

UDLØBEREN

MEDLEMSBLAD FOR HORSSENS ORIENTERINGSLØB
N: 191 - januar 2008 - 37. årgang

Vigtige adresser

Formand

Lars Sørensen
Nygårdsvej 28
8700 Horsens
horsok@mail.tele.dk
tlf. 7564 1027

Kasserer, medlemsregistrering og adresseændringer

Knud Christensen
Mågevej 3
8700 Horsens
kchristensen@stofanet.dk
tlf. 7562 0721

Ungdom

Henrik Dagsberg
Hørvangen 7
7120 Vejle Øst
dagsberg@gmail.com
henrik@dagsberg.dk
tlf. 75815100
mobil:28102848

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Alex Lund Nielsen
Gludvej 69
8700 Horsens
alex-lund@nielsen.dk
tlf. 7568 3647

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Henning Hansen
Torpevej 57
8700 Horsens
hha@surfpost.dk
tlf. 7565 4684

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Thor Johannesen
Bygaden 66
8700 Horsens
thorelse@mail.dk
tlf. 7565 7695

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Pia Højmark
Sonatevej 23
8700 Horsens
piahojmark@hotmail.com
tlf. 7564 6661

Indbetalinger:

Jyske Bank
Reg.nr. 7245 1035686
Giro 6 76 74 86 /

Klubhuset

Åbjergskoven
tlf. 7562 8073

Udlån af klubhus og 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
klubtilmelder@horsensok.dk
tlf. 2529 5636
Giro: Kortart 01
- kontonr. 6305113

Tilmelding til åbne løb via

www.o-service.dk

Materielforvalter

Karsten Stald
Østerhøjsvej 16
8700 Horsens
kast@tdcadsl.dk
tlf. 7565 6776

Kort og Sportident

Kai Skoubo Sørensen
Vedbæksallé 84
8700 Horsens
ulla-kai@mail1.stofanet.dk
tlf. 7564 5407

Mail / Hjemmeside

horsok@mail.tele.dk
http://www.horsensok.dk

Udløberen

Redaktør:

Gitte Møller Christensen
Vandmøllevej 10
Hansted
8700 Horsens
gitte.moller.chr@gmail.com
tlf. 75665236

IT supporter:

Jonas Christensen
Vandmøllevej 10
Hansted
8700 Horsens
zxc_42_hotmail.com
tlf. 61680256

Fotos

Henrik Dagsberg
Ole Christensen
Carsten Lund

Forside:

Slovenien 08 etape 3

Husk!!

Deadline

Martsnummer- 28. februar 2008

Formanden har ordet

Det er lidt svært at skulle skrive disse ord, når jeg lige har skrevet en fyldestgørende beretning. Men lidt kan det blive til, som ikke er skrevet om i beretningen.

Vi har fået et flot klubhus. Der er/vil nu blive ryddet grundigt op, og jeg vil gerne henstille til medlemmerne, at man også har lidt selvjustits, og ikke bare læsser af i klubhuset hvad man ikke selv har brug for. Vi må hjælpes med at holde orden, og gamle glemte underbukser vil blive skovlet ud.

I Horsens Folkeblad kunne man som optakt til Nytårsløbet læse at Jakob Ravn sagde nej tak til reklamer. Det er rigtigt at jeg 1 gang har spurgt Jakob om hans mening omkring en evt. sponsor til løbet. Jeg kendte næste svaret på forhånd, og det var nej, og det vil naturligvis blive respekteret. Der kan åbenbart laves en historie ud af alting.

Jeg kan dog i den forbindelse nævne at overskuddet fra Beringsstafetten i 2007 udgjorde kr. 153,- pr. medlem. Det må siges at være et pænt beløb.

På generalforsamlingen ønsker Henning Hansen at stoppe med bestyrelsesarbejdet. Men heldigvis fortsætter Henning med arbejdet med skovtil-ladelser/skovkontakt og planlægning af lørdagsløbene. Jeg er glad for at vi stadig kan benytte os af denne erfaring som Henning har erhvervet. Den flittige lørdagsgæst har sikkert også bemærket at Henning selv har stået for mange lørdagsløb i 2007. Det tror jeg ikke fortsætter i 2008, og kan vist heller ikke være meningen.

Thor Johannesen ønsker også at stoppe i bestyrelsen. Heldigvis har Thor sagt ja til fortsat at arbejde med Beringsstafetten. Thors mange gode kontakter og kendskab til sponsering og lokale virksomheder kan vi derfor stadig benytte os af. Det er jeg meget glad for.

Husk nu at møde op på generalforsamlingen, hvor der vil blive præsenteret en overraskelse.

Lars Sørensen

Beretning

2007 blev året hvor klubben fik den bedste placering nogensinde på listen over medaljetagere. Det blev til en meget flot 6. plads. Medaljerne er vundet af såvel ungdom som seniorer. Alligevel mener jeg der er plads til. Der er mange mesterskaber, og vi har løberne til det. Især i seniorklasserne er der muligheder, og måske skulle det være et satsningsområde i 2008. Det er selvfølgelig den enkelte løbers eget valg, men har vi brug for en indpisker ?.

Som noget nyt var vi i divisionsturneringen ude i 3 matcher. Den sidste match var en op og nedrykningsmatch. Det betød for os at vi blev i 1. division, og de samme 4 klubber fortsætter i 1. division. Som reglerne er nu tror jeg vi får svært ved at nå finalen, men opgive skal vi ikke, og opbakningen fra klubbens løbere har været stor.

I årets løb har vi afviklet flere skoleløb med Karsten Stald som primus motor.

Vi har deltaget i et projekt med Horsens Kommune og Højvangskolen. Karsten og undertegnede var ude på skolen for at undervise og forældrene var indbudt til at prøve et orienteringsløb. Det blev en stor succes, og jeg ser gerne flere lignende projekter. Det giver ikke nye medlemmer her og nu, men god PR og good-will. I det hele taget er projekter vejen frem i stedet for enkelte arrangementer, hvor det for en stor dels vedkommende gælder om at få en time til at gå.

Lørdagsløbene er en stadig en stor succes, Vi skal ikke ændre for meget på disse løb. Vi vil dog i bestyrelsen snarest drøfte : kort, baner, pris m.v. Det kunne være en god ide, at høre medlemmernes mening og ønsker på generalforsamlingen ellers fortsætter vi jo bare som vi plejer.

De nordiske – baltiske mesterskaber for døve har givet klubben megen ros, og det var et spændende arrangement med mange glade deltagere og Aase Thysen som en ihærdig stævneleder.

Beringsstafelten har vokseværk. Vi har et rigtig godt samarbejde med Atletica.

Det har været overvejet at investere i anden tidtagning, men indtil videre fortsættes der med Sportident. Som noget nyt bliver der i 2008 en rute for gående. Det har været et stort ønske fra mange. Det har betydet at Karen Lind Frandsen er indtrådt i udvalget.

Det kniber lidt med artiklerne til avisen. Resultaterne fra lørdagsløb kommer med Karl Ditlevsens hjælp frem, men det er artikler fra mesterskaber og lignende der mangler. Jeg håber vi finder en person blandt medlemmerne til dette job. Det er meget vigtigt med disse artikler til avisen.

Udvidelsen af klubhuset er på plads. Det er gået meget smertefrit. Der har været ydet en meget stor frivillig indsats, som jeg ikke kan takke nok for. Eigil Nielsen og Troels Jensen har styret slagets gang på bedste vis og veteranklubben har brugt mange timer, ikke kun om torsdagen, men også på andre dage.

Vi har fået et flot og stort klubhus. Nu er rammerne for stor aktivitet på plads. Nu skal vi bruge det og nyde omgivelserne. Det er også glædeligt, at det er lykkedes at skaffe tilskud fra fonde og Horsens

Kommune. Et stort mål er med udvidelsen nået.

Klubbladet har fået et pift med Gitte Christensen som redaktør og Tove Straarup som indpisker for at skaffe indlæg til bladet. Medlemmerne skriver nu ivrigt til bladet og vi har et levende blad, som viser hvad der sker i klubben. Alle må skrive til bladet og ikke kun om løb, som man selv har deltaget i. Der er også plads til meninger og fotos må gerne medsendes.

Vi har haft en smule gang i firmaløbene. Jeg mener stadig, at der er et marked for disse løb, men vi skal ud for at sælge varen, og et samarbejde med kursuscentre og konferencehoteller er en stor mulighed. Vi har brochuren, produktet, skoven og arrangørerne, men mangler en person der har tid til det opsøgende arbejde. Jeg håber vi finder denne person. Firmaløbene vil medvirke til at give klubben en god indtægt.

I det hele taget skal vi tænke lidt i indtægter. Det er sjovere end at spare. Her må alle gerne være med. Vi er 244 medlemmer, og hvis en større del af disse vil hjælpe lidt til er der mange



muligheder, som f.eks. firmaløb, sponsering, annoncer til klubbladet og fonde. I bestyrelsen forsøger vi at skaffe disse indtægter, men det er faktisk en opgave som alle kan deltage i.

Kontingentet i klubben har i flere år været i ro uden stigninger. Kontingentet til forbundet stiger dog, og der er jo kun medlemmerne til at betale. En del af denne stigning er prisreguleringer og tilskud til et bedre forbundsblad. Derfor skal der på et eller andet tidspunkt nok regnes med en stigning i klubbens kontingent. Vi skal gerne have indtægter og udgifter til at passe sammen, og i øjeblikket lever vi lidt af formuen, men det er jo heller ikke ulovligt.

På sidste generalforsamling blev et forslag om at finde en klubtræner vedtaget. Det nedsatte udvalg har gjort en stor indsats for at finde denne træner. Det har desværre ikke givet resultat. Det har ikke noget med aflønning at gøre, da dette punkt ikke har været til drøftelse med træneremnerne.

Det er altid spændende med nogle nye skove og kort. Vi vil indenfor en tid se nye kort og skove. Her kan nævnes :

Nim, Træden. Torrild, og forhåbentlig Boller Overskov og Boller Nederskov. Vi har andre emner i kikkerten, men navnene får I ikke her.

I bestyrelsen har klubbens struktur været drøftet. Vi mener at det ser fornuftigt ud. For første gang har de 2 første vi har spurgt om de ville indtræde i bestyrelsen sagt ja uden den store tøven. Det ser altså ud til at den nye struktur har gjort det lettere på dette område. Det er meget positivt, og mon ikke også min afløser kan findes på et tidspunkt.

Det har ofte været lidt svært at finde stævneledere til vores egne åbne løb. Vi har lavet en langtidsplanlægning af løbene. Det er derfor glædeligt at stævnelederne nu er fundet flere år frem. Det giver lidt arbejdsro, men der kan altid forekomme ændringer med hensyn til datoer og skove.

