

UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB
NR. 130 - JUNI 1997 - 26. ÅRGANG

VIGTIGE ADRESSER

Formand

Lars Sørensen, Nygårdsvej 28, 8700 Horsens 75.64.10.27

Kasserer (klubbens gironummer: 6 76 74 86) 75.62.07.21

Knud Christensen, Mågevej 3, 8700 Horsens

Kortudvalg (Vakant)

Kommunikationsudvalg

Claudia Schmidt Thomsen, Hørvangen 7, 7120 Vejle Ø 75.81.49.99

Arrangementsudvalg

Tove Straarup, Sydvestvej 8, 8700 Horsens 75.64.35.44

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, Åbjergskoven 75.62.80.73

Tilmelding til åbne løb - Giro 6.30.51.13

Erna & Poul Erik Christensen, Kirkebakken 13, 8700 Horsens 75.65.35.10

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 Larsen, Kamilla Kristensen, Heidi Petersen, Tanja Boen Knudsen, Karl Ditlevsen (ansv.) Svanevænget 34, 8700 Horsens - 75.65.33.17

FORSIDE

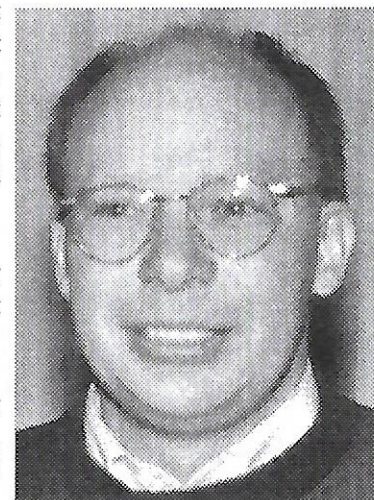
Horsens OK's, ja, måske Danmarks uheldigste O-løber. Lars er lynhurtig, men banelæggerne er begyndt at sætte ekstra poster med forkerte klippetænger ud, når de ser, at Lars er meldt til. Lars løb sig dog på KUM-holdet ved de få løb med reelle banelæggere. Men her nu Lars. Nu nærmer tiden for Horsensløbet sig. Der satses på sejr!

Formanden har ordet

Divisionsmatchen fik et fint forløb. Det var et spændende terræn at løbe i. Sportsligt gik det fremragende, vi vandt over alle de 3 modstandere, endda ret suverænt. Glædeligt var det også, at vi kunne stille med 66 løbere. Næste match er den 25. oktober i Silkeborg. Vi er på vej mod målet: Oprykning til 1. division.

Til Kredsungdomsmatchen var vi igen i år stærkt repræsenteret. 8 løbere var udtaget. Det må siges at være meget flot.

Eliteløberne klarer sig også flot. Individuelt er der gode placeringer: Martin Hansen er nr. 7, Troels Nielsen nr. 9 og Carsten Thyssen nr. 13 på den sidste rangliste, jeg har set.



Der har været afholdt 2 kurser i klubhuset. Kurset om psykisk træning havde 22 deltagere, og kurset om banelægning havde 10 deltagere, det ser ud til at der er en god interesse for disse kurser, og vi vil fortsætte rækken af kurser til efteråret.

Vi havde tilbudt vores hjælp til Open air koncerten Kr. Himmelfartsdag, men vi blev sorteret fra, da for mange klubber var interesseret i at hjælpe.

Vi har tidligere forsøgt at opnå støtte fra Team Horsens, desværre lykkedes det ikke i første omgang, men vi prøver igen senere. Men alligevel er jeg lidt utilfreds med at kun få idrætsgrene får gavn af støtten, og det er nogle meget store beløb, der uddeles, ja vi kunne vel for de samme penge købe det meste af den danske orienteringselite.

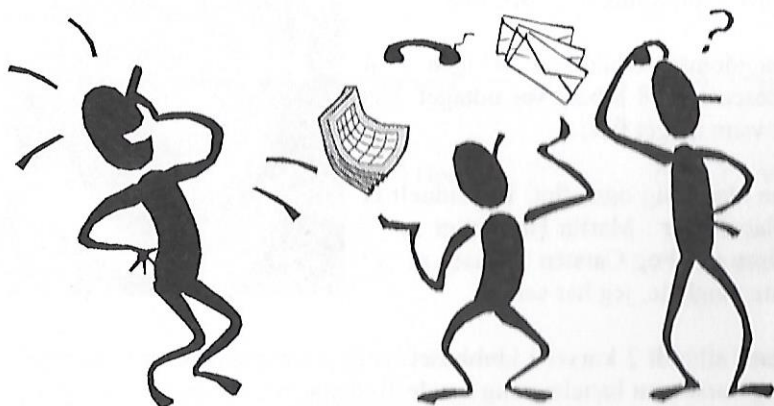
Sommeren nærmere sig. Igen i år drager mange udenlands for at løbe. I år skal mange til Frankrig, men Sverige bliver vel også målet for nogle. Det hører vi forhåbentlig mere om i næste nr. af bladet.

Lars

Medlemsmøde

Der afholdes medlemsmøde.

TIRSDAG DEN 3.6.97. KL. 20.00 i klubhuset.



Dagsorden:

1. Nyt fra Teknisk udvalg - v/ Preben Jørgensen
2. PR arbejde i klubben
3. Nyt fra HoHok - v/ Tage Baun
4. Udvalgsrunde
5. Eventuelt

0-hilsen

Lars

HORSENS LØB og

Grundlovsfest

Den 5 juni.

Traditionen tro, samles vi til grundlovsfest efter Horsens løbet. Efter et tiltrængt bad, begynder vi at lave maden, som til alles overraskelse er:

Hovedret:	Lasagne med flutes og salat
Dessert:	Carte Door is.
Pris:	Ca.: kr. 40,00.

For dem, som kommer direkte til grundlovsfesten, kan oplyses, at maden plejer at være færdig kl. ca. 18,30. Er der lidt ventetid, kan tiden fordrives med en drink i baren. (Drikkevarer medbringes selv.)

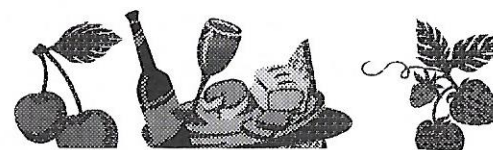
Alle deltagere hjælper med tilberedning, borddækning og tilsidst opvasken.

Festdeltagere bedes skrive sig på listen i klubhuset senest den 1 juni.

(Af hensyn til indkøb.)

Tilmelding til Horsensløbet kan foregå på liste i klubhuset, eller på selve dagen.

Svend Aage.



GULDSMED LIND

GRUNDLA GT 1867

SØNDERGADE 36 - HORSENS - TELEFON 62 54 77

Skovtri for 10. gang.

Roalds triathlon går nu i luften for 10. gang. I 1988 overvejede klubben alternativer dels for at tiltrække nye medlemmer, men også for at kunne tjene lidt på nye stævner. (Ingen af delene lykkedes). Et forslag var det nye i tiden dengang, triathlon. Et andet var at lave et Horsens Marathon. Roald Pedersen blev sat på Triathlon-ideen og fandt en passende cykelrute, en cross-rute og så Bjerre Skov som en fin skov til formålet. Siden er løbet blevet lidt større hvert år og er stadig et lille hyggeligt arrangement for selvpinere fra hele landet.

