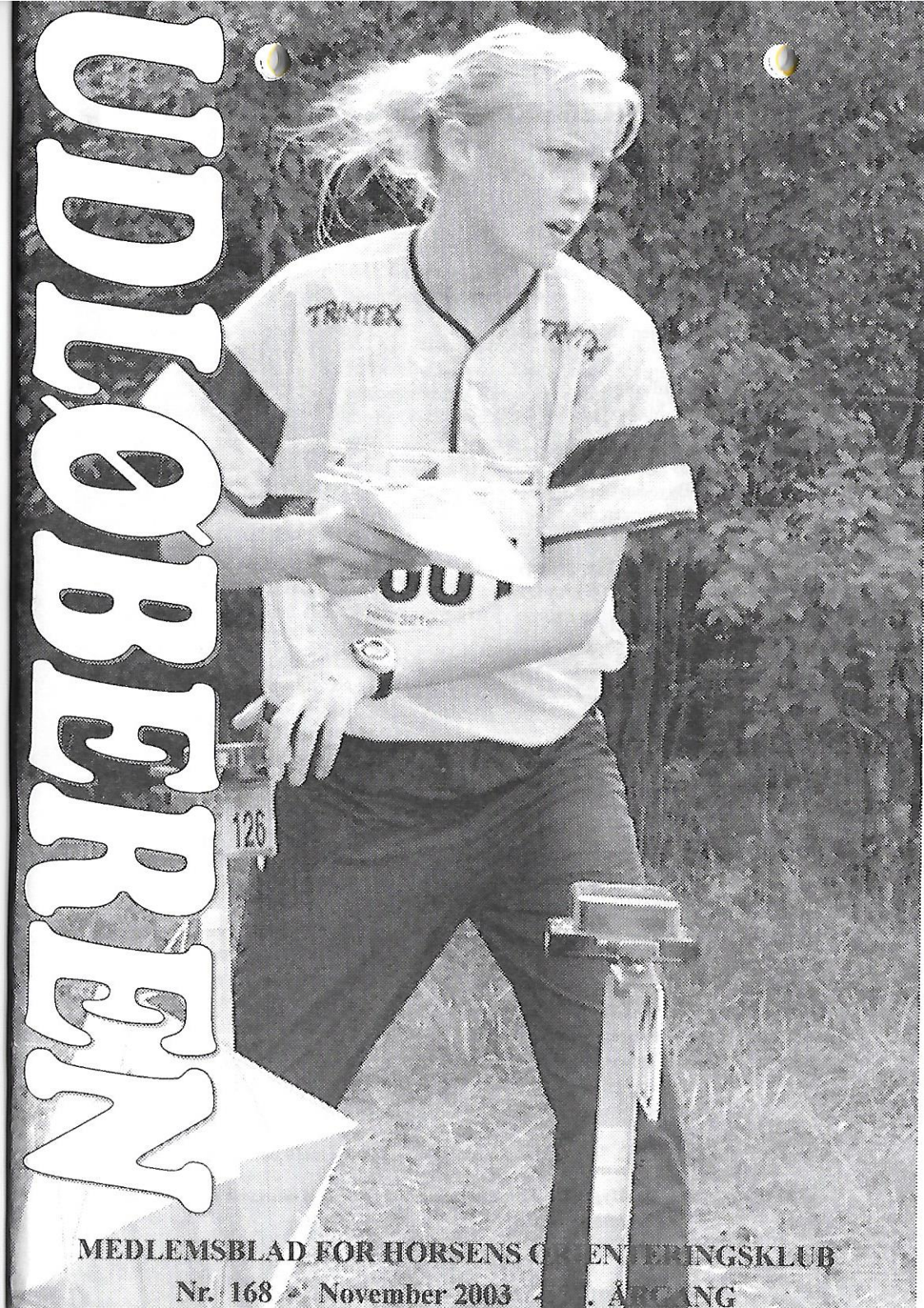


UDLØBEREN



MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB

Nr. 168 • November 2003 • L. ÅRGANG

VIGTIGE ADRESSER

Formand

Lars Sørensen, Nygårdsvej 28, 8700 Horsens
horsok@mail.tele.dk

75.64.10.27

Kasserer (klubbens gironummer: 6 76 74 86)

Knud Christensen, Mågevej 3, 8700 Horsens
kchristensen@mail.stofanet.dk

75.62.07.21

Kortudvalg

Mikkel Gandrup, Søvejen 18, 8752 Østbirk
temg@horsens.dk

75.78.06.80

Kommunikationsudvalg

Britta Ank Pedersen, Møllevej 1, 8732 Hovedgaard
britta.pedersen@mail.dk

75.66.28.22

Arrangementsudvalg

Thor Johannesen, Bygaden 66, 8700 Horsens
zts@horsens.ejendomsringen.dk

75.65.76.95

Ungdomsudvalg

Alex Lund Nielsen, Gludvej 69, 8700 Horsens
alex-lund@nielsen.dk

75 68 36 47

Skov- og Træningsudvalg

Henning Hansen, Torpvej 57, 8700 Horsens
hha@surfpost.dk

75.65.46.84

Klubhuset, Åbjergskoven

75.62.80.73

Udlån af klubhus: Erling Karlsson,

86.55.02.81

Vestervang 6, 8350 Hundslund, k_karlsson@yahoo.com

Nøgle til klubhus: Jørgen Skovby Larsen,

75.64.70.23

Dagnæs Boulevard 52, 8700 Horsens; tj.skovby@mail.stofanet.dk

Tilmelding til åbne løb - Giro 6.30.51.13

Karen & Michael Lind-Frandsen, Egesholm 40,
8700 Horsens klubtilmelder@horsensok.dk

Materielforvalter: Karsten Stald, Østerhøjsvej 16, 8700 Hs.

75 65 67 76

kast@tdcadsl.dk

Mail-adresse: horsok@mail.tele.dk

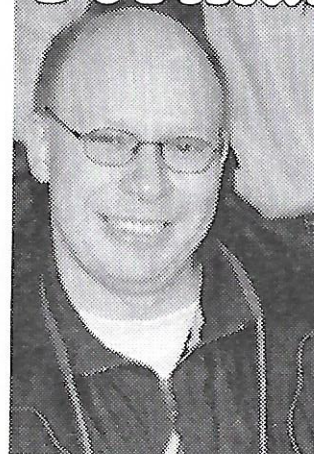
Hjemmeside: http://www.horsensok.dk/

UDLØBEREN Ulla Sørensen, Karen Mønster, Karin & Erling Karlsson, Svend Aage Sørensen, Tenna Skovby, Karl Ditlevsen (ansv.) Svanevænget 34,
8700 Horsens-75.65.33.17- e-mail: karl.ditlevsen@mail.stofanet.dk

UNGDOMSSIDERNE: "SKÆRMNYMFEN" Karina Knudsen, Line & Kim Højmark.

FORSIDE: Gitte Mygind – Fuldt koncentreret ved DM-klassisk i Frijsenborg-skovene

Formanden har ordet



Klubfesten nærmer sig. Jeg glæder mig altid til denne fest. Festen er i år flyttet til Vinten Forsamlingshus. Alt-så må jeg i år tage et nyt vejvalg hjem fra festen.

WOC 2006 rykker nærmere. Der er godt gang i forberedelserne. Der vil komme opgaver og arrangementer forud for dette arrangement. I øjeblikket drøftes der afholdelse af større træningsløb fælles for de arrangerende klubber. Ligeledes drøftes aktiviteter omkring skoleorientering. Dette gøres naturligvis for at skabe opmærksomhed om O-sporten frem til næste års EM og WOC i år 2006.

Tirsdag den 18. november får vi i klubhuset besøg af Fysioterapeut Ingrid Johansen. Som jeg nævnte i sidst blad har klubbens løbere været meget ramt af skader, derfor må dette indlæg være relevant. Jeg håber mange møder op denne aften.

Materielrummet i kælderen er blevet renoveret med nye fliser. Det er så flot, at adgang med fodtøj næsten er forbudt. En stor tak til veteranklubben for det fine arbejde.

Et udvalg er i øjeblikket i gang med at se på hvordan vi gør når nye medlemmer henvender sig, herunder også materiale om klubben m.v. Udvalget består af Erna Christensen, Tove Straarup og Karsten Stald. Som tidligere nævnt får klubben en del henvendelser fra interesserede og jeg tror strømmen af henvendelser vil blive større de næste år.

Det tror og ønsker forbundets vikar for breddekonsulenten Henrik Thomsen også. Lad mig benytte lejligheden til at ønske Henrik held og lykke med arbejdet.

Thy-Legene skulle jo gerne fortsætte. Jeg har nogle navne på en liste, men vil gerne have at andre interesserede melder sig så listen kan blive fyldt ud.

Et varmt emne lige nu er forslaget om en ny kortpolitik. Det planlagte ekstraordinære repræsentantskabsmøde er aflyst og forslaget skal først til endelig debat på det ordinære repræsentantskabsmøde i februar 2004. Det skitserede forslag i O-Posten omkring økonomien kan vi ikke rigtigt få til at stemme, og nogle andre klubber kan heller ikke.

Lars Sørensen

Idrætsskader

Tirsdag den 18. november kl. 19.30 i klubhuset.

Denne aften får vi besøg af:

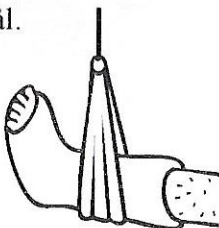
Fysioterapeut Ingrid Johansen, Silkeborg Orienteringsklub

Der vil være et kortere indlæg omkring aktuelle skader og hvordan vi undgår skaderne.

Ligeledes vil der være mulighed for at stille spørgsmål.

På gensyn

Karsten Knudsen / Lars Sørensen



ÅBNINGSTIDER

Mandag – torsdag 9.00 – 19.00

Fredag 9.00 – 20.00

Lørdag 8.00 – 16.00



Vejlevej 2 – Horsens – Tlf. 75 64 25 88

Hansen & Hansen ---Advokatfirma---

Valg af advokat er en tillidssag



Advokat Kent Kragh
Hansen & Hansen
Advokatfirma
Torvet 24, 2. sal, 8700 Horsens
Tlf. 75 61 30 60
Mail kk@judgement.dk

Kilderne nordlige del

På grund af det sene tidspunkt på året, er starttidspunktet for træningsløbet i kilderne nordlige del flyttet en ½ time frem, så der er start mellem 12.30 og 13.30. Håber ikke det får nogle til at blive hjemme.

Hilsen arrangørerne.

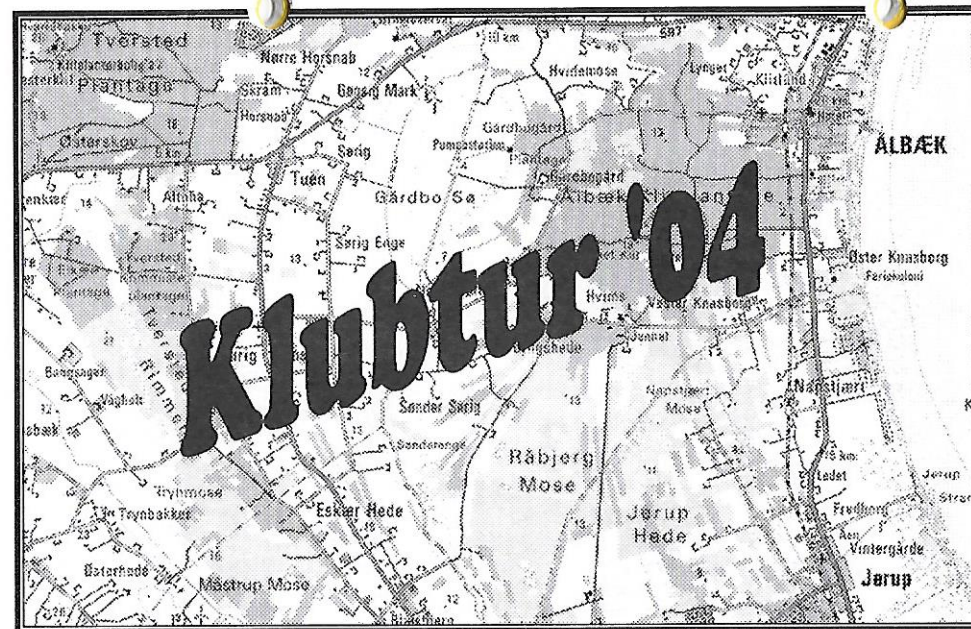
Rådgivning og revision

Peter Iversen
Kaj Blom
Jens Munk Jensen
Jens Møller
Helle Lorenzen



Holmboes Allé 1, 8700 Horsens
Tlf. 79 29 56 00. Fax 75 62 88 26

Ringvejen 20, 7130 Juelsminde
Tlf. 79 29 56 00. Fax 75 69 56 88



Årets første klubtur:

Nordjysk 2 dage den 13.-14.03.2004 i Ålbæk Plantage og Tversted Plantage

Vi har reserveret Jerup Idrætsforenings klubhus, Nordvangsvej 10, 9981 Jerup. I klubhuset er der 36 senge fordelt på 3 værelser med 12 senge i hvert værelse (3 etages senge). Desuden har vi reserveret 4 stk. 4-personers hytter og 2 stk. 6-personers hytter (Hytterne er ikke isolerede, men har elvarme). Også gennem Jerup Idrætsforening. Der er dyner og puder, men man skal selv medbringe sengelinned. Klubhuset rengøres (som vandrehjemstuer) og forlades søndag morgen.

