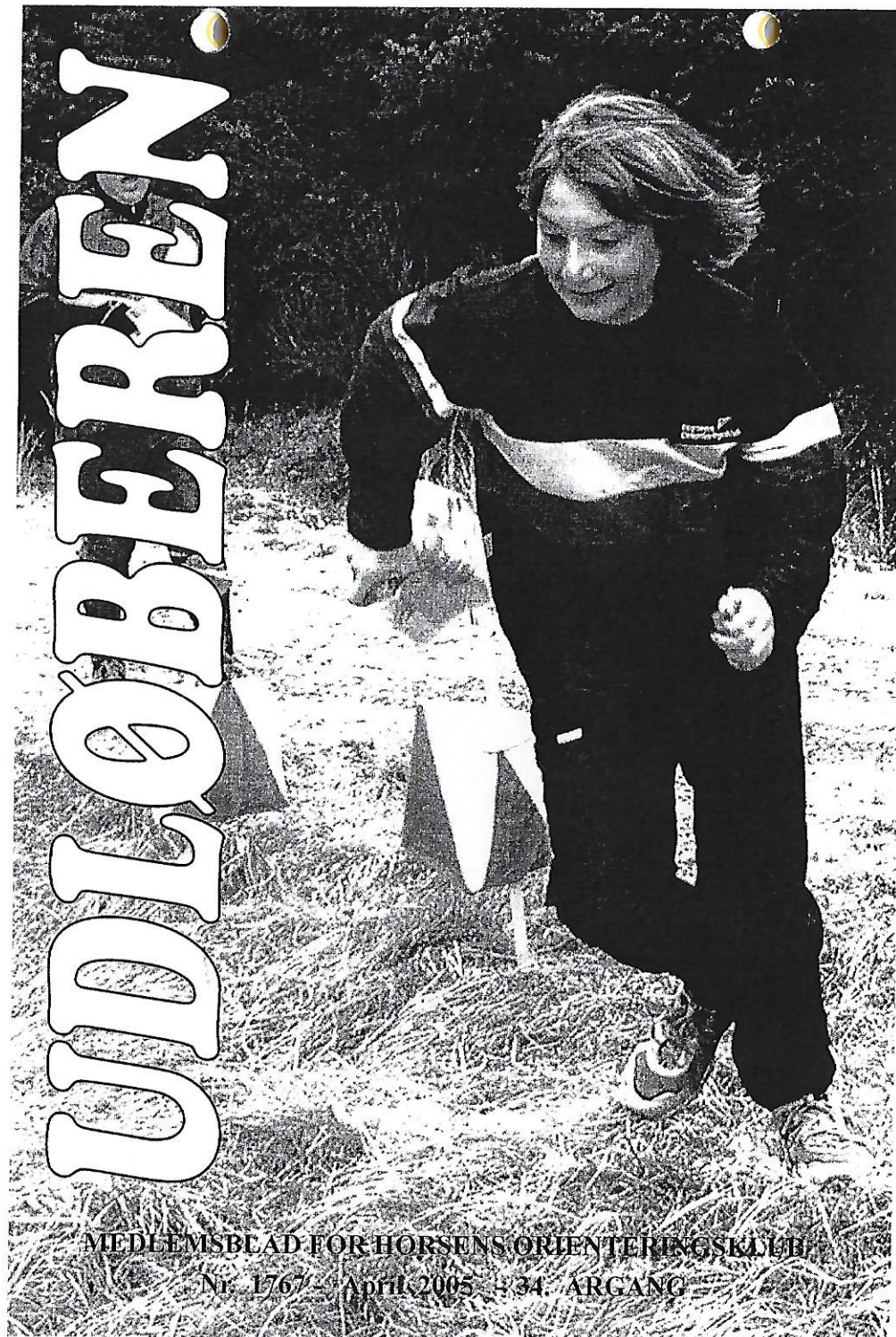


UDLØBEREN

MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSKLUB

Nr. 1767 April 2005 34. ARGANG



VIGTIGE ADRESSER

Formand

Lars Sørensen, Nygårdsvej 28, 8700 Horsens, horsok@mail.tele.dk 75.64.10.27

Kasserer, medlemsregistrering og adresseændringer

Knud Christensen, Mågevej 3, 8700 Horsens, 75.62.07.21

kchristensen@stofanet.dk Indbetalinger: Jyske Bank / reg.nr. 7245 1035686 eller Giro 6 76 74 86 / reg.nr. 9570 konto 6767486

Ungdom

Henrik Thomsen, Hørvangen 7, 7120 Vejle Øst, ht@ht-data.dk 75.81.49.99

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Alex Lund Nielsen, Gludvej 69, 8700 Horsens, alex-lund@nielsen.dk 75 68 36 47

Henning Hansen, Torpvej 57, 8700 Horsens hha@surfpost.dk 75.65.46.84

Pia Højmark, Sonatevej 23, 8700 Horsens 75.64.66.61

Thor Johannesen, Bygaden 66, 8700 Horsens, 75.65.76.95

zts@horsens.estate-maeglerne.dk

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@mail1.stofanet.dk

Tilmelding til åbne løb:

Tove Straarup, Sydvestvej 8, 8700 Horsens 25.29.56.36

klubtilmelder@horsensok.dk Giro: Kortart 01 - kontonr. 6305113

>> >OBS: Tilmelding til åbne løb via www.o-service.dk <<<

Materielforvalter: Karsten Stald, Østerhøjsvej 16, 8700 Horsens 75 65 67 76

kast@tdcadsl.dk

Kort og SportIdent: Kai Skoubo Sørensen, Vedbæksallé 84, 8700 Horsens,

ulla-kai@mail1.stofanet.dk 75.6454.07

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@mail1.stofanet.dk

UNGDOMSSIDERNE: "SKÆRMNYMFEN"

Karina Knudsen,
Line og Kim Højmark.

Formanden har ordet

Vi er godt i gang med den nye sæson. Glædeligt at se mange løbere til Nordjysk 2 dages og mange til Påskeløbet.

Løbene i Bygholm har været en blandet fornøjelse med afflysning og noget dårligt vejr. Deltagerantallet har derfor også været mindre end de sidste år.

Generalforsamlingen er afviklet med et stort fremmøde. Et forslag om at forlænge ungdomsalderen til det år hvor løberne bliver 25 år blev vedtaget. Ligeledes blev et forslag om at ændre bestyrelsens og klubbens struktur vedtaget. Det arbejder bestyrelsen i øjeblikket med at få ført ud i livet.

Vi har nu fået bevis på at vi har et godt idrætsmiljø for børn. Vi har nu retten til at reklamere med det i 1 år.

C-Løbet i Stagsrode nærmer sig og her er som sædvanlig brug for alle kræfter til at få arrangementet til at køre.

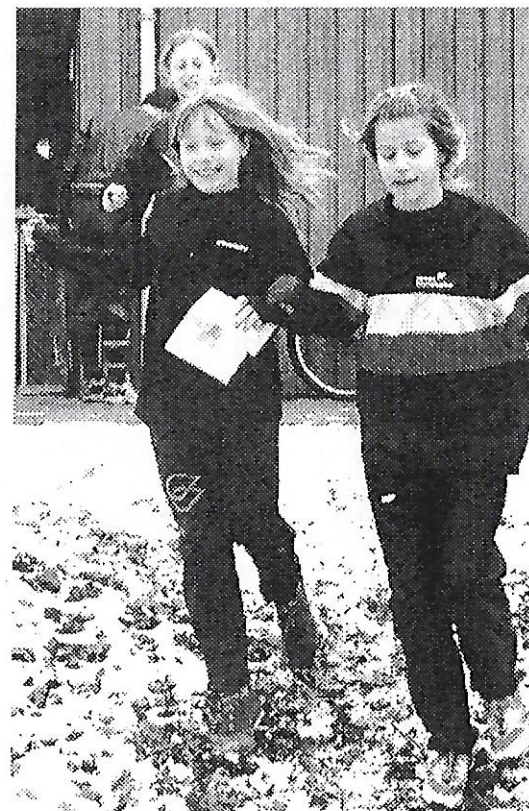
Desværre har klubben fået afslag på støtte fra Team Horsens til Karina og Troels. Det finder vi noget underligt.

Ungdomsafdelingen har afviklet natløb i Bygholm. Det ser ud til at være en succes og lokker både unge og gamle ud i den mørke skov.

Ellers nærmer WOC 2006 sig med hastige skridt og der vil meget snart blive afholdt et møde for klubbens medlemmer, hvor der vil være nyt om dette spændende arrangement.

Udvidelsen af klubhuset er nu på vej ind i den fase, hvor der forsøges at indhente en byggetilladelse, herefter forestår så opgaven med at skaffe nogle penge til det.

Lars Sørensen



Ny organisation og støtte til ungseniører

To forslag blev vedtaget på Horsens Orienteringsklubs generalforsamling 25. januar.

Det første forslag var fremsat af den afgående bestyrelse, der ønskede at skabe en mere projektorganiseret struktur i klubben. I stedet for at bestyrelsens syv medlemmer er valgt direkte som formænd for en række udvalg, skulle forslaget føre til, at der til bestyrelsen vælges formand, kasserer og ungdomsudvalgsformand samt fire øvrige medlemmer.

Den samlede bestyrelse skal dernæst selv fordele opgaverne blandt sig samt til andre klubmedlemmer, der gerne vil yde en indsats for klubben, men ikke ønsker at sidde i bestyrelsen. Målet skulle være, dels at bestyrelsen får mere tid til overordnede opgaver i stedet for at være sagsbehandler, dels at skabe en organisation, der er smidig i forhold til de udfordringer, som klubben vil møde.

Fra forsamlingen var der både positive og skeptiske kommentarer, men forslaget blev vedtaget af de ca. 55 deltagere i generalforsamlingen med kun en enkelt stemme imod.

Efterfølgende blev Henrik Thomsen nyvalgt som ungdomsudvalgsformand og Pia Højmark nyvalgt til bestyrelsen, mens der var genvalg til Alex Lund Nielsen. Lars Sørensen blev genvalgt som formand, og bestyrelsen består derudover det kommende år af Knud Christensen, kasserer, Thor Johannesen og Henning Hansen. Ud af bestyrelsen trådte Mikkel Gandrup og Britta Ank Pedersen.

Støtte til ungseniører

Det andet forslag var fremsat af Jens Stel, der ønskede, at ungseniorløbere på 21-25 år sidestilles med ungdomsløberne, hvad angår kontingent og tilskud til startafgifter. Hensigten skulle være at fastholde aldersgruppen i klubben.

Formand Lars Sørensen orienterede generalforsamlingen om, at klubben for øjeblikket har ni medlemmer i aldersgruppen. Udgiften ved forslaget er svar at forudsige, da den hænger sammen med, hvor aktive løberne er.

Under debatten var der skeptiske kommentarer om, at klubbens udgifter til ungdomsløberne for få år siden var ved at sprænge budgettet, så kontingentet måtte sættes op, og at det ville være bedre at generalforsamlingen pålagde bestyrelsen at se på, hvad der kan gøres for gruppen, frem for at træffe en beslutning, der kun kan ændres igen på en generalforsamling.

Indlæg, der støttede forslaget, gik på, at det er i overgangen fra junior til senior, at sporten har det største frafald, og at klubben bør søge at fastholde ungseniørerne, når der allerede er brugt penge på at støtte dem som juniorer i f.eks. Talentmiljøet.