Vinderrækken på lang triathlon ser således ud:

1988	Henning Nikolajsen, Horsens OK
1989	William Blok, Snab, Vejle
1990	Torben Møller, St. Binderup
1991	Søren Tue, Odense OK
1992	Svend Erik Kristensen, Atlético
1993	Carsten Thyssen, Horsens OK
1994	Chris Terkelsen, OK Gorm
1995	Claus Lyngby, OK Gorm
1996	Troels Nielsen, Horsens OK
1997	?



Kom og vær med den 7. juni. Tilmeld dig inden 1. juni, så vi kan nå at trykke kort m.v. Distancerne er: Lang: 8 km - 28 km - 6 km
Kort 4.2 km - 14 km - 3 km

Obs: Vi har også meget brug for hjælp til afvikling af arrangementet.

Vi ses i skoven!

- med venlig hilsen

Karl



Sidste nyt om Thylegene!!

Det er nu på plads, at der kan bades på Nystrup Campingplads lørdag eftermiddag efter løbet. I skal melde Jer i informationen - at I kommer fra Horsens Orienteringsklub og gerne vil have et bad. Det koster 10 kr. samt forbrug af varmt vand.



Kørselsanvisning til Nystrup Campingplads vil blive hængt op på lejrpladsen.

Startliste vil være på opslagstavlen i klubhuset den 10.06.97 samt på lejrpladsen.

Festmiddagen:

Da hytten ikke er stor nok til at "huse" os alle til middagen lørdag aften, og vi ikke har mulighed for at tage mere "grej" med end til selv løbet, vil vi igennem Udløberen spørge, om der ikke er nogen, som vil sørge for klubbelt - presenninger m.v., så det er muligt at spise i tørvejr, hvis vejrguden skulle vise sig fra den værste side.



På forhånd tak for hjælpen.

Snitzlet børnebane bliver god - men ikke lige til barnevogne eller klapvogne. Hvis I alligevel vover jeg ud på ruten med en 4-hjulstrækker - så tag en med, som kan hjælpe jer over de værste huller og forhindringer.

Ellers er der kun at sige, at vi glæder os til at se så mange som overhovedet muligt til Thylegene i Nystrup og Vandet Plantage.

Venlig hilsen

Familien Baun



Tak for hjælpen!

AKTIV SUPER - et godt navn for en sponsor for
O-løbere.

AKTIV SUPER går i år ind som præmiesponsor
ved vor 1/10 triathlon ved Horsens Svømmehal.

- vi siger tak for hjælpen!

Horsens OK.

ÅBNINGSTIDER:

Mandag-onsdag 9.00-19.00
Torsdag-fredag 9.00-20.00
Lørdag 8.00-16.00



Vejlevej 2 - Horsens - Telf. 75 64 25 88
Smedetorvet - Horsens - Telf. 75 61 03 88
Sundvej 109 - Horsens - Telf. 75 61 50 88

"1/10. Triathlon"

16.-6.-1997. -ved Horsens Svømmehal

Friskt triathlontilbud til dig fra Horsens Firmaidræt og Horsens Orienteringsklub. Fat
cyklen og stil op til sommerens 1/10 triathlon.

Dato: Mandag den 16. juni kl. 19.00 (-mød en time før!)

Start: Ved Horsens Svømmehals indendørs bassin.
HUSK: Du SKAL have badet og være omklædt inden..

Instruktion: 18.55

Distancer:	Svømning 400 m.	Klasser:	Damer
	Cykling 18 km.		Herrer
	Løb 4.2 km		3-mands-stafet

Deltagelse: Alle kan deltage - eget ansvar - cykelhjelm anbefales.

Omkledning: Ved svømmehallen. Værdigenstande på eget ansvar.

Brystnumre: udleveres fra kl. 18.00 ved svømmehallen.

Målsluse: passeres ved alle tre discipliner på svømmehallens P-plads.
Ved cykeletapen står man af 30 meter før.

Tidtagning: Ved mål - også mellemtider. Brystnummer skal bæres tydeligt.
Nummeret opgives mundtligt efter svømme-etapen!

Ruter: Se kortskitser ved start. God afmærkning ved officials og
skiltning. Væske ved mål.

Præmieoverrækkelse: Senest 20.30. Præmie til bedste dame, bedste herre
og bedste stafethold. Lodtrækningspræmier.

Resultater: Ophænges på stævnepladsen. Resultatliste med mellemtider
udsendes.

Startgebyr: Individuel: 40, 3-mandsstafet: 60,-

Tilmelding: Gerne ugen før, ellers fra 18.00 - 18.30 !

Oplysninger: Per Petersen, HFI 75.61.56.61 Karl Ditlevsen, HOK 75.65.33.17



SKT. HANS



Traditionen tro indbyder arrangementsudvalget igen i år til Skt. Hans aften, og vi glæder os til at se både børn og unge, voksne og meget voksne, fidusløbsdeltagere og ikke fidusløbsdeltagere.

Festen, der afholdes den 21. juni 1997, kl. 18.00 i, eller hvis vejret tillader det, udenfor klubhuset, bliver helt speciel i år, idet datoen 21. juni ifølge kalenderen er årets længste dag, så vi får lov til at holde en dejlig lang fest.

Vi har fastlagt et meget foreløbigt program, der ser ud som følger:

- Indtagelse af medbragt mad
- Resultatet af Fidusløbet 1997 offentliggøres
- Der bliver lidt leg for børn og barnlige sjæle
- Heksen skal sendes af sted til Bloksbjerg, hvorfor vi tænder et lille bål, så hun kan få en god start
- Når bålet har lagt sig lidt er der snobrød med eller uden pølser (snobrødet bager I selv)
- Kaffe, øl og vand kan købes til sædvanlige klubhuspriser

Vel mødt!

Arrangementsudvalget



Rasmus Holm til tops

Rasmus vandt i år orienteringssportens svar på marathondistancen, Wild West ved Klim tæt ved Fjerritslev i Nordjylland. Et helt specielt løb på 29 km i luftlinie på noget så uaktuelt som et sort/hvidt kort fra 1883. Man kunne også kalde det O-løbernes Paris-Robaix, en klassiker, hvor sejr er forbundet med stor prestige.

Wild West-løbet afvikles hvert andet år i det nord- eller vestjyske. Klokkeren 02.30 var der fælles start for de 125 løbere, der de første timer orienterer i skæret af pandelamper. Kompas, afstand og terrænformer indgår i orienteringen. Nyere veje, grøfter m.v. kan kun forvirre sammenholdt med det meget ufuldstændige kort. Ved mad-posten efter ca. 11 km var Rasmus 20 minutter efter de førende, men løb sig sikkert op gennem placeringerne og vandt i tiden 4 timer og 52 minutter med 3 minutters forspring til nærmeste konkurrent.

Øvrige Horsensplaceringer:

(39) Tage Baun,	6.24
(67) Finn Ingwersen	6.49

Samtidig med Wild West afvikledes i samme terræn 2 andre løb, Nordvestløbet på 18 km og Prærieløbet på 12 km. Bedste Horsensløber ved Nordvestløbet var Bent Vestergård med en 6. plads i tiden 4.53. Bedste Horsensløber ved Prærieløbet var Jakob Ravn på en 5. plads i tiden 1.50.

