

UDLØBEREN

Medlemsblad for Horsens Orienteringsklub

39. årgang · nr. 202 · juni 2010



Vigtige adresser...

Formand

Lars Sørensen
Galgehøj 10
8700 Horsens
horsok@mail.tele.dk
tlf. 7564 1027

Kasserer, medlems- registrering og adresseændringer

Kim Taylor
Hovmarksvej 140A
8700 Horsens
kim.taylor@live.dk
20102275

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Alex Lund Nielsen
Gludvej 69
8700 Horsens
alex@sønderbypil.dk
tlf. 7568 3647

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Kim Højmark
Paludan Müllersvej 44, 1, 1
8200 Århus N
Tlf. 61 33 32 99
Mail: kimhojmark@gmail.com

Øvrige medlemmer af bestyrelse

Charlotte Purup-Nielsen
Fruenshave 38
8732 Hovedgård
40176472
purup@stoafent.dk

Øvrige medlemmer af bestyrelsen

Mads Mikkelsen
Toftevej 28
8700 Horsens
75 29 20 05
madsykkelsen@yahoo.dk

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: 6305113
Netbank: 9877 6305113

Tilmelding til åbne løb via www.o-service.dk

Materieforvalter

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
Vandmøllevvej 10
Hansted
8700 Horsens
gitte.moller.chr@gmail.com
tlf: 75665236

IT supporter:

Jonas Christensen
Vandmøllevvej 10
Hansted
8700 Horsens
zxc_42_hotmail.com
tlf: 61680256

Forside:

Nicklas Mønster ved
DM Sprint

Husk!! Deadline Decemhernummer - 22.November 2010

Formanden har ordet

Udløberen vil foreløbig udkomme 2 gange årligt. Næste nummer vil udkomme den første tirsdag i december. Aktuelle opslag om arrangementer kan sendes til klubbens hjemmeside og opslag kan hænges op i klubhuset. Følg derfor med i hvad der sker på hjemmesiden.

Der er som sædvanlig mange aktiviteter i klubben for alle årgange. Her i foråret er der flere løb for de helt små i klubben. Dem er der heldigvis mange af i øjeblikket. Vi har fået tilgang af nogle familier med mindre børn.

På kortområdet er der også travlt. Nim kortet er blevet udvidet. Kortet til DM arbejdes der flittigt på, og i oktober er et nyt kort over Skablund klar til brug ved lørdagsløb.

De faste poster i Åbjergskoven er på plads, og der arbejdes på Skærven i Løsning, og Brædstrup er også en mulighed som undersøges.

På medlemsmødet vil Supertirsdag også blive drøftet. Målt på deltagerantallet til spisningen har det været en succes. Men nogle syrlige bemærkninger kunne vi godt have undgået. Derfor tager bestyrelsen det op på medlemsmødet.

Til divisionsmatchen var der 74 startende. Meget flot arbejde af Hans Jørgen og Britta med at stable et godt og stort hold på benene. Men vi tabte alle matcher. Give op gør vi dog ikke.

Efter generalforsamlingen har vi en fuldtallig bestyrelse. Der er gang i meget, og jeg tror bestyrelsen i år får lidt mere tid til de lidt mindre udfordringer der er i klubben. Meget kører jo godt og der er ikke brug for de helt

store ændringer. Det bliver dog tid til at diskutere Forbundets strategi med Vision 2015. Meget spændende, men mere om det på medlemsmødet.

Forberedelserne til DM er godt i gang. Første møde for funktionslederne er afholdt, og stævnepladsen besigtiges snart. Det bliver et godt arrangement er jeg sikker på.

Træneren for eliteklasserne og eleverne på Sportscollege Henrik Dagsberg stopper nu. Vi har afsat et beløb til honorering af træneren, og det er ikke nok til at imødekomme Henriks ønske om løn, således at Henrik oppebærer en løn som modsvarer lærerjobbet. Derfor tak til Henrik for 2 års flot arbejde som træner for vores talenter.

Til sidst vil jeg opfordre til at læse Ole Christensens indlæg i bladet, og er der nogen der er i tvivl om reglerne, vil jeg opfordre til at spørge.

Lars Sørensen



Update no. 1 fra ungdomsudvalgsformanden

Læs i det følgende om børn, DM-medaljer, KUM, ungdomsudvalget og tirsdagstræning.

Ungdomsafdelingen er i vækst; jeg har ikke de nøjagtige tal, men alle som har været til træning i foråret har oplevet et inferno af børn, som har leget, hygget og løbet orienteringsløb i skovene i og omkring Horsens. Det er glædeligt og med børnene følger en masse voksne, som også får en god tur i skoven. Berit Harfot og Charlotte Purup har med stor dygtighed arrangeret børneløb i foråret og Irene Mikkelsen har organiseret fælleskørsel for de "nye forældre", der herved nemt finder ud i skovene og også herved kan koordinere børnepasning.

Det er ikke kun på børnefronten, at der sker noget. Til DM i natorientering sikrede Camilla Søgaard sig således en sølvmedalje i D-20 og ca. 2 uger senere hentede Astrid Ank Jørgensen en medalje af samme karat til DM Sprint i D-18. Et stort tillykke til begge piger.

