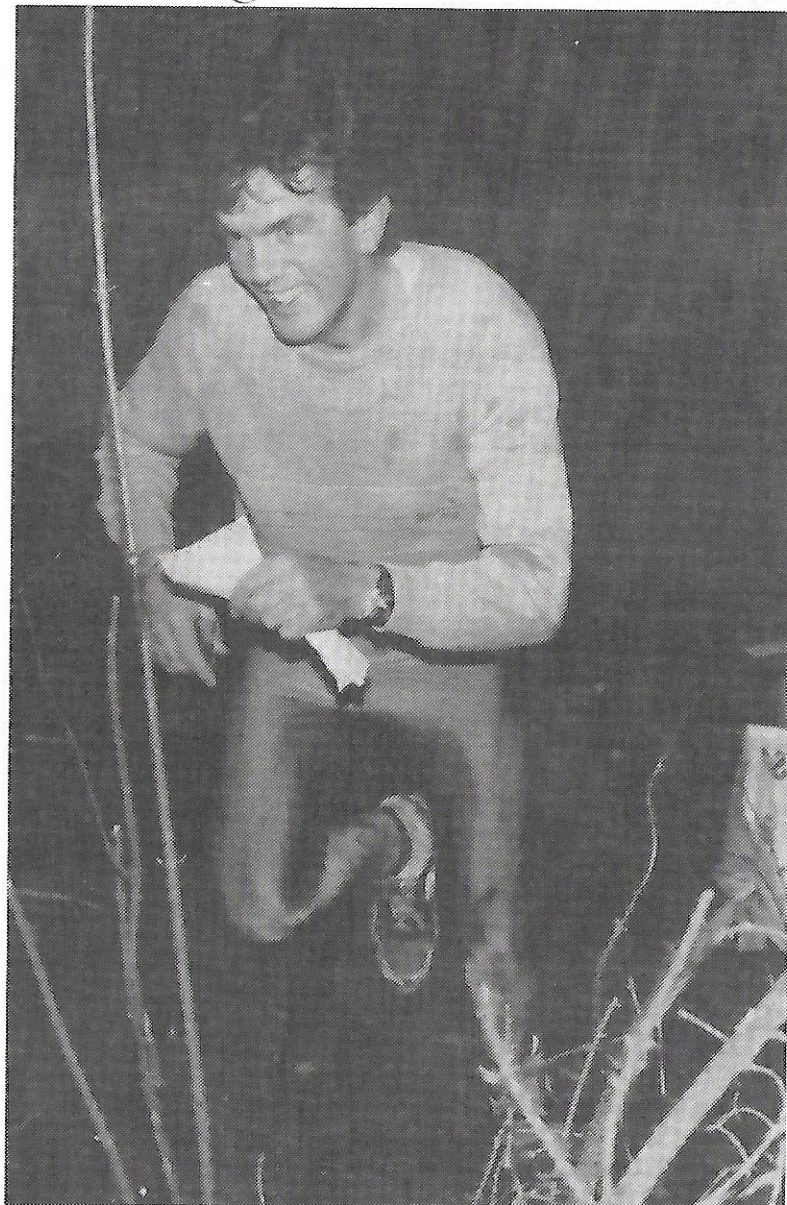


UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB

NR. 109 DECEMBER 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, Solhjemsvej 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, Karin & Erling Karlsson, Svend Aage Sørensen, Tenna Skovby Larsen, Katrine Nielsen, Martin Søvang, Karl Ditlevsen (ansv.) Svanevænget 34, 8700 Horsens - 75.65.33.17
FORSIDE	"Arrgh! Der var ingen klippetang! Svend Erik Pedersen ved en af de "tomme" poster ved Kim Taylors lørdagsløb på klubfestdagen.

Indbydelse til general- forsamling.

HORSENS ORIENTERINGSKLUBS VENNER indkalder hermed til ordinær generalforsamling **tirsdag den 25. januar 1994 - kl. 19.00** i Horsens Orienteringsklubs klubhus i Abjergskoven.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Forelæggelse af revideret regnskab.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Fastsettelse af kontingent.
6. Valg af:
 - a. formand
 - b. kasserer
 - c. 2 bestyrelsesmedlemmer
 - d. 2 revisorer og 1 revisorsuppleant.
7. Eventuelt.



Ad. punkt 4.
Forslag, der ønskes behandlet af generalforsamlingen, skal være formanden i hænde **senest tirsdag den 18. januar 1994.**

Med O- hilsen

Peer Straarup



Indbydelse til general- forsamling.

HORSENS ORIENTERINGS-KLUB indkalder hermed til ordinær generalforsamling **tirsdag den 25. januar 1994 kl. 19.30** i klubhuset i Abjergskoven.

Dagsorden:

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
 - ✓ skov- og træningsudvalgsformand
 - ✓ lokaleudvalgsformand
 - ✓ c. revisor
 - ✓ d. revisorsuppleant.
7. Eventuelt.



Ad. punkt 4.
Forslag, der ønskes behandlet af generalforsamlingen, skal være formanden i hænde **senest tirsdag den 18. januar 1994.**

Efter generalforsamlingen er klubben vært ved et beskedent traktement.

Med 0 - hilsen

Peer Straarup

Britta is back!



TILMELDING til åbne løb varetages fra nytår igen af Britta Pedersen, Serridslevvej 78, Tvingstrup 8700 Horsens - telefon 75 66 71 26.

Tak til Tove Straarup for hendes "stand - in" i efteråret.

Bedste hilsner
Britta



Britta is back!

Vinterens laaange løb.

1. Løb KORT: Silkeborg Vester/Sønder/Øster skov
1:25.000
TID: Søndag d. 16. januar
MØDESTED: Silkeborgs Klubhus afm. fra Sønder-
ringvej
BANELÆGGER: Morten Pedersen og Erik Bobach
Silkeborg OK
TILMELDING: Klubvis senest tirsdag d. 4. januar
2. Løb KORT: Mariager skovene 1:25.000
TID: Søndag d. 30. januar
MØDESTED: Mariager Hallen
BANELÆGGER: Ronnie McGrail, Randers OK
TILMELDING: Klubvis senest tirsdag d. 18. januar
3. Løb KORT: Tinning skov og Fajstrup krat
1:25.000
TID: Søndag d. 6. februar
MØDESTED: Hammel Stadion afm. fra vej 457
BANELÆGGER: Frank Linde OK PAN
TILMELDING: Klubvis senest tirsdag d. 25. januar

FÆLLES INFORMATIONER:

Banelængder: Bane 1: 20 km, bane 2: 12 km
Banelængderne vil i år blive overholdt.
Pris: 60 kr. pr. to-mandshold.
Samlet start kl. 11.00, mød op i god tid.
Velassorteret kiosk findes til rimelige priser.

