

UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB

NR. 114

OKTOBER 1994

23. ÅRGANG

VIGTIGE ADRESSER

Formand
Peer Straarup, Sydvestvej 8, 8700 Horsens 75.64.35.44

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

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, Vedbæksallè 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 Horsens 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, Kamilla Kristensen, Heidi Kock Peder-
sen.
Karl Ditlevsen (ansv.)
Svanevangen 34, 8700 Horsens - 75.65.33.17

FORSIDE Troels Nielsen, DM-sølv i langdistance, DM-guld i
kortdistance. DM-guld i klassisk, DM-sølv i stafet.
DM-bronze i natorientering. Individuelt bedste dan-
ske herre ved Junior-WM. Individuel vinder ved
ungdomslandskampen.
(Foto: Eigil Nielsen).

Novemberaftener

Nu nærmer vinteren sig og dermed vores hyggelige novemberaftner, programmet ser således ud.

TIRSDAG den 1. NOVEMBER - ZONETERAPI ved
NIELS PEDERSEN.

TIRSDAG den 8. NOVEMBER - ORIENTERINGSLØB I
AUSTRALIEN ved JARL.

TIRSDAG den 15. NOVEMBER - vil jeg gerne opfordre alle
der har vundet pokaler i 1994 ved orienteringsløb om at
tage disse med. Vi vil også gerne se andres billeder fra
sommeren der er gået.

TIRSDAG den 22. NOVEMBER vil den bedste i HOK 1994 for-
tælle om banelægning, ja - det er PER MØNSTER.

TIRSDAG den 29. NOVEMBER - almindelig klubaften.

TIRSDAG den 6. DECEMBER skal vi se, hvordan vi laver
JULEDEKORATIONER ved RITA fra HEDENSTED.

Det starter altid kl. 19.30, så man kan godt nå en løbe-
tur først, og man kan altid finde en at løbe med, hvis
man er der kl. 18.00.

JETTE

K. WESTERGAARD

VOLVO / RENAULT

HØEGH GULDBERGSGADE 18 · 8700 HORSENS
TLF. 75 62 51 33

Status i divisionen

Horsens OK har nu vundet alle sine divisionskampe i 1994.

Horsens - Aarhus 1900: 108 - 84

Horsens - Karup: 93 - 71

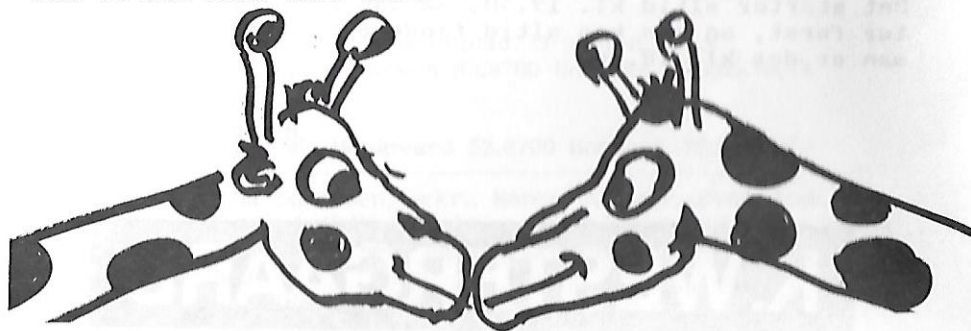
Horsens - Holstebro: 112 - 66

Horsens - Skive: 96 - 66

Hermed er der lagt op til kamp om oprykning sidst i oktober. Ved et stævne i Silkeborg Nordskov 29. oktober skal Horsens OK møde en af landets yngste O-klubber, Mariager OK.

Horsens OK har brug for dig!

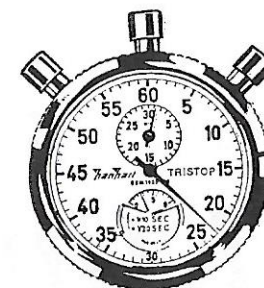
Ved de 4 divisionskampe i år er vi ikke mødt med fuld styrke mere end en enkelt gang. Nu må vi troppe op alle mand af hus!! Alle skal være med til at vinde. Det lidt mærkelige pointsystem gør jo, at ikke alle kan tjene point til klubben, men vi kan alle være med.



En bus på dagen har klubben ikke råd til som Alborg eller Aarhus 1900. Så må vi gøre dagen til noget festligt på en anden måde. Lad os kæmpe os til et flot resultat. Hepe på hinanden. Nyde selskabet i og omkring klubbeteltet. Blive lidt længere på stævnepladsen til sidste mand er kommet i mål og så fejre et forhåbentligt godt resultat.



Det er på tide,



- at vi rykker op. Så bliver der til næste år mere modstand og mere at kæmpe om. Så bliver der brug for alle hver gang!! Så bliver det også sjovere at være med!!

Derfor: Ring til Britta og meld til allerede nu!!

Vi ses i Silkeborg!

- med venlig hilsen

Karl



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



ELKØB

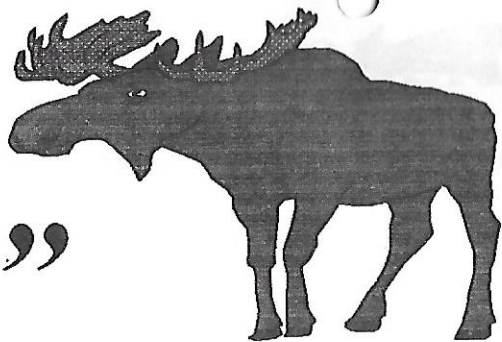
CARL BÆK & SØN

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

ELKØB

G'P'R BEDRE RÅD

"Klip"



er overskriften, når jeg vil skrive lidt om, hvad der rører sig i den svenske og norske O-verden.

SKOGSSPORT denne gang handler meget om O-ringen i Ågermanland. **DRÖMMETERRÄN**, hvilket man forstår, når man ser ud over Örnsköldsvik afbilledet i Skogssport. 4. etape blev kaldt orienterernes lystgård. Heldige var de også medvejret - i modsætning til året før i Halland, hvor der kom 6.000.000 liter vand på en nat. Og det er rigtigt, for jeg var der selv. 6.000.000 l vand, som er 12 gange så meget, som deltagerne i dette års O-ring (5-dages) - hældte i sig for at holde væskebalancen.