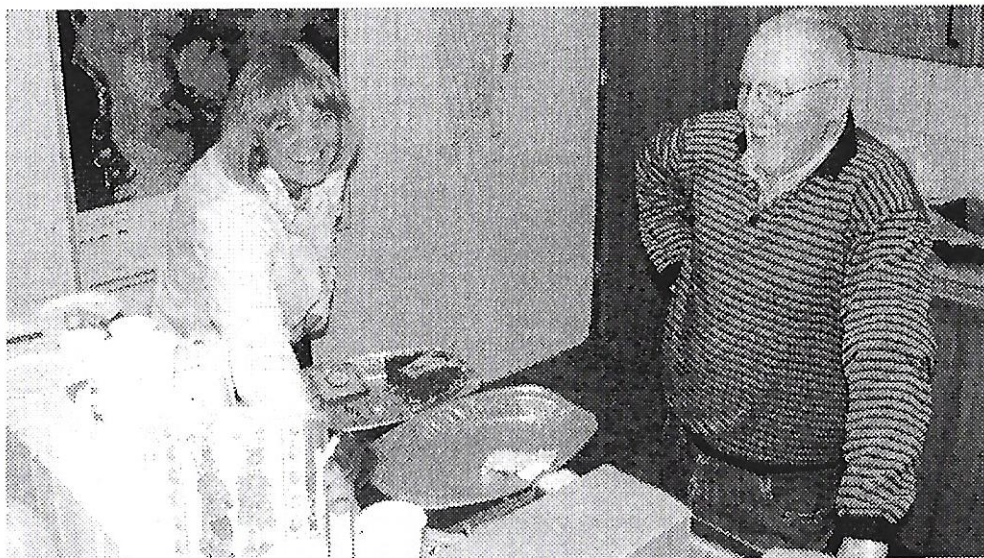
Ved afstemningen blev forslaget vedtaget med 40 stemmer for og 7 imod.

Klubhuset

Under generalforsamlingen fortalte formand Lars Sørensen også, at Horsens Kommune ikke har sat en udvidelse af klubhuset på budgettet. Generalforsamlingen pålagde bestyrelsen at gentage behovet for et større klubhus over for kommunen samt søge en dialog om, hvordan behovet kan dækkes.

Regnskabet blev godkendt, ligesom forslaget om uændret kontingent blev vedtaget.

Britta



WORLD ORIENTEERING CHAMPIONSHIP 2006

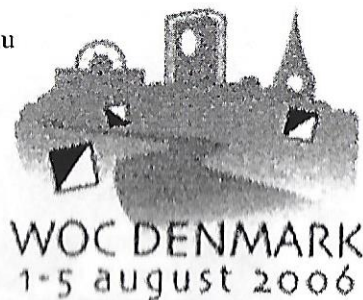
Indbydelse til dig!

WOC klubaften den 5. april kl. 19.30 i klubhuset

Kom til informationsmøde om WOC 2006 !

Stævneledelsen vil komme på besøg på vores klubaften for ...

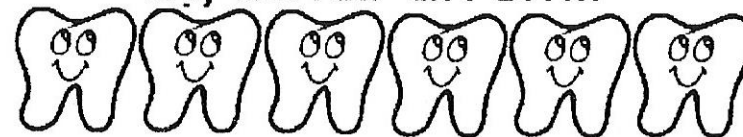
- generel orientering om forberedelserne indtil nu
- status på arrangementet
- VM-konceptet
- krav, der stilles til arrangørerne
- visioner
- målsætninger
- ambitioner
- besvare spørgsmål
- få nye ideer fra klubbernes medlemmer.



Der vil blive vist videoklip fra WOC 2004 i Sverige, som anses for at være det hidtil bedste VM-stævne, og herudfra vil stævneledelsen illustrere, hvordan vi kan opfylde vores vision om på alle områder at gøre WOC2006 til det bedste nogensinde.

- vi ses i klubhuset / Red.

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



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

 **Carl Bæk & Søn**

VESTERGADE 31-33 · 8700 HORSENS
TLF 75 62 18 88 · FAX 75 62 21 25 · E-MAIL horsens@elplus.dk

ELplus



TLF. 75 60 18 88

WOC-nyt - foråret 2005

Så skal der snart hverves folk i stor stil

Brik for brik falder på plads

– hør mere om WOC på møder rundt om i klubberne

Ledelsen fra WOC har allerede flere gange været ude med opfordringen, men det kan ikke siges nok gange: Husk at reservere dagene 1.-5. august næste år – og gerne nogle dage før og efter også – til at være medhjælper ved WOC. Så er du samtidig sikret en orienterings-oplevelse af de helt store.

Det er til den tid 32 år siden, der sidst har været orienterings-VM i Danmark, og med stadig flere lande, hvor der dyrkes orienteringsløb, går der sikkert endnu flere år, inden det næste gang er Danmarks "tur" til at være vært. Så det er sandsynligvis en oplevelse, de fleste af os kun får mulighed for én gang i livet – grib chancen.

I de kommende måneder får medlemmerne i de syv arrangørklubber mulighed for at høre meget mere om, hvor langt vi er med forberedelserne og hvilke forventninger, vi kan begynde at stille til de travle augustinde næste år. Stævneledelsen drager nemlig på turné til klubaftener i de syv klubber for at fortælle det nyeste. De fleste af møderne ligger i begyndelsen af april.

Stævnepladserne fundet

Måned for måned falder flere brikker på plads, og her skal blot nævnes enkelte af dem. Samtlige stævnepladser er nu fundet. Dem kan du læse nærmere om på WOC's hjemmeside, www.woc2006.dk.

En af de stævnepladser, der alligevel ikke blev til noget, har dog fortjent et par ord. Stævneleder Flemming Nørgaard fortæller, at Himmelbjergtoppen meget længe var inde i billedet som stævneplads ved stafetten. Den placering var flere i stævneledelsen meget forelskede i, for ingen tvivl om at Himmelbjerget ville være en fantastisk ramme, men man måtte dog til sidst erkende, at området ikke vil kunne rumme et så stort arrangement. Derfor bliver stævnepladsen i stedet på et område ved Bøgedal – altså lidt nærmere Sletten.

I Mindeparken

Sidste konkurrenceområde er nu også fastsat. Da navnene på de øvrige områder blev offentliggjort sidste sommer, blev det kun oplyst, at sprinten skulle finde sted i "et parkområde ved Århus". Det står nu fast, at det bliver i Mindeparken og hermed blandt andet meget tæt på Marselisborg Slot. Så måske opholder stævnets protektor, kronprins Frederik, sig her i konkurrencedagene.

Nye navne

På "personalesiden" er der også et par nyheder. Flemming Hansen fra Viborg OK, der er chef for WOC-Tour, altså publikumsløbene, skal i et halvt års tid arbejde i Trondheim i Norge, og hans post overtages derfor midlertidigt af en anden fra det triumvirat, der står i spidsen for publikumsløbene, Ulrik Mathiasen fra Silkeborg OK. Posten som pressechef er blevet besat. Den tidligere PAN-løber Johan Fegar, der i dag bor på Sjælland og løber for Tisvilde, har påtaget sig denne opgave. Endelig er der også fundet en, der skal tage sig af den store opgave med at lede og koordinere hvervningen af frivillige hjælpere. Elin Holm Jensen fra Horsens OK har sagt ja til opgaven.

Assistance fra Sverige

På et andet punkt er der hentet assistance fra Sverige. En særdeles kompetent stævnespeaker, Per Forsberg, der også klarede funktionen ved VM i Sverige sidste år, har påtaget sig den igen i 2006.

Med venlig hilsen
Bent Nørgaard
WOC 2006

Alt i udstyr til løb



Vi har et bredt udvalg af løbesko, samt et stort udvalg af trænings mv.

Vi har specialiseret os i at give en grundig og seriøs vejledning.

Hos Løberen ser vi nøje på hvilken fodtype du har.

www.loberen.dk

Løberen Vejle • Vestergade 36 • 7100 Vejle
Løberen Århus • Banegårdsgade 4 • 8000 Århus
Løberen Lyngby • Lyngby Torv 10 • 2800 Kgs. Lyngby

Nye navne

På "personalesiden" er der også et par nyheder. Flemming Hansen fra Viborg OK, der er chef for WOC-Tour, altså publikumsløbene, skal i et halvt års tid arbejde i Trondheim i Norge, og hans post overtages derfor midlertidigt af en anden fra det triumvirat, der står i spidsen for publikumsløbene, Ulrik Mathiasen fra Silkeborg OK. Posten som pressechef er blevet besat. Den tidligere PAN-løber Johan Fegar, der i dag bor på Sjælland og løber for Tisvilde, har påtaget sig denne opgave. Endelig er der også fundet en, der skal tage sig af den store opgave med at lede og koordinere hvervningen af frivillige hjælpere. Elin Holm Jensen fra Horsens OK har sagt ja til opgaven.

Assistance fra Sverige

På et andet punkt er der hentet assistance fra Sverige. En særdeles kompetent stævnespeaker, Per Forsberg, der også klarede funktionen ved VM i Sverige sidste år, har påtaget sig den igen i 2006.

Med venlig hilsen
Bent Nørgaard
WOC 2006

Alt i udstyr til løb

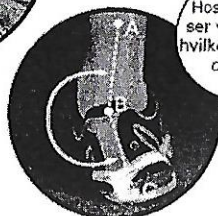


Vi har et bredt udvalg af løbesko, samt et stort udvalg af terrænsko mv.

Vi har specialiseret os i at give en grundig og seriøs vejledning.



Hos Løberen ser vi nøje på hvilken fodtype du har.



www.loberen.dk

Løberen Vejle • Vestergade 36 • 7100 Vejle
Løberen Århus • Banegårdsgade 4 • 8000 Århus
Løberen Lyngby • Lyngby Torv 10 • 2800 Kgs. Lyngby

33. Thylege

Indbydelse til Thylege den 11.-12, Juni 2005

Thylegene 2005 afholdes i Husby Klitplantage

Stævnecenter Ølstoflejren Heebrovej 3 Hee 6950 Ringkøbing

Baner:

1. Lang	8-9 km
2. Mellem	5-6 km
3. Kort	3-4 km
4. Mellemsvær	4-5 km
5. Kort let	2,5-3 km
6. Snitslet	ca 1 km

Deltagerafgift incl. overnatning og løb:

Børn der ikke er begyndt i første klasse i 2005	Gratis
Børn og unge fra 1 klasse til 20år	max. 80kr
Børn og unge over 20år	max. 120 kr.
Familie Forældre og hjemmeboende børn	max. 320 kr.