Veteranklubbens mange aktiviteter er spændende læsning i klubbladet. Derudover arbejdes der hårdt med vedligeholdelsen af klubhuset og i 2007 også med udvidelsen. Veteranklubben hjælper også flittigt ved skoleløb og lignende. Veteranerne er en stor hjælp

for klubben, og det er vigtigt, at vi ser dem til løb og andre arrangementer, og det gør vi heldigvis.

Vi har i årets løb haft en god og stor kontakt til Horsens Kommune, og jeg ser gerne en udvidelse af dette samarbejde, især omkring projekter. Vi har nogle ideer, men det skal lige skrues rigtigt sammen.

I det hele taget tror jeg ikke vi bare kan være os selv. Der er brug for udadvendthed og samarbejde med kommune, sponsorer, skoler og andre klubber. På lang sigt skulle det gerne give nye medlemmer, og det er jeg sikker på at det gør.

Breddeudvalget vil derfor i det nye år fortsætte arbejdet med at skaffe nye medlemmer og gøre PR for orienteringsløb og klubben. Som noget nyt vil vi i 2008 være på plads ved tirsdags-træningen fra april til oktober. Det vil være i instruktørens rolle, især for de nye voksne. I 2007 mødte der mange nye op om tirsdagen. Vi håber og tror det fortsætter i 2008, og har fundet det på sin plads at være der, hvor de nye møder op.

Det er selvfølgelig muligt at prøve orienteringsløb uden at melde sig ind i klubben, men på lidt længere sigt ser jeg gerne, at alle der løber orienteringsløb melder sig ind i klubben. Det må der være råd til, og hvis de politiske signaler om arrangementer for de klubløse skal være et tilbud må prisen være derefter. Lidt hårdt måske.

En spændende opgave i det nye år er vores deltagelse i arbejdet omkring Horsens som eliteidrætskommune. Jeg tror vi er med, men det er ikke helt på plads endnu. Jeg tror det vil give en positiv effekt til hele klubben. I øjeblikket er Hillerød den eneste kommune som har orientering med på programmet. En udfordring, men den tager vi gerne imod.

Medlemstallet har nået 244. Det er vist også rekord. Vi har derfor næsten nået målet med 15% flere medlemmer. Jeg mener gerne vi må blive flere.

Til sidst tak for endnu et godt år til alle som medvirker til at Horsens Orienteringsklub er en god klub at komme i.

Lars Sørensen



Beretning, Børne- og Ungdomsudvalget 2007

2007 rinder ud i disse timer – efter at jeg sammen med mange andre har været deltager i Jakob Ravns Nytårsløb. En skøn måde at slutte året af på! Og nu er det så tid til at gøre status over året, der gik.

2007 blev så mit tredje år som leder af en stadigt voksende og aktiv ungdomsafdeling. Et år, der har været kendetegnet ved et højt aktivitetsniveau og flotte præstationer af vores løbere ude i skovene – kronet med en række medaljer ved DM'erne og de øvrige mesterskaber. Ja, vi har pt. en af landets største og mest aktive ungdomsafdelinger – som dog gerne må vokse sig endnu større i de kommende år. Ligeledes må et af vores mål endnu engang være synlighed i det danske o-landskab, hvilket betyder, at vi gerne skal have løbene ud til løb i hele landet og markere os i diverse medaljestatistikker og i repræsentative sammenhænge.

Jeg har i mange år været fortalere for, at vi skal have sat en tretrinsraket tydeligt i luften.

Første trin er **synlighed**. Vi skal således

være synlige i sportsbilledet i Horsens. Og vi skal gøre opmærksomme på os selv ved alle givne lejligheder: via pressen (Horsens Folkeblad, TV Syd, Radio Horsens), via skolerne (ved tilbud om Skolemesterskaber, brochurer målrettet elever på de enkelte klassetrin), via kommunale tiltag og arrangementer (Ildrætskommune Horsens, Sportssammenslutningen, Projekt overvægtige børn), ved uddeling af brochurer ved andre, relevante sportsstævner (Horsensløbet, Beringstafetten) og i det hele taget sætte vores fodaftryk i nærmiljøet. Lige nu overvejer vi, om vi igen skal melde os til projekt "Godt Ildrætsmiljø for Børn" under DIF.

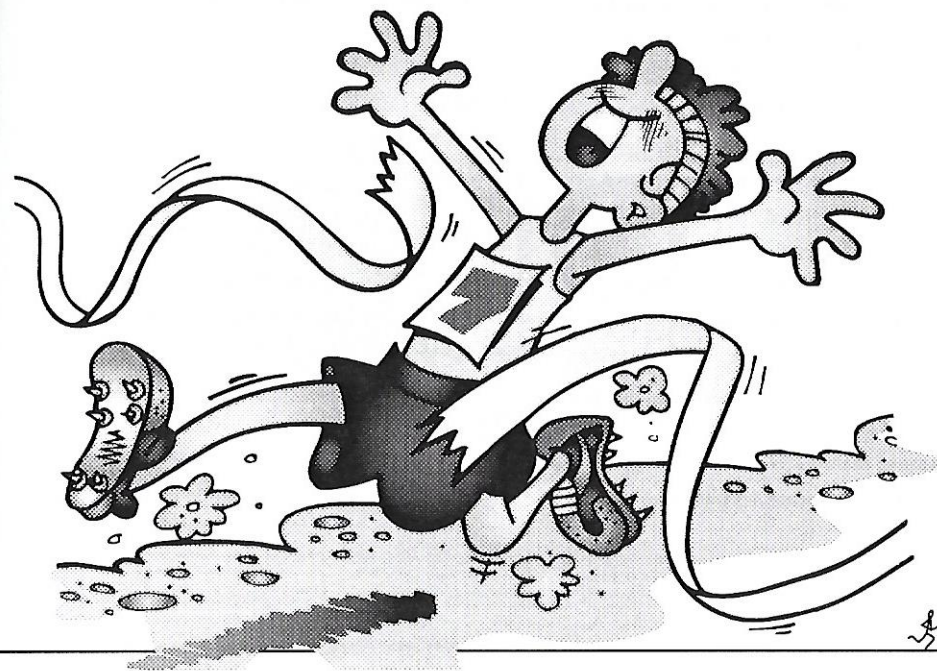
Andet trin er **rekruttering**. Når vi først er synlige i by- og mediebildet i Horsens og er blevet en del af børns bevidsthed, er det meget nemmere at rekruttere. Vi skal være parate til at tage imod nye medlemmer, nye som gamle – og det mener jeg, vi er gearret til! Vi har en række aktive medlemmer, der sælger klubben på bedste vis i deres nærmiljø, og vi har således i år haft besøg af rigtig mange ubeskrevne blade i klubben. Vi har haft mange igennem vores tirsdagstræningsløb og vi har været

godt besøgt hver lørdag i januar/februar måned. Dette har i år kastet mange nye medlemmer af sig, og vores vækst i medlemstallet har været mærkbar – især da klubhuset i mere eller mindre udstrækning ikke har kunnet være det sædvanlige samlingspunkt.

Tredje trin er **fastholdelse**. Nå vi først har fået mange nye mennesker inden for i varmen i klubhuset, er det vigtigt, at de bliver aktiveret; får en følelse af, at de hører hjemme i klubben. Derfor har vi i ungdomsafdelingen gjort meget ud af at holde forbindelsen med børnene og deres familier. Dette er sket ved

nyhedsbreve – mindst en gang om måneden. Det er ligeledes gjort ved personlig og telefonisk kontakt, reminders om kurser, stævner, arrangementer og træning. Vi har ligeledes – i lighed med sidste år – satset benhårdt på træningen gennem hele vinterperioden både i gymnastiksalen på Midtby skolen, ved løb fra skolen til klubhuset og vores NightChamp-serie.

Ved årets start var vi 22 børn (0-12 år) samt 29 unge (13-20 år) i klubben. Et par stykker er holdt op og nogle af de ældre er faldet for aldersgrænsen – mens vi omvendt som medlemmer har



fået en række nye familier med børn. Dette har rykket aldersfordelingen i børne- og ungdomsafdelingen temmelig meget, og ved udgangen af 2007 var vi 34 børn op til 12 år samt 28 unge - alt i alt i år en nettotilgang på 15. Især har vi mange aktive børn i alderen fra 9-13 år: 16 af de 20 børn, vi har i den alder, stiller til træning stort set hver tirsdag.

Tirsdagstræningen

Igenom hele året har vi arrangeret tirsdagstræning.

I vinterhalvåret har ungdomsløberne fra 7-16 år trænet i Midtbyskolens gymnastiksal – under kyndig ledelse af trænerne Kim og Tim m.fl. Herefter har løberne i små hold – afpasset løbernes tempo – løbet tilbage til klubhuset. Her vil vi – når huset ellers står klar til det – samle løberne til fælles hygge, fællesspisning og "tørtræning", ligesom der i det kommende år bliver mulighed for at få bad. Trænergruppen udvides i den kommende sæson med 2 piger, der hovedsageligt skal tage sig af de piger, vi har i klubben. Håbet er, at deciderede pigetrænere i højere grad har mulighed for at trække nye piger til klubben – og ikke mindst fastholde dem i sporten. Line Højmark er i den forbindelse al-

lerede startet på træneruddannelsen, mens Rikke Vide Petersen forventes at starte næste vinter.

I lighed med sidste år har vi igen i år gennemført en mindre natløbsserie, Night Champ, hvor vi havde sat flotte t-shirts på højkant som præmier. Antallet af starter er stadigt stigende, og efterhånden er det helt sjovt at lave baner. Vi fortsætter i 2008 med serien, men kunne selvfølgelig godt bruge endnu flere løbere i skoven, hvor man får en unik chance for at løbe om natten på baner, der ikke er alt for svære! Så det er bare at finde sin pandelampe frem eller møde op i klubhuset og låne en. Denne opfordring gælder også klubbens seniorer! Vores natløbere er nu blevet så gode, at vi har vovet at sende dem ud i natten i andre skove end Bygholm – noget vi vil blive ved med i det kommende år!

I 2007 fik vi struktureret den tekniske tirsdagstræning (i sommerhalvåret) på en ny og anderledes måde. Jeg har måttet erkende, at det ikke hang sammen for mig og min familie, hvis jeg uge efter uge skulle stå for den logistiske side af træningen. Der var ikke plads i min og min families hverdag til at vi

skulle køre i 2 biler fra Vejle for at jeg kunne komme til at sætte poster ud og til dels også hente dem ind igen – samtidig med at jeg skulle nå at snakke med løbere og deres forældre. Og så lige lidt møder i klubhuset mm. Derfor er Karsten Stald fra i år blevet koordinator på denne del af træningen. Med sig har han haft Henningerne, Hansen og Larsen, der har trukket et meget stort og værdifuldt slæb – når det ikke har været muligt at finde andre, der har kunnet

springe til og hjælpe med poster, udstyr, tidtagning, instruktion mm. Kim og Tim har som vanligt trukket et stort læs med træning tirsdag aften: Der har altid været super kvalificerede baner, som mange arrangører af åbne løb faktisk har kunnet lære noget af! Samtidig har de været til stede ved træningerne, når de har haft mulighed for det. Til deres tid skal man jo lægge, at de kommer fra Århus og har en hverdag, der også skal hænge sammen der.

