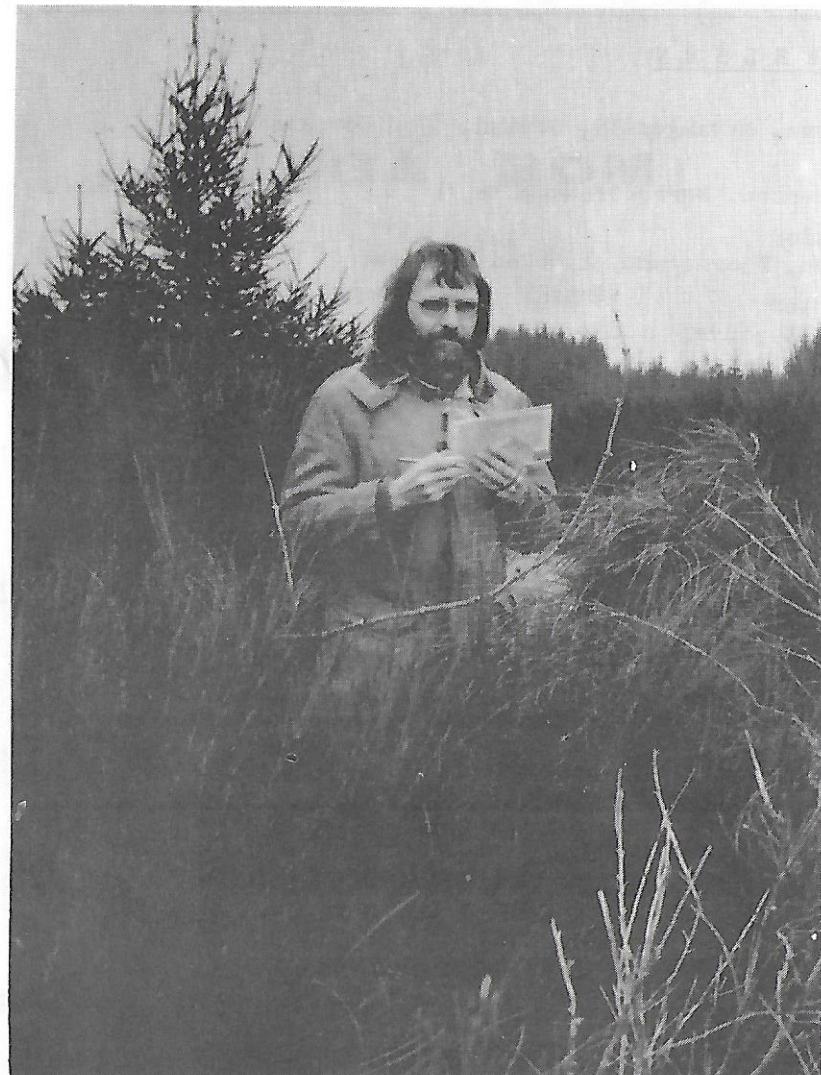


UDLOBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HØRSSENS ORIENTERINGS-KLUB

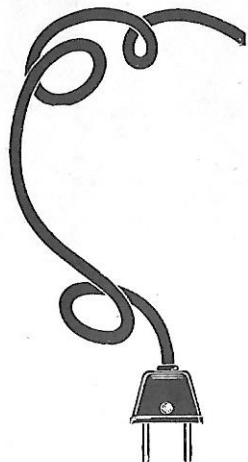
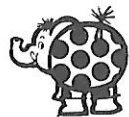
NR. 25

FEBRUAR 1977

6. ÅRGANG

BESTYRELSEN

Formand		
Erik Nielsen, Nyvangen 19, Søvind, 8700 Horsens	"	659133
Kasserer		
Ole Christensen, Nørrestrandsgade 71	"	629847
Kommunikation		
Lisbet Ravn, Fjordsgade 31, 8700 Horsens	"	612050
Arrangementer		
Erik Woge, Lupinvej 4 8700 Horsens	"	627363
Træning & Instruktør		
Poul Holm, Ulfeldtsvej 14, Stensballe, 8700 Horsens	"	657208
Korttegning		
Axel Stobberup, Dallerup, 8781 Stenderup	"	681194
Lokaler		
Kjeld Petersen, Fjordglimtsvej 2b, 8700 Horsens	"	612675
Ungdomsudvalg		
Per Pilskov, Højagervej 33, 8700 Horsens	"	628760
Klubbens gironummer 6570852, kassererens adresse.		
Materialeforvalter		
Knud Erik Christensen, Borgmestervej 17	"	624007
Tilmelding til åbne løb		
Britta Steinicke, Dallerup, 8781 Stenderup.	"	681194



**Har De
Serviceproblemer
med Deres oliefyr,
vaskemaskine,
el-komfur eller
køleskab**

— så tal med EL-FAGMANDEN

**I FYRINGSSÆSONEN KØRER VI MED
DØGNVAGT!**

Tlf. 621888

**DERES EL-KØB CENTER
CARL BÆK & SØN**

Vestergade 33, 8700 Horsens Tlf. (05) 62 18 88

UNDGÅ BOM

FØRSTE POST ER HOS



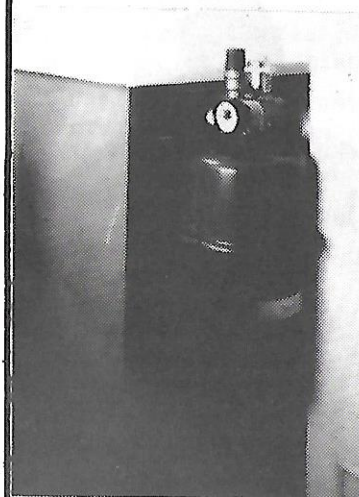
DER HVOR MAN FÅR GOD ORIENTERING

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.

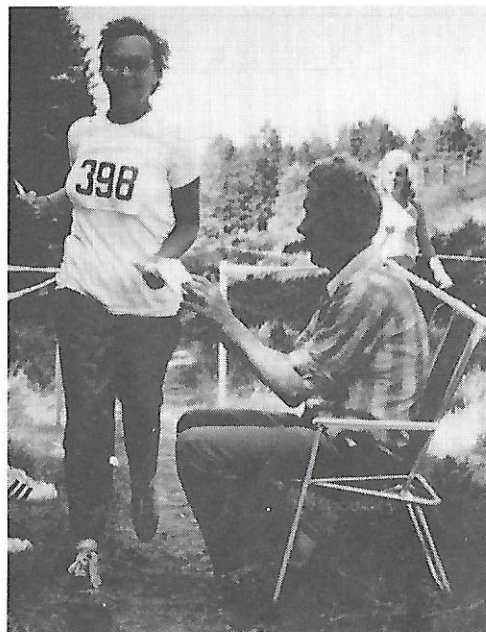
Teknisk information og service:



E. W. RASMUSSEN HORSENS

R

Tlf. (05) 62 98 11

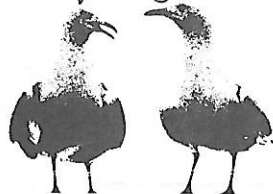


orientering

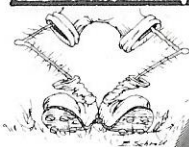


Der er fart
over feltet!

Nemli'!



Det var
da dejligt



HORSENS



KURSEN ER SAT

INDHOLD



GENERALFORSAMLING

Generalforsamlingen - d. 25/1
-blev i år holdt i Byplanbutik-
ken.

STILLEE..!



Efter af 6hr. Filskov var valgt til dirigent, og havde konstateret generalforsamlingen lovligt indvarslet, af lagde vor kære formand Axel beretning. Han sagde bl.a. Efter stor travlhed i 75 med NOM, skulle der jo slappes af i klubben, og vore aktiviteter i 76 foregik vel nok også i en mere afslappet form end i NOM-året. Det betyder dog ikke, at vi har ligget på den lade side i klubben, men aktiviteterne har nok været mere indadrettede. Hvad antallet af aktive medlemmer angår, har det nok været af samme størrelsesorden, som sidste år.