Vinder af O-ringens herre-eliteklasse blev Petter Thoresen, Norge. Det var hans 2. O-ringssejr ud af 4 deltagelser. Han vandt i skarp konkurrence med den svenske veteran Jörgen Mårtensson. På en pressekonference blev Petter spurgt, om han havde sovet godt op til fjerde etape, hvor han havde et særdeles godt løb bl. andet mod Jörgen. Jo, det havde han da: "Bortset fra at jeg vågnede midt om natten ved at Jörgen krøb op til mig i sengen for at "gose" lidt og sov hos mig hele natten." Jörgen er Petters 3-årige søn. I Sverige har de også problemer med at få tilgang af ungdom. Man skal næsten fødes ind i sporten og være børn af løbere.

Men god reklame kan gøre meget.

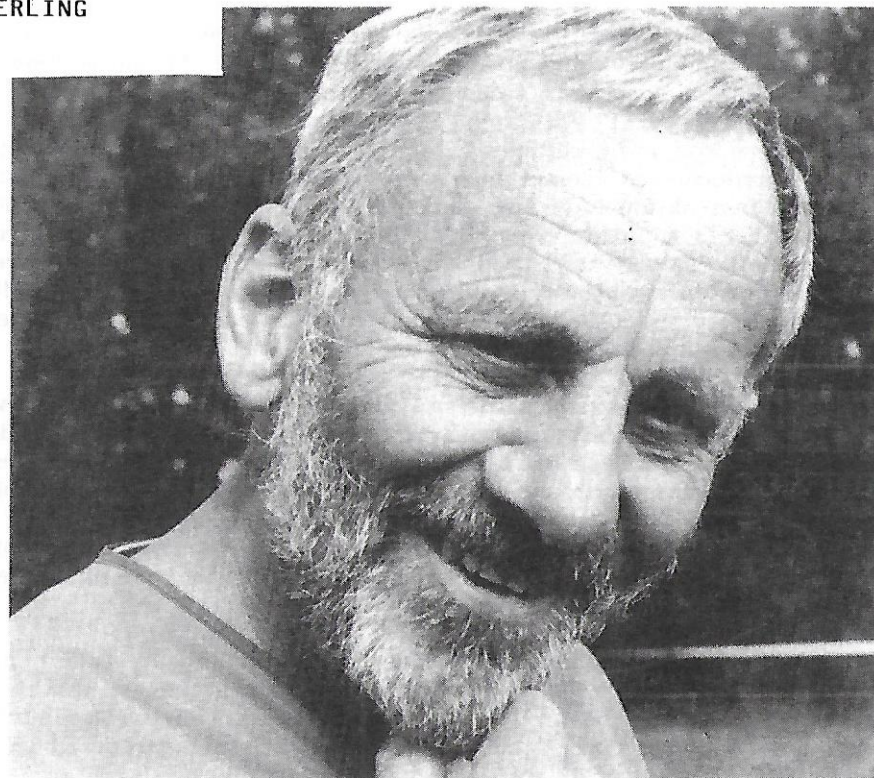
I Sverige har Jörgen Mårtensson haft fine resultater i Stockholm Maraton. I en mini-maraton for piger født 1985/86 blev to orienteringsløbere de bedste. Det gav masse - omtale.

Det får mig til at huske, da Carsten Jørgensen klarede sig fint i maratonløb og sagde i TV-interview, at orienteringsløb dog er hans foretrukne sport. Måske kunne det få unge mennesker til at tænke, at det kunne være noget at prøve- og starter de først, er muligheden for at blive fanget jo stor. Jeg tror, det har stor effekt. Det tror Lina Larsson, Haning Sok også. - Det er hendes artikel, jeg har hentet inspiration fra.

Orientering hedder norsk orienterings blad. I det skriver bl. andet Jørgen (han er præsident) om ferie. For at få en ordentlig ferie, skal man have mindst et flere-dages O-løb. Mulighederne er store. Fra Troms til Pyrenæerne, fra Skotland til Sortehavet inklusive svenske O-ringen og norske Sørlandsgaloppen. Jørgen, jeg er på fornavn med ham, kan nemlig ikke læse hans efternavn, fremhæver denne specielle ferieform med det gode sociale samvær. Kender I Jørgens tankegang? Det gør jeg i hvert tilfælde.

Det var så det. Ikke flere "KLIP" denne gang.

ERLING



GULDSMED LIND

GRUNDLAGT 1867

SØNDERGADE 36 · HORSENS · TELEFON 62 54 77

200 børn i skoven

Horsens Kommune holder hvert år "Naturuge" for skolebørnene omkring 1. september. I år havde 11 klasser meldt sig til Orienteringsløb i Abjergskoven. Arrangementet var planlagt inden sommerferien. Jørn Mathiesen havde lovet at hjælpe. Mine timer var mandag og tirsdag i ugen konverteret til naturuge-timer i skoven.

Alting ta'r tid: Tilladelse i skoven, reservation af klubhuset, bestilling af kort, banelægning, trykning af kort, pakning af kort. Tilbagemelding til skolerne. Der arbejdes skam i den danske folkeskole!!

Når en klasse kom ind i klubhuset, blev de kort præsenteret for sporten som konkurrenceidræt. Kortet over skoven skulle vendes rigtigt. Efter den fælles instruktion inde kom eleverne 2 og 2 til instruktion udenfor klubhuset i 2-3 minutter hver. Derefter gik den vilde jagt i skoven. Lærerne skulle så selv tage imod børnene, når de kom hjem fra skoven. Hver time kom en ny klasse. Har du nu husket at sige det hele?? Fælles instruktion blev givet 5 gange pr dag. Instruktion til 2-mandsholdene blev gentaget mindst 50 gange hver dag.

Det var lige i hvepse-sæsonen. De små vingede gul-sortede sørgede udover enkelte regnbyger for afvekslingen. Men ellers sørgede børnene for det. De var fra 5. til 8. klasse fra 6 forskellige skoler. De var søde. De fleste var ivrige. Enkelte var måske lidt usikre. En var dog suveræn: En pige kom hjem fra skoven og fortalte, at der var et sted, der var forkert på kortet. Det var rigtigt nok!! Børn er altid spændende. En anden pige fortalte, at hun kikkede stjerner og netop skulle ud og købe en kikkert! Også jeg havde mange oplevelser hver dag.

Posterne stod pænt under hele forløbet på nær ved et enkelt hold tirsdag. Nogle andre skolebørn havde en vandretur gennem skoven og havde flyttet/smidt 4 poster langs vejen. Heldigvis kunne Thies hurtigt sætte dem på plads. Vore "egne" børn var alt for engagerede til sådan noget pjat.