Vinduer og døre i fin kvalitet.

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



Sattrupvej 2
8752 Østbirk
Tlf. 7578 1224



Derudover har Karsten Stald som sædvanlig taget sig af 4 tirsdage, hvor den efterhånden traditionsrige Park Tour er blevet afviklet.

Kendetegnende for årets træning har i øvrigt været...

... at vi har fået etableret et samarbejde om nogle træninger med SNAB i Vejle – således at de kommer på besøg hos os et par gange i løbet af året ligesom vi kommer på besøg ved deres træning.

... at vi i år har forsøgt os med andre (og orienteringsmæssigt) bedre skove. Ulempen ved dette er, at vi skal længere fra Horsens for at finde disse gode skove. Det lader dog ikke til, at folk er blevet afskrækket af dette, tværtimod. Vi har således i gennemsnit haft over 40

starter hver tirsdag.

... at alle træninger er blevet gennemført på trykte kort og med SportIdent i skoven – hver gang.

... at man via hjemmesiden har kunnet holde sig orienteret om startsted mm. Der har altid været et kortudsnit, der har fortalt om mødested mm. Se i øvrigt status på tirsdagstræning i sidste nr. af Udløberen.

Medaljer

Årets DM-er bragte igen i år medaljer til Horsens OK's ungdomsafdeling – og det blev endda et af de bedste år i nyere tid med 8 DM-medaljer. Det blev således til 2 af guld, 3 af sølv og 3 af bronze: 3 medaljer til Silas, 2 til både Astrid og Daniel og 1 til hhv. Rasmus Harfot,

Rasmus Søgaard og Rikke.

Året startede med at Silas og Daniel tog en dobbeltsejr i DM Nat på Fyn i H-12. Ved DM mellem i Midtjylland i august blev det herefter til 2 sølvmedaljer til Astrid (D-14) og Silas (H-12) samt Bronze til Rasmus Søgaard (H-16). Endelig blev det til guld til Astrid (D-14) samt bronze til Rikke Vide (D-20) ved DM klassisk på Møn i september. Slutelig blev det ligeledes på Møn til en bronzemedalje til vores drenge Daniel, Rasmus og Silas i HD-12.

Også de jysk-fynske mesterskaber bragte medaljer til ungdomsafdelingen: Sprint: Guld til Silas i H-12, bronze til Astrid i D-16

Klassisk: Guld til Silas i H-12, bronze til Astrid i D-14, bronze til Camilla i D-16 og bronze til Daniel i H-12

Stafet: Guld til HD-12 (Daniel, Rasmus H., Silas), bronze til D-20 (Rikke Vide, Astrid, Camilla)

Sluttelig skal det nævnes, at Silas gjorde rent bord ved NOC-touren på Bornholm i begyndelsen af maj. Han vandt således alle 4 etaper i et – for ham – noget uvant terræn!

KUM - KredsUngdomsMatchen og Nordkredsens Ungdomspokal
Årets KUM-hold for Nordkredsen, der opstilledes på baggrund af resultaterne i 6 udtagelses- og iagttagelsesløb, kom til at bestå af 7 lokale ungdomsløbere, stort set samme antal som sidste år, hvor vi havde 8 løbere udtaget. Til gengæld markerede vores løbere sig på bedste vis, idet både Silas og Astrid vandt deres respektive klasser, ligesom Silas var på Nordkredsens vinderhold ved stafetten.

I kampen om Nordkredsens Ungdomspokal var der igen Horsensløbere med helt fremme, og Astrid kunne for tredje år i træk hjemføre en pokal, denne gang i D-14. Flot af Astrid og stort til lykke til hende! Også Silas gjorde rent bord i sin klasse, som han vandt sikkert med sejr i 4 af 5 løb. Nr. 2 i denne klasse (H-12) blev i øvrigt Daniel. I D-16 blev Camilla som sidste år nr. 3 og i H-16 endte Rasmus, Hjalte og Niklas på 2., 3. og 4. pladsen.

Alt i alt et super og opløftende år for klubbens ungdomsløbere.

TKC - talentkraftcentret

TKC Midtjylland, som Horsens OK hører under, er et tilbud til de bedste løbere i

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



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



alderen 14-25 år i klubberne i det Midtjyske område. Her mødes man en gang om ugen året rundt, onsdag, for at få kvalificeret træning i gode skove under kyndig vejledning.

For at komme i betragtning til TKC træningen skal man være villig til at yde noget ekstra i forhold til sin sport. Man skal vise interesse, have talent og være forberedt på at ofre den tid, der er forbundet med den mere træning. Endelig er det ikke bare noget, man melder sig til – man vil blive "udvalgt" af klubbens kontaktperson og undertegnede. Og så er der mødepligt til træningen, der varetages af Henrik Kallestrup og Thomas Fredberg, begge Silkeborg OK (og begge tidligere Horsens-drenge!). For tiden har vi følgende ungdomsløbere knyttet til FKC Midtjylland: Rasmus Søgaard, Camilla Søgaard, Hjalte Sebastian Thomsen, Rikke Vide Petersen, Jens Christoffersen og Astrid Ank Jørgensen. Dog står 3 af disse pt. på stand-by på grund af efterskoleophold. Og så lige en tak til Ole Søgaard for det utrættelige arbejde, han yder som klubbens kontaktperson til Talent-miljøet.

Ture, kurser og lejre, fester

Ungdomsafdelingen har i år arrangeret 3 ture til Østdanmark (SpringCup i Roskilde, NOC på Bornholm og DM Lang/Stafet på Møn) samt en enkelt til Vestjylland (Midgaardsormen). I den forbindelse tak til alle de, der har været med til at gøre turene behagelige: tak til

kagebagere, chauffører, madindkøbere m.fl.

Ligeledes har vi stået for efterårsferiens tur til Moss, Norge, med deltagelse i Blodslitet - tak til Karsten Stald (igen, igen...) & Co for endnu en flot og velarrangeret tur.

Mange af klubbens løbere har været på kurser og sommerlejr med Nordkredsen og derigennem knyttet venskaber, der rækker videre end til diverse stævnepladser.

I januar har vi selv holdt kursus for Midtjyllands yngste løbere. Dette kursus havde deltagelse af 36 børn og 14 voksne. Derudover var der hjælpere af forskellig slags tilknyttet (postudsættere, chauffører, sekretærer mm.) Børnene havde et godt og inspirerende døgn sammen og var på 2 løb, et natløb og til folkedans. Denne succes gentages i øvrigt i 2008. Tak til alle hjælpere! Endelig tak til Grethe Knudsen og hendes "hof" for fastelavnsfest og ungdomsklubfesten, der som bekendt stod i byggeriets tegn.

Til sidst tak til hele klubben, der med økonomiske midler har gjort hele ungdomsarbejdet i vores klub muligt.

Henrik Thomsen
Formand Børne- og Ungdoms-
udvalget

GENERALFORSAMLING

HORSENS ORIENTERINGSKLUB

Tirsdag den 29. januar 2008. kl. 19.30 i Klubhuset

Dagsorden

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Forelæggelse af revideret regnskab
4. Behandling af indkomne forslag
5. Fastsættelse af kontingent
6. Valg af :
 - a. Formand Villig til genvalg
 - b. Kasserer Villig til genvalg
 - c. 2 bestyrelsesmedlemmer
Henning Hansen Ønsker ikke genvalg
Thor Johannesen Ønsker ikke genvalg
 - d. Revisor
 - e. Revisorsuppleant
7. Eventuelt

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest den 22. januar 2008.

Lars Sørensen

EKSTRAORDINÆR GENERALFORSAMLING TEAM HORSENS ORIENTERING

Tirsdag den 29. januar 2008. kl. 19.00 i Klubhuset.

Dagsorden

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Forelæggelse af revideret regnskab
4. Forslag om ophævelse af foreningen

Lars Sørensen



Night-Champ godt i gang

3 tirsdage i november afviklede Horsens OK's ungdomsafdeling første halvdel af denne vinters Night-Champ serie. Dette foregik med afdelinger i Bygholm, Lystrup og Bygholm Park. Deltagerantallet har ved de seneste serier været stigende, og denne tendens holdt sig da også i november, hvor der stillede 16, 16 og 17 løbere til start.

I modsætning til de tidligere 3 år har vi i år valgt, at alle vinterens løb indgår i én samlet serie på i alt 6 løb. Derfor kan

der heller ikke lige nu udpeges en vinder i nogen af klasserne, idet vinderen i en klasse er den løber, der har klaret sig bedst i 4 af de 6 løb. Alligevel er det vel værd at notere sig, at konkurrencen på pigesiden ikke er helt så hård som på drengesiden – samt at de 2 pigeklasser føres af løbere, der hver har vundet alle de første 3 afdelinger. Både Bjørg Gandrup og Astrid Ank Jørgensen kandiderer således kraftigt til den samlede sejr i deres respektive klasser.

På drengesiden føres H-12 af Rasmus Harfot og H-16 af Silas Frederik Thomsen, mens der på herresiden tegner sig et noget mere broget billede. Her har Finn Ingwersen, Mads Mikkelsen og Mikkel Gandrup taget sig af hver deres



afdeling – og intet, absolut intet, er her afgjort endnu.

I februar afvikles anden halvdel af serien. Dette kommer til af foregå efter følgende plan:

5.2. Bygholm Nord

19.2. Lille Rold

26.2. Ussinggård

Hver gang er der mødetid i klubhuset kl. 18.15 (lige efter træningen for ungdomsløberne på Midtbyskolen) – til omklædning og klargøring til løb. Herefter afgang til løb.