Arrangementsudvalget har arrangeret 3 åbne løb med den sædvanlige standard, som tingene på generalforsamlingen. jo gerne ender i succes for løberne, vil inviterer, men også giver et sammenhold og kammeratskab blandt medlemmerne. Det at løfte i flok, får positive følger. Ideen med at inddrage nye folk i arrangementerne blev også udnyttet i 76, og det er mit håb, at den vil leve i 77. Den er en del af vor styrke.

Til glæde for os selv har arrangementsudvalget holdt 3 fester Sct. Hans, Thylege, Klubfest, og det er mit indtryk, at det som sædvanlig virkelig var til glæde for deltagerne.

Axel fortsatte med at omtale de øvrige udvalgs arbejde og rose dem, og fortsatte: Ud over disse udvalgsaktiviteter har vi jo vist ansigt på forskellig vis. Vi havde hele 4 hold til Midgårdsormen. Alle havde det vist pragtfuldt, selv om vore placeringer var mædelige. Vi kunne dog notere en del gode enkeltpræstationer.

To af vore pigehold syntes, at det var passende at løbe stærkt ved JM-stafet. 1. pl. (Lone, Susanne, Mette) 2 pl. 16 sek. efter nr. 1 (Trine, Lotte, Jette).

76 var jo DOFs familieår, og det var måske på grund af en særoptættelse af dette, at en del af Ravnefamilien tog sig af to Danmarks-mesterskaber, de to første i den nyere tid. Jo resultaterne begynder at melde sig.

Vi deltog stærkt i Cup-turneringen, og klarede en andenplads i kredsen. Alt i alt kan vi sige, sluttede Axel, at vi har haft et godt år, og med et medlemstal på 250, og så mange løste licenser som aldrig før, ser vi fremtiden trygt imøde. Tak til alle medlemmer, styrelsen, udvalgene, materielforvalteren, øl-manden, skovejerne, pressen og kommunen!

Derefter blev beretningen enstemmigt godkendt.

Regnskabet, som er optrykt i sin helhed her i bladet, blev forelagt og godkendt.

Et forslag fra Steen Nilson om nedsættelse af kontingentet p.gr.a. det store overskud vandt ikke gehør, men det gjorde til gengæld et forslag - også fra Stinne - om, at bestyrelsen ved næste generalforsamling forelægger et budget for det kommende år. Det vil derfor ske.

Det mest epokegørende ved denne generalforsamling var nok, at vor formand gennem de sidste 5 år Axel ikke ønskede genvalg. I hans sted valgtes Erik Nielsen, der takkede for valget og appellerede til medlemmerne om støtte.

Til formand for arrangementsudvalget - som Erik forlod - valgtes Erik Woge, Axel påtog sig posten som formand for kortudvalget - som hidtil har hvilet i Troels' hænder - og Per Filskov overtog Finn Ingwersens job som formand for unglømsudvalget.

Dette var i korte træk, hvad der skete den aften. Chr. Filskov kunne med fuld ret takke medlemmerne for god ro og orden, og man nød i fællesskab en snitte og en øl til slut.



ANG. UDLØBEREN

Rapport fra Kommunikationsudvalget.

Kommunikationsudvalget har i 1976 arbejdet på to fronter. Vi har søgt - og opnået - at få en god kontakt med pressen. Så vores sport fik en rimelig dækning. Her kan nævnes Horsens Folkeblads fyldige reportager i forbindelse med kredsungdomsmatchen og vore to åbne løb samt omtaler af medlemmernes indsats ved åbne løb og mesterskaber andre steder i landet.

Den anden side af vort arbejde har været at informere medlemmerne om, hvad der har rørt sig i klubben m.m. sådan som det er sket i "Udløberen". I den forbindelse vil vi gerne takke medlemmerne for deres medvirken, når vi har bedt dem referere dette eller hint i bladet. Vi kunne dog godt ønske, at flere benyttede sig af spaltepladsen. Der må da være meget, som var værd at kommentere eller kritisere. Altså frem med pennene piger og drenge. Vi venter meget af jer i 1977.

Siden sidste generalforsamling er der udsendt 5 numre af "Udløberen". Et lignende antal ventes udsendt i det nye år.

Lisbet, Trine og Lotte.

TAK AXEL!



I en lærebog om organisation fandt jeg engang følgende påstande (som nok skal være rigtige): "Demokratisk ledelse betyder, at den demokratiske leder bygger sit lederskab på at gøre gruppens medlemmer engagerede. Hans indsats består i at få gruppen til at gå med i planlægning af arbejdet, få den med til at træffe de nødvendige beslutninger og på den måde gøre gruppens mål til medlemmernes eget mål. Den demokratiske leder skaber en stemning af sikkerhed og fællesskab i gruppen, og medlemmerne oplever en følelse af frihed og medansvar."

Citatet indgik i et kapitel om ledelsesformer, hvor fire forskellige ledelsestyper blev omtalt, og det var også nævnt, at man ikke kunne dele mennesker op i typer, fordi de fleste ledere, som alle mennesker, er blandinger af flere typer.

Det sidste tror jeg nu nok, at vi kan modbevise. Forfatterne har formodentlig ikke kendt Horsens OK's klubformand gennem de sidste 5 år. Axel har for os, der har været med i ledelsen af klubben, af enkeltarrangementer og af andre opgaver, på smukkeste måde demonstreret, at den demokratiske leder eksisterer.

Den fremgang, som klubben har nået i de 5 år, og de opgaver, som vi har påtaget os (og gennemført), har kun kunnet finde sted, fordi vi havde en klubformand, der på forbilledlig vis forstod at drage medlemmerne ind i arbejdet, at delegere beslutninger ud, at engagere, at skabe sikkerhed og fællesskab, at motivere og meget mere.

Tak, Axel, for de 5 gode år, som du gav os.

Med baggrund i ovenstående, var det med nogen betænkelighed, at jeg accepterede at modtage valg til formandsposten. Jeg er langt fra sikker på, at jeg kan gøre det lige så godt. Det ligger ikke

til mig at fremsætte kategoriske udtalelser om, hvordan jeg vil lede klubben. Den ihærdige læser af ovenstående kan selv slutte, hvorledes mine bestræbelser vil gå. Jeg håber, at det lykkes.

Erik N.

MERE TAK

På generalforsamlingen en hyldede deltagerne Axel ved at give ham et langvarigt bifald. Fuldt fortjent. I midlertid var der andre, der ved samme lejlighed trak sig ud af bestyrelsen, og ved en beklagelig forglemmelse fik de ikke den hyldest, som de har fortjent. Ingwersen for Ungdomsudvalget hele sidste sæson, og Troels var formand for Kortudvalget. Begge har gjort et godt arbejde for klubben, og det skylder vi dem tak for. Kunne der uddeles skriftlige klapsalver, blev det gjort nu!

Erik N.

En hund efter god
kondi



HANDELSBANKEN

-altid med i billedet

skoleorientering

Amtsudvalget for skoleidræt har igen i år indbudt amtets skoleelever i 6-10. skoleår til et amtsstævne i orientering.

Stævnet holdes onsdag d. 20 april i Vejle, og det begynder kl. 12. Man klæder om på Søndermarksskolen, der ligger lige op til den skov, I skal løbe i.

Løbene tilrettelægges som mærkeløbsbaner, hvilket vil sige, at banerne får den længde og svarhedsgrad, som forlanges for at deltagerne kan tage skoleorienteringsmærker på dem.

I til-
jer hold-
Hvert hold
af 5 piger
drengene, der
enkeltvis,
hvis tider
sammen og
det ende-
resultat.
dende
modtager
kal samt
plom, der-
er der



for de enkelte løbere for at opnå en tid, der giver et skoleorienteringsmærke.

Skoleorienteringsdagen er en spændende og festlig dag, så prøv om du ikke kan få samlet nogle hold på din skole. Hver skole kan stille med 4 hold: et i gruppe 1 for 6-7 kl. piger, et til i gruppe 1 for drenge i 6-7 kl. og et i gruppe 2 for 8-10 kl. piger og endelig et for drenge i 8-10 kl.