TILMELDING TIL BRITTA - eller på opslag i klubhuset.

idræt i naturen

Påskeløb 1994 tilmelding.

Vi har endnu ikke modtaget den endelige indbydelse til **PÅSKELØBET 1994**, men en lille fugl har sunget mig i øret, at sidste **tilmelding** er **3. februar 1994**, hvorfor jeres tilmelding skal være **Britta i hænde senest 25. januar 1994** (samme dag som generalforsamlingen).

Ifølge forhåndsindbydelsen er der deltagerbegrænsning på 2000 personer, så i takt med I har betalt jeres startafgift bliver I tilmeldt.

Alt hvad der vedrører indkvartering og bespisning i forbindelse med Påskeløbene, tager Elin sig af, og det er sikkert, at I nok skal høre om det i god tid.

Som det fremgår overtager Britta igen tilmeldingen fra og med Påskeløbet, og i den forbindelse vil jeg gerne takke jer for jeres tålmodighed og jeres, i de fleste tilfælde, disciplinerede måde at tilmelde jer åbne løb på. Det har været en fornøjelse for mig at få genopfrisket løbstilmelderjobbet.

Tove



Lørdagsløb januar/februar 1994.

Nu, da vi så småt begynder at kunne se afslutningen af sæsonen 1993 og begyndelsen på julens glæder med dens veldækkede borde, er det tiden at vende blikket fremad mod starten på sæson 1994. En ny sæson med nye løb, men for at det ikke skal blive for meget med alt det nye, vil vi begynde som vi plejer - nemlig med træningsløb hver lørdag i januar og februar måned. Og til det er der blot at sige:

SKRIV JER PÅ

listen i klubhuset som løbsarrangør - gerne så snart som muligt eller ring til undertegnede og giv tilsagn!

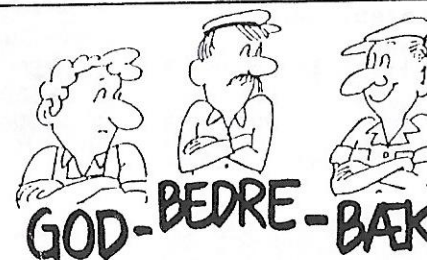
Med venlig hilsen

Jørn Egeberg.

 **Horsens Fragtcentral**

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

GLÆDELIG JUL
og
GODT NYTÅR



- 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

G'R BEDRE RÅD

Indbydelse til "NYTÅRSLØBET"

Det 16. Nytårsløb vil bære sit navn med rette, da det finder sted

søndag den 2. januar kl. 10

-med samlet start foran Parkhallen ved Langmarksvej.

Med adgang til Svømmehallens bad og sauna efter løbet får I lejlighed til at gå ind i 1994-sæsonen - fysisk tilfredsstillet og renvasket på legeme og sjæl.

Når der så desuden løbes om min 90-årige afdøde mors, "Fru Ravens ærespræmier" (tretårnede sølvbestik), så er der grunde nok til at møde op. Endvidere får du ved starten udleveret et nytrykt førsteklases by-o-kort over Horsens..

Løbet afvikles som et sløjfeløb. Posterne er på kortet indtegnet med skærm bogstaverne, og kortet udleveres i plastlomme i startøjeblikket.

Lang bane	16 km	20 poster	1 : 12500	(40 stk.)
Mellem bane	8 km	12 poster	1 : 12500	(60 stk.)
Kort bane	4 km	8 poster	1 : 12500	(40 stk.)



Tidligere vindere af Nytårsløbet:

1979	Jørgen Jepsen,	Atlética
1980	Svend Erik Christensen,	Atlética
1981	Kim Taylor,	Atlética
1982	Svend Erik Christensen,	Atlética
1983	Kent Hansen,	Horsens OK
1984	Kent Hansen,	Horsens OK
1985	Svend Erik Christensen,	Atlética
1986	Svend Erik Christensen,	Atlética
1987	Torben Kristensen,	Vejle
1988	Kent Hansen,	Horsens OK
1989	Flemming Jørgensen,	OK Pan, Århus
1990	Jan Eg,	Kolding OK
1991	Jan Eg,	Kolding OK
1992	Flemming Jørgensen,	OK Pan, Århus
1993	Torben Skovlyst,	OK Gorm, Jelling
1994	?	

Vel mødt!

Jakob.

ERSØ STORKØB

ÅBNINGS- TIDER:

Mandag-onsdag 9-18
Torsdag-fredag 9-20
Lørdag 8-14
1. lørdag hver måned kl. 8-17

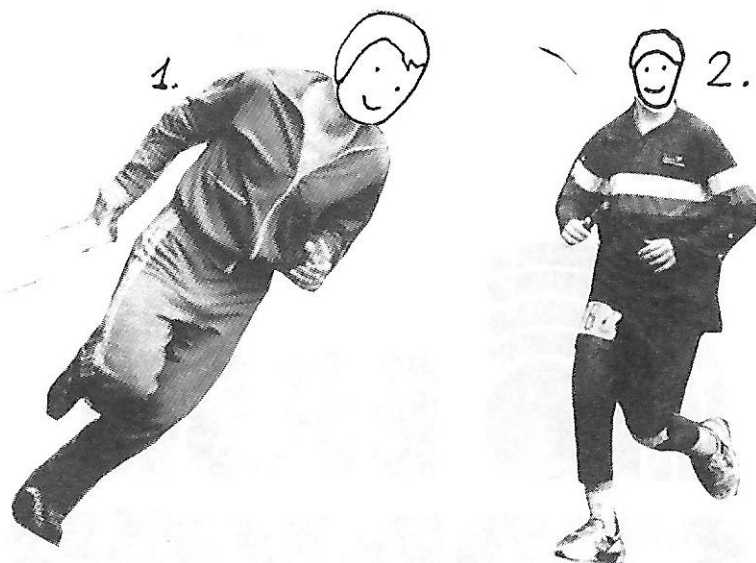
Vejlevej

Smedetorvet

Sundvej

Kender du trav'et ?

