

UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB

NR. 56

JANUAR 1984

13. ÅRGANG

VIGTIGE ADRESSER

BESTYRELSEN

Formand
Peer Straarup, Præstemarksvej 29, Hatting tlf. 653489

Kasserer
Vita Nilsson, Husoddebakken 4, Stensballe - 657363

Kommunikation
Eigil Nielsen, Herregårdsparken 83 - 657813

Arrangementer
Kai Skoubo Sørensen, Vedbæksallé 84 - 615407

Træning, instruktion og ski
Leif René Hansen, Kløverbakken 27 - 620959

Korttegning
Preben Jørgensen, Nørregade 20, Hornsyld - 687441

Lokaler
Henning Nikolajsen, Tulipanparken 9 - 657738

Ungdomsudvalg
Aase Thyssen, Østerhåbsvej 22, Hatting - 653558

Materialeforvalter
Knud Erik Christensen, Borgmestervej 17 - 624007

Tilmelding til åbne løb
Tove Straarup, Præstemarksvej 29, Hatting - 653489

Klubhuset, Åbjergskoven - 628073

UDLØBEREN

Redaktør (ansv.)
Preben Jørgensen
Nørregade 20
8783 Hornsyld
Tlf. (05) 687441

Næste blad kommer sidst i marts.
Dead-line: Tirsdag d. 6 marts.



ES RADIO
- din lokale radio-
og TV-forhandler

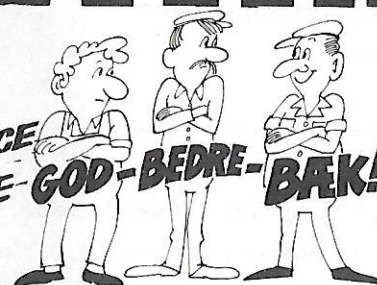
UNDGÅ BOM
første post er hos



DER HVOR MAN FÅR GOD ORIENTERING



KØLESERVICE
OLIEFYRSSERVICE
VASKEMASKINE-SERVICE



62 18 88

DERES **EL-KØB** CENTER

CARL BÆK & SØN

Vestergade 33 8700 Horsens Tlf (05) 62 18 88

Generalforsamlingen

Horsens Orienteringsklub indkalder hermed til generalforsamling i klubhuset, Åbjergskovvej, TIRSDAG DEN 24. JANUAR 1984 KL. 19.00.

Dagsorden ifølge lovene:

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Forelæggelse af revideret regnskab
4. Behandling af indkomne forslag
5. Fastsættelse af kontingent
6. Valg af:
 - a) Formand
 - b) Kasserer
 - c) Instruktions-, trænings- og skiudvalgsformand
 - d) Lokaleudvalgsformand
 - e) Revisor
 - f) Revisorsuppleant
7. Eventuelt

ad. 4. Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest den 17. januar 1984 kl. 19.00.

Efter generalforsamlingen er klubben vært ved et beskedent traktement.

På bestyrelsens vegne

PEER

Formandsberetning

Året 1983 startede for fuld damp med korttegning i sidste minut og den anden klargøring til DM-Lang i Vråds. Selve arrangementet forløb fint på trods af, at strømsvigt og generatorproblemer gjorde hvad de kunne for at ødelægge det.

I efteråret har vi holdt 5-mandsstafet i Hansted med meget ringe tilslutning. Det var et vældigt fint arrangement; men vi bør nok overveje at holde en pause til bedre tider. Det skal dog lige nævnes, at klubben var repræsenteret med 15 hold.



Vi havde selv 15 hold med ved 5-mands-stafetten i Hansted.

Natløbet i september forløb også fint, idet 55 tilmeldte sig på trods af, at løbet blev afholdt i Bygholm.

Ved de åbne løb har klubben igen i 1983 været vældig godt repræsenteret. Medvirkende til dette er sidste års vedtagelse

om tilskud til buskørsel for ungdom. Dette tegner så godt for fremtiden, at jeg mener, vi bør fortsætte i nogenlunde samme linie.

Af de mange gode resultater ved åbne løb kan nævnes, at 15 ungdomsløbere har taget ungdomsmærket - Til lykke med det. Endvidere må vi ikke glemme, at vi alle har vundet cupturneringen i Nordkredsen og deltaget i Landscupfinalen, hvor vi fik en tredieplads.

Endelig må vi ikke glemme vore jyske stafet-mestre - i D 21, Anne M. Hansen, Gitte Møller og Birgitte Christensen - og i H 50, Gunnar Poulsen, Jacob Ravn og Arne Eske Lund. Til lykke med de fine resultater.

Der har her i klubben i mange år været lukket ret kraftigt af for alternative indtægter fra såvel bankospil, tombola på Torvet eller reklamer incl. reklamer på kort. Vi har hidtil kørt økonomien på løbsarrangementer og kontingenter. Skal det fremover være sådan? Med øget aktivitet må vi regne med, at vi skal bruge flere penge. - "Formuen" holder jo ikke evigt. Skal vi have kontingentet eller hvad?