Se efter et opslag om skoleorienteringsstævnet på din skole eller henvend dig direkte til din idrætslærer om sagen.

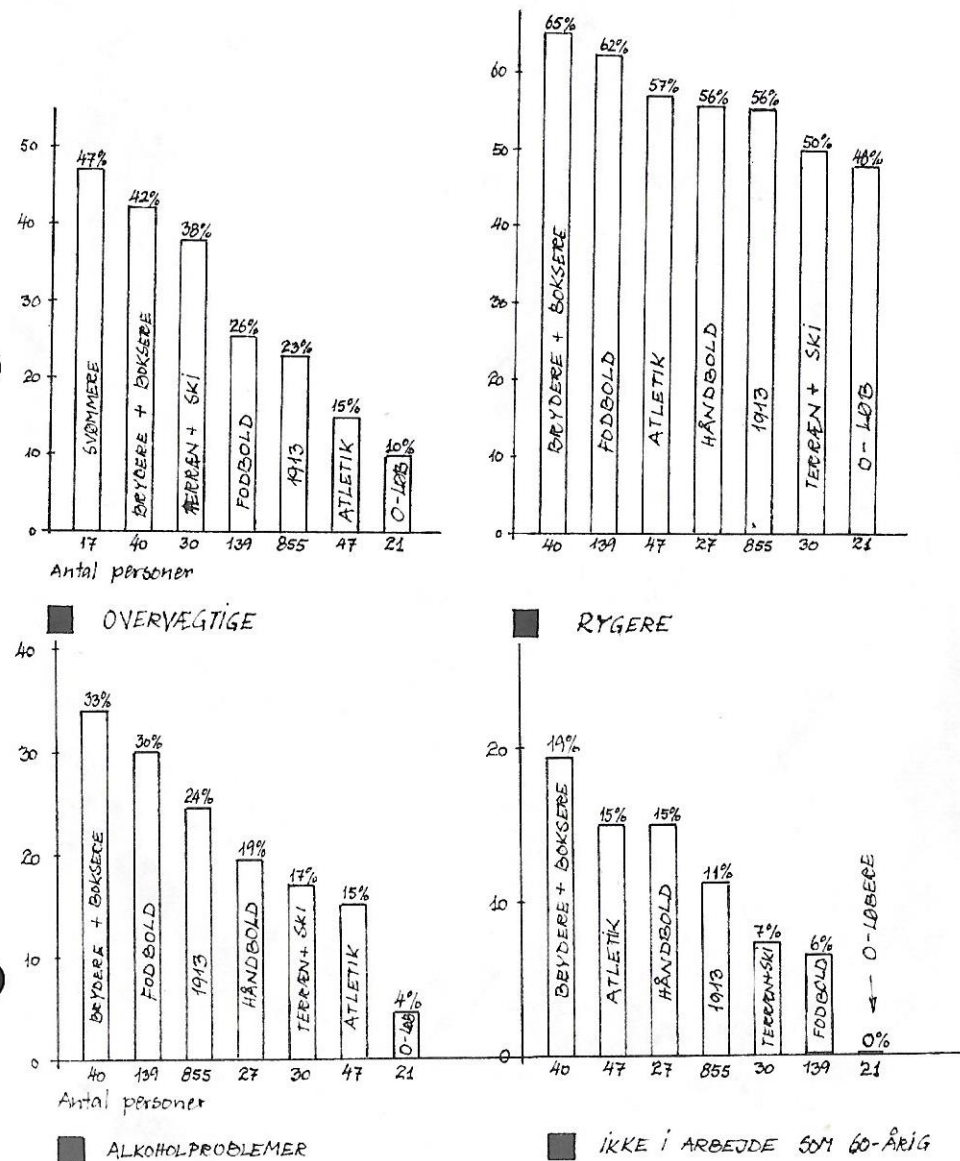
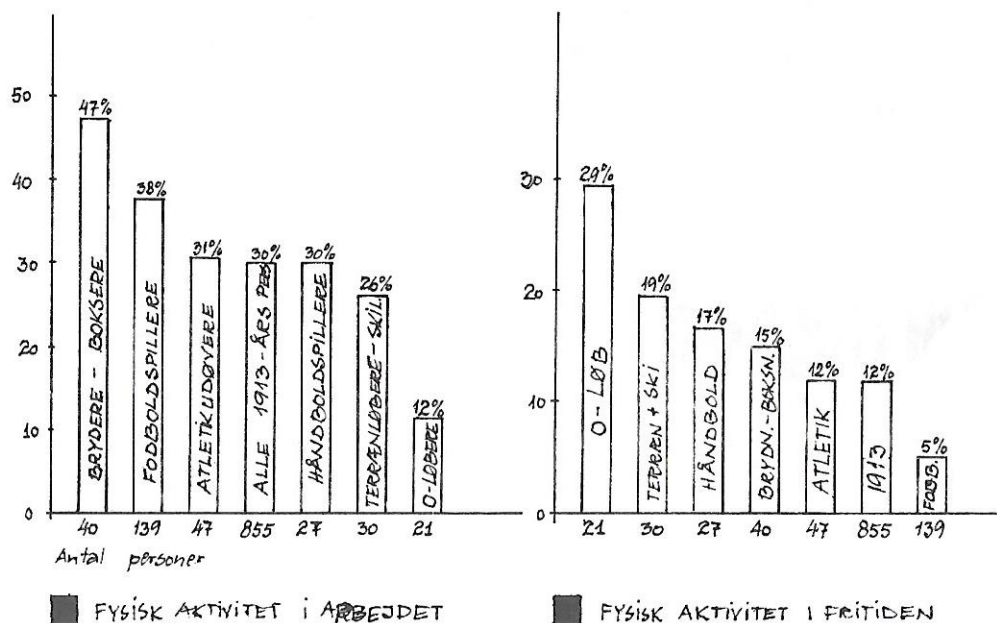
Korttegning

1976 har været et roligt år uden den helt store energiudfoldelse. Der er ikke helt opnået det ønskede resultat. I øjeblikket ligger der seks ansøgninger om korttegning hos kortudvalget, hvoraf de fire vil blive realiseret i løbet af foråret. Det drejer sig om en revision af Bygholm og Rold samt om nyttegning af Frederiksløst og Hansted. Frederiksløst er næsten færdigtegnet, Hansted og Rold 50 pct. færdigrekognosceret. De to øvrige kort er Thornsberg og Staksrode. Så alt i alt ser det vel ikke så galt ud. 1977 vil vi se det.

Troels.