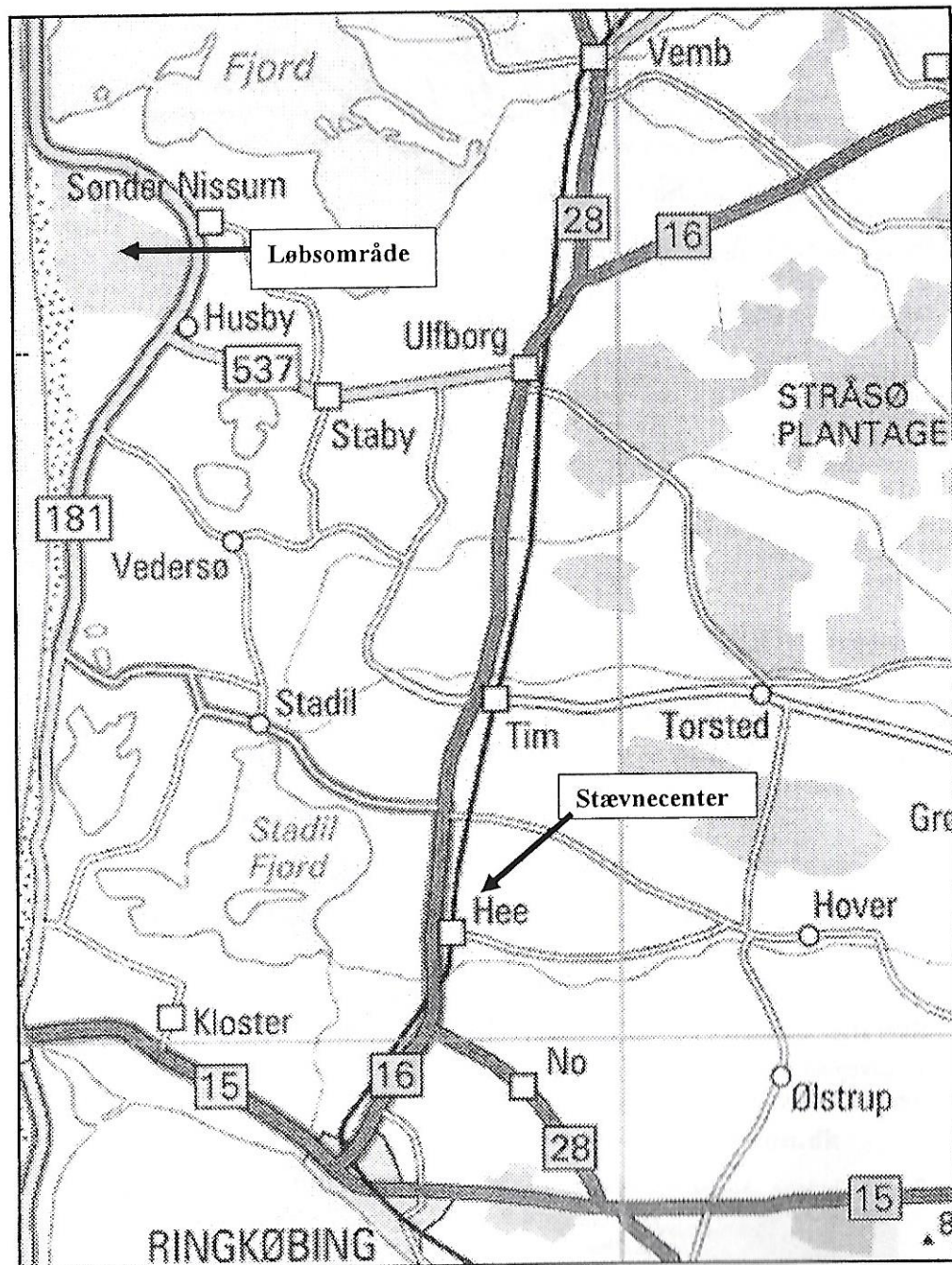
Tilmelding

Senest 1- Juni til Henning Hansen Tlf. 75654684 / Alex Lund Nielsen Tlf. 75683647 eller på liste i klubhus

Stævnecenter:

35 sovepladser fordelt på 3 hytter som fordeles efter først til mølle Princippet
Herudover mulighed for camping

Ses til Thylege Alex / Henning



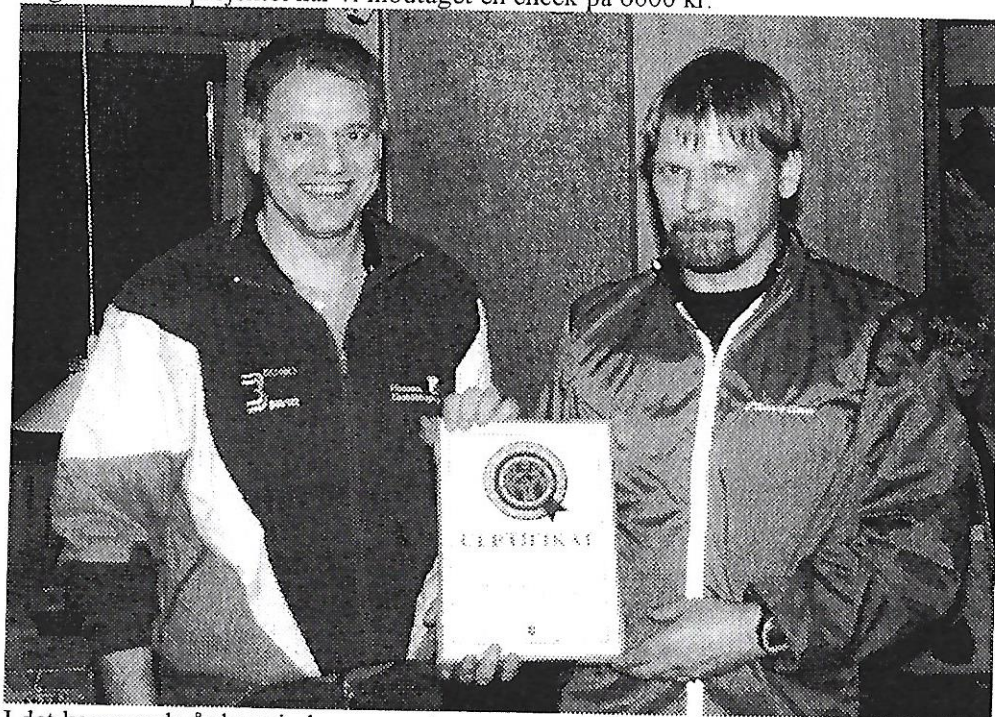
På vej mod et godt idrætsmiljø for børn

DANMARKS IDRÆTTS-FORBUND



"Et godt idrætsmiljø for børn"

Horsens OK deltog sidste år i projektet "Et godt Idrætsmiljø for børn". Dette er et projekt, der er blevet til i et samarbejde mellem Dansk Orienterings-Forbund og DIF, og meningen med projektet er, at man ude i klubben skal sætte børnene op til 12 år i fokus. Det har for os betydet, at vi har fået formuleret en politik på området og at vi har en gruppe, der – sammen med vores partner og naboklub i syd, OK SNAB – skal videreudvikle kontakterne klubberne imellem til børnenes bedste. Til dækning af udgifterne ved projektet har vi modtaget en check på 6000 kr.



I det kommende år har vi planer om at gentage vores c-kursus, der i november afvikledes med Stjernevejsskolen i Hedensted som base. I år skulle vi gerne få mulighed for at stable 2 kurser på benene sammen med SNAB, nemlig i maj og igen i november.

Til at varetage samarbejdet med SNAB har vi to personer: Johannes Poulsen og Claudia Thomsen.

Vi håber, at vi også i det kommende år vil få et konstruktivt samarbejde med SNAB

Rådgivning og revision

Peter Iversen
Kaj Blom
Jens Munk Jensen
Jens Møller
Helle Lorenzen



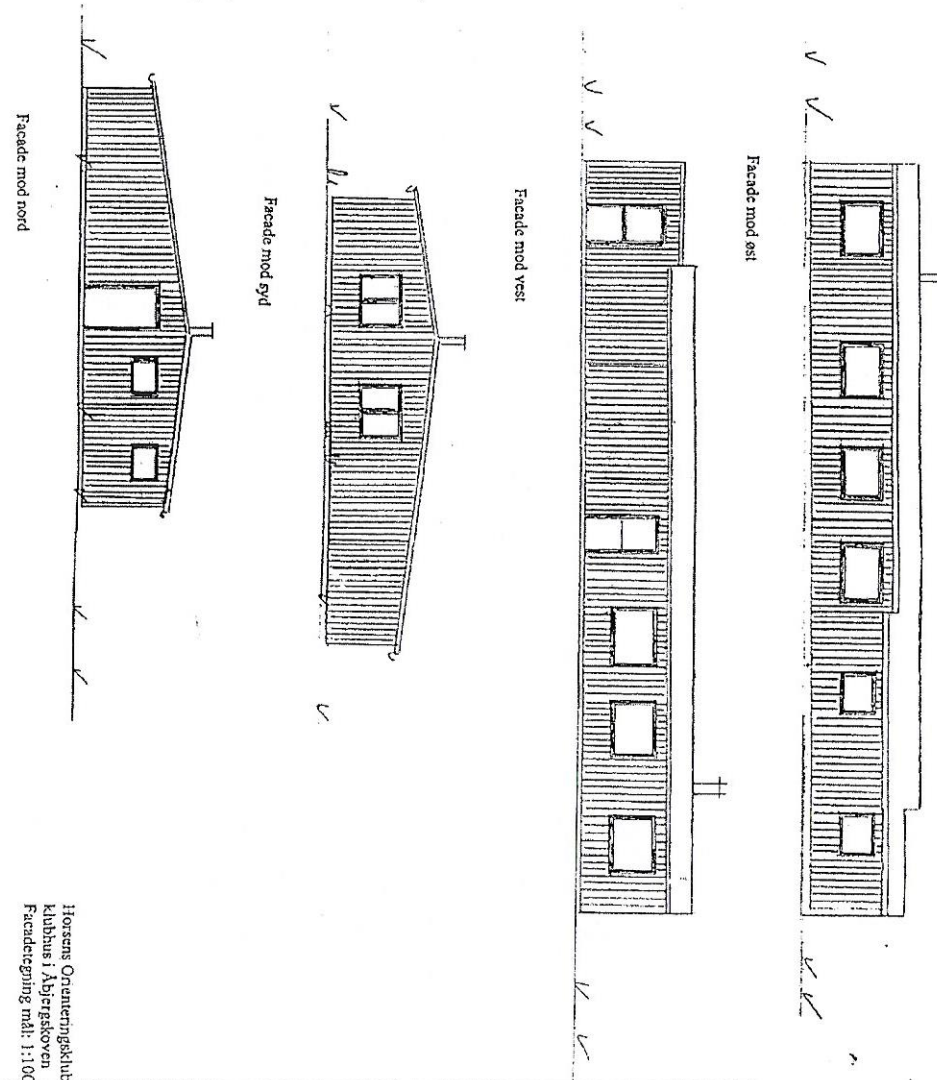
Holmboes Allé 1, 8700 Horsens
Tlf. 79 29 56 00. Fax 75 62 88 26