Alt i alt et par gode dage for Thies og undertegnede, for børnene og for orienteringssporten.

Karl

Kurser i vinterhalvåret

***Korttegningskursus for nybegyndere.

Du lærer grundbegreberne i korttegning. Forelæsninger og praktiske øvelser i Gyttegaard Plantage. Computerrentegning.

***Videregående banelægning

For banelæggere til A- og B-stævner. Elitebanelægning m.v. Hjemmearbejde inden kursus!

***Stævneleder- og stævne- kontrollantkursus

For stævneledere og stævnekontrollanter ved A- og B-stævner. Planlægning. Samarbejde/kontrol. Reglement. Indberetning. Rapportering. Cases. Erfaringsudveksling.

Fælles for alle kurserne:

TID: 18. - 20. NOVEMBER

STED: BILLUND VANDRERHJEM

PRIS: KLUBBEN SØRGER FOR BETALING

TILMELDING: TIL PEER STRAARUP

FRIST: TILMELD NU !! D.O.F. SKAL HAVE BESKED INDEN 25. OKTOBER!

LÆS MERE: PÅ OPSLAGSTAVLEN I KLUBHUSET

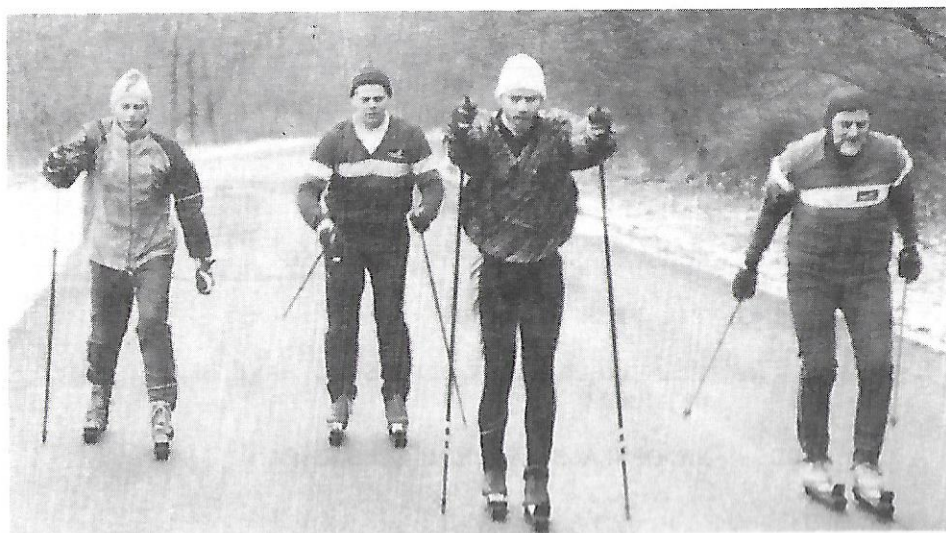
Rulleski-guld i Århus

Ved kortdistance-DM i rulleski i Århus fik Horsens Orienteringsklubs skiafdeling sin første DM-medalje, og så endda af guld! Karsten Knudsen vandt motion herrer på ca. 10 km på 33.59 minutter.

Klassen løbes på ordinære rulleski i klassisk stil. Svend Aage Sørensen kom ind på en 4.-plads på 40.05 minutter. Jørgen Christoffersen stillede op i klassen i klassen standard 35-49 på 15 km og opnåede en 6.-plads i tiden 47.31. Jørgen styrtede på ruten, da den ene ski under løbet torpederede en kantsten, men gennemførte!!

Hos eliten blev OL-løberen Michael Binzer, Nuuk, vinder. Der var ca 60 deltagere ved mesterskabet.

Dagen derpå var der langdistance-DM. Horsens OK havde her ingen deltagere.



Resultatformidlingen var ikke så god ved stævnet, så Horsensløberne fik ikke resultater og placeringer at se på dagen. Sjovt var det, da Deres udsendte søndag eftermiddag skulle prøve at få resultaterne hjem ved at ringe til en rulleskiløber fra Vejle. Først sent traf jeg ham hjemme på telefonen. Han havde jo selv deltaget begge dage -og....så tog han jo lige Marselisløbet med, nu hvor han var deroppe... Det havde Karsten og co. jo ikke tid til. De var nemlig på banen ved O-løbet i Oksby Plantage ved Esbjerg.

Tillykke til Karsten!!

Red.

- HAR DU SET -

OPRYKNINGSMATCH I
SILKEBORG NORDSKOV
29. - OKTOBER

TILMELD TIL BRITTA
INDEN 18. OKTOBER!

- VI SES -

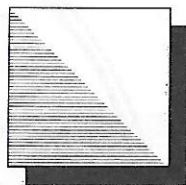
Familiesport

På vej hjem fra Skaw-dysten mødte Erling og jeg en orienteringsløber fra en anden klub. Vi talte selvfølgelig om løbet og O-sporten i al almindelighed. Han var den eneste i sin familie, der dyrkede O-sporten og deltog derfor sædvanligvis ikke i flere-dages arrangementer. Hans holdning var, at O-sport var for dem, der var blevet for gamle til at dyrke fodbold. Det var mit indtryk, at han heller ikke havde gjort så meget for at få familien gjort interesseret. Vi synes, at han snyder sine nærmeste for nogle gode oplevelser. Dette være i skoven og med andet social samvær. Her i klubben har vi også mange løbere, som ikke har familien med i skoven. Prøv om I ikke kan få dem interesseret. Det er jo en fritidsinteresse, hvor der er plads til alle - nemlig for hele familien.