Til årets KredsUngdomsMatch havde Horsens OK fået udtaget 10 løbere. Det var lidt færre end sidste års 13 løbere, men dog stadig et utroligt flot antal. Resultaterne til årets KUM levede desværre ikke helt op til forventningerne. Således fik Nordkredsens hold prygl af både Syd og Øst. Af positive Horsens-resultater vil jeg dog fremhæve Astrids 2. plads i D-18 og Camillas 5. plads i D-20.

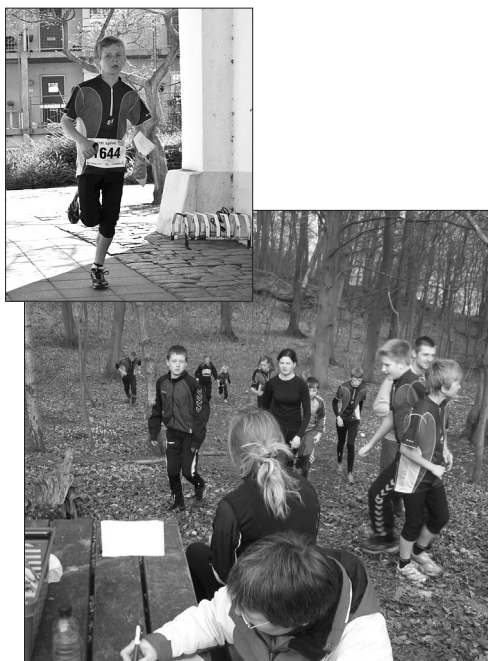
Ungdomsudvalget har nu snart eksisteret i et år. Vi har lavet en organisation og en fornuftig arbejdsfordeling og er godt i gang med arbejdet. Man kan følge med i udviklingen på ungdomsafdelingens side på www.horsensok.dk, hvor vi bl.a. har lagt de nye målsætninger og regler op for ungdomsafdelingen. Her findes der også kontaktoplysninger på samtlige medlemmer af ungdomsudvalget. Som nævnt andetsteds i bladet mangler vi et medlem, så tøv endelig ikke, hvis du har lyst til at udføre et stykke arbejde for ungdommen.

Årets tirsdagstræning er kommet godt i gang. Hver uge har vores trænere sørget for gode og udfordrende baner og veteranerne hjælper stadig til med postudsætningen – tak til både trænere og postudsættere. 3 gange i foråret har Karsten Stald igen i år stået i spidsen for det traditionsrige Park Tour, husk at takke Karsten for hans indsats, næste gang i ser ham!

Afslutningsvist vil jeg nævne ATK-projektet, som nu kører på 2. år. Ole Søgaard står i spidsen for projektet, der bl.a. har betydet en implementering af idéerne i bogen "Talentets udvikling – fra nybegynder til ekspert". Hvis der sidder et medlem, som endnu ikke har læst denne bog, er den et "must-have" for alle orienteringsløbere.

Vi ses i skoven!

Kim Højmark, ungdomsudvalgsformand



Regler vedr. kørsel af ungdomsløbere i Horsens Orienteringsklub
Vedttaget på ungdomsudvalgsmøde 10. marts 2010

Regler vedr. kørsel af ungdomsløbere i Horsens Orienteringsklub

Ved **løb i Danmark** aftaler ungdomsløberen og bilejeren selv prisen. Det maksimale beløb bilejeren må opkræve er 50,-pr. ungdomsløber til løb i Jylland og på Fyn. Til løb på Sjælland må bilejeren maksimalt opkræve 100,-pr. ungdomsløber

I **ekstraordinære tilfælde** betaler ungdomsafdelingen statens laveste takst pr. kilometer. Ekstraordinære tilfælde vil forekomme til løb, hvor ingen eller kun få af klubbens øvrige løbere er tilmeldt og kørsel med andre medlemmer af klubben derfor ikke er muligt. Disse løb vil normalt være udtagelsesløb eller ranglisteløb på Sjælland

Ved **løb i udlandet** aftaler ungdomsløberen og bilejeren selv prisen.

Regler vedr. tilskud til kurser, lejre og løb for ungdomsløbere i Horsens Orienteringsklub

Vedttaget på ungdomsudvalgsmøde 10. marts 2010

Regler vedr. tilskud til kurser, lejre og løb for ungdomsløbere i Horsens Orienteringsklub

Ungdomsafdelingen yder 100 % tilskud til løbernes årsfee i forbindelse med udtagelsen til junioreliten. Der kan søges tilskud til ture, aktiviteter og arrangementer tilbudt af DOF.

Ungdomsafdelingen yder 100 % tilskud til løbernes udgifter i forbindelse med TC-træninger. Der kan søges tilskud til ture, aktiviteter og arrangementer tilbudt af TC.

Ved deltagelse i orienteringsløb i Danmark yder ungdomsafdelingen et tilskud på 50 % af startafgiften.

Ved deltagelse i Nordkredsens tilbud om kurser og lejre med relation til orienteringsløb yder ungdomsafdelingen et tilskud på 50 % af prisen

Ved deltagelse i andre arrangementer, fx løb i udlandet, kan der ansøges ungdomsafdelingen om støtte.

Holdstiller til divisionsmatcher mv.

Efter et hint fra Britta til Lars Sørensen har denne opfordret mig til at påtage mig jobbet som holdstiller til divisionsmatcher samt op- og nedrykningsmatchen eller DM for klubhold.