Tillykke til Rasmus!!



DM individuelt & DM stafet

Første funktionsledermøde er nu afholdt og slagplanen for afviklingen af DM er ved at være på plads. Der forestår selvfølgelig et stort arbejde med at få løbskortene færdige til tiden, men som sædvanlig vil det også denne gang lykkes for vore korttegnere at blive færdige til tiden. Der mangler de sidste aftaler om vildtflommer, indretninger af stævneplads og en hulens masse "småting" skal afklares, men ved fælles hjælp vil dette også lykkes.

Mandskabsplanen er næsten komplet, og skulle du endnu ikke være spurgt, kan du henvende dig til undertegnede.



Lars Sørensen og Ole Christensen (banelæggere), samt Aase Thyssen og Peer Straarup (stævneledere).

Mandskabsliste DM & DM-stafet:

Start:	Mogens Dam Arne Møller Jørn Egeberg Bent Vestergård Anders Harfot Karen Mønster Ole Mønster Kirsten Skovbjerg Cai Skovbjerg Birgit Christensen Jørn Mathiesen Jørgen Thyssen HanneDam (reserve) LissyMøller(reserve)	Beregning	Heidi Kock Petersen Tove Straarup Ulla Sørensen Jørgen Jensen Even Andersen Jørn Jepsen Gitte Sørensen Kasper Jørgensen (Kristian Sørensen) Tommy Abrahamsen Lisbeth Bundgaard Peter Bundgaard Knud Kristensen Kai Skovbo
Mål	Susanne Baun Henrik Thomsen Claudia Thomsen JørgenChristoffersen Jette Christoffersen Henning Larsen Gunnar Skovgaard Grethe Knudsen Karsten Knudsen	Børneaktivering:	Birthe Christensen Sonja Klingberg Swaffa Mønster Steen Mønster Per Mønster Gitte Mønster BrittaPedersen (resr.)
Kiosk	Pia Stald KarenGrethePoulsen Ellen Pedersen Aranka Sig Ingrid Poder Trille Ditlevsen Liselotte Grønbæk Katrine Nielsen Mona Ingwersen Susanne Svendsen Ellen Nielsen	Speakning	ThomasUhleemann, OO
		Ceremoni	SvendAage Sørensen
		Presse	Karl Ditlevsen
		Resultatformidling:	Poul Erik og Erna Christensen Claus Jensen
		Stævnecenter	Kaj Hansen Jytte Rasmussen

Teknik

Henning Nikolaisen
Thor Johannesen
Preben Straarup
Jarl Rolighed
Per Stentsø
Finn Ingwersen
Gunnar Dalby

Parkering

Henning Larsen
Ivan Larsen
Lis Larsen
Vera

Materiel

Finn Christensen

Radio

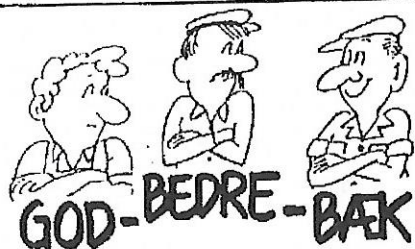
Kai Grønbæk

Førstehjælp

Karsten Stald
x

Sponsorkontakt: Tage Baun

Med O-hilsen Peer



- Salg af hårde hvidevarer, belysning og el-apparater
- Hårde hvidevarer - service

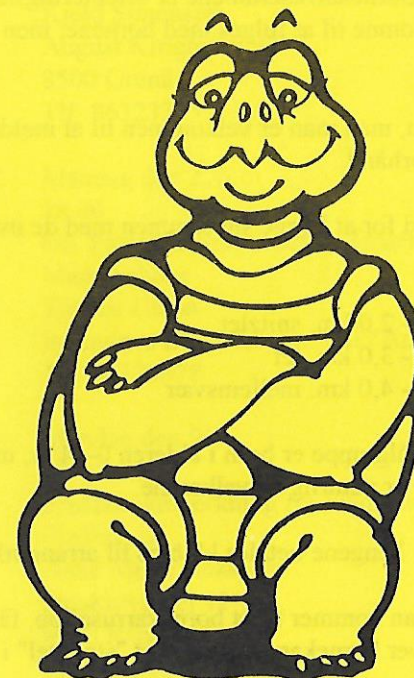
- Gas/oliefyrs-service
- El-service
- Tyverialarmer

ELKOB**CARL BÆK & SØN**

Vestergade 31-33, 8700 Horsens, Tlf. 75 62 19 89

**ELKOB****G'F'R BEDRE RÅD**

Skærmnymfen



Redaktion: Kamilla Kristensen
Heidi Kock Pedersen
Tanja Boen Knudsen

Børnekarrusel 1997

Nordkredsen afholder 4 børnekarruselløb i maj og juni måned.

Hvornår ? Følgende mandage fra kl. 18.00 til ca. 19.30
26/5 - 2/6 - 9/6 - 16/6

Hvad er børnekarruselløb? Børnekarruselløbene er orienteringsløb kun for børn ! Forældre er naturligvis velkomne til at følges med børnene, men der er ikke baner til de voksne.

Tilmelding foregår på dagen, men man er velkommen til at melde sin ankomst til den arrangerende klub på forhånd.

Efter løbene er der mulighed for at hygge sig sammen med de øvrige med diverse lege, boldspil osv.

Baner: 1) 1,5 - 2,0 km. snitzlet
2) 2,0 - 3,0 km. let
3) 3,0 - 4,0 km. mellemsvær

Hvem ? Den primære målgruppe er børn i alderen 0-14 år, men alle ungdomsløbere er naturligvis velkomne.

Pris: 15 kr. pr. gang. Pengene betales klubvis til arrangørklubben på dagen.

Karuselpas: Første gang man kommer til et børnekarruselløb, får man et karuselpas. Hver børnekarrusel giver et "stempel" i passet.

Hvis man har mindst 3 stempler i passet til det sidste arrangement, får man en flot børnekarrusel T-shirt.



