

KompasPosten

Nr. 3 – April 2012



Herning Orienteringsklub

Medlem af Dansk Orienterings-Forbund under D.I.F. og I.O.F



Herning Orienteringsklub

www.herning-orienteringsklub.dk
herningok@herning-orienteringsklub.dk

Formand

Jens Jørgen Jensen
jjjensen@dadlnet.dk 97 12 42 14

Næstformand

Bjørn Hansen
Voulund@c.dk 97 15 15 55

Økonomiudvalg

Poul Erik Lyngsø
lyngsoe@post10.tele.dk 96 41 08 33

Kommunikationsudvalg

Kim Hyldgaard
ah@homegraphic.dk 97 14 55 65

Arrangementsudvalg

Anni Jensen
jjjensen@dadlnet.dk 97 12 42 14

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen
ssn@mail.tele.dk 97 26 78 99

Træner

Jan Mathiasen
jan@mathiazen.dk

Klubhusudvalg

Søren Andersen
dpvsa@herning.dk 30 59 43 97

Kortudvalg

Flemming Sasser
flemming@sasser.dk 22 37 31 97

Kortsalg

Frede Rasmussen
Frede.Rasmussen@skat.dk 26 29 42 88

Ungdomsudvalg

Kim B. Schmidt
fam.schmidt@sport.dk 97 16 16 76

Ungdomstrænere

Holger Refslund
holger.refslund@hotmail.com 22 15 66 55
Lars Mikkelsen
lars@mikkels1.dk 22 15 66 76

MTB-O udvalg

Ubesat

Salg af klubbetøj

Stine T. Søndergaard / Jonna Jørgensen
24 25 33 42 / 60 89 90 74
stinetaudahl@gmail.com / jojoda@live.dk

Præ-O

Carsten Kuhlmann
kuhlmann@mail.tele.dk 21 28 87 10

Pressekontakt

Kommunikationsudvalget
presse@herning-orienteringsklub.dk

Skovkontakt

Andreas Skov 97 12 76 78
skovkontakt@herning-orienteringsklub.dk

Vision 2015 kontakt

Asger Kristensen 22 67 66 71
asger.kristensen@city.dk

Medlemsregister

Gitte og Torben Isen
isen@webspeed.dk 97 22 42 23

Løbstilmelding

Bodil Schulz og Jesper Lysgaard
jesperlys@hotmail.com 97 22 45 39

Konti – Handelsbanken –

Løbskonto, kontonr. 7640 1089156
Driftskonto, kontonr. 7640 4611352

Forside: En forårsdag på Heden. Klubhuset har fået den helt store tur... (Foto: Kaj Kaspersen)



Formandens

Søndag den 28. april 2012 går det løs med orienteringens dag eller "Find vej i Danmark" – dagen. Dansk Orienteringsforbund samarbejder med Dansk Idrætsforening om det ambitiøse arrangement med 50 arrangementer over hele landet og annonceringen foregår i adskillige landsdækkende og lokale medier. I skrivende stund har der kørt et spot i 'OBS' på Danmarks Radio (DR1). Dette spot bliver gentaget i ugerne op mod den store dag.

Herning Orienteringsklub har ikke ligget på lade side og indsatsen, især personificeret af Asger Kristensen - men også godt hjulpet af rentegnere, rekognosceringsfolk og nedgravningshold, resulterer i seks af de 50 arrangementer!

Hvis du ikke allerede har meldt dig som hjælper, så benyt lejligheden til at deltage i én

af arrangementerne – du finder helt sikkert ét i nærheden af dig.

Alle arrangementer starter kl. 14.00 – i øvrigt de fleste steder med prominente gæster.

Bemærk også at fem ud af de seks arrangementer indvier nye fastpostbaner, så selv for garvede løbere er der noget nyt at prøve. Se mere på vores hjemmeside under 'Arrangementer'.

Vi klarede os rimeligt flot i årets første divisionsmatch, i forhold til at vi ikke stillede i stærkeste opstilling. Kollerup bød på et detaljerigt, spændende klitterræn og en naturskøn udsigtsstævneplads.