Mit kendskab til klubbens løbere herunder deres holdninger til at løbe divisionsmatch er meget begrænset, men Britta har lovet at stå mig bi. Det er dog en nagelfast kendsgerning, at klubben er stor, har mange aktive løbere, herunder stærke dameløbere og en stor ungdomsafdeling. Og med den rette opbakning fra klubbens løbere kan vi stille hold, som vil kunne bide skeer med de store.

Skal man stille et godt hold er det vigtigt, at holdet er stærkt (med de bedste løbere), men også bredt. Erfaringen siger, at flere løbere vil tage uventede point, og at nye urutinerede løbere også vil tage point placeret på de rigtige baner. Og der skal være plads til, at enkelte vil storbomme eller fejlklipe, tage forkert kort osv.

At deltage i en divisionsmatch er ikke kun at løbe et orienteringsløb og få en O-oplevelse. Det er også opdyrkning af klubånd og sammenhold, lære de nye løbere at kende, følge med på resultattavlen, som pointhøsten skrider frem, indtage den medbragte klubkage osv.

Jeg har ikke tænkt mig at ringe til folk for at minde dem om divisionsmatchen. Lysten skal drive værket og folk

skal selv melde sig til. Britta har sagt, at der er enkelte, hun vil ringe til – om nødvendigt. Men hun kender jo også folk bedre og ved hvem, der har det bedst med at blive opfordret!

Vi vil sørge for, at der kommer 2 klubtelte med, når vi skal til match, ligesom vi vil opfordre klubbens bestyrelse til at sørge for bus, når vi skal længere væk. Matcher, der går bus til, bør udmeldes tidligt f.eks. den aften, der er generalforsamling. Bus giver mere sammenhold, mulighed for oplæg og peptalk, og måske giver bestyrelsen morgenkaffe!

Divisionsmatcherne for Nordkredsens 1. division er i 2010 placeret således:

Søndag den 18. april i Rold Nørreskov.

Søndag den 19. september i Haunstrup v. Herning.

Søndag den 31. oktober i Silkeborg Vesterskov: Op/ nedrykningsmatch, hvor 1. divisions nr. 3 og 4 efter de to første matcher deltager.

DM for klubhold, hvor 1. divisions nr. 1 og 2 deltager, er der ikke dato for endnu.

Venlig hilsen
Hans Jørgen Vad



God rådgivning til hele Danmark

Hos Løberen får du en grundig og seriøs vejledning, uden at det koster ekstra.

Du bliver vejledt af erfarne løbere og fysioterapeuter, som alle har et indgående kendskab til vores produkter.

Om du er eliteløber eller motionist spiller ingen rolle, vi gør altid vores bedste for at hjælpe dig.

Velkommen hos Løberen



www.loberen.dk

Esbjerg · Lyngby · Roskilde · Vejle · Aalborg · Århus

LØBEREN

- Alt i udstyr til løb



MEDLEMSMØDE



Tirsdag den 15. juni 2010

Kk. 19.30 i Klubhuset

Dagsorden:

1. Vision 2015 Gert Nielsen fra DOF kommer på besøg
2. DM
3. Frivillig hjælper i klubben
4. Supertirsdag
5. Nyt fra bestyrelsen

Bestyrelsen



Påskeløb 2010 - vel tilrettelagt, men koldt!

Med erindringen om flere påskeløb gennem mange år, både som deltager og som stævneleder i 1984 for et arrangement med 2116 deltagere, fik jeg lyst til at prøve igen. Nå ja, 1984 - senere læste jeg i Karen Mønsters indlæg i klubbladet, at man blev budt velkommen af en "flersproget sønderjyde". Ja, rigtigt nok. For de deltagende tyskere ville jo gerne have velkomsten "auf deutsch". Den flersprogede blev så senere medlem af HOK

Men nu til 2010 udgaven af påskeløbet set fra min synsvinkel. Den synsvinkel, det giver, når man ikke er overnattende deltager og når man heller ikke står allerførst ved jagtstarten!

Det første indtryk var godt og svarede til resten af stævnet. Fin parkering. God service. En meget flot "stævnelandsby". Fordi klubberne jo var så heldige, at kunne have samme stævneplads i tre dage. Det giver flere muligheder og dem havde GORM og KOK udnyttet. Bl.a. var der et specielt ungdomstelt og demonstration af O-biatlon (O-løb og skydning), ligesom DOF's breddeudvalg var til stede.

Det kræver, at man har et terræn der kan byde på udfordringer alle dage. Det var tilfældet i Randbøl. Så det var ideelt. Men det må jo dog være terrænerne, der afgør hvor løbene afvikles – ikke andre hensyn. Stævnecenter i en hal har også sine fordele. Særligt når vejret er lidt køligt

Mit indtryk af banerne var, at de var passende til et stævne af denne art, hvor der kommer løbere med meget forskellige kompetencer. Det ses også på resultatlisten, hvor der dels er stor spredning, dels er forskelpå hvor folk ender de forskellige dage. Første etape var generelt ret hurtig. Startende med poster på heden, derefter overgang til en flad typisk plantageskov med slutposter på heden. De to øvrige etaper udnyttede det spændende, flotte,



men også krævende hedelandskab. God variation mellem skovstrækninger med mulighed for sti- eller kompasløb – til finorientering på heden. Påskeløbet er stadig ligesom indledning til forårssæsonen, også for de nordmænd, der gerne vil ned at løbe på "barmark". I år var det tæt på at sneen var blevet liggende i Danmark. Vinteren sendte også en hilsen på Langfredag, hvor jeg havde ret ubehagelige sne- og haglbyger i slutningen af løbet. Vejret havde nok indflydelse på livet på stævnepladsen. Det var mit indtryk, at folk smuttede hjemad ret hurtigt og der var jo heller ikke mulighed for at sidde og hygge sig på pladsen. Men det har nok været godt for pølsesalget.