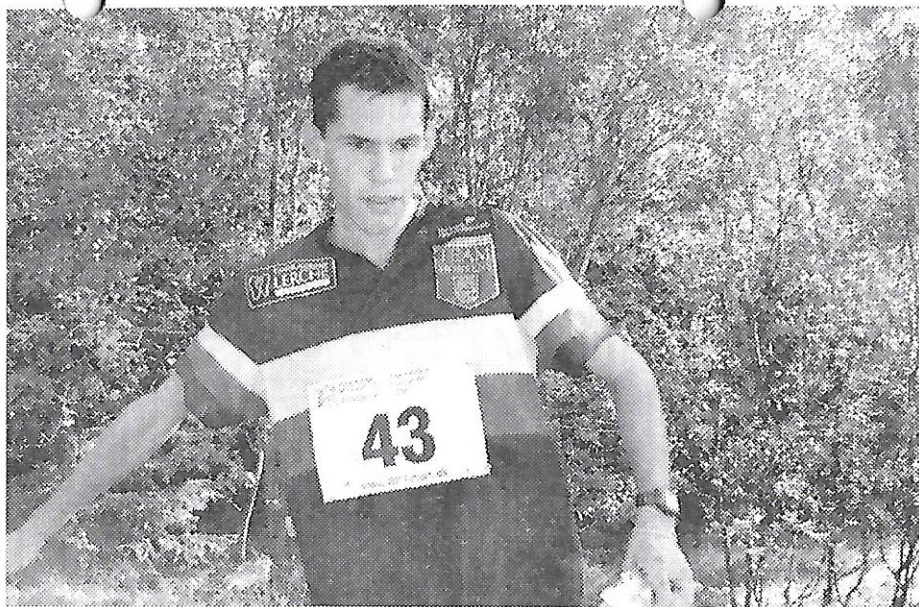
- Pris for overnatning Pr. person 75 kr.
- Pris for aftensmad Pr. person 45 kr.

Vi har tidligere overnattet i Jerup Idrætsforenings klubhus i forbindelse med et påske løb. Til Nordjysk 2 dage 2003 var der 51 personer tilmeldt overnatning og spising. I 2004 er der plads til 64 personer, og vi håber, der er mange, som har lyst til at deltage i denne klubtur.

Morgenmad søndag skal man selv sørge for, men der er mulighed for køkkenadgang i klubhuset.

Hvis du/I har lyst til at være med, så tilmeld dig hos Susanne Baun.

Hvis I har aftalt med andre om at dele en hytte, så oplys det ved tilmeldingen. (Der bliver ikke lavet nogen tilmeldingsliste på opslagstavlen) kun tilmelding via mail: >>susannebaun@mail.dk<< eller ring: 86 80 03 01 senest 15.12.2003 !!



VM træningslejr i Skinskatteberg

Efter DM-weekenden var sæsonen ved at være færdig. DM-Nat venter dog stadig forude, men ellers er det en tid på året, hvor det er muligt at læne sig lidt tilbage i stolen, nyde livet og tænke tilbage på årets sæson. Denne tilstand varede ca. 72 timer. Derefter var det igen tid til at pakke taskerne og slide lidt på de nordjyske motorveje, kort sagt turen gik igen til Sverige, nærmere bestemt til området omkring Västerås. – Forberedelserne til VM 2004 var gået i gang.

Hvorfor dette "hastværk", kan det ikke ende med at være lastværk? Nej, det tror jeg ikke. Som noget nyt er der nu VM hvert år, så mens der tidligere var 2 år til at forberede sig, så er det nu med at komme ud over stepperne hurtigst muligt efter afslutningen af årets VM. Endvidere afvikles VM næste år netop i dagene 13. – 19. september, så det var også en oplagt chance for at få et indtryk af hvordan vejret, undervegetationen og tætheden af løvet vil være til den tid. Kort sagt, det var det perfekte tidspunkt at komme af sted på og få startet forberedelserne frem mod et af næste års højdepunkter.

Hvad var det så vi oplevede? Nogle utroligt indbydende terræner må vi konstatere. Fælles for terrænerne var ekstremt god sigtbarhed og sjældent fin løbbarhed (måske dog lidt vel stenet hvis man normalt træner i Bygholm), men ikke desto mindre særdeles teknisk krævende – stærkt detaljeret og uden større opfang – Tio-Mila terræn når det er bedst.

O-mæssigt kan jeg derfor allerede nu på det kraftigste anbefale, at de tilknyttede publikumsløb tages med i overvejelserne, når næste års "sommerferie" skal planlægges. Det vil givetvis blive en stor oplevelse og udfordring. Vejmæssigt fik vi bekræftet vores forventning om at Västerås i midten af september sjældent byder på 35 grader og sol, som ved dette års VM i Schweiz.....men når det er sagt, så skal vi bestemt ikke klage over det vi oplevede, det kan sikkert fås meget værre.

Under hensyntagen til at alle udtogene løbere kunne forventes at være en smule trætte efter en lang sæson, var der lagt op til at rimeligt roligt program. Vi kunne derfor nøjes med 3 klassiske, 2 mellemdistancer, 2 sprinter og 1 stafetræning på de 74 timer der var til rådighed – næsten mindre end et moderne VM.

Mellem træningerne boltrede vi os i Skinskattebergs righoldige underholdningsudbud på lige fod med byens øvrige 300 indbyggere. Som højdepunktet kan nævnes at vi kunne klappe den udstoppede bæver i restaurantens entre. –måske til størst fornøjelse for de af os der har boet sammen i en villa i Göteborg, i daglig tale kaldet "Bæverhytten".

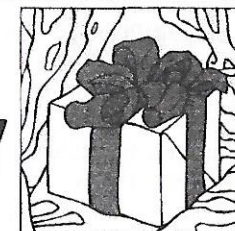
Konklusionen på dette første møde med næste års VM-område var vist klar nok: Det bliver meget krævende, men også enormt spændende at forberede sig. Teknisk byder terrænet på meget store udfordringer, og samtidig vil der som altid blive stillet store krav til fysikken.

Nu har vi i hvert fald fået et indtryk af, hvad det er der venter, så der er noget at tænke over på vinterens træninger.

Troels Nielsen



Julegaveideer!

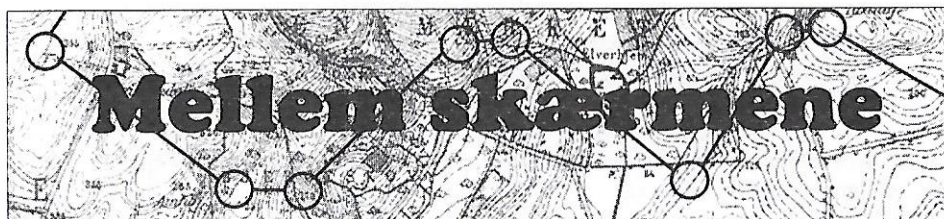


LØBETRØJER
BENKLÆDER
KLUBMÆRKER

KR. 235,00
KR. 170,00
KR. 25,00

BESTILLING HOS:

ANNE & SVEND AAGE, TLF.75654869 - MAIL: svendanne@stofanet.dk

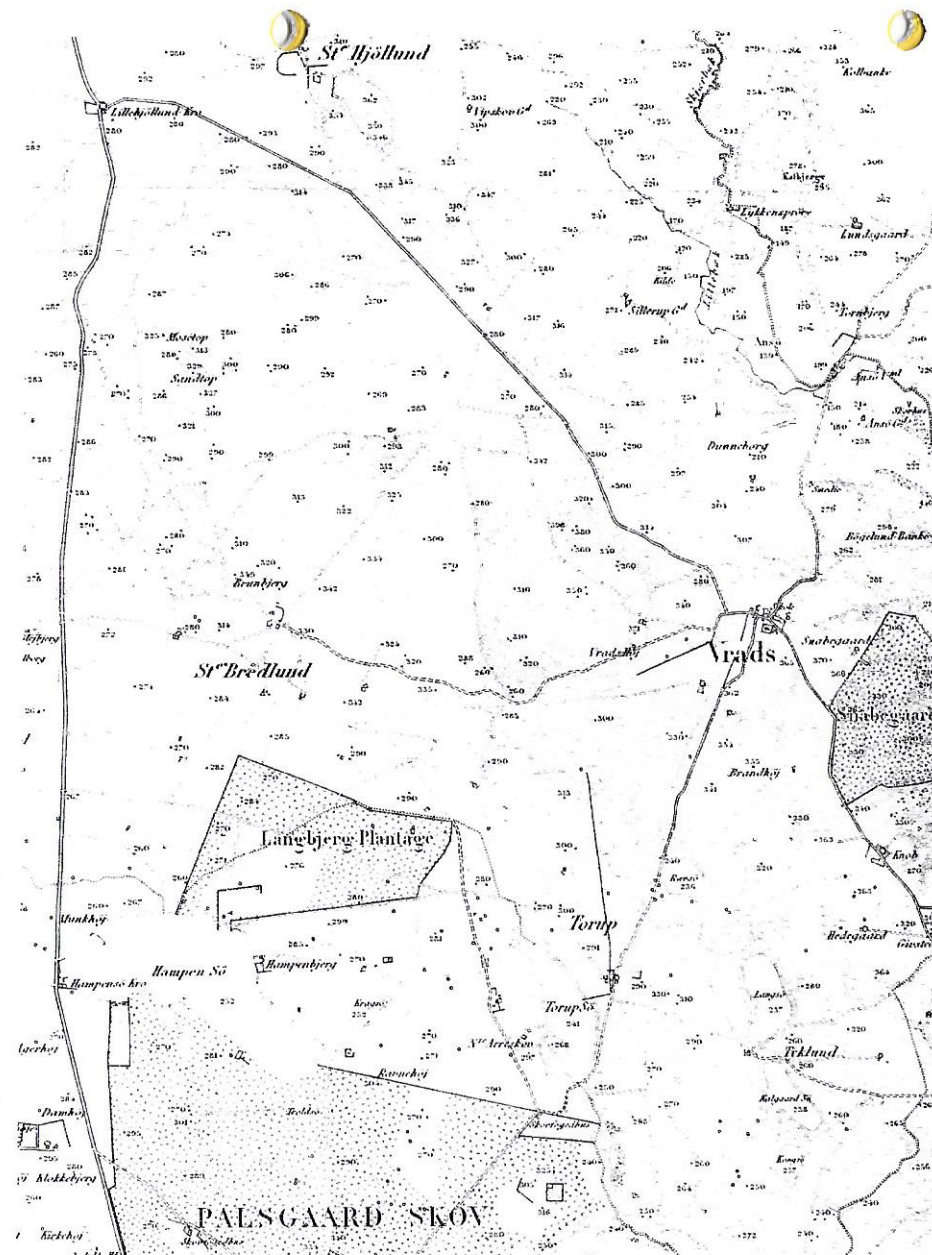


Sidst var vi i Palsgård, denne gang skal vi lidt nordpå, nemlig til Vrads. Axels præmie-tegning til Påskeløbet viser et udsnit af Vrads Sande og hans tanker omkring tegningen lyder:

Vrads Sande er et af Danmarks smukkeste og mest særprægede hedelandskaber. Prøv at komme her en morgenstund, når solen bryder disen, og de mørke ener fører tankerne hen på de toscanske landskabers cypresser. I vore dage kan vi i ro og mag nyde skønheden, men i fordums tid var det mindre sikkert at færdes her, for der holdt røvere og rakkere til på den mørke hede - mangen vejfarende har nok korset sig, når han i skumringen har forvekslet de fredelige ener, som vinden satte i bevægelse, med lurende skikkelser. Motivet er tegnet fra heden ind mod Hjöllund Plantage som for hundrede år siden også stadig lå ubevokset hen.