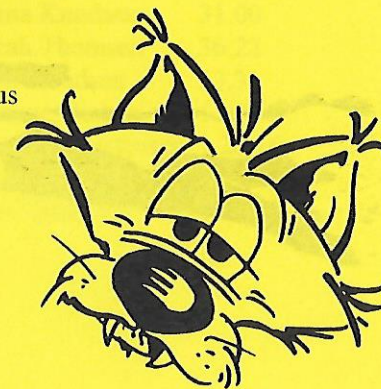
Børnekarruselliste

Børnekarrusel: 1 Mandag den 26/5
Mødetid: 18.00
Mødested: OK Djurs klubhus Klitten, Klitvej I (afmærkning fra Stena Hotel)
Skov: Grenå Plantage
Oplysninger: Kjeld Simonsen
August Kroghsvej 93
8500 Grenå
Tlf. 86323305

Børnekarrusel: 2 Mandag den 2./6.
Mødetid: 18.00
Mødested: OK Pan's klubhus Silistria, Ørneredevej
Skov: Marselisborg
Oplysninger: Torben Utzon
Ingerslevs Blv. 25,3. tv. 8000 Århus C
Tlf. 86124878

Børnekarrusel: 3 Mandag den 9/6
Mødetid: 18.00
Mødested: Fladbro, afmærkning fra Fladbrovej/Himmelbovejen
Skov: Fladbro
Oplysninger: Anne Mette Rokkjær
Stenkløvervej 12
8900 Randers
Tlf. 86428375

Børnekarrusel: 4 Mandag den 16/6
Mødetid: 18.00
Mødested: Silkeborg OK's klubhus
Skov: Kobskov
Oplysninger: Dorthe Hansen
Pedersmindevej 30
8600 Silkeborg
Tlf. 86837113



Sommerlejre 1997



Ungdom I: 23. - 27. juni

“Tranumborg”, Tranum Strand

Ungdom II: 22. - 28. juni

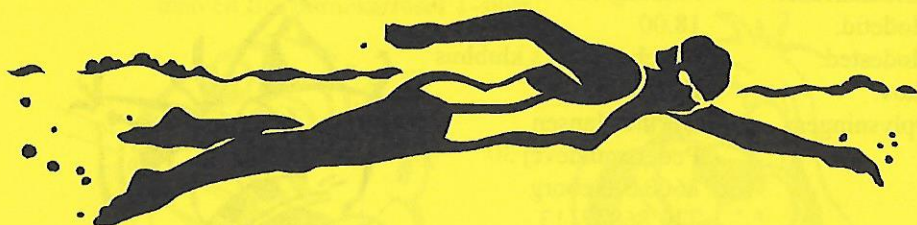
Varberg - Falkenberg, Halland

Junior: 22. - 29. juni

Kvitåvatn, Norge

God sommerferie!

Susanne.



KUM 1997

Ved Orienteringsforbundets kredsungdomsmatch, “KUM” ved Holstebro i weekenden lykkedes det ikke Nordkredsen med bl.a. 8 Horsensløbere at fortsætte de sidste års dominans overfor Øst- og Sydkredsen.

Østkredsen vandt sammenlagt og dominerede totalt søndagens stafet ved at besætte de 3 første pladser. Bedste Nordkredshold med bl.a. Karina Knudsen og Tim Christoffersen måtte nøjes med en 5. plads.



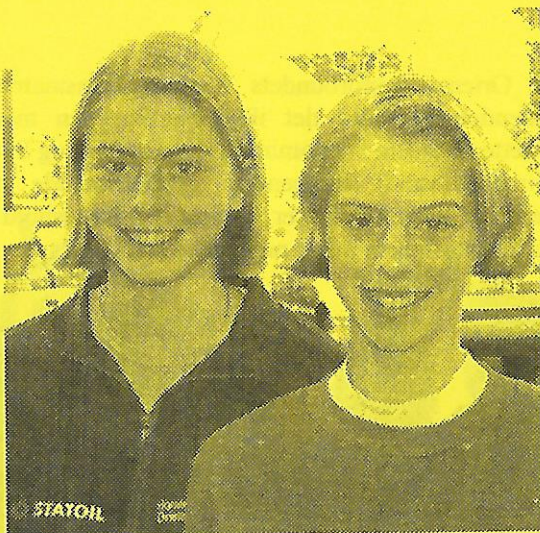
Individuelle resultater for Horsensløberne:

Dame 11-12, 2.9 km 10 poster	(6) Henriette Baun	19.45
Dame 13-14, 3.8 km 10 poster	(4) Karina Knudsen	31.00
	(11) Sarah Thomsen	36.22
Dame 15-16, 4.8 km 11 poster	(5) Tanja Knudsen	53.31
Dame 19-20, 6.9 km 16 poster	(11) Katrine Nielsen	1.08.15
	(13) Kamilla Kristensen	1.20.16
Herre 15-16, 6.9 km 16 poster	(7) Tim Christoffersen	1.07.51
	(12) Lars Lauritzen	1.19.49

Red.

HOK STORSEJR

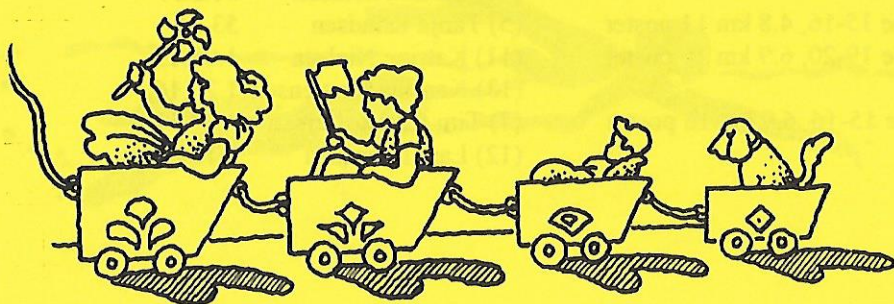
Horsens Orienteringsklubs målsætning for 1997 er oprykning til orienteringssportens 1. division. Efter den første match i Havnstrup ved Herning tegner målsætningen sig til at gå i opfyldelse. Konkurrenterne St. Binderup, OK Djurs og Randers OK blev af de 66 tilmeldte Horsensløbere sat så grundigt på plads, at de næppe kan rejse sig, selv om der endnu mangler en turneringsmatch.



Horsens - St. Binderup: 121 - 57
Horsens - OK Djurs: 108 - 60
Horsens - Randers OK: 105 - 56

Individuelt blev der banesejre til 4 ungdomsløbere, søstre Tanja og Karina Knudsen vandt bane 3B og 6, mens Joanna Thomsen og Jens Christoffersen vandt bane 7b og 8.

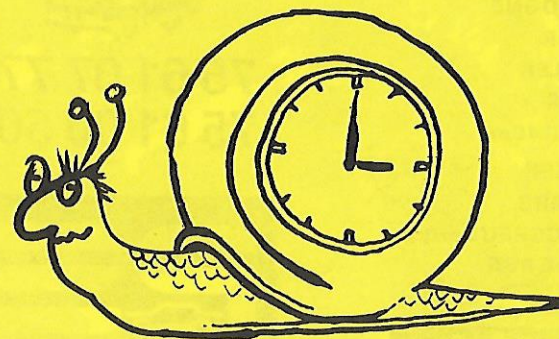
Red.



To lynhurtige tøser



Joanna og Sara Thomsen - et par grinebidere her foreviget ved C-løb i Fusingø ved Randers. Udover grinet er de begge altid gode for nogle flotte placeringer i henholdsvis D11-12A og D13-14A.





Biludlejning

PERSONVØGNE

VAREBILER

FLYTTEBILER

LASTBILER

m. lift op til 40m³

MINIBUSSER

9-15-18 PERS.