Ringvejen 20, 7130 Juelsminde
Tlf. 75 69 55 00. Fax 75 69 56 88

Udvidelse af klubhus

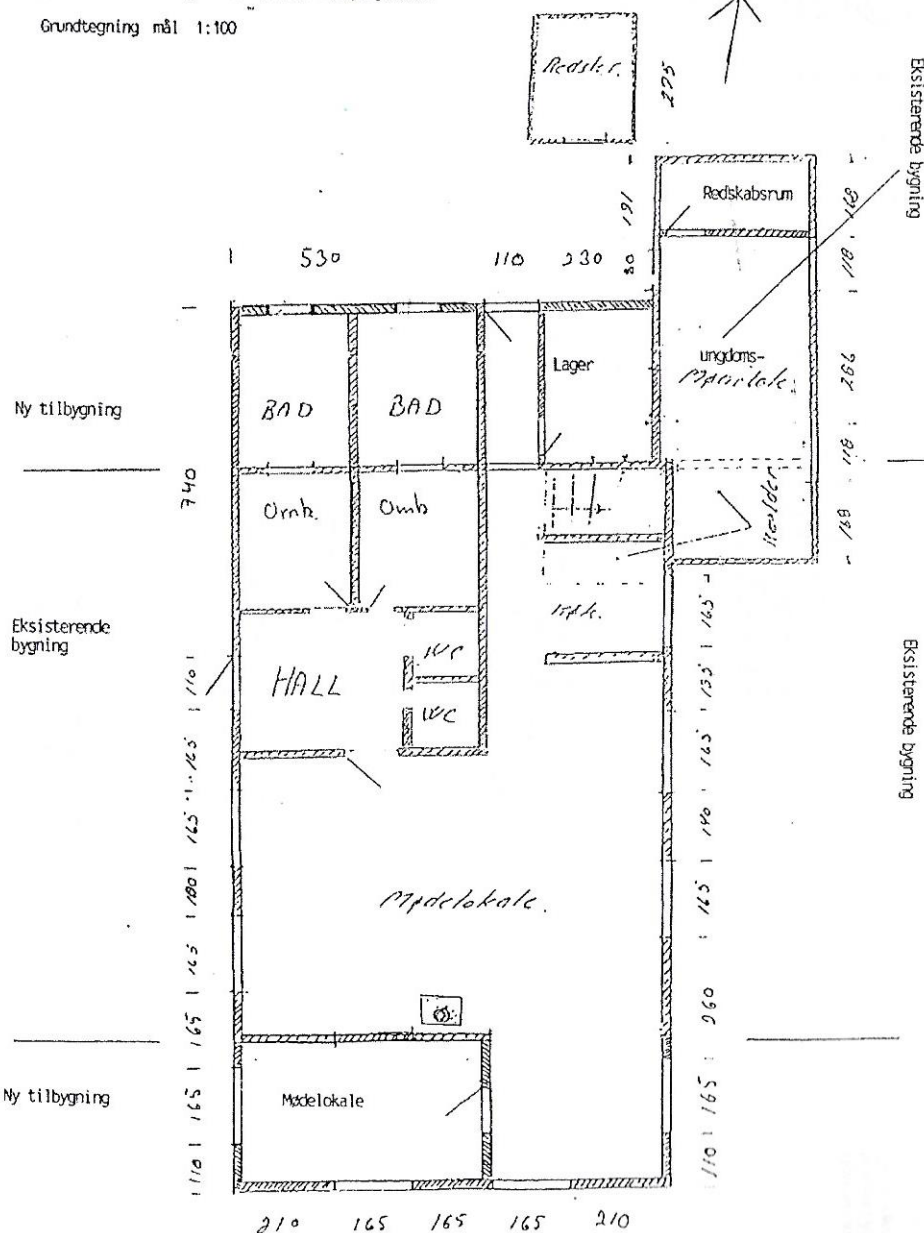
Som ønsket på generalforsamlingen bringes hermed forslaget til udvidelse af klubhuset, så alle har mulighed for at kommentere det. Evt. forslag til ændringer eller kommentarer i øvrigt bedes givet til formand Lars Sørensen.

Forslaget rummer en udvidelse af bad- og omklædning i retning af søen samt en udvidelse mod vejen, hvor der bliver plads til et møderum.



Horsens Orienteringsklubs klubhus i Abjergskoven

Grundtegning mål 1:100



Divisionsmatch i Tved plantage

Vi nærmer os nu med hastige skridt årets divisionsmatch mod de andre klubber i Nordkredsens 1. division, Silkeborg OK, OK Pan og Aalborg OK. Her skal vi bevise, at vi hører hjemme i 1. division, hvilket betyder, at en af vores konkurrenter desværre må rykke ned!

Kampen står denne gang så langt væk som **Tved plantage** ved Thisted – og datoen er **den 1. maj.**

Horsens OK har som sædvanlig brug for alle mand. Ingen er for ung – ingen for gammel. Ingen for erfaren eller for grøn.

Bestyrelsen besluttet, at vi denne gang – og på grund at skovens uheldige placering lidt langt væk fra Horsens - vil gøre turen behagelig for de, der måtte ønske det – og vi sætter derfor søndag den 1. maj særbus ind på strækningen Horsens – Tved Plantage retur.

Uanset hvor mange, der ønsker at tage mod tilbuddet, kører bussen. Pris for en returbillet bliver 40 kr for voksne og 20 kr for børn og unge.

Ved tilmeldingen bedes I tilkendegive, om I vil tage mod tilbuddet om en næsten gratis bustur til løbsområdet, så vi kan få dannet os et overblik over, hvor stor bus, der skal bestilles.

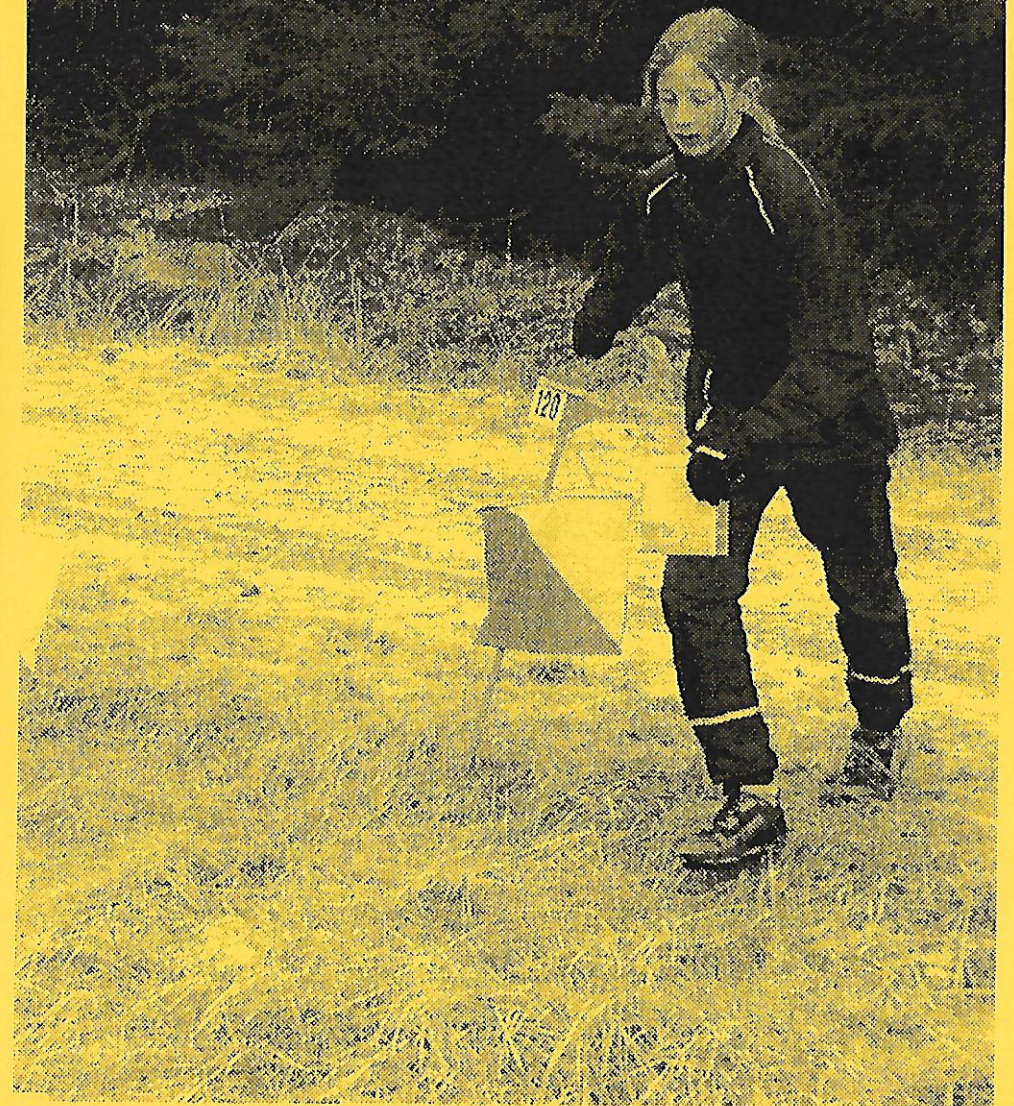
- Og som sædvanlig: Horsens OK betaler startafgiften!

Med andre ord: Sørg for at melde jer i god tid, så vi kan få overblik over holdet.

På bestyrelsens vegne
Henrik Thomsen

 spar nord

Ungdomssiderne



PARK TOUR 2005

EN OPLEVELSE ALLE BØR GIVE SIG SELV

Så er vi klar til endnu en omgang Park Tour. Der er som tidligere år, 3 indledende løb og 1 finale.

Park Tour er en form for sprit, hvor distancerne er forholdsvis korte og hvor der løbes i byområder og bynær skov og park. Der er som tidligere år 3 baner:

Bane 1	ca. 3 km. Lang	svær/mellemsvær
Bane 2	ca. 2 km. Lang	mellemsvær
Bane 3	ca. 1,2 km. Lang	let

De 3 indledende løb bliver:

- Tirsdag den 12 april Lunden Horsens
Banelægger Karsten Stald
- Tirsdag den 3 maj Hornsyld By
Banelægger Henning Petersen
- Tirsdag den 17 maj Hovedgård by og Tornbjerg skov
Banelægger Britta Pedersen

Finale

- Tirsdag den 7 juni Bygholm Skov
Banelægger Karsten Stald

For alle løb er der start fra kl. 18.00. Startstedet offentliggøres ved opslag senest tirsdagen før til tirsdagstræningen, opslagstavlen i klubhuset samt på hjemmesiden, er man i tvivl kan der ringes på 7565 6776 for oplysninger.

Alle kan deltage, dog koster det som ved den øvrige ungdomstræning 10,- kr. for seniorløbere og da alle løber mod alle er der kun 4 klasser, 1 for hver bane, samt 1 for seniorløberne. Da det alle steder må betegnes som rimelig let orientering, kan man ikke deltage i en bane, hvor løbsledelsen skønner at det vil blive for let og hvor man vil få for lidt ud aftenen. (husk handicappet). Alle seniorløber skal løbe bane 1.

Der er en lille præmie til de 3 første (ungdomsløbere) på alle baner samt til bedste mand og dame i seniorklassen. Alle ungdomsløbere, der gennemfører finalen får desuden Park Tour medaljen i guld.

For at få starttid i finalen skal man have gennemført mindst 2 ud af de 3 indledende løb (på samme bane), ligesom det er ens 2 bedste kilometertider (ud af de 3 løb) der vil blive brugt til ens starttid i finalen (omvendt jagtstart). De endelige regler kan ses på hjemmesiden og vil være at se ved starterne. Har man ikke internet eller mulighed får at følge med ved tirsdagstræningen eller på opslags-tavlen ringer man bare 7565 6776 så sendes alt materialet direkte til hjemmet.

Der er altså ingen hindringer i vejen for netop din deltagelse, så kridt skoene og få en hyggelig aften og en lidt anden O-oplevelse med hjem.

Håber at rigtig mange til start
Hilsen Karsten / Jette

Vinduer og døre i fin kvalitet.