Karin

Nye muligheder
for alle under 25 år

UNG
Plus

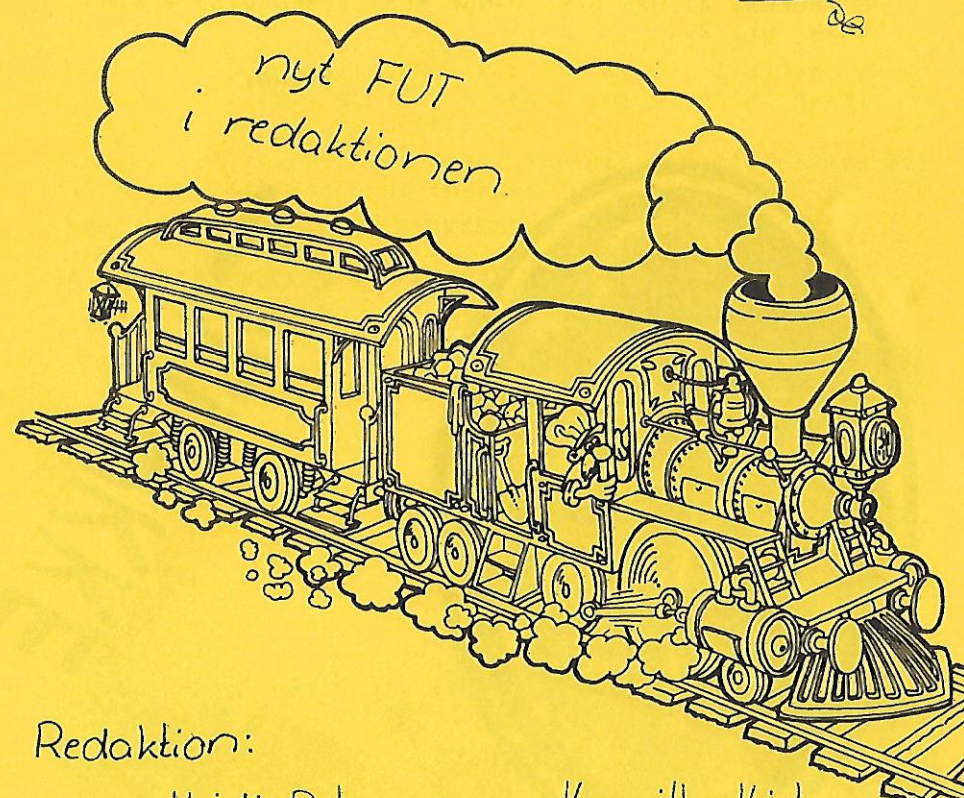


Er du under 25 år, kan du blive medlem af UNG Plus, der blandt andet giver dig en medlemskonto med højere rente og et hav af spændende tilbud at vælge imellem.

Vi ses i Bikuben.



SKÆRMNYMFEN.



Redaktion:

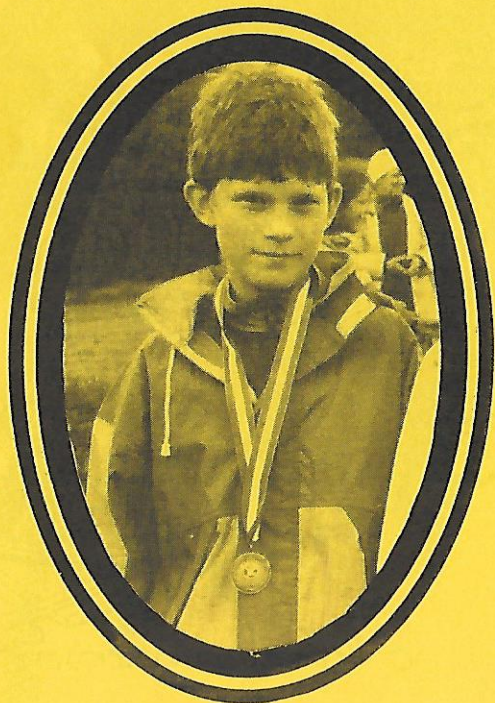
Heidi Petersen og Kamilla Kristensen

DM individuel

Jeg starter med en god start op ad en mudderbakke og ved post 2 kan jeg se ham, der starter før mig. Ved post 3 er han væk igen, men på vej til post 4 kan jeg se, han løber ad en sti, hvor jeg vælger at gå lige på. Da jeg er på vej til den næste post, kommer han, så har vi samme vejvalg indtil på vej til 2. sidste post. Der går jeg ned igen, hvor han bliver oppe og det koster mig ca. 2 min., og da jeg når til posten hænger jeg fast i noget tornekrat et stykke tid.

Jeg synes, at det var dejligt at stå på 3. PLADSEN OG FÅ EN BRONCEMEDALJE. JEG SYNES OGSÅ, AT DET VAR FLOT AF TROELS, AT HAN BLEV DANSK MESTER MED OVER 8 min. FORAN nr. 2.

SVEND



TILLYKKE

DM-stafet

Vi kørte op til Yding, det regnede en lille smule. Tim løb 1. tur, Svend løb 2. tur, og jeg løb 3. tur.

Tim startede og kom i mål ca 30 minutter efter, nu begyndte det virkelig at regne, teltene var ved at blæse om kuld. Men det gik. Jeg fik nogle små tip af Tim. Og han sagde, at han bommede en post sammen med nogle andre.

Så skulle jeg afsted (det var koldt). Endelig kom Svend, og jeg fik varmen af løbeturen. Der var langt ned til startposten, og så gik det derudaf. Der var meget mudret og tøjet blev tungere og tungere. Der var mange bakker. Endelig klippede jeg sidsteposten og op gennem målslusen. Det føltes meget lang. Det var meget mudret og næsten ikke til at løbe, og jeg var meget træt. Det var næsten lunte (ingen spurt).

Banen var 3 km og 60 meter, og jeg syntes, det var et godt løb. Jeg bommer ikke. Min tid er 34 minutter. 20 sekunder efter sølv og 1 og et halvt minut efter guld, men jeg løb næsten 15 minutter ind.

Man skulle i hvert fald have gummistøvler på, ellers fik man mudder til anklerne (Bvader)!

ENDELIG KOM PRÆMIE-OVERRÆKKELSEN.

SÅ FIK JEG ENDELIG MIN FØRSTE MEDALJE.

KARINA



JM individuel

Søndag den 28/8 1994 i øsende regnvejr, kørte min far og jeg afsted med privat chauffør (Svend Aage) mod Viborg. Vi skulle løbe i Ormstrup Skov ved sydenden af Tange Sø.

Det var vistnok fjerde gang, jeg skulle prøve at løbe JM, så hvis det skulle være, så var det nu. For næste år rykker jeg op i H13-14A, og så kan jeg jo nok ikke gøre mig gældende.

Jeg løb de 500 m ud til start og var godt varmet op og klar til udfordringen.

Jeg blev kaldt i startboksen og fik kortet udleveret 2 min. før start. Så gik det over stok og sten med mange bakker, og utrolig mange forbudte områder, men jeg løb hele tiden. Det gav resultat, JEG VANDT og dermed blev jeg JM mester i H 12A.