Speakning, resultatformidling samt det øvrige officielle var også i orden. Også på nettet Lidt medlidenhed havde jeg dog med Niels Mortensen fra GORM, der stod ved "vandsingsstedet" efter løbet. Jeg talte skjorte, to fiberpelse og en solid frakke – men godt humør. Just det er påskeløbet. Man mærker vejret, men nyder også stemningen. Alt i alt ud fra min vurdering et professionelt stævne.

Anker Andersen



Vi er gæster i skoven....

Der er ofret mange kræfter på skovtilladelser og korttegning. Det er derfor vigtigt, at vi overholder regler om færdsel i skoven, og d.v.s. at vi IKKE OVERLØBER MARKER, HEGN OG PRIVATE BEBOELSER. Hvis vi ikke overholder disse få regler, vil der ikke fremover blive givet tilladelse til løb i området.

Således stod skrevet med rødt i instruktionen ved træningsløbet i Nim 1. maj. Ikke desto mindre lykkedes det en løber, at overløbe en mark, som også på kortet var skraveret med rødt. Den "uheldige" løber blev anråbt af både markejer og af en anden løber, men besvarede blot anråbene med et "Hold Kæft din idiot" kombineret med "fingeren". Banelæggeren konfronterede naturligvis løberen med sin noget uheldige opførsel, da han kom i mål. Nogen god forklaring var der ikke, men det blev dog til en nærmest en ligeglad holdning....

Løberen blev diskvalificeret, bortvist fra området og fik en meget klar besked på, at han aldrig mere skulle vise sig ved et løb i Horsens Orienteringsklub. Han forlod straks stedet.

Løberen var fra en anden klub og klubbens formand er blevet orienteret om episoden, og

med et "Undskyld Horsens" har formanden klar tilkendegivet, at løberens opførsel er helt uacceptabel. Markejeren er kontaktet og er tilfreds med klubbens handle måde i sagen, og vi vil være velkommen en anden gang. Nim skov er et rigtig godt orienteringsområde. Steen Frandsen har fremstillet et kort af høj kvalitet. Henning Hansen har arbejdet hårdt for at opnå tilladelse hos de mange skovejere.

Ærgerligt, hvis vi ødelægger det for os selv, ved ikke at overholde reglerne for færdsel i skoven.

HUSK: Vi er gæster i skoven og SKAL altid overholde de aftaler, vi har med skov- og markejerne.



Ole C

GULDSMED LIND
GRUNDLAGT 1867



TELF. 75 625477 . SØNDERGADE 36 . DK 8700 HORSSENS



DM nat – endelig en medalje!

Som overskriften siger, blev det endelig til en medalje – en sølvmedalje ved dette års DM nat i Grenå Plantage efter et utal af utaknemmelege 4. pladser, som gennem længere tid har forfulgte mig ved diverse mesterskaber.

Forberedelsen til mesterskabet begyndte jeg ca. en uges tid i forvejen, hvor TC-trænerne sendte en mail ud med kortet samt en beskrivelse af terrænet. Jeg fandt ud af, hvor mål var, prøvede at regne ud, hvor start var, og lavede nogle forskellige stræk på kortet, så jeg på forhånd viste, hvilken vej jeg ville løbe, hvis jeg skulle få et stærk, der lignede. Aftenen inden gik jeg forholdsvis tidlig i seng for at kunne være parat til næste dag, hvor der var stramt program. Hele for- og eftermiddagen stod nemlig på arrangering af lørdagsløb i Vrads. Rasmus havde lagt 6 forskellige baner, så tidlig lørdag morgen satte min far og jeg poster ud, sendte folk i skoven, aflæste tider og samlede poster ind med hjælp fra andre. På den måde nåede jeg lige at være hjemme en time og få lidt aftensmad, før jeg tog af sted igen.

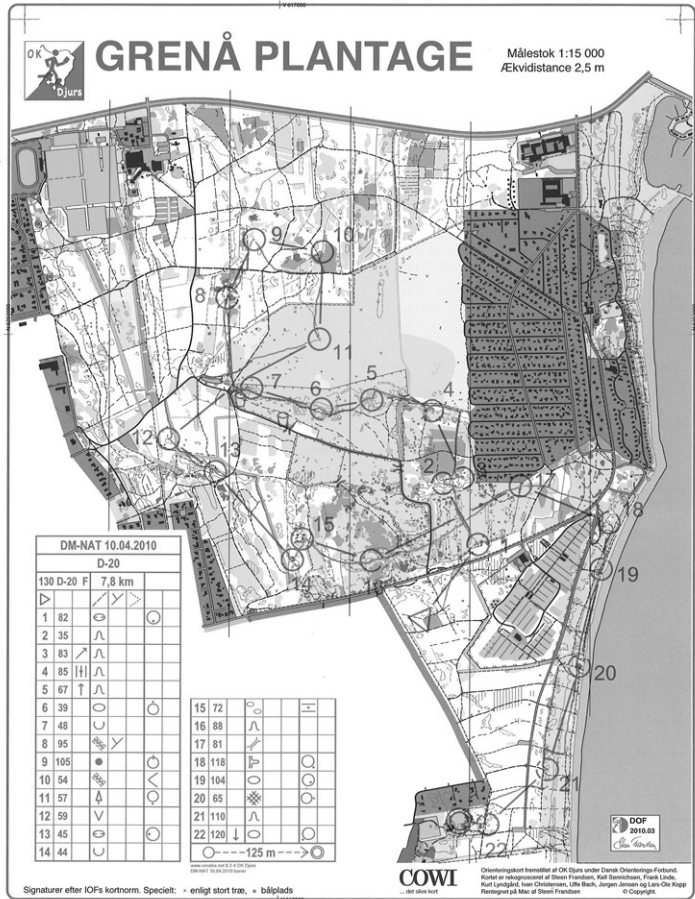
Stævnepladsen var delt op i to; et hus med varme, kiosk og overnatningsmuligheder for sjællænderne og nogle telte, hvor opløbet også sluttede. Jeg sad og snakkede lidt med nogle efterskolevenner, inden jeg gjorde mig klar til at løbe i skoven.