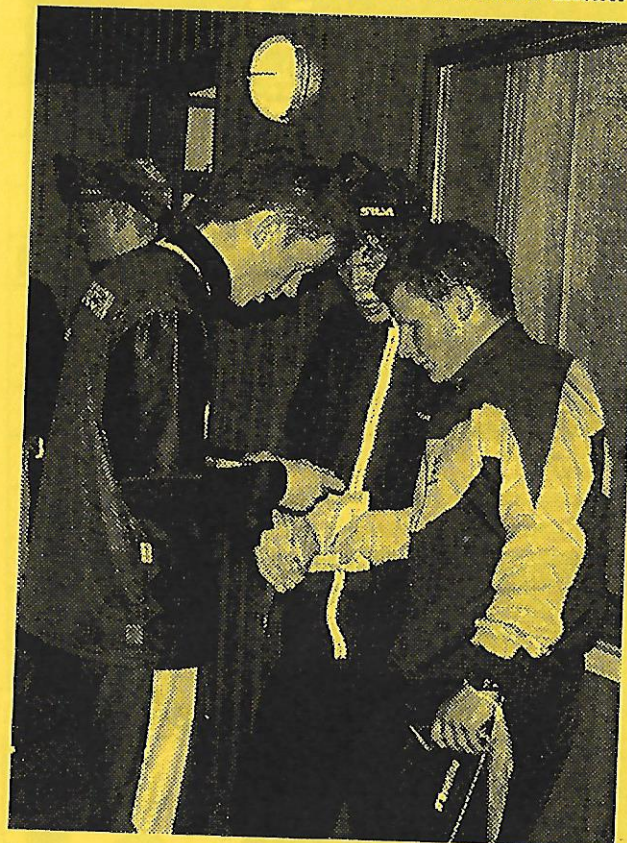
Udføres i mahogny, fyr
eller anden træsort.
Alle mål laves på bestilling.
Tlf. + Fax: 7578 1224

TRIO
VINDUER
& DØRE APS

Sattrupvej 2
8752 Østbirk
Tlf. 7578 1224

Night-Champ forår 2005

Omkring 1. februar diskuterede klubbens to energiske og driftige ungdomstrænere, Kim Højmark og Tim Christoffersen samt undertegnede muligheden for at lave o-træning i nogle af de sidste mørke tirsdagsaftener. Med andre ord: Ville det være muligt at lave en natløbsserie over de første 3 aftener i marts?



Det ville vi finde ud af –
det skulle prøves.

Om det blev en succes, skal jeg lade være usagt, men en række ungdomsløbere og et par voksne tog udfordringen op. Trænerne lavede til hver aften 2 baner: 1 for løbere op til 14 år, og en for løbere over 15. Til de yngste var det hver gang udsat en bane, der fulgte Åbjergskovens stisystem, mens de ældste løb helt eller delvist på de faste poster, som trænerne til anledningen havde forsynet med ny reflekterende tape.

Det samlede resultat blev, at Silas (H-14) og Pernille (D-14) vandt de korte baner, mens Sarah tog sig af sejren i klassen D15-. I

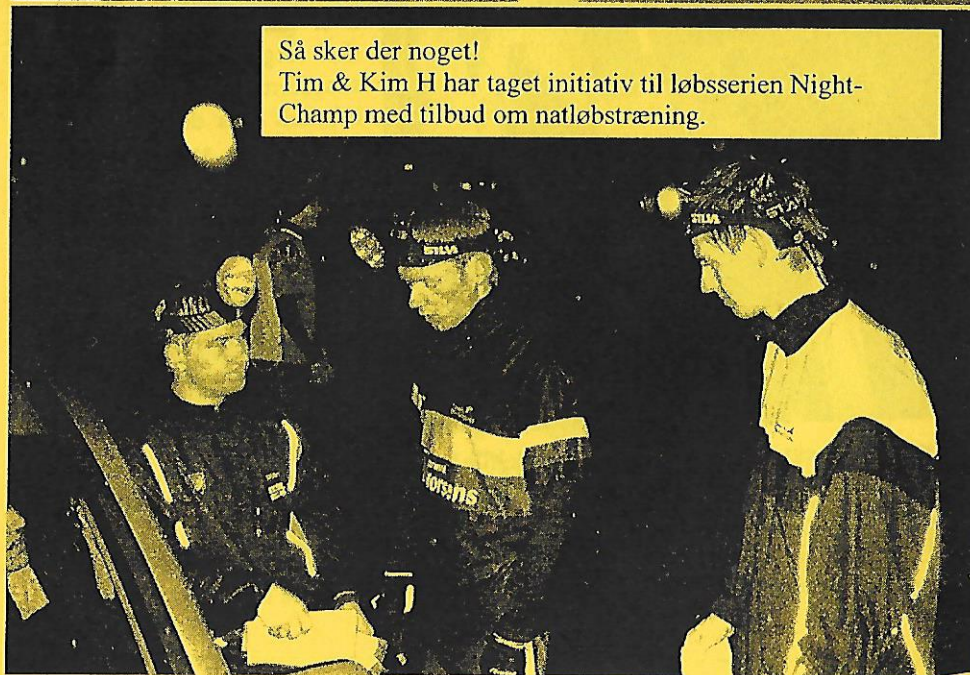
H15- var der direkte spænding om den endelige sejr, og det mandede ud i, at to løbere måtte dele æren: NC og Jens Christoffersen. Der følger T-shirts til vinderne.

Tak til alle de, der gjorde serien mulig. Vi vender tilbage til efteråret, hvor vi indlægger 3 løb i en lignende serie som afslutning på den o-tekniske træning.

Henrik



Så sker der noget!
Tim & Kim H har taget initiativ til løbsserien Night-Champ med tilbud om natløbstræning.



POSTBESKRIVELSER - Kort og på dansk

Postbeskrivelserne giver nyttige oplysninger om orienteringsbanen og fortæller løberen hvordan der ser ud, hvor posterne står.

Postbeskrivelserne er sat på løbskortet, men tilbydes desuden som løse papirlapper til de løbere, der har holdere, så lapperne ikke bliver tabt i skoven.

En postbeskrivelse kan se sådan ud:

Skovløbet									
D 35 A, H 16 A, H 21 AK, H 50 A									
5			5,5 km			135			
▷			▷			◁			
1	31		↘	500	×				
2	63		●			○			
3	57		U						
4	142	→	○			Q	☐		
5	82		∩						
6	95		≡	□		•	◁		
7	64	↓	▲		1,4	○			
○----- 175 m ----->◎									

De klasser, der løber banen		
Banens nummer	Banens længde	Stigningen på bedste vejvalg
Start er i vækstgræseknek		
Post 1 har nummer 31 i skoven og er hvor en sti og en grøft krydser hinanden		
Post 2 har nummer 63 i skoven og er ved nordvestfoden af en punkthøj		
Post 3 har nummer 57 i skoven og er i den midterste af de små lavninger, der er i postcirklen		
Post 4 har nummer 142 i skoven og er i den østlige lysnings sydøstkant. Der kan fås væske på posten		
Post 5 har nummer 82 i skoven og er i en slugt, i den øverste del af slugten		
Post 6 har nummer 95 i skoven og er i en ubevokset moses vestspids		
Post 7 har nummer 64 i skoven og er ved den sydlige sten. Stenen er 1,4 m høj, og posten er på østsiden		
Fra post 7 er der 175 meter afmærket strækning til mål		

A	B	C	D	E	F	G	H
	142	→	○			Q	☐
Postens nummer på banen	Postens nummer i skoven	Hvilken af flere ens terrængenstande i postcirklen	Op til 3 oplysninger om forholdene ved posten. Det vigtigste står længst til venstre			Hvor står skærmen ved terrængenstanden	Yderligere oplysninger

Postbeskrivelserne skulle gerne beskrive forholdene ved skærmen så præcist og aktuelt som muligt, men samtidig så enkelt, at det er muligt for løberen at opfatte oplysningerne hurtigt, selv i fuld fart.

De enkelte felter i postbeskrivelserne skal altid være mindst 5 mm på hver led, men må meget gerne være større. Det er ønskeligt, at postbeskrivelserne er på samme side af løbskortet som banen, men de må ikke dække over væsentlige oplysninger, så i mange tilfælde er det nødvendigt at anbringe postbeskrivelserne på bagsiden af løbskortet. Af hensyn til magnetisme anbefales det at påtrykke eller lime postbeskrivelserne fast i stedet for at bruge hæfteklammer.

BETYDNING AF DE MEST BRUGTE SYMBOLER

Kolonne C:
Hvilken af to eller flere ensartede genstande i løbskortets postcirkel

	Den nordligste / sydøstligste (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	Den øverste (den terrængenstand, der ligger højest)
	Den nederste (den terrængenstand, der ligger nederst)
	Den mellemste (den terrængenstand, der ligger i midten)

Kolonne D, E & F:
Beskrivelser af terrængenstanden

Terrængenstand

	Terrasse / plateau (et fladt område på en skråning)
	Udløber ("en næse" stikker frem af en skråning)
	Slugt (en fordybning ind i en skråning)
	Skrænt (et stejlt stykke skråning)
	Grusgrav (en større udgravning i terrænet)
	Jordvold / dæmning (smal "ryg" i fladt område)
	Rende (snæver slugt eller kløft)
	Lille rende (gravet, tør rende)
	Bakke / høj
	Punkthøj (lille høj, der er tegnet som brun prik på kortet)

	Saddel (Det laveste punkt mellem to højdepunkter på et højdedrag)
	Lavning (naturlig sænkning, mere end 12 meter i diameter)
	Lille lavning (naturlig sænkning, mellem 2 og 12 meter i diameter)
	Hul (gravet hul, mindst 1 meter dyb og 2 meter i diameter)
	Ujævnt område (område med mange småhøje og lavninger / huller)
	Myretue

Sten

	Sten (tydelig sten, mindst 1 meter over terræn)
--	---

Vand og mose

	Sø (større vandområde)
	Lille sø (dam)
	Vandhul (mindst 2 meter i diameter)
	Bæk (vandløb, hvor der altid er vand)
	Grøft (vandløb, der undertiden er tørlagt)
	Smal mose (mose, smallere end 5 meter, eller "sivende vand" i slugt)
	Mose (blød, vandfyldt eller fugtig bund, overvejende bevokset)
	Fast grund i mose

	Brønd
	Kilde
	Vandbeholder

Vegetation

	Åbent område (mark, eng, bede)
	Halvåbent område (område med mindre klynger af træer eller buske)
	Skovhjørne
	Lysning (lille træfrit område, dog større end 15 x 15 meter)
	Tæthed (lille tæt område i skoven, dog større end 15 x 15 meter)
	Lineær tæthed (f.eks. læhegn, hæk, grendige, roddige)
	Bevoksningsgrænse (grænsen mellem tydeligt forskellige bevoksninger)
	Lund (afgrænset lille klynge træer i åbent område, dog mindst 100 m ²)
	Enkeltstående træ (et enkelt træ, der adskiller sig fra omgivelserne)
	Træstub / trærod

Anlagte terrængenstande

	Kørevej / skovvej (kan med rimelighed befærdes af personbiler)
	Sti (tydelig trampet eller tilkørt sti i skoven)
	Spor (let synligt spor i skoven, f.eks. brandbælte eller aflang rydning)
	Bro / spang (overgang i niveau over rende, lille rende, grøft eller bæk)
	Luftkabel (f.eks. kraft- eller telefonledning, tovbane)
	Mast (mast, der er indtegnet på løbskortet)
	Tunnel (så stor, at den kan passeres af mennesker)
	Stendige, mur

	Hegn Tydeligt træ- eller trådhegn
	Gennemgang (åbning eller låge i hegn)
	Bygning (mindst 3 x 3 meter)
	Parkeringsareal (kan også være f.eks. oplagsplads eller grusbane)
	Ruin
	Rørledning (på eller over jorden)
	Tårn (højt og tydeligt, dog også sømærke og skydetårn)
	Skydeplatform
	Mindesten (dog også røser, trigonometriske sten, varder)
	Foderstativ (et faststående fodringssted)

Specielt til sprint/park/by orientering

	Skulptur
	Passage
	Trappe

Kolonne E: Terrængenstandens karakter

	Lav (benyttes om forhøjninger)
	Flad (benyttes om hulninger)
	Dyb
	Bevokset
	Åben (al bevoksning er under 1 meter høj)
	Stenet
	Sumpet
	Sandet

	Med nåle
	Med blade
	Sammenfaldet
Kolonne F: Størrelse, kryds og sammenløb	
6 x 8	Omfang i meter, højde
1,2 1,5	højden af to terrængenstande med posten imellem
	Kryds
	Sammenløb
Kolonne G: Postens placering ved terrængenstanden	
	Ved -siden (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	I -kanten (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	I -delen (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	I -hjørnet/knækket, inde i hjørnet. (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	I -hjørnet/knækket, uden for hjørnet. (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	I -spidsen (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	I bøjningen
	I -enden (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	Oppe (eller øverste del)
	Nede (eller nederste del)
	Oppe på (aller øverst)

Hvis man ønsker yderligere information om postbeskrivelsernes opbygning, symbolernes betydning og de symboler, der sjældent anvendes i Danmark, henvises til hæftet Postbeskrivelser. Hæftet kan købes på DOF's kontor eller ses på DOF's hjemmeside.