Næste divisionsmatch er den 12. august, men indbydelse er endnu ikke tilgængelig, så hold selv øje med O-service og vores hjemmeside. Husk tilmelding inden sommerferien!

runners corner

VIBORG • HERNING



Hvis der er en passende lang køretur, vil vi som sædvanlig forsøge at arrangere bustransport.

Årets første 2 DM'er er afviklet. DM-sprint i Helsingør og DM-ultralang i Jægerspris. Igen igen kunne Lucia hente guldmedaljer hjem til samlingen.

Stort tillykke – det må da bestemt være en godkendt start på sæssonen...? ☺

Den 14. april får klubhuset have en overhaling, og måske kommer der nyt stråtag på allerede i år. Samme dag har vi det næste DM-arrangement, nemlig DM-nat i Stenderup Nørreskov ved Kolding med 11 tilmeldte fra klubben.

Vi ses i skoven...

Jens Jørgen Jensen



**I SPARBANK gør vi mere
for kernekunderne**

Få det maksimale ud af din bank med SPARBANK MAX

DALGASGADE 30 - 7400 HERNING
T 9616 1170 - WWW.SPARBANK.DK

SPARBANK



Faste poster i Herning Orienteringsklub – Herning Nordvest og Fuglsang Sø –

I dette nummer af KompasPosten vender vi tilbage til Herning for at kigge nærmere på to nærområder, Herning Nordvest og Fuglsang Sø. De to områder er meget attraktive med deres beliggenhed så (forholdsvist) tæt på Herning centrum. Vi tager et kig på begge områder i samme nummer af KompasPosten, da kortene faktisk overlapper hinanden.

Som et lille kuriosum kan det nævnes at helt op mod en snes af klubbens medlemmer kan finde deres bopæl på disse kort.

Herning Nordvest

Det allerførste kort over den vestlige del af Herning hed Vestervang. Det går helt tilbage til 80-erne den gang, der var badmintonhal, der hvor øko-boligerne på Ydunsvej nu ligger. Det omfattede området fra Ringkøbingvej til Gudenåvej i et temmelig smalt bælte.

Så vidt jeg husker, var det klubbens andet kort med stationære poster. Det første var

Knudmosen. Super aktive Gunnar Klaris, som dengang boede på Ydunsvej, var foregangsmand.

De skulle kunne holde til noget, så det var oversavede telefonpæle med metalhusnumre, der blev gravet ned. Dengang var der ikke så mange dikkedarer. De blev bare forsynet med et metalskilt fra en husnummerserie, og så noterede man det på sit kontrolkort.

Lige efter århundredeskiftet blev de erstattet af de pæle, vi kender fra i dag. Nu blot med et metalskilt med postnummer samt to kontrolbogstaver, der skulle noteres. Posterne har desværre ikke påsat klippetænger.

Undervejs blev kortet udvidet betydeligt mod nord og til begge sider. Det fik også ændret navn til Herning Nordvest.

Man nok betegne kortet som letløbet. Det er vanskeligt at lave en svær bane. Men for nyere løbere til lette og mellemsvære baner, er

OMRÅDE	ANTAL POSTER	KORT-KASSE	KLIPPETANG / BOGSTAVER	KONTAKT
HERNING NV	75 (19 til 99) minus 31 til 35 og 86	nej	nej / 2	SØNDERAGERSKOLEN mail: soenderager@herning.dk tlf: 96 287878





området fremragende ikke mindst på grund af de mange friarealer. Det er også vigtigt at notere sig, at kommunen har været fremsynet, idet der mange steder er anlagt tunneller under hovedvejen til Holstebro. Der er 80 poster med numrene fra 19 til 99.

Posterne vedligeholdes af de fire hovedinteressenter: Lundgårdsskolen, Sønderagerskolen, Vestervangsskolen og Beredskabscentret.

Udgiften til projektet var på ca 20.000 kr, der stort set blev dækket ligeligt af Friluftsrådet og Herning Kommune.

Kortet strækker sig helt ud til Fuglsang Sø. Over dette område er også tegnet et særskilt orienteringskort, men dette kort har stationære poster med klippetænger.