Her ser du en håndfuld af vore løbere. Ansigtet skal du ikke regne for meget med, men "l-ø-b-e-s-t-i-l-e-n"! Når vi står på stævnepladsen, kan vi ofte på lang afstand kende vore løbskammerater. Ikke kun på vores løbedragt i de franske farver, men også på "trav'et". Her kan du teste dine iagttagelsesevner. Udfyld nedenstående "lap" og vær med i en lille sjov konkurrence. Præmie?... Selvfølgelig!!



Denne "lap" afleverer du til et medlem af redaktionen inden 1994!

Nr. 1 er _____ Nr. 2 er _____

Nr. 3 er _____ Nr. 4 er _____

Nr. 5 er _____ Nr. 6 er _____

Dit eget navn: _____

Adresse: _____



Svensk rapport.

O-døden, hvad ved man nu?

I de sidste år har pludselige dødsfald blandt især svenske orienteringsløbere fået pressens bevågenhed over hele verden. I det svenske orienteringsforbunds blad, "Skogssport", bragte novembernummeret en sammenfatning af, hvad man indtil nu ved om de mystiske dødsfald.

Man har i årene 1981-86 i alt i Sverige fundet 73 dødsfald - 22 kvinder og 51 mænd - forårsaget af "myokardit" = hjertermuskelinflammation. Det skønnes, at højst 10 % kan have været elite-o-løbere. Der har været tale om et antal forskellige virus-arter, der har været skyld i halvdelen af tilfældene. Derudover har bl.a. clamydiabakterier (herunder "TWAR") og Borrelia (fra skovflåt) været årsag til nogle af tilfældene.

Ved dyreforsøg har man konstateret, at virusmængden i hjertet øges ved hård fysisk anstrengelse og forårsager celleskader og død. Man ved, at halvdelen af ovennævnte dødsfald er forekommet i månederne januar - april, og at der er færre i tætbefolkede områder end i tyndtbefolkede, hvilket ikke bekræfter betydningen af person-til-person-smitte.

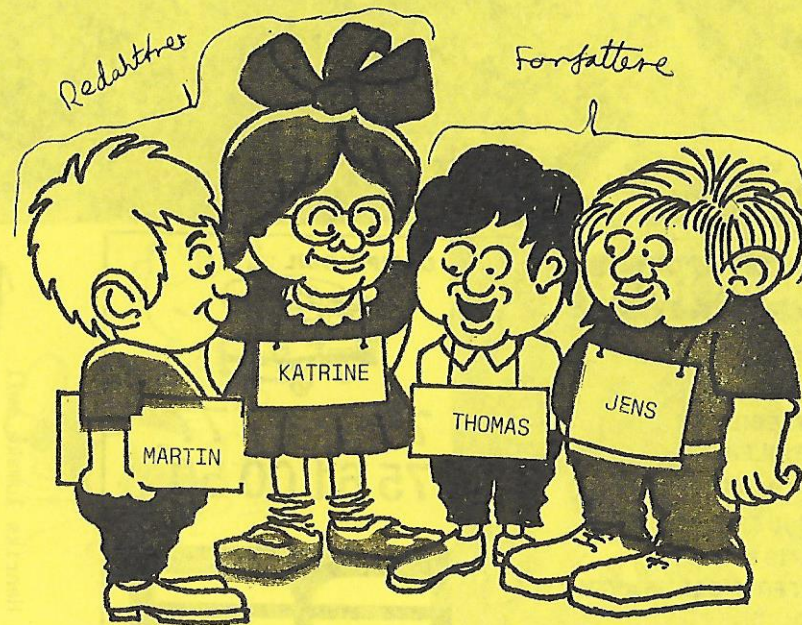
Forskerne indrømmer, at man har været mere tilbøjelig til at fokusere på pludselige dødsfald blandt o-løbere end f.eks. frimærkesamlere. For egen regning vil jeg nu konkludere, at vi andre alligevel kan lære, at vi ikke bør træne hårdt, hvis vi er f.eks. forkølede og ikke helt på mærkerne. Det er ikke alt, der skal løbes væk!

Hvad gjorde de så, de svenske løbere? Der blev jo anbefalet et træningsstop, og i forårssæsonen 1993 kunne man ikke stille op på elitebaner. Verdensmesteren Jörgen Mårtensson kørte sit eget løb, og stillede bl.a. op til det svenske marathonskabs mesterskab og.... vandt!! Halvdelen af løberne fulgte træningsstoppet, og ca. 20 % trænede helt, som de plejede.

Karl.

PS: Horsens OK abonnerer på "Skogssport". Du finder det på reolen i klubhuset.

Skærmnymfen.



Fra ungdoms-klubfesten.



Biludlejning

PERSONVOGNE

VAREBILER

FLYTTEBILER

LASTBILER

m. llft op til 40m³

MINIBUSSER

9-15-18 PERS.

KONFERENCEBUS m/TV

LIMOUSINE BUS

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

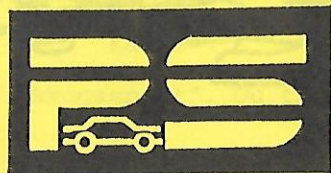
Skeldal

CAMPINGBIL



75 61 07 77

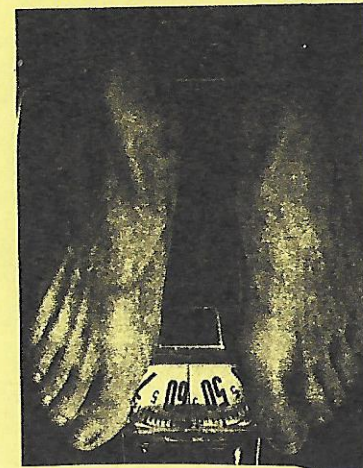
75 61 00 50



Bemærk Henriks lumske smil
idet han afklæder dukken.



De stolte klubmestre, smiler næsten alle til fotografen.



Ejermand savnes, da
det er et forholdvist
gammelt billede må man
regne med en mindre vægt-
forskell.

Fra Moss-turen i efterårsferien.

Efterårsturen til Norge

Alle os seks fra Hatting blev hentet tirsdag d. 19./10. kl. 11.45 omme ved Trille og Karl af Eigil, som skulle køre bussen. Da vi havde været inde at hente resten af dem, der skulle med, kørte vi mod Århus, hvor Claus Bloch skulle samles op. Derefter kørte vi til Frederikshavn og ventede på færgen.