KONFERENCEBUS m/TV

LIMOUSINE BUS

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

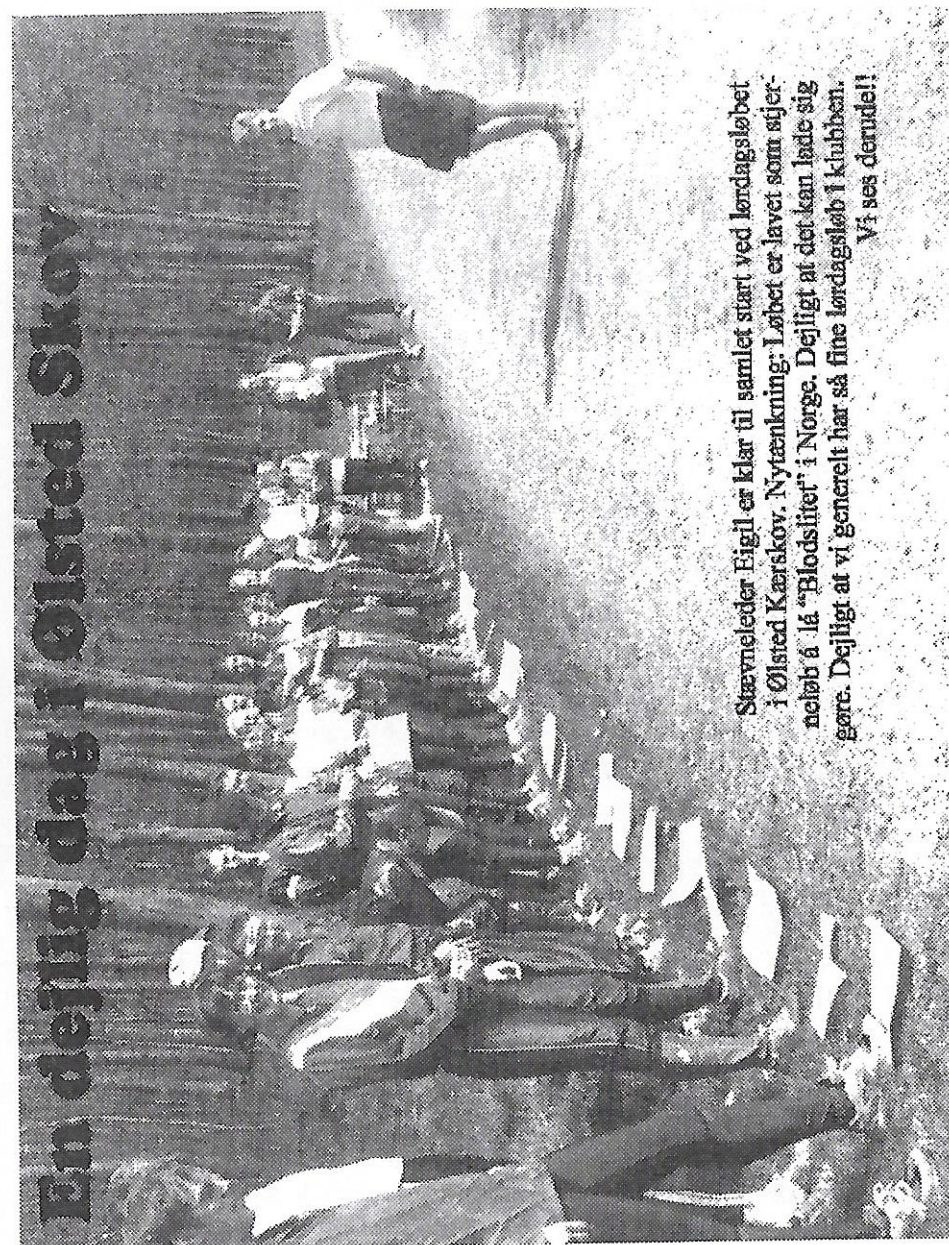
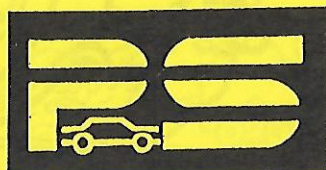
Skeldal

CAMPINGBIL



75 61 07 77

75 61 00 50



En dejlig dag i Ølsted Skov

Stævneleder Eigil er klar til samlet start ved lørdagsløbet i Ølsted Kærskov. Nytaenkning: Løbet er lavet som stjernehøb af lå "Blodsitter" i Norge. Dejligt at det kan lade sig gøre. Dejligt at vi generelt har så fine lørdagsløb i klubben. Vi ses derude!!

Martin Hansen

(Udløberen har spurgt en af vore skrappe nye løbere, Martin Hansen - tidligere Skagen OK - om han ville fortælle lidt om sig selv. Det blev en flot beretning!)

Jeg er blevet spurgt, om jeg ikke ville skrive lidt om mig selv, da jeg er ny i klubben. Så, ja, det vil jeg da gerne.

Det startede med, at min mor (Vibeke) og far (Bent) mødtes og fik mig d. 17./5. 1975 i Århus. Et år senere flyttede vi til Skagen, hvor min far kommer fra, og der var næsten gået 3 år, før jeg fik min lillesøster (Marianne).



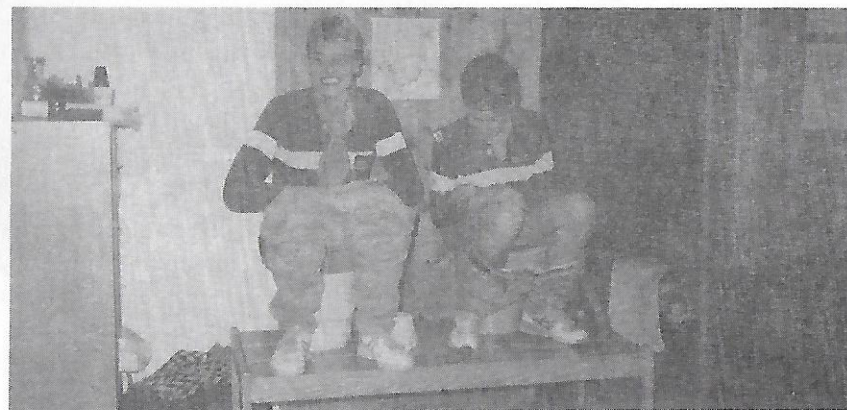
Vi spoler lige frem til 1983, hvor jeg begyndte at spille fodbold. Jeg var enten angriber eller målmand i den tid, jeg spillede. Jeg husker en kamp, hvor vi vandt 33 - 0. Der var også en gang, hvor vi trænede i at skyde fra 11 meter-pletten. Og jeg erkender mig skyldig i at skyde over hver gang. Nogle gange meget over, for der var et 8 meter højt hegn omkring 10 meter bag målet, som blev passeret flittigt. Nå, men i sommeren 1984 hev min far mig så ud til min første O-træningstur. De første gange gik det selvfølgelig ikke så godt, men jeg blev ved med at løbe, fordi der var mange omkring min alder, der løb. Til sidst røg fodboldkarrieren ud med orienteringsløb som en ny udfordring. Jeg var ikke særlig god de første par år, men allerede i 1985 fik jeg min første medalje, da jeg sammen med Torben Kristensen og Thomas Rex overraskende vandt stafetten i Herre11-12.

Der var engang, hvor vore forældre gav penge til min lillesøster og mig, hvis vi blev nummer 1, 2 eller 3, men det holdt desværre kun et år, da vi begyndte at fylde vore hylder med keramik, krus og medaljer. Jeg kan huske, hvor sjovt det var at løbe om pladserne til KUM, som nok var det fedeste, man kunne komme med til. Her har jeg været udtaget alle gange og kun mistet en, da jeg desværre skulle arbejde..ØV! Derudover har jeg været med til landskampe med Letland, Skåne og Polen, siden jeg løb i klassen 15-16 som sidsteårsløber.