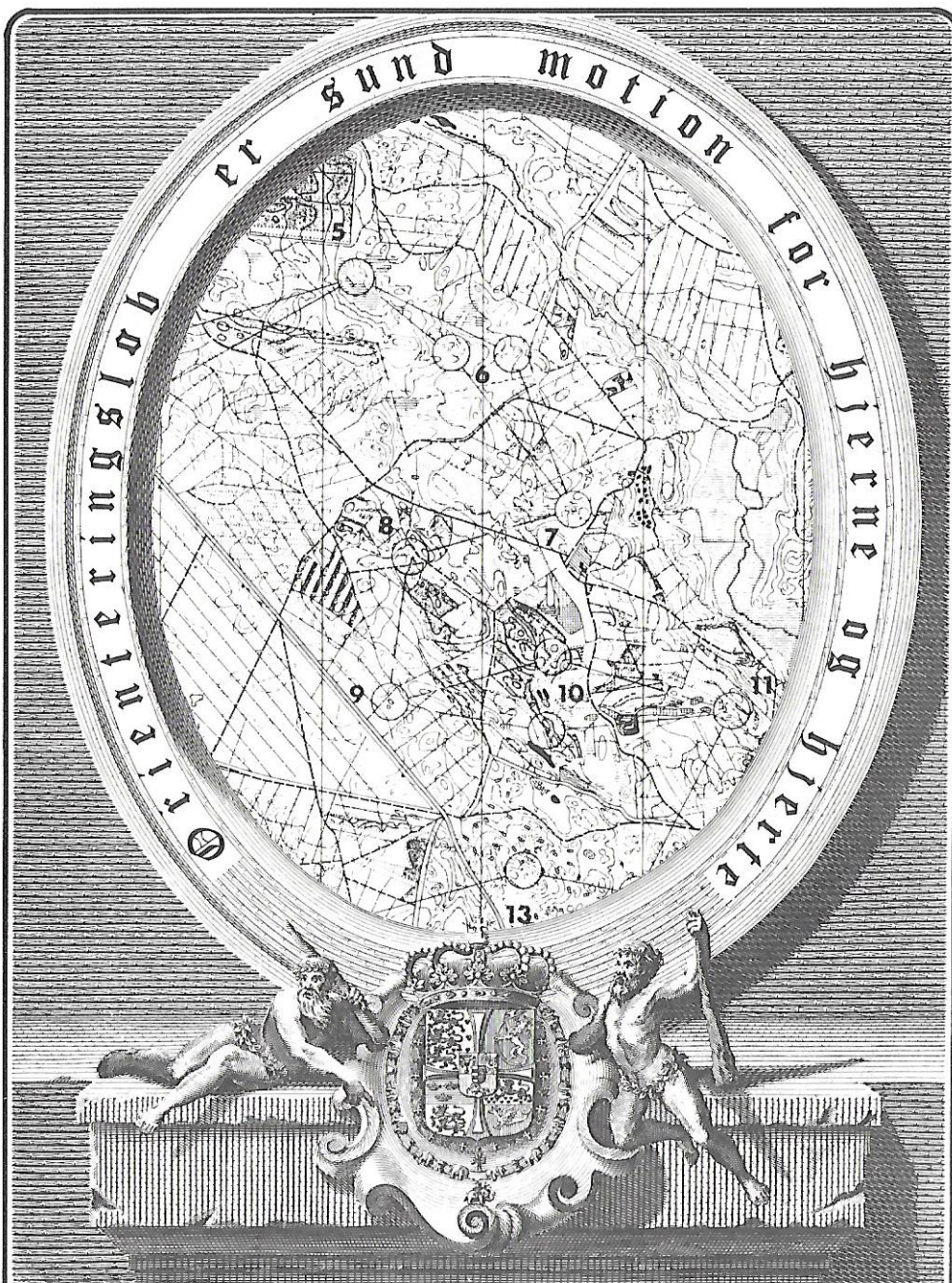
BLIV EN FRISK OLDING - LØB ORIENTERINGSLØB

I Sverige gør de så meget. Sommetider gør de også noget godt. Skogssport, der er SOfTs medlemsblad, har offentliggjort resultatet af en undersøgelse foretaget blandt idrætsfolk født i 1913. Selv om materialet på visse punkter er lille, og tallene derfor er behæftet med en del usikkerhed, fremgår det klart af undersøgelsen, at orienteringsløbere er dem, der klarer sig bedst i alle sammenhænge: de drikker mindst (!), ryger mindst og er mindst overvægtige. De er alle, selv i 60-årsalderen, i arbejde, og de viser også den højeste fritidsaktivitet (måske fordi de stadig løber o-løb). Her er tallene:

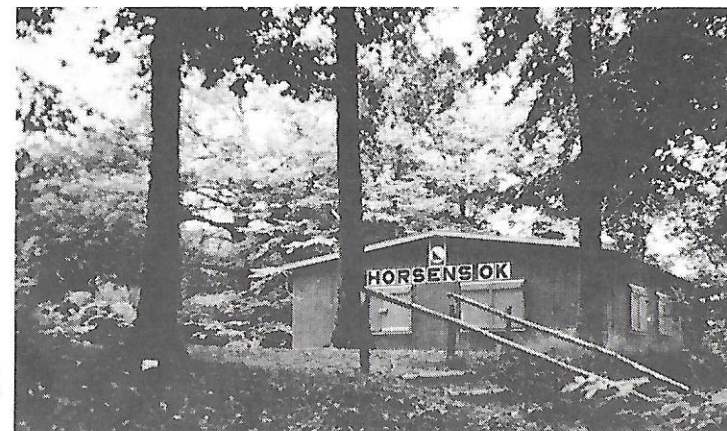


Selv om Sverige ikke er Danmark, og svenske o-løbere ikke er danske o-løbere, har vi vel lov at håbe (og tro på), at de danske forhold ikke er væsentlig forskellige fra de svenske. Derfor overskriften: Bliv en frisk olding - løb orienteringsløb.

Skogssport nr. 9 1976
Bearbejdet af Erik N.



frit efter pan's slogan



K L U B - H U S E T

Lokaleudvalget aflagde følgende beretning på generalforsamlingen:

Udvalget har i det forløbne år ikke været særlig aktivt. Der er nedlagt et elkabel fra vandforsynings transformstation i det sydvestlige hjørne af Åbjergskoven. Vandforsyningen er lidt forsinket med el-tilslutningen, så der er endnu (14-1-77) ikke el i klubhuset.

Der er truffet aftale med Atleticas Motionsafdeling om benyttelse af klubhuset søndag formiddag, og der er opstillet en brandeovn. Der er udarbejdet en moderniseringsplan for huset, som i nær fremtid vil blive sendt til byrådet med ansøgning om tilladelse til ombygningen og om tilskud.

I året 1977 er det tanken, at

- 1) Udføre så stor en del af moderniseringen, som økonomien tillader
- 2) Udvide lokaleudvalget til ca. 5 mand.
- 3) Udskifte borde og bænke udenfor med trykimprægneret træ
- 4) Afhænde det inventar, som klubben er ansvarlig for, men ikke benytter.

Siden denne beretning er blevet aflagt, har bestyrelsen vedtaget, at det godkendte moderniseringsprojekt skal forelægges medlemmerne ved et medlemsmøde.

Kjeld.

CUP-TURNERING

Så går det løs igen med Cup-turnering, og som alle, der deltog sidste år, vil vide, er det nok værd at være med til. Så skynd dig at melde dig til enten hos Britta Tlf. 681194 eller på den dertil indrettede tilmeldingsliste ved træningsløbene.

I følge arrangørernes lodtrækning skal vi i første runde møde Viborg. Det sker lørdag d. 5 marts i Marselisborg skov. PAN lægger løbet.

Klarer vi denre dyst, er vor næste modstander Ålborg OK - og det er straks værre. Men giv nu ikke op på forhånd. Miraklernes tid er ikke forbi, og hjælper I selv til ved at træne flittigt frø nu af og til slutningen af marts, hvor vi skal møde dem, så skal det nok gå.

Men foreløbig drejer det sig altså om at slå Viborg d. 5 marts. Mødested: PANs klubhus Silistria, hvor vi har fået lov at klæde om. Da der ikke er altfor megen plads, beder man os om at tage vort tøj med, når vi forlader omklædningsrummet. Mødetid: Løbet afvikles mellem kl. 13,00 og 14,30. Der udleveres kort med indprikkede baner. Starten går ikke så langt fra Silistria.

Ud af busken alle mand. Denne Cup-turnering skulle gerne være for-årets glade o-begivenhed, og det kan den kun blive, hvis rigtig mange er med. red.

Påskeløbene

Orienteringsklubben West står for dette års påskeløb og det er lo. gang de arrangeres. Så mon ikke der er al mulig grund til at glæde sig?

Løbsdage:

Skærtorsdag d. 7 april

Langfredag d. 8 april

Påskelørdag d. 9 april

Løbsområder:

D. 7.: Marbæk plantage - består for det meste af svært gennemløbelig skov med mange stier.

D. 8.: Oksby plantage - er en blanding af svært gennemløbelig skov med mange stier og en del klitter, samt store åbne moseområder.

D. 9.: Vrøgum plantage - stort set svært gennemløbelig med mange stier i den ene del af skoven, mens den anden del er rig på klitter, dog med nogle stier.

Kort:

Orienteringskort. 1:15.000 revideret 1976/77.

Startafgift:

Senior: 40 kr.

Junior: 30 kr.

Drenge/Piger: 20 kr.