Rammende ord. Prøv lige engang at se kortet fra 1879 (modstående side). Ikke et træ i området vest-nord-vest-nord for Vrads By. Kun mod syd findes skovsignaturen og det kun fordi man siden 1805 havde anlagt plantage – bl.a. jo Palsgård og nord for Hampen Sø: Langebjerg Plantage. Øst for Vrads By anes også Snabegård Plantage, som blev overtaget af staten i 1808 på grund af ejerens skatterestancer, og som har nogenlunde samme beplantnings-historie som Palsgård.

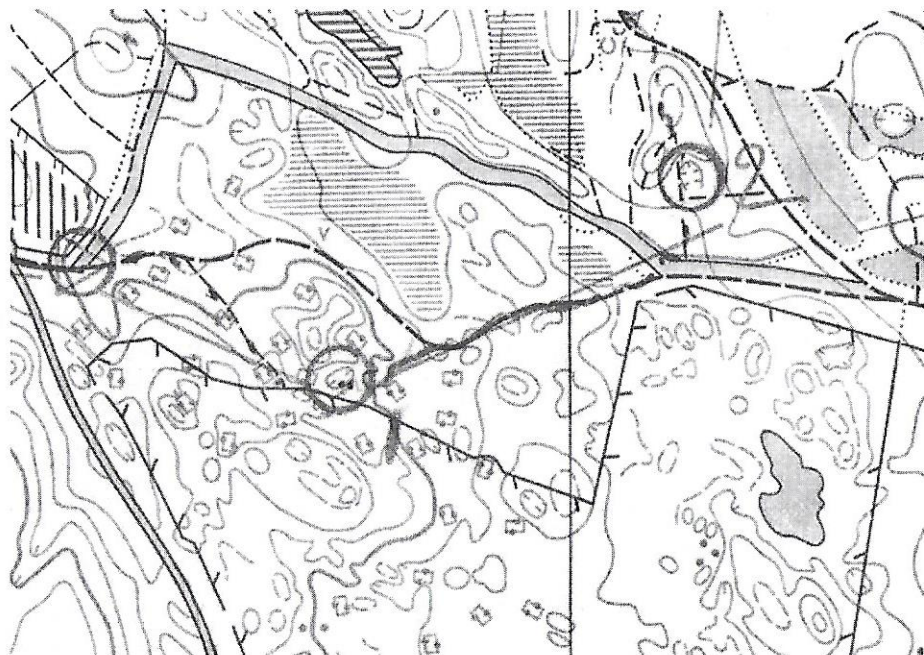
Jeg kan huske i begyndelsen af 70'erne. Klubben havde påtaget sig arrangementet af NOM 1975 og en række af klubbens medlemmer var gået i gang med det kæmpearbejde, at tegne orienteringskort over Tinneth, Nedergård og Vrads. Man kan undre sig over, at de turde! Vi var et par ungdomsløbere, der gerne ville lære at tegne orienteringskort. Foruden mig selv var det Steen Christoffersen og Mogens Straarup. Vi havde fået tildelt Ølsted, som det første terræn, og havde haft Axel med i skoven. Det var i den gamle mesterlæres tid! Ikke noget med instruktionsbøger, video og computerprogrammer – næ, det var 5 farveblyanter, et tegnebræt og noget tegnefolie og så ellers følge efter Axel. Måle længder, pejle, vurdere tætheder osv. Det var svært at få hold på – især voldte det os problemer at tegne højdekurver. Axel havde løsningen. På det tidspunkt var de i gang i Vrads. Jeg fik selv lov til at følge Axel en hel dag mens han tegnede Vrads Sande. Jeg tror aldrig, at jeg har lært mere på en hel dag. Her så jeg mesteren i fuld udfoldelse. Jeg havde selv problemer med at få et overblik, men Axel gik op på den højeste bakke. Han lærte mig kunsten at følge en kurve og hvordan man tegnede et meget detaljeret kurvebillede.



I kender alle – tror jeg da – de mange rektangulære diger på ca. 5 x 15 meter. Dem rendte vi og målte ud og pejlede hjørner og Axel tegnede dem ind på kortet. Allerede dengang spekulerede jeg på, hvad pokker det var for noget. Der er ca. 30 i området og de 25 af dem kan anes på kortudsnittet på næste side.

Vrads Sande er en særpræget naturoplevelse, og stedet har været et søgt udflugtsmål fra sidste århundredes første halvdel – ikke mindst takket være det særprægede udflugtssted "Vrads Sande", som blev opført ved Dunneborg med tilhørende lystanlæg og museum.

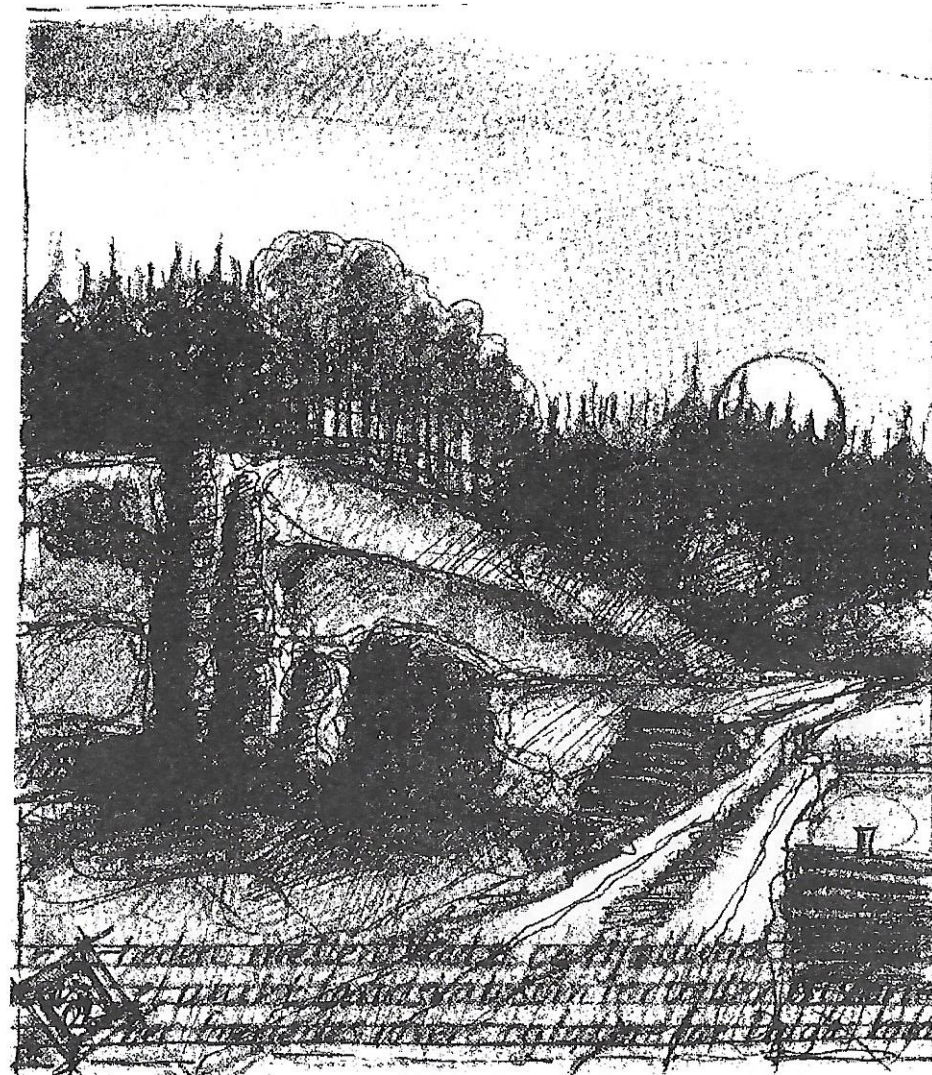
De rektangulære diger er dog levn efter en hel anden slags besøgende, nemlig den tyske besættelsesmagt 1940-45. Der er tale om kampvognsgrave og anlægget er en del af en



På kortudsnittet ses godt 25 kampvognsgrave ligge spredt udover heden, markeret som firkanter med dige-signatur.

midtjysk forsvarslinie. Der er i området andre spor af de uvelkomne gæster. Ude ved St. Hjøllund – ret øst for købmanden – lå en tysk militærlejr med bl.a. en stor teatersal. Nærvæd lå en muret branddam, som findes endnu. Lige nord for vejen mellem St. Hjøllund og Vrads lå et ammunitionsdepot, efter sigende Nordeuropas største i sin art på den tid. Det var depot for tyskernes flyveplads i Karup.

Efter befrielsen i maj 1945 overtog englænderne depotet og de begyndte at destruere ammunitionen. Det foregik ude på Sepstrup Sande. Vores gamle kontakt med hensyn til løbstilladelser i Vrads – P.E. Madsen var leder af den lokale modstandsgruppe, der bl.a. skulle sørge for at opsamle de våben englænderne nedkastede. Der var et nedkastningssted ved Isenbjerg – som I husker fra startstedet til Wild Midt West. Efter krigen havde hans gruppe fået til opgave at bevogte hovedvejen mod syd. På et tidspunkt kom en



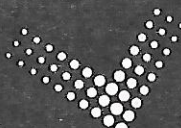
general fra Nordsølinien. Han hilste venligt og spurgte, hvad de lavede. De forklarede, at de skulle kontrollere de forbipasserende. Han ønskede dem god fornøjelse, og oplyste at der ville komme 40.000 mand! Efter en kort rådslagning valgtes det at opgive den pålagte opgave.

Krigen skabte nye behov. Man lavede bl.a. koste af revling, som blev plukket i store mængder både på heden og i plantagen. Man genoptog også den gamle produktion af tørv, hvilket kan ses i næsten alle moserne, der er i plantagen – specielt nord for Vradsvejen.

En anden aktivitet var plukning af gran- og fyrrekogler. De blev brugt som generatorbrænde. Under krigen plukkede man 120.000 hektoliter kogler. De kunne sælges for op til 1 kr. pr. hl. – en ikke ubetydelig ekstraindtjening, der hjalp plantagen igennem en svær tid. Kogleplukning var i øvrigt én af de aktiviteter, som man udførte i de lejre for arbejdsløse, som jeg omtalte i artiklen om Bjerre Skovsø. Billedet er fra 1942 fra statsungsdomsleiren Asserbo i Nordsjælland.

Det var lidt om Vrads. Men Vrads bliver man aldrig færdig med. Området rummer så meget historie, at vi bliver nødt til at vende tilbage hertil. Vi skal en anden gang høre om de mange ruiner og om "Løvekrigen", der ikke handler om rovdyr, men om ulovlig skovhugst. Nok for denne gang.

Preben Jørgensen

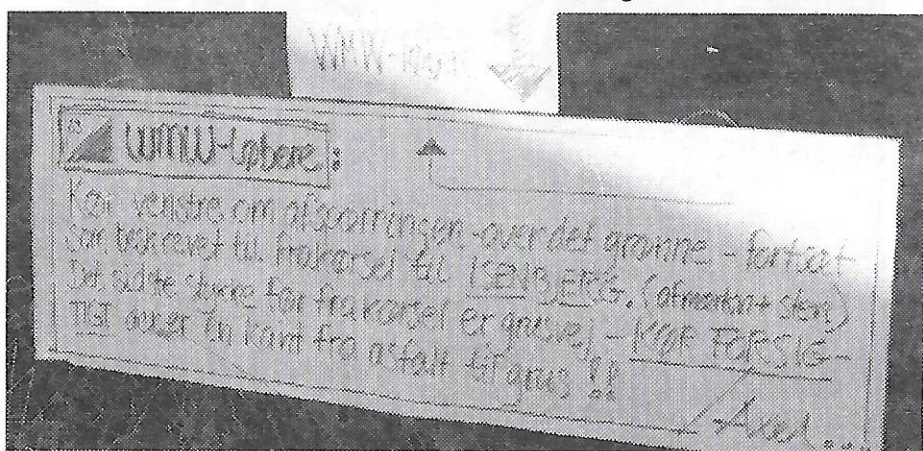
**Elkøb**

Vestergade 31 - 33 . 8700 Horsens
Telefon 75 61 56 88

**Carl Bæk & Søn**

Vestergade 31 - 33 . 8700 Horsens . Telefon 75 62 18 88





Claus Jensen havde fotoapparatet med til Wild Midt West 25-års-jubilæet i Gludsted Plantage. Festligt, kan man se. Mestre blev Troels Nielsen og Tove Straarup

Tillykke til Axel og tillykke til mestrene!