Tiden gik, og da jeg endelig skulle i 10 klasse, og da jeg havde hørt om den der Naturefterskole nede ved Himmelbjerget, hvor mange andre O-løbere tog ned til, så hvorfor ikke prøve det. De andre O-løbere var Patrick, som nu også løber for

Horsens OK, Troels N., Pernille Vous, Johan Fegar, og Dorthe Skovlyst. Det var her jeg begyndte at træne lidt sammen med de andre, men det var nu sjovere at lære de andre bedre at kende.

Det var i dette år, jeg endelig fik tilkæmpet mig individuelle medaljer. Især husker jeg DM-lang, hvor jeg blev slået med 6 sekunder og derfor fik sølv. Det var også i dette år, jeg var med Horsens til Blodslitet. Nogle kan måske huske at jeg fik en dukke (Bom-Bamsen, red.), som betød, at jeg havde lavet den største brøler ved det løb.. Jeg kan lige genopfriske hele forløbet for dem, der ikke var med... På vej til sidste post var jeg med et felt på 6-7 stykker. Vi var de forreste, men der sker det, at 4 af os kommer til den forkerte sidstepost og klipper posten uden at tjekke nummeret. Derfor ender vi også i den forkerte indløbsretning. De andre drejer pludselig fra, men jeg fortsætter, til jeg når hen til et bord med en masse frugter. Jeg tror, at jeg er kommet i mål og står der i 2 minutter, indtil jeg ser, at Troels løber "den rigtige vej i mål, hvorefter jeg løber den samme vej. Det viser sig så, at posten jeg klippede var en post for H21-løberne, inden de skulle ud på en runde til og derved kom forbi det store udvalg af frugter. Det endte selvfølgelig med, at jeg fik fejlklip sammen med de 4 andre.



Nostalgi-billede. Fra Horsens OK's ungdomsafdelings Moss-tur. Martin Hansen og Troels Nielsen undeholder med sketch. Turen afsluttedes med "Blodslitet".

Efter efterskolen gik jeg på handelsskolen, og på et tidspunkt havde vi en praktisk uge, hvor vi skulle ud at arbejde. Jeg ville gerne være i en sportsforretning, men sådan gik det ikke. Da jeg fik at vide, at jeg skulle tilbringe en uge i en gardinforretning, var jeg ved at melde pas. Jeg mødte alligevel op, og efter at ugen var gået, var det egentlig ikke så ringe. De andre i forretningen var meget flinke, og da de tilbød en læreplads som gardindekoratør, sprang jeg fra han-

delsskolen efter eksamen. Jeg startede i juni 1993 med at holde en måned fri fra arbejde på grund af, at jeg var udtaget til Junior-VM i Italien - og deltog i O-ringen. Det gik ikke så godt i Italien på klassisk distance, men på kortdistancen blev jeg nummer 5 i B-finalen. Det gik da også godt til O-ringen, da jeg vandt en rygsæk for en 7.-plads.'

Der blev trænet lidt mere, da jeg kom i junior-eliten, men det var både hårdt og trættende, da jeg arbejdede fra 9 - 17.30 om hverdagen. Især om sommeren var det hårdt, og det eneste, jeg deltog i, var Junior-VM 1994 i Polen og i Danmark året efter.



Der gik det heller ikke så godt, og jeg var meget skuffet over mine resultater. Jeg var faktisk træt af at løbe. Jeg blev udlært i 1996 og indkaldt til militæret knap 14 dage efter. Her var jeg rekrut i de første 2 måneder. De sidste 3 måneder var jeg ved flyvestationen i Vadum ved Ålborg. Vi satte ammunition på F16-fly. Det var lidt spændende, men tog ikke lang tid, så resten af tiden kedede man sig (meget). Da det blev meget ensformigt, trænede jeg ikke ret meget, men kom alligevel med til Militær-VM i Rusland. Det var rigtig spændende at være med, men vi var lidt presset af tiden. Det var planlagt, at vi skulle flyve med et Herkules-fly sammen med nordmændene og svenskerne, men da forsvarsadmiralen omkom på

Færøerne, blev det droppet. I stedet fløj vi med SAS businessclass, og det kom til at koste over 8000 kr. for hver dansk deltager. I alt var vi 14 med, så....det var en dyr tur. Igen skuffede jeg med mine resultater.

1996 var også mit første år som senior, og puha hvor var det hårdt. Ikke flere top-3 resultater, ligemeget hvor godt man løb. Siden april 1996 og frem til 1997 har jeg haft problemer med at vrikke om på min fod. Desværre også ved et Natugleløb lige før DM-klassisk og stafet og igen ved jysk-fynsk mesterskab i klassisk. Så der holdt jeg en pause fra løb i 3 måneder og var meget til fest og ballade i Skagen by.

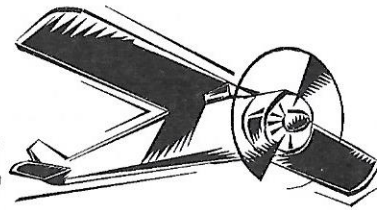
Efter nytår flyttede jeg ned til min oldefar i Århus. Fik dagpenge og al den tid jeg ville til at træne, og det gik rimeligt godt, da jeg trænede sammen med Pans løbere. Mine træningstimer ligger fra 7 - 14 timer om ugen. I de uger, jeg træner meget, er jeg nogle gange ude 2 gange om dagen. Dertil cykler jeg også noget. Jeg træner meget forskelligt, så jeg får det bedste ud af træningen. Træningen består af interval og en distance om ugen, samt langkøring og O-træning med moderat tempo. Indtil videre går det også godt med resultaterne. Med en 5.-plads ved DM-lang (mit bedste DM-resultat som senior) og en 5.plads ved et ranglisteløb på Sjælland ligger jeg i øjeblikket på en 7.plads i Ansvar Cup-ranglisten.

I år er det mit mål at komme til NOM. og komme op i kandidatgruppen. Det er nok umuligt at komme til VM, men jeg vil gerne gøre et godt resultat ved udtagelserne. Så for at få rutine, har jeg derfor sammen med Patrick planlagt at deltage i Belgisk 3-dages, sommerlejr, Finsk 5-dages og Skotlands 6-dages i smmerferien. Min målsætning i fremtiden er at komme til VM i England i 1999 og være i senioreliten omkring samme tidspunkt. Træn fornuftigt, rigtigt og seriøst, så skal det nok komme! Dette princip går jeg ud fra.

Med venlig hilsen
Sluppen Martin Hansen

klip

...à jour med Erling



Som lovet, og mens jeg husker det, får I nu den gode dårlige historie nemlig nr. 10, dog er den knap så god som nr. 7, men stadigvæk i top.