For også fremover at holde gang i klubben på arrangementsmæssige områder, bør I, også i fremtiden, være villige til at tage en tårn med. Det gælder både ved deltagelse i festudvalget, korttegnning og ved at påtage jer en tjans (stor som lille) til et større arrangement. Der er vel ingen, der, når det er overstået, og der er ryddet op, ville have undværet oplevelsen? Derfor, lad være med at være forbeholdne når I bliver spurgt, spring ud i det og gør jeres bedste. Ingen forlanger mere.

Som en lille udløber af sommerens klubhusdebat har vi vedtaget, at der i kælderen under køkkenet skal laves et depot for grovmateriel. Dette er vedtaget for at afhjælpe vor fortræffelige materielforvalter; der er dog grænser for, hvad kælderen på Borgmestervej kan rumme. Dette giver iøvrigt anledning til en lille bemærkning om, at også DU skal aflevere materiellet, som du modtog det; du har vist aldrig fået udleveret noget, som ikke var rent og i orden: Tak for det Knud Erik.

Klubben vil fra årsskiftet få ny løbstilmelder, da Karen Mønster fremover vil overtage dette job. En stor tak til Tove for den tid hun har varetaget jobbet.

Til sidst vil jeg sige tak til alle i klubben for det store arbejde, der rent faktisk bliver gjort. Herudover vil jeg rette en særlig tak til skovejere og skovadministratorer for hjælp og tilladelser i 1983, og håber, at vi også fremover kan holde de gode relationer.



EN STOR TAK TIL TOVE, SOM HAR STÅET FOR LØBSTILMELDINGEN SINDEN 1981.

Arrangementer

Et tilbageblik på året 1983 vil vise et år med jævnt aktivitetsniveau. De traditionsbundne arrangementer samt DM-Lang er gennemført med succes.

DM-Lang i Vråds.

De to stævneledere, Jørn Hansen og Peer Straarup, fik gennemført et godt stævne. På grund af flytning af stævnepladsen dog med en enkelt skønhedsplet. En tak til stævneledere og andre implicerede.



DER VAR KØ FORAN STARTTELTE TIL DE ÅBNE BANNER VED DM-LANG I VRÅDS

Fastelavnsfest.

Blev i år arrangeret om aftenen, hvilket betød, at vi måtte slå "katten af tønden idendørs - men det gik også. Festen forløb iøvrigt til alles tilfredshed.

Sct. Hans-fest.

Med Fidus-løbet som optakt var der lagt op til en god fest om aftenen. Det viste sig også, at det - med velvillig bistand fra vejrguderne - lykkedes at nyde de medbragte "fla-de" med tilbehør i det fri, gennemføre de planlagte konkurrencer samt få heksen sendt afsted. Igen et vellykket arrangement (det siger rygterne).

5-Mandsstafet.

Igen i år godt tilrettelagt og gennemført stævne, hvor der også blev plads til kammeratskabet - tak til "familien" Christensen.

Bymesterskabet.

Bymesterskabet blev i år afviklet efter nye regler for at øge kravet til orienteringen hos ikke-medlemmer. Med nogle ganske få negative bemærkninger blev der kun udtalt tilfredshed med mesterskabet. Det ser ud til, at med en let revision er der skabt et godt mønster for fremtidige bymesterskaber. En tak til banelægger og hjælpere ved stævnet.



ALLE 3 DELTAGERE
SKULLE I ÅR ORI-
ENTERE TIL BY-
MESTERSKABET

Klubfester.

Ungdomsklubfesten blev afholdt sidste lørdag i oktober med 31 unge, der hyldede deres klubmestre og klubbens champion. Bagefter var der spisning og dans. Tak til kok med hjælpere og instruktør.

I klubfesten, den anden lørdag i november, deltog 78 gæster. Man hædrede klubmestrene og andre medlemmer, der har gjort sig heldigt bemærket i årets løb, for derefter at spise og danse til langt ud på natten. Diverse udtalelser tyder på at det var en god fest.

Til sidst vil jeg takke udvalget - både det "siddende" og "supplementet", samt enkeltpersoner, der har gjort de gode resultater muligt. Der skal også lyde en tak til medlemmerne, der med det store fremmøde til arrangementerne har gjort disse værd at arrangere.

TAK - og godt nytår!

YAI

Klubhus



Endnu et år er forløbet i vort kære gamle - evigtunge klubhus. Et år med masser af aktivitet i og omkring huset.

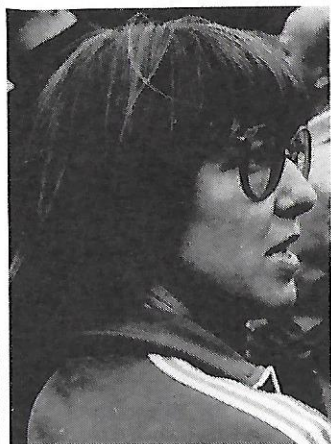
Først og fremmest har vi jo klubaftenerne om tirsdagen, men også ungdomsudvalget har benyttet klubhuset flittigt. Der er afholdt instruktionsaftener, kurser og træningsløb m.v. og sidst men ikke mindst ungdomsudvalgets klubfest.

Vi drøftede i foråret en eventuel udvidelse af eller tilbygning til klubhuset, men på medlemsmødet den 14.06.83 blev det vedtaget at stille planerne i bero. I stedet blev det besluttet at opsætte hylder eller lignende i forgangen og baderummene. Dette arbejde er som bekendt udført på nuværende tidspunkt.