Da vi holdt og ventede, pillede Katrine ved nogle skrottede biler, som holdt på lastbilen ved siden af os. Langsomt kom en sur mand gående rundt om hjørnet på lastbilen med de skrottede BMW'er. Han sagde: "Fingrene væk"!

På færgen så nogle af os "Made in America", som gik i færgens "store" biograf. Da vi kom til OK Moss klubhus, fik vi vores bagage og gik over for at "sove". Onsdag formiddag gik vi signaturvandring i skoven omkring klubhuset. Om eftermiddagen løb vi et svært løb på 6 km. Om aftenen hyggede vi os med slik og andre ting. Torsdag var der to løb. Om formiddagen var der et "vandløb", fordi stierne var dækket af vand. Inden vi tog hjemmefra Danmark, havde vi fået at vide, at der var is på søerne og en halv meter sne og 10 graders frost. Men det eneste spor efter sneen var små pletter med sne og så altså vandet.. Vi løb også om eftermiddagen.

Da vi kom hjem, var Thomas fra OK Moss på besøg et kort øjeblik, men kom senere på aftenen igen sammen med to piger, som Claus Bloch var vild med. Han sad ude sammen med de andre store drenge og fnisede. Det var Jesper V., Ivan V., Henrik K. og Morten P. Fredag havde vi kun et løb, fordi vi om eftermiddagen skulle i svømmehallen. Om aftenen skulle vi i biografen og se enten "Jurassic Park" eller "Jern-Henrik". Nogle gik tidligt i seng og sagde, at vi skulle være stille, fordi de ville sove.

GULDSMED LIND

GRUNDLAGT 1867

SØNDERGADE 36 - HORSENS - TELEFON 62 54 77

Næste dag var der "Blodslitet". De første 500 m var det rene mudderbad. Der var en, der faldt i det. Løbet var koldt, men ikke så vådt som de andre dage. For nogle gik det godt, og for andre knap så godt. Efter løbet fik vi noget at spise og pakkede vores ting. Så ryddede vi op og gjorde rent. Vi tog færgen klokken 24.00 og sov inde på cafeteriet.

Næste morgen fik vi morgenmad på færgen. Om morgenen var vi i Frederikshavn, men der var nogle problemer, for Henning var væk. Men vi tænkte ikke nærmere over det og kørte hjem. Vi var på banegården klokken 11.10 og i Hatting klokken 12.00.

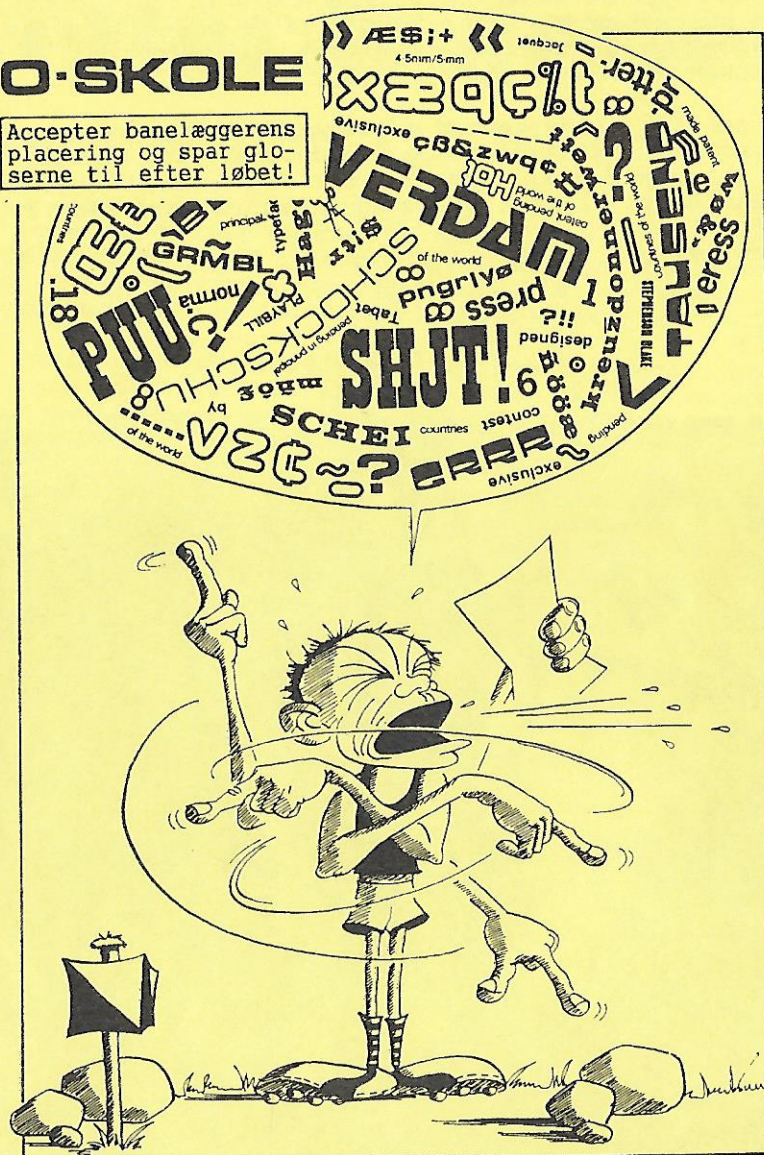
Det var en hyl tur.

Thomas og Jens.



Jens Svendsen i opløbet ved Blodslitet, Frederiksstad.

Accepter banelæggerens placering og spar gløserne til efter løbet!



Deltaget antal gange

1.	Tanja Boen Knudsen	21
	Karina Boen Knudsen	21
3.	Jens Svendsen	20
	Katrine Nielsen	20
5.	Flemming Thyssen	19
	Carsten Thyssen	19
7.	Martin Søvang	18
8.	Lise Lotte Grønbæk	17
9.	Thomas Poulsen	16
10.	Heidi Kock Petersen	15
	Kamilla Kristensen	15
	Troels Nielsen	15
	Morten Grønbæk	15
	Bo Mønster	15
15.	Peder ROUNGKVIST	13
16.	Bent Vestergård	12
17.	Henrik Kallestrup	11
18.	Claus Jensen	10
19.	Bjarne Pedersen	9
	Tim Christoffersen	9
	Karsten Knudsen	9
	Ole Mønster	9

Andre ungdomsløbere:

Rasmus Holm (7), Jens Christoffersen (6), Ulrik Krogh (5), Morten Vestergård (3), Anders Hjortshøj (3), Jesper Krogh (2), Morten Kallestrup (4), Svend Klingbjerg (2), Mette Skovbjerg (1).