Red.

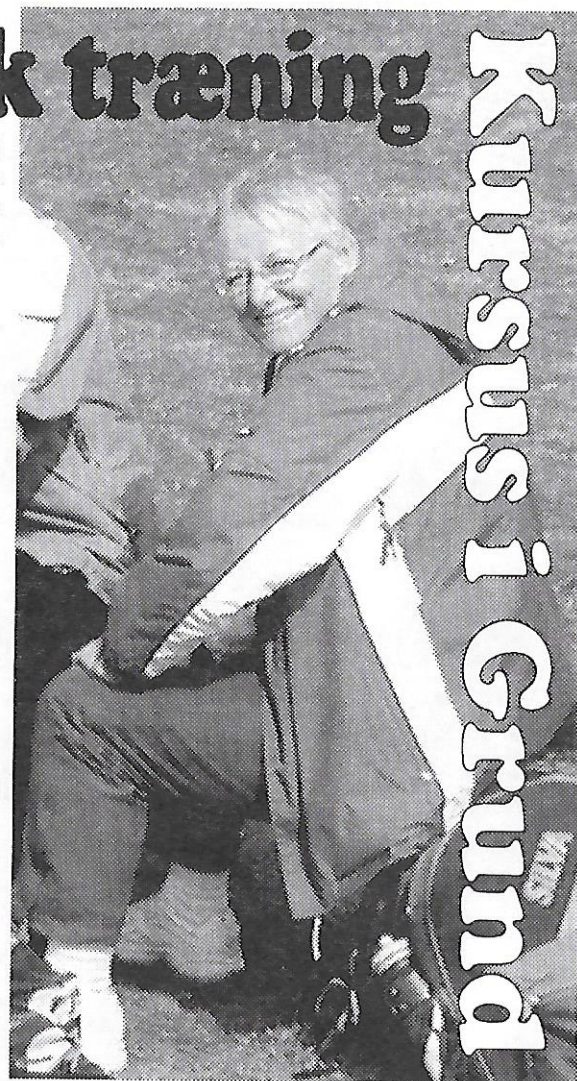
Teknisk træning

Lørdag den 4. oktober stod vi tidligt op, vi skulle nemlig på kursus i kompas. Kurset foregik i Grund og det var Preben Jørgensen der var underviser.

Vi mødte op 14 "elever" i dejligt vejr, det blæste god nok, men det mærker man jo ikke inde mellem træerne.

Vi fik en kort briefing af Preben og så fulgte vi "snitslingen" ud i skoven. Det var Preben, som var en bevægelig snitsling. Vi fulgte med på det udleverede kort, og så stoppede Preben. Han viste os en post ude i landskabet, og vi skulle så ved hjælp af kompasset pejle os ind på, hvor posten stod og sætte et mærke på kortet. Det vil sige vi skulle bruge kompasset til at pejle os ind og så afstandsbedømme eller finde ud af hvad posten stod ved. Det prøvede vi et par gange og kom så til næste form for træning. Vi skulle ved hjælp af kompasset finde en post ved at følge kompaskursen. Erling og jeg er jo ret "højreorienterede", så vi endte langt til højre for posten. Her var vores formand Lars suveræn, han fandt posten med det samme, Alex var kun 10 meter fra. En anden af øvelserne gik ud på at vi blev opdelt i hold på to personer. En af os skulle så finde kompaskursen til posten, og den anden kompaskursen fra post et til post to. Så afleverede vi kortene og gik så med kompasset i stilling mod de to poster.

Kurset varede godt 2 timer og var rigtig godt. Der er opfølgning igen i november, men du kan godt være med selvom du ikke var med første gang.





Så gik vi tilbage til den røde lade hvor vi løb en af Anne og Svend Aage's udlagt baner.



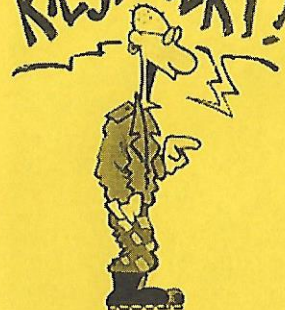
Det viste sig, at jeg nok have brugt det meste af mit krudt, for da jeg hjemme undersøgte mine mellemresultater, viste det sig, at jeg havde haft post 6 og så var jeg der igen 12 minutter efter????

Hilsen Karin



Ungdomssiderne

RESPEKT!



Baltic Cup 2003

Igen i år skulle der fightes til Baltic Cup, som denne gang blev afholdt i Hillerød. På dette års Baltic Cup hold, var der fra Horsens OK: Karina, Sarah, Joanna og jeg. De lande, som vi skulle kæmpe mod, var Polen, Letland, Litauen og Sverige (Skåne/ Blekinge)

Vi ankom fredag aften til den - for Spring Cup deltagere - velkendte Hillerødsholmskole. Efter aftensmaden blev der holdt et holdmøde... Til holdmødet blev der fejlet en "team-spirit-stemning" op, hvor stafet-holdene blev samlet, og der blev skålet med Faxe Kondi for et godt og sikkert løb til morgendagens stafet.

Den næste morgen var alle klar med landsholdstøj, energi og hele moletjavsens... Stafetten blev afholdt i Danstrup Hegn (samme skov som til Spring Cup stafet 2003) og danskerne satte virkelig de andre nationer på plads!!!

1., 2. og 3. pladsen gik nemlig til Danmarks 1., 3. og 2. hold. Derfor var det altså rimelig fedt at være dansker, fordi stemningen var totalt god, da Danmark helt suverænt havde løbet sejren hjem. Vejret var også godt den dag, og det var jo helt sikkert fordi Joanna havde fødselsdag (fedte..fedte)

Om aftenen var der spisning og underholdning fra de forskellige nationer. Ligesom de forrige år, så gik nogle af nationerne utrolig meget op i underholdningen. Fra danskerne side blev der da også arrangeret en "blinde-stole-danse-leg". Præmierne for stafetten blev også uddelt, og de var rimelig unikke: En glasklod, hvor der var en o-løber inden i, som var lavet af luftbobler... Øhh, måske er det svært at forestille sig... men I kan jo få Karina til at tage sin med, da hun var en af dem, som skulle op på podiet.

Søndag skulle der løbes Klassisk i St. Dyrehave (samme skov som til Spring Cup klassisk 2003). Vi skulle stå tidligt op, og da vi kom ud på stævnepladsen, kunne man godt mærke, at det var blevet koldere i vejret... Efter løbet blev pointene talt sammen, og resultatet blev, at DANMARK samlet vandt Baltic Cup.. Så det var virkelig godt! Til sidst sad vi igen i en bus på vej til Jylland, og med os tilbage havde vi oplevelser fra dette års Baltic Cup.

-Henriette Baum

Natløb i Bygholm



Det var sidste tirsdagstræning den 30. september. Og det var rigtig mørkt. Jeg ville helst ikke ud og løbe fordi det var så mørkt. Men det skulle jeg (fordi det sagde min mor (øv øv ☹)).

Da jeg så kom ud og løbe var det ikke så slemt alligevel, men jeg var stadig bange for mørket. Mellem post 6 og 7 så jeg en mus, som jeg aede på ryggen. Og den har jeg skrevet en historie om:

MUSEN MUSSE

En dag var Musse ude at gå en tur. Det var dejligt vejr og fuglene sang. Men pludselig fik Musse en mærkelig fornemmelse af at han var blevet væk, men han tænkte bare "jeg ser for mange film" og gik videre. En time efter sagde han "jeg må nok hellere gå hjem nu" og så vendte han om. Så kom han til et kryds. Men han kunne ikke huske hvilken vej han var kommet fra. Så han tog vejen til venstre, men så kom han til en klippe, som han ikke kunne komme forbi (klippen er en sten for mennesker), og så vendte han om. Da han kom tilbage til krydset tog han den næste sti til venstre.

Men der kom han til en sø, som han ikke kunne komme forbi (søen er en vandpyt for mennesker), så han vendte om. Da han kom ud til krydset tog han den næste sti til venstre. Og her kom der ingen forhindringer (heldigvis ☺). Så kom han endelig hjem til sig selv. Og så gik han i seng (godnat).

Næste dag gik han en morgentur. Men den anden vej end han plejede. Da han havde gået et kvarter stoppede han op. Han syntes han kunne høre en stemme som råbte om hjælp. Han løb efter lyden, men han syntes han kunne høre lyden fra alle retninger. Men han løb efter den kraftigste.

Så kom han til en stor klippe men han kunne høre lyden omme bag klippen, så han løb rundt om den. Så kom han til en lille høj, og så så han en lille musepige, der sad og græd. Så løb Musse hen til hende. Da han kom hen til hende spurgte han hende hvad hun var ked af, og hun sagde "jeg er ked af det fordi jeg skal hen til bageren men jeg kan ikke komme ovre klippen". "Det skal du ikke være ked af, jeg ved hvor der en sti. "Hvor" spurgte musepigen. "Lige her henne følg med mig.

Skal du hente brød for nogen?" "Nej jeg bor alene." "Vil du så med mig hjem", spurgte Musse. "Det skal jeg tænke over." "Okay så venter jeg herude".

10 minutter efter:

"Jeg vil gerne med dig hjem."

Senere hjemme hos Musse:

"Hvad hedder du for resten?" "Musepige. Hvad hedder du?" "Musse."

2 time efter:

"Det er for sent til at jeg kan nå at gå hjem, så kan jeg ikke bare bo her?" "Jo selvfølgelig."

Mange år senere:

Musse og Musepige har fået en pige på 17 år og en dreng på 10 år og tvillinger på 4 år og de levede til deres dags ende.

Slut skrevet af Astrid Ank Jørgensen

GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867



TELF. 75 62 54 77 . SØNDERGADE 36 . DK 8700 HORSENS

Moss'ionisternes dagbog

Dag 1, onsdag 15. oktober – skrevet af Astrid, Irene og Trine

Kære DAGBOG.

I dag skulle vi mødes kl. 6:45 og vi tog af sted kl. 7:01. Vi kørte i lang tid, men vi tog et lille hvil på 5 min. Bagefter pausen kørte vi i lang tid. Da vi kom til færgen, holdt vi i en kø, og det gik meget langsomt. (Så var der nogle mennesker, som gik ud af deres biler for lige at se, hvad der skete (de så ikk' særlig glade ud)). Vi og nogle andre fik ikke en blå seddel, fordi at vi ikke kørte gennem boxen. Så hvis der skete en ulykke, var der ingen, der ville vide, vi var med. Så kom vi hen på færgen, og så satte vi os ned for at spise. (nam nam ☺) Så var der nogle, som gik hen i kiosken for at snolde. Jeg / Trine købte en Marabou, som jeg var rigtig glad for. Jens og co. spillede kort. Så var vi endelig i SVERIGE. Juhuuuuu☺.

Så kørte vi i lang tid. Og så holdt vi en lille pause. Så kørte vi igen. Og så holdt vi en pause. Og så var vi der endelig. Så fik vi indrettet os, og så skulle vi ud og "jogge"/løbe, hvis man altså gad.☺

Da vi kom hjem, var der nogle, som tog et bad, og andre tog op i centret. Da de kom hjem, skulle vi spise og vi skulle have..... boller i karry (nam nam☺). Så skulle Trine, Astrid og Irene skrive DAGBOG.

Slut.

Dag 2, torsdag 16. oktober – skrevet af Hjalte, Niklas og Jens

Kære dagbog.

I dag skulle de tre hønisser "hjal10, noller og biker jens" ud af poserne klokken lo**. B. Jens var den hurtigste med en tid på 1 time og 28 minutter. Efter et stykke tids efterforskning opdagede vi at vinduet ikke kunne lukkes, og at hjal10 havde hundredvis af "dræber" hvepsestik (stakkels hjal10☺). De tre lalleglade drenge skulle også have noget mad i skrutten. B. Jens og hjal10 tog spurten, mens noller stadig lå på lur i soveposen. Nu kom tiden, hvor de tre sliknarkomaner, som stadig ikke var kommet sig over chokket over B. Jens's store sliktyveri med et udbytte på et ukendt beløb, skulle ud og løbe, men først skulle de tegne kort, hvilket ikke var en stor succes, og som sædvanlig var pralhalsen hjal10 den første i mål på den mellemsvære bane. Da vi kom tilbage fra skoven, gik B. Jens og hjal10 ind i saunaen og puttede deres fødder i vand fra et vandrør, der var gået igennem en olieledning og en lille smule kviksvølv, det var klamt. Da hjal10 og B. Jens's fødder var sorte, og de var blevet meget små ☺, så løb vi to løb mere, og så skulle vi spise. Vi fik kartofler, brun sovs og mørbrad med ekstra kødsmag.