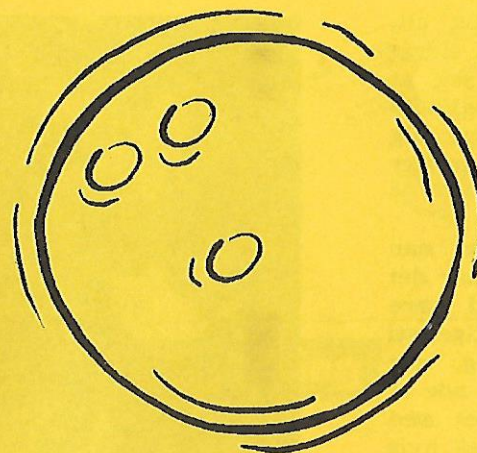
Min gode ven og konkurrent Tue fra St. Binderup, måtte nøjes med sølvmedaljen.

TIM



UNGDOMS- KLUBFEST '94

Hvor skal du hen lørdag den 3.
november?



- TIL O-LØBER-UNGDOMS-KLUBFEST,
NATURLIGVIS. VI SKAL BOWLE, SPISE,
DELE POKALER UD OG HAVE DET SJOVT!

TILMELDING TIL SUSANNE : 75 65 36 99
GRETHE: 75 89 03 33

-eller opslag i klubhuset

Natløb

I år har jeg været med til fem natløb, hvor fire af dem var "NATUGLEN", og den sidste var DM-nat.

I starten var jeg lidt usikker, om jeg ville synes, at det var noget ved, men jeg fandt hurtigt ud af, at det var noget for mig. I natløbene behøver man nemlig ikke altid at være så hurtig, men man skal i stedet være god til at orientere sig.

Da jeg startede, løb jeg nemlig alt, hvad jeg kunne. Det skulle jeg aldrig have gjort, for så begyndte jeg at bomme flere gange. Senere begyndte jeg at sætte farten ned og kigge mig ordentlig for. Så bommede jeg ikke nær så meget.

Det sjove ved natløb er nok, at man ikke kan se nær så meget, som når det er i dagslys, så man skal altid være forsigtig med at tage den rigtige sti ind mod posten. En anden ting, man også skal huske på, når man er ude at løbe, er at posterne er markeret med reflekser i stedet for skærme, så hvis man ikke husker det, kan man nemt komme til at løbe forbi posten. Det gjorde jeg i hvert fald engang.

Jeg vil gerne sige til alle jer, der ikke har prøvet at løbe natløb: I skal prøve det, for det er sjovt!

Thomas Poulsen.



Ungdomskalender

Sæsonen er ved at være slut, men der er endnu vigtige løb, du skal melde dig til!

Der vil blive arrangeret kørsel til følgende løb:

23.-10. A/B Rømø - ranglisteløb

29.-10. Silkeborg Nordskov - divisionsmatch, vigtig!!



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

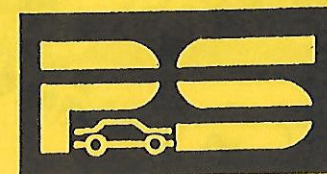
Skeldal

CAMPINGBIL

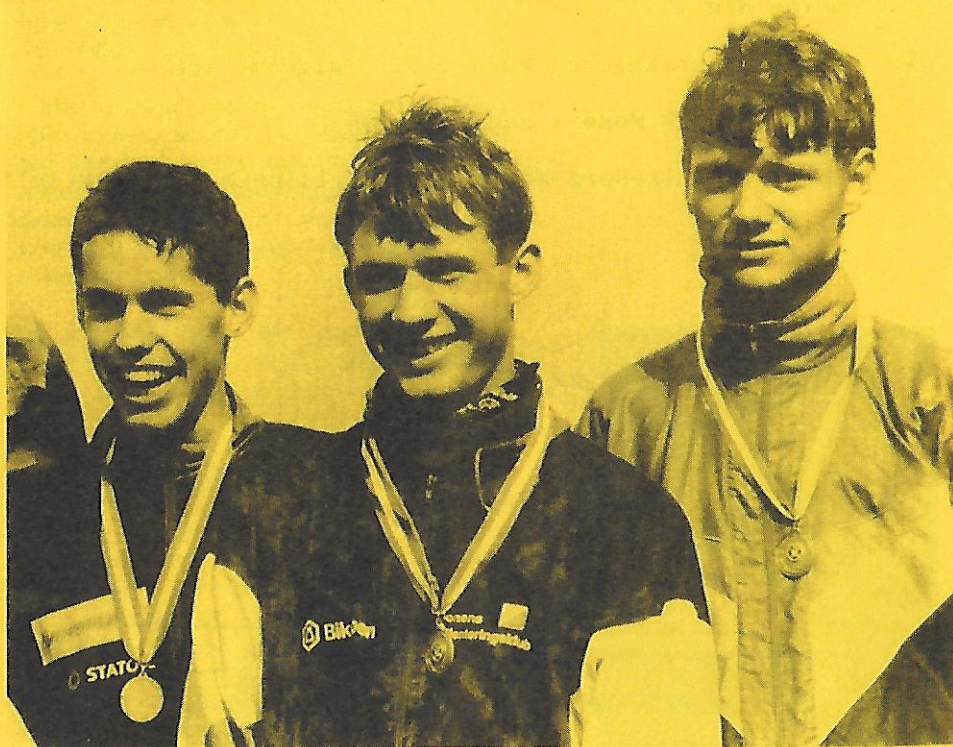


75 61 07 77

75 61 00 50



NR. 2 VED DM-STAFET!



3. natlampe til ungdomsafdelingen

Der er ved at være god rift om de halogenlamper, ungdomsafdelingen råder over. I sensommeren har vi netop købt nr. 3 af slagsen. Først og fremmest til ungdomsafdelingen, men dernæst til resten af klubbens medlemmer.

De bruges til natløb (selvfølgelig!) i sæsonen, til DM-nat, til "Midgårdsormen", til "Spring-Cup" og til diverse kurser. Undertegnede opbevarer dem mellem løbene og sørger for, at de er ladet op.

Hvad med også at bruge dem til løbetræning om tirsdagen? Svend Aage og jeg plejer at bruge natlamper på vor vej rundt om søen. Udover reflekser på tøjet er det jo godt både at se og blive set. Jeg prøver at tage med nogle gange. Så får vi se, om de slår an.

Karl

PS: Vi prøver at få fat i et antal løse reflekser til løbetøjet.

 **Horsens Fragtcentral**

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

Undskyld Tim!

I en billedtekst i sidste "UDLØBER" skrev jeg om Karsten og Jørgen, at der ikke havde været de store resultater ved "JYSK 3-DAGES". Efter at resultatlisten er kommet, har jeg erfaret noget helt andet:

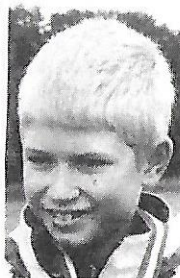
I Dame-10 bliver Karina nr 2 hver dag og samlet!

