimtsvej 2B, 8700 Horsens	" 612679
279 Bent Nielsen, Ustruphus, Sejlet, 8700 Horsens	" 682199
rettelser til medlemslisten	
Tilmelding til åbne løb	
Britta Steinicke, Dallerup, 8781 Stenderup	" 681194
Søren Westergård, Gruntvigvej 2, 8660 Skanderborg	
Linda Christensen, Rugvænget 16, 8700 Horsens	" 613669

VELKOMMEN I VOR O-KLUB



Bladredaktionen består af Preben Jørgensen og Mogens Strårup. Stof til bladet sendes til Preben Jørgensen, Nørregade 20, 8700 Hornsyld. Sidste frist ses andet sted i bladet.

BJERRE KØD EN GROS

Alt i svine-, kalve- og kviekød til

EN GROS PRISER

Salg til cafeteria, institutioner og restaurationer
Salg til private i $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{4}$ og 25 kg's partier samt 10 kg hk. kød

BJERRE KØD EN GROS

Telf. (05) 68 10 01

Afsender: Jørn Mathiesen, Bellis alle 6, 8700 Horsens



SF-STEN

**SPEDALSØ
BETONVAREFABRIK
Horsens**

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