Slut.

Dag 3, fredag 17. oktober – skrevet af Louise, Rikke og Cecilie

Kære dagbog..

I dag sov vi længe og stod ikke op, før vi blev kaldt på for KUN tredje gang! Morgenmaden bestod af varme boller, cornflakes, yoghurt og appelsin juice m.m. Bagefter kunne vi lige nå en lur (ligesom navnet på den by vi kom forbi på vej herop) inden vi skulle tegne kort ind.

Britta stod for det første løb... Men næste gang, Britta, må du godt snitzle fra slutposten til mål, for NOGEN kunne ikke finde hjem...☺ Da vi kom hjem, kunne vi lige nå en lille lur, inden vi skulle spise frokost, der bestod af lækre hotdogs (også kendt som grisetarme med brød). Efter frokosten kunne vi liiige nå en lille lur til, inden vi skulle løbe den legendariske pigestafet. I år var temaet "Idols", og vi blev delt op i forskellige hold: Poptøserne, Hiphopperne, Techno freaks, Disco'erne (med Disco-Karsten som anfører) og Rockerne. Vi skulle alle sammen til audition hos dommerne (Joanna og Line), hvor vi enten skulle synge en sang, råbe et kampråb eller danse en dans. De havde lavet et godt løb, bortset fra at nogle af kortene var *lidt* for gamle ☺. Bagefter havde de været så smarte, at man fik point for at samle poster ind, men det gik lidt i vasken, da det næsten var mørkt, før nogle kom ind (på grund af postudsætningen☺). Nogle var meget flinke og samlede poster ind uden at få point (os selv) men det gik også galt, fordi "dommerne" ikke havde styr på, hvem der samlede hvad ind...☺ Så i morgen kan de sgu selv samle resten af posterne ind!!☺ Da vi kom tilbage til klubhuset, var der varm kakao og boller. Ved syv tiden var der nogle, der tog i storcentret, og da vi kom hjem, var der aftensmad (spaghetti med kødsovs). Om lidt skal vi se film og finde vinderne af den legendariske pigestafet.

P.s. Nu gik vi glip af vores sædvanlige lur...☺

Dag 4, lørdag 18. oktober – skrevet af Line og Joanna

Kære Dagbog

I dag var det så dagen, hvor der var Blodslite. Godt nok skulle ingen af os ungdomsløbere løbe, det var der rigtig mange (dårlige) undskyldninger for, hvorfor vi ikke skulle - den dårligste var dog: det gider jeg ikke (Rikke – TKCmedlem). Nå, men vi tog alle af sted for at støtte de seje ledere, der skulle løbe... og så lige for at checke de lækre svenskere og nordmænd ud. Det havde vi set frem til længe. De forskelliges løb gik udmærket – alle gennemførte da. Med en mere eller mindre hurtig tid. Der er dog lige et resultat, der skal fremhæves .. Karsten Stald, nr. 14 i H 45, kun 9 min efter den tidligere verdensmester Sigurd Dæhli (nu tænker mange af jer sikkert, ej – der må være sket en fejl – og ja, det kan vi berolige jer med, det er der næsten også. For landet ligger sådan, at Thomas Fredberg overtog Karstens bane, og Thomas er jo noget yngre end DJ Karse). I H 45 havde Horsens OK også sendt Mr. Finn og Alex ud, og da der var gået 3 timer spurgte Niklas Karsten: "Øhh, hvornår kommer min far?". Dertil svarede Karsten, at det gjorde han, når Niklas havde sovet 2 gange (far vits). Niklas blev helt forkert i hovedet, men blev beroliget af Susanne, som sagde, at de da snart måtte være der. Ind kom de da også, 3½ time om 14,5 km, mens Thomas brugte 1.48 om samme bane (de andre resultater var Britta, 7,5 km-1.55 og DJ Karse, 8,0 km-1.51).

Da vi havde fået alle i land, kunne de frysende ungdomsløbere komme hjem til varme boller og kakao – undtagen Line og Joanna, som måtte droppe kakaoen og bollerne. De måtte i stedet i skoven for at finde de poster, der ifølge småtøserne var "forsvundet"

dagen før. Det var med bankende hjerte vi løb ud efter posterne, for tænk nu, hvis der havde været en posttyv på spil. Han kunne jo være ude i skoven endnu!!! Men mærkeligt nok stod posterne præcis, hvor de var tegnet ind på kortet – meget mystisk. Vi reflekterede lidt og kom frem til, at posttyven nok havde været tilbage på gerningsstedet om natten og sat posterne på deres rette plads. For det var jo næsten helt umuligt, at det var småtøserne som i deres ivrige sladren ikke helt kunne finde rundt i skoven og finde posterne (som var placeret på en mellemsvær og let bane....) Eller var det??? Det vil vi nu være op til jer, og hurtigt gå videre i vores beretning.

Så var alt på plads efter en vellykket stafet, som vil blive husket som den bedste i historien .. sejt!!

Endnu en aften gik med at stene, småpigerne holdt sig dog uden for fællesskabet for at lægge fransk manicure, andre spillede Tegn og gæt. Line vil gerne lige have med, hvor gode de var på hendes hold (Thomas, Astrid og Line). De vandt dog ikke, men de var det hold, der så bedst ud...(citat Joanna) Det suveræne hold blev dog kun slået af Finn og Karstens hold, guderne må vide, hvordan de fik sig krejlet til at vinde, da den ene ikke kunne tegne, og den anden ikke kunne gætte!! Men et stort til lykke herfra.

Det skal dog også siges, at det lykkedes Line at fyre en far-vist af. Den var ikke særlig god, men den var der!

Dagen sluttede som sædvanlig med snorken i soveposerne.

Dag 5, søndag 19. oktober – skrevet af Joanna og Line

Kære Dagbog.

Øv, øv og snøft. I dag var dagen, hvor vi skulle vende næsen hjemad mod Danmark. Efter den suverænt hurtige rengøring (ført an af de ansvarlige: Joanna og Line) var der afgang fra Moss. I bilen var vi meget spændte, det var nu vi skulle have afprøvet vores evner i at fyre far-vitser af. Vi havde haft hele 4 dages træning i at kopiere Finn og Karstens stil, og nu skulle vi have vores ilddåb. Efter et par mislykkede forsøg måtte vi opgive. Line havde et par mindre heldige forsøg, og Joanna kom aldrig rigtig i gang. Den suveræne humor er vist forbeholdt mænd med børn. Resten af turen kunne Karsten så rigtig blære sig i Superbilen (Line, Joanna og DJ Karse) med alle sine gode far-vitser. Lige nu sidder vi på færgen, småpigerne sidder og ser lidt (meget) trætte ud, for det er jo ikke helt normalt med så sene sengetider, når man plejer at gå i seng efter børnetime!! Sent i aften er vi hjemme, endnu en fed tur er overstået og vi vil gerne sige mange gange tak til alle de super ledere (fædre som mødre). Vi glæder os allerede til næste år!

Sider du skal se!

Henrik Thomsen har en hjemmeside, hvor du finder masser af stof, der kan have interesse for ungdomsafdelingen . Adressen er : www.hok.htdata.dk/

Tagge Baun er formand for Nordkredsens ungdomsudvalg og redigerer "Nordkredsens Børne- og Ungdomsudvalgs hjemmeside" : www.buu.kredsnord.dk

Nordkredsens ungdomspokal 2003

Så er nordkredsens ungdomspokalløb overstået. Gennem hele sæsonen er der blevet kæmpet om pointene til forskellige b-løb i Nordkredsen. 3 ud af 5 løb har været tællende. Mange ungdomsløbere fra Horsens har fået fine placeringer som følger:

D 11-12

Nr.3 Irene Ank Jørgensen.
Nr. 9 Camilla Søgaard

D 13-14

Nr. 10 Louise Højmark
Nr. 15 Trine Christensen

D 15-16

Nr. 2 Rikke V. Petersen
Nr. 7 Michelle Straube
Nr. 8 Cecilie Jørgensen

H 11-12

Nr. 1 Hjalte S. Thomsen
Nr. 2 Rasmus Søgaard

H 13-14

Nr. 11 Jens Pedersen

H 15-16

Nr. 11 Jens Peter Lind-Frandsen

Et stort tillykke til de dygtige løbere!

Indbydelse til juleløb

Hermed inviteres du til årets første og sidste juleløb.

Glæd dig til udfordringer i Bjerre Skov samt lidt gløgg og æbleskiver.

Det hele foregår den 20. december, så hop i løbeskoene og medbring gerne nissehue og mød op kl. 13 til et spændende nisse o-løb.

Tidlige julehilsner fra ungdomsløberne

Klubmesterskab 2003

Det var søndag, det var sol, og det var klubmesterskab! Jeg mødte op, mere eller mindre frisk, sammen med resten af familien, der naturligvis også skulle løbe. Da vi kom ud til stævnepladsen, var der kommet en del mennesker, og jeg gik i gang med at finde brik og kompas, for jeg havde en rimelig tidlig start tid.

Så kom jeg i skoven. Jeg løb så stærkt jeg kunne, for jeg skulle jo helst slå min modstander. Men som det plejer at gå når jeg løber for hurtigt, havde jeg kun taget en 3-4 poster, før jeg havde mit første bom på ca. 5 min. Efter det løb jeg så endnu stærkere, for nu var jeg jo kommet lidt bagud tidsmæssigt. Resten af turen gik fint, bortset fra et enkelt lille bom mere ved sidste posten, hvor jeg nok tog en lidt for besværlig vej gennem krattet. Men i mål kom hjem da, forpustet og ikke helt tilfreds med min indsats, for jeg ville jo helst helt have undgået at bomme.

Så fulgte der 10 meget spændende minutter, hvor jeg ventede på om min modstander nu skulle komme og dermed slå mig, mens jeg samtidig samlede ting op fra jorden, som Tages meget søde barnebarn, Frederik, hele tiden smed ned.

Men heldigvis gik der lidt mere end 10 minutter inden min modstander kom i mål, så jeg havde måske løbet helt godt alligevel...☺

Bagefter var der snakken og spisen, og Jeppe og Astrid der havde fødselsdag, havde en flot kage med, der var pyntet som et orienteringskort. Jeg synes det var et godt klubmesterskab. Der var gode baner, vejret var dejligt, og som en perfekt afslutning vandt jeg min klasse, og får jo så dermed en pokal til ungdomsklubfesten i november.

Louise.



Resultatliste Klubmesterskab 20 september 2003 i Vrads

D10 2025 meter

Astrid Ank Jørgensen 0.19.46

D10-12 2550 meter

Louise Højmark 0.18.55

Irene Ank Jørgensen 0.21.42

D13-14 3475 meter

Louise Højmark 0.36.28

Trine Christensen 0.44.44

D15-16 4025 meter

Rikke Vide Petersen 0.45.27

Cecilie Jørgensen 1.06.46

Michelle Straube ej start

D17-20 5500 meter

Joanna Thomsen 1.28.16

line Højmark 1.38.18

Gitte Mygind ej start

D21-39 5625 meter

Berit Harfot 0.57.58

Anne-Mette Gandrup 1.29.42

Lise Lotte Grønbæk 1.32.25

D40-49 5275 meter

Britta Ank Pedersen 1.09.10

Claudia Thomsen 1.25.22

Erna Christensen 1.28.15

Susanne Baun 1.30.16

Lene B. Pedersen 2.19.02

Tove Straarup udg.

Grethe Boen Knudsen ej start

H 10 2025 meter

Silas Thomsen 0.16.39

H 11-12 2550 meter

Rasmus Søgaard 0.17.33

Hjalte Thomsen 0.18.24

Niklas Ingwersen 0.23.52

H13-14 3775 meter

Jens Pedersen 0.55.51

H17-20 7775 meter

Kim Højmark 1.18.20

Kim Poulsen 2.00.56

Rene' Christensen 2.05.27

H21-39 9325 meter

Thomas Fredberg 1.11.50

Mikkel Gandrup 1.32.14

Per Mønster 1.34.13

Finn Andersen 2.09.46

Niels Lund 2.12.29

Thomas Rasmussen 2.15.00

Knud Christensen 2.19.35

Tim Christoffersen udg.