Vi ser gerne nye ansigter til løbene – det er aldrig for sent at prøve at løbe et natløb. Det er gratis at deltage, og banelængderne er heller ikke afskrækkende:

D-12, H-12, begyndere: Banelængde 2,0- 2,5 km; grønne baner (let orientering)

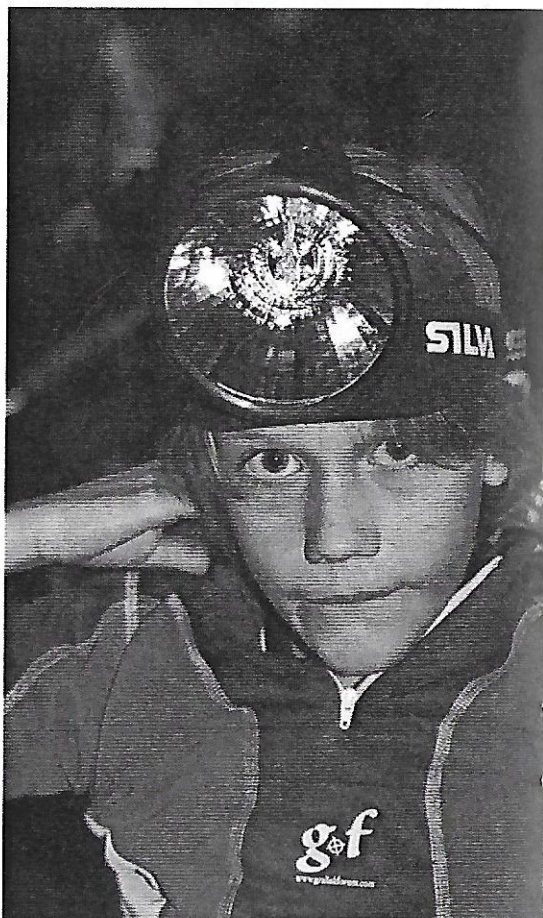
D13-16, H13-16: Banelængde 3,5-4,0 km; gule baner (mellemsvær orientering)

D17-24, H17-24, voksne: Banelængde 5,0-6,0 km; sorte baner (svær orientering)

Night Champ er sidste chance for lidt træning inden Natugle-serien i Nordkredsen, der finder sted i marts måned: 5. marts løbes i Silkeborg Østerskov, 12. marts i Marselisborgskovene, 26. marts i Finderup ved Viborg og 2. april er vi

selv arrangører i en endnu ukendt skov. Endelig er der 5. april DM Nat i Stendal-Ulvedal ved Karup

Henrik Dagsberg



Hvor går sommerturen hen?

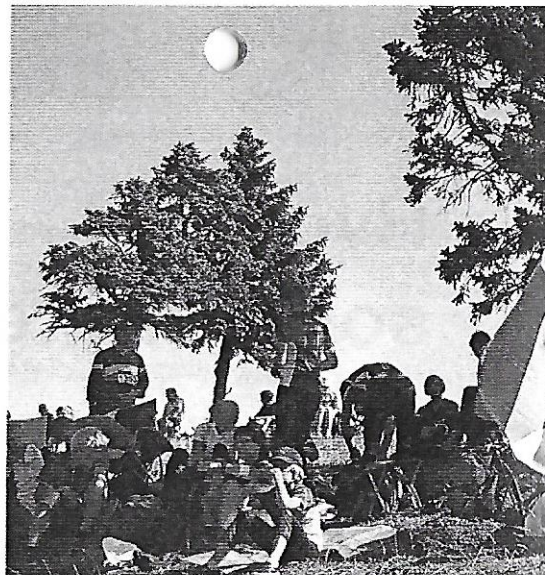
Selv om vi lige nu sidder i noget, der burde være årets koldeste tid – vinteren – er det dog på tide at se fremad... Før man ved af det, er det blevet sommerferie igen – og det er for sent at planlægge indholdet af årets o-ferie. Allerede inden for de næste måneder udløber fristen for at man kan melde sig til sommerferieløb til "en billig penge". Første tilmeldingsfrist overskrides, og startafgifterne sættes op – og op! Hvis man da ikke når maksimumsdeltagerantallet – og så røg den løbetur på gulvet.

Sommeren 2007 havde en gruppe af klubbens medlemmer valgt at tilbringe under noget fremmede himmelstrøg – i Slovenien. Det blev, som tidligere beskrevet, en fantastisk oplevelse med spændende og anderledes terræner, varmt vejr, unikke muligheder for udflugter og et flot beliggende logi i bjergene med en varm og imødekomende værtinde – og dette alt sammen til en pris, vi ikke vil finde på denne side af Alperne. Gennem de tidlige vintermåneder



har vores lille familie overvejet, hvor turen skal gå hen i sommeren 2008 – og lige nu er vi landet ved, at der var så meget, vi ikke lige fik tid til at få set i Slovenien sidste sommer. Derfor peger pilen noget i retning af, at vi vil binde an med dette flotte land endnu engang. Men hvorfor gør noget alene, når man kan gøre det sammen?

Vi vil derfor tage initiativ til, at der bliver en klubtur til Slovenien igen i år. Terrænerne er ikke de samme som i 2007 – der flyttes fra den nordlige del af landet til den sydvestlige del, ikke langt fra Adriaterhavet. Stævnecentret er mellem Trieste i Italien og Ljubljana i Slovenien, meget tæt ved den største turistattraktion i Slovenien, Postojna-grotterne. Der vil således blive mulighed for at besøge saltindvindingsanlægget ved Adriaterhavet, hovedstaden Ljubljana, Postojna-grottesystemet, Predjama-slottet, den pittoreske havneby Piran, Lipica



(hvor lipizzanerne kommer fra), Bled med nationalparken og meget mere. Lige som i 2007 vil der også til sommer blive tale om 5 meget forskellige terræner, hvor alle nok skal få deres o-tekniske kunne udfordret! Vil du/l være med, vil jeg lige som sidste år tage initiativ til at finde overnatning. Giv mig et praj!

Lidt data om årets OO-Cup, Slovensk 5-dages Orienterings Arrangement:

Dato: 23. – 27. juli

Sted: Ajdovščina, Vipava dalen, Slovenien

Klasser: Som i Danmark

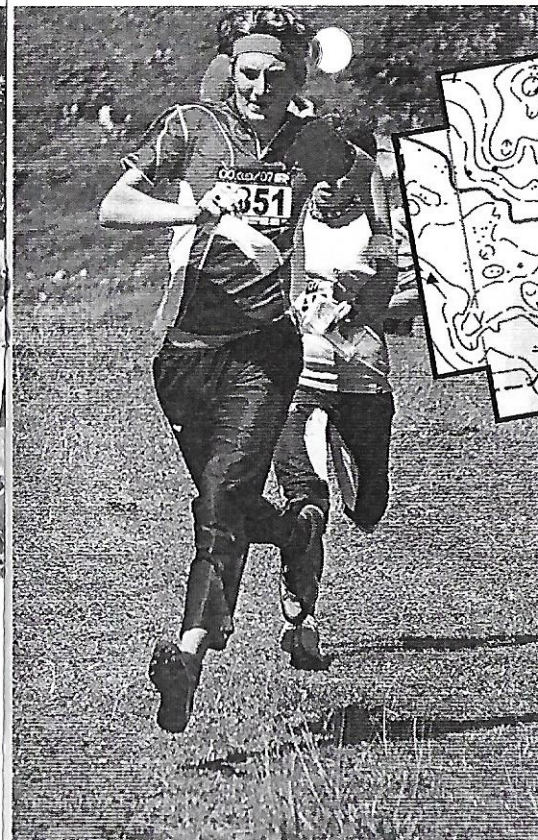
Kontrolsystem: SportIdent

Startgebyr:

Indtil 1. marts: HD-16: 35 €,

HD17-: 45 €

Indtil 1. juni: HD-16: 50 €,



HD17-: 60 €

Indtil 1. juli: HD-16: 60 €,

HD17-: 80 €

Deltagerbegrænsning: 1600 løbere (hvilket helt sikkert nås!)

Jeg tager i løbet af januar initiativ til at oprette Horsens OK på deres online-tilmeldingside på nettet.

Henrik Dagsberg

STATISTIK FRA LØRDAGSLØB

Her lidt statistik fra lørdagsløbene.

Der har i alt været afholdt 35 lørdagsløb i årets løb.

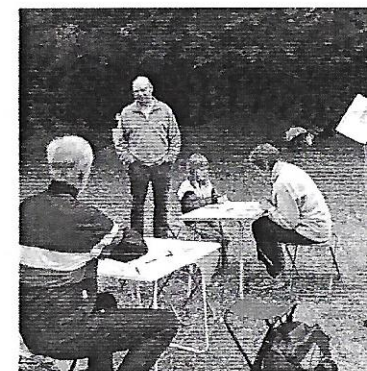
Antal deltagere totalt er 2.039

Det giver et flot gennemsnit på 58 deltagere pr. løb.

Hvis vi først ser på 1. halvdel af året :

De 8 løb i Bygholm i januar og februar viste et gennemsnit på 74 løbere pr. løb.

De andre løb viste et gennemsnit på 52 løbere.



Ved løbene i Bygholm svingede deltagerantallet mellem 27 og 110 løbere.

Her følger top 3:

1. Palsgård	19.5.	92 deltagere
2. Tinneth	21.4.	68 deltagere
3. Rosenvold	24.3.	61 deltagere

Ved løbet i Palsgård var der en svensk klub på besøg med ca. 35 deltagere.
Ved 3 løb var deltagerantallet under 40.

Nu til 2. halvdel af året.

Det samlede gennemsnit viste 55 løbere.

Her følger top 3.

1. Vejle	17.11.	87 deltagere
2. Bjerre	15.12.	84 deltagere
3. Stagsrode	3.11.	69 deltagere

Men vinderen er helt sikkert nytårsløbet.

Ved løbet i Vejle deltog klubberne fra SNAB, Gorm m.v.

Ved 2 af løbene var der under 40 deltagere.

Så hvis succeskriteriet er 40. Var der i alt 6 løb med under 40 deltagere, svarende til 17 %.

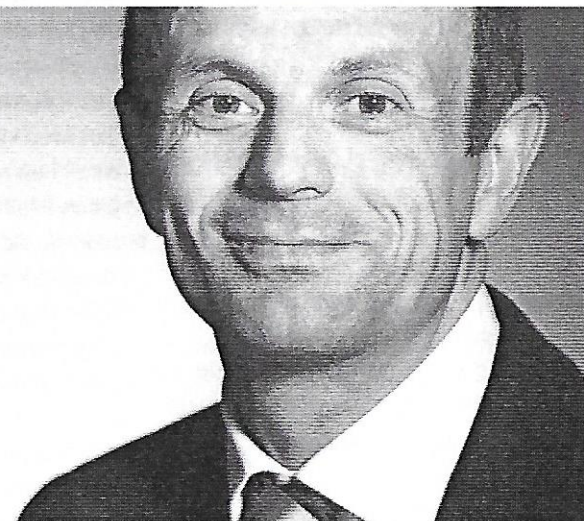
Statistik kan bruges til meget, men vejret har jeg ingen målinger på.

Status : Lørdagsløbene er en succes.

Lars Sørensen

Orientering i lovjunglen

Kent Kragh
Advokat



ADVODAN er Danmarks største advokatkæde med mere end 50 kontorer. ADVODAN.dk

ADVODAN Horsens
Rædersgade 3, 2. sal
8700 Horsens
Telefon 75 62 16 44
www.advodan.dk
horsens@advodan.dk



et netværk til forskel
ADVODAN



Mit mest dramatiske løb

I sidste nummer af Udløberen fik jeg ikke leveret skrive stafetten videre, hvorfor jeg selv må på den igen.