"Turbosprint".

Oppe i Norge...

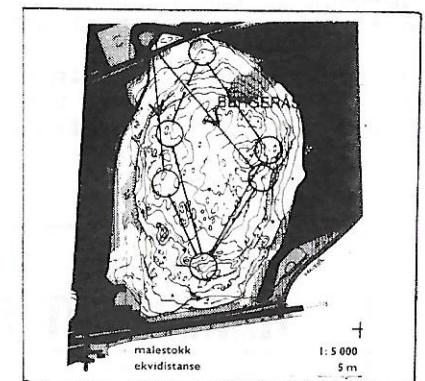
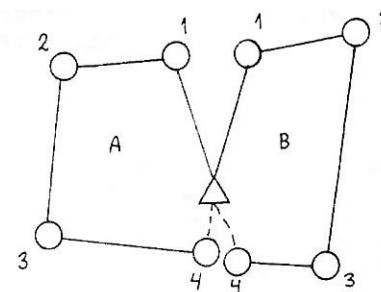
I efterårsferien havde jeg under ungdomsturen til Moss lejlighed til at lure Moss-folket. Et af deres interne løbsarrangementer var en "sprint-cup", hvor løberne 2 og 2 dystede mod hinanden. Det kunne være en Herre 15-16, der kæmpede mod en Herre 21E. I forvejen var løberne tilkendt et handicap. Drengen på 14 havde et forspring på 4 minutter og kunne så på den korte tur på ca 2 km faktisk godt komme først. Vinderne gik videre til næste konkurrence, igen 2 løbere mod hinanden. Således blev man ved, indtil den endelige vinder var fundet. Det var nogle stolte ungdomsløbere, der undervejs havde trynet de skrappe i 21-klassen.

Banerne var som nævnt korte, og der skulle løbes 2 sløjfer. Der var start allerede kl. 10, så arrangementet kunne nås. Med de publikumsvenlige korte sløjfer var det spændende at følge med i.

Kunne vi her i Horsens mon lave sådant et arrangement til et lørdagsløb? Da vi snakkede om det i "Udløberens" redaktion, tog Karen ideen med hjem. Ole Mønster synes, ideen er sjov, og vil lave arrangementet ved sidste lørdagsløb i februar. Herom mere i vort januar-nummer. Herunder kan du se et par skitser fra OK Moss' klubblad.

- med venlig hilsen

Karl



Finalerundene (løberne passerte start mellom rundene)

Champion- pokalen.

Pointregnskabet 1993

Tanja Boen Knudsen toppe årrets pointregnskab i Horsens Orienteringsklub med 1581 point af 1600 mulige. Det er som pointregnskabet generelt et udtryk for gode resultater og flittig deltagelse i åbne løb rundt om i hele Danmark. Vinder man et løb, eller er indenfor samme minut som vinderen, får man 100 point. Er man 2 minutter efter vinderen, får man 98 point osv. Suverænt af Tanja, der 11 gange er noteret for 100 point. Tillykke til Tanja, der fortjent har fået tildelt "Championpokalen"! Her nedenfor ser du tallene, sort på hvidt:

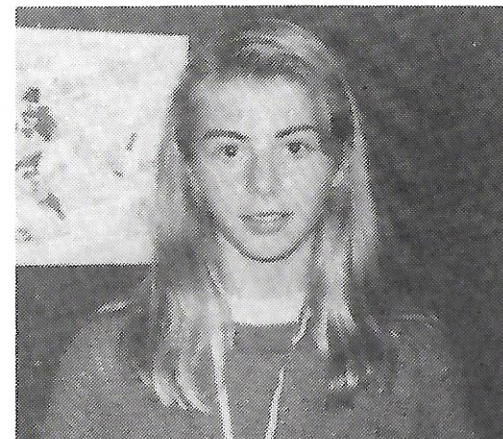
"Championpokalen" tildeles den løber, der i årets løb har opnået flest point ved A- eller B-løb (eller løb med tilsvarende klasser: 3-dagesløb) dog ikke jagtstartsetaper. Principielt altså løb, der har fuld klasseinddeling. Alle skal have lige vilkår for at kunne deltage i pointkapløbet. Reglerne er justeret siden sidste år, så hverken DM-nat, Kredsungdomsmatch eller kortdistancemesterskab tæller med. Ligeledes gives der nu ikke mere 75 point, hvis man fungerer som f.eks. stævnekontrollant eller lignende.

Ønsker du at se hele pointregnskabet for 1993, kan du finde det i en mappe på reolen i klubhuset. Mappen rummer endvidere diverse resultatlistor fra årets konkurrencer.

Karl.

REINHOLDT RADIO-TV

Borgergade 5 . 8700 Horsens . Tlf. 75 62 29 50



LØBER

Ialt point

D11-12 Tanja Knudsen	1581
H15-16 Thomas Poulsen	1322
D12 Karina Knudsen	1282
D15-16 Kamilla Kristensen	1274
H15-16 Henrik Kallestrup	1272
D15-16 Katrine Nielsen	1242
D40 Ellen Nielsen	1202
H45 Karl Ditlevsen	1120
H15-16 Jens Svendsen	1115
H45 Henning Larsen	1028
H40 Eigil Nielsen	992
H17-20 Troels Nielsen	981
H35 Karsten Knudsen	965
H60 Jakob Ravn	959
D21 Rikke Holm Jensen	949
D40 Trille Ditlevsen	936
D15-16 Heidi Kock Peters.	917
H17-20 Flemming Thyssen	889
D40 Elin Holm Jensen	855
H50 Svend Aage Sørensen	848
D50 Karin Karlsson	847
D35 Grethe Knudsen	828
H21 Carsten Thyssen	812
H40 Gunner Gjermandsen	794
H15-16 Martin Søvang	768
H45 Troels Jensen	765
H55 Erling Karlsson	749
H12 Tim Christoffersen	676
H17-20 Rasmus Holm Jensen	610
D17-20 Lise-Lotte Grønbæk	582