Startliste:

Tilsendes klubberne sammen med instruktion senest den 1. april.

Tilmelding:

Til Britta senest d. 14 marts.

Start:

Første start d. 7. kl. 12,00

d. 8. kl. 9,00

d. 9. kl. 9,00 jagtstart

Stævnecenter:

Oksbøls gamle idrætshal.

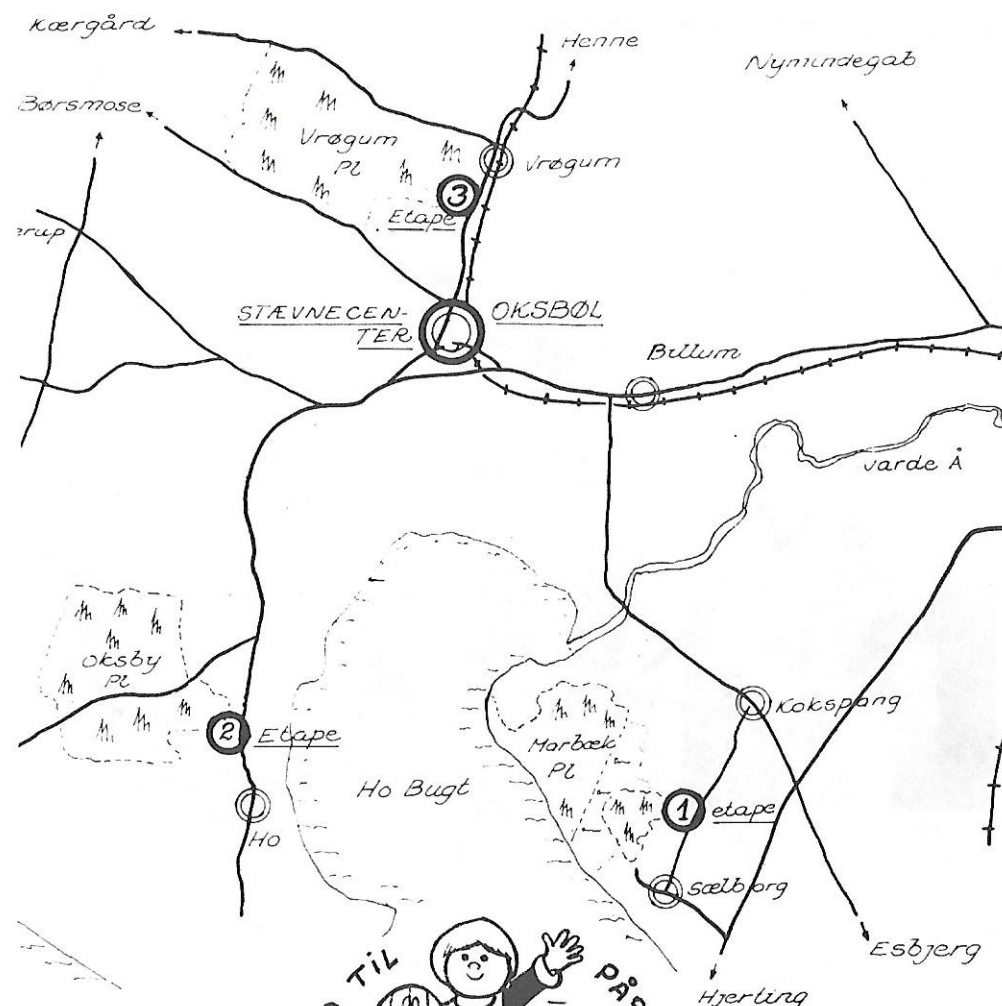
I centret findes kiosk, resultattavle m.m.

Resultater:

Udregnes via EDB og opsættes samlet i stævnecentret.

Indkvartering:

Britta har allerede i pinsen 76 bestilt en hytte til 40 personer, men West har problemer med at finde ledige hytter. Der bliver muligvis tale om, at vi kan få en barak i Oksbøl-lejren. Besked herom vil blive slået op ved træningsløbene.



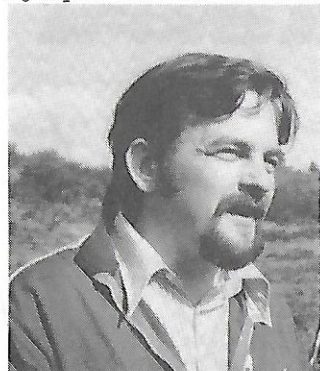
Oplysning om banelængder m.m. ved påskeløbene findes på side 24.

TAK FOR HJÆLPEN

Arrangementsudvalgets beretning for 1976:

Arbejdet i arrangementsudvalget har i 1976 været koncentreret om både udadvendte og indadvendte arrangementer. Der har været holdt 1 åbent natløb for den sydlige del af Nordkredsen, og her var en stor del af stævneledelsen ungdomsløbere. Det var glædeligt at se, at de klarede opgaven fint, og at vores natløb var det bedste, rent arrangementsmæssigt, af de 3 natløb, vi var med i.

De to åbne løb henholdsvis i Vrads og Tinnet, var af sædvanlig høj standard, hvilket ikke mindst skyldes stor opbakning fra de involverede klubmedlemmers side. Alle de klubmedlemmer, som vi fra arrangementsudvalget har bedt om hjælp, har været positive og har hjulpet os med afviklingen af de forskellige arrangementer. Det er der grund til at takke for, for det betyder, at vores arbejde bliver lettere. Vi håber naturligvis, at denne opbakning fra medlemmerne må fortsætte også i 1977.



Vor ny formand og tidl. Arrangementsudvalgsformand.

Det har bestandig været vores mål at fordele arbejdet på så mange medlemmer som muligt. Et middel hertil var at lade de, der løb i Vrads, stå for arrangementet i Tinnet, og omvendt. Dette fordelingsprincip vil vi forsøge at bibeholde, selv om det ikke helt kan undgås, at der bliver gengangere.

De indadvendte arrangementer i 1976 var Sct. Hansfesten, klubfesten og Thylegene. Vi mener, at vi efterhånden har fundet en rimelig god form for disse aktiviteter, og de vil fortsætte nogenlunde uændret i 1977.

I 1977 har vi igen 3 udadvendte arrangementer, nemlig et natløb d. 20. april i Nedergård, JM-dag i Vrads og Motionsbingo i maj måned i Bygholm.

Arrangementsudvalget består nu af foruden undertegnede, Per Abildgård, Elin Jensen, Erik Møller og Karl Rasmussen, og jeg vil til slut benytte lejligheden til at takke disse fire for et godt og forbilledligt samarbejde i 1976.