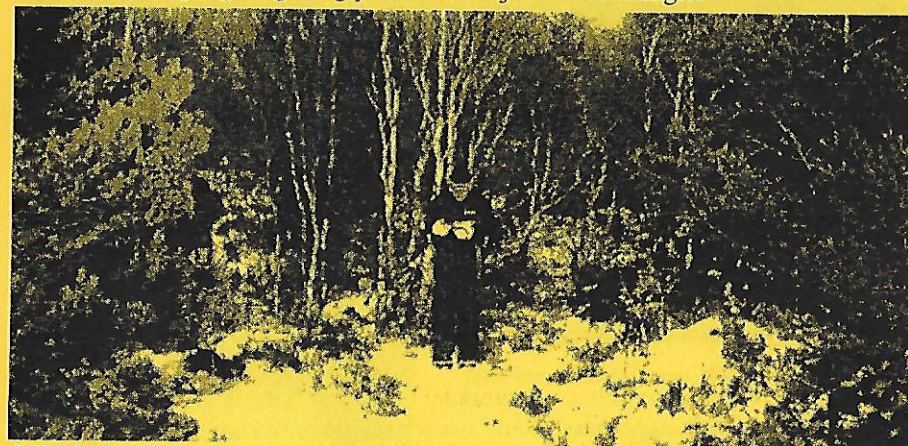
TKU 2004

	Neden under (kun med terrængenstanden over sig, eks. rørledning)
	Ved foden
	Ved -foden (når stedet er stort) (Symbolet kan pege i 8 retninger)
	Mellem
Kolonne H: Yderligere oplysninger	
	Førstehjælpsudstyr ved posten
	Væske ved posten
	Radiomelding fra posten
	Kontrol af løberen
Tvungne ruter	
Følg afmærkning væk fra posten	
Følg afmærkning fra post til post	
Følg afmærkning fra post til kortudlevering	
Følg afmærkning fra sidste post til mål	
Find vej til afmærkningen og følg den til mål	
Find vej fra posten til mål. Ingen afmærkning	

Juniorkursus i Göteborg 4/3 - 5/3

Vi (Jens C, Russer'n og undertegnede) kørte fra Horsens kl.16 til Silkeborg station for at hente yderlige 4 løbere. Men det blev kun til 2, grundet diverse dårlige undskyldninger. Der var i forvejen sat rekord i lavt antal løbere på kursus, da vi fra start kun havde været en 12-13 tilmeldte. (Hvilket i al fald er det laveste antal deltagere, jeg har været ude for.) Men da vi mødtes med den anden bus i Frederikshavn, viste det sig, at der kun var 4 løbere med der, så vi i alt kun blev 9 deltagere og 5 ledere. Heraf var ingen piger, så der var dømt ægte drengehørm med stinkende prutter, plastic-ishockey og alt hvad det ellers indebærer...

Vi ankom til hytten i Göteborgs udkant ca. kl. 24, og så stod den ellers på bordtennis for alle pengene, indtil man måtte se sig slået af trætheden, og dejse om i sin medbragte sovepose. Lørdagen stod først på morgenmad med den obligatoriske chokolade-müsli. Derefter gik turen i busserne en snørklet rute til det første løb. Mangepost-løb i det svenske, det skulle nok blive en ubehagelig begivenhed. Den værste overraskelse kom allerede kort efter starten, da jeg drejede væk fra stien og ud i den dybe kolde sne som hurtigt skulle fjerne hver eneste lille rest af varme i ens fødder. Løbet blev for mig ikke nogen speciel succes, eftersom jeg valgte at banke mit skinneben ind i et klippestykke to gange for derefter at se mig nødsaget til sammen med Russer'n at udleve den ædle kunst; krogning, og hægte sig på en flink Hjort fra Herning...



Mig der stener over et eller andet på kortet

Humøret blev straks højere da vejen hjemad gik forbi en Lösgodis forhandler, og vi løbere på det kraftigste blev beordret af Leder-Bjarke til at "tage til sig til vi skammede os!"

Tiden gik og vi skulle videre til næste løb, denne gang et "Bom-O-Intervaller"-løb, hvor vi blev delt ind i 3 grupper af 3 løbere plus en leder. Lederen skulle så føre os et sted hen, hvorfra vi skulle læse os ind på kortet og løbe en lille bane af 4-5 poster. Når man kom til sidsteposten, skulle alle mand samles igen, og lederen førte os videre til et nyt sted, hvor vi skulle læse os ind på kortet og løbe endnu en lille bane. Det var god træning, men for mit vedkomne også en noget udmattende træning, så det gjorde mig ikke spor, at vi lige sprang næstsidsste bane over...

Til aften stod menuen på Kjötbullar och mos (eller hvordan det nu staves), en ægte svensk specialitet. Derefter døde festen lige så stille ud, vi var dog nogen stykker der holdt ud med et spil Jeopardy eller 4. Det var bare ikke sjovt i længden når Leder-Bjarke synes, han skulle vide det hele.

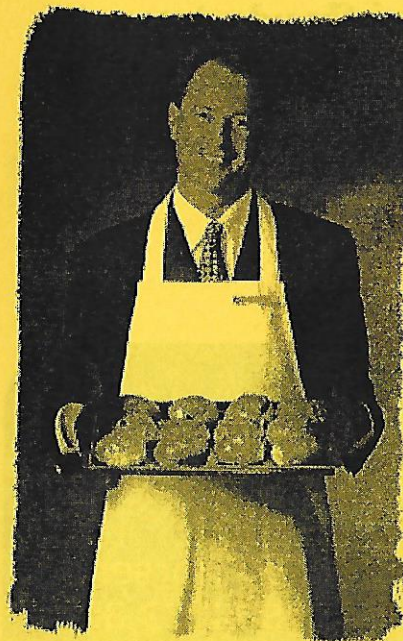


Jens og Russer'n der synes de skulle være trætte.

Søndagen stod på et længere løb i nærområdet. Det gik fint til jeg pludselig ingenting fattede og brugte et kvarter på en post som jeg praktisk talt havde set de andre foran mig stå og klippe... Dette gav ikke videre motivation så derefter dryssede jeg lige så stille hjemad og nød det varme (VARME!) badevand. Snart efter frokost skulle der gøres rent og hytten forlades til fordel for endnu et smut ind omkring en Lösgodis forhandler på vej mod færgen. Nu var det bare næsen

hjemad for alle de 9 trætte løbere. Vi ankom ca. kl. 17 til Horsens, og jeg må sige det var en god måde at tilbringe en kold weekend i marts 2005 på. Jeg er ret sikker på jeg skal med igen til næste år!

Skrevet af Tajs Holm Pedersen



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?

 **JYSKE BANK**

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

Annonce

N Vi har efter flere ønsker nu fået en
Y mindre portion klub-løbedragter med
H korte ærmer og net i ryggen. Foran er
E som trøjen med lange ærmer.
D

Pris kr.: 265,00

Hvis du er interesseret, så prøv den, og
bestil nu, så kan vi have dem hjemme
inden sæsonen hvis vi får udsolgt nu.
Trøjer med lange ærmer og benklæder
er på lager i de fleste størrelser

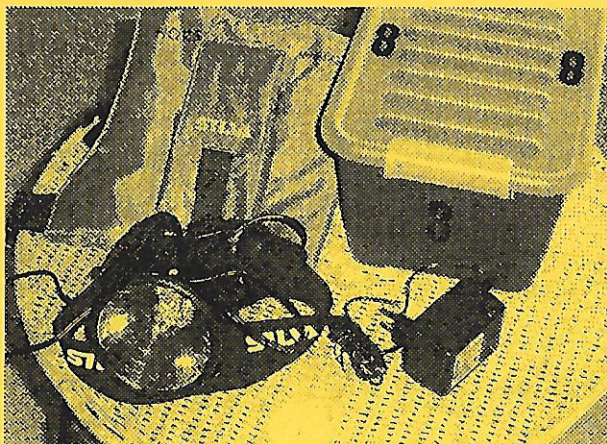
Anne og Svend Aage.
75 65 48 69

SONDRUP BILCENTER A/S
VOLVO - RENAULT

Høegh Guldbergs Gade 18 - 8700 Horsens
Telefon 75 62 73 32 - Telefax 75 62 73 32

PANDELAMPER

Der er indkøbt 3 nye pandelampesæt samt en del nyt udstyr til de gamle sæt klubben rådede over. Det betyder, at vi i øjeblikket har 9 komplette pandelampesæt, alle pakket ned i en nummereret plastbox.



Hvert sæt består af:

- 1 stk. plastbox til opbevaring af sættet
- 1 stk. pandelamp
- 1 stk. bæresele til batteriet
- 1 stk. batteri
- 1 stk. oplader
- 1 stk. refleks
- 1 stk. lamineret indholdsfortegnelse med instruks om opladning af batteriet

Det viste sæt er et af de nye, de gamle sæt har en anden type lampe og sele.

Sættene kan lånes af alle klubbens medlemmer, hvis man får lyst til at prøve o-løb i den mørke del af døgnet eller skal til et andet relevant arrangement, hvor der kan/skal anvendes pandelampe f.eks. et kursus, wild west løbet eller lignende.

Vigtigt afsnit!!

Det skal indskræpes at klubbens holdning til pandelamperne er, at det er personligt udstyr ligesom løbetøj og sko, det vil sige, at man kan låne sættet, lige så længe det drejer sig om en prøveperiode til f.eks. en natløbs serie, talentkraftcenter i vinterhalvåret eller hvad man nu finder på.

Hvis man bestemmer sig til at forsætte efter prøveperioden, skal man altså købe sin egen pandelampe, et komplet sæt koster i dag ca. 1600,- kr. Ungdomsløbere har mulighed for at søge tilskud til købet ved bestyrelsen, (dette er skrevet uden garanti for at det bliver bevilliget, men chancen har man jo altid).