H35 Jørgen Christoffersen	563
H21 Per Mønster	537
H60 Jørn Mathiesen	533
D21 Berit Thyssen	528
H40 Peer Straarup	439
H17-20 Bo Mønster	425
H45 Ole Mønster	422
D35 Tove Straarup	392
H12 Svend Klingberg	372
D17 Gitte Mønster	366
D40 Jette Christoffersen	366
D45 Ulla Sørensen	364
D40 Susanne Svendsen	360
H17B Anders Harfot	358
H50 Jørgen Thyssen	354
D21 Anni Jensen	340
H45 Kai Skoubo	329
H50 Kaj Klingberg	298
H21 Morten Grønbæk	272
H50 Anker Andersen	272
H17-20 Ulrich Krogh	252
H21 Steen Mønster	240
D45 Sonja Klingberg	238
H45 Kaj Grønbæk	227
D21 Britta Pedersen	224
D50 Aase Thyssen	220
H12 Jesper Krogh	196
H40 John Nissen	173
H55 Pauli Christiansen	173
D45 Karen Mønster	172
H17-20 Morten Kallestrup	168
D45 Tenna Skovby	156
D45 Lis Larsen	153
D55. Lisbet Ravn	149
D50 Birgit Christensen	146
H45 Henning Larsen (He)	142
H50 Jørgen Skovby	136
H40 Jørn Egeberg	135
H40 Svend Erik Pedersen	100
H17B Jørn Porsgaard	95
H21 Poul Erik Christensen	88
H21 Kim Taylor	83
H17B Peder Rounkvist	80
H21 Lars Roupe	70
H21 Tommy Lyneborg	69
H40 Bent Vestergård	67
H55 Ivan Larsen	61

Ud at rulle.

hver tirsdag

KL.: 18.--



Den spændende sæson med en hel del åbne løb er slut for året 93.

Men en ny er allerede startet: Rulleski-sæsonen.

Vi er nogle som tager turen søen rundt hver tirsdag aften, til tider bliver det måske længere, f.eks. videre forbi dyrskuepladsen og over Hatting hjem til klubhuset.

En søndag morgen mødtes vi hos Jørgen til morgenkaffe og rundstykker. Derefter rullede vi en tur på ca 20 km. Den gik over Vrønding, Flemming, Hvirring, og så hjem til Lund. Turen tog under 2 timer.

Det er en sjov måde at få rørt sig på, og det er ikke ret belastende for leddene eller benene. Til gengæld bliver arm- og bugmusklerne trænet.

Vi ved der er flere som har rulleski, få dem frem, pandelampen på, og så afsted. Vi ruller fra klubhuset kl. 18 hver tirsdag. Jo flere som deltager, des sjovere er det for os alle.

Vi kan så aftale om vi evt. skal tage en længere søndagstur, f.eks. startende med kaffe og rundstykker i klubhuset, eller hos en af deltagerne.

Husk, det er rigtig god fortræning til den store vintersæson, som vi får i år!!

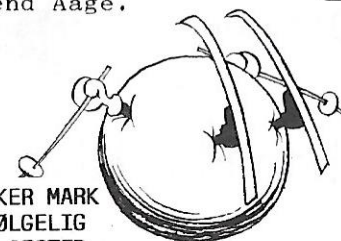
Er nogen interesseret i udstyr, så har vi priser, og adressen på ham som sælger det.

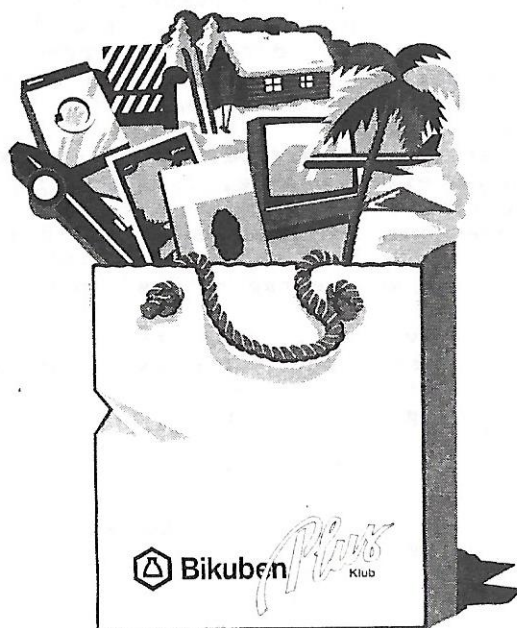
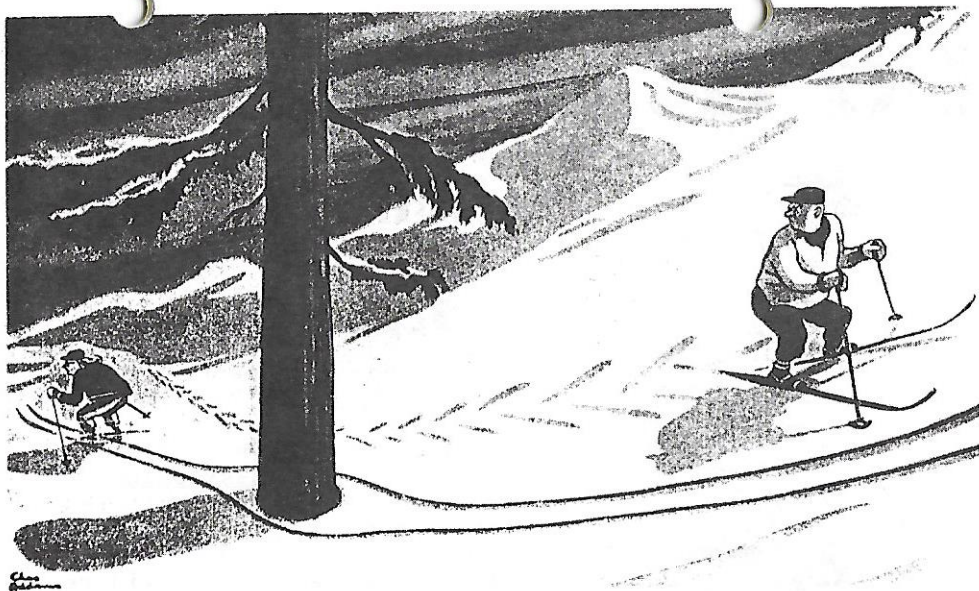
RUL-LET

Karsten, Jørgen, Svend Aage.