Under medlemsmødet overrakte en repræsentant for "Danmarks-samfundet" klubben et flag, som vi havde ansøgt om engang sidste vinter.

Beklageligvis har der også været indbrud i klubhuset et par gange i årets løb. "The same procedure as last year", så man tænker jo efterhånden, om det ikke er de samme mennesker hver gang. Nå heldigvis er der ikke forøvet hærværk endnu, så det varer nok ikke længe inden vi må til at kalde ham "gentleman-tyven".

Vi må jo nu desværre sige farvel til vor trofaste rengøringshjælp i klubhuset. Birthe har bedt os finde en afløser til



EN STOR TAK TIL BIRTHE, DER GENNEM FLERE ÅR HAR GJORT KLUBHUSET RENT EFTER OS.

dette, på sin vis utaknemmelige arbejde, der kun bemærkes, hvis det udføres mangelfuldt, eller slet ikke. På forhånd kunne opgaven se håbløs ud. Hvordan finde en, der som Birthe kan fjerne sporene efter en flok snavsede, svedende o-løbere, eller en tilsvarende flok glade festdeltagere. Hver gang vi påny har invaderet klubhuset, er det som om en usynlig fe har været der med sin tryllestav. Snavs og fodspor er borte som dug for solen.

Men til alt held har Kent Hansen lovet at påtage sig arbejdet fremover. Vi ønsker dig held med opgaven Kent, og håber at alle klubbens medlemmer vil hjælpe til med at løfte arven efter Birthe, så vi også fremover kan have et pænt og ryddeligt klubhus på denne vidunderlige plet ved Bygholm Sø.

Klubhusudvalget består for tiden af: Inga Hauge, Elin Jensen, Roald Pedersen, Knud Erik Christensen og undertegnede.

HENNING



VI FIK ET NYT FLAG FRA DAN-MARKSSAMFUNDET

Træning, instruktion og ski

Træningsudvalget har i 1983 arrangeret 43 træningsløb, medens 1 løb har måttet aflyses, idet dette faldt sammen med Nordkredsfinalen i cupturneringen.

Deltagelsen i træningsløbene har været nogenlunde konstant i årets løb, dog måske med en lille stigende tendens især hos de helt unge løbere.



I 1983 HAR VI AFHOLDT 43 TRÆNINGS-LØB.

Træningsløbenes standard har som tidligere år været meget høje, og det er glædeligt at se, at der faktisk ved alle træningsløbene er udlagt såvel en børnevenlig bane som en kort svær bane, ligesom der normalt, når vejret har tilladt det, har været udlagt en skibane. Bymesterskabsløbet var i år henlagt til Frederiksløst, og som noget nyt var løbet arrangeret således, at alle tre løbere på holdet selvstændigt skulle orientere, hvor de i tidligere år blot har fulgt efter orienteringsløberen på holdet. Det er udvalgets opfattelse, at ændringen af løbsformen har været en succes, og at løbet fremover bør fortsætte i den nuværende form.

Der har ikke i 1983 været væsentlige problemer med at indhente skovtilladelser, ligesom medlemmerne har vist stor i-

mødekommenhed, når der er søgt banelæggere til træningsløbene. Dog har der nok været en tendens til at især nye medlemmer har vist sig tilbageholdende med at arrangere et træningsløb. Det er der efter udvalgets opfattelse ingen grund til, idet der altid vil være en skov der passer til en nybegynder eller en mere erfaren banelægger, der vil være glad for en hjælpende hånd. Så prøv at huske dette når løbene for det kommende år skal uddelegeres.

Udvalget vil sluttelig rette en tak til både de mange medlemmer, der i årets løb har medvirket i udvalgets arrangementer, som de mange skovejere uden vis velvillighed, det ikke er muligt at gennemføre træningsløbene.

Horsens, den 5. december 1983.

Leif René Hansen.



DEN STORE AKTIVITET I UNGDOMSUDVALGET HAR BETYDET AT FLERE OG FLERE UNGDOMSLØBERE LØBER TRÆNINGSLØB. HER HAR VORES STORFOTOGRAF - ERNST POULSEN, FOREVIGET ET PAR SITUATIONER.

Korttegning

1983 har for kortudvalgets vedkommende stået i revisionernes tegn. Klubbens udvalg af o-kort er kun blevet forøget med ét, nemlig LYSTRUP.

VRADS blev først på året færdigrevideret og nytegnet. Det var det første kort, klubben lavede efter den nye kortnorm. Kortet blev brugt til DM-Lang 83, og der kom kun positive tilkendegivelser angående kortet. Rekognoscenter var: Henning Larsen, Troels Jensen, Knud Erik Christensen, Ole Christensen, Axel Stobberup, Peer Straarup, Roald Pedersen, Steen Christoffersen og undertegnede. Rentegningen blev meget fint udført af Birgitte Christensen. Flot og godt kort!

FREDERIKSLYST blev revideret og nytegnet til anvendelse for Bymesterskabet 1983. Rekognosceringsarbejdet var lagt i hænderne på Karsten Knudsen, der således fik sin debut i kortudvalget. Birgitte Christensen stod endnu engang for rentegningen.