Denne gang vil jeg fortælle om mit hidtil mest dramatiske orienteringsløb, nemlig DM stafetløbet 2007 i Klinteskoven på Møn. Jeg mente, at det ville blive spændende at prøve at løbe på Møn, og det blev det!

Ellen, Jakob Ravn og jeg dannede stafethold, og vi blev tilmeldt den gruppe, der hedder D/H min. 185.

Karl og jeg kørte hjemmefra allerede om fredagen, for at nyde weekend opholdet i det sjællandske og på Møn.

Tidligt lørdag morgen kom vi til stævnepladsen, som var meget kuperet og lidt svær at gennemskue ved første øjekast.

Efter en rundgang sammen med Ellen og Jakob følte vi os klar til dagens dyst i det gode septembervejr.

Ellen kom godt af sted og ventetiden blev benyttet til lidt traven op og ned af bakkerne, for at holde gang i kroppen.

Ellen kom ind i en pæn tid, og så skulle jeg tage over. Post et gik nogenlunde, to'eren ligeledes, men imellem post 2 og 3 "ramlede" jeg sammen med en mand fra Farum, fordi jeg hængte fast i nogle

brombærranker. Jeg slog ham faktisk midt i panden med en lige venstre, som jeg slet ikke kunne styre. "Av for helvede", råbte han højt. Jeg undskyldte meget, og vips var vi væk fra hinanden. Jeg håbede bare sådan på, at han ikke kunne kende mig igen på stævnepladsen – og den holdt heldigvis. Hvordan i alverden kan noget sådant ske? Vi løber rundt i en ret stor skov, og der er god plads til alle. Undrende tanker i hovedet, men nu videre.

Turen gik sindigt til 4., 5. og mod 6. post. Lige før post 6 kom jeg igennem noget meget tæt bevoksning og kom så ud til et højt stendige, som jeg kravlede over.

Oppe til højre for mig hørte jeg lyden af tørre grene knase og brække, og lige pludselig trimlede en mand ned af bakken, og han havnede lige for fødderne af mig. Han skreg i faldet.

Det var Peter Larsen fra HSOK. Jeg havde engang mødt ham i Frankrig til et 5 dages løb, hvor vi boede på samme campingplads. Peter ømmede sig meget i hele kroppen. Det forstod jeg godt, da jeg så nærmere på ham. Han var faldet meget uheldigt over nogle gamle tørre granrafter og grene, der virkede som sylespidse knive. Hele hans

venstre hånd var flænset op inden i. Det blødte meget, og ingen af os kunne tåle at se på den blodige hånd, så jeg hev min nylon klubbluse af og bandt den hurtigt rigtig stramt omkring hånden som kompres.

Derefter kiggede jeg ham dybt i øjnene og kommanderede ham til at gå hjem. Han føjede sig. Inden vi skiltes, undskyldte Peter høfligt, at han havde forstyrret mit løb. Den sidste del af min tur blev en lidt underlig affære. Tankerne var ikke helt koncentreret omkring løb og poster, og jeg bommede næsts sidste posten.

Da jeg kom i mål, fik jeg at vide, at Peter var registreret i målet, og at han var på vej til skadestuen i Stege. Her rensede man såret, og sendte ham videre til hospitalet i Nykøbing Falser.

Jakob løb 3. tur, men var ikke helt tilfreds med indsatsen. Trods alle vore fælles genvordigheder endte vi på en hæderlig 4. plads ud af 12 hold.

Dagen efter skulle vi igen løbe i Klinteskoven, og det gjaldt den klassiske distance.

Inden jeg gik til start på den smukke Aborrebakke 143 m. over havet, kom omtalte Peter Larsen H 75'er løbende i mål, som en sikker vinder af klassen.

Han havde fået syet hånden inden i med 8 sting, hvorefter den var blevet bundet så godt ind, at han kunne deltage i søndagens konkurrence. Det var en glad og sej vinder.

Søndagens løb blev heldigvis ikke nær så dramatisk for mig. På et tidspunkt ved min post 11 måtte jeg lige stå stille og stornyde udsigten over havet ved klinten. Jeg sluttede i top 10 i D 55 den dag, og havde haft en rigtig dejlig tur.

Nu vil jeg overlade skrive stafetten til Jakob Ravn, for i 2008 skal han netop kæmpe mod omtalte seje H 75'er, for Jakob rykker op i samme klasse i år.

Jeg vil gerne, at Jakob skriver om Nytårsløbet 2007/2008, for det løb er Karl og jeg forhindret i at stille op til i år. Vi plejer som en god tradition at deltage hver nytårsaftensdag. Nu glæder vi os i stedet til at læse Jakobs egen beretning om dette traditionsrige løb.

Vi ses i skoven. - Godt Nytår til alle!

Trille





Jan Rasmussen
Direktør
Tlf. 76 28 61 02
jrs@sparnord.dk



Susanne Møller Jensen
Kundechef
Tlf. 76 28 61 03
smj@sparnord.dk

På gensyn i Spar Nord
Horsens
Telefon 76 28 61 00
www.sparnord.dk



Divisionsmatch i Bjerre

En gang i september eller deromkring sagde jeg ja til Lars Sørensen om at være stævneleder på Bjerreløbet i april 2008. Et lille C-løb som jeg sagtens kunne overskue sagde Lars, selvom jeg ikke har prøvet at arrangere o-løb før, udover træningsløb i Skanderborg med familien Skovby.

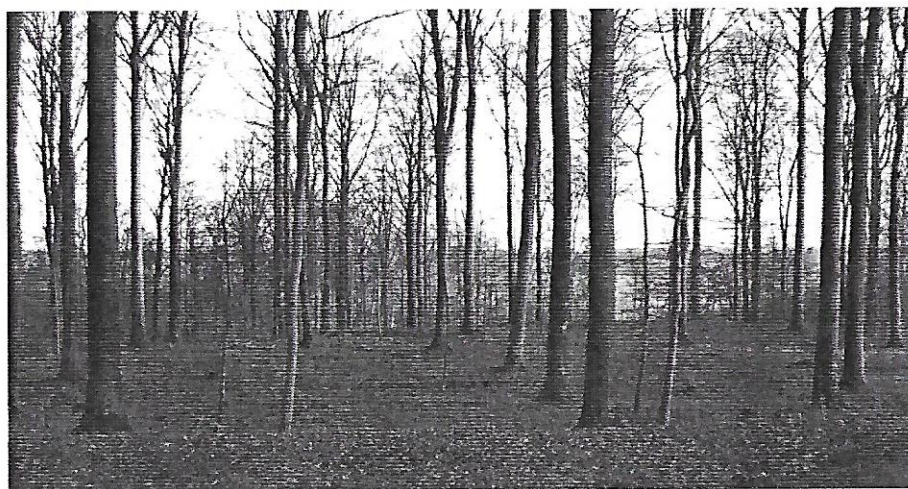
Meget rejseaktivitet på arbejdet gjorde at jeg ikke rigtig kom i gang med arrangementet. Men venlige og velmente puf til klubfesten, samt endnu et tilbud fra Tove Straarup om at hjælpe mig i gang, fik mig til at få gjort noget ved det. Med stor hjælp fra Tove (og Peer) - mange tak for hjælpen! - fik jeg overblik over hvad jeg egentligt havde sagt ja til. Lidt mere omfangsrig end jeg nok lige have troet, der er sørme mange love og regler der skal checkes, men med Toves

hjælp fik jeg køgt det ned til de væsentligste ting. Og fik god input til hvem der kunne hjælpe mig med at gennemføre løbet.

I mellem tiden var C-løbet i Bjerre vokset til en divisionsmatch for Nordkredsen med karakter af B-løb. Og løbet var kortvarigt rykket til Rosenvold, heldigvis bare på grund af en fejl i terminslisten viste det sig. Sidste melding er at løbet

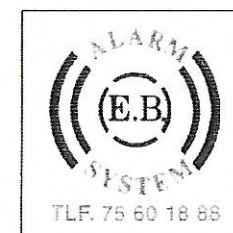
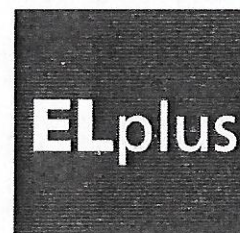
måske også bliver KUM udtagelsesløb, hvilket kan give op til 100 flere løbere. Sammenlagt gør det kompleksiteten lidt større med krav om kontrollanter udenfor klubben, og flere løbere end først antaget. Nok godt for økonomien, men det giver nok også lidt mere arbejde. Og det snakkede Lars ikke noget om da jeg sagde ja til opgaven...

Jeg forventer dog ikke, at det er noget



Carl Bæk & Søn

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



større problem med de funktionsledere jeg har fundet. Der har heldigvis været meget stor villighed til at hjælpe i klubben, når jeg har ringet rundt med tilbud om et funktionslederjob. Lidt sværere var det at finde en stævnekontrollant udenfor klubben, der måtte en del opkald til før det lykkedes. Overdommeren bad jeg Lars om at skaffe, min opgave er jo at fordele opgaverne. Teamet er nu mere eller mindre samlet, og der er indkaldt til det første møde for at koordinere opgaverne, og sikre at der er tænkt på alt. Stævnepladsen er fundet og fastlagt, og indbydelsen er lige om hjørnet. Der skulle være styr på opgaverne så løbet kan gennemføres.

En af mine første erfaringer er, at vi mangler et sted hvor vi nemt kan udveksle elektroniske oplysninger, feks oversigtskema over opgaver, deadlines og checklister. Vil det ikke være muligt at lave det under de interne sider på hjemmesiden? Så slipper man for papir, eller at sende e-mails med



oplysningerne konstant. Og så er det ikke alle der har opdaterede oplysninger på de interne sider på hjemmesiden, især e-mailadresser mangler eller er forkerte. Lige en opfordring til alle om at gå ind og checke, og få rettet op.

Jeg ser frem til en fortsat sjov proces med at stable løbet på benene. Med den erfaring de enkelte har i teamet skal det nok blive et godt løb. Vi ses i Bjerre den 27. april!

Carsten Lund

Norgesturen

Dagbog fredag den 19. oktober 2007

Så blev det fredag, og vi startede dagen med at tage ud til Årvolltangen, hvor vi mødtes ved 'Giraffen'. Her skulle vi ud og løbe et friskt formiddags løb, som Henning x 2 havde brugt det meste af natten på at forberede. Banerne var rigtig gode, men der var mange stier, der ikke var på kortet. Ellers var skoven god at løbe i. Imens var Trine, Rikke og Louise hjemme for at forberede pige stafetten.