PS:

NÅR DEN RIGTIGE SNE DÆKKER MARK OG SKOV, TAGER VI SELVFLGELIG DE RIGTIGE SKI PÅ OG SÅ AFSTED....





Bikuben Plus Klub
-en helt ny måde at være kunde på

Fra klubfesten.

Det blev på flere måder en f-æ-n-g-s-l-e-n-d-e klubfest. 1993-modellen var kreeret over emnet fængsel, og allerede indbydelsen lovede vand og brød! Det fik vi også, men udover rugbrød og postevand (det smagte skam godt!) havde madudvalget med vanlig grundighed forberedt et festmåltid. Og det er ingen "and"!



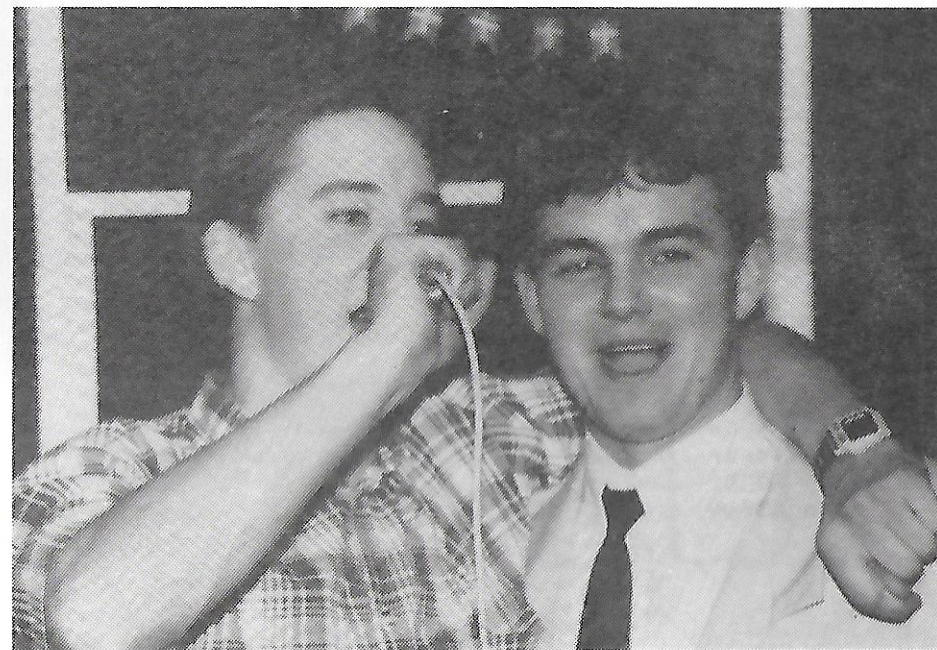
Klubmestrene blev behørigt hædret. Championpokalen var allerede ved ungdomsklubfesten uddelt til Tanja. Herom andetsteds i bladet. Susanne Svendsen blev tildelt ungdomsløbernes "tak". Fiduspokalen blev fortjent givet til Svend Aage, der jo på utallige fronter gør et stort arbejde for os alle. Ser de ikke godt ud? Jovist, men de har jo også alle fået udgangstøjet fundet frem.



Egentlig er det jo utroligt, at Erling i så lang tid har kunnet undgå at blive buret inde, men nu gik den altså heller ikke længere. Lovens lange arm greb ham og førte ham til pension Gitterly, hvor han og slænget af medskyldige blev sat til at lave tøjklammer og sætte papirsflag på snor. Det hele endte i et vellykket udbrudsforsøg. Så skulle du en dag se Erling eller andre undvegne i skoven, så meld dem øjeblikkeligt.

DE ER FARLIGE!!

Derimod kan du her i billedreportagen se et par aldeles ufarlige ungersvende. Altid fulde af sjov og ballade -hvad skulle man ellers blive fuld af? Fotografen har dog ikke været så heldig med indstillingen af kamera eller forstørrelsesapparat. Der er et eller andet uskarpt ved billedet. Han må gøre sig mere umage, næste gang han laver billeder til bladet. Men det lød altså godt. Aftenens sidste serenade, professionelt udført af Flemming og Carsten . Tak for sangen!



Den gennemsnitlige Horsens-løber.

Statistik er jo ofte en sjov størrelse. Svend Aage har været ved at kikke nærmere på, hvor mange vi egentlig er i de forskellige aldersgrupper, og se nu bare, hvad der er kommet ud af det...

"Uden alder" betyder blot medlemmer, hvis CPR-nr ikke er klubben bekendt.

Aldersfordeling i H.O.K

	Antal Herrer:
0 - 4 år:	2
5 - 9 år:	3
10 - 14 år:	7
15 - 19 år:	11
20 - 24 år:	7
25 - 29 år:	10
30 - 34 år:	9
35 - 39 år:	8
40 - 44 år:	19
45 - 49 år:	14
50 - 54 år:	19
55 - 59 år:	15
60 - 64 år:	3
65 - 69 år:	0
70 - 74 år:	0
75 - 79 år:	1
Uden alder:	10