H40-49 7125 meter

Jan Thomsen 1.05.25

Jørgen Christoffersen 1.10.11

Karsten Knudsen 1.13.07

Kim Taylor 1.14.00

Henning Hansen 1.15.46

Henrik Thomsen 1.19.57

Karsten Stald 1.25.46

Alex Lund Nielsen 1.44.15

John Højmark 2.22.17

Lars Sørensen udg.

Michael Straube udg.

D50-59 4025 meter

Ellen Nielsen 0.51.06

Trille Ditlevsen 0.52.12

Anne Andersen ej start

D60 3175 meter

Karin Karlsson 0.51.08

Birgit Christensen 0.59.21

Aase Thyssen 1.01.59

Jytte Rasmussen 1.22.35

Deltagere udenfor konkurrence

Lis Larsen 0.48.08

Gitte Christensen 1.06.13

Helge Ove Jørrald 2.05.36

H 50-59 5500 meter

Poul Erik Christensen 0.51.06

Eigil Nielsen 0.56.10

Tage Baun 0.56.28

Peer Straarup 0.59.13

Gunner Gjermandsen 1.03.32

Henning Larsen 1.04.56

Jørgen Egeberg 1.06.05

Henning Petersen 1.13.25

Karl Ditlevsen 1.13.35

Kaj Grønbæk 1.17.29

Andrew Du Plessis 1.21.38

Finn Ingwersen 1.28.15

Poul Larsen 1.42.21

H60 4025 meter

Jørgen Thyssen 0.39.28

Jakob Ravn 0.47.03

Kaj Klingberg 0.48.09

Svend Aage Sørensen 0.51.23

Ivan Larsen 0.53.51

Thor Johannesen 0.57.05

Poul Holm 0.57.59

Knud Erik Christensen 0.58.55

Gunnar Poulsen 1.07.17

Axel Stobberup 1.09.05

Gunner Skovgaard 1.11.26

Finn Christensen 1.13.26

Kaj B. Hansen 1.20.02

Svend Torp Andersen 1.21.58

Henning Larsen 1.24.39

Erling Karlsson fejlklipt

Henning Nikolajsen ej start

Stævnelederen sender alle klubmestre et STORT tillykke. Undskyld til Joanna, at du ikke kom med på vinderbilledet.

Og til sidst men ikke mindst: Tak for den uundværlige hjælp til mine officials, Jette, Birthe, Bent og Jørgen.

I øvrigt mange tak for det store fremmøde. Jeg håber I alle fik en god tur i skoven!! Vi ses en anden gang

Ole

Kunsten at være lykkelig

I husker måske mine mesterskabsprojekter for 2003 og mit træningsprogram dertil i "Udløberen" i foråret. Desværre levede træningen ikke op til målsætningen. Ingen mesterskaber.

Jeg fik efter DM ½ maraton i maj (kom kun igennem med viljestyrke) konstateret sygdommen polymyalgi (immunforsvaret modarbejder sig selv) og er under nedtrappende binyrehormonbark-kur. Lægens råd: Ingen træning. Motionere i stedet for at konkurrere. Nyde for yde. ---- Det var jo lidt af en melding. Dog var jeg så svag, at der intet andet var at gøre.

Da jeg lige havde rundet de 70, provokerede min søn Martin mig: Far, nu må du altså gøre noget for familien. Det blev så til en uforglemmelig uge på Samos for alle 18 familiemedlemmer.

Jeg var euforisk, fordi jeg kunne vandre, godt nok dopet, 20 km hver dag i bjergene omkring Pythagorion.

Og jeg havde mødt Pythagoras ($a^2 + b^2 = c^2$). Manden, som havde berørt de væsentlige emner, som altid har interesseret mig: Det ægyptiske, det græske, det naturvidenskabelige og det religiøse.

Min lykke ved fortsat at kunne motionere, og måske komme til at løbe O-løb gav anledning til følgende betragtning over det at være lykkelig:

Kunsten at være lykkelig

Til alle tider har menneskets altoverskyggende beskæftigelse drejet sig om, hvordan det bliver tydeligt. Derfor får jeg lyst til at uddybe emnet LYKKE.

Lad mig starte med min gamle ven Schopenhauer: "Intet lønner sig bedre end munterhed. Intet kan som den sikkert og rigeligt erstatte ethvert andet gode. Er en rig, ung, smuk eller æret, så spørges altid, om han/hun samtidig er munter, hvis vedkommendes lykke skal bedømmes.

Men omvendt, hvis en er munter, så er det lige meget om vedkommende er ung, gammel, fattig eller rig. Derfor burde vi satse på at erhverve dette gode frem for noget andet."

Nu er det vis, at til munterhed bidrager intet mere end sundhed. Altså må vi gøre noget ved sundheden. Der er 4 "organer", vi livet igennem kan styrke ved træning, ved at bruge dem. Det er - Hjertet - Lungerne - Musklerne - Hjernen.

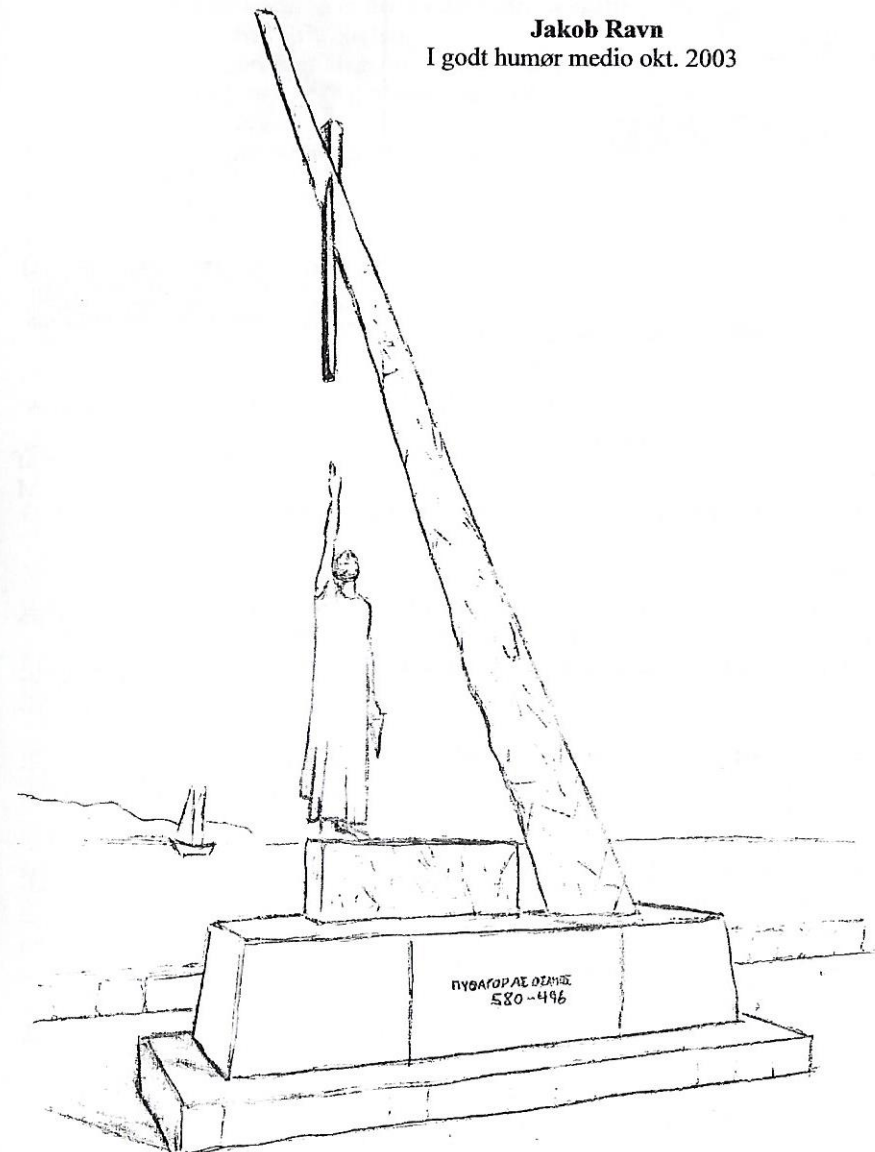
Det kræver kun en vilje at træne disse organer. De kan så til gengæld give os en optimal lykkefølelse: Glæden ved mad og drikke, ved naturen og kulturen. Men desværre dumper vi ofte ned i den kortsigtede magelighed: For megen mad og for megen druk, for lidt natur og for megen underholdning. For lidt andre og for meget os selv.

De gamle grækere, der kendte til overdrivelsen, havde fat i det rigtige: Intet til overmål! Alt med måde! I dag kunne vi sige: Kvalitet i stedet for kvantitet! Men nu ikke mere præk.

Glæde er at have noget at glæde sig til. For mig har det været: Et O-løb, en fest, en koncert, en udstilling, en rejse, en bog, et arbejde, at give noget videre i miljøet/økologiens tjeneste.

Jakob Ravn

I godt humør medio okt. 2003



J.R. Pythagorion 30/52003

Meget at lære i Schweiz

En delegation fra WOC 06 var med til årets VM, og her kunne der hentes masser af ideer. Men der er også ting der skal gøres anderledes

Der er absolut ingen tvivl om, at schweizerne har gjort et flot arbejde med årets VM, OLWM 2003 som det officielle navn var. Der var der enighed om i den lille gruppe fra WOC 2006-organisationen, der var på studietur til mesterskaberne.

Men naturligvis skal "vores" VM ikke være en kopi af schweizerernes. Der var masser af ting, der tåler at blive genbrugt, men der er også ting, der skal være anderledes ved VM i Danmark om knap tre år.

Syv løb

En af de danske repræsentanter var sekretariatschef for WOC 2006, Erik Nielsen fra Horsens OK.

- Som DOF-formand var jeg med til et par verdensmesterskaber for omkring 20 år siden. I forhold til dengang har VM udviklet sig til et kæmpe-arrangement, siger Erik Nielsen.

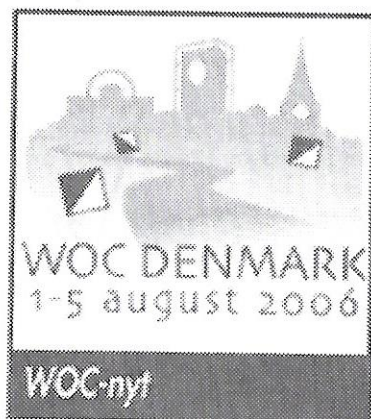
- Dengang var der to løb, klassisk og stafet. Nu er vi oppe på syv, når man tæller kvalifikationsløbene med – sprint, mellemdistance, klassisk og stafet samt kvalifikationsløbene til de tre første.

- Desuden er der også flere nationer og væsentligt flere deltagere, siger Erik Nielsen.

- En anden stor forskel er på det teknologiske område, hvor der jo er sket en kæmpe udvikling. De var imponerende, hvordan vi på storskærm på stævnepladsen kunne følge løberne ude i skoven. Men selve resultatformidlingen fungerede ikke optimalt. Man kunne se placeringerne på storskærmen, men kun på otte løbere ad gangen. De gav ikke ret gode muligheder for at følge, hvordan løberne lå i forhold til hinanden, og hvor de enkelte nationers løbere var. En løsning kan måske være at kombinere storskærmen med en gammeldag manuelt betjent tavle med alle løbere ved siden af, siger Erik Nielsen.

Entré til stævnepladsen

En anden helt ny ting for danske o-løbere var, at der skulle betales entré til stævnepladsen, 15 schweizerfranc eller cirka 70 kr. Der var op til 1500 betalende tilskuere, og i det tal var de mange tilrejsende o-løbere, der deltog i publikumsløbene, vel at mærke ikke



med. Entreen til stævnepladserne var betalt, når man havde betalt startafgift til publikumsløbene.

- Men jeg er nu ikke sikker på, at det vil være en god ide at kræve entre til stævnepladserne ved VM i Danmark, så er det måske bedre at skaffe nogle indtægter gennem bl.a. parkeringsafgifter, siger Erik Nielsen.

En anden ting, der blev lagt meget mærke til, var, at der vist for første gang nogensinde ved et internationalt orienteringsstævne var mål inden døre. Det var ved sprinten, der nærmest var et byløb uden de helt store orienteringsmæssige udfordringer. Målet var i en stor idrætshal, hvor 2-3000 jublende tilskuere tog imod.

20.000 til start ved publikumsløbene

6 dage med publikumsløb og op mod 4000 deltager ved hvert løb

VM er et kæmpe-arrangement, og publikumsløbene er ikke et lille vedhæng, men mindst lige så stort et arrangement som selve VM'et.