Efter en lækker frokost bestående af hotdogs var vi klar til ugens højdepunkt: Den berømte og berygtede pigestafet. Årets tema var Robinson vs. Paradise Hotel. Hvert hold

havde fået tildelt en person fra de to inspirerende tv-shows og dette krævede et lidt større kendskab til dårlig tv end de fleste af holdene havde. De tre dommere måtte derfor træde hjælpende til, og efter lidt snakken frem og tilbage havde næsten alle holdene styr på deres person. Holdene var mange og kreative: Der var Hold Mars med blå pap om hovedet. Hold Duddi havde tilsyneladende hyret en makeup-artist og var iført haute couture kjoler af håndklæder. Hold Bryder-Michelle havde været yderst kreative og var klædt ud som et team bestående af to sikkerhedsvagter, en læge og selvfølgelig Bryder-Michelle i skik-

SONDRUP BILCENTER A/S

VOLVO - RENAULT

Høegh Guldbergs Gade 18 - 8700 Horsens

Telefon 75 62 73 32 - Telefax 75 62 73 32



kelse af Elise, som i dagens anledning var blevet en smule større. Hold Fatih var iført selvbrunsmasker og pop-halskæder. Hold Tude-Camilla havde fine sexede kjoler på og tårer ned af kinderne. Kun Ricco-Ricco havde misforstået deres person en smule og klædte sig ud som kriger negere med muslimske bedetæpper (Ricco-Ricco er pære-dansk red.) Holdene startede med at fremføre deres kampråb, som de havde kreeret inden starten. Her skilte Hold Tude-Camilla sig markant ud med en yderst kreativ sang på Krumme Melodien. Inden starten kunne gå skulle alle 1.turene lege "øl-stafet" med ½ liter sodavand med skum fiduser på toppen. Til dem som ikke er klar over det, går denne leg ud på at løbe hen til glasset, drikke indholdet så hurtigt som muligt, dreje 10 gange rundt om glasset og herefter løbe tilbage til sit kort. Denne utrolig sjove lille selskabsleg resulterede i, at flere af 1. turene lige måtte hilse en gang på Ulrik ude på ruten. Sikkerhedsvagt Kim var den første inde på 1.turen. Han jubede nærmest over den yderst professionelle bane og havde næsten ikke bemærket at post 62 var placeret et par meter forkert... 2. Tur var den lette tur. Her skulle de knap så erfarne ud og prøve kræfter med terrænet, men inden de kunne komme af sted skulle de rulles ind i toilet papir af deres holdkammerater,

og herefter selv komme ud. 2. turene smuttede hurtigt banerne igennem og da de kom i mål, skulle der svares på spørgsmål fra Pandoras æske. Spørgsmålene omhandlede både tidligere Norges-ture samt Paradise Hotel. Herefter måtte 3.turene løbe. Silas kom ind på en flot første plads, stærkt efterfulgt af Jacob. Intet var dog afgjort endnu, da også både udklædning, kampråb og fedte point talte med i den samlede sejr.

Efter en lækker aftensmad bestående af steg med kartofler og sovs blev spændingen endelig udløst. Hold Tude-Camilla var de andre hold stærkt overlegne og blev herefter hyldet af taber holdene. Hold Tude-Camilla delte gladelig ud af deres gode råd til hvordan en stafet skal vindes, og de andre hold tog imod rådene med kyshånd. Efter at sejrusrusen havde lagt sig blev der serveret abemad og vist film på stort lærred (læs: Finns lagen). Herefter lagde alle løberne sig til ro, så de kunne være friske og veludhvilede til næste dags Blodslitet.

Jacob, Niklas og Line

Lørdag "blodslitet"

Lørdag skulle vi tidligt op fordi vi skulle for førstegang ud og løbe blodslitet. Vi blev vækket kl.7:10 også skulle vi ind og spise morgenmad.

Da vi havde spist kørte vi mod Borredalen.

Vi var meget spændte på hvordan det skulle gå til sådan et stort løb.

Heldigvis fik vi kort, brik og numre en time før start.

Starten blev skudt af med et kæmpe brag.

Så gik starten!

Daniel og Silas havde tænkt sig at løbe den 4 kilometer lange bane sammen,

hvorimod Nicklas blev skygget af sin far. Silas blev nummer 20 og Nicklas nummer 21 hvorimod Daniel blev 27 ud af 59.

Da vi kom ind fik vi noget saft, skiftede tøj og spiste madpakker.

Alle på H11-12 og D11-12 der gennemførte banen fik premie.

Vi blev meget kede af det da vi hørte at vi skulle hjem (fordi så skulle vi ryde op på værelserne)

**Skrevet af:
Silas, Nicklas og Daniel**



FASTELAVNSFEST 2008

Kom til fastelavnsfest i klubhuset lørdag den 2. februar.



Allerførst er der mulighed for at deltage i det almindelige lørdagsløb i Åbjergskoven kl. 13.00.

Derefter er der - ca. kl. 15.00 - udendørs tøndeslagning, hvor årets kattekonge og -dronning findes.

Bagefter skal vi hygge os med boller og kakao og kåre de bedste/skøreste/sjoveste og mest fantasifulde udklædninger.

Tilmeld dig på listen i klubhuset eller ved Charlotte (40176472) senest tirsdag den 29. jan.

Fastelavnshilsner fra Berit, Claudia & Charlotte



Overnatning i påsken på Fanø?

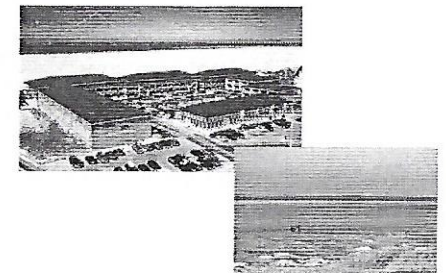
Årets påskeløb er henlagt til Fanø – med Esbjerg OK som arrangør. Glimrende terræner med store udfordringer på det o-tekniske område. Nye kort trykt på rivfast papir (plastic?) – ingen plastposer til kortene. Det skal nok blive en oplevelse for o-folket. Så langt, så godt.

Men hvad med overnatning?

Gennem de seneste måneder har jeg ledt med lys og lygte efter overnatningsmuligheder for 20-30 personer: lejrskoler, campinghytter, større sommerhuse – alt er væk, uforkammet dyrt eller skulle lejes for hele påskeugen! Sidste udvej har derfor været Danland – beliggende direkte ud til Vesterhavet. Her er det lykkedes mig at få fingre i 20 sovepladser. Da jeg d. 2.1. kontaktede Danland var alt optaget, dog kunne

de tilbyde en enkelt lejlighed med 4 sovepladser, som jeg kunne booke. Man mente, at der var et større løbsarrangement på øen, og alt havde derfor været væk i flere uger. Midt under samtalen om at booke de 4 pladser samt herefter at diskutere alternative muligheder i nærheden, indløb der imidlertid afbud fra et tysk selskab, der havde reserveret 4 lejligheder med i alt 16 sovepladser. Disse pladser satte jeg mig naturligvis fluks på!

Derfor kan jeg – i skrivende stund – udbyde 11 sovepladser til de, der melder sig først; pladserne afsættes i den rækkefølge, som man melder sig. Pladserne er reserveret fra torsdag d. 20.3. til lørdag d. 22.3. Under opholdet kan man frit benytte feriecentrets swimmingpool, ligesom der kan bestilles morgenmad i



receptionen. Der er ingen restaurant åben – til hverken morgenmad eller aftensmad.

Pris pr. seng for 2 overnatninger fra torsdag til lørdag er 400.- kr. for voksne. For ungdomsløbere yder klubben tilskud, således at de kun skal betale 200.- kr.

Henvendelse pr. mail:
dagsberg@gmail.com

Henrik Dagsberg

Klubmesterskabet, der blev væk

Jeg sidder og læser om i Udløberens novemberudgave, hvem der rendte med klubmesterskaberne i 2007, og det var virkelig interessant læsning. Efterhånden som jeg læste nedad i listen, tænkte jeg på, at det var ærgerligt, at vi kun var tre i min klasse. Ikke fordi at det dermed var oplagt, hvem der skulle have pokalen, men det er nu sjovere at være flere. Vi kunne have været fem/seks flere, og det havde med garanti givet et andet resultat. Nå, men med de fleste af dem der løber fra mig til dagligt ude af konkurrencen, var chancen der. Med hiv og sving og et enkelt eller to minutter foran nr. to fik jeg udnyttet min chance, og trak mesterskabet i land.

Tilbage til listen i Udløberen. Under D50-59 var der, som forventet, tre personer listet op. Dog med andre deltagere end Erna, Grethe og mig. Hjælp, mit klubmesterskab er forsvundet ud i den blå luft. Måske er det julens snarlige komme, der har fået sætternissen til at forære mit mesterskab væk. Hvem ved, der sker jo så meget på denne årstid. Heldigvis har jeg min pokal stående, hvor det så nydeligt står skrevet, at de fleste af de skrappe i D50-59 ikke stillede op i 2007, men var så venlige at give mig en mulighed for at blive mester i den klasse. Tak for det.

Med hilsen fra den anonyme klubmester.

Ups gylp åh nej hjælp kære anonyme klubmester

Det er meget trist, når gode danske kvinder løber i skoven uden at få den anerkendelse, som de har fortjent. Ikke mindst når det er en simpel sætternisse, der frarøver dem juleglæden.

Jeg vil hermed forsøge at rette op på katastrofen.

Klubmester 2007

- D 50-59 1. Tove Straarup 52.12
2. Erna Christensen 56.23
3. Grethe Boen Knudsen 1.22.43

Tillykke, håber I får mange gode løb i 2008.

Til de damer D 60 : Aase Thyssen, Sonja Klingberg og Hanne Schulz som sætternissen "løj" yngre, og gav mesterskabet D 50-59. Til Jer kan jeg kun sige: "I kan godt få armene ned, vi ved godt, at i er D 60 " Men tillykke alligevel til Jer også.

Den anonyme sætternisse :-)

GULDSMED LIND
GRUNDLAET 1867



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



Pandelamper til salg!

Da vi – Silas og undertegnede – har investeret i de kraftige ARC Li-Ion pandelamper, har vi valgt at sætte vores "aflagte" pandelamper med tilhørende udstyr til salg. Et sæt består således af pandelampe (Model 480), batteri, bæresele og oplader.

Batteriet er den flade type, 6V, 9000 mAh. Holder til 5 timers løb med 10W-pæren eller 2½ time med 20W-pæren. Batteriet skal ikke aflades efter brug – blot oplades igen.