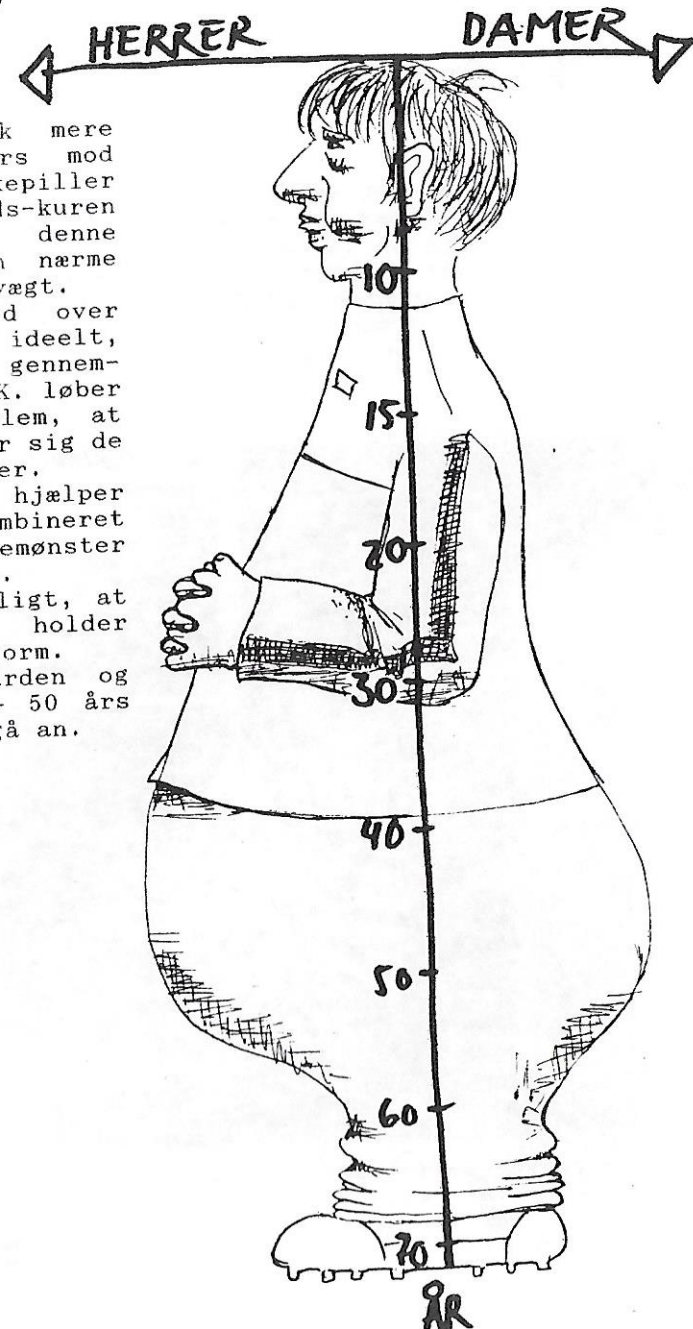
Ialt:

138

Antal Damer:

2
3
6
7
3
3
5
7
9
8
9
9
3
0
1
0
0
2

68



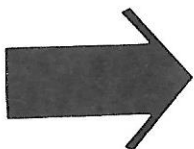
Der skal nok mere til, end kurs mod Bli-let slankepiller eller gulerods-kuren for, at denne slapsvans kan nærme sig sin ideelvægt. At være bred over skuldrene er ideelt, men den gennemsnitlige H.O.K. løber har det problem, at flasket lægger sig de forkerte steder. Øget træning hjælper noget, men kombineret med andet vanemønster var nok bedre. Det ses tydeligt, at spindesiden holder sig i bedre form. Lidt til gården og gaden i 40 - 50 års alderen kan gå an.

PS.

De gjorde det igen, klubfesten blev som sædvanlig særdeles vellykket. På sædvanlig professionel vis blev aftenen afviklet, med små og store overraskelser, og en velkomponeret menu, alt tilrettelagt af et festudvalg som var påklædt til situationen med 70 indsatte. Men ingen fest uden gæster og som sædvanlig deltog alle gladeligt i løjerne, så endnu en gang vil vi glæde os til næste års påhit.



Ved klubfesten gør formand Peer sin entre! Desværre kunne han ikke få udgang, og måtte derfor bryde ud gennem en netop gravet tunnel. Vi andre brød ud i jubel og klapsalver.



I mange år har det været god latin, at der ikke skulle være træningsløb samme dag som klubfesten afvikles. Men i år fik Kim Taylor brudt traditionen med et meget sjovt løb fra klubhuset, og oven i købet med tidlig start. Jeg tror, at der fremover vil være basis for et lignende løb på klubfestdagen, i år var deltagerantallet over 40.

Jeg har nu flere gange mødt, hvad jeg troede var umuligt, nemlig at se en orienteringsløber medbringende hund under løb. Beklageligvis står det ikke i vort løbsreglement at noget sådant er forbudt, men som jeg læser reglementet, kan den enkelte arrangør selv sætte en sådan grænse, hvilket jeg så håber vil ske. Det vil være forfærdeligt, hvis en sådan hundeluftning skal resultere i yderligere problemer for vor adgang til skovene. Kære hundeejer, luft/motioner jeres hunde på anden vis, og husk snoren, vi er mange der er meget utrykke ved løsgående hunde.

Rekruttering af nye medlemmer er et altid aktuelt emne, som man kan tage op og lave nogle specielle arrangementer på. Fælles for de fleste forsøg er, at kun ganske få deltager og sjældent får klubben nye medlemmer på denne vis. Selvfølgelig skal vi have nye medlemmer, og måske skulle vi gøre som Jørn Egeberg foreslår, nemlig at alle i klubben bør gøre noget for at få småbørnsforældre interesseret i at deltage i vore arrangementer, og samtidig gøre det klart, at vi altid kan finde pasningsordning til ungerne, medens forældrene er ude og løbe og hermed håbe på, at nogle af børnene skulle få lyst til at deltage.

Peer

ORIENTERING

ALT TIL O-LØB & TRÆNING

- Tasker
- O-skærme
- Kompasser
- Stolerygsæk
- Stiftklemmer

- Orienteringssko
- Pandelamper & udstyr
- Orienteringsbeklædning

MØLLER SPORT

EGERNVEJ 18. 8680 RY TELEFON 86-891996

05906

70

00

PEER STRAARUP

SYDVESTVEJ 8
8700 HORSSENS

ET HAV AF MULIGHEDER MED VERDENS STØRSTE FÆRGESELSKAB

Den bedste start på ferien. Gode forbindelser overalt. Lüksfærger til hverdagspriser. Internationale krydstogt-faciliteter. Taxfree shopping. Dejlige restauranter og kabytter. Det er Stena Line.

Hver tur med Stena Line er en oplevelse. Og der er masser af festlige ferietilbud at vælge imellem. F.eks. skandinaviske mini-krydstogter, kombi-rejser, storbyrejser, camping-guide, hoteller, hytter, ferielejligheder og rabatter.

Ring efter den nye skandinaviske fartplan eller det nye store katalog fra SEALINK Stena Line.

Med 4 ruter over den engelske kanal, 3 ruter England-Irland samt Göteborg-Kiel ruten.

Se også Stenas brochurer for bilferie, hotelferie, skiferie, campingferie i Sverige og Norge med masser af inspiration til sommerens bedste ferie og fridage.

SEALINK STENA
LINE

Stena Line

- Vejen til oplevelser

Frederikshavn: Stenaterminalen, tlf. 96200200

Ålborg: Boulevarden 46, tlf. 98101911

Århus: Parkalle 9, tlf. 86129293