Erik Nielsen

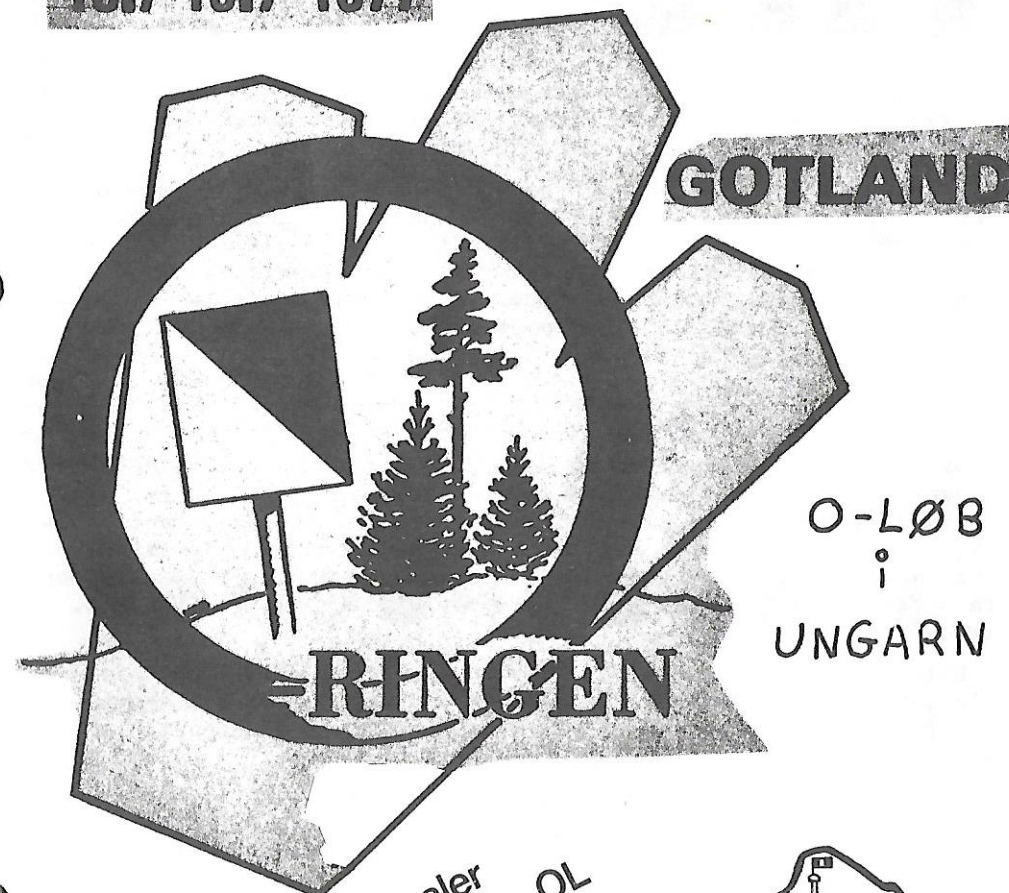
INTERNATIONALE O-LØB

Den kommende sommer er usædvanlig rig på internationale o-løb, som I kan se af collagen.

Først og fremmest er der Aranka og Finn Sigs spændende Ungarn-arrangement, dernæst er der 5-dages i Sverige på Gotland, 3-dages i Paris og 5-dages i Svejts. Endelig holder nordmændene som vanligt Sørlandsgalop, så sig ikke, at der mangler valgmuligheder. Vil du vide mere om de enkelte arrangementer, så henvend dig til Britta.

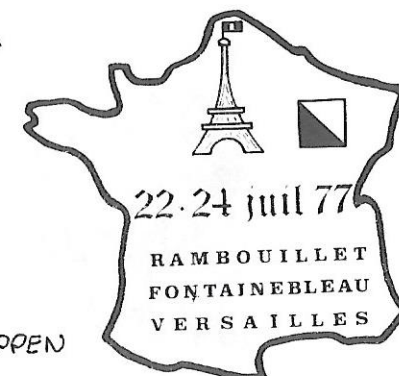
15.7-19.7 1977

5-DAGARS



5. Internationaler
Schweizer 5-Tage-OL
27.-31. Juli 1977

SØRLANDS-GALOPPEN



3 JOURS de FRANCE

THY

LEGE 77

Thylegene er i år flyttet "lidt" nord for Thy, men netop derfor vil det nok være på sin plads allerede nu at reservere weekenden den 9-10 juli.

Løbsområderne er garanteret helt frie for fodspor efter o-løbere, simpelthen fordi, der aldrig før har været sådanne mærkelige væsener på disse kanter eller fordi stormene har udvisket alle spor (sandfygning). Man vil på sin tur rundt efter klip passere så kendte områder som Råbjerg Mile, (den er nu ganske let at finde, da den er ca. 2x3 km., men posterne?), Den tilsandede Kirke o.s.v.

Startstederne vil blive placeret ca. 100 meter fra noget af Danmarks bedste badestrand, ren, klitter, børnevenlig m.v.

Skagen kommune har været så venlig at stille husly til rådighed for ialt 200 kr. En fornylig nedlagt gård, beliggende 13 km. syd for Skagen, med læ fra alle sider, masser af teltplads, vand, toilet, sovesteder hvis man har luftmadras med, og naturligvis rum, hvor vi kan være, hvis vejret ikke er med os. Gården vil være åben fra fredag morgen, og vi skal først være "ude" mandag aften evt. tirsdag morgen.

Hvis det har interesse, vil der fredag blive arrangeret prøveløb, men ellers vil Thylegene blive afviklet efter det sædvanlige program med løb lørdag eftermiddag, "Diner Transportable" om aftenen og igen løb søndag.

Arrangører er familien Ole Christensen, og vi ser gerne hele klubben samlet i Skagen. Afstanden til Skagen er kun 250 km. og man har jo lov til at kombinere turen med et længere ferieophold i det nordjyske. 2 km. fra gården ligger en meget fin campingplads med plads til 700 telte.



Ole.

UNGDOMSTRÆNING

Der vil i stil med tidligere år blive holdt træning for ungdomsløberne. Den vil finde sted hver tirsdag aften.

Vi vil tilstræbe, at der hver gang bliver tre forskellige baner at løbe på, ligesom vi hen ad vejen vil forsøge at lave tre grupper til løbere med forskellige færdigheder udi orienteringen. Det er meningen, at folk selv kan vælge hvilken gruppe, de vil i. Oprettelsen af disse grupper afhænger dog i høj grad af, at ALLE møder op, da vi ellers må reducere antallet af grupper. Det er vort håb, at rigtig mange vil udnytte tilbuddet om ungdomstræning.



Den første træningsaften bliver d. 15. marts, hvor Ungdommens vi lægger ud med løbetræning i Bygholm. Starttidspunktet er 17,30. Løbetræningen fortsætter til 12. april, hvor vi lægger ud med den rigtige træning. Hvis man følger træningen regelmæssigt, vil man kunne få lejlighed til at erhverve teknikermærket engang før sommerferien, som for ungdomstræningens vedkommende begynder d. 14. juni, hvor vi holder den sidste træningsaften. Et mere detaljeret program vil blive udsendt senere.

Vel mødt til ungdomstræning
Ungdomsudvalget.



HN
HEDE NIELSEN A/S

DE 10 BUD

for færdsel i skoven

1. Tobaksrygning er forbudt.
2. Motorkørsel er forbudt. Du kan muligvis få en særlig tilladelse af skovejeren f. eks. ved udsætning af poster.
3. Løse hunde må ikke medtages.
4. Det er forbudt at beskadige træer og buske samt skovens skilte, låger, bomme m.v.
5. Støjende adfærd bør undgås.
6. Nysåede marker, marker med afgrøder og hegnede marker med kreaturer, må aldrig betrædes. Hvis du er i tvivl, så lad være med at løbe over marker og andre private områder.
7. De på løbskortene markerede indhegninger og forbudte områder skal respekteres. Vildthege må aldrig forceres.
8. Optræd høfligt, hvis du under løb møder skovens folk. Henvi dem til banelæggeren eller til en fra bestyrelsen, hvis der skulle være problemer.
9. Hvis du f. eks. som banelægger støder på gamle plasticstrimler o.l., (det behøver ikke være klubbens), fjern da disse efterladenskaber.
10. Al færdsel i skoven skal ske mellem solopgang og solnedgang, gælder også banelægning, recognosering m.v.

NY MEDLEMSLISTE

Klubben har udarbejdet en ny medlemsliste.

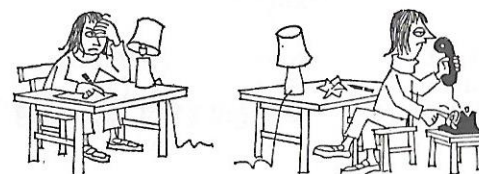
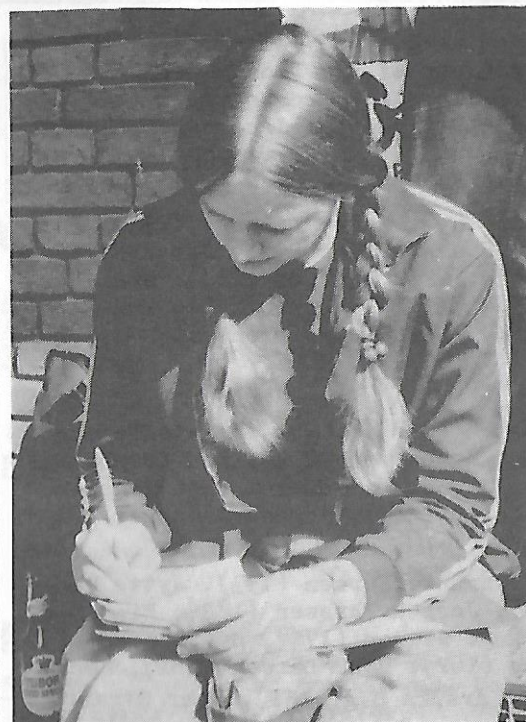
Og så kan du f. eks. tænke: Hvad skal jeg bruge sådan en til?