I startboksen var der hængt nogle kort op både i 1:10.000 og 1:15.000, jeg skulle løbe på 1:15.000. Jeg fandt start og så, at kortet lignede det, jeg havde kigget på forinden. I start øjeblikket fik jeg ikke taget mig nok tid til at planlægge mit vejvalg hele vejen, hvorfor jeg også fik løbet ind i terrænet for tidligt og hoppet over på den forkerte side af åen, inden jeg fandt ud af, at posten lå i en lavning på den side, jeg lige var kommet fra. Ved post 1 fik jeg hanket op i mig selv og planlagt; forbi den grønne klat, følg højene, kryds stien og

ind til slugten. Da jeg krydsede stien, havde jeg et kort stop, hvor jeg fik læst detaljerne i postcirklen og strækket til post 3, og selvom jeg synes, jeg løb forholdsvis godt på dette stræk, smider jeg alligevel 40 sek. til Emma, der vinder klassen. Post 3 gik smertefrit, post 4 knap så godt. Jeg kom lidt for langt og op på en høj, men jeg får



mig hurtigt læst ind og finder posten. Post 5 kom jeg en smule skævt til, men da jeg så en anden klippe posten tog det ikke mange sekunder at rette op. Herefter gik det fint, og jeg holdt højt tempo helt til strækket til post 10, hvor jeg fik en skæv kurs ud af posten og krydsede en stor sti uden at se den. Jeg fik vent kortet rigtig og kom ind på rette kurs, men alligevel kostede det ca. 30 sek. Post 11 fik jeg læst, som om posten skulle ligge ved en trærod, hvorfor jeg var meget opmærksom på at skulle følge den utydelige å ind i posten. Det viste sig dog, at posten lå ved en kæmpe klynge træer, så jeg kunne godt have givet den mere gas. Post 12, 13, 14, 15 og 16 gik rigtig godt, jeg løb lige i dem. Post 17 var et lidt længere stræk på tværs af terrænet, hvor jeg tøvede lidt til sidst inden posten. Dette, og at Emma bare er hurtig, betød, at jeg tabte ca. 45 sek. Jeg kom godt af sted til post 18, men jeg kunne ikke rigtig læse postcirkel og rodede lidt rundt og tabte 1 min. Post 19 og 20 var lige på og gav ikke problemer, det gjorde post 21 derimod. Jeg vidste, jeg skulle krydse 5 stier og ved den sidste sti dreje til venstre og ind til slugten i den lille høj. Jeg havde imidlertid talt forkert på kortet, hvorfor jeg drejede af ved en sti for tidlig. Jeg rodede rundt og kan ikke forstå det. Det hjalp heller ikke, at min pandelampe begyndte at lyse mere og mere gult, så jeg fik stress på for at nå at finde posten og komme i



mål, inden den gik ud. Jeg besluttede mig for at løbe lidt længere mod syd for at lede og fandt posten. Mit bom kostede mig 1,30 min. Fart på til sidsteposten og i mål.

Da jeg havde fået min stræktid, kunne jeg på en TV-skærm se, at jeg var ca. 6 min efter Emma. Jeg kunne også se sekunderne rulle for Lærke og Astrid, og jeg ventede spændt på at se, hvordan det gik dem. De kom begge over min tid, og jeg kunne juble over min sølvmedalje. :) Således gik det til, at jeg endelig lang om længe forlod den irriterende 4. plads.

Skrrevet af Camilla Søgaard

Hjælp, vi har fået børn!

Et kig på hjemmesiden siger alt: "Forårstræning o-løb for de 5-10 årige", "Kom til børneløb 3-7 årige" og "Børneløb ved klubhuset"... Horsens Orienteringsklub har fået børn, og det er jo dejligt!

Med op til 20 børn under 10 år til en træning kræver det selvfølgelig lidt ekstra at få det hele til at hænge sammen. Der er ofte "børneløb" og den korte lette bane er blevet justeret, så den også passer til de helt små. Børn skaber aktivitet, de skaber liv og de tager deres forældre med, så det er nu vi skal holde fast.

Derfor er det også ekstra ærgerligt, at vi pt. mangler et medlem af ungdomsudvalget. Har du idéerne, har du gejsten, og har du evnerne til at arrangere børneløb, ungdomsture, ungdomsfester eller noget helt fjerde, så er det helt sikker dig vi mangler. Du kan kontakte ungdomsudvalgsformand Kim Højmark, hvis du er interesseret!