Det kan give lidt praktiske problemer, når man vil lave løb på begge kort samtidig.

Kortet er rentegnet af Flemming Sasser og rekognosceret af undertegnede.

Fuglsang sø

Kortet over Fuglsang sø blev indviet i oktober 2009.

Det dækker området fra Fuglsang Sø i nord til Herning Gymnasium i syd bl.a. med Hjertereforeningens lysløkke samt hele det gamle stadionanlæg.

På kortet ligger 2 folke- og 2 friskoler. Endvidere 2 gymnasier, Beredskabscentret, 3 spejderhytter samt flere store videreuddannelsessteder. Et kort hvor det i høj grad blev muligt at få andre til at udbrede kendskabet til orienteringsløb. Desværre ønskede den daværende bestyrelse ikke, der skulle anvendes tid og midler til flere fastpostprojekter, så det blev i stedet Hjertereforeningens navn

OMRÅDE	ANTAL POSTER	KORT-KASSE	KLIPPETANG / BOGSTAVER	KONTAKT
FUGLSANG SØ	60 (101 til 160)	nej	ja / 0	BEREDSKABSSTYRELSEN MIDTJYLLAND mail: brsmj@beredskabsstyrelsen.dk HERNING GYMNASIUM mail: post@herning-gy.dk

og logo, der kom til at præge de 60 stationære poster.

Posterne vedligeholdes af Herning Gymnasium og Beredskabscentret.

Med sin store udstrækning og med flere spændende områder, er der her mulighed for at lave svære baner.

Kortet er rentegnet af Flemming Sasser og Lucia Aagaard og rekognosceret af undertegnede.

Asger Kristensen



Har du husket ...

... at opdatere

O-service??