Her i påsken var vi nogle stykker til påskeløb i det sønderjyske, hvor vi alle fik en ekstra brik at flytte rundt med, nogle med mere succes end andre. F. eks. var Eigil 47 timer om at komme til post 1, men trods dette store kæmpebom løb han sig godt op. Man kan diskutere for eller imod, men jeg tror brikken er kommet for at blive. I *Skogssport* skriver de en hel del om elektronisk "stempling". Regnly, som vi bruger herhjemme, bruger de også i Sverige, men dette system får nu konkurrence. Tyskerne har nu et system, som kaldes Sport-ident. Det skulle være billigere. Finland er også på banen. De er også ved at udvikle et system. Ligeledes Schweiz er i gang. Deres kaldes Aposa. Så der er ingen tvivl om, tror jeg, at det bliver fremtiden. Hvordan de så vil finde ud af at få de forskellige systemer sammenkørt vides ikke. I Sverige er der nemlig klubber, som har investeret i regnly, og hvis nu de så pludselig ikke kan bruge deres brikker mere til løb, ja hvad så?

Nu til noget helt andet. Johan Iversson skriver nemlig om Vasaløbet, og om hvordan han "skiede" fra Jögge med 1 minut. Sådan vil det også komme til at gå, når nu den nye O-sæson starter, siger han drillende til Jögge. Han vil nok gerne gøre det specielt ved VM i Grimstad, hvor de to helt klart høre til favoritterne.

Klas Karlsson, for øvrigt et rigtigt pænt efternavn, er begyndt at bruge ørepropper under løb. Han mener, det er en fordel at lukke alle uvedkommende lyde ude og kun koncentrere sig om egne tanker. Det har givet rigtig gode resultater indtil nu. Det må nu være lidt bøvlet, når en eller anden kommer og spørger om vej, og han så skal til at pille ørepropperne. Det tager jo tid alt sammen. Hvis det var mig, der spurgte om vej, så skulle han jo også vise med fingeren på kortet, hvor jeg stod.

Troldhättans Sok mister nu en af deres stærke løbere nemlig verdens tredjebedste orienteringsløber Carsten Jørgensen. Han vender nemlig hjem til Tisvilde Hegns O-klub sammen med en masse andre. Tisvilde hegn bliver nu ifølge Skogssport storklub. Jeg vil lige, nævne hvem der flytter foruden Carsten. Det er Tomas Jensen, Preben Jørgensen og svenskeren Peter Cederberg de er også fra Troldhättans O-klub. Ydermere kommer der andre stærke løbere fra andre klubber til Tisvilde Hegns O-klub. Her kan nævnes Lars Simonsen, Sødertälje, Paplo Jensen, Pan Kristianstad, Jesper David Jensen, OK Tyr, yderlige fem danske mere plus to briter. Nu er det ikke længere Tisvilde Hegn orienteringsklub men stor-klubben Tisvilde Hegn.

Så sidder jeg her igen, klar til at skrive fra den norske *Orientering*, egentlig er det fuldstændigt tåbeligt at skrive "sidder", for der er vel ingen der kan finde på at stå op, når de sidder ned. "God ikke"? Jeg har lige lavet den. Der er kæmpe interesse for Park World Tour. Anders Vestergård fra Finland, præsident og daglig leder af stiftelsen Park World Tour, møder stor interesse for denne form for o-sport både fra løbere men også fra sponsorer. Hov, mens jeg husker det, har Karin og jeg lige købt to flotte nye grønne city bikes med 7 gear. De skal bl.a. bruges til vores årlige cykeltur. Denne gang hjem fra Thy-legene af en god cykelrute, som Karin finder. Hvad har det så med norsk *orientering* at gøre, intet. Sidste år var der for 100.000 kr. i præmier til verdens 40 -50 bedste løbere. Næste år er budgettet på 350.000 kr. Kan sponsorerne blive endnu mere interesseret vil præmiebeløbet snart nærme sig 1 million. Kunne det tænke sig, at der er ved at være penge i o-sporten også? Ericsson koncernen var hovedsponsor i fjor og fortsætter, men også Volvo, IBM og Telia er på vej ind i forskellige former for sponsorering. Nu kan de bedste løbere få samme opmærksomhed og præmiering som f.eks. langrendsløbere siger Vestergård. Man skal være god for at kunne komme med i Park World Tour. 17 nationer er i den kontraktansatte gruppe af verdens bedste o-løbere, som er inviteret med til at deltage i alle 8 konkurrencer i 1997. Kun fire ud af de sytten er norske nemlig Petter Thoresen, Hanne Sandstad, Hanne Staf, og Bernt Bjørnsgaard, men der er dog mulighed for, at komme med på reservepladser hvis man markere sig godt. Jeg vil lige nævne, hvor løbene skal foregå:

2. maj:	Eskilstuna, Sverige
13. juni:	Jyväskylä, Finland
26. juni:	Flisa, Norge
2. august:	Laxo, Sverige
7. oktober:	Cesky Krumlov, Tjekkiet
8. oktober:	Budapest, Ungarn
10. oktober:	Graz, Østrig
11. oktober:	Venedig, Italien

Jeg kan jo ikke blive ved med at have indledninger, nu er det det tredje blad, jeg starter på, så jeg kører lige på med det samme. I Skogssport kan jeg se, at 33 % af 62000 aktive orienteringsløbere er kvinder, med andre ord der er underskud af kvinder, men der er en tendens til, at antallet stiger, og det er godt. Vil I vide mere så er det på side fire i *Skogssport*.

Jeg vil lige nævne, at *Skogssport* har eksisteret i 50 år nu. Den startede i april 1947 med det første nummer, som var på 32 sider i a-5 format og med grøn "dekorfärg" på omslaget. Jeg skal lige have tjekket, hvad deorfärg betyder, aha, nå det er det, det betyder.

På land er Jørgen Mortensson svær at slå, men i vand, nærmere betegnet undervandsorientering, går det nemmere. Han har nemlig lige deltaget i et to dages arrangement i Jønkøbing først med parkorientering og derefter undervandsorientering i Rosenlundsbadets bassin, hvor han blev slået af eliteløberen Eva Stålstad. Men sammenlagt vandt han park og vandt med 23 sek. foran Matti Envall. Det er ikke småting han deltager i vores kære Jøge.

Slut!! Nåh nej. Der er lige den her. Hatting er i Århus for at spille fodbold. Midt i anden halvleg køre toget forbi og fløjter. Hattingerne tror, det er afslutningsfløjten for kampen og køre hjem. En halv time senere scorer århusianerne.

Hej Erling

K. WESTERGAARD

VOLVO // RENAULT

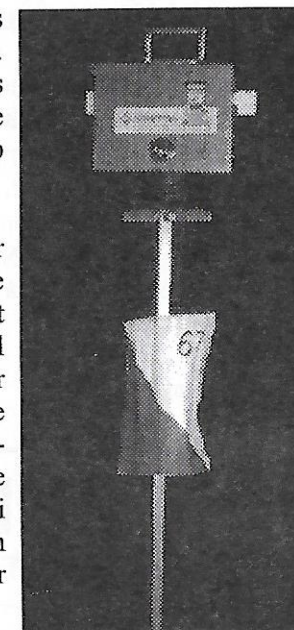
HØEGH GULDBERGSGADE 18 · 8700 HORSSENS
TLF. 75 62 51 33

APOZA

AUTOMATISCHE POSTENKONTROLLE MIT ZEITERFASSUNG UND AUSWERTUNG

Ved DM i september benytter vi ikke Regnly's brikker, men vore mere ordinære kontrollkort. Forbundet har nu også bestemt, at de ikke skal bruges til mesterskaber. At der længe har været ideer fremme om, hvordan man elektronisk kunne kontrollere klip kan ses af dette gamle foto.