Sættene kan lånes ved materielforvalteren og der kvitteres for sættet. Dele af sættet, der enten ødelægges eller bortkommer under lånerens varetægt, skal erstattes af låneren, ligesom batterier der ødelægges, fordi instruktionen ikke er fulgt, også skal erstattes af lånere.

Hilsen Materielforvalteren



Opmærksomme klubmedlemmer

har sikkert observeret, at jeg har taget nogle billeder ned og sat nogle andre op.

Det er jo altid godt med nye øjne, og for et par måneder siden fik jeg en henvendelse fra et par nye medlemmer, om jeg ikke kunne bidrage med nogle nye billeder – gerne af børn og unge fra vores O-klub. Det ville virke godt på de besøgende til vores "Åbent Hus Arrangementer" i januar og februar. Lars Sørensen bakkede op, så nu er jeg i gang.

De mange gamle fotos på væggene sagde naturligt nok ikke nye medlemmer så meget, og vi andre var nok så vant til billederne, at vi egentlig ikke så dem. De helt gamle billeder er foreløbig anbragt i en grøn foldekasse øverst på reolen.

Nu kommer der så nye fotos – dog ikke kun af børn og unge - . Jeg håber, at jeg kan holde mig selv op på jævnlige at forny plancherne, så de er lidt aktuelle. Trille har købt mig en ny printer, så det ikke er det store besvær at fremstille kunstværkerne.

Når en planche så rømmes for billeder for at give plads til nye, bliver de gamle billeder (A4-størrelse) anbragt i et 2005-album på reolen.

- med venlig hilsen / Karl

Orienteringssportens sprog

Er man ny i orienteringssporten forvirres man ofte af den indforståede snak, mens gamle, garvede o-løbere derimod ikke har problemer med at finde rundt i de mange begreber. Der er begreber for postplaceringer – for stævnetyper – for banernes sværhedsgrader – for stafetter. Der er forskellige løbstyper. Der er regler for, hvordan kompasset bruges sammen med kortet.

Lad mig nævne nogle eksempler:

Postdefinitioner. På kortet er der ofte påtrykt eller påklistret postdefinitioner – i koder! Udløber, høj, slugt, rende, sten osv. Det er et helt nyt sprog, der skal læres... Men dette sprog er internationalt – og en del af vores sport, ligesom kortets signaturer. Sikker ikke noget vi kan/skal ændre – men vi skal være bevidste om, at nye løbere ikke kan definitionerne, og vi skal give os tid til at sætte dem ind i dem. Var det en ide, at vi i et kommende nummer af Udløberen fik en oversigt over de forskellige definitioner og deres betydning – skrevet i almindelig skrift?

Kompas og kort. Mange har svært ved at bruge kompasset konstruktivt sammen med kortet. Nye løbere – og de helt små unger, der skal til at anvende kompasset til at nordvende kortet – har mange problemer. Hvad med at vi – i disse printtider er alt muligt - fremover fik trykt en bred rød stribe parallelt med kortets øverste kant. Forklaringen til løberne kunne da være: Du nordvender kortet ved at kompassets røde pil peger på den røde stribe på kortet...

Stævnetyper. Vores reglement opererer med 4 forskellige stævnetyper: A-, B-, C- og D-stævner. Hvori består forskellen mellem disse 4 typer?

A-stævner deles igen i A1-stævner: Danske mesterskaber (DM-erne) og SpringCup klassisk. Disse stævner har den højeste bevågenhed og der er store krav til afviklingen af stævnerne. Skovene, der skal anvendes til denne kategori af løb, lukkes 2-3 år før stævnet, hvilket vil sige, at man som o-løber overhovedet ikke må færdes i skoven i en given periode, hvis man ønsker at deltage i stævnet.

- og A2-stævner: KUM (KredsUngdomsMatchen) samt Påskeløbene og Dansk 3-dages. Skovene til disse stævner lukkes ikke for o-løbere.

B-stævner er større og ofte traditionsbundne løb samt ranglisteløbene: Jysk-fynsk mesterskab, Sjællandsk mesterskab, ranglisteløbene arrangeret af Eliteudvalget (NOC-test og VM-test), Nordjysk 2-dages, Kimbrerdysten, Gudenådysten m.fl. Reglementet for løbsafvikling beskriver nøje, hvilke krav der stilles til løb i denne kategori. F.eks. løbes der altid på baner, hvor man konkurrerer efter køn, orienteringsmæssig kunnen og alder. Der er også krav til omklædnings- og bade faciliteter, præmier mm.

C-stævner er low-cost-stævner uden mange reglements-mæssige bindinger. Der er oftest 8-12 baner, og resultatlisten er ikke opdelt efter køn, erfaring eller alder. Der er heller ikke krav til omklædningsfaciliteter eller præmier. Løbene kan afvikles i mindre skove, der ellers ikke kan anvendes til de større løb. Det er denne type af løb, der anvendes til afviklingen af divisionsturneringen, hvor vi jo som bekendt ligger i 1. division.

D-stævner er alt det øvrige, hvor arrangørerne selv bestemmer reglerne for afviklingen af stævnet, herunder også antallet af og længden af baner. Eksempler er Vejle-stafetten, Blom-stafetten, Kristi Himmelfartsløbet, langdistanceløbene i vintermånederne mm.

Champion-pokalen. Denne pokal uddeles til den af klubbens løbere, der har klaret sig bedst ved starter i A- og B-løb. Ved hver start i et A- eller B-løb tildeles man et antal point – i forhold til hvor mange minutter, man er efter vinderen i sin klasse. Den af klubbens løbere, der har opnået flest point, når året er omme, tildeles pokalen.

Banernes sværhedsgrader. I mange år har vi opereret med 4 forskellige sværhedsgrader: begynder, let, mellemsvær og svær. Dette er fra i år ændret til farvebetegnelser, som vi kender det fra skiløb samt svenske orienteringsløb. Grønne baner (tidligere begynderbaner) er skruet således sammen, at løberen ved posten blot skal beslutte hvilken af flere mulige veje, hun skal løbe. Gør hun det rigtigt, dukker den næste post automatisk op. Alle poster ligger ved vejen/stien.

Blå baner (tidligere lette baner) er en tand sværere. Her skal løberen ofte kigge flere gange på kortet mellem posterne for at tage beslutning om, hvilken vej, der er den rigtige i forløbet til den næste post. Flere af posterne kan desuden ligge i synlig afstand fra stien.

Røde baner (tidligere mellemsvære baner) er igen sværere. Posterne ligger tæt ved store opfang: Veje, stier, søer, store grøfter eller diger, hegn mm. – men placeret på en sådan måde, at man som løber med fordel kan "skyde genvej" gennem terrænet. Man kan imidlertid også løbe "udenom". Denne vej er meget længere, og man belønner altså løberen, der vover at løbe "lige på".

Sorte baner (tidligere svære baner) er blot så svære som det er muligt med posterne inde i terrænet. Man kan ikke komme nær posterne ved blot at blive på vejen!

Løbstyper. Oprindeligt var der kun en form for orienteringsløb, nemlig klassisk distance, men gennem tiderne er der indført forskellige andre former for løb.

Klassisk distance er stadig kongedistancen, det "rigtige orienteringsløb"

Stafet foregår på 3-mands-hold, der løber 3 forskellige ture.

Langdistance er en ca. dobbelt så lang distance som klassisk.

Natløb foregår – som navnet siger – om natten. Man må løbe med en lyskilde som hjælp, f.eks. en lommelygte eller en pandelampe.

Kortdistance (for seniorerne hedder det mellemdistance) er ca. halvt så lang som den klassiske distance. Ved det næste Nordiske Mesterskab i Norge eksperimenterer man med en ændring af denne distance.

Sprint er den nyeste disciplin. Sprint vindes på 12-15 minutter og foregår i byer, byparker – altså hvor der er mange mennesker til stede. Sprinten er en paradedisciplin, hvor man forsøger at synliggøre sporten.

Vi holder i Danmark mesterskaber i alle 6 ovennævnte discipliner.

Stafetter. Der er mange former for stafetter, fra små, hyggelige, lokale arrangementer efter klubbens egne regler til meget regelbundne stafetter. De betydende stafetter er for 3-mands-hold, hvor hver deltager løber forskellige baner. Man kan lave baner efter 2 principper:

Motala-princippet: Man laver 3 forskellige baner. Hvert hold skal have en løber igennem på hver af banerne. Dette sker i tilfældig rækkefølge.

Farsta-princippet: Man laver alle baner forskellige – en del af posterne er ens for alle løbere, mens andre poster er gaffede, dvs., at løberne spredes for at tage hver sin post. Antallet af gaffede poster kan variere meget.

Henrik Thomsen

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



GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867



TELF. 75 62 54 77 · SØNDERGADE 36 · DK 8700 HORSSENS

Mountainbike O-Løb.

I forbindelse med o-løbet i Skanderborg Dyrehave, vil vi forsøge også at lave et Mountainbike O-Løb. Det vil blive, så alle cykler kan køre ruten. Vi forventer en rute på 20-25 km.

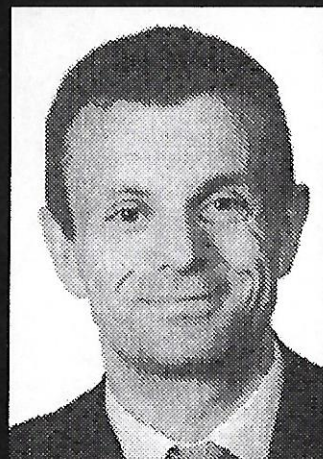
Vi ved ikke om det lader sig gøre, men hold øje med opslag i klubben og på hjemmesiden.

Birthe og Johannes
Anne og Svend Aage.

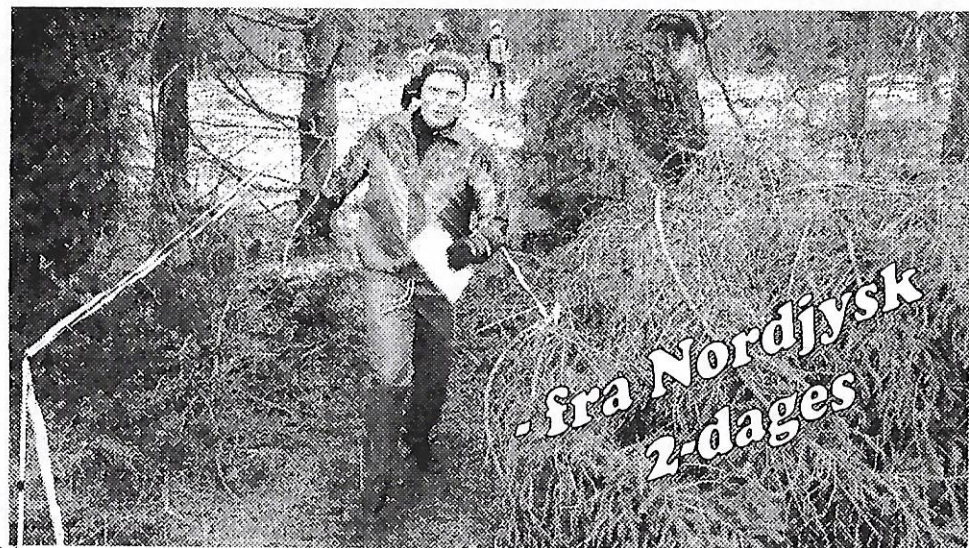


Hansen & Hansen
---Advokatfirma---

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



Vi har bedt Hanne skrive



Da jeg for 6 år siden havde besluttet at gå på pension, havde jeg også besluttet, at jeg ville prøve at løbe o-løb. På trods af, at mit første løb i Bjerre Skov foregik i øsende regnvej, blev jeg helt bidt af det.