www.o-service.dk



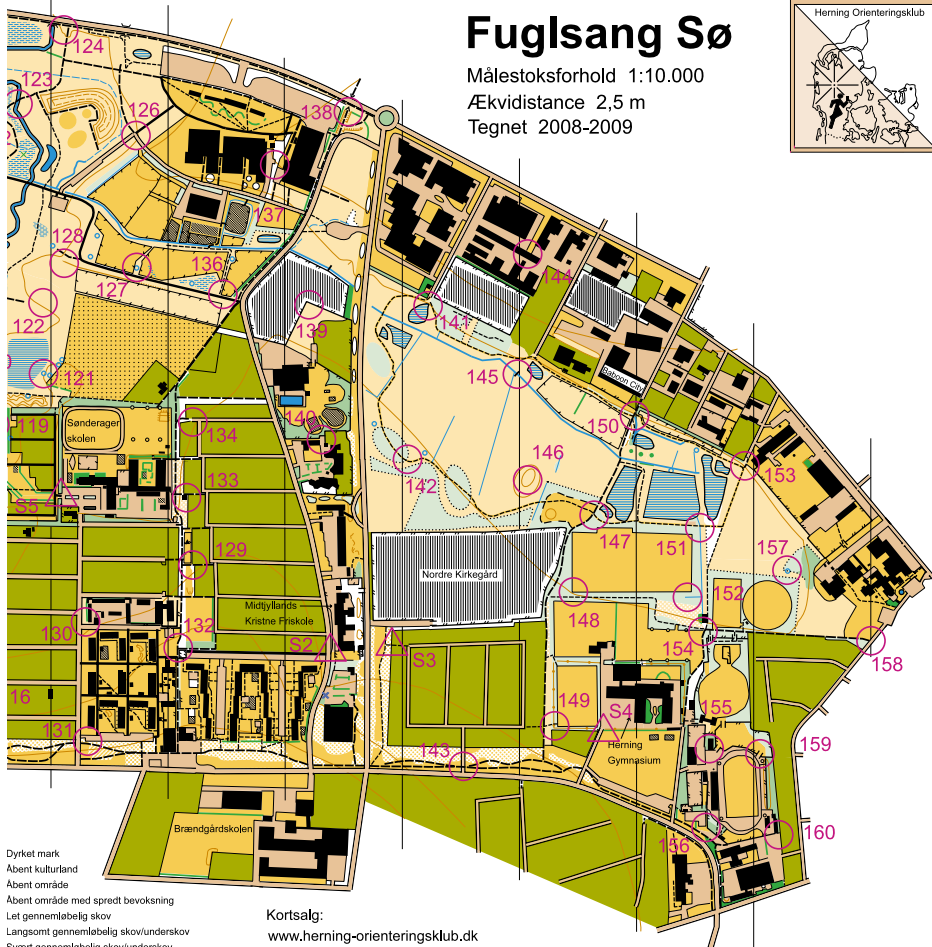


Fuglsang Sø

Målestoksforhold 1:10.000

Ækvadistance 2,5 m

Tegnet 2008-2009



Dyrket mark
Åbent kulturland
Åbent område
Åbent område med spredt beboelse
Løst gennemløbelig skov
Langsømt gennemløbelig skov/underskov
Svært gennemløbelig skov/underskov
Svært gennemtrængelig skov
Bevoksningsgrænse/markant arealafgrænsning
Højt hegn/hegn
Jorddige
Levende hegn/grændige
Bygninger
Bebyggelse/have (Forbuft område)
Parkeringsareal
Enligststående træ
Forbuft område
Næsten sandflade
Lysmest, skulptur
Højspændingsledning
Jernbane

Kortsalg:

www.herning-orienteringsklub.dk

Udarbejdet 2005 på grundlag af kommunale kort
Østlige del 2008

Rekognoscering: Asger Kristensen

Rentegning: Flemming Sasser/Lucia Aagaard

Rentegnet med OCAD 9.2

Støttet med tilskud fra
tips- og lottomidler
til friluftslivet samt
tilskud fra Herning Kommune

Orienteringskort udgivet af
Herning Orienteringsklub

Signaturer efter IOFs kortnorm

© Copyright Herning Orienteringsklub

Herning 5a
Tegnet 2008

Mandags-sø-ture 2012

Traditionen tro tager vi mandagsløbere igen i år på en månedlig tur til et nyt spændende område – ofte en tur rundt om en sø, men det er altid i et naturskønt landskab.

I år ser planen sådan her ud, men der kan altid forekomme ændringer, hold derfor øje med hjemmesiden.

16. april

Svanholm Sø ved Sdr. Felding

14. maj

Igelsø – Hund sø

11. juni

Ø naturområde

20. august

Flyndersø

10. september

Fårup Sø

1. oktober

Broddingbjerg/Søndersø, Viborg

Det er ikke for at løbe specielt langt eller hurtigt, vi kører til andre områder, det er derimod for at komme ud i nye spændende og flotte naturområder, så alle der har lyst kan være med.