I Dame-12B bliver Sarah nr 2 og vinder 1. etape!

I Herre 11-12A bliver Tim samlet vinder med 2 etapesejre!

Tillykke, det var flot!

Karl



OPRYKNINGSMATCH I
SILKEBORG NORDSKOV
29. - OKTOBER
TILMELD TIL BRITTA
INDEN 18. OKTOBER!

Kortdistance ved Trelde

Ved Orienteringsforbundets forbundsmesterskab i kortdistanceorientering lørdag den 20. august i Trelde Skov ved Fredericia vandt Troels Nielsen en suveræn guldmedalje i juniorklassen 17-20.

Troels kvalificerede sig til A-finalen ved i sit indledende heat at besætte 2. pladsen i det vanskelige terræn. Stier og grøfter i skoven ved Trelde løber stort set alle parallelle. Troels var ikke blot sikker, men også suverænt hurtig i finalen, hvor de nærmeste konkurrenter, Lasse Petersen fra FROS og Søren Olsen fra Søllerød, blev distanceret med henholdsvis 1½ og 2 minutter på kortdistanceruten på 4.6 km.

Af de 16 tilmeldte Horsensløbere ved KM-kort kvalificerede 10 sig til A-finalerne. De bedste resultater blev:

Dame 40, 2.9 km 8 poster (5) Trille Ditlevsen, 37.04

Dame 45, 2.5 km 9 poster (4) Elin Holm Jensen, 26.34
(6) Ellen Nielsen, 28.17

Herre 17-20, 4.6 km 11 poster (1) Troels Nielsen, 22.55

Herre 55, 2.9 km 8 poster (9) Anker Andersen, 38.37

Herre 60, 2.5 km 9 poster (4) Jakob Ravn, 27.29

Jeg synes, arrangementet forløb utroligt fint. Det var modigt af FROS, at de turde lade alle klasser løbe 2 løb! Tænk blot på, hvor tit der har været problemer med beregning bare ved almindelige løb!!

DOF, Orienteringsforbundet, er begyndt at indsamle bedømmelser af de større arrangementer fra de deltagende klubber. Horsens OK skulle bedømme dette forbundsmesterskab. FROS fik topkarakter!!

Karl

Midgårdsormen

Danmarks største orienteringsstafet har fået sit navn fra den nordiske mytologi: "Midgårdsormen". Der er 10 ture, så det er en rigtig lang stafet, der starter i nattens mulm og mørke, hvor de første tre ture løbes med pandelamper. Der er to sværhedsgrader, "Thor" for eliten og "Odin", som er mere motionspræget.

Horsens Orienteringsklub stillede søndag den 21.-8. op med et Thor- og tre Odinhold i Gyttegård Plantage ved Billund. Alle de andre gode var også på pletten. Kolding Orienteringsklub vandt meget suverænt Thorbanen med landsholdsløberen Flemming Jørgensen som ankermand. Hurtigste tid havde dog den regerende verdensmester, Allan Mogensen, Farum/Södertälje. Odinbanen blev vundet af Pan, Aarhus.

Horsens Thor-hold klarede sig flot med en 8.-plads af 25 gennemførende hold. Flemming Thyssen gjorde sig inden andenturen bemærket med at løbe rundt og råbe efter sine sko. Han gik i skoven uden at få dem på. **Mysterium: Løb Flemming barfodet?**



Det var ikke til at komme til for Horsensløbere, der stod tæt som tilskuere ved skiftet ved "Midgårdsormen", men vi var også 40 deltagere!!

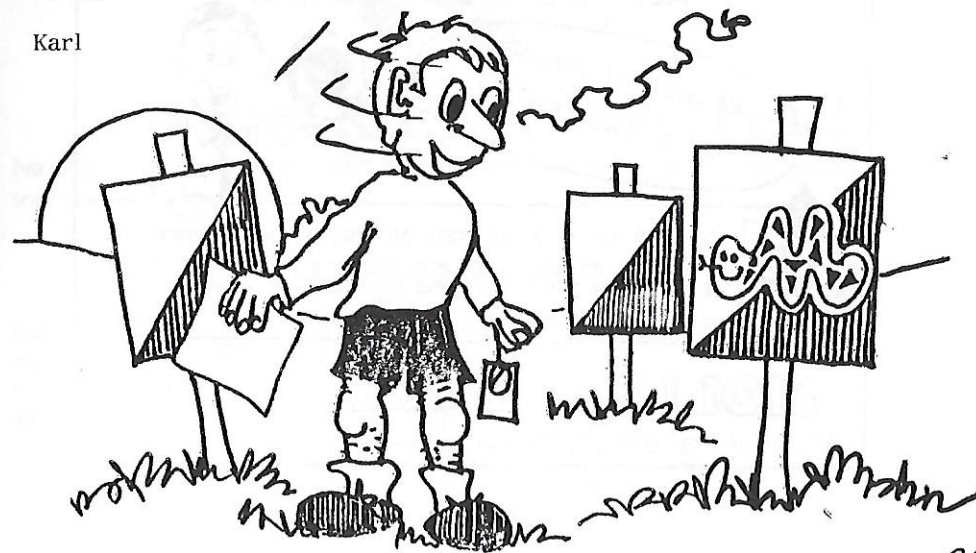
(Foto: Kai Skoubo)



Heidi løb 9.-tur ved "Midgårdsormen" og nåede at komme ud inden efterstart. Her venter Heidi ved skiftet. (Foto: Kai Skoubo)

De tre Horsenshold blev henholdsvis nr. 17, 21, og 37 ud af 45 gennemførende hold. Som bekendt stillede "UDLØBEREN" med et af holdene og lod høfligt de to andre blive nr 17 og 21!

Karl



Beringsstafetten

Når Atlética holder Beringsstafet, plejer vi gerne at samle nogle hold for at vise flaget. I år var vi ikke for tidligt ude. 3 hold blev det til. Et af dem var Grethes damehold fra Hedensted. Flere Horsens OK-løbere var dog repræsenteret på andre hold.

Vejret var vådt og trist. Humøret var fint nok. Placeringerne var nok mest som vejret, men vi var med. Til næste år må vi se at få sat opslag op noget tidligere, så vi kan præsentere klubben inde i byen. "Synliggøre" hedder et af disse frygtelige modeord. Lad det være vores "handleplan" for dette løb, at vi har dobbelt så mange hold til næste år!