Jeg synes, det er virkeligt morsomt at finde poster efter et kort. Det vigtigste for mig er at finde alle posterne - ikke så meget om jeg kommer hurtigt frem, og ofte nænner jeg ikke at gøre løbet for hurtigt færdigt, fordi der altid er så dejligt i skoven. Duften af blade, jord og den ilt træerne laver og den dejlige stilhed. Det er ren balsam for nerverne.

Og så har jeg via o-løbene set en mængde dejlige skove, som jeg nok ellers aldrig ville have opsøgt. og i disse skove også kommet på steder, hvor man på en almindelig skovtur aldrig ville være kommet—moser, grøfter, stejle skrænter - set skoven fra helt nye vinkler.

O-løb er virkeligt en udfordring og træning for både hjerne og krop.

Man er nødt til at studere kortet omhyggeligt for alle mulige små detaljer for at kunne finde posterne, og man kan nok få brugt sine muskler på op- og nedstigninger af stejle bakker og dybe kløfter, og på at finde steder, hvor man kan komme over

en dyb grøft, når man nu som jeg ikke er så stor, eller kravle over de mange væltede træstammer, vi har fået denne vinter.

Jo, mine kære o-løb vil jeg nødtigt undvære.

En stor tilhænger af o-løb.

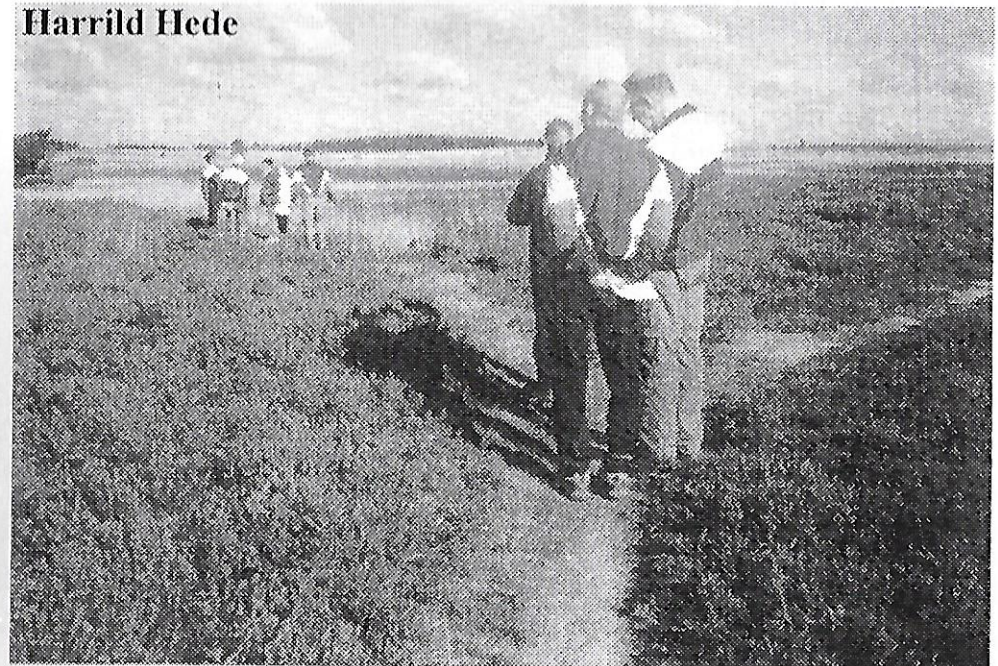
Hanne Schultz



Lørdagsløb i Hansted

Nyt fra Veteranklubben

Harrild Hede



Den 30. september havde Henning Nikolajsen arrangeret tur til Harrild Hede. Vi kørte til parkeringspladsen ved Skovlyvej. Vi startede med at følge den afmærkede sti langs oltidsagrene, videre op ad Bavnehusvej til Lille Langbjerg, videre ad stien tilbage til parkeringspladsen, forbi en brand og et udsigtstårn.

Der var fint vejr med solskin, så vi nød den medbragte frokost i det grønne, efter en herlig vandretur. I 1954 blev en væsentlig del af Harrild Hede fredet for at kunne bevare og pleje lyngheden. I overensstemmelse hermed plejer Skov- og Naturstyrelsen heden ved at fjerne uønsket træopvækst og ved at slå og afbrænde mindre arealer ad gangen, hvorved lyngen, der normalt har en levetid på ca. 25 år, bliver fornyet.

Harrild Hede rummer en lang række dyr og planter, som man netop kun finder på he-dearealer og de dertil knyttede fugtige områder.

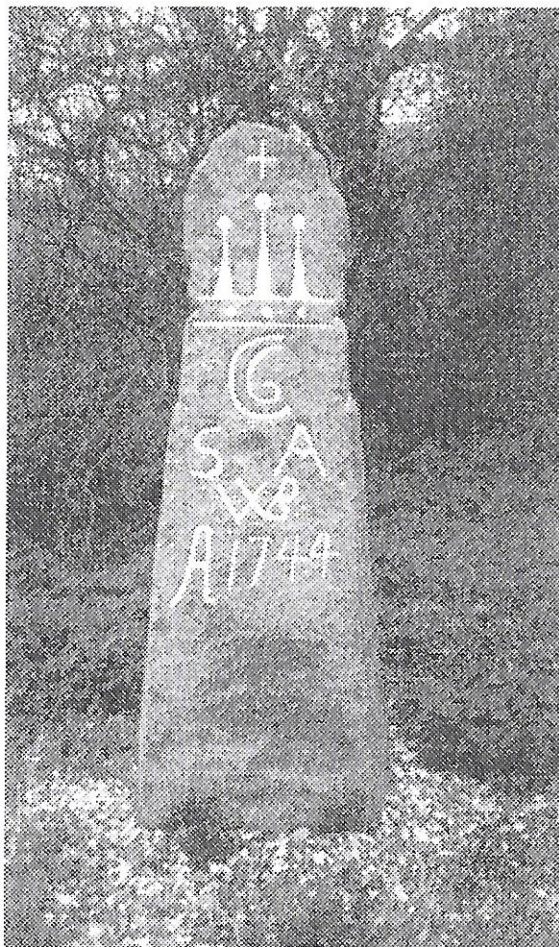
Julianelyst

Den 28. oktober samledes vi hos Gunnar Skovgaard som gav morgenmad. Efter kaffen kørte vi til Julianelyst skov.

Vi gjorde holdt ved vildtbanestene. Vildtbanesten var skelsten, som angav grænserne for de kongelige vildtbaner, det var fra starten træpæle, men da de rådnede væk, gik man over til pæle af sten. Skanderborg vildtbane var et af de steder man først begyndte at forny træpæle med sten. Det skete i 1743-44.

Stenene er mærket med kongens monogram, som her: Krone 6 tal i et C.

Vi kørte derfra til Julianelyst skov og gik ind i skoven til den store bøg. Dronningebøgen er 40 m høj og ca. 300 år gammel. Der skal 6 mand med udstrakte arme til, for at nå omkring den.



Vi gik videre til en hævert, som har forsynet Julianelyst, som ligger 2-300 meter derfra, med alt det vand de forbrugte. Hæverten blev lukket for over 30 år siden.

Med venlig o-hilsen

Einar

Det er næsten ikke til at forstå det:
Om 3 måneder sker det igen:

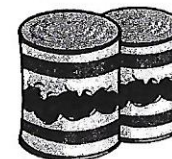
Grundlovsfest

Den 5 juni.

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

Hovedret:

Måske Lasagne - måske Bixsemad - måske Dessert



Pris:Ca.: kr. 40,00.

For dem, som ikke løber Horsensløb, men kommer direkte til grundlovsfesten, kan oplyses, at maden plejer at være færdig senest 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 til sidst opvasken. Sidste år var vi 44. Kan vi slå det i år??

Festdeltagere bedes skrive sig på listen i klubhuset eller tlf. 75654869 eller mail.: svendanne@stofanet.dk Senest den 31 Maj. (Af hensyn til indkøb.)

Anne og Svend Aage.

Det bliver sidste gang vi arrangerer, og vi håber der er andre som vil tage over til næste år. Eventuelle nye kan måske hjælpe i år, så er det lettere i 2006.



Kalenderpigen

-april - maj - 2005

Dato	Aktivitet	Sted	Arrangør	Bemærkn.
Vigtige åbne løb:				
30.marts	Natugle 4	Silkeborg Sønderskov	Silkeborg	
2. april	DM-sprint (A1)	Skåde Bakker	OK Pan	
2. april	DM-Nat (A1)	Vestre Plantage	Holstebro	
17.april	Ranglisteløb (B)	Nøddebo/Grib skov syd	Ballerup	
17.april	C-løb	Stagsrode	Horsens OK	
24.april	Gudenådyst (B)	Silkeborg nordskov	Silkeborg	
1. maj	Cafe Noir Stafet	Harte Skov	Kolding OK	
1. maj	DIVISIONS-TURN.	Tved Plantage	Nordvest OK	1. division !
5. maj	Kr. Himmelfartsløb	Storskoven (Marselisb.)	OK Pan	
7. maj	KUM Klassisk	Vejers Nord	OK West	
8. maj	KUM stafet	Ål	OK West	
15. maj	WILD WEST	Thorsted--Stråsø--	Skovkarle	
21. maj	Dansk Park Tour 1	Kølvrå	Karup OK	
29. maj	Vejlestafet	Tirsbæk	OK SNAB	
Lørdags- og træningsløb:				
2. april	Lørdagsløb	Torrild	Alex og Henning	13.00
5. april	Tirsdagstræning	Ølsted Kærskov	Ungdomsafd.	18.00
9. april	Lørdagsløb	Tinnet	Ronnie og Jens S.	13.00
12. april	Tirsdagstræning	Lunden (Park Tour)	Ungdomsafd.	18.00
17. april	C-løb	Staksrode	Horsens OK	Se indbydelse
19. april	Tirsdagstræning	Lystrup	Ungdomsafd	18.00
23. april	Lørdagsløb	Nim	Jens C. og NC.L-F	13.00
26. april	Tirsdagstræning	Rold	Ungdomsafd.	18.00
1. maj	Divisionsmatch	--	Nordvest OK	Se indbydelse
3. maj	Tirsdagstræning	Hornsyld (Park Tour)	Ungdomsafd.	18.00
7. maj	Lørdagsløb	Vrads	Team Stensballe	13.00
10. maj	Tirsdagstræning	Bygholm	Ungdomsafd.	18.00
14. maj	Lørdagsløb	Grund	Jørgen Thyssen	13.00
17. maj	Tirsdagstræning	Hovedgaard (Park Tour)	Ungdomsafd.	18.00
21. maj	Lørdagsløb	Skanderborg Dyrehave	Anne og Sv. Aage	13.00
24. maj	Tirsdagstræning	Nørrestrand	Ungdomsafd.	18.00
28. maj	Lørdagsløb	Ussinggård	Ellen og Eigil	13.00
31. maj	Tirsdagstræning	Bjerre	Ungdomsafd.	18.00
Andre aktiviteter:				
5. april	KLUBAFTEN OM WOC 2006		Mød op i klubhuset!	
13. april	Bestyrelsesmøde			
27. april	Bogstavjagt - Arrangement for firmaer i samarbejde med CRECEA			



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