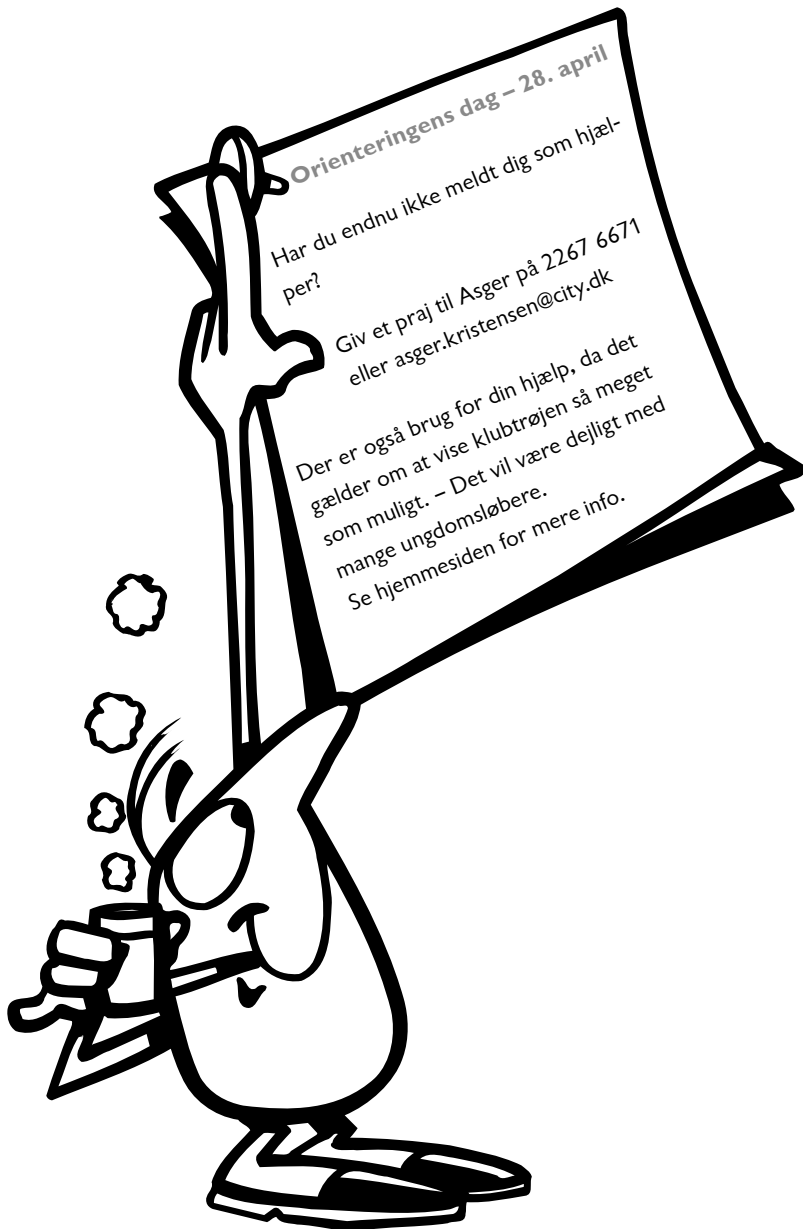
Vi starter turene kl. 16.30 fra klubhuset og alle fra klubben er meget velkomne til at komme med – husk madpakke og skiftetøj.

Venlig hilsen mandags-sø-løberne

Bjørn Hansen, Jens Ole Krogh og Søren Søgaard.

- Hund sø nær Bryrup.





Aktivitetskalender – udvalgte åbne løb

DAG DATO	TYPE	AKTIVITET	SKOV ARRANGØR	SENESTE TILMELDING
Søndag 29/4	B-Løb	1. divisionsmatch	Dollerup Viborg Orienteringsklub	15/4
Fredag 4/5	C-Løb	Nordjysk Mesterskab – Lang –	Blokhus Aalborg Orienteringsklub	20/4
KUM (Kredsungdomsmatch)				
Lørdag 5/5	Klassisk (kun udtagne) / C-løb (alle)		Stenholt	22/4
Søndag 6/5	Stafet (kun udtagne løbere)		Kompedal	-
Torsdag 17/5	C-Løb	Nordjysk Mesterskab – Stafet –	Rold Vælderskov Rold Skov Orienteringsklub	5/5
Torsdag 17/5	C-Løb	Kr. Himmelfartsløbet	Fløjstrup OK PAN	8/5
Søndag 20/5	C-Løb	Gudenådysten	Sletten/Sønderskoven Silkeborg Orienteringsklub	6/5
Søndag 10/6	C-løb	Vejlestaffetten	Frederikshåb Øst OK SNAB	27/5
Søndag 16/6	A-løb	JFM sprint	Århusbakken Silkeborg OK	11/6
Søndag 12/8	B-Løb	2./3. divisionsmatch	Sættrup Plantage ??	22/7
Søndag 23/9	B-Løb	1./2. divisionsmatch Op/nedrykningsmatch	Ørnbjerg Mølle OK Pan Århus	1/9