LYSTRUP blev valgt, da vi skulle finde et lille kort til samtrykning med FREDERIKSLYST. Henning Larsen rekognoscerede og debutterede samtidig som rentegner. Godt arbejde!



BIRGITTE CHRISTENSEN
RENTEGNEDE VRADS OG
FREDERIKSLYST.



HENNING LARSEN REKOGNOSCEREDE OG
RENTEGNEDE LYSTRUP.

NEDERGÅRD skal bruges til Midgårdssormen 1984, og revisionsarbejdet er på nuværende tidspunkt godt halvfærdigt. Rekognoscenter er: Ole Christensen, Henning Larsen, Peer Straarup, Axel Stobberup samt undertegnede. Rentegningsarbejdet, der påbegyndes i foråret, står Axel Stobberup for.

ROLD skal revideres og nytregnes. Dette arbejde har Gunnar Poulsen påtaget sig. Kortet forventes færdigt i foråret.

DYBDAL-PURHØJ, der før har været med på BJERRE-kortet, har vi valgt til samtryk med ROLD. Rekognoscering og rentegning står undertegnede for.

SKADERBORG DYREHAVE - udvalgets "dårlige samvittighed" - er stillet i bero, indtil vi får frigjort kræfter til dette arbejde.

Udover det konkrete tegnearbejde har udvalget i årets løb fået samlet ét eksemplar af samtlige kort udgivet af klubben. Det er meningen, at disse skal samles i en mappe, så man til enhver tid kan se, hvilke terræner klubben har tegnet kort over, hvem der har rekognosceret og hvem der har rentegnet. Attså en samling med historisk værdi for klubben.

På nuværende tidspunkt er klubbens udvalg af o-kort 19 i tallet. (DYBDAL-PURHØJ bliver nr. 20). Vi må nok se i øjnene, at med dette høje antal, vil kortudvalgets fremtidige arbejde i høj grad blive koncentreret i arbejdet med at holde disse kort tidssvarende - d.v.s. med revisioner. Dette skulle dog nødtigt forhindre en stadig "nyopdyrkning", og udvalget vil da også fremover forsøge at få rekognosceret nye terræner. En prioriteret liste over de terræner, som kortudvalget i den nærmeste fremtid vil arbejde med, ser således ud:

VISSINGGAARD
ADDIT
HOVEDGÅRD
HØJLUND-DØRUP

Til slut en STOR TAK til alle, der i årets løb har været Kortudvalget behjælpelig i dets arbejde.

Tak for alt i det gamle år.....

PREBEN

Kommunikation

Udvalgets arbejde har fortrinsvis drejet sig om den interne og eksterne kommunikation -, dels i form af klubbens blad UDLØBEREN og dels i form af meddelelser til det lokale dagblad.

UDLØBEREN er siden sidste generalforsamling udkommet 5 gange, og redaktionen vil gerne benytte lejligheden til at takke de mange medlemmer, der mere eller mindre frivilligt/rettidigt (men næsten altid velvilligt) har ydet deres bidrag, med mange gode beretninger til bladet. Disse beretninger er absolut nødvendige for at gøre klubbladet til "arkivet", hvor man senere kan genopfriske sine o-oplevelser, og jeg håber, at der også i den kommende sæson vil være medlemmer, der har lyst til at yde et bidrag til bladet.

Udadtill har der i Horsens Folkeblad været omtale af DM-Lang, cup-matcherne, åbne løb samt resultater fra træningsløb. Endvidere har der, takket være Kent og hans indsats (både sportsligt og som meddeler til avisen) været omtale af forskellige internationale arrangementer.



KENT HANSEN HAR I ÅRETS LØB SKAFFET KLUBBEN MEGEN OMTALE I DEN LOKALE AVIS.

Med hensyn til omtale i landsdækkende aviser, radio og TV, kan beretningen aflægges meget kort, da vi ikke som klub har skaffet os omtale. Fra Sydkredsens klubber i Vejle Amt er der i efteråret taget initiativ til en koordineret resultatmeddelelse til Vejle Amts Lokalradio. Udvalget vil i den kommende sæson forsøge at udbygge dette initiativ, og vi søger derfor et par medlemmer, der vil påtage sig at indsamle og vidregive klubbens forhåbentlig mange gode resultater fra åbne løb m.v.

Som noget nyt er klubbens håndbøger samlet i et bibliotek, hvis udlån administreres af Kai Skovbo. Dette skulle lette cirkulationen af bogudlånet. Preben arbejder på en kommenteret bogliste, som vil blive bragt i UDLØBEREN.

Til slut en tak til alle, der i årets løb har udført et arbejde for eller i udvalget.

Godt nytår

EIGIL



SKIUDSTYR - LØBESKO - KOMPASSER - VANDREUDSTYR

VINTEREN STÅR FOR DØREN

EPOKE 900 SKI	570 KR.
EPOKE 1100	670 KR.
SKIPAKKER BESTÅENDE AF SKI, STAVE, STØVLER OG BINDINGER:	
MED KEIL SPEED SKI	678 KR.
MED RIESINGER 49	618 KR.
MED KEIL JUN.	598 KR.
BØRNESKIPAKKER (UDEN STØVLER)	
SUNDINS TRÆSKI	225 KR.
SUNDINS TURBO, M. FIBERSÅL	298 KR.
FJELDANDRAGER:	
SKI & TØJ EGEN	528 KR.
NORSK ORIGINAL	528 KR.
FJALLRÅVEN KÅNKEN RYGSÆK	168 KR.