Karl.

ORIENTERING

ALT TIL O-LØB & TRÆNING

VI STAR PÅ SPRING
FOR AT BETJENE JER!



SILVA

DET ER OS DER SÆLGER ORIENTERINGSUDSTYR!
DU FINDER OS MED VORES RULLENDE BUTIK TIL ALLE STORE
LØB, MEN DU KAN OGSÅ RINGE OG FÅ GREJERNE SENDT.
VI ER DYGTIGE TIL AT RAMME SKOSTØRRELSER PR. TELEFON.

MØLLER SPORT

EGERNVEJ 18 . 8680 RY TELEFON 86-891996

RULLESKI TRÆNING! ☺



Næsten før vi tænker på det, er sæsonen for åbne løb forbi. Men en ny spændende sportsgren venter, nemlig skiløb. Kom i form inden turen går til de nordiske fjelde, eller til alperne mod syd.

Flere har fået rørt rulleskiene i sommer, men nu skal der mere gang i hjulene.

Tirsdagstræningen er stoppet, men en tur rundt om Bygholm Sø med pandelampe og på rulleski, er en god måde at holde sig i form på. Husk reflekser, det kan gælde dit liv! Rulleski afdelingen laver instruktion og fællestræning foreløbig på følgende:

Søndage Kl: 8,30

30 oktober - 6 november - 13 november.

Der vil blive startet med rundstykker og kaffe. Og så ud på rullerne. Medbring, (hvis i har,) hjelm, handsker, knæ- og albueskyttere samt skistøvler. Nye interesserede, som ikke har udstyr, kan prøve skiudstyret hos dem, som har.

Vi ved, at der er rulleski udstyr hos nogle, men det bliver ikke brugt. Hvis du ikke vil prøve det på disse dage, vil vi meget gerne låne det.

Tilmelding er ikke strengt nødvendig, men for at have rundstykker nok, så skriv dig på listen i klubhuset, eller giv et ring til:

Jørgen Christoffersen

☎ 75 65 45 44

Svend Aage Sørensen

☎ 75 65 48 69

Ps.: Tag konen, kæresten, elskeren, eller måske bare naboen med. Skoven er dejlig, bare at gå tur i.



OVERTRÆKSDRAGTER!

Nu er det lige før, der bliver bestilt til dem, som har afgivet ordre. Er der stadig enkelte, som ønsker at købe, så er det nu!

LØBEDRAGTER! ☹

Her mangles der stadig nogle i, at der kan bestilles. (Minimum 10 stk.). Tag en rask beslutning, og bliv en nydelig repræsentant for H.O.K.

Svend Aage Sørensen

☎ 75 65 48 69.

Klæder skaber folk!



REGLER FOR DELTAGELSE

§ 10 Klubtilhørsforhold

Som orienteringsløber kan man udmærket være medlem af flere klubber; men man kan kun »løbe« for én klub, hvilket vil sige, at man ved orienteringsstævner omfattes af »reglement for orienteringsstævner«. Indenfor en sæson normalt kun må repræsentere én klub.

Ønsker man at skifte klub, altså repræsentere en anden klub, siger

- 10,3 Såfremt en orienteringsløber ønsker at starte for en anden klub, end den vedkommende hidtil har repræsenteret, sker skiftet normalt pr. 1. januar eller 1. august. Ønsker en orienteringsløber at starte for en ny klub på et andet tidspunkt af sæsonen, kan dette kun ske i tillæde, hvor løberen flytter fra en klubs naturlige interesseområde til en andens, og flytningen skal have varig karakter. Det er endvidere en forudsætning, at orienteringsløberen ikke er i kontingentrelse til sin tidligere klub.

Løbere, som i mindst 2 måneder i træk har været bosat i et andet land end Danmark, kan efter denne periode repræsentere en klub i dette land, hvis såvel HB som berørte lands orienteringsforbund giver tilladelse hertil. Modsvarende gælder for en udenlandsk løber i Danmark. Den af løberens eget forbund udfærdigede tilladelse skal vedlægges ansøgningen.

værd at vide som o-løber

§ 11 Deltagelse

Ved åbne orienteringsstævner (alle A₂-, B-, C-, nat- og stafetstævner) har ethvert medlem af en orienteringsklub ret til at deltage. Herfra er kun én undtagelse, idet et C-stævne efter kredsbestyrelsens godkendelse kan forbeholdes nogle bestemte klubber.

For deltagelse ved danske mesterskaber (DM'er) gælder generelt:

- 79,1 I H/D 21 må kun deltage danske statsborgere.
79,2 I øvrige klasser må ikke-danske statsborgere deltage, såfremt de i det kalenderår, hvor de ønsker at deltage, har haft fast bopæl i Danmark og været medlem af og repræsenteret en dansk klub.

Vedrørende startret i de enkelte klasser i DM-løb – se senere.

Bemærk:

- 11,4 Det er ikke tilladt en løber at starte i en anden løbers navn.

§ 12 Alder

- 12,1 En orienteringsløbers alder er antallet af år vedkommende fylder i det pågældende kalenderår.

§ 14 Startret og pointregler

Point kan erhverves ved A₂- og B-stævner samt ved DM-individuelt og DM-nat. Point'ene har evt. betydning for, om man kvalificerer sig til at deltage i DM, ligesom de giver mulighed for at erhverve mærker (orienteringsmærket og ungdomsmærket).

Points tildeles på følgende måde:

- 14,2 Points gives uanset kredsinddeling til løbere fra danske klubber.
14,3 Den bedst placerede løber i en klasse får 100 points. De efterfølgende får 1 point mindre for hvert minut, de er langsommere. Løbere, der overskrider den bedste tid med 100 min. eller overskrider max.-tiden, får 0 point. Ved beregning af points regnes kun med hele minutter, idet alle sekunder bortkastes.

- 14,4 Points opnået i eliteklasser regnes ligestillede med points opnået i sædvanlige klasser.

- 14,5 En løbers funktion som banelægger, banekontrollant eller stævnekontrollant giver 75 points. Der kan dog på denne måde kun erhverves points én gang indenfor den aktuelle periode for beregning af points til startret m.v.

Ved den såkaldte gruppeorientering gør sig et særligt forhold gældende:

- 14,9,1 På lette baner samt begynderbaner er det, undtaget ved A₁-stævner, tilladt at løbe 2 eller flere løbere sammen.
14,9,2 Sådanne grupper konkurrerer på lige fod med øvrige deltagere, dog kan de ikke erhverve points til ungdomsmærket.