Træningsløb i Herning OK

DATO	SKOV	BANELÆGGERE	AFMÆRKNING	NUMMER / BEMÆRK
Tirsdag 24/4	Harrild Hede	Flemming Sasser, Mogens Hald og Torben Schou	Fasterholtvej	14
Tirsdag 1/5	Præstbjerg	Holstebro Orienteringsklub Frede Truelsen	se www.holstebro-ok.dk	
Tirsdag 8/5	Linnebjerg	Jesper Lysgaard, Bodil Schulz, Morten Ibsen og Brian Nielsen	Ilskovvej (A12)/ Linnebjergvej	3
Tirsdag 15/5	Herning NV	Frede Rasmussen og Henning Bendtsen	Holstebrovej/ Gudenåvej	4
Tirsdag 22/5	Sparekassens plantage	Lars Mikkelsen, Peder Larsen og Stine Søndergaard	Albækvej (A15)/ Helstrupvej	5
Tirsdag 29/5	Haunstrup	Kurt & Marit, Thorkil Skov- bjerg og Anton Rasmussen	Albækvej (A15)/ Tothøjvej	6
Tirsdag 5/6	Løvbakkerne	Kenn & Susanne Kristensen, Poul Erik & Elin Lyngsø	Løvbakkevej	2

Startsted: Se detaljer på www.herning-orienteringsklub.dk ... Arrangementer ... Afmærkninger

Tilmeld dig til de åbne løb på modstående side via O-Service (www.o-service.dk), klubbens hjemmeside eller i god tid til Bodil Schulz eller Jesper Lysgaard. Tilmeldinger efter nævnte datoer accepteres ikke.

Regler for træningsløb

Starttid i sommerhalvåret:
Tirsdag fra kl. 17.45-18.30.
Poster nedtages fra kl. 20.00

Starttid i vinterhalvåret:
Lørdag fra kl. 12.30-13.30.
Poster nedtages fra kl. 15.00

Banetilbud:
Begynder 2-2,5 km, let 3-3,5 km, mellem-
svær 4,5-5,5 km, svær 5-6 km og 7-9 km

Man kan ikke med sikkerhed regne med
kørsel fra klubhuset, så mangler du kørelej-

lighed så ring til Gitte Isen: Tlf. 97 22 42 23.

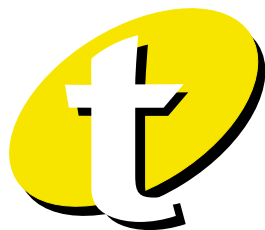
Kort, rettekort og angivelse af løbsområdet
samt vejledning i banelægning vil tilgå bane-
læggerne fra Andreas Skov.
Materielkasse, borde og telt kan afhentes
i materielskuret ved klubhuset 2 dage før
træningsdagen.

Materielkasse, deltagerliste, rettekort, ud-
fyldt optællingsliste, borde og telt afleveres i
optalt og rengjort stand senest 2 dage efter.

Husk: Ingen kontanter i klubhuset!

Trykstuen

Print & kopiservice



Tlf. 96 88 22 87 • www.trykstuen.dk



Træningsudvalget informerer

Efter at vi er gået over til sommertid, og påskeløbet er vel overstået, er vi nu igen startet med træningsløbene om tirsdagen med start mellem kl. 17.45 og 18.30.

Den første divisionsmatch er nu løbet, og vi klarede lige akkurat skærene, idet vi blev nr. 2.

Men vi havde kun 35 løbere tilmeldt! – Det må vi kunne gøre bedre til næste gang. Vi skulle gerne være 15 - 20 løbere mere til

næste match, hvis vi skal blive blandt de bedste klubber i 2. division. Sæt derfor allerede nu **x** i kalenderen ved den **12. august**, og den **23. september**, hvor der skal løbes henholdsvis den anden divisionsmatch og op/ned rykningsmatch.

Vi ses derude i skoven, der netop nu bliver mere og mere grøn.

Venlig hilsen træningsudvalget
Søren Søgaard

Salg af EMIT/Sportident brikker

Herning Orienteringsklub giver tilskud til køb af brikker. Bestil EMIT eller Sportident brikker hos Frants Nielsen: frantsnielsen@mail.dk / 97 22 37 03

Henning Jørgensen Cykler



Tjelevej 48 . Tjørring, 7400 Herning

Tlf. 97 26 72 55 . Fax 97 26 74 74 . CVR-nr. 17 89 84 85 . www.joergensencykler.dk

Bank: Sydbank, reg. 7118 . konto 200529-9

Det er ikk' så ringe endda...