- Der var vel omkring 20.000 startende løbere ved publikumsløbene i Schweiz, fortæller Flemming Hansen fra Viborg OK, der som ansvarlig for publikumsløbene i 2006 fulgte løbene i Schweiz med stor interesse.

- I Schweiz kunne man købe sig en pakke, som omfattede enten tre eller seks løb. 3500 deltog, og langt de fleste havde valgt at løbe alle seks dage. Hertil kom så, at der var op mod 400 startende på åbne baner, siger Flemming Hansen.

- Det overraskede mig, at publikumsløbene og VM-løbene var holdt totalt adskilt. Publikumsløbene var ikke i VM-skovene. Men selvfølgelig blev der løbet i skove nær VM-skovene, og så var der sørget for gode busforbindelser fra det ene stævne til det andet. Men bortset fra det var der intet fælles, f.eks. var der også to adskilte stævnecentre.

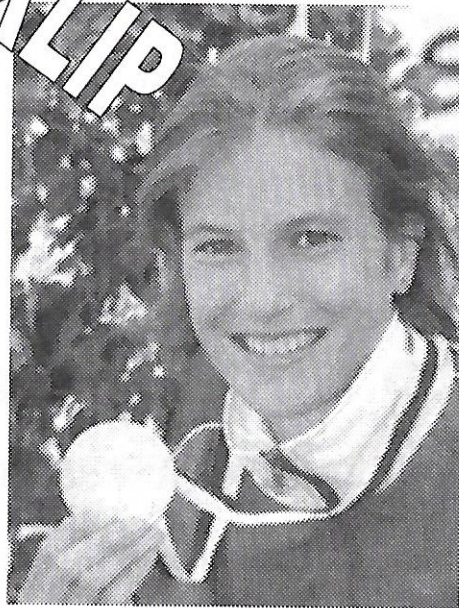
- Jeg er ikke i tvivl om, at deltagerne i publikumsløbene helst vil løbe i de samme skove som VM-løberne. Det kan enten være samme dag, hvis VM-løbene har været om formiddagen, eller publikumsløbene kan være dagen efter i de samme skove, siger Flemming Hansen.

- Og så var det i øvrigt mit indtryk, at kvaliteten af publikumsløbene var lidt svingende. F.eks. var der en dag, hvor man på første del af løbet kravlede op ad et stejlt bjerg, hvorefter den sidste del foregik ned ad en skibakke.

- Jeg tror også, at vi kan opnå lidt mere "glamour" ved publikumsløbene ved at have lidt mere sammenhæng mellem de to arrangementer, siger Flemming Hansen.

Bent Nørgaard, WOC 2006

VM-dronningen må man vel sige hun er. Fire guldmedaljer- det er der faktisk ingen, der har præsteret før hende. Hvem taler vi så om? Jo, vi taler om verdens bedste orienteringsløber, Simone Luder, som kun er 25 år. Efter egne udtalelse, har hun stadigvæk lysten. Hun har meldt sig ind i den svenske klub Ulricehamns OK og hvorfor så det? Jo, for det første har hun sikkert fået et godt tilbud, tror jeg. En anden væsentlig grund kan være, at VM skal foregå i Sverige næste år. Hun deltager så under et helt andet navn. Var det ikke en nyhed? Hun har nemlig giftet sig med en landsholds-kollega. Han hedder Niggli til efternavn, så for eftertiden hedder hun Simone Niggli. Gad vide om også hun bliver hurtigere, når hun har været gravid lige som alle de andre, jeg skrev om sidste gang. Det får vi se til den tid, så bliver hun jo flyvende.



Nu, når jeg er i gang med resultater vil jeg lige nævne Thomas Bühner, som også er Schweizer. Han er 35 år, og han vil holde nu, imens han er på toppen. Det må vel siges at være flot, at slutte med en VM-sejr, det største der kan vindes. Nu vil han trappe ned med O-sporten men stadigvæk holde kontakt. Næste mål siger han, er at blive verdensmester i skak, han spillede nemlig meget under sin skadesperiode, man må vel sige, at det er noget helt andet eller hur?

Jeg vil da lige nævne, at svenskerne havde et rigtigt godt VM også med guld i stafetten for herrer. Det var Niclas Jonasson, 27 år, Mattias Karlsson, 31 år, og Emil Wingstedt, 28 år. Mattias Karlsson kommer for øvrigt fra Blekinge, gad vide om jeg er i familie med ham, min far kom jo der fra.

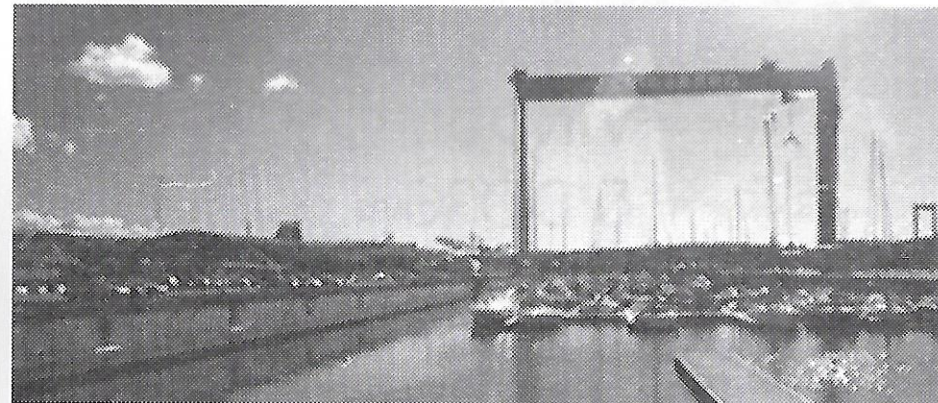
Sølv blev det til for Karolina A Hösgaard. Rigtig flot klaret, mon det stadigvæk er mamma effekten, der gør sig gældende? I sprinten fik de en flot bronze medalje, og det var Jenny Johansson, som klarede det. Jeg må lige komme med en indskudt bemærkning, når jeg nu er i gang med at fortælle, hvor flot svenskerne klarede sig. Jeg har nemlig glemt at fortælle, at Emil Wingstedt fik en flot bronze på lang-distancen.

Nu må det være nok med *Skogssport* for denne gang. "Tack å hej leverpastej".

Hvis I lagde mærke til det, har jeg overhovedet ikke nævnt nordmændene, det råder jeg bod på nu. Det blev nemlig til syv medaljer men ingen af guld, og det må vel siges at

være en stor skuffelse for nordmændene. Medaljetagerne Bjørnar Valstad fik sølv på kortdistance. Der ud over fik Birgitte Huseby bronze i stafet, Hanne Staff sølv på kortdistancen og bronze i stafet og Øystein Kristiansen bronze i kortdistancen.. Den norske landstræner (svensker) ser også en lille smule mellemfønøjetud, de var nok ikke helt tilfredse med kun at blive tredjebedste nation.

Til næste år foregår O- Ringen i Göteborg. Det er Sveriges største idræts-eventyr og i år 2004 så ligger det jo ganske tæt på os. Man kan f.eks. få lov til Bungyjump fra bockkranen, der er kun 330 trin der op. Og så vidt jeg kan forstå, kan man få lov til at springe, hver aften under hele O-ugen Selve stævne-centret kommer til at ligge midt inde i byen. Lyder det ikke spændende?



Vy över Eriksbergsdockan där båtplats kan hyras under O-Ringen 2004

Min ven Jøge arbejder stadigvæk med at udvikle orienterings-sporten i Kina. Det var lige en indskudt bemærkning om, at jeg ikke har glemt denne store orienteringsløber.

Nu tilbage til *Skogssport*. Det skal nemlig handle om Simone Luder nej Simone Niggli, som hun jo hedder nu. Hun er nemlig lige startet for sine nye klub Ulricehamn og det gjorde hun med bravur ved at vinde SM-Nat. Hun har faktisk ikke løbet natløb i to år. "Hvad siger I så"?

Så skal vi lige have et kik på Karro. Hun pressede nemlig de bedste uden kort, hun løb nemlig Lidingö-loppet på 10 km. Hun havde nemlig byttet de duppede sko ud med "plat sula" og fik en flot 4. plads i tiden 36.13, og det skal også lige nævnes, at det var meget kuperet. Karro er Karoline A Højsgaard, hende med mama effekten.

"Tack å hej leverpastej".

Hund til hund: "Lad os sætte os. Nu kommer slagterens Fido, han hat sådan en kold snude."

hilsen Erling

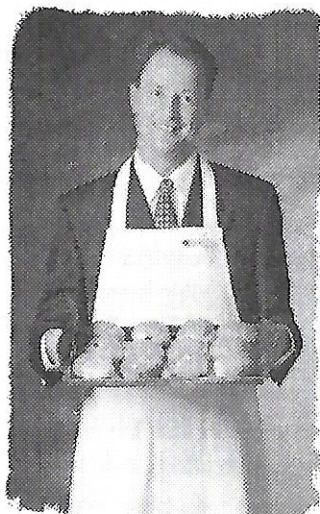
**Vinduer og døre
i fin kvalitet.**

Udføres i mahogny, fyr
eller anden træsort.
Alle mål laves på bestilling.
Tlf. + Fax: 7578 1224



TRIO
VINDUER
& DØRE APS

Sattrupvej 2
8752 Østbirk
Tlf. 7578 1224



**Vi vil gøre næsten alt for,
at du kan føle dig hjemme**

Velkommen

Føler du dig hjemme i din bank, eller...?
I Jyske Bank er vi gode til at få vores kunder til at
føle sig hjemme. Vi lægger vægt på, at du får god
kontakt med en personlig rådgiver, som kommer til
at kende dig godt. På den måde sikrer vi os, at din
økonomi bliver indrettet efter netop dine behov.

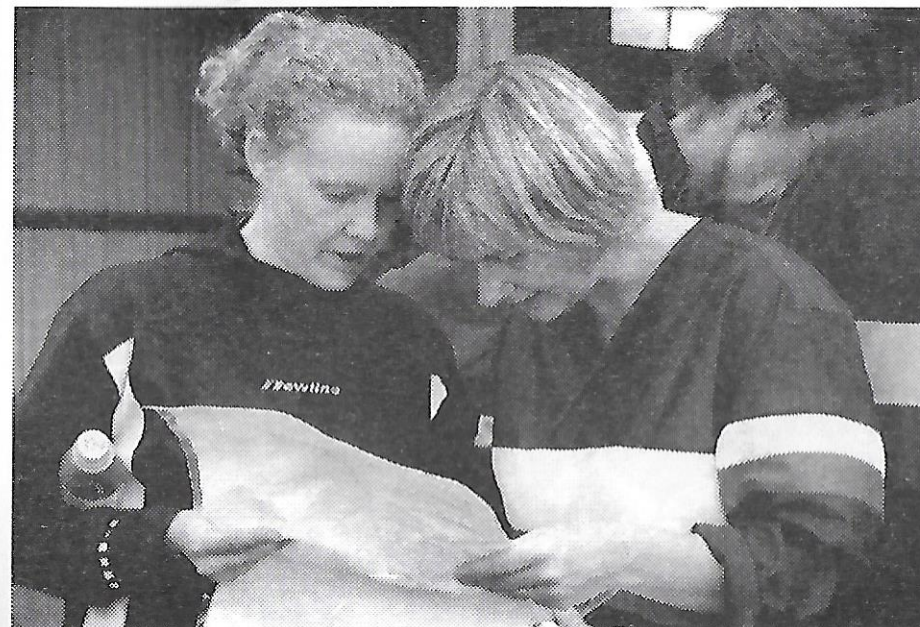
Gratis økonomitjek

Kom ind i Jyske Bank og få et økonomitjek – et
samlet forslag til, hvordan din økonomi kan skrues
sammen. Indtil nu har det vist sig, at ca. halvdelen
af alle, der får et økonomitjek, i gennemsnit sparer
mellem 200-400 kr. om måneden.