Kim Højmark, 61 33 32 99,
kimhojmark@gmail.com



Tættere på ... kunderne



Kaj Blom
Partner
Tlf. 79 29 56 02 / 25 29 56 02
Fax 72 29 56 02
Mail: kblom@kpmg.dk



Helle Lorenzen
Director
Tlf. 79 29 56 05 / 25 29 56 05
Fax 72 29 56 05
Mail: hlorenzen@kpmg.dk



Jens Møller
Director
Tlf. 79 29 56 03 / 25 29 56 03
Fax 72 29 56 03
Mail: jensmoeller@kpmg.dk



Finn Steinfeldt
Director
Tlf. 79 29 56 15 / 25 29 56 15
Fax 72 29 56 15
Mail: fsteenfeldt@kpmg.dk



Morten Klarskov Larsen
Senior Manager
Tlf. 79 29 56 08 / 25 29 56 08
Fax 72 29 56 08
Mail: mklarsen@kpmg.dk

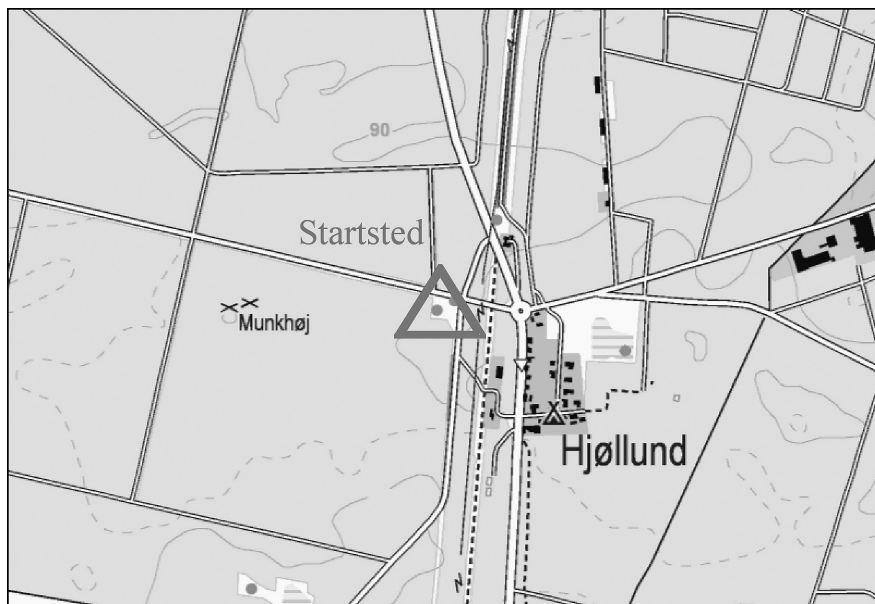
KPMG
Holmboes Allé 1,6. etage
8700 Horsens



www.kpmg.dk

Rådgivning og revision

Indbydelse til Wild Midt West 2010



Så er det (snart) tid igen – Årets løb – Wild Midt West 2010
Lørdag den 4. september – Husk 1. start kl. 10.00. NYT STARTSTED!!

Vi glæder os til at se de seje til svær orientering på gamle kort

Der vil være 3 baner:

Den korte på ca. 17 km

Den ultrakorte på ca. 9 km

Aftægtsbanen på ca. 5 km

– Aftægtsbanen i år med flere poster efter ønske fra Hanne Schultz

Kortet er farvekopi af GI Målebordsblad 1:20.000 fra ca. 1920 med
en hel del ting, der passer og noget, som ikke gør.

Der løbes med SportIdent. Brik kan lånes.

Axel Stobberup & Preben Jørgensen



Thylegene 2010

Hvornår skal vi af sted? Den 18., 19. og 20. juni 2010.

Hvor skal vi bo? Ølstoftlejren, Heebro 3, Hee 6950 Ringkøbing
fra den 18. kl. 15.00 til den 20. kl. 15.00.

Lejren ligger ved Hover Å og Fiske- og Familiepark West.
Heebro Plantage ligger tæt op til lejrområdet, og må frit benyttes til aktiviteter.

I hovedbygningen er der fællesrum/spisesal med borde og stole til 50 personer. 2 rum, 1 med 2 sovepladser og 1 med 4 sovepladser. Køkken med el-komfur, køleskab, fryser, opvaskemaskine og køkkengrej, samt service, bestik og glas til 50 personer. 4 toiletter, vaske/baderum med bruser. Tæt på hovedbygningen ligger der 3 hytter med 8 sovepladser i hver. Ud over de 30 personer der er sengepladser til, er der et mindre antal ekstra madrasser. Lagen skal anvendes af hensyn til madrasserne.

Området er på 2 tdr. land og med god læ fra alle vindretninger, ud over plads til boldspil, er der plads til 75 telte.

Der er bålplads med siddepladser, brænde forefindes, og er inkluderet i leje prisen. Rafter til lejrarbejde er på lejrpladsen, må benyttes, men må ikke afbrændes.

Det har ikke været muligt, at købe os til slutrengøring, det må vi klare i fællesskab. Rengøringsrekvisitter og rengøringsmidler er i hytten.