Ja, hvis du f. eks. en dag mangler en kørelejlighed til et eller andet løb, kan du altid finde een i nærheden af, hvor du bor, og måske ad den vej få mulighed for at komme ud at løbe.

Listen er også til stor hjælp for de, som skal være gruppeledere ved større løb eller andre arrangementer, hvortil man skal bruge en del hjælpere.

Hvis du opdager fejl og mangler f. eks. telefonnummer, hører klubben meget gerne fra dig. Du kan ringe til 629847. Ole

ÅBNE LØB



GØR DET NEMT FOR DIG SELV! DREJ
681194.....
SÅ SØRGER BRITTA FOR, AT DU
BLIVER TILMELDT NÆSTE ÅBNE LØB.

Sæsonen for Åbne Løb starter allerede i marts, nærmere betegnet søndag d.20, hvor Aarhus 1900 arrangerer B-løb i Norringure, der ligger i den sydlige del af Frisenborg-skovene.

Mødested: Haldum-Hinnerup skolen.

Mødetid: Kl. 9,00. Første start kl. 9,30. Ca. 850 m. til start. Der kan ikke køres.

Kort: O-kort 1:15,000 1975.

Tilmelding: Senest mandag d. 14 marts kl. 18,00.

Afgang fra Torvet: kl. 8,00

Angående tilmelding til Åbne Løb:

Tilmelding til B og C løb skal som regel ske til mig senest mandagen før løbet. Til åbne A-løb er tilmeldingsfristen ca. 14 dage, og til DM kan fristen være op til en måned.

Husk at betale startafgiften samtidig med tilmeldingen, da de arrangerende klubber også skal have pengene sammen med tilmeldingen.

Britta.

10-MANDSSTAFET

Midgårdsormen, som den danske 10-mandsstafet kaldes, holdes i år på Sjælland. OK-73 arrangerer i samarbejde med Vinderød OK det spændende orienteringsstævne, som dermed får en chance for at blive en årligt tilbagevendende begivenhed.

Løbet lægges i Tisvilde Hegn i pinsen 28-29 maj. Den endelige indbydelse foreligger endnu ikke, så vi vil vende tilbage til sagen i næste nummer af Udløberen.

Orienteringsmærker

Pointtallene i parentes bag navnet angiver summen af - for guld og sølvmærkernes vedkommende - points opnået ved bedste placering i 3 åbne løb (samme klasse i alle 3 løb), for bronze og ungdomsmærkernes vedkommende - points opnået ved bedste placering i 2 åbne løb (samme klasse i begge løb).

GULD:

Lisbet Ravn (300 p), Vita Nilson (295), Mette Filskov (293), Per Filskov (292), Jakob Ravn (292), Eva Nielsen (291), Steen Nilson (288), Steen Christoffersen (287), Erik Nielsen (284), Mona Hansen (280), Johannes Andersen (278), Erik Warncke (276), Kaj Skovbjerg (275), Ole Christensen (274), Birgit Christensen (274), Lone Warncke (272).

SØLV:

Jørn Hansen (264), Finn Christensen (260), Ragna Christoffersen (258), Chr. Filskov (258), Jørgen Mathiesen (251), Kaj Grønbæk (250), Birthe Christensen (249), Sv. A. Rosenmeyer (246), Henning Larsen (245), Henning Stobberup (244), Mogens Andsgaard (241).

BRONCE:

Kirsten Skovbjerg (194), Jørgen Christoffersen (193), Jytte Rasmussen (190), Lasse Nilson (183), Jørgen Thyssen (182), Finn Sig (180), Søren Westergaard (175), Inge Nilson (174), Sv. Wonsild (174), Karsten Knudsen (172), Erik Woge (162), Poul Larsen (161), Oscar Madsen (161), Mary Madsen (160), Aranka Sig (151), Peer Straarup (151).

UNGDOMSMÆRKER:

Lotte Ravn (200), Kent Hansen (200), Trine Ravn (197), Thomas Christensen (193), Anne Mette Hansen (192), Robert Sig (192), Henrik Christensen (189), Jette Christoffersen (187), Linda Christensen (186), Dorthe Filskov (184), Kim Hansen (183).



GULDSMED LIND

GRUNDLAGT 1867

SØNDERGADE 36 - HORSSENS - TELEFON 62 54 77

C-KURSUS

Så indbyder Nordkredsens ungdomsudvalg igen til C-kursus denne gang i kurvelæsning. Indbydelsen lyder:

Med dette kursus, som holdes d. 12. og 13. marts i Lundby Bakker ved Ålborg, ønsker vi at give deltagerne en grundlæggende forståelse for højdekurver, så de efter kurset kan udpege markante større terræformer (bakker, slugter, udløbere) på kortet og udnytte dette i deres orientering.

Deltagere:

Højdekurver volder de fleste besvær. Det er derfor en forudsætning, at de har deltaget i træningsløb eller åbne løb og have gennemført disse. Deltagerne skal desuden være over 10 år.

Mødested:

Gistrup skole lørdag d. 12. marts kl 13.00

Afslutning:

Søndag d. 13. marts kl 16.00

Transport:

Du sørger selv for transport; dvs. tal med klubben herom. Vi ordner transporten fra og til Ålborg bane-gård, hvis det ønskes. Husk at angive det ved tilmeldingen.

Program:

Lørdag eftermiddag	Signaturvandring + O-løb
- aften	Forskellige øvelser i kurver (fortrinsvis praktiske)
Søndag formiddag	Praktiske kurveøvelser i terræn
- eftermiddag	O-løb Kursusafslutning

Medbring:

Godt med løbetøj, luftmadras, sovepose, kompas, bly-
anter samt madpakke til lørdag aften + dit gode humør
20 kr. pr. hoved. Dobbelt ved for sen tilmelding.

Pris:

Tilmelding:

Til Per Filskov
Højagervej 33
tlf 628760
senest søndag d. 7. marts.

TRÆNING OG INSTRUKTION

Beretning fra udvalget for træning og instruktion for året 1976:

Udvalget består af Mary Madsen, Ole Storm og Poul Holm.

I februar holdtes tre vellykkede instruktionsaftener med emnerne banelægning, kortlæsning og vejvalgsteknik.

I årets løb har der været holdt 42 træningsløb, hvoraf der til de 41 blev anvendt kort. Forsøget på at undgå de besværlige kort vil måske blive gentaget ved passende lejlighed.

Problemet med at skaffe banelæggere til træningsløbene har fortsat været minimalt. Udvalget har altid mødt stor velvilje og interesse blandt medlemmerne.

Udvalgets vanskeligheder i årets løb har indskrænket sig til aflysninger i forbindelse med løbsforbud på grund af brandfare. Vis-singård og Tyrrestrup er årets høst af nye skovområder, og det er som før Rosenmeyer og Andsgaard, der har klaret dette.

Ideen med at anvende de enkelte skovområder i faste uger, har kun delvis været en succes. Der er en tendens til, trods fortsat velvilje fra skovejerne, at forårsmånederne og jagtmånederne ønskes holdt fri for løb. Dette medfører rokeringer i løbslisten.

Udvalget forsøger at leve op til 1977 som "Instruktionsåret", dels gennem de fire instruktionsaftener i februar, dels gennem weekendarrangementet i marts for klubbens voksne løbere. Dette arrangement venter vi os meget af og håber på stor tilslutning til.

Terminslisten vil blive tilrettelagt for hele året samtidig. Dette for at kunne tage større hensyn til banelæggernes ønsker om tidspunkt og skovområde. Udsendelse vil dog fortsat finde sted i februar og juni. Poul.