BRITTA STEINICKE

Bjerrevej 250, 8781 Stenderup
Tlf. 05-68 1194

VINTERKATALOG MED UDFØRLIGE BESKRIVELSER OG ANDET UDSTYR, ER UDKOMMET.

Ungdomsudvalget

Sportsligt var 1983 ikke det store år, hvis vi i den forbindelse kun lige tænker på mesterskaber. Men vi kan dog glæde os over mange andre resultater af året, der gik. Det, at en løber starter med sit første træningsløb i januar eller februar måned i Bygholm, og slutter med at starte i A-klassen til åbne løb sidst på året, det ser jeg som et stort resultat. Mange ungdomsløbere startede ved JM og DM, og selv om resultaterne her ikke stod mål med antallet af løbere, er det dog et skridt på vejen at de er med. Det er jo et skrap sel-skab de her deltager i, og sidst blev de nu heller ikke.

Var det småt med mesterskaber, kan vi glæde os over, at det lykkedes at få 6 løbere med til kredsungdomsmatchen.

Til åbne løb har Horsens' ungdomsafdeling været godt repræsenteret. Vi har været afsted til 18 åbne løb ialt, hvor alle har haft samme mulighed for at deltage. Der har været en gennemsnitsdeltagelse på 19-20 løbere pr. gang. Vedr. placeringer til Nordkredsens Ungdomspokal 1983, se andet sted i bladet.

På træningsområdet har vi afholdt et antal af 21 træningsarrangementer på tirsdage fra 5. april til 27. september. Dels i Bygholm dels i andre nærliggende skove. Ungdomsløberne mødte talstærkt op, idet der har været en gennemsnitsdeltagelse på 29-30 pr. gang. Herefter gled tirsdagstræningen over i løbetræning, da vi ikke kunne se til at sætte poster ud mere.



DEN STORE AKTIVITET I UNGDOMSUDVALGET LOVER GODT FOR FREMTIDEN.

På tørtræningsområdet har vi afholdt et antal af 12 arrangementer: 3 aftener i foråret på Søndermarksskolen, hvor der mødte 24-26 deltagere pr. gang, 9 aftener i efteråret i klubhuset efter løbetræningen tirsdag. Her har jeg ingen deltagertal, men det kommer der check på næste år. Der er grund til, at sige en stor tak til de mange, som på skift har påtaget sig at arrangere løb m.v. på de ovennævnte tirsdage.

Af arrangementer har der specielt for ungdomsløberne været afholdt fastelavnsfest og klubfest.

Fastelavnsfesten var i år flyttet fra søndag til fredag. Vi snød dog ikke for udklædning og tøndeslagning af den grund, men sluttede af med en dans. Efter min mening var fastelavnsfesten af høj standard, men festudvalget overgik endnu engang sig selv ved ungdomsklubfesten. Denne skal absolut opleves, den kan ikke beskrives her. Tak til arrangementudvalget for indsatsen.



UNGDOMSKLUBFESTEN SKAL OPLEVES.

Klubben har som sædvanlig sendt løbere til A-B-C kurser. Til A og B kurserne som kører i kredsens regi, har vi et antal på 6 A-gruppe kursister og 18 B-gruppe kursister. Der har været arrangeret 3 kurser og 1 sommerlejr pr. gruppe. A-gruppen har gennemgående ikke udnyttet deres tilbud så godt som folkene i B-gruppen. I denne gruppe har der været 11-12 deltagere afsted pr. gang i gennemsnit.

C-kurser arrangeres på klubbasis, og der tilbydes 3 kurser pr. år. Til det 1. kursus, som blev afholdt i Aarhus med Pan

som arrangør, havde vi 12 deltagere med. Til det 2. kursus, som blev afholdt i Silkeborg, havde vi 19 med, mens der var 18 deltagere fra Horsens til det 3. kursus, som vi selv afholdt.

Til sidstnævnte kursus havde vi Højvangsskolen til indkvartering og løbstilladelse i Bjerre skov. Emnet var kurveforståelse. Det lykkedes - trods det svære emne, at få en indholdsrig week-end ud af det. Tak til hele flokken som hjalp.

Fra ungdomsløberne fremkom der et forslag om, at de kunne ønske sig udvekslingsture med Aalborg OK og Uldjyderne. Vi inviterede derfor disse to klubber herved en week-end i juni og var på genvisit i Aalborg i september. Selvom vore ungdomsløbere ikke aldersmæssig harmonerer allerbedst med de øvrige klubber, så har vi haft nogle gode week-ends, som jeg håber må fortsætte.

Dette var, hvad vi har nået, nu da dette år er gået. Hvad angår fremtiden, så har vi i dag et stort og bredt materiale at gøre med, og hvis nogen har læst den sang, som jeg lavede til ungdomsklubfesten, så kan ingen være i tvivl om min personlige målsætning for klubbens ungdom, men det er jo ikke nok. Så hvad er klubbens målsætning?

Sluttelig vil jeg gerne bringe en stor tak til de, som i årets løb har udført et arbejde for udvalget. Ingen nævnt ingen glemt.

Godt nytår

AASE



En hund efter god
kondi



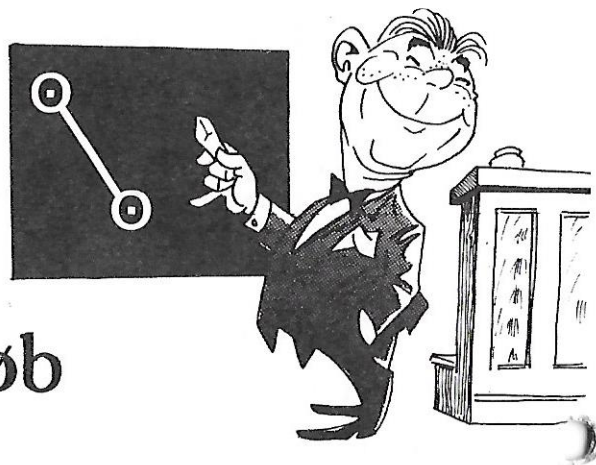
han har også
konto i
Handelsbanken



HANDELSBANKEN

altid med i billedet

hvordan man laver et træningsløb



BANELÆGNING VED TRÆNINGSLØB I HORSSENS OK.

Horsens orienteringsklub afholder mange træningsløb hvert år, det kan være lørdagsløbene, fjeldløbet, Wild-Midt-West, Thy-legene eller bymesterskabet m.v. Alle kræver de en banelægger. Det har indtil dato ikke været noget særlig stort problem at skaffe disse banelæggere, og jeg tror heller ikke det bliver det fremover. Jeg er overbevist om at der findes mange nye banelæggere i Horsens Orienteringsklub, problemet er bare hvordan gør man? Det kan jeg vist ikke klare - mon ikke det skal gøres på en bestemt måde - der må vist ikke være modløb eller hvad er det nu det hedder - der er også noget med at der skal være flere vejvalg, og der må ikke være opfang o.s.v. Med disse tanker roterende inde i hjerneboksen, ja så er det forståeligt, at den nye banelægger udsætter debuten; men måske til næste år bliver der tænkt, man skulle jo nødig dumme sig.

Jeg vil med dette indlæg gerne prøve at fjerne den skepsis den nye banelægger går rundt med. Det at lave et træningsløb, er ikke sværere end man selv vil gøre det til. Det eneste du skal gøre dig klart, er at du skal ofre 2 hele lørdage, hvilket vil sige fra 8 morgen til ca. 6 eftermiddag, og 2-3 aftener. Du skal nu forestille dig at du har lovet at lave et lørdags-træningsløb. Senest en måned før løbsdagen skal du bruge den 1. aften. Du skal have fat i løbskortet. Det får du ved at henvende dig til træningsudvalgsformanden, der ved samme lejlighed kan oplyse dig om der er specielle ting der skal overholdes i nærtliggende din skov. som f.eks. startsted og markeringssmuligheder. Med kortet under armen og de fornødne oplysninger fra træningsudvalgsformanden, tager du hjem.

Inden du nu går igang for alvor, vil jeg lige oplyse dig om, at det vigtigste ved et træningsløb er at du får lavet nogle tilpas svære baner, og at posterne er placeret rigtigt i forhold til løbskortet. Alle andre ting er mindre væsentlige. Du skal nu planlægge 3 baner, en kort, en mellem og en lang. Hvordan gør man så det. Ja kort bane skal være ca. 2,5 km og meget let, mellem bane ca. 5 km og lang bane ca. 8-9 km med svær orientering. Start og mål er samme sted. Til kort bane skal du bruge 6-8 poster, og da det skal være let orientering skal de alle ligge ved vejkryds eller lignende, som findes på kortet, og gerne hvor man naturligt skal ændre retning for at komme banen igennem. Mellem og lang bane kræver 15-20 poster. De må gerne være fælles, som du placerer på kortet på tilsyneladende egnede terrængenstande. Du har nu lavet nogle baneforslag, som har det ønskede postantal og de ønskede længder. Et såkaldt skrivebordsløb. Den 1. aften er brugt og du kan med god samvittighed gå i seng, og begynde at planlægge næste face i dit løb, som er at komme i skoven og få konstateret om dine ønskeposter kan bruges. Selv om der findes orienteringskort over skoven, kan du ikke være sikker på at skoven er som kortet viser. Der kan være lavet nye stier/veje, nogle kan være groet efter, dyrehegn kan være fjernet og nye opsat. Det er vigtigt at stinettet passer på den korte bane, du bør heller ikke have delstræk, der går igennem et større dyrehegn, man skulle jo nødig friste svage sjæle, dem tror jeg nu heller ikke vi har i Horsens Orienteringsklub, men for en sikkerheds skyld. Med blyant, kompas og dine ca. 25 poster prikket ind på et mønsterkort og forbundet til en bane, som max. bliver 10 km, er du klar til at drage i skoven, for at få fastlagt den nøjagtige placering. Er du i tvivl om en post står rigtigt, skal du ikke bruge den, men istedet vælge en placering du er sikker på er den rigtige. Tag din cykel eller bil til din ønskede start/målplads og opsøg alle poster der fra, det kan ikke betale sig at køre rundt i skoven og tage nogle få poster ad gangen. Både skoven, bilen og du selv har bedst af den første løsning, så bare på med løbetøjet og komme igang. Efter ca. 3-4 timer i skoven har du fået dine poster placeret rigtigt i forhold til dit kort, ligeledes har du fået givet dine poster en definition, og fået fastlagt start/mål.

Den 2. aften skal nu bruges. Hvis du vælger tirsdag eller onsdag i ugen, hvor du skal afvikle dit løb er materiellet klar til afhentning hos materielforvalterne efter forud aftalt tid. Spørgsmålet er blot hvad der skal bruges. Følgende kan anvendes som checkliste:

GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867
SØNDERGADE 36 · HORSSENS · TELEFON 62 54 77

1. Postskærme + evt. stænger.
2. Klippetænger.
3. Kontrolkort i 3 farver.
4. Løbskort.
5. Plasticposer.
6. Startlister.
7. Bord til indprikning.
8. Bord til startmandskab.
9. Målfelt.
10. Hæftemaskine.
11. Tape.
12. Målur.
13. Kuglepenne.
14. Snor til resultater.
15. Pengekasse.
16. Opslagstavle til instruktion og definitioner.
17. Snitzling.
18. Evt. skilte med angivelse af start og mål.

En lang liste, men en nødvendig liste.

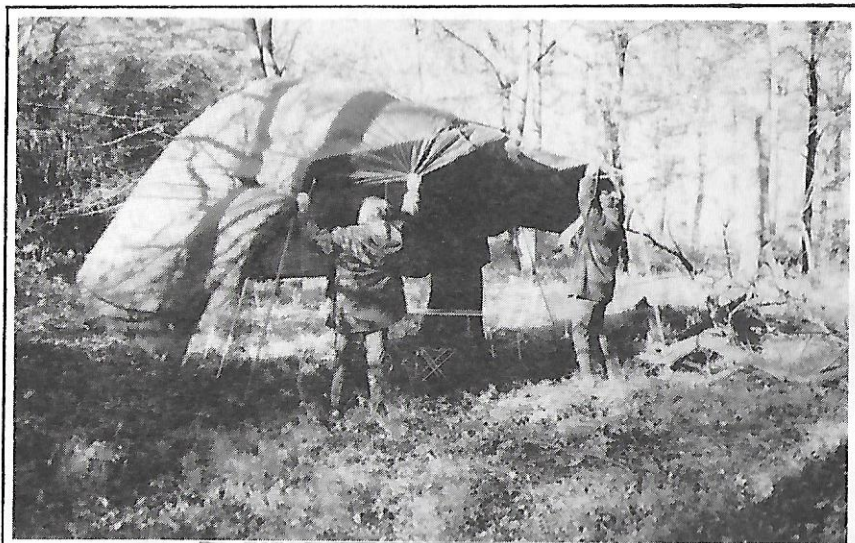
Enkelte ting kan undværes, f.eks. er det lettere at transportere posterne uden stænger. Der er som regel altid en gren du kan binde posten i.

Det eneste du skal bruge af materiellet til dit arbejde den 2. aften er at kende numrene på skærmene. Som det første skal du have fastlagt det endelige baneforløb med postantal og banelængder. Du laver 2 mønsterkort af hver bane til at prikke ind efter på løbsdagen. For at kunne lave definitionerne skal du have nummereret dine poster med de kendte skærnumre, rækkefølgen er ligegyldig.

For at lette udsætningen af dine poster er det lettest, hvis du finder mønsterkortet frem, fra den dag du var i skoven, og laver et tilsvarende, dog med de endeligt placerede poster. Du giver nu hver af posterne et af dine kendte skærnumre, og lægger skærmene i den rækkefølge du ønsker at opsøge dem i skoven, ned i en pose sammen med klippetængerne. Posen skal du løbe med ved udsætningen. Efter 2. aften skal følgende være klar:

1. 2 mønsterkort af hver bane.
2. Definitioner.
3. Mønsterkort med alle poster påført postnumre.
4. Skærme skal lægges i nummerorden, svarende til mønsterkortet under pkt. 3.
5. Instruktionen skal være skrevet.

Vi er nu nået til selve løbsdagen. Bilen er pakket aftenen i forvejen, så det eneste der skal være klar om morgenen, er dig selv og en stor madpakke. Vær opmærksom på at det er en heldagstur, du skal ud på. For at nå det hele skal du planlægge at være i skoven kl. 8.30. Start med at sætte posterne ud. Tag løbstøjet på, medbring posen med skærmene, der er lagt i nummerorden, klippetængerne og dit mønsterkort med alle posterne indprikket. Hvis du skynder dig, kan du klare det på ca. 2 timer. Klokken er så ca. 10.30, d.v.s. du har 2 timer til de første løbere kommer. Den tid skal du bruge til at rejse telt, hænge resultatsnoren op, gøre mønsterkortene fast til et af bordene, afmærke parkering o.s.v., så der er nok at se til.



TELTET SKAL REJSES I GOD TID

Når løberne kommer, er det bare med at få dem sendt afsted hurtigst muligt. Startintervallet mellem løberne behøver ikke at være ens. Du behøver heller ikke at kontrollere klippene, hvis der er nogen, der vil snyde, snyder de kun sig selv. Klippetængerne er kun til klippetræning.

Inden de sidste løbere er kommet i mål, kan du godt begynde at rydde op. Du skal også have samlet posterne ind. Det gør du i samme rækkefølge, som du satte dem ud. Du kender efterhånden skoven nu, så det tager kun halvdelen af tiden, som det tog at sætte dem ud. Althvad du har anbragt i skoven, skal fjernes igen, skov ejeren skulle nemlig finde nogle efterladenskaber.

Vel hjemkommen efter et godt afviklet løb, skal skærmene tørres og stængerne skal evt. vaskes, inden du afleverer materialet til materialeforvalteren. Det skal afleveres senest tirsdag, for der skal jo være løb igen næste lørdag.

Til sidst skal du lave en resultatliste til ophængning ved næste lørsdags træningsløb. Evt. indlæg til avisen skal afleveres senest søndag.

Jeg vil slutte dette indlæg med at ønske god fornøjelse, for det er det virkelig, vel og mærke hvis tingene bliver gjort i god tid.

Er der problemer undervejs så kontakt træningsudvalget eller undertegnede.

TROELS



Ungdomsudvalget

NORDKREDSSENS UNGDOMSPOKALER 1983

De 3 bedste resultater ud af følgende 5 løb talte:

1. løb: Vendelboernes B-løb i Uggerby Plantage den. 27./3.
2. løb: Uldjydernes B-løb i Nørlund Plantage den 10./4.
3. løb: Silkeborgs B-løb i Silkeborg Nordskov den 24./4.
4. løb: St. Binderups B-løb i Svinkløv den 14./8.
5. løb: Pan's B-løb i Ravnsø den 4./9.

Horsens-løberne opnåede følgende resultater:

H -10

1. Thomas Rex Christensen, Skagen	300
3. Jesper Q. Andersen, Horsens	276
4. Bo M. Jørgensen, Horsens	270
5. Flemming Thyssen, Horsens	258
Rasmus Holm Jensen, Horsens	258
9. Ulrik Nilsson, Horsens	94

D 11-12

1. Anja Malling, Randers	300
2. Rikke Holm Jensen, Horsens	295
4. Marianne Poder, Horsens	239
9. Tanja Stobberup, Horsens	166

H 11-12

1. Bo Pedersen, Randers	300
4. Søren Skovbjerg, Horsens	272

H 13-14

1. Keld Nielsen, Djurs	300
3. Carsten Thyssen, Horsens	283

D 15-16

1. Vibeke M. Hansen, St. Binderup	300
2. Berit Thyssen, Horsens	272

H 15-16

1. Jens Knud Maarup, Nordvest	298
5. Lars Møller, Horsens	286
10. Steen M. Jørgensen, Horsens	249
11. Per M. Jørgensen, Horsens	246
15. Lars B. Andersen, Horsens	114
19. Niels Anker Hansen, Horsens	76
24. Søren Thomassen, Horsens	68
27. Lars Christensen, Horsens	53
28. Søren Kristensen, Horsens	48

D 17-20

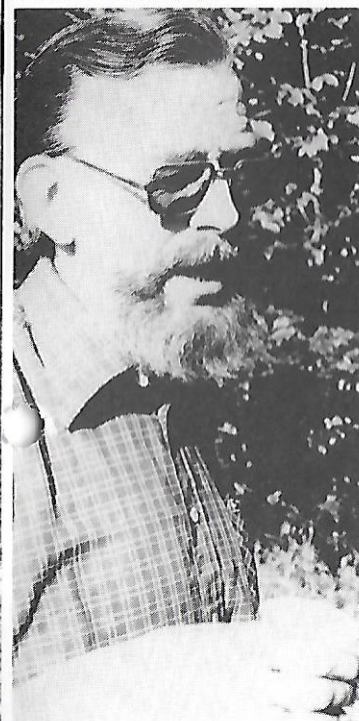
1. Birgitte Nørmølle, Nordvest	297
6. Anne Mette Hansen, Horsens	100

H 19-20

1. Anders Edsen, Århus 1900	300
2. Thomas Christensen, Horsens	263



KAN I MÆRKE AT KLIPPETRANGEN SNART KOMMER.



HENNING STOBBERUP, fyldte
d. 10. december 50 år.

TIL LYKKE



GUNNAR POULSEN, fyldte
d. 21. november 50 år.



AMSE og KNUD ERIK kunne d. 15.
november fejre deres sølvbryl-
lup. Hvilket de da også gjorde.

Til alle 12-18 årige:



SPAREKAS



SPAREKASSEN

Lise Skjødt

Navn

050-12-01715

Nr

21.7.84

Fødselsdato

Lise Skjødt

Underskrift

***Club 18 er din
nye ungdomskonto
med klubfordele***

...kom ind og hør nærmere

EGNSSPAREKASSEN
DEN ØSTJYSKE EGNSSPAREKASSE