Udflugtsmål: Fiske- og Familiepark West, svømmehal i Ringkøbing, sejltur på Ringkøbing Fjord, Hee kirke, I.C.'s hus, Vesterhavet ved Søndervig, Vedersø kirke med Kaj Munks grav, Hvide Sande med sluse, fiskerihavn og Fiskeriets Hus, Strandingsmuseet i Torsminde, Nr. Lyngvig fyr, Ringkøbing-Skjern Museum med jernalderlandsby og vikingelandsby.



Der er afmærket til lejren ved T-kryds på Hovervej, på landevejen mellem Hee og Hover kirke.
Lejrens hjemmeside: www.oelstoft.webbyen.dk

Hvor skal vi løbe lørdag? Stråsø plantage

Baner Lørdag.

Bane 1: 8-9 km svær

Thylegekort

Bane 2: 5-6 km svær

Thylegekort

Bane 3: 3-4 km svær

Thylegekort

Bane 4: 4-5 km mellemsvær

O-kort

Bane 5: 2-3 km let

O-kort

Bane 6: 1-2 km snitzlet

O-kort

Thylegene 2010

1. start lørdag Kl. 13.00, afstand og startsted lørdag kommer på opslag i klubhuset og på hjemmesiden. Søndag: Pointløb i klitter på O-kort og lagkageløb.
- Samlet start: Ca. kl. 10.00
- Samlet kørsel fra lejren: Kl. 9.30
- Kontrolsystem: Klippetænger begge dage.
- Får vi præmier? Ja.
- Hvad skal vi have at spise? Lørdag aften serveres hamburgerryg med kartofler, salat og aspargessovs. Is og jordbær. Kaffe og te med lidt til.
- Der er købt ind, men vi regner med jeres hjælp i køkkenet.
- Medbring selv som sædvanligt forplejning til øvrige måltider.
- Hvor skal vi tilmeldes? På liste i klubhuset
- Hvornår skal vi tilmeldes? Senest den 8. juni 2010.
- Hvad koster det?
- | | | |
|------------------|-----|------------|
| Børn 0- 5 år | ca. | 0 kr. |
| Børn 6- 10 år | ca. | 75,00 kr. |
| Børn 11- 24 år | ca. | 150,00 kr. |
| Børn 25-100 år | ca. | 200,00 kr. |
| Børn over 100 år | ca. | 0 kr. |



Med venlig hilsen og på gensyn
Jytte, Kai, Aase og Jørgen



Kvindeløb i Horsens

Nu sker det. Et motionsløb for kvinder i Horsens.

Søndag den 5. september ved Nørrestrand i Horsens.

Vi fik for nogle måneder siden en forespørgsel fra arrangementsklubben Horsens Run, som i samarbejde med sportsforretningen Runners High var i færd med at starte et kvindeløb op. De ville gerne have os med i arrangementet, da de mente vi var gode til sådan noget. Bestyrelsen var med det samme med på ideen, og vi håber nu medlemmerne bakker op, og vil hjælpe på dagen og være med til at udbrede løbet, så vi når mindst 500 deltagere.

Horsens Run har bl.a. arrangeret Maratonløb i P-huset ved Sundhedshuset.



Alle løber jo, og der oprettes løbeklubber i de mindre byer. Markedet er stort, men det er udbuddet også. Det er dog med at springe på vognen når tilbuddet er der. Nøjagtig som vi gjorde med Beringstafetten.

Flemming Thyssen og jeg har deltaget i de første 4 møder. Herefter afløses jeg af Karen Sieg og Thomas Kokholm.

Lars Sørensen



Orientering i lovjunglen

Kent Kragh
Advokat



ADVODAN er Danmarks største advokatkaede 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

K. WESTERGAARD AUTOMOBILER ^A_S

Aut. forhandler

RENAULT

Aut. service

VOLVO

Høegh Guldbørs Gade 18 - 8700 Horsens

Telefon 75 62 51 33 - Telefax 75 62 73 32

NYT FRA VETERANKLUBBEN

Stjernholm Museum

Torsdag den 8. oktober havde Gunnar Skovgaard arrangeret besøg på Stjernholm Museum. Vi mødtes ved klubhuset og kørte samlet til Nim.

Gunnar gav kaffe med rundstykker og en Gl. Dansk. Vi blev delt op i tre hold, der på skift skulle lære at fremstille reb, lave æblesaft og deltage i rundvisningen på museet. Under rundvisningen kom vi i køkkenet for at smage gammeldags æbleskiver.

Vi kunne medbringe æbler og få æblesaft med hjem. Vi var 19 deltagere.

Rindbæk

Torsdag den 22. oktober havde Henning Larsen arrangeret vandretur i området omkring Rindbæk. Efter kaffen, som Ole gav en skarp til i anledning af sin fødselsdag, kørte vi i samlet flok til golfklubbens parkeringsplads i Hedensted.

Vi gik ad den nye sti gennem slugten over Thorup bæk, op over bakkerne på modsatte side, til vi kom til Lild Mølle, så på resterne af den for længst nedrevne mølle fra 1400 tallet. Her var der mølle før der blev landbrug, den fik sit vand fra Thorup bæk. 200 meter i luftlinie ligger der en anden mølle med navnet Røde Mølle. Den kan føres tilbage til år 1463, måske først som stampemølle, senere som vandmølle. I møllen var der i gamle dage både kolonial og isenkramforretning. I

en vinkelbygning var der bageri. Efter en brand i 1880, var der ølbryggeri og en form for teglværk. Der var opskæring af stammer til tømmer på sawværket i en tilbygning. I 50 erne blev der etableret fiskedamme i engen før møllen, de blev fjernet igen i 90'erne. Der blev lige tid til julesnaps inden vi gik tilbage. Turen varede to timer.