Der er i princippet fri startret mellem A, B og C-klasser. Bemærk dog:

- 14,6 Klublederne er ansvarlige for, at alle klubbens løbere anmeldes i de klasser, deres kvalifikationer kræver/beregtiger dem til.

For ungdoms- og juniorløbere (alle løbere under 21 år) gælder, at man kan starte i en sværere klasse (længere og sværere orienteringsbane), end den man aldersmæssigt hører hjemme i. Dog skal løberne have klubledernes tilladelse til en sådan oprykning.

Startret i begynderklasser har alle, som ikke tidligere har startet i andre klasser i konkurrencer under DOF; for natløb dog også, hvis man ikke tidligere har startet i øvrige klasser ved natløb.

DM-startret

Ved DM'er gælder med nedenstående undtagelser, at enhver orienteringsløber har ret til at deltage.

DM-individuelt

- § 81 Hovedbestyrelsen (HB) kan fastsætte kvalifikationskrav til deltagelse i en eller flere klasser.

Ved overskridelse af det til enhver tid normerede deltagerantal skal meddelelse om afslag på deltagelse tilsendes berørte klubber umiddelbart efter tilmeldingsfristens udløb.

DM-lang

- § 86 Startret i H 21 har enhver H 21 A-løber.

DM-nat

- § 91 Startret i H/D 21 har enhver løber, der indenfor 12 mdr. før anmeldelsesfristens udløb har gennemført mindst et løb i A-klassen.

DIREKTIVER FOR LØBERE

§ 21 Naturværn

- 21,1 Deltagerne skal være bekendt med de til enhver tid gældende regler for adgangen til såvel private som offentlige skove.
21,2 Det er forbudt at passere indhegning eller hegn, betræde dyrket mark eller kantløbe dyrket mark, med mindre andet tydeligt fremgår af instruktion og/eller løbskort.

- 21,3 Hunde må ikke medtages under løbet.

Det gælder også for TRIM-arrangementer samt på stævnepladser, der ligger i en skov.

§ 22 Hjælpemidler

- 22,1 Som hjælpemidler til at gennemføre orienteringsbanen må kun anvendes kompas, målestok, lup og om natten lys.
22,2 Som lyskilde må kun anvendes glødepærer (eller halogen glødepærer) med en effekt, der ikke overstiger 20 watt. Hvis to eller flere lyskilder anvendes samtidig, må den samlede effekt ikke overstige 20 watt.



Kimbrerdysten

O-løberen er en lille træfigur, der tjener som vandrepræmie til den klub, der har flest sejre ved St. Binderups Kimbrerdyst. I år vandt vi igen retten til figuren, da vi havde 5 førstepladser foruden det løse..

Sarah Thomsen vandt Dame -12B
Rikke Holm vandt Dame 21A
Jan Thomsen vandt Herre 21A Kort
Troels Jensen vandt Herre 45A Kort
Flemming Thyssen vandt Aben bane 1

Tillykke til løberne. Tillykke til klubben!

Karl



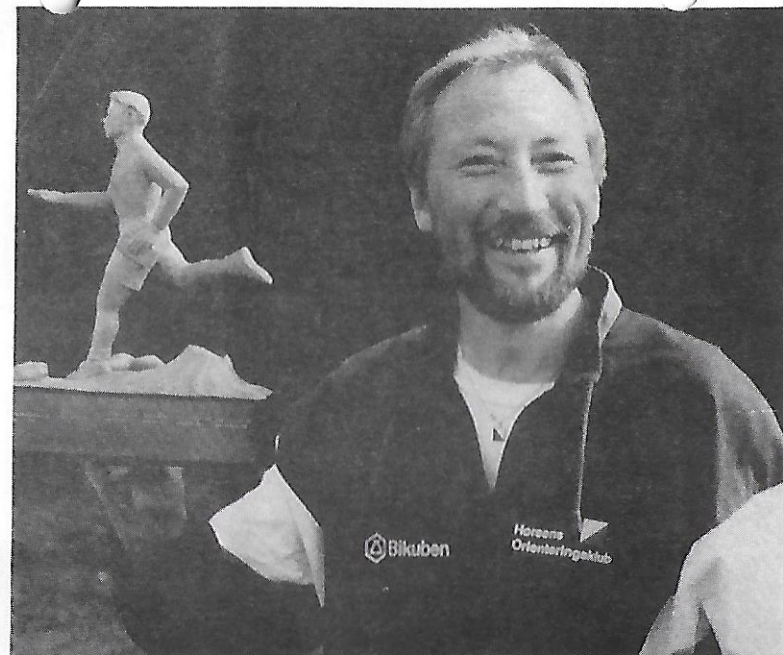
ERSØ STORKØB

ÅBNINGS- TIDER:

Mandag - fredag.....9 - 19
Lørdag.....8 - 14
Månedens første og sidste lørdag...8 - 17

Vejlevej
Smedetorvet
Sundvej

PS



Det er altid vigtigt at holde sig à jour med de nye ting, der sker inden for orienteringssporten. Derfor bliver der hvert år arrangeret en del kurser for såvel nye som rutinerede løbere og arrangører. Andet steds i bladet kan du se de seneste tilbud fra orienteringsforbundet. Jeg håber, at mange vil gøre brug af tilbuddene. For at det ikke skal være den store udgift for den enkelte, giver klubben og forbundet tilskud.

Junior VM er nu ved at være inde i den fase, hvor vi skal have alle navne på plads, således at vi alle ved, hvem der skal hvad. Tag godt imod de funktionsledere, der kommer og spørger. I skal prøve at huske på, at arrangementet også vil være en stor oplevelse for jer i international atmosfære.

Der er på det seneste kommet nogle klager gående på, at dette og hint mangler i træningsløbskassen, eller i kælderen. Det kan ikke være materielforvalterens opgave konstant at skulle kontrollere, om materiellet er, hvor det bør være. Sørg for at aflevere materiel hurtigt efter brug og kommuniker eventuelle mangler til materielforvalteren. I øvrigt skal I sørge for at skrive jer på listen i kælderen, når I henter materiel, så andre brugere ved, hvem der skal kontaktes. I øvrigt har bestyrelsen besluttet, at de små vinylposter udmærket kan bruges til træningsløb. Så længe de ikke er afprøvet i praksis, skal de ikke afvises. -Selvfølgelig skal posterne, som altid, ophænges korrekt og ikke "graves" ned.

Peer.

05906 8245
PEER STRAARUP
SYDVESTVEJ 8
8700 HORSENS

70 00