Seks ungdomsløbere fra Herning udtaget til Nordkredsens KUM-hold

Efter syv løb, gennemført i marts og april, kan der nu gøres status over klubbens ungdomsløberes pointhøst. I alt har seks løbere kvalificeret sig til en plads på Nordkredsens ungdomshold, når der i weekenden 5-6. maj skal dystes mod Syd- og Østkredsens ungdomshold i det årlige ungdomsmesterskab. Ungdomsafdelingens ambition om, hvert år at være repræsenteret på KUM holdet, er således også opfyldt for 2012.

På pigesiden er det trio'en Braun Voetmann som repræsenterer klubben. I D-12 høstede Sofie 174 point, mens Jane hentede 160 point af de maksimale 180 point.

Storesøster Natasha hentede 134 point, og holdt den nødvendige samlede sjetteplads i et felt med meget skarp konkurrence (hele 14 løbere var stillet til start i D-14 konkurrencen).

På drengesiden er klubben repræsenteret med Daniel i H-12. Daniel fik 177 point og en tredjeplads i Nordkredsens udtagelsesløb. Nicklas opnåede med 120 point en femte plads i H-14. En rigtig flot præstation set i lyset af at Nicklas kun er stillet til start i tre af syv løb – og således ikke har haft nogen reserve, men kun de tre gældende.



- Nicklas Olsen på vej i mål til DM ultralang i Jægerspris Nordskov, et af de syv udtagelsesløb.

(Foto: Kaj Kaspersen)



Sidst men ikke mindst lykkedes det Alex, trods en dårlig start på konkurrencen (hvor han blev ramt af sygdom), at hente den nødvendige sjette plads i H-16. Alex hentede med en slutspurt i Påskeløbets 1. og 2. etape 86 point til hans samlede score på 140 point.

Dysten mod de to andre kredse afholdes i Stenholt og Kompedal plantager nord for Engesvang. Kompedal er den traditionelle Vestjyske plantage hvor der er system og orden på det hele...

– Træerne står på række, der er næsten ingen ujævnheder, og vejene er lavet efter lineal og vinkel. Mens Stenholt har et lidt mere udfordrende kurvebillede.

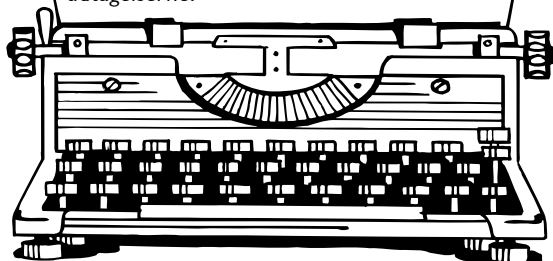
Selv om de to skove ikke er egentlig Herning hjemmebane så er det næppe en ulempe at være fra Herning når der dystes i den slags terræn. Vi ønsker de seks løbere en god weekend med store oplevelser og håber at høre lidt om oplevelserne i næste nummer af Kompasposten.

Note fra redaktøren

Læg mærke til at lørdagens KUM løb er åbent om eftermiddagen for alle (klassificeret som C-løb) – se side 12.

Læg også mærke til at Herning Orienteringsklub har seks (6!) løbere med ved årets KUM. Det viser en styrke i ungdomsafdelingen, som vi skal langt tilbage i tiden for at genfinde.

– Stort tillykke til hele ungdomsafdelingen med udtagelserne!



Klubmesterskab ungdom 2012

Som noget nyt i 2012 har vi valgt at kåre klubmester ungdom efter et nyt princip, som løber over tre gældende løb. Der kåres en klubmester pige og en klubmester dreng. Mesteren kåres uafhængig af alder, kun opdelt på køn. Mestrene kåres efter de tre divisionsmatcher (et i foråret og to i efteråret).

Princippet for udmåling af point er i lighed med pointsystemet for KUM. Man tilmelder sig på sin alderssvarende A-bane. Vinderen af banen får 100 point, mens øvrige får point i forhold til, hvor mange minutter de er efter vinderen. Er man eksempelvis 11 min og 35 sek. efter vinderen får man 100 minus 11 point – altså 89 point. På den måde kan

Dame 10 løbere tjene lige så mange point på sin bane som Dame 16 løberen. Ved pointlighed findes vinderen ved hurtigste kilometer-tid på det sidste løb.