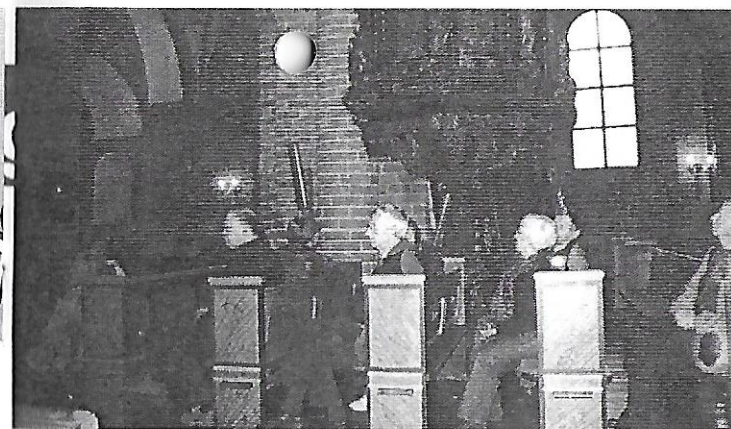
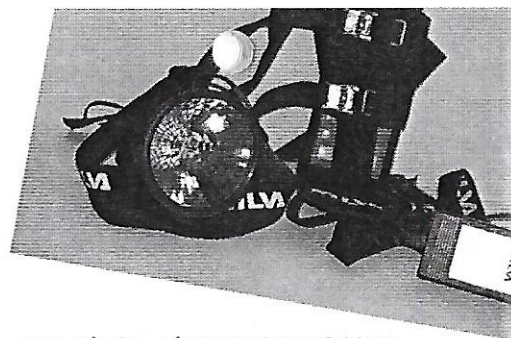
Opladeren er af den nye, hurtige type,

der selv slår fra, når batteriet er fuldt opladet. Batteriet oplades på ca. 12 timer fra helt tom til fuldt opladet.

Begge sæt har været anvendt 1½ sæson, er 100 % i orden og fremstår uden slidmærker. Er købt i efteråret 2006 – nypris 1850 kr.

Sælges for 1200.- kr pr. sæt.

Henrik Dagsberg



NYT FRA VETERANKLUBBEN

Castberggård

Torsdag den 8. november havde Aase arrangeret tur til Castberggård.

Vi mødtes ved klubhuset og kørte samlet til Urlev.

Vi blev budt velkommen af informationsansvarlig Jakob Brodersen der gav kaffe og rundstykker. Han fortalte om Castberggårds historie og hvad de arbejder med idag. Derefter var der



rundvisning.

Castberggård var oprindeligt præstegården i Urlev. Den har eksisteret som kursussted siden 1973, hvor der blev afholdt weekendkurser af DO (Døves Oplysningsforbund) - som i 1992 skiftede navn til DHO - (Døve og Hørehe-medes Oplysningsforbund).

I 1986 blev døves højskole oprettet. Det er den eneste højskole for døve i Danmark. Højskolen tilbyder både lange kurser over 30 uger og kortere kurser á en - to ugers varighed, fordelt over hele året.

DHO tilbyder weekendkurser i forårs- og efterårssæsonen.

I 1990 blev der bygget en ny undervisningsfløj og et idrætscenter på Castberggård.

I 1992 startede projektafdelingen (Det nuværende Job- og Udviklingscenter), der arbejder med ligestilling på jobmarkedet og tilbyder jobskabelse og jobfastholdelse for døve og hørehæmmede, uanset hvor i landet det måtte være.

I 1994 blev der indrettet endnu en ny undervisningsfløj med syværksted, malerværksted og et auditorium med plads

til 80 personer.

I 2000 blev der bygget en fløj mere med to tegnsprogsundervisningslokaler, pause/hyggeareal, motionsrum og 8 enkeltværelser.

Vi var 19 deltagere.

Vor Frelses Kirke

Torsdag den 22. november havde Birthe arrangeret besøg i Vor Frelses Kirke. Ragnhild Christensen, der har været præst i kirken i 10 år, bød os velkommen og fortalte meget interessant om kirkens historie, renovering, inventar m.m.

Kirken er den ældste bygning i Horsens. Meget er stadig uklart omkring kirkens opførelse, men bygningsmæssigt må man regne den opført omkring år 1225 i sen-romantisk stil med kor og hovedskib, måske som korskirke på samme sted, hvor der tidligere har ligget en trækirke.

Prædikestolen er det ældste og mest værdifulde af kirkens inventar. Den er udført i år 1663-70 af den kendte billedskærer Peder Jensen Kolding, der var bosat i Horsens. Han har desuden fremstillet altertavlen i en række jyske

kirker.

Prædikestolen er skænket af Horsens storkøbmanden Johan Andersen og hustru Bodil Hansdatter som takkegave for byens befrielse efter den svenske besættelse 1657-60. Den stod oprindeligt i Klosterkirken, der dengang var byens sognekirke. Da Vor Frelses Kirke i 1794 afløste Klosterkirken som sognekirke, tog menigheden prædikestolen med over til dens nye hjemsted, hvor den siden har haft sin plads. Giverparrets portrætter findes både malet og skåret på prædikestolens lydhimmel. Alf viste os rundt i kirken og på gangbroen over kirkens hvælvinger, så vi kunne se kirkeskibet fra oven. Enkelte var oppe i tårnet. Vi var 18 deltagere.

Mont Blanc beretning

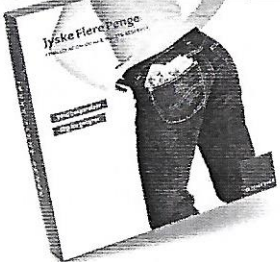
Torsdag den 29. november viste Jørgen Jensen en videofilm, som var optaget under hans vandretur rundt om Mont Blanc. Turen er på 160 km og man vandrer i Frankrig, Italien og Schweiz. Man går 20 km hver dag.

Jørgen kommenterede filmen og fortalte meget interessant om alle de dejlige og flotte oplevelser man får på sådan en vandretur og de strabadser det samtidig medfører.

Jørn Hermansen, Stensballe, som har gennemført bjergturen mange gange, var med på holdet, som bestod af fire personer.

Vi var 21 deltagere.

**Med venlig o-hilsen
Einar.**



Flere penge til dig selv

Slutter måneden nogle gange lidt for tidligt – rent økonomisk? Eller er du bare interesseret i at få mest muligt ud af dine penge? Så er Jyske Flere Penge noget for dig. Du får blandt andet:

- Guide til flere penge
- Forbrugstjek
- Budgettjek
- Spareråd

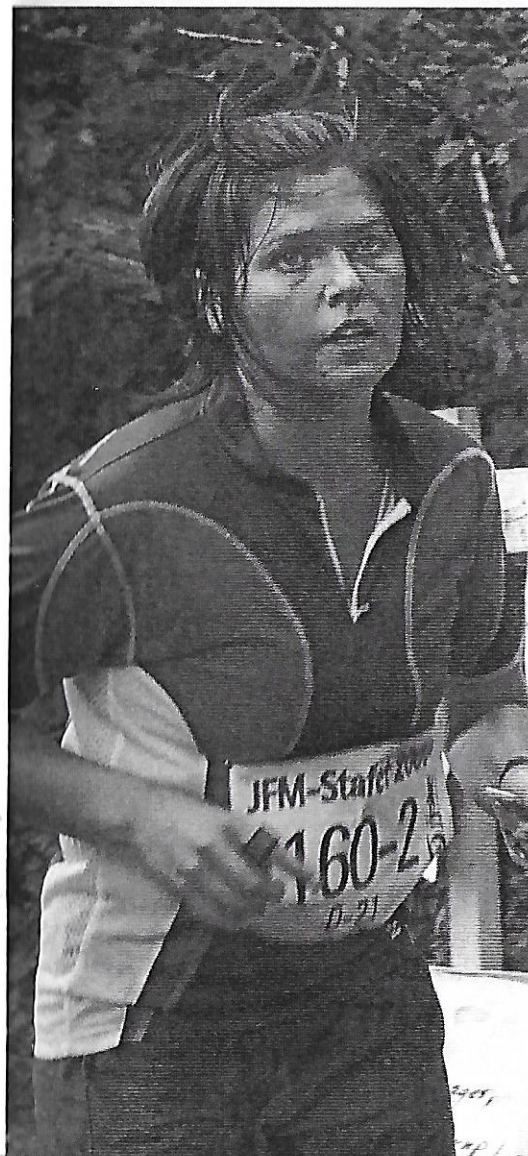
Hent pakken i Jyske Bank – så kan du selv være med til at sikre, at månederne ikke bliver for lange.

SØNDERGADE 42 • HORSENS • TLF. 89 89 85 00

GØR EN FORSKEL

JYSKE BANK

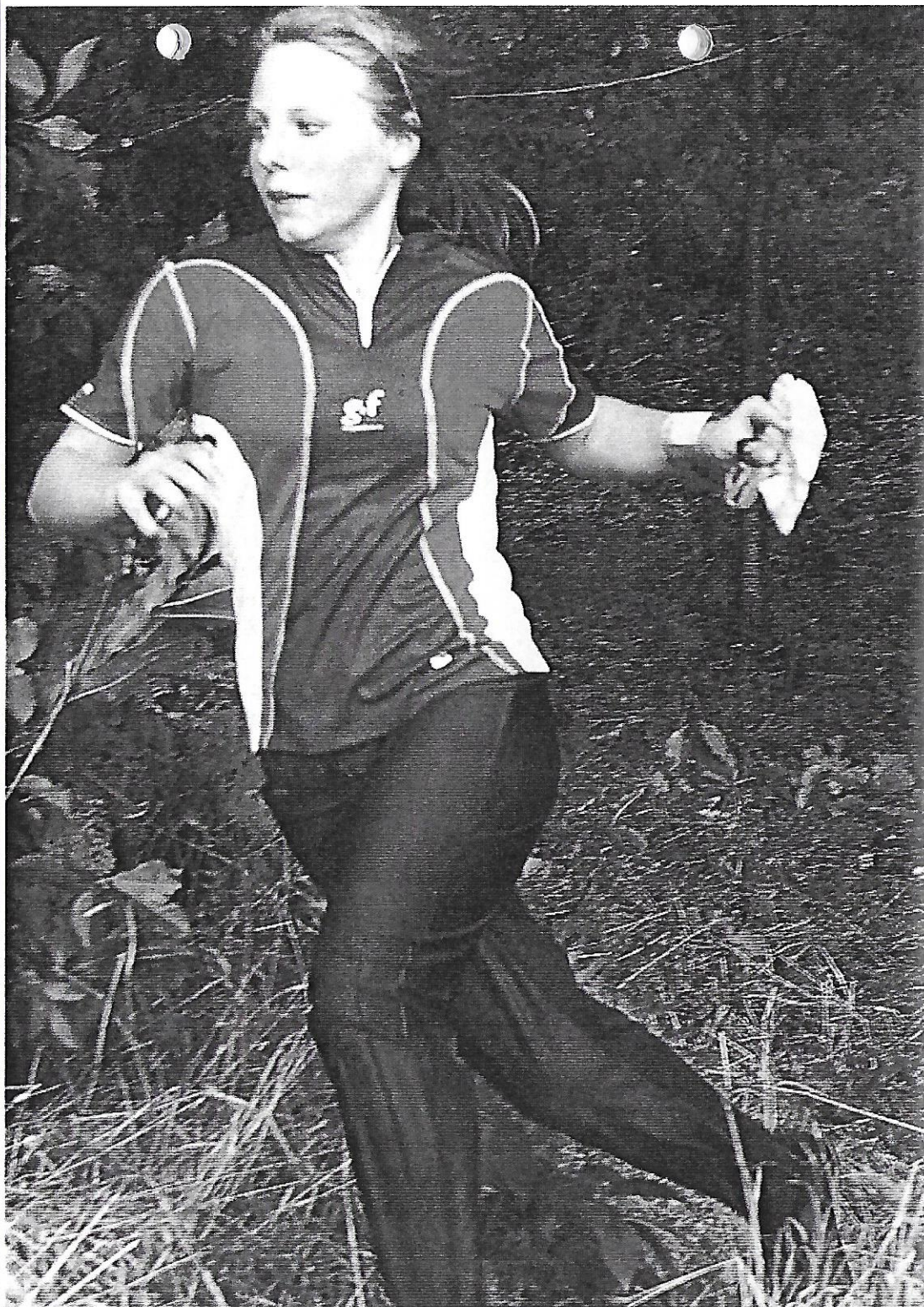
Nye løbetrøjer – til alle medlemmer i klubben