I 1986 var DOF vært ved IOF-kongressen i Ry. Her var Horsens OK "den praktiske gris", og derfor kunne vi jo se, hvad der var oppe som helt nyt. Noget af det nyeste var bl.a. Finn Arildsens program til postdefinitioner. Det bruger vi jo stadig med stor fornøjelse. En vis Heinz Tschudin kunne præsentere disse poststativer fra "SPERRY AG SWITZERLAND". EDB-systemet kunne håndtere 20 sådanne poster. Der kunne skrives mellemtider ud, som vi kender det fra Regnly. Løberne skulle bruge en form for nøgle, og jeg mener at huske, at systemet var udviklet til brug for f.eks. en nattevagts runderinger.



Systemet er beskrevet i en nydelig A4 mappe, der blev uddelt ved kongressen. Af indholdet kan man se resultater fra afprøvning og udskrifter af resultatlister.

Og hvorfor så denne omtale nu? Et kuriosum naturligvis, men læs lige Erling Karlssons "KLIP". Her er APOZA på banen igen, men helt sikkert i en mere tidssvarende udgave.

Karl

FRA KRAMKISTEN

Løbedragter.

Før påske bestilte jeg løbedragter hos MØLLER SPORT. I skrivende stund er de ikke nået frem endnu.

Ulla Møller ville rykke den svenske leverandør kort efter jeg sidst talte med hende (den 4 maj.) Når dette læses, burde dragterne være i hus. De, som har bestilt, bedes afhente snarest. Til de mange som har glemt at bestille, kan jeg glæde dem med, at der er købt til lager, og der kan leveres omgående, i hvert fald foreløbig. Køb hellere i dag. I morgen er der måske udsolgt i din størrelse.

Overtræksdragter.

Her må kramkistebestyreren erkende, at han er lidt sløv. Der er med andre ord ikke sket en Sk##. De, som sidst over- eller undervurderede deres egen størrelse, må væbne sig med lidt tålmodighed. Men jeg har ikke glemt jer.

Svend Aage.

ORIENTERING

ALT TIL O-LØB & TRÆNING

VI STAR PÅ SPRING
FOR AT BETJENE JER!

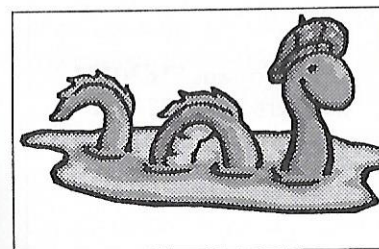


SILVA DET ER OS DER SÆLGER ORIENTERINGSUDSTYR!
DU FINDER OS MED VORES RULLENDE BUTIK TIL ALLE STORE
LØB. MEN DU KAN OGSÅ RINGE OG FÅ GREJERNE SENDT.
VI ER DYGTIGE TIL AT RAMME SKOSTØRRELSER PR. TELEFON.

MØLLER SPORT

EGERNVEJ 18. 8680 RY TELEFON 86-891996

Sommerens løb



*Vikingedysten, Jysk 3-dages,
Midgårds-ormen og DM-kort*

Vi har endnu ikke modtaget indbydelser til Vikingedysten, Midgårdsormen og DM-kort; men vi vil alligevel minde jer om disse løb.

Jysk 3 -dages er dog modtaget. Sidder i løbsmappen i klubhuset - sidste tilmelding er den 27. maj 97.

Ifølge terminslisten afvikles løbene således:

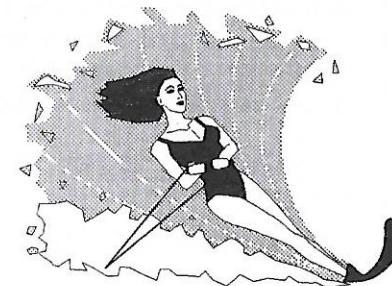
- Vikingedysten fra den 11. til den 13. juli 97
- Jysk 3-dages fra den 18. til den 20. juli 97
- Midgårdsormen den 31. august 97 i forbindelse med DM-kort-SRL+JRL den 30. august 97

Vil I med til disse løb eller blot ét af dem, kan I bare ringe til os inden sommerferien. Ved tilmelding til Midgårdsormen er det en god idé at tænke på holdopstillingen.

Vi holder ferie fra den 5. til den 27. juli 1997.

GOD SOMMER!

Hilsen Poul Erik og Erna



Velkommen til!

Det er altid en fornøjelse at se nye ansigter i klubben. Siden sidste UDLØBER har Horsens OK fået fire nye medlemmer:

Tommy Abrahamsen, Ndr.Torstedvej 35, Lejl.27, 8700 Horsens, 75630183.
Annette Stentsøe Krejbjerg, Møllegade 32, 8660 Skanderborg, 86521952.
Kim Stentsøe Krejbjerg, Møllegade 32, 8660 Skanderborg, 86521952.
Rasmus Bie, Bisholt Skovvej 10, 8700 Horsens, 75682407.

Velkommen i Horsens OK!

Vi ses i skoven!

Red.

Fidusløb 1997

Årets fidus $\Omega \heartsuit \aleph \cong !$

Så sker det igen.....!

Fidusløbet løbes den 21. juni 1997, med præcis start kl. 13, ved klubhuset. Kom og vær med til årets fidusløb, det bliver lærerigt. Det er tilladt at danne par, men vil man helst løbe alene, kan det også lade sig gøre. Tilmelding på liste i klubhuset, til lørdagsløb eller på tlf. 7565 4544.

Med O-hilsen

Lars & Jørgen

Påske 98

Skærtorsdag 9/4 Langfredag 10/4 og Påskelørdag 11/4.

Påskeløbene 1998 kommer til at foregå i de spændende nordjyske terræner Lild Strand, Torup Strand og i Svinkløv Klitplantage.

For ca. et år siden søgte jeg på bestyrelsens opfordring at leje os ind på Københavns lærerforenings feriekoloni i Torup. ... Men Søllerød løb af med den.

Men fortvivl ikke. Vi har husly, nemlig i Blokhuis i en anden koloni, der hedder "Klitstuen". Her finder vi "elevrum", 7 x 4 og 2 x 6, plus lederrum 5 x 1. Plads til i alt 53 personer. Der er selvfølgelig også bade- og køkkenfaciliteter.

Afstand til "Stævnecenteret" i Fjerritslev er ca. 30 km.

- med venlig hilsen Trille Ditlevsen.



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

05906 ARC
PEER STRAARUP
SYDVESTVEJ 8
8700 HORSSENS

70 000



**Frugt og grønt
Brudebuketter
Binderi, bånd
Bårebuketter
Potteplanter
Buketter
Kranse
m.m.
Kik ind!**



Drivhuset

v/ RITA OG KAJ NIELSEN
Gartneriet Mosegade 34
Hedensted - Tlf. 75 89 10 21