Til klubmesterskabet tæller alle tre løb, sæt derfor kryds i kalenderen:

- ☒ Søndag den 18. marts i Kollerup
- ☒ Søndag den 12. august Søttrup Plantage
- ☒ Søndag den 2. september eller
Søndag den 9. september
- den sidste dato afhænger af om vi skal rykke op eller ned.

Stillingen efter første match

Piger	1. div. match	2. div. match	3. div. match	I alt
Sofie Voetmann, 12A, bane 7b	98			98
Jane Voetmann, 12A, bane 7b	93			93
Natasha Voetmann, 14A, bane 6	81			81

Dreng	1. div. match	2. div. match	3. div. match	I alt
Daniel Schmidt, 12A, bane 7a	98			98
Nicklas Olsen, 14A, bane 5	69			69



Begynderkursus

SÅ ER DET NU!

ORIENTERINGENS DAG den 28. april efterfølges af et begynderforløb, som forløber over fire tirsdage. På disse fire løbsdage vil programmet tage særlig hensyn til nye løbere. Programmet giver plads til børn, voksne, ældre, familier og hunde.

Hvert løb starter med en instruktion på maksimalt 10 minutter. Nye løbere kan herudover få en hjælper med i skoven, hvor klubbens ungdomsløbere står klar som guider.

Nedenunder kan du se, hvor de fire begynderdage afholdes, og du kan se, hvordan du finder startstedet:

Tirsdag d. 1. maj

Herning City (Specialarrangement fra Klubhuset i Sønder Anlæg, Godsbanevej)

Tirsdag d. 8. maj

Linnebjerg (Skiltning fra krydset Ilskovvej – Linnebjergvej, nordøst for Sunds)

Tirsdag d. 15. maj

Herning Nordvest (Skiltning fra krydset Holstebrovej – Gudenåvej)

Tirsdag d. 22. maj

Snejbjerg Sparekasseplantage (Skiltning fra krydset Albækvej – Helstrupvej vest for Snejbjerg)

Der er opsat små skilte med røde/hvide pile og orienteringsløbsskærme (hvid/orange) fra „skiltningsstederne“ til selve startstedet.

Det er muligt at parkere bilen ved startstedet, og det er her, der gives instruktion, udleveres kort osv.

Instruktionen starter hver gang kl. 17.45, men det er muligt at starte indtil kl. 18.30.

Hver gang vil der være to begynderbaner og to lette baner på henholdsvis 3 og 5 km. – Men det vil også være muligt at få større udfordringer...

Efter løbet vil det være muligt at evaluere oplevelser og erfaringer med klubbens instruktører.

Derfor en stor opfordring til at udfordre naboer, kollegaer, familie m.v. til en anderledes skovtur!

Hvis du har spørgsmål, er du velkommen til at kontakte Kim Schmidt på fam.schmidt@sport.dk

Vi glæder os til at se dig!

Herning Orienteringsklub

Generel information

Deadline for KompasPosten 2012

- ☑ Nr. 4 har deadline den 20. maj og udkommer ca. 2. juni
- ☑ Nr. 5 har deadline den 12. august og udkommer ca. 25. august
- ☑ Nr. 6 har deadline den 23. september og udkommer ca. 6. oktober
- ☑ Nr. 7 har deadline den 11. november og udkommer ca. 24. november

Indlæg bedes sendt til KompasPostens redaktion på klubblad@herning-orienteringsklub.dk. Hvis indlægget indeholder billedmateriale / illustrationer, bedes originalerne sendt separat i tillæg til indlægget.

Signerede indlæg udtrykker indsenderens mening, men tegner ikke givetvis klubbens mening.

Information

Referater af bestyrelses- og udvalgmøder mm, kan ses på klubbens hjemmeside:

www.herning-orienteringsklub.dk

Opret gerne selv indlæg på hjemmesiden

(kræver login) eller send materialet til

wm@herning-orienteringsklub.dk.

Den komplette medlemsoversigt kan findes i