PRÆMIEKLASSER, BANER OG CA. BANELÆNGDER TIL PÅSKELØB.

præmieklasse	bane	ca. km.	sværhedsgrad
Herre elite	I	10	svær
Dame elite	II	6	svær
Fri	III	9	svær
Fri	IV	7	svær
Fri	V	7	middel svær
H. 18	VI	6	svær
Fri	VII	5	middel svær
H. 16	VIII	4	middel svær
Fri			
H. 14			
D. 16	IX	3	let
D. 14			
B. 18			
Fri			
H. 12			
D. 12	X	2,5	let
Dr. 8-14			
Pi. 8-14			

Bane I. Herre Elite er åben for både senior- og juniorelite-løbere.

Der kan maksimalt deltage 60 løbere på bane I. Tilmeldes der flere end 60, udvælger arrangørerne i samråd med kredsenes TU de 60 løbere. Resterende løbere overflyttes til bane III.

Bane II. Dame Elite er åben for både senior- og junioreliteløbere.

NYE MEDLEMMER .

Nr. 329 Allan Jakobsen, Stjernholmsgade 2, 8700 Horsens
 Nr. 330 Ole Sørensen, Lupinvej 39, 8700 Horsens Firma E.W.R
 Nr. 331 Benedicte Jørgensen, Palsgårdvej 6, 7130 Juelsminde
 Nr. 332 Svend Gunnar Pedersen, Vitus Beringsplads 4, 8700 Horsens

Velkommen i klubben.

MEDLEMSSTATESTIK VED ÅRSSKIFTET.

	1975	1976
Antal medlemmer	228	240
Indmeldt	34	34
Udmeldt	4	11
Slettet	7	11

MEDLEMSKONTINGENT.

Kontingent for 1977 er fastsat uændret i.f.t. 1976 d.v.s.:

Ungdom + studerende	25,-
Øvrige	50,-
Familiekontingent	100,-

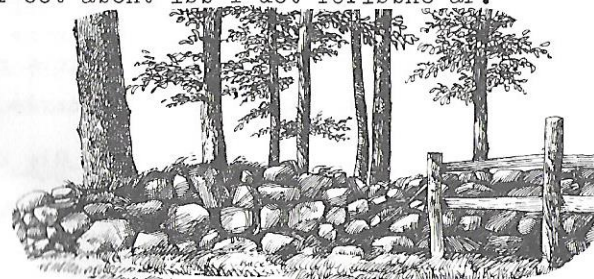
Såfremt du i det forløbne år er blevet færdig eller måske er begyndt at studere, eller der kan være en helt tredje grund til, at beløbet bør ændres, kan dette blot ske på det udsendte girokort, eller du kan meddele det til kassereren på tlf 629847, og du vil få et nyt kort tilsendt.

HUSK isvrigt at meddele adresseændringer!

ANGÅENDE LICENS 1976.

Vi kunne i sidste nummer af Udløberen læse at Horsens OK i 1976 havde løst 95 licenser. Licensen udgør 8 kr. pr startende uanset alder. Beløbet er af klubben indbetalt til DOF, og det opkræves nu sammen med 1977 klubkontingentet. Bemærk: Klubben betaler licens for ungdomsløbere.

Det skal lige understreges, at man skal betale licens blot man har deltaget i eet åbent løb i det forløbne år.



TRÆNINGSLØB 76

Dato	Løbsområde	Antal	Skema	Bemærkninger
20-12	Bjerre	68	XXXXXXXXXXXXXXX	Juleløb
27-12	Sondrup	61	XXXXXXXXXXXXXXX	
10-1	Bygholm	88	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
17-1	Bygholm	98	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
?	Bygholm	66	XXXXXXXXXXXXXXX	
?	Bygholm	78	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
31-1	Tyrrestrup	79	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
7-2	Bygholm	70	XXXXXXXXXXXXXXX	
21-2	Bygholm	71	XXXXXXXXXXXXXXX	
27-3	Nim	78	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
3-4	Sondrup	65	XXXXXXXXXXXXXXX	
10-4	Ring	85	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
24-4	Hansted	72	XXXXXXXXXXXXXXX	
8-5	Hovedgård	62	XXXXXXXXXXXXXXX	
28-5	Grund	92	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
5-6	Frederiksløst	34	XXXXXXX	
12-6	Lotttrup	75	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
7-8	Bygholm	72	XXXXXXXXXXXXXXX	
14-8	Bygholm	33	XXXXXXX	
21-8	Bygholm	80	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
28-8	Bygholm	80	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
2-10	Ølsted	101	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
16-10	Rold	68	XXXXXXXXXXXXXXX	
6-11	Grund	85	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	
20-11	Staksrode	77	XXXXXXXXXXXXXXX	
27-11	Hovedgård	64	XXXXXXXXXXXXXXX	
11-12	Mattrup	67	XXXXXXXXXXXXXXX	
19-12	Bjerre	81	XXXXXXXXXXXXXXX	Juleløb

Antal af løb, uden for terminslisten, hvorfra der mangler resultatlist, kendes ikke, hovedsagelig drejer det sig om løb i Bygholm.

Efter terminslisten mangler der resultater fra 12 gennem hele året. Fra de optalte løb fås et gennemsnit på 71 startende pr. træningsløb - en tilbagegang på 7 i forhold til sidste år.

Med dette gennemsnit i de manglende 12 løb, fås det totale antal startende til 2334. Dette er en tilbagegang i forhold til sidste år på 933, men det skal dog bemærkes, at resultatlisterne fra Bygholmløb, Bymesterskab og Fjeldløb mangler, og de var med sidste år.

Årets topscorer blev Ølsted, der som det eneste løb havde over 100 til start.

FORSIDEN:

Axel foretrak arbejdet "i marken" og overlod derfor Erik Nielsen formandsposten. Det skete på generalforsamlingen.

Ole Storm.

KLUBREGNSKAB

76

Regnskab for perioden 1. dec. 1975 til 1. dec 1976.

Indtægter.	Kr.	Udgifter.	Kr.
Kassebehold. 1. dec. 75.	3694,71	Licenser, kontingenter	225,00
Annoncer	2160,00	Kort	6372,85
Startpenge træningsløb	5936,00	Udløberen	2478,25
Startpenge åbne løb	12184,00	O-posten	1694,95
Startpenge ungdomsløb	385,25	Gaver og præmier	4005,11
Salg af kort m.v.	999,80	Porto	2716,35
Renter af konti	307,82	Papir, kuverter m.v.	2535,62
Tilskud ungdom	3540,00	Halv startafgift ungdom	1653,00
Tilskud til kursus	553,95	Transport og kørsel	1949,40
Kontingenter	8784,50	Tilskud til ungdomsaktivitet	450,00
Licenser	268,00	Telefon	475,00
NOM 75	10948,38	Klubjakker	290,00
Filmudleje	800,00	Tilskud til klubfest	500,00
Ølsalg træningsløb	2025,00	Renter af opsagt konto	74,40
Diverse	657,80	Klubhus, vandafgift m.v.	432,70
	<u>53245,21</u>	Møder og arrangementer	3118,83
		Kursusudgifter	1093,00
		Korttegningsudgifter	310,00
		Matriel	1602,72
		Leje af matriel	509,00
		Udgift iøvrigt ifb med åbne løb	533,05
		Film og foto	179,95
		Startudgifter cupmatch	186,00
		NOM 75	269,80
		Diverse	565,40
		Kassebeholdning 1 dec. 76	<u>19024,83</u>
			<u>53245,21</u>

Ole H. Christensen

Kasserer.

Regnskabet revideret. Giro, checkkonto, kasse- og sparekassebeholdning afstemt.

C. Filskov

C. Filskov Nielsen

Revisor

Jørn Hansen

Revisor

Afsender: Jørn Mathiesen, Bellis alle 6, 8700 Horsens



SPEDALSØ
BETONVAREFABRIK
Horsens

HØEGH GULDBERGS GADE 15
(05) 62 28 99