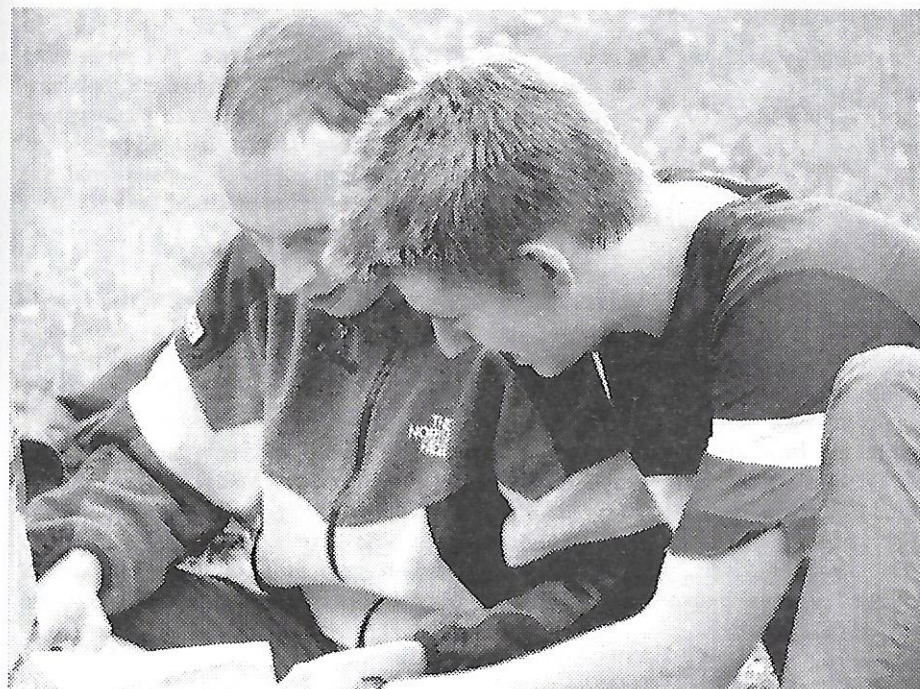
Hvor meget bliver det mon for dig?



Søndergade 42, Horsens, tlf. 7561 0522
horsens@jyskebank.dk • www.jyskebank.dk



Eftersnak ved Klubmesterskabet



NYT FRA



VETERANKLUBBEN

Heldagstur til Bindeballe

Torsdag den 19. juni havde Ole arrangeret en tur til Bindeballe m.m. Vi samledes i klubhuset til kaffe og Birthes boller og kage. Derefter kørte vi til parkeringspladsen ved Fårup Sø, hvor vi fik kaffe og en lille én, da Ole og Henning havde medbragt en lommelærke. Videre til Ravningbroen. I 979/80 lod Kong Harald Blåtand bygge en mægtig bro over Vejle Ådal. Broen var omkring 1 km lang og ca. 5,5 meter bred, og dens bæreevne var 5-6 ton. I dag kan man se en kopi af broens ender på stedet.

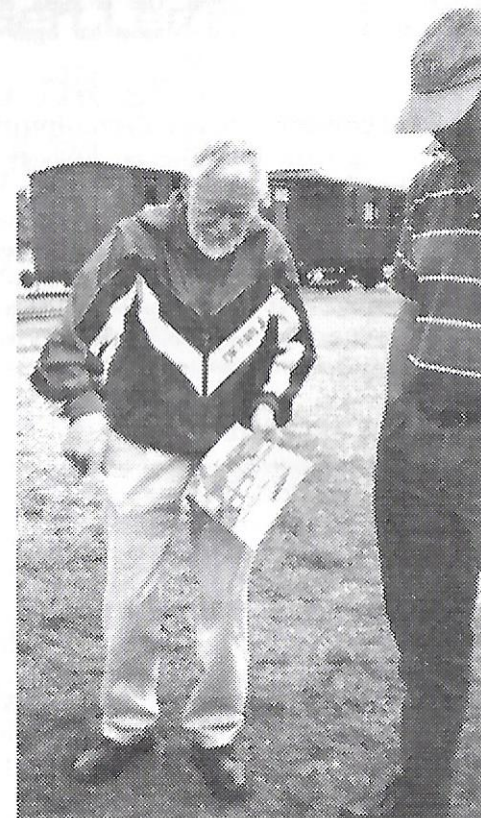
Bindeballe Købmandsgård

I september 1897 da Vejle-Vandel jernbane blev etableret gennem det skønne Vejle ådal, åbnede Jeppe Kristensen en Købmandsgård i Bindeballe, i troen på, at hvor toget gjorde holdt, ville der opstå et lille samfund. I hestestalden ved pakhuset kunne godtfolk få opstaldet deres heste når de skulle med toget til Vejle. Muligheden for at få en lille opstrammer var også til stede.

I køreporten hvor der blev holdt høstfester m.v. Har den landskendte spillemand Frederik Iversen, der dengang boede i Bredsten, men senere blev landskendt som spillemanden på Trædballehus, strøget sin fiol til den lyse morgen.

I 1957 blev Vejle-Vandel banen nedlagt, men den gamle købmandsgård består. I 1973 overtager Maja og Reinholdt den gamle købmandsgård, som nu er restaureret og i drift som en gammeldags blandet landhandel, med personlig betjening ved de gamle trædiske fra 1897.

I købmandsgården er Danmarks største købmandsmuseum, hvor der er udstillet gamle varer, inventar, udstillingsgenstande m.m. Samlingen rummer mere end 3500 forskellige ting. De ældste er mere end 100 år. Besøges af over 100.000 gæster årligt. Vi spiste vor medbragte mad i det grønne område mellem købmandsgården og stationsbygningen.



Efter frokosten kom Karl Erik Olsen, som viste os rundt i området.

Thorgunstenen.

Vi så runestenen "Thorgunstenen". Kgl. Godsforvalter Thue rejste denne sten efter sin hustru. Runerne omtaler hende som Thorgun.

Nybjerg Mølle med Egtvedpigen.

Videre til Nybjerg Mølle, som er opført i 1850 og var i drift til 1934. I 1959-60 blev møllen restaureret med hjælp fra Nationalmuseets mølleudvalg, så mølleriet er funktionsdygtigt på ny. I haven står Johan Galsters bronzeskulptur af Egtvedpigen. Møllen er fredet og i privateje.

I 1370 f. Kr. blev en ung kvinde gravlagt i en egekiste. Fundet af Egtvedpigen i 1921 afslørede en af verdens bedst bevarede kvindedragter, som nu er udstillet på Nationalmuseet i København. Der, hvor hun blev fundet, er der i dag en rekonstrueret gravhøj, 22 m i diameter og 4 m i højden. Der er også et lille museum, der detaljeret beskriver forløbet af det sjældne fund. Museet har også udstillet en kopi af Egtvedpigens klæde-
dragt, smykker og bæltespænde.

Robert Jacobsens Landskabsskulpturpark.

Videre til Robert Jacobsens Landskabsskulpturpark i Tørskind grusgrav. Robert Jacobsen og hans elev og ven, Jean Clareboudt, skabte en række spændende og kraftfulde skulpturer, som skaber en unik kunstoplevelse. De spiller meget sammen med naturen og lyset. Skulpturparken blev indviet i 1991. Derefter var vi hjemme hos Karl Erik Olsen til kaffe og Birthes hjemmebagte kage.

Karl viste os nogle af sine skærearbejder og fortalte om muligheder og problemer med de forskellige træsorter. Spontant gik han ud i haven og hentede en gren og skar den til en fløjte.

Naturstien, Hundslund.

Den 21. august havde Erling arrangeret vandretur på naturstien. Turen gik fra Hundslund ad den gamle kirkesti mod Sondrup, hvor ekspeditionen nåede frem til det gyldne hus i skoven ved Baunebakken. Her fortalte Jens Nielsen om landskabets tilblivelse, om det isskabte bakkelandskab og fremvækst af skovfyr, birk og bævreasp, som voksede i den fredede blandingsskov ved huset og videre frem til det moderne menneskeskabte kulturlandskab.

Den 92 meter høje smeltevandsås blev besteget og fortællingen fortsatte om de skiftende natur - og landskabssyn fra svundne tider, da sten og træer blev skabt af jætters tænder og hår, og hvor drager og elverfolk gik frit på jorden og frem i tiden over kristendom og rationalismens nyttige dyrkede landskab og romantikkens poetiske guldalderidyl - for til sidst at ende i den moderne tro på menneskets magt over naturen og landskabet.

Turen sluttede ved den hellige kilde, der havde mistet sin helbredende kraft, da en mand havde badet sin skabede hest i den. Her gjorde Jens Nielsen sig til talsmand for det synspunkt, at hvis vi mister respekten for naturen og dermed naturens væsner - havfruer, kildenymfer, de underjordiske, elverfolkene og alle de andre beboere af den levende natur, så vil de hævne sig på os. Det rene, helsebringende drikkevand vil slippe op og vi vil kvæles i vores egen forurening.

"Vi lever i en natur, der er så meget større end os. Hvis vi lever i den på dens vilkår, har vi en fremtid, men vil vi gøre os til eneherskere går vi til grunde." sluttede Jens Nielsen. Det skålede vi på, og turen gik videre ad Kirkestien mod Svinballe, videre mod Åkær over den nedlagte jernbane, hvor der blev tid til frokost, inden turen gik til Hundslund, ca. 12 km med det hele.

Med venlig 0-hilsen Einar.

Gab op hos tandlægerne Jette og Gert Lerche - og bevar dit smil



Rådhusstorvet 2, 8700 Horsens
tlf. 75622525 www.gabop.dk

LOBEREN
- All i udstyr til løb



Hvis Loberen har et spørgsmål om et løb, så kontakt os på telefon eller mail. Vi vil gerne hjælpe dig med at finde den bedste løbsko til dig.



Løberens løbsko i løb og mest af alt i løb. Løberens løbsko er en løbsko, der er designet af Morten Fenger-Grøn og Gert Lerche.

Se mere på
loberen.dk

O-sko med stødabsorberende sål

Skoen er testet af den danske landsholdsløber
Morten Fenger-Grøn, OK-Pan



ICEBUG

"Jeg har anvendt Icebugs prototype en hel del i perioden fra oktober 2002 - marts 2003 og er overordnet meget positiv i min vurdering."



Stødabsorptionen, som er i klasse med asfaltløbesko snarere end traditionelle o-sko, gør den til en både behagelig og skånsom træningssko.

For motionisten drejer det sig om at finde nogle sko, som gør sig fornødt i flest muligt af de situationer, man bliver budt som o-løber. Her udgør Icebug'en en helt ny type af alternativer - og vil for mange være det rigtige valg"

Pris uden metal pigge kr. 900,-

Pris uden metal pigge kr. 700,-

Kom forbi og prøv et par samt læs hele Mortens evaluering.

Lyngby Torv 10 - 2800 Kgs. Lyngby - Tlf. 45 93 18 16 - lyngby@loberen.dk
Vestergade 49 - 8000 Århus - Tlf. 86 12 41 48 - aarhus@loberen.dk

Klubmestrene 2003



Kalenderpigen

-november/december 2003

Dato	Aktivitet	Sted	Arrangør	Bemærkn.
Vigtige åbne løb:				
9.-11.	Mountain-Bike-O-løb	Havredal	Karup	Se opslag !
15.-11.	Mountain-Bike-O-løb	St. Dyrehave	MTB-udvalget	Se opslag !
26.-12.	Nisseløb	Guldager	OK Esbjerg	Se opslag !
31.-12.	Nytårsløbet	Parkhallen	Jakob Ravn	Se opslag !
Lordags- og træningsløb:				
1.-11.	Lørdagsløb	Palsgaard	Elin-Troels-Mikkel G.	Start 13.00
8.-11.	Klubfest			
15.-11.	Lørdagsløb	Kilderne Nordlige	Henning H-Alex Lund	Start 13.00
22.-11.	Lørdagsløb	Skanderborg Dyre.	Eigil Nielsen	Start 13.00
29.-11.	Lørdagsløb	Vejle Nørreskov	Henrik Thomsen	Start 13.00
6.-12.	Lørdagsløb	"Rold"	Henning Nic.Gunnar P	Start 13.00
13.-12.	Lørdagsløb	Ølsted	Henning & Ivan	Start 13.00
20.-12.	Lørdagsløb - Juleløb	Bjerre Skov	Ungdomsafdelingen	Start 13.00
31.-12.	Nytårsløbet	Parkhallen	Jakob Ravn	Se opslag !
Andre aktiviteter:				
1.-11.	Teknisk træning	Palsgaard	Preben Jørgensen	
7.-11.	Ungdomsklubfest	Klubhuset		Kl. 18.30
8.-11.	Klubfest	Vinten Forsaml.		
15.-11.	Eftersnak		Nordkredsen	
17.-11	Bestyrelsesmøde			
18.-11	Idrætsskader	Klubhuset	Ingrid Johansen	Kl. 19.30
10.-12.	Bestyrelsesmøde			

K.WESTERGAARD

VOLVO // RENAULT

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

05906 ARC
Peer Straarup
Sydvestvej 8
8700 Horsens

70 000
8700 0219/36



**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