Vi var 14 deltagere.

O-løb

Torsdag den 5. november havde Knud Erik arrangeret o-løb i Åbjergskoven. Det var et almindeligt o-løb med 10 poster, men ved tre af posterne skulle der besvares et



Produktionen i gang



Knud Erik instruerer i æblemøstfremstilling

spørgsmål: navnet på den romerske skovgud, navnet på den græske skovgud og navnet på et musikinstrument med tilknytning til den græske skovgud. Hver rigtig svar gav et minuts fradrag i forbrugt tid.

Den græske skovgud Pan fandt på at lave panfløjten, som følge af kærestesorg.

Der var 16 deltagere i løbet, men det var kun Birgit der havde alle 3 svar rigtige.

Ole blev nr. 1, Palle nr. 2 og Thor nr. 3.

Vi var 21 deltagere til kaffe..

Med venlig o-hilsen Einar



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



Veteranerne planter skov

Vi går ture i skoven og vi løber i skoven. I det hele taget nyder vi skoven, så hvorfor ikke også plante i skoven. Og det var netop, hvad veteranerne gjorde i Nim skov her i foråret.

For 2 år siden fældede Gunnar Skovgaard et stykke med gamle graner og planen var genplantning sidste år, men sygdom satte en bremser for den plan. Ved julefrokosten her i december gik snakken om den udsatte genplantning og veteranerne var hurtigt ude med et tilbud om en hjælpende hånd, når tiden var inde. Vi kan jo ikke klare os uden skov....

Midt i april var Gunnar, vejret og veteranerne så klar til opgaven. 12 veteraner - alle med et grundigt og tilsyneladende veludviklet kendskab til, hvorledes man planter skov-, gik i gang med opgaven.

Området var efterhånden lidt tilgroet med diverse af skovens skønne planter, så som brombær men også gamle rødder og grene gjorde arbejdet lidt besværligt. Men ved hjælp af alle de gode råd,

som fløj gennem den klare forårsluft, fik vi plantet 1100 rødgraner blandet med 100 douglasgraner. Gunnar havde naturligvis skaffet planterne og da også de tørre grene blev gennemskillet af Gunnars medbragte væske, så forløb plantningen til Gunnars store tilfredsstillelse.

Veteranerne har dog meddelt Gunnar, at han ikke skal forvente at man deltager i fældningen om 30-40 år....

Til o-løberne kan oplyses, at det nyplantede område er markeret med gult....

På veteranernes vegne
Ole C

PS: Gunnar har bedt mig meddele, at alle træerne står godt og samtidig be'r han mig overbringe en stor tak til veteranerne for hjælpen og for veludført arbejde.



KALENDER

5. juni

Horsens Løbet med efterfølgende spising i Klubhuset.
Arrangør: Festudvalget

7. juni

Bestyrelsesmøde
Dagsorden: Vision 2015 og Medlemsmøde

9. juni

PR Løb i Søvind
Arrangør: Karsten Stald, Lars Sørensen

9. juni

Aktiv Rundt i Danmark løb i Bygholm Park for skoler.
Arrangør: Karsten Stald, Lars Sørensen, Aase og Jørgen Thyssen, Jørgen Skovby, Ole Christensen, Harvy Ilsøe.

12. juni

Besigtigelse af stævneplads til DM
Arrangør: Tage Baun

15. juni

Medlemsmøde i Klubhuset
Dagsorden: Vision 2015. DOF
Konsulent Gert Nielsen er med.

16. august

Funktionsledermøde DM
Arrangør: Tage Baun

24. august

Beringstafetten
Arrangør fra klubben: Peer Straarup, Kim Taylor, Svend Erik Pedersen, Tove Straarup, Bent Vestergaard, Karen og Michael Lind Frandsen

28. august

DM Mellem - Sukkertoppen

30. august

Bestyrelsesmøde

5. september

Kvindeløb i Horsens
Arrangør fra Klubben: Karen Sieg, Flemming Thyssen, Thomas Kokholm

16. september

Sund Idræt i byen
Arrangør: Karsten Stald og Lars Sørensen

22. september

Sund Idræt i byen
Arrangør: Karsten Stald og Lars Sørensen

13. november

Klubfest Arrangør: Festudvalget - Jette Christoffersen, Anne Andersen, Birte Poulsen, Jørn Egeberg

11. oktober

Bestyrelsesmøde

6. december

Bestyrelsesmøde

Lars Sørensen



grafisk forum a/s

kommunikation der skaber opmærksomhed

Marketing · Kommunikation · Design · Tryk · Logistik

årsberetninger · brevpapirlinier · bøger · brochurer · prislister · kalendere · virksomhedsprofiler · plakater · prospekter
magasiner · periodiske tidsskrifter · produktkataloger · manualer · pos materiale · reklametryksager · skilte · rapporter

En stærk partner på grafisk kommunikationsløsninger

Sparring om produktion af tryksager over til web

Vi skaber den røde tråd i din kommunikation
- på træs af medier

Telefon 7561 3344
Ormhøjgårdvej 12 · 8700 Horsens
www.grafiskforum.com
grafiskforum@grafiskforum.com