Kort før jul – den 10. december – ankom en sending af løbebluser til Horsens fra Trimtex i Norge. Der var tale om bluser, der var bestilt af ungdomsløberne i løbet af efteråret. Målet var, at alle – også helt nye, eller næsten nye – ungdomsmedlemmer kunne iklæde sig "uniformen", når vi var til løb ude i det ganske land. Ingen købetvang, men der var alligevel bestilt bluser (og til dels bukser i matchende farver) for over 20.000 kr! Siden den første sending af bluser blev taget i brug for knap 2 år siden, har hovedparten af vores u-løbere været iklædt denne ved stort set alle orienteringsbegivenheder. Dette har givet os mulighed for at få testet trøjerne med hensyn til stoffets slidstyrke og farveægtighed samt syningernes og vævnningens holdbarhed.

Det har vist sig, at trøjerne er af meget høj kvalitet. De har holdt formen, og farverne fremstår lige så klare og skarpe som ved købet – på trods af at de har været udsat for utallige besøg i diverse vaskemaskiner. Selv om at trøjerne har været udsat for grene, burrer, brombær og andre rivende planter under løb, er der stort set ikke en trøje, der har fået





kunne formanden dog slå fast, at det ville være æstetisk tilrådeligt, hvis trøjerne også kunne bestilles i et knap så kropsnært snit. Han mente, at ikke alle klubbens medlemmer ville gøre sig i det slimline-design, som ungdomsløberne havde valgt.

Vi har derfor taget kontakt til Trimtex i Norge for at forhøre os om mulighederne for et mere traditionelt snit, ligesom vi gerne ville høre om muligheden for at løbetrøjerne kan erhverves med lange ærmer.

Tilbage meldingen fra Norge lyder, at vi i klubben kan tilbydes et normalt snit (basic) såvel som et slimline snit (det nuværende, extreme) – både med korte og lange ærmer. Ligeledes vil løbebukserne kunne tilbydes med både lange

ben samt ben i knælængde. Både bukserne og trøjerne vil kunne fås i de farver, vi allerede har til ungdomsløberne, blå, rød og hvid.

I starten af januar vil vi få tilsendt en prøvekollektion, så klubbens medlemmer kan prøve størrelse og snit – både på trøjer og bukser. Vi forventer at have en sådan pakke i midten af januar, således at vi kan få sendt en bestilling af sted i midten af februar. Der er ca. 8 ugers leveringstid på tøjet. Herefter håber vi, at Grafisk Forum i lighed med tidligere vil trykke vores logo på tøjet – mod at deres logo ligeledes trykkes. Der vil altså blive mulighed for at prøve tøj bl.a. ved generalforsamlingen sidste tirsdag i januar.

Henrik Dagsberg

JULEGAVER

Køb dem på
www.loberen.dk

asics.

Gel ARTIC

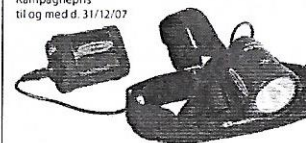
Træningssko med stærk og kraftig sål samt slidstærk overdel. Metalpigge under skoen sikrer godt greb på fedtede eller isede stier og veje.

Herre + Dame

Kampagnepris
til og med d. 31/12/07



Pris kr. 1000,-



Silva Kompasser

Løberen har et stort udvalg i kompasser. Vi har plade-kompasser og tommel-kompasser.

Fx Silva 15 Jet Explorer

Fx Silva 6 Nor Spectra

Pris kr. 500,-

Pris kr. 270,-

Light & Motion Pandelampe

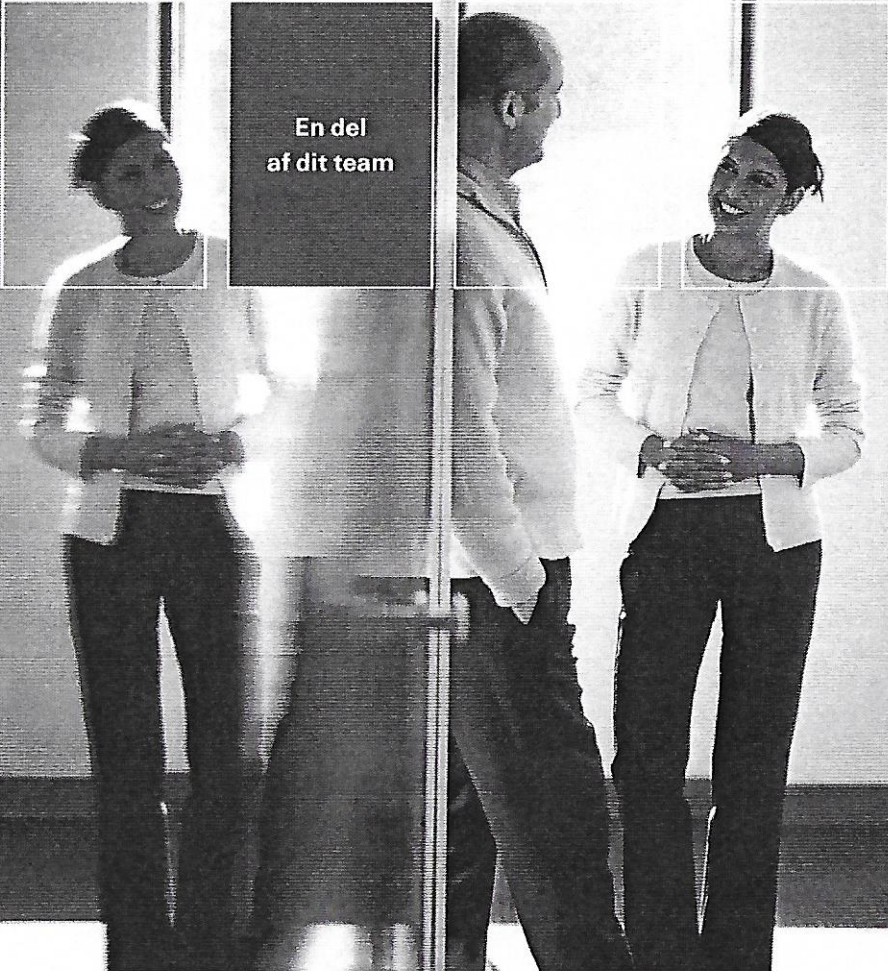
En af markedets stærkeste pandelamper. Lampen har et lille justerbart hoved med et klart, hvidt lys, der oplyser terrænet mindst 25-30 m. Batteriet vejer ca. 336 g.

Nu kr. 3995,-
Normalpris kr. 5000.

Lyngby • Lyngby Torv 10 • 2800 Kgs. Lyngby • Tlf.: 4593 1816
Vejle • Vestergade 36 • 7100 Vejle • Tlf.: 7572 0900
Århus • Banegårdsgade 4 • 8000 Århus • Tlf.: 8612 4148
Aalborg • Vesterbro 89 • 9000 Aalborg • Tlf.: 9816 4148



© 2006 KPMG C. Jespersen



En del af dit team

KPMG
Holmboes Allé 1, 7.
8700 Horsens
Telefon 79 29 56 00

www.kpmg.dk

KPMG

AUDIT • TAX • ADVISORY

05/27

Kalenderfyren



DATO

AKTIVITET

- | | |
|----------------------|--|
| 12-13. januar | Børnekursus på Stjernevejskolen i Hedensted.
Arrangør: Henrik Dagsberg og Ungdomsudvalget |
| 21. januar | Møde med Sportssammenslutningen
Deltagere: Lars Sørensen |
| 23. januar | Bestyrelsesmøde
Dagsorden: Regnskab og Generalforsamling.
Se i øvrigt dagsorden på hjemmesiden |
| 24. januar | Møde i Nordkredsen
Deltagere: ? |
| 29. januar | Generalforsamling
Deltagere: Lars Sørensen |
| 18. februar | Uddeling af Horsens Kommunes Idrætspriser.
Deltagere: Danske og Jyske mestre 2007. |
| 22. februar | Overdragelsesfest for ny og gammel bestyrelse. |
| 25. februar | Bestyrelsesmøde |
| 1-2. marts | Kursus i klubhuset i samarbejde med AOF
Arrangør: Karsten Stald, Johannes Poulsen og Lars Sørensen |
| 1-2. marts | Repræsentantskabsmøde i Forbundet
Afholdes på Vejle Fjord |
| 26. marts | Repræsentantskabsmøde i Sportssammenslutning |



Peer Straarup
Sydvestvej 8
8700 Horsens

VIA
UNIVERSITY COLLEGE

Se verden via en uddannelse...

Fremtid For Dig



MESSE OM UDDANNELSER

SØNDAG DEN 27. JANUAR
KL. 11.00 – 16.00

VIA , Vejlevej 150,
8700 Horsens.

Der er smagsprøver på erhvervsrettede uddannelser, videregående uddannelser og lidt til og meget mere...

Vi uddeler biografbilletter til de første 400 gæster på messen. Vælg selv til hvilken film i Megascop. "Først til mølle"-princip gælder.

www.fremtidfordig.dk

VIA University College

Fra 2008 samles de mellemlange videregående uddannelser i Region Midtjylland

i VIA University College. Læs mere på www.viauc.dk