

UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB

NR. 107

AUGUST 1993

22. ÅRGANG

VIGTIGE ADRESSER

Formand

Peer Straarup, Sydvestvej 8, 8700 Horsens 75.64.35.44

Kasserer (klubbens gironummer: 6 76 74 86) 75.65.52.25
Kim Taylor, Hovmarksvej 140 A, 8700 Horsens

Kortudvalg

Troels Jensen, Husoddebakken 7, 8700 Horsens 75.65.77.37

Kommunikationsudvalg

Karin Karlsson, Vestervang 6, 8350 Hundslund 86.55.02.81

Arrangementsudvalg

Kai Skoubo Sørensen, Vedbæksallé 84, 8700 Horsens 75.64.54.07

Ungdomsudvalg

Susanne Svendsen, Overholm 74, 8700 Horsens 75.65.36.99

Skov- og Træningsudvalg

Jørn Egeberg, Solhjemsvvej 5, 8700 Horsens 75.64.68.67

Klubhus

Jette Christoffersen, Skråningen 8, 8700 Horsens 75.65.45.44

Klubhuset, Abjergskoven 75.62.80.73

Tilmelding til åbne løb - Giro 6.30.51.13

Britta Pedersen, Seridslevvej 78, 8700 Hs. 75.66.71.26

Medlemsservice, indmeldelse, klubblad, O-posten m.v.

Troels Nielsen, Herregårdsparken 83, 8700 Horsens 75.65.78.13

Materielforvalter

Jørgen Skovby, Dagnæs Boulevard 52, 8700 Horsens 75.64.70.23

UDLØBEREN

Ulla Sørensen, sekr., Karen Mønster, Even Andersen,
Katrine Nielsen, Martin Søvang, Britta Pedersen,
Svend Aage Sørensen, Karin & Erling Karlsson,
Karl Ditlevsen (ansv.)
Svanevangen 34, 8700 Horsens - 75.65.33.17

FORSIDE

Jette Christoffersen & Tove Straarup følges i mål
ved ferieløbet Sørlandsgaloppen i Norge

Ny løbstilmelder

Da jeg har behov for aflastning før og efter fødsel, har jeg overtalt Tove Straarup til at vikariere som løbstilmelder her i efterårssæsonen 1993. Det var ikke en gang svært, til trods for at Tove har meget andet om ørerne. Tusind tak for det Tove.

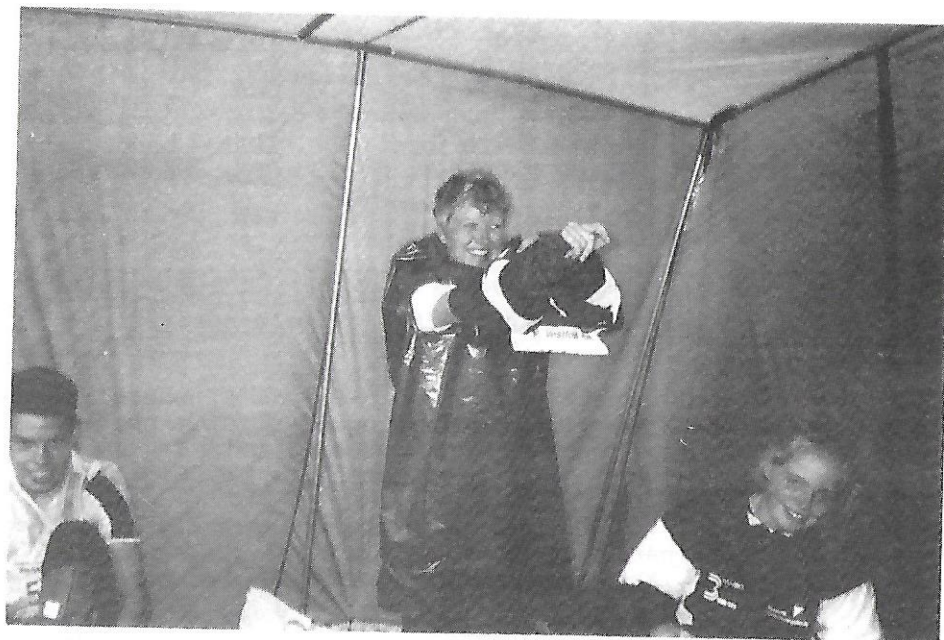
Henvendelse vedrørende deltagelse i åbne løb i efteråret skal altså ske til:

TOVE STRAARUP

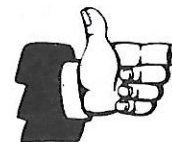
Sydvestvej 8

8700 Horsens

Tlf.: 75 64 35 44



Under Sørlandsgaloppen præsenterede Tove den nye "REGNVEJRSLØBEDRAGT".



Natløbskalender

TILMELDING NATLØB

TILM.-FRIST:	SKOV:	LØBSDATO:
17. august	Hovens Odde	Fre. 27.08.
<u>24. august</u>	<u>Skelhøj</u> Vissenbjerg Hvorup	<u>Tors. 2.09.</u> Fre. 3.09. Ons. 1.09.
<u>31. august</u>	DM-NAT, Valborup <u>Karup Adal</u> Aalbæk	Lør. 25.09. <u>Tors. 9.09.</u> Ons. 8.09.
<u>7. september</u>	<u>Ussinggård</u> Stenderup S. Rold Nørreskov	<u>Tors. 16.09.</u> Fre. 17.09. Ons. 15.09.
<u>14. september</u>	<u>Marselisborg S.</u> Gatten Plantage	<u>Tors. 23.09.</u> Ons. 22.09.
21. september	Stuersbøl	Fre. 1.10.

Bemærk, at datoerne er anført efter tilmeldingsfristen!!

De fleste Horsensløbere plejer at følge de 4 understregede natløb, "NATUGLEN". Sydkredsen har også en serie på 4 løb, som også er indenfor rimelig kørselsafstand. Er du ny og mangler en pandelampe, kan du sikkert låne en. Sig til!

Natløb er hyggelige små løb med god stemning. Frisk luft og naturoplevelser på en anden måde. Start kan være ved 21- 22-tiden. Du skal ikke regne med at være hjemme før midnat!

Vi ses derude!

Karl

3 x Divisions- turnering

I efteråret skal Horsens OK inden for halvanden måned løbe tre løb i Nordkredsens divisionsturnering.

Det gælder om - lige som i en fodbold- eller håndboldturnering - at samle flest muligt points sæsonen igennem, så vi skal altså gerne stille et stort og stærkt hold til hvert løb.

Notér dig derfor følgende datoer:

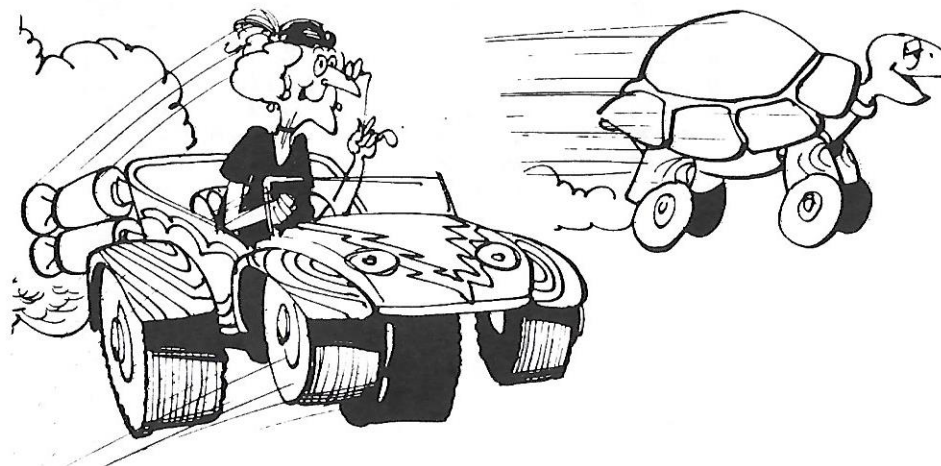
Lørdag d. 28. august. Løb i Fussingø mod Mariager OK.
Tilmelding: 10. august.

Lørdag d. 18. september. Løb i Sjørup Plantage mod Århus 1900.
Tilmelding: 7. september.

Søndag d. 10. oktober. Løb i Rold Nørreskov mod Holstebro OK.
Tilmelding: 28. september.

og tilmeld dig på liste i klubhuset eller til Tove Straarup.

BRITTA.



O-løb på tysk

Det hele begyndte engang i efteråret 92, hvor der blev sat nogle mål. Et af dem var deltagelse i B-Landskampen i Deggendorf. Det krævede dog, at man først skulle udtages, - det er ik' noget - Efter en del seriøs træning med nederlag i de vigtige løb, og hvor resultaterne meldte sig i de ubetydelige løb, var det tid til udtagelsesløb. Udtagelsen skulle foregå ved NOM-testen i Göteborg, d.v.s. at de der ikke kom til NOM (holdet til NOM bestod af de bedste 5) og var blevet mellem de 10 bedste fik en tur til Deggendorf. Chansen for at komme til Deggendorf var der, men desværre ikke resultaterne. Endnu engang havde jeg fejlet, ved et vigtigt løb. Jeg var blevet 3. reserve. Skuffende.

4 dage for afrejse fik jeg så den glædelige melding, at der havde været så mange afbud, at de var nået helt ned til mit navn. Ikke dårligt, må man nok sige. Tilbudet blev selvfølgelig modtaget med glæde. Selvom man er 3. reserve, er det ikke altid ensbetydende med at man er den dårligste. Det trostede mig, for så var mine chancer i Deggendorf for et godt resultat, vel på ligefod med de andres.

Torsdag den 27 maj var der så afgang midt i Beverly Hills. Lidt af en bet, men man kunne jo ikke så godt blive hjemme p.g.a. Beverly Vi var 5 herrer og 5 damer + 3 ledere, som bevægede sig ned af den tyske autobane. Vi skulle tilbagelægge en strækning på ca 1000 km. - Det er ik' noget- Deggendorf ligger i Syd-Tyskland, 50 km fra den tjekkiske grænse og ca. det samme fra den Østrigske grænse. Altså pænt langt nede.

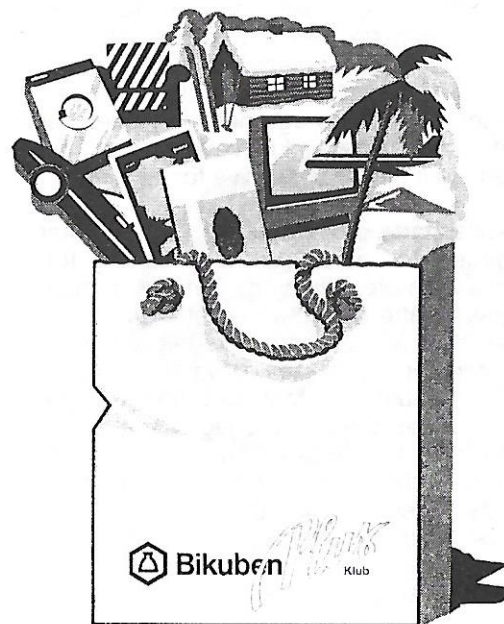
Efter et par tanke benzin og chauffør skift, ankom vi tidligt fredag morgen. Forretningerne havde endnu ikke åbnet, men vi fandt dog et gasthaus hvor morgenmaden kunne indtages. Vi var alle stadig meget trætte, for Søren Maarup havde i et venligt forsøg, på at holde chaufføren vågen, snakket hele vejen, dette havde dog også holdt vi andre vågen. Sjovt havde det været, men trætte var vi. (Det skader ikke at blive nævnt 2 gange, for vi var trætte)

Efter morgenmaden var der det obligatoriske proveløb. Vi var dog så tidligt på den, at posterne endnu ikke var sat ud. Dette måtte vores leder så først gøre. Proveløbsbanen var en sød lille halvtimes tur med skiftende intensitet. Terrænet åben, med en masse stier, og forholdsvis let gennemløbligt. Der var en del sten i bunden, der gjorde at man ikke turde træde helt igennem. Der var kun to ting, der forhindrede det fra at være helt perfekt (set med mine øjne), det var de enorme bjerge, og det dårlige vejr (det regnede). Nej hvor var det hårdt, altså stigningerne, men alle kom godt hjem, og søgen efter det gasthaus hvor vi skulle bo kunne begynde

Vi skulle bo hos Frau Fleischmann, et luksus gasthaus. Der var både det ene og det andet, swimming pool, kanal TV og nogle kæmpe senge hvor man helt forsvandt. Det var næsten som Prinsessen på ærten. Hovedpuderne var ligeså store som dynerne, og når dynerne havde størrelsen af 3 gange dansk, så er de store.

Resten af dagen gik med afslapning, sovning, eksamenslæsning og ikke mindst nusning. Det var helt suverent.

Aftensmaden som var suppe, steg og is, eller næsten, var helt perfekt. Vi fik hvad vi kunne spise, dog var salaten noget vag. Den bestod kun af syltede grønsager, som ikke ret mange spiste. Det opfattede Frau Fleischmann også efter et par dage, hvorefter den sag blev ordnet. Her var ingen smalle steder.



Bikuben Plus Klub

-en helt ny måde at være kunde på

Hver aften var der så eftersnak om dagens løb og den kommende dags løb. Der blev laver bilhold og ordnet kontrolkort. Hvis der havde været nogle gode resultater blev de selvfølgelig nævnt. Ellers var det ren råhygge og cola drikning.

1. etape var altså lørdag. Jeg skulle løbe 6 km med 350 m stigning (Himmelbjerget 2.4 gange). Terrænet lignede det fra prøveløbet (samme kort), så det var rimelig fedt. Jeg skinkede dog lige post 1 med 5 min en lam parallel fejl, men ellers gik det nogenlunde. Halvdelen af banen gik ned ad, (den første del), og reste op ad. Vi havde et stræk på 450 meter og med 105 meter stigning. (Det giver 23.3 %. -Det er ikke noget.-) Jeg kom igennem på tiden 69.26 og det skal her lige nævnes at jeg havde haft 445 meter stigning (3 gange op af Himmelbjerget). Placeringen var nr 21 ud af 36 og 3. bedste dansker, slået af vores leder Hanne Staugaard (men hun er også go') Ikke noget at prale af. Bedste dansker blev Tine Rasmussen.

2. etape skulle være knap så hård 5.9 km med 210 meter stigning. Dette blev dog hårdt, efter en vandring på 50 min. til stævneplads og derefter igen 20 min. kravt til start, var det meste af energien ved at være brugt. Jeg må dog have fundet noget nyt, for dette blev mit bedste løb. Jeg bommede 3 min, men alligevel blev det til en 6. plads, foran bl.a. junior VM-mesteren Barbara Baczek og Anke Xylander, Tysk landsholdsløber. "Det var en god dag" sagde far egeret til barne egeret. Terrænet her havde også været meget åbent, men alligevel krævede det en del koncentration p.g.a. de mange sten, som nemt kunne give forvekslinger.

3. etape var med jagtstart. Jeg skulle starte ud som nr. 14, lang tid efter den førende, men med muligheden for at avancere, hvis jeg løb ordentlig. Banen var 6.5 km med 235 meter stigning. Det var samme startsted som 1. etape, men alligevel måtte jeg en tur ud at bombe ved post 1. Hende der var startet efter mig, 30 sek., hentede mig på vej til post 2 og fulgte derefter med helt derover. Da vi næsten var ved posten, spurgte hun om det var post 1!!!! Konkludering: Man skal ikke hænge. Denne lille episode gav lidt af selvtilliden tilbage. Da jeg lidt længere fremme hentede en anden pige, var alt fint, men endnu engang måtte jeg bøde med et mega bom, forudsaget af den ekstra energi ved mødet. Jeg sluttede på en samlet 14. plads, så egentlig var der ikke tabt noget, men løbene havde bestemt ikke været tilfredsstillende. Af Dansker blev jeg bedst. Det var fedt da jeg jo egentlig kun var reserve, men alt kan næsten ske inden for o-løb. Det er det, der gør sporten så dejlig.

Efter løbet var der afgang mod Danmark. En lang køretur ventede, men den blev ikke så slem, for vi var alle ret trætte.

Mandag nat / tirsdag morgen nåede vi Danmark. Det havde været en god tur, og jeg har helt sikker lyst til at prøve igen, så på med trænings-skoene og ud på vejene, opfordring til andre. Jeg er igang. Rikke

Novemberaftener

Hver tirsdag i november skal der gerne arrangeres lidt ekstra. Det kunne være film/video, løbsteori om et emne, "foredragsholder" udefra. Har du en ide? Prøv at snak sammen med andre! Gode ideer modtages af ...

Jette Christoffersen
(75.65.45.44)

SIDSTE NYT



ERSØ STORKØB

ÅBNINGS-
TIDER:

Mandag-onsdag 9-16
Torsdag-fredag 9-20
Lørdag 8-14
1. lørdag hver måned kl. 8-17

Vejlevej

Smedetorvet

Sundvej

På bjergtur med Hede Nielsen

AL TROPHY 1993

Fra Trophyholdets dagbog.

På rejse til Paris og de sydfranske alper i Serre-Chevalier - Montgenèvre - Briancon.

Mandag den 21 juni 1993:

Afgang fra Horsens kl 14.00 med "Hansen Air" til Billund. Poul Erik fik sin flydåb kl 15.35. Op og nedture var værst, men han overlevede. I København stødte Niels til flokken - ankomst Charles De Gaulle lufthavnen, Paris kl ca 20.00. Vores orienterings-evne kom på første prøve for at få fundet en bus som vi tog til bydelen Maillot, hvorfra vi tog Metroen til bydelen Bercy med ankomst til Hotel IBIS kl ca 22.30.

Tirsdag den 22 juni 1993:

Turist i Paris. En del af byens seværdigheder blev nået via Metro, bus og ikke mindst til fods.

Onsdag den 23 juni 1993:

Første konkurrencedag med orienteringsløb i Boulogneparken, Paris. Afgang fra hotellet hvor samtlige hold og officials havde været indkvarteret op til flere dage var fastsat til kl 7.30. Ikke alle var klar til afgang så bussen kom afsted med 1½ times forsinkelse til et hotel som lå ti minutters kørsel fra Hotel IBIS. Her blev udleveret udstyr såsom kompas, kortholder, højdemåler og sikkerhedsudstyr til bjergene, samt vores dragter - RØDE med holdnummer 10. Kun en dragt var klar. Resten ville vi få i Briancon. Ligeledes fik vi information vedr. konkurrencerne de næste fire dage. De sparsomme oplysninger vi havde forberedt os efter, blev korrigeret. Vi blev klar over, at vi efter almindeligt orienteringsløb den første dag, de næste 3 dage skulle på overlevelsestur i bjergklatring med fuld udstyr.

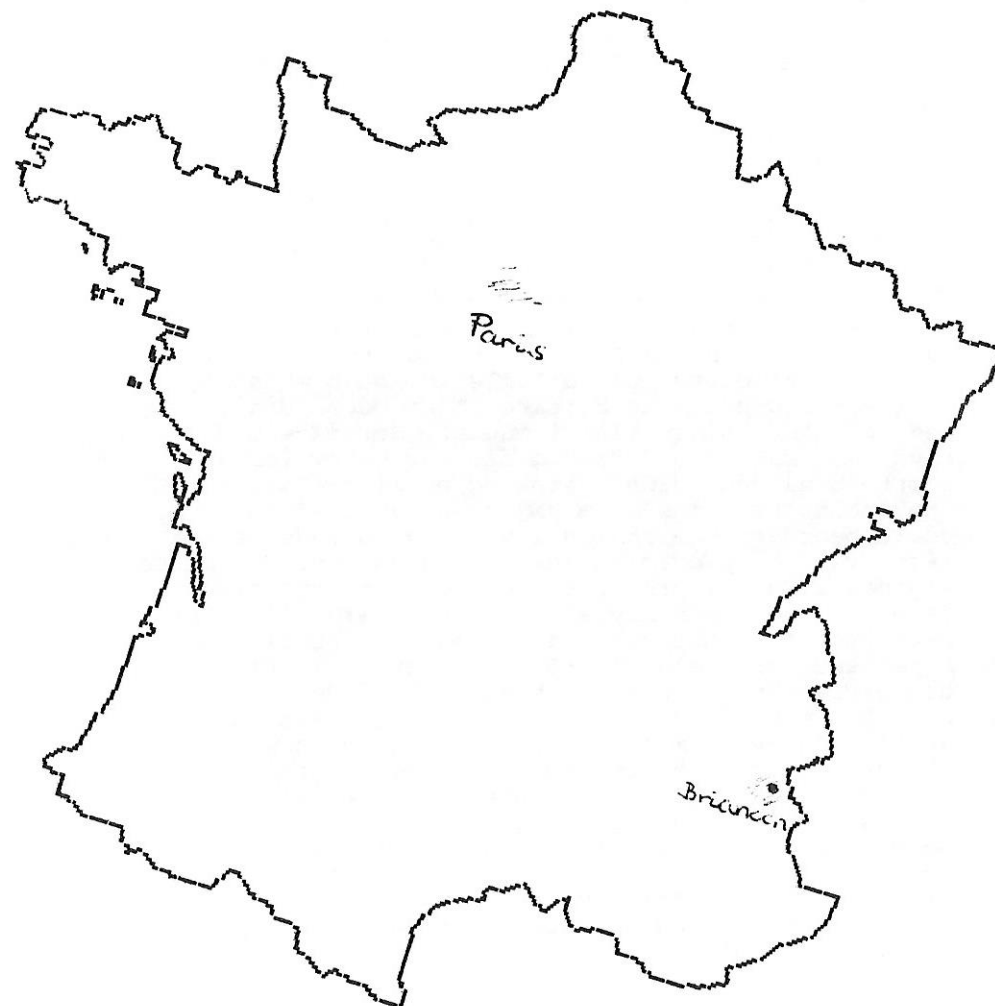
Holdet holdt rådslagning om, hvilket udstyr der var absolut nødvendigt, at slæbe med de næste tre dage. Luftmadrasser og andet udstyr blev sorteret fra, da vægten skulle holdes nede. I Montgenèvre ville vi få udleveret yderligere udstyr, 2 telte á 4 kg som holdet også skulle medbringe til overnatningerne. Efter udlevering af vores udstyr, var der fælles frokost på hotellet. Velkomstst-/åbningstale af Formanden for Air Liquide E De Royere. Han præciserede, at sikkerheden samt hensyn til naturen blev prioriteret højt. Herefter foregik transporten via krydstogtskibe på Seinen til start i Boulogneskoven. På sejlturen mødte vi et fransk hold som allerede havde kort over Boulogneskoven, hvor de havde trænet. Vi fik lov til at låne kortet, så vi kunne orientere os om området. Før starten på løbet var opgaverne uddelegerede, og så var det blot med at komme ud af "starthullerne", og hurtigst muligt i mål "alle mand" - ca 6 km. Ruten gik over 3 trafikerede veje, og med perfekt orientering gav vi os fuldt ud. Vor fornemmelse var, at vi havde en god tid. Endelig resultat kom først næste morgen. Alle vandrede herefter til nærmeste Metro (Port Maillot) for at begive os til Gare de Lyon banegården. Afgang med tog (sovevogn) til Briancon i de sydfranske alper.



Torsdag den 24 juni 1993:

Efter nogle timers søvn i toget stod vi op ved 7 tiden. Peter, den hollandske teamleder, kom ind i kupeen og lykønskede os med sejren i prologen. Da han er en rigtig spasmager, ville vi ikke rigtig tro ham, før han hentede resultatlisten som han satte op på vinduet i toget. Herefter var danskerne et kendt team. Ankomst til hotellet i Montgenèvre ca kl 9.00. "Stående taffel", og udlevering af telte plus dagsration af mad og vand, som blev pakket i rygsækkene der herefter vejede 10-15 kg, som vi skulle bære rundt med de næste 3 dage. Startrækkefølgen var modsat placeringen i prologen, med 1 minuts start-sinterval. Japan startede først, Danmark sidst. Før starten blev der udleveret 3 nødraketter samt givet instruktion i brug af disse, samt oplyst forholdsregler i bjergene. Holdene fik først udleveret beskrivelse (roadcard) af dagsetapen samt 3 stk landkort (1:25 000) dækkende ca 600 kvadrat kilometer hver. I følge roadcard skulle der findes 4 checkpoints (bemandede poster) samt mulighed for at tjene ekstra points ved at finde "bonuspoints" (det viste sig at være ubemandede poster). Bjergklatringen startede med det samme. Starten foregik ved foden af en skilift i 1870 meters højde. I løbet af kun 2 km steg højden til 2577 meter over havet til første checkpoint, hvor vi vandrede i sne for første gang. Her på ryggen af alperne mærkede vi for første gang den tynde luft. Herefter gik det videre op og ned ad bjergsideren. Officials var udstationerede på steder hvor der kunne være fare for at starte lavineskred (af klippestykker). Næste checkpoint var en fårefold i 2300 meters højde. Checkpoint nr 3 var gemt af vejen i 2270 meters højde. Fra pkt 2 til 3 havde vi i mellemtiden været oppe i 2459 meters højde. Nu gjaldt det om at sikre sig "bonuspoint". Vi valgte at bruge højdemåler og kompasretning for at finde punktet, hvor sporet krydsede vandløb "Ravin de Bel-lecombe" i 2098 meters højde. På vej til denne vores første bonuspost undrede vi os over at møde enkelt-personer uden oppakning. Det viste sig senere at nogle var bekendt med at bonuspunkterne ikke var bemandede og at det ikke var nødvendigt at hele holdet skulle ud på disse afstikkere. Godt midtvejs på dagsetapen var der forplejning hvor der blev tanket op med vand. Efterfølgende sendte vi blot en god orienteringsløber uden oppakning når der skulle hentes bonuspoint. Den sidste del af dagsetapen var et meget langt stræk hvor det gik kraftigt nedad.

Strækningen var meget vanskelig at gå. For at komme til checkpoint nr 4 bevægede vi os fra en højde på 1480 meter til 1632 meter. Kort før mål sendte vi endnu to orienteringsløbere ud for at score bonus-points. Længden på dagsetapen var ca 25 km. "Campen" hvor vi slog telte op lå meget flot ved en flod. Her var der mulighed for et bad - dette skulle foregå i floden eller under den kolde bruser. Det var bare koldt!. Aftensmaden bestod af suppe lavet i en kæmpe kobbergryde ophængt over bål og kød med pasta og flutes. Næsten alle på holdet fik repareret fødder for vabler i lægeteltet.



Fredag den 25 juni 1993:

Dagen begynder kl. 06.00. Morgenmad i frostvej. Sammenpakning af telte og første start på en ny dags strabadser kl. 09.00. Starten var i 1580 m højde, og bidende kold, så det varede nogle minutter før kroppen fungerede 100%. Dagens roadcard viste 4 checkpoints, og mulighed for 4 bonuspoints. Til første checkpoint valgte vi en kort strækning, som viste sig at være meget vanskelig at klatre op af. Denne stigning var endnu mere stejl, end vor hårdeste stigning den første dag i bjergene, idet vi måtte klatre 400 m opad på ca. ½ km. Der var heldigvis mulighed for ny vandforsyning i et vandtrug ved en lille bjerghytte. Kort efter fandt vi første checkpoint. Videre herfra gjaldt det en afstikker efter første bonuspoint, som var placeret på en flad høj, men bag en klippe så den blev fundet med lidt held. Turen gik videre til checkpoint 2 "Col de Bufferé" passet i 2427 m højde, hvor der var forplejning. Videre herfra var der atter mulighed for at tjene et bonuspoint, men trods 2 mands ihærdige søgen, valgte vi at fortsætte mod næste checkpoint. Det viste sig senere, at der var upræcise angivelser i de engelske udgaver af roadcards. 2-3 km længere fremme havde vi igen en "klatring" på 150 m stigning, hvorefter vi gik nogle kilometer på en lille sti på bjergsiden, hvor afgrunden lurede direkte under os, så det var med at holde tungen lige i munden. Strabadserne havde her sat sine spor, og der var behov for at støtte hinanden, både fysisk og psykisk. Kort før checkpoint nr. 4 i 2534 m højde, blev vi af en "officiel" beordret til at ændre vejvalg, således at vi måtte vandre op over en snekam i 2600 m højde. Dette skyldes at vi ellers kunne forårsage klippeskred til fare for andre, som havde valgt et lavere terræn end os. Turen fra checkpoint 4 til mål var utrolig anstrengende. Et fald på 650 m i løbet af 1½ km. Desuden havde man placeret en bonuspost på vejen ned i ca. 2000 m højde, dog med den lille finesse, at man skulle klatre 200 m op igen, og ind i en gammel toibanestation for at finde posten. Dagens etape blev ca. 23 km. Ny lejr blev etableret, efter vi var kommet os over dagens strabadser. Atter var der stor søgning hos vabelspecialisterne. Lejren lå igen ved en flod. Toiletforhold fandtes ikke. Efter aftensmaden var indtaget faldt vi hurtigt til ro, til trods for at teltene stod så skrå, at vi hele tiden gled ned i fodenden.

Lørdag den 26 juni 1993:

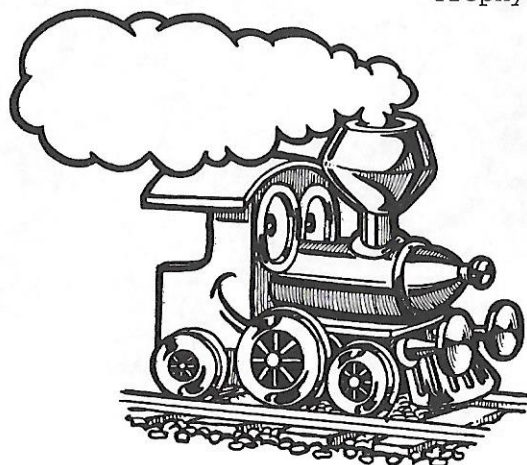
Op kl 6.00. Det var knap så koldt som dagen før. Dagen var delt i 2 etaper. Første etape: bjergklatring ca 10 km. Anden etape: Mountainbike cykling ca 20 km. Jette havde fået forbud af lægen mod at deltage, p g a blodige fødder. Første start kl 8.00. Holdet "løber" godt derudad. Vi har valgt at forcere direkte til mål, og ikke hente bonuspoints, da det ikke giver mange minutters bonus. Kort efter start må vi til at reparere en rygsæk, hvor der sprang en strop. Dette foregik næsten i farten (teamwork). På strækningen var der 2 bjergvandløb der skulle passeres. Dette betød at der skulle kravles på skrænter - først 30 meter ned og derefter 30 meter op igen for at komme videre. Mod slutningen blev vi vildledt af en direkte fejlangivelse af checkpointet. Vor udgave af roadcardet angav det beliggende i 2028 meters højde, hvorimod posten var på en bjergvej i 2084 meters højde. Vi var forrest på turen og kunne ikke følge efter et hold, som havde den franske udgave, som angav 2084 meter, hvor den bemandede post var. Dette forhold blev diskuteret meget med løbsledelsen, som gav os medhold og beklagede fejlen. Vi fik tildelt en tidsgodtgørelse.



Mountainbike løbet var med hold blandet af forskellige nationaliteter. Dette race gik over stok og sten og gennem småvandløb med klippestykker. Mange punkterede og alle glædede sig over dette sociale indslag. Løbet sluttede i Villeneuve, hvor en del tog sig et bad i en lille sø. Præmieoverraskelsen, hvor vi modtog medaljen og pokaler som vinder af prologen, startede med at trofæet for den samlede konkurrence kom med en faldskærmsudspringer. DFG 1 vandt konkurrencen. Danmark blev nr 12 sammenlagt. Bussen bragte os tilbage til vort udgangspunkt i alperne til hotellet i Montgenèvre. Her blev hvert hold tildelt et værelse med varmt brusebad. Det var bare sagen. Herefter blev der festet med et overdådigt måltid mad, øl og vin af libitum. 2½ times buskørsel bragte os til Grenoble, hvorfra vi kl 03.00 tog med toget til Paris. Alle fik 4-5 tiders søvn. Ankomst kl 9.00 til Gare de Lyon. Der blev taget afsked efter fælles morgenbord med kolleger/venskaber skabt efter fire dages strabadser, hvor der blev afprøvet "grænser". Bussen stod klar til at køre holdene til lufthavnen og ved vor hjemkomst til Billund kl 19.00 stod "Hansens Air" igen parat til at fragte os sikkert og behageligt hjem til modtagelse på Godsbanegade.

For Trophyholdets vedkommende er ½ års "arbejde" overstået. Vi takker for den store opbakning og interesse, som Horsens O-klub har vist os. Afslutningsvis håber vi, at vi med vores erfaring på dette område kan komme klubbens medlemmer til gavn.

Trophyholdet.



Debut som triathlet

Jeg havde længe gået og tænkt på at deltage i triathlon i Bjerre Herred, så Henning tilmeldte mig.

Endelig kom dagen, og vi kom af sted til Bjerre Skov. Da jeg var ved at parkere min cykel, kom Åse hen til mig og sagde: Jeg så du var tilmeldt, så du fristede mig til at deltage. Det var nu rart man kunne friste nogen til at deltage.

Nå, men vi kom da endelig igang, med lidt forsinkelse på grund af lidt bilfræs.

Først skulle vi løbe 4,2 km. Jeg vidste på forhånd, at der var jeg svag, og ganske rigtig det var hårdt.

Derefter skulle vi cykle 14 km, det havde jeg glædet mig til. Det var dejligt at komme ud at cykle. På cyklen overhalede jeg endelig Åse.

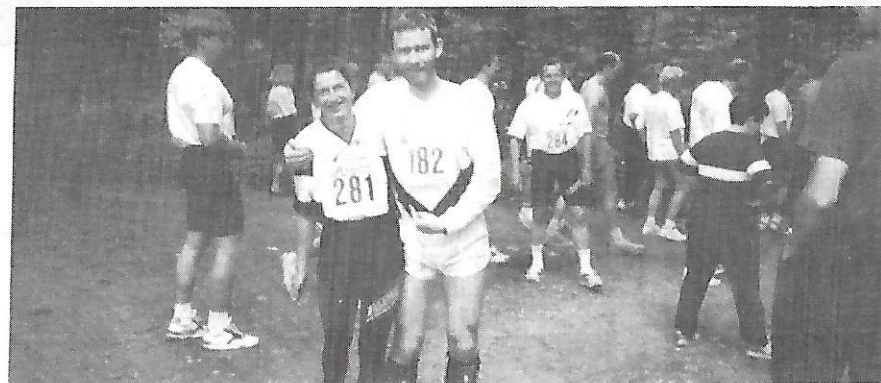
Efter cykelturen var der 4 km orienteringsløb. Mine ben rystede efter cykelturen og hjernen ville heller ikke rigtig gå igang. Men jeg kom da igennem det hele.

Nu kan jeg kun opfordre andre til at prøve denne tur, det var allertiders, og en ting er sikkert - jeg stiller op igen til næste år, selvom jeg blev sidst denne gang.

Til sidst en tak til arrangørerne for denne dags oplevelse.

Med venlig O-hilsen

Lis Larsen



Hvor kan tilfældet dog spille os et pus engang imellem. Ved skovtriathlon i Bjerre opdagede en løber pludselig, at Jette og Jørgen har levet så tæt sammen, at de nu er ved at være hinandens spejlbilleder - i hvert fald, hvad brystnummer angår.

Fidusløb & Skt. Hans



Skt. Hans er en skøn tid med myg, brændenælder og Fidusløb. Denne gang var der absolut tale om et discountløb. Man skulle selv bestemme, om man ville have kort med eller ej. Poster var der 80-90 af, og når man så fandt en, var det slet ikke sikkert, at man kunne bruge den på sin "spilleplade".

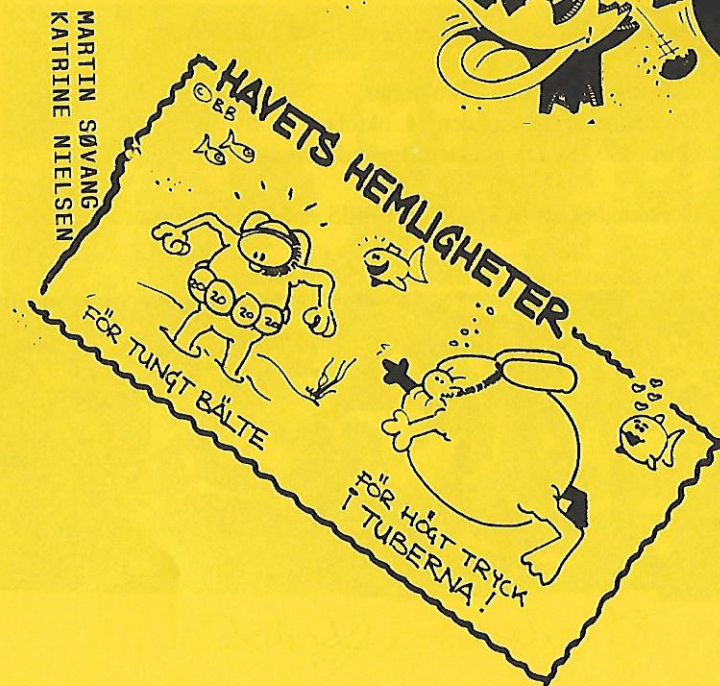
Alle tog det pænt. Som sædvanligt vandt de bedste!! Denne gang var det Jens, Jette & Jørgen Christoffersen. Bedste ungdomsløbere blev Tim & Tanja!

Tillykke til vinderne!

Vi glæder os til næste år!

Red.

SkærmNymfen



Norgestur i efterårsferien

Norødegården, Moss.

Til ungdomsløberne!

Længes du efter....

- at sejle 6-7 timer med færge?
- at stå udenfor en hytte kl. 01.00 uden at kunne komme ind?
- at sove på liggeunderlag i et godt roderi?
- at stå med et kort i en norsk skov og ikke vide, hvor du er?
- at drikke vand, som smager af rådne æg?
- at stå med håret fuld af shampoo og uden vand i bruseren?
- at købe slik til den dobbelte pris af derhjemme?
- at være dødtæt efter blodslitet?

-så meld dig til turen i uge 42 på listen i klubhuset!

Afgang tirsdag den 19. oktober.

Hjemkomst søndag den 24. oktober.

Pris: 300 kr excl. evt startafgift til "Blodslitet"

Resten dækkes bl.a. af STATOILS sodavands-sponsoring

Klasseinddeling ved Blodslitet. Samlet start.



Et billede fra Blodslitet

H-14 / D-14	6.5 km	58 kr
H 15-16 / D 15-16	7.5 km	58 kr
H 17-20	15.0 km	88 kr
D 17-20	11.0 km	88 kr
H 21	23.0 km	91 kr
D 21	15.0 km	88 kr
D 35-45	9.0 km	78 kr
H 35-45	15.0 km	78 kr
H 45-55	12.0 km	78 kr

Ledere: Grethe, Trille, Ellen, Henning, Karl, Eigil.

Tilmelding senest 21 sept. på liste i klubhuset eller pr tlf. til Eigil
75.65.78.13.

(Evt løbsafgift trækkes på løbskontoen).

- med venlig O-hilsen

Eigil



*Glade minder fra
en Norgestur*

Team Nordlys i Skive

TEAM NORDLYS I SKIVE

Jeg må ærlig indrømme, jeg fik lidt af et chok, da jeg den anden dag under oprydning og rengøring på mit værelse, (en særdeles sjælden ting efter min mors mening) fandt en gul indbydelse til påskeløb i Skive 1994. På sedlen var der tegnet en masse røde streger, der efter sigende skule være Katrines håndskrift. Da slog en frygtelig tanke mig pludselig! Jeg havde jo lovet Katrine at skrive om vores stjernetræf i Skive.

Det var med meget store forventninger pigerne fra Horsens lørdag den 24.4.93 tog afsted til Skive.

Programmet lød som følger: 0-løb, håndgranatkast, forhindringsbane, svømning i Skive badeland og bowling i Skive bowling Center. Vi var alle spændte på, hvad der ventede os i den kommende week-end. Man kan godt sige, at vi blev udsat for lidt af hvert.

Arrangementet startede med en fælles løbetur fra skolen og ud til Skive kaserne. Der var først lavet et lille 0-løb med poster i vilkårlig rækkefølge. Det blev overstået uden de store problemer, da det var noget vi alle kendte noget til.

Næste disciplin var håndgranatkast. Nogle vil nok mene at håndgranatkast hører til blandt de lidt farlige sportsgrene, men det gik nu ikke så galt. Det eneste vi mistede var, 9 fingre, 3 arme og et $\frac{1}{2}$ ben, men ellers forløb det meget smertefrit.

Så kom det vi nok havde frygtet, og alligevel glædet os mest til: **FORHINDRINGSBANEN.** Vi blev udsat for en masse hårde øvelser, deriblandt sukkenes dal. Her skal det lige nævnes, at da vi var i fuld gang med forhindringsbanen, kom der en flok af de barske jægersoldater, fra fjernsynet, løbende (vel at mærke dem der var blevet udtaget til de videre optagelseprøver) og det er ikke helt løgn, når jeg siger, at de stoppede op for at beundre vores fantastiske teknik.

Næste øvelse i stjernetræffet var svømning, hvor ikke alle brugte den samme elegante teknik til at komme frem i vandet.

Som en hver anden sportskvinde trængte vi også til nye forsyninger efter alle disse forskellige discipliner. Der blev serveret mere eller mindre kinesisk mad. Vi fik ihvertfald kun udleveret pinde, og jeg vil ikke just sige alle fik lige meget at spise den aften (jeg hentyder ikke til nogen speciel Katrine).

Efter den kinesiske middag var det tid til den sidste disciplin, nemlig bowling. Jer der har prøvet at bowle ved, at det godt kan være farligt at stå bagved den der skyder, især hvis vedkommende ikke ved hvilken vej kuglen skal.

Man kan ikke sige at dette team nordlys var som de andre vi har været på. Det gælder heller ikke med hensyn til sengetider. Der plejer altid at være en frygtelig snakken til langt ud på natten, men denne gang var der ro allerede kl. 23.00.

Dagen efter var der C-løb i Ulbjerg. Hvor vi igen kæmpede imod de barske jægersoldater. Man kan godt sige, at det var en flok trætte piger, der vendte hjem til Horsens søndag eftermiddag, efter et godt men hårdt stjernetræf.

HEIDI.



På sommerlejr



Ungdom II sommerlejr, Åhus '93.

Søndag den 27. juni var dagen, som alle friske, fikse, super-intelligente og oplagte ungdom-II-løbere havde ventet på. Vi mødtes på banegården, hvor vi alle ti kom slæbende med diverse tasker og pakkenelliker. Endelig kom toget til Århus og ikke Åhus, og vi steg ind. Ikke et øje var tørt hos vores stærkt lidende og påvirkede forældre, som skulle undvære deres søde, rare, altid flinke børn en hel uge. Tårerne trillede ned ad kinderne på dem og lavede en sø på størrelse med Bygholm Sø (overdrivelse fremmer forståelsen). Vi kom til Århus, hvor vi skulle mødes med folk fra nær og fjern. Langt om længe kom vi til Grenå, hvor vi mødtes med alle gutterne nordfra, og det blev en lystig overfart. Da færgen havde lagt til kaj, og vi havde ventet ca. 30 minutter, kom bussen, men vi kunne se, den havde haft et "mindre" uheld.

Da vi kom til Åhus, stod vandet ned i stænger fra himlen, og da vi til sidst havde fundet nøglen under en masse blade og mudder, kom vi ind i tørvejr. Vi boede i Åhus fritids-center inde midt i byen - ikke langt fra en cola-forsynings-butik, og den blev brugt meget i løbet af ugen. De terræner, vi løb i mandag og tirsdag, var supergode, småkuperede og meget åbne. Mandag fik vi skridttællere på vores kompasser, og de blev til stor hjælp hele ugen. At vi glemte kortene en dag, hvor vi havde lidt travlt, er næsten noget, der sker hver sommerlejr, og det skete selvfølgelig også på denne hersens sommerlejr.

En dag lavede vi en minigolf-turnering, og banen blev invaderet af en flok på dette tidspunkt super-oplagte minigolf-spillere. Kuglerne fløj i bogstaveligste forstand rundt i luften, så det var på eget ansvar at være inden for en omkreds på 100 m omkring banerne. Ugen gik meget hurtigt, og lige pludselig var det den sidste aften, festaftenen med festmad og fest. Den nat var der nogle, der sov mere end andre. Fredag var oprydningsdagen, og vi sled og slæbte, og da vi var færdige, sagde vi farvel til Åhus og nogle af lederne, som ikke skulle med os. Da jeg kom hjem, hev og sled min seng sådan i mig. Jeg var forsvarsløs. Den kastede mig omkuld. Jeg gjorde i starten modstand, men den var for stærk, så jeg overgav mig.

Til alle ledere + ungdom-II-løbere vil jeg sige tak for en hyl sommerlejr.

Hilsen Katrine

Biludlejning

PERSONVOGNE

VAREBILER

FLYTTEBILER

LASTBILER

m. lift op til 40m'

MINIBUSSER

9-15-18 pers.

KONFERENCEBUS m/TV

LIMOUSINE BUS

m/bar, video, telefon
for 7-10 personer

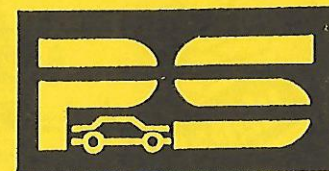
Skeldal

CAMPINGBIL



75 61 07 77

75 61 00 50



Tirsdagstræning, -efterår '93

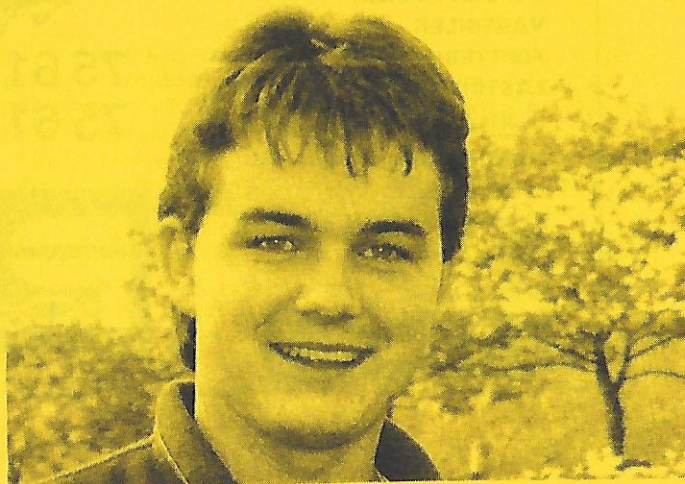
Uge	Dato	Sted	Arrangør	Moment
34	24/8	Ustrup	Flemming/Carsten	Fin-O & mangepost.
35	31/8	Lystrup	Katrine	Valgfrie p.
36	7/9	Dybdal	Morten/LiseLotte	Finorient.
37	14/9	Rold	Troels N.	Følg John
38	21/9	Bygholm	Thomas P.	Pointløb Samlet start!
39	28/9	Bygholm	Bo/Per Mønster	Natløb.

Starttid fra kl. 18.00

Arrangørerne kan/skal kontakte undertegnede for materialer til momentbaner og kort med forbudte områder.

God fornøjelse

Carsten.



Lån en lampe!

Natløbssæsonen er over os. I de næste par måneder vil en flok fra Horsens OK tage til natløb - nok mest om torsdagen for at følge "Natuglen"s fire løb inden DM. Et af dem arrangerer vi jo selv! Tag mod til dig og meld dig til natløb. Det er sjovt. Ungdomsafdelingen råder over 2 stk halogen-pandelamper, som opbevares hos undertegnede og er til udlån blandt ungdomsløberne. Herudover kan vi nok finde nogle almindelige batterilamper (De ER gode nok!), så alle, der har lyst, kan låne en lampe, indtil man har lyst til at anskaffe selv. Se løbsdatoer og tilmeldingsfrister andetsteds i dette nummer.

-med venlig hilsen

Karl (75.65.33.17)

ORIENTERING

ALT TIL O-LØB & TRÆNING

- Tasker
- O-skærme
- Kompasser
- Stolerygsæk
- Stifteklemmer
- Orienteringssko
- Pandelamper & udstyr
- Orienteringsbeklædning

MØLLER SPORT

EGERNVEJ 18 . 8680 RY TELEFON 86-891996

Thylege på Livø

Så var hele den store familie på sommerudflugt! Ca 70 mennesker til klubbens sommerløb. Denne gang var kortet i farver, men tag ikke fejl! Nogle af os tog fejl! -også med geografien. I de almindelige geografibøger fortælles om middelhavlandenes kedelige maki-beplantning, tornede buske uden håb. Der står ikke noget om, at Livø også har sin "maki". Det har den, og har du en gang været heldig at snige dig ind på en post fra den rigtige (= nemme side), kan du være overbevist om, at du har opbrugt din kvote af held. Buskene rækker ud efter dig og griber dig. Måske forsvinder du for dine kammeraters øjne, men forvent ikke hjælp fra den side. De er jo konkurrenter!! Nogle gange lykkedes det at kravle (!) uset under beplantningen og hen til en post, men der var dejligt derovre.



Fra pointløbet i Rold. Britta & Preben tager imod. Thies vandt iøvrigt sin bane. Årets Thylegemester blev Carsten Thyssen (igen!). Troels Nielsen var bedst til pointløbet.

Dagen derpå i Rold Nørreskov på faste poster. Det var faktisk rigtig godt. Ideen er bestemt anvendelig en anden gang. Hytten var stor og god og blev heldigvis flittigt benyttet i ugen derpå. Thylegene er netop også og for nogle især "ugen derpå", hvor man kan slappe af sammen eller hver for sig. Tag på småture etc.



Der var liv og glade dage i hytten i ugen efter Thy-lege-weekenden.

Tak til Britta & Preben. Det var en god tur, I havde lavet til os!

Karl

PS: Når det så sortest ud inde i de tornede skræntbevoksninger. Når der var travet rundt flere gange i den fjentlige beplantning, var den oftest forekommende bemærkning: "Her kan Preben da umuligt have været!"

Sørlandsgaloppen

Jeg sluttede mit ferieindlæg i "UDLØBEREN"s september-nummer 92 med at spørge: "Hvor skal vi hen næste år - hvor er der løb ude i " den store verden"?"

I første omgang syntes det ikke som om der var et oplagt emne. Joh, Sørlandsgaloppen var oppe at vende, men den foregik jo et sted, hvor risikoen for regn var stor, og hvor øl og rødvin kostede det hvide ud af øjnene. Alternativet var en ferie uden løb, og vi talte da om, at den evt. kunne gå til Bretagne..... Efterhånden som tiden nærmede sig og tilmeldingen skulle falde, begyndte det at trække i den gamle cirkushest, der følte, at han lugtede savsmuld. "Det er jo ikke sikkert, det regner så meget... og mad og drikke kunne jo tages med hjemmefra... og hvorfor altid sydpå - det var jo også længe siden, vi havde været nordpå.... og der var da også mange fra klubben, der skulle med... osv. osv. Der røg turen til Frankrig!

Torsdag d. 8. juli blev der så linet op til ferien. Fornødenhederne var indkøbt og Camp-let'et blev pakket. Fredag nat klokken 03.00 ringede vækkeuret og ved 4-tiden samlede vi Troels og Katrine op i Horsens. Ved 7-tiden stødte Jette, Jørgen, Tim og Jens samt Peer og Tove til i Frederikshavn og sammen fulgtes vi med færgen "Thor Heyerdahl" til Larvik.

I Stokke, der ligger mellem Tønsberg og Larvik - og hvor Sørlandsgaloppen skulle have stævnecenter - var Finn og Birgit kommet som de første, dernæst kom "færgeholdet", så Kaj, Sonja og Svend og til sidst - om lørdagen - Svend Åge. Alt i alt blev vi altså 16.

Lørdagen blev brugt til afslapning - vi gik bl. a. en tur i den nærliggende skov, hvor der var opsat et antal poster - her så vi også noget, der blev kaldt "jættegryder" - det var store, dybe vandfyldte huller, lavet i istiden af smeltevandsskald, der sammen med grus og sten havde skuret sig ned i klipperne. De var heldigvis afskærmede, så ingen risikerede at tage turen på hovedet i " den sorte gryde".

Søndag startede løbene så - det var meget dansker-venlige terræner i en afstand af max. 30 km fra vores campingplads.

Hjemmefra havde vi meldt os til på en bane, der passede sammen med andre fra klubben, så vi havde mulighed for at diskutere vejvalg m.v. Vi skiftedes alle til at være gode og mindre gode - men det vidste vi jo på forhånd. Selv havde jeg meldt mig til 4 ud af de 6 løb - dvs. et løb hveranden dag - og de andre troede vist, at jeg på en eller anden måde var synsk, da jeg havde fravalgt dagen med silende dagsregn (der kom meget, skulle jeg hilse og sige) og dagen med tropesol.

Om selve arrangementet er der ikke andet at sige, at standarden var på det jævne. De to gange to af dagene var der løb i de samme skove - vi havde bare andre poster end dem dagen i forvejen, og på to etaper var start og mål det samme.

Om "campingpladsen" kun det, at den efter min mening var en kende for primitiv. Mændene blev diskrimineret, da de kun kunne tage bad under åben himmel, mens der var en skurvogn med 3 brusesteder til damerne. Toiletterne var også primitive - som et gammeldags "das", men de fungerede fint nok.

Det kan godt være, at man efterhånden er blevet en kende for kræsen, men efter min mening var en pris af 700 kr for overnatning i 8 dage noget i overkanten, når man tager i betragtning at vi på vores videre færd i gennemsnit betalte 60 - 70 kr. pr. nat på campingpladser af almindelig standard.

Derimod fungerede alt det andet: Der var præmieoverrækkelse til tiden, og her fik Troels en samlet placering som nr. 5, der var meget fin skiltning til løbsområderne, der blev arrangeret en underholdende volley-turnering, hvor de to danske deltagende hold med ungdomsløberspillere fra Nordkredsen nåede til semifinalen, m.m.m.

Selve klublivet foregik på bedste vis - der blev aftalt fælles kørsel, aftenspisningen foregik klokken 19.00, diverse fortalte lagde rum til, når regnen blev for slæm, og det blev til kano- og fisketure for ungerne, turisttur til Tønsberg (bytur) og Kongsberg (sølvminerne). Sidst - men ikke mindst - gik snakken over kortene med vejvalg m.m. Kaj prøvede i hvert fald indtil flere gange at overbevise Svend Åge om hvordan han skulle have løbet, hvis det skulle være optimalt.

Lørdag morgen mødte vi Ellen og Eigil på stævnepladsen - de kom for at hente Troels og Katrine til deres videre færd - og Eigil prøvede kræfter med en H 60 bane, som han løb i stedet for Finn Arildsen, der skulle hjem til sølvbryllup. Så nu glæder Eigil sig til at blive 60!

Tidligt søndag morgen pakkede Peer, Tove og Svend Åge deres grej sammen, da de skulle med færgen til Frederikshavn klokken 8.00 - og efterhånden fik alle vi andre gjort ligeså: Finn, Birgit, Kaj, Sonja og Svend for at tage til Sverige, Ellen, Eigil, Troels og Katrine for at deltage i yderligere 2 o-arrangementer i hhv. Voss og Kongsberg, Jette, Jørgen, Tim og Jens for at lægge en uges arbejde på Kvitåvatn og Ole og jeg for at køre over til Bergen.

Efter et par dage der - uden regn, kun med lidt skyer - tog vi videre nordpå, krydsede Sognefjorden og kørte langs dens nordside og videre op mod Jostedalbreen. Vi fandt ud af, at man ved den arm, der hed Nigardsbreen kunne komme på "istur med fører", så vi deltog i en såkaldt "familietur" da det var det, man kan kalde en "impulstur", og vi ikke havde udstyr til mere. Det varede et par timer og var en god oplevelse for de 60 kr., det kostede pr. næse. Vores tur gik dernæst videre over Sognefjellet - i kulde, regn, hagl, tåge og med sidste vinters snekanter stående langs vejen. På toppen var der et mylder af mennesker, der benyttede sig af, at der her var mulighed for at stå på ski. Vi rundede Jotunheimen, og så var det ellers bare at køre sydover for at nå færgen i Larvik. Vi tog hjem en dag før beregnet, da der var en del regnvejr - dog mest om natten - men det gjorde, at Camp-let'en tit blev pakket våd sammen, og at tingene havde svært ved at tørre på grund af den megen fugtighed.

Jeg har skrevet om det før - og jeg gør det gerne mange gange igen: Et sommerferie-o-løb er et godt udgangspunkt for oplevelserne. Sæt dig ned, find kortet frem og strik din egen, hjemmelavede tur sammen. Find ud af, hvor der i netop det aktuelle område er noget at hente.

OG - SKULLE JEG HILSE OG SIGE - SÅ ER DET ALTSÅ HELLER IKKE DEN RINGESTE OPLEVELSE AT FÅ EN UGES TID SAMMEN MED VENNER FRA KLUBBEN OMKRING NOGET, SOM ALLE HOLDER AF!!!!

Min afslutning bliver atter i år den samme:
Hvor er der løb "ude i den store verden" til næste år?
Hvor skal du hen?
Næste år skal jeg til 5-dages i Frankrig og Schweiz.
Har du set indbydelsen?
Vil du med?

Karen Mønster



 **DERUDE-FRA**



- Salg af hårde hvidevarer, belysning og el-apparater
- Gas/oliefyrs-service
- Hårde hvidevarer - service
- El-service
- Tyverialarmer



ELKØB

ELKØB

CARL BÆK & SØN

Vestergade 31-33, 8700 Horsens, Tlf. 75 62 18 88

ELKØB GI'R BEDRE RÅD

Flotte Frankrig

Omkring juletid besluttede vi endeligt i familien, at årets sommerferietur skulle gå helt ned til Pyrenæerne - det var mest Martins beslutning.

Bilen blev pakket med moster Grethes gamle telt, og vi kørte mod syd onsdag den 7. juli. Første nat overnattede vi i den sydtyske by Emmendingen, og den tandløse campingmutter forlangte kun 12 mark for overnatning. Dagen efter kørte vi for første gang i Frankrig, og vi blev meget imponeret over den flotte franske motorvej. Især var Rhonedalen med de mange vinmarker overalt et storslået syn. Her var ingen gylletanke, men store tanke til druer og vin. Undervejs kørte vi af motorvejen for at se romernes store bygningsværk "Pont du Gard" - en kæmpe akvadukt, som skulle sikre beboerne vandforsyning i byen Nîmes år 70. Anlægget er 50 m højt og dristige turister (Holm-Jensen-familien) spadserer oven på broen, mens vi godt kunne nøjes med at gå inde i anlægget, hvor vandet i sin tid løb. Jo, romerne har følt sig som vældige herrer her i dette landskab. I Oranje så vi en af de gamle velbevarede triumfbuer. De romere må altså have været ret gode til orientering, siden de er nået op i dette område. Om de også dyrkede løb i bare knæ og sandaler må overlades til fantasien.

Vi nærmede os byen Perpignan, hvor vi skulle køre langs Têt-floden og mod Andorra. Vejen blev mere og mere snæver og det ene hårnålesving afløste det andet. På bagsædet betroede Martin os, at han svedte sine fødder, hvortil Karl blot replicerede: "Det er bare stigningsregnen". Mine hænder var også fugtige, og jeg sad og "bremsede" med fødderne. Vi passerede gamle borgbyer, flere sving, smalle broer, dybe kløfter, og bjergene rejste sig mere og mere. Toyotaen trak en kø, for den kørte kun i 2. gear. Ind imellem smuttede en rutineret fransk bilist udenom i svingene, og vi måbede. Fra bagsædet kom der nu en overbevisende kommentar om, at han ikke ville løbe her. - Kunne man overhovedet løbe her? Vi andre undrede også, og glædede os meget til at nå frem. Endelig så vi vejskilte med "Font Romeu", og vi kørte helt ned i byen for at se på o-løb. Det var nemlig fredag og afslutning på de første 5 dages løb. Gaden var spærret af, og midt i det hele holdt en tidtagervogn og speakervogn. Det så ganske velorganiseret ud, men vi så ikke nogen, vi kendte, så vi besluttede at finde campingpladsen. Ved indkørslen mødte vi så Elin og Troels, der forklarede, hvor vi fandt danskerlejren. Vejret var smukt, og vi flyttede ind i teltet imellem en masse "Pan'er". Pladsen var god med et godt køkken/bad/toilet hus, men blot gåturen derop gjorde os forpustede på grund af højden (1840 m.o. havet).

Lørdagen brugte vi på hyggelig snak med de øvrige o-løbere og en meget flot tur til lilleputstaten Andorra. Vi oplevede meget intenst, hvor hurtigt vejret kan skifte her i bjergene. Vi kørte i smukt solskinsvejr. Efter nogle km i bjergene, blev det frygtelig tåget. Da vi kom op til grænsen, lettede tågen, og vi kørte ned til hovedstaden i flot vejr. Vi gik på shopping her i turisternes indkøbsparadis,

og jeg fik et nyt ur med databank og stopur, efter at have set på tusinder af ure. Her på eftermiddagen skiftede vejret så igen, og vi blev jaget hjem i hagl- og tordenvejr. Teltet var vådt, og Martin gravede kanaler. Om aftenen blev det så koldt, at vi var nødsaget til at gå en tur for at holde varmen. Natten igennem frøs vi med anstand, hovedpuder m.m. var våde. Næste morgen var græsset hvidt og bjergene ligeså - nogle fortalte, at vi havde haft - 7 graders frost! Næste dag var store tørredag, og op på dagen fik solen mere magt, det var dog fortsat fingerkoldt. Vi besluttede at prøve at finde morgendagens stævneplads ved en stor dæmning. Her var der en vældig stenørken med en stor bjergsø. Vi gik tur langs med søen - så smukke asalier i skovbunden. Mange folk var ude på week-endtur, nogle med fiskestang og stor oppakning til overnatning i bjergene. På hjemturen måtte vi gøre holdt for køer og kalve på vejen. Hjemme på pladsen var der fælles aftensspisning - langbord med ca. 50 ? deltagere. Rigtig hyggelig aften skyllet ned med den lokale rødvin.

Mandag den 12 juli begyndte så det 5-dages løb, som vi skulle deltage i. Vi kendte jo vejen ud til dæmningen. Herfra skulle vi gå 1500 m til start, og det var berammet til 35 min. Der var en pæn stigning i begyndelsen. Selve starten var lige i nærheden af en lille sø, så man kunne hurtigt læse sig ind på kortet. Små moser, søer og vandløb passede også fint, men til sidst i løbet skulle vi ned af en kæmpeskråning, og nedenfor denne var der en stenørken, hvor det var svært at ramme posten ved den rigtige klippeblok, så på grund af træthed bommede jeg her til sidst. Elin brugte 40.56 og blev etapevinder, og aftenen efter var Troels på vinderskamlen.



LYKKEN ER PRÆMIEOVERBEVÆGELSE !

Andendagen skulle vi køre til noget, der hed Orri D'Andreu, som lå meget tæt på den spanske grænse. Ja, de, der bommede meget den dag, prælede af, at de havde været i Spanien uden pas. Stævnepladsen lå tæt på den vanskelige serpentinervej, vi var kommet op af. Den plads fik karakteren 13 med pil opad, for her var en dejlig kilde med det reneste, køligste og klareste bjergvand, jeg nogen sinde har oplevet. Turen til start var lidt stejl (atten 5 m. kurver på 300 m.) Til post 1 og 2 var der stadig voldsom stigning. Luftvejene lød som et blæsebælg. Men så gik det bare ud over åbne græsflader, der var pyntet med høje bjerge ude i horisonten. Man mødte flere flokke af vilde heste og masser af køer. Der var fine vækstgrænser at følge. Desværre bommede jeg post 7 og næstsidste post. Men sikke et landskab, og så var løbet ikke sværere, end man godt kunne få tid til at nyde udsigterne. Til sammenligning var det som Nordsø, blot i kæmpeformat.

3. etape foregik i Roc Del Falip i nærheden af et bjerg, der er 2034 højt. Dette terræn var meget vanskeligt med masser af klipper og store ujævne stenområder. Turen til start var på 2,6 km, og Martin og jeg var noget koksede, da vi endelig nåede starten. Jeg var i god tid, så jeg nåede at se en masse gøgeurter, og se at de smukke gule engblommer blomstrede her. Den dag bommede jeg kun post 2, men havde så til gengæld nogle vildt farlige vejvalg ned over nogle styb. Bagefter kunne jeg bagklogt konstatere, at det



havde været lettere og hurtigere at gå bagud af post 5 og 6. I målet ventede og ventede vi på Karl, og på et tidspunkt troede jeg, at han var skadet - faldet og brækket benet. Men så kom Ove Gasbjerg og Karl efter 1.41.50.53 i skoven. Post 9 havde drillet dem. Det var også dagen, hvor rigtig mange udgik. Bastilledagen. Fjerde dagen startede med dejligt vejr - sol, dog kun 18 grader i skyggen. Stævnepladsen var ved en lille sø, hvor tysk og svensk til manges store fornøjelse. Normalt bryder jeg mig ikke om musik i skoven, men her blev der spillet noget rigtig lækkert evergreen-jazz, når der ikke var nogen resultatformidling. Desuden var det den dag, jeg undersøgte alle lavninger i nærheden af post 3. Det gik der desværre ca 15 min. med. Ellers var det et meget dejligt nordisk terræn med mange store moser.

Sidste dagen skulle man gå fra campingpladsen og ned i byen, hvorfra man tog med telecabine op til starten. Det var køligt med lidt støvregn. Nu skulle der sættes. Elin var klart samlet nr.1 og urørlig. Nr. 2 var Bente Ingvard-

sen tra Holstebro -imponerende præstation, for hun gennemførte med et brækket kraveben fra foregående uge. 3.-pladsen tilhørte en skotsk højlandskvinde, og det var denne plads, jeg jagtede. Dagen i forvejen havde Bente og jeg sat hende af ude i en stor mose. Der var jagtstart, og jeg så også skotten allerede ved post 2, men desværre bommede jeg post 3,4,5,6, og 7. Konklusion - et meget ukoncentreret løb - Skotten fik sin 3. plads, og desuden kom der også en fransk kvinde i vejen, så jeg sluttede på en 5. plads. Men solen skinnede igen over Font Romeu. Om eftermiddagen var vi så til den afsluttende præmieoverrækkelse, hvor national-melodierne tonede ud, hver gang en vinder blev kåret. Fra vores klub blev Elin og Troels samlet klassevindere. Elin fik igen kindkys, parfume og en kæmpe pokal. Troels sang med på "Et yndigt land", hvorefter han fik en flaske til indvortes brug og en kæmpepokal. Jo, familien Jensen fik noget at slæbe på, for ugen før vandt Rikke og Rasmus hver sin store pokal.

Denne gode uge sluttede igen med langbord og rødvin. Dagen efter brød mange op, men vi havde ikke fået nok. Vi tog på en heldagstur op til Puig De Carlit. Vi gik i 3 timer og nåede en lille klar glechersø, hvor vi gjorde ophold. Martin og Karl havde ikke lyst at gå længere op, men jeg gik lidt længere op for at fotografere. Jeg manglede nok 300 m i at nå op på toppen, som er 2921 m. Hjemturen tog også ca. 3 timer - sikken en naturoplevelse. Benene var ømme og solskoldede, men de her oplevelser var som vitaminpiller for sjælen. Dagen efter kørte vi mod Mont Louis og op i et andet bjerg for at bade i de varme kilder i St. Thomas. Vandet var 37 grader og føltes meget varmt. Det var rigtig afslappende at ligge der og dovne og løse muskler op.

Mandag den 19. juli var den store Tour dag dvs. den 15. etape af cykelløbet Tour De France kom igennem den skønne bjergby, vi boede i. Vores teltnabo Kim fra Pan var vild med cykelløb, og det smittede både Martin og Karl. Kim gik på turistkontoret og fik et fint tidsskema over de store begivenheder. Efter råd blev vi enige om at stå ved byens højeste punkt, og vi skulle være der kl. 12.20, for så kom bilerne. Det forstod jeg ikke meget af, for det var jo et cykelløb, vi skulle overvære. Jeg blev klogere, for de næste to timer kom der en sand strøm af reklamebiler. Coca Cola, Word Perfect, tourbiler med fl., der smed alt mulig reklameragelse ud. Folk kæmpede om dumme plastposer, kasketter og andet gøgl. Alle blev grebet af Tourfeber. Sortklædte betjente med fløjter skridtede vejen af, så vi ikke blev for nærgående. Flere biler kom forbi, hvornår kom heltene? Vi skævede i en franskmands program og blev helt klar på, at Bjarne Riis virkelig var nr.5. Flere Fiatbiler - der var tid til at gå i skoven. Endelig kom der en melding om, at nu varede det kun 10 min. Så kom der da også 3 udbrydere hele 8 min. foran hovedfeltet. Da feltet var ud for os ca. 10-12 danskere, heppede vi på Bjarne, men det gik så hurtigt, så jeg tror ikke en eneste af os virkelig så ham. - Det stor arrangement, som byen havde købt sig var bare overstået på ganske få minutter. Dog kom der en enlig rytter, da alle var på vej hjem. Han fik en fortjent klap-salve med. Jeg synes, det er utroligt, at de kan cykle i de bjerge med de stigninger, sving og farlige nedkørsler.



RESULTAT : EN TOM PLASTPOSE (COCA COLA) EN TUBE PYNTIG-
CREME TIL LACKAGE, EN BALLON, DIVERSE FLAG
& FOLDERE !!!

Nu skulle vores hjemtur begynde. Vi gav os god tid - nød synet af de sydfranske palmer, neria og alle frugttræerne. De sidste turistmæssige indtryk fik vi i Hartzen, hvor vi købte en saftig tysk pølse med hjem. Desuden var det godt at vide, at vi også havde en indbydelse med i kortposen til et fransk 5 -dagesløb næste år i Jurabjergene. Om skabnen vil, er det ikke sidste gang, vi tager til Frankrig.

Trille.13/8 1993.

Nyt om Thylege '94

Bestyrelsen har fået den gode ide, at vi skal være tidligt ude med planlægningen af "THYLEGE '94". Derfor er der planer om allerede nu at leje f. eks "Teutonerhytten", vi husker den fra Jakobs 20. Thylege!

Tidspunktet vil være 1. week-end i juli 1994, nærmere bestemt den 2.-3. juli. Så er det på plads! Næste års arrangør behøver nu ikke at bøvle med lokaleproblem, men kan "nøjes" med det sportslige. Måske er der allerede nu en, der får lyst til at melde sig? Det vil være dejligt!

Femdagars



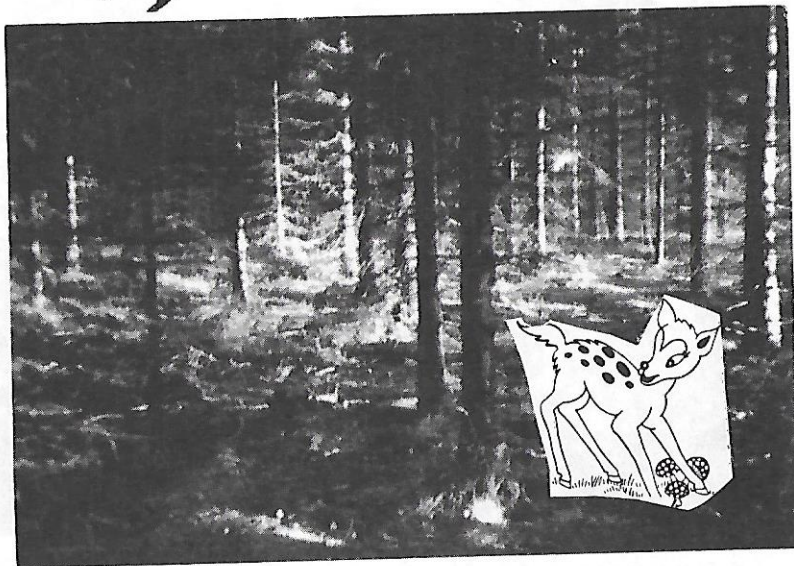
Ved årets femdagars ved Falkenberg var klubben repræsenteret ved 5 x Thyssen, 2 x Karlsson & Henrik K. Placeringerne var som vanligt (Læs: Virkelig gode!). Vejret afvekslende. En god tur, som 5-dagars altid er.

Sjællands 3-dages

Ved sommerens store danske stævne, Sjællandsk Tredages, deltog denne gang 7 løbere fra Horsens OK, familien Knudsen, Carsten T., Berit & Anders. De klarede sig pænt. Karina fik en 1.- og en 3.-plads, Tanjas bedste var en 2.-plads, og samlet blev Tanja tre'er. Carsten Thyssen blev i H21A også samlet tre'er med bl.a. en 2.-plads på 1.-dagen.

Red.

J ska' da' vær' så møj velkommen!



Der kan være tider, hvor vi får afslag på tilladelse til O-løb i denne eller hin skov. Det kan være Jørn Egeberg, der får afslagene, eller det kan være andre, der søger til f.eks. mesterskaber eller lignende. Vi er også stødt på, at en skovejer mente, at hans tab i forbindelse med et endages stævne ville være i nærheden af 10.000 kr. Vi fik altså ikke afslag, men... Nogle steder i landet er det meget vanskeligere at få tilladelser. Der tales i den forbindelse om, at det eventuelt kan ende med, at der skal batales til ejerne. Der kan naturligvis siges både for og imod. Det kan der jo om alt i denne verden. Nogle mener helt sikkert i ramme alvor, at det offentlige skal betale for, at vi som idrætsforening kan få lov at boltre os. Det korte og lange er vel, at skal en privat skov have betaling, så skal statsskoven vel også?! Selv om vi fordobler vores startafgift ved såvel trænings- som åbne løb, vil der komme meget få midler til skovejerne, især efter skat. Og vil de så være tilfredse med restbeløbet - jeg tvivler.

Så er det, at man bliver glad, når der faktisk er en del ejere - der måske selv har eller har haft gode oplevelser med idræt - der er positive og imødekommande, når vi spørger.

Et par eksempler:

Til Junior-WM havde vi søgt en større skov, men ikke fået formuleret, at vi også gerne ville benytte kortet til følgeløb året efter. Skovejeren gav sin tilladelse og tilføjede selv, at vi efter aftale kunne lave følgeløb!

Ligeledes til Junior-WM havde en ejer af 3 parceller skrevet sin underskrift på tilladelsen og derefter tilføjet: "I ska' da' vær' så møj velkommen".

Til skovtriathlon i Bjerre har vi i flere år fået lov at løbe over en landmands dyrkede mark på vores lange cross-rute. I år var der korn på marken. Vi fik tilladelsen, for... "I løber vel kun i et spor"? Ved en senere snak tilføjede han: "Vi skal jo allesammen være her". Da jeg nævnte, at vi også fik afslag en gang imellem til løb i skove, spurgte han: "Jamen, hvorfor dog det"?

Ved et vinterløb skulle banen passere tæt på en tilsået mark. Jeg lovede landmanden at sætte posterne, så løberne ikke trådte i kornet. Landmanden svarede: "Det betyder ikke noget. Det kan da ikke være så slemt, som når der kommer heste"!

Selvfølgelig kommer der negative svar på nogle ansøgninger, men vi må ikke glemme de positive.

De luner!

Karl



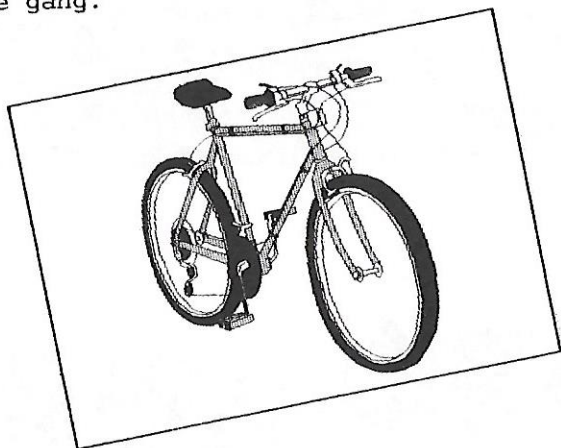
Kræmmerløbet

Det var bare rigtig sjovt!

(Kræmmerløbet i Bygholm Skov)

Sportssammenslutningen og cykelklubben har i år lavet en nyskabelse. I forbindelse med det årlige heste- og kræmmermarked på dyrskuepladsen arrangerede de et cykelløb i skoven på 3 omgange à 6 km med opløb omkring staldene. Der var 45 tilmeldte, og fra vores klub var Trille, Martin & undertegnede med.

Da Trille og jeg et par dage inden var ude at løbe en tur i skoven, opdagede vi, at stierne var noget mudrede. Martin lånte derfor Poul Eriks mountainbike (Team Hede Nielsen). Trille prøvede den også, og syntes, den var sjov. Det ene ord tog det andet, og så lånte hun Jettes mountainbike. Min gamle Peugeot har fulgt mig trofast gennem mange år, så den fik også lov denne gang.



Søndag den 1. gik det så afsted til Dyrskuepladsen. Tilmelding i god tid. Vi fik tid til at vandre hele kræmmermarkedet igennem og se på alle raeteterne. Først var der et kort show-løb med indbudte. Derpå kunne vi andre få lov. Nogle unge mennesker på mountainbike - vistnok fra en Koldingklub - stillede op forrest og ellers var vi en broget flok i alle aldre.

Allerede da vi fulgte asfaltvejen ind i skoven, sprang min kæde af. På den igen. Lidt fremme stod en desillusioneret ung mand med en knækket kæde i hånden. Der var smattet på

stierne. Mine almindelig dæk kunne gå an, men de helt smalle racerdæk må have været næsten umulige. Lige neden for vores klubhus ville jeg overhale et sted, hvor det både går nedad og drejer samtidigt. Jeg røg udenfor stien og ind i en træstub. Billigt sluppet! Kun kæden sprang af. Med en øm storetå kunne jeg køre videre. Første omgang tog næsten 20 minutter, og jeg overvejede, om det mon kunne betale sig at løbe i stedet?! På anden omgang stod løbets alderspræsident, pensioneret overlærer John Ole Taankvist, og lappede cykel. Nogle venlige forbipasserende havde givet ham nogle lappesager, og John fandt ud af, at man godt kan ordne en punktering med de bare næver uden dækjern! Denne anden omgang gik så godt, at jeg glemte, at jeg skulle ind og vende på Dyrskuepladsen. Efter et par hundrede meter kom jeg i tanke om det, og så tilbage. Tredie omgang gik perfekt. Man lærer efterhånden svingteknik, gearskift m.v.

Præmierne var overdådige. 1500 kr til nr 1. Derefter faldende pengepræmier til nr. 5. Derudover lodtrækningspræmier. Derudover T-shirts til dem der meldte sig til i god tid. Da jeg et par dage efter var inde ved Cykelcentralen i Smedegade fortalte Bent, at nogle af sponsorpengene kunne komme ind igen i form af reparationer. Således havde han lige haft et hjul med ødelagt fælg. Det havde Trille faktisk set i skoven. En deltager havde gennemført på punkteret cykel.

Af de 45 tilmeldte blev vi hhv. 18, 21 og 26. Trille blev bedste dame. Nu venter vi blot på at se vores svedige og forvredne ansigter på fotos. Svend Aage stod nemlig på det stejleste sted. En gang imellem gik han ned i knæ, og så glimtede blitzen!

Til næste år skal vi have flere med!!

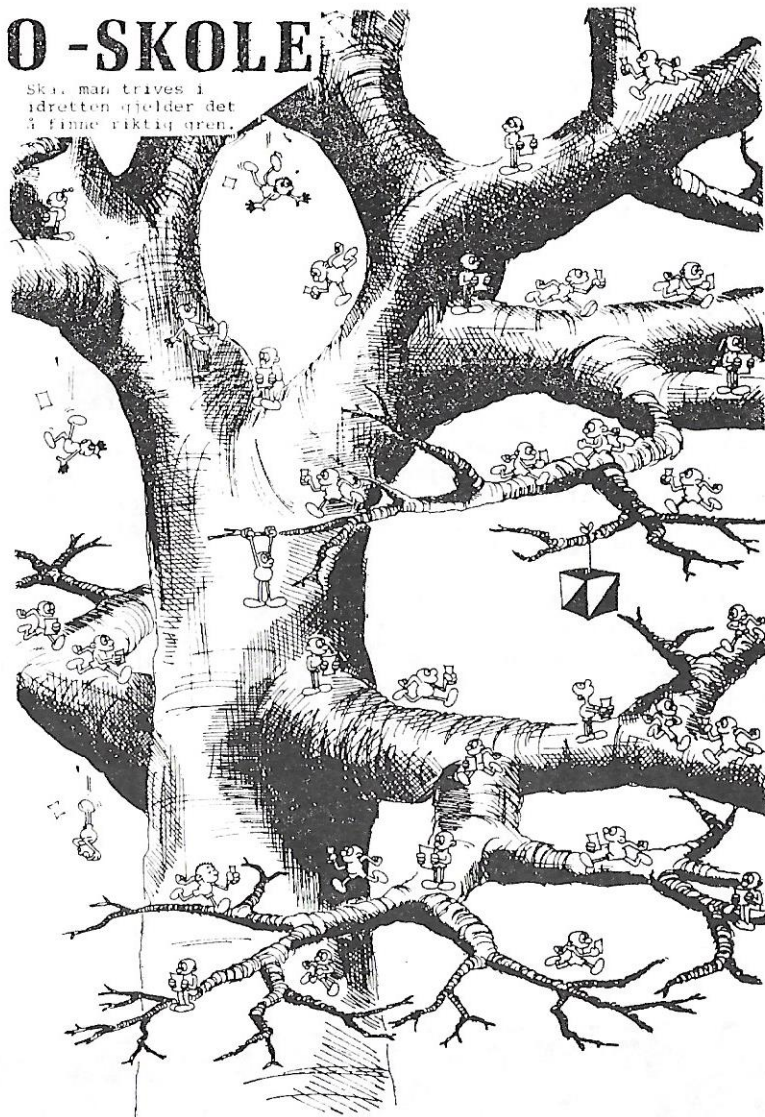
Karl

 **Horsens Fragtcentral**

Ove Jensens Allé 19-21, 8700 Horsens, Tlf. 05 62 58 99, Fax. 05 62 58 08

O-SKOLE

Skil, man trives i idretten spjelder det å finne riktig øren.



PS PS PS

Jeg håber, at I alle har haft en god og spændende sommerferie med mange O-oplevelser såvel mod nord som mod syd. Mod nord var vi endnu en gang vidne til, hvorledes stille start kan afvikles let og smertefrit. Mon vi ikke snart kan gå over til at afvikle starterne i Danmark uden, at der skal stå en opråber, som alligevel ikke kan overdøve flokken foran startboksen.

Foruden at vi skal deltage i mange løb her i efteråret, herunder divisionsturneringsmatcherne, skal klubben afvikle C-løb, natløb, ligesom der vil blive arbejdet videre med mange andre arrangementer. Tag endelig godt imod når du bliver opfordret til at hjælpe til med dette eller hint. Der er altid nogle opgaver som skal løses for at få klubben til at fungere.

Endnu en gang er DOF's formand gået til angreb på dårlige arrangementer, måske med rette, men der er formodentlig ikke nogen, der med fortsat laver fejl. Måske skulle der på alle stævnepladser være en klagekasse, hvor løbsdeltagere kan aflevere deres ros eller ris til arrangøren, eventuelt med et godt råd til, hvorledes det eventuelt kan gøres bedre. Som arrangører må vi til stadighed sørge for at gøre vort bedste og i det mindste, som vi selv ønsker at opleve arrangementer hos andre klubber.

Men fat mod og fortsæt med at lave de gode arrangementer vi er vant til at byde vore gæster, såvel som os selv til interne arrangementer.

PEER

GULDSMED LIND

GRUNDLAET 1867

SØNDERGADE 36 · HORSENS · TELEFON 62 54 77

05906

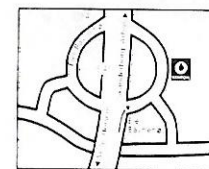
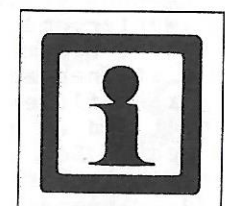
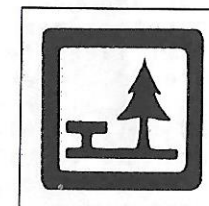
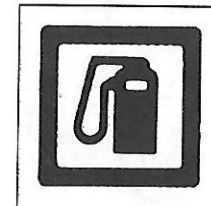
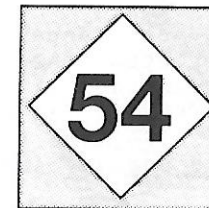
324

00

HORSENS ORIENTERINGSKLUB

SYDVESTVEJ 8
8700 HORSSENS

Statoil Motorvej Center Ejer Bavnehøj



Ejer Bavnehøj



STATOIL Motorvej Center
v/Kim Taylor
Motorvejen 996 A
8660 Skanderborg
Tlf. 86 53 81 11
Fax. 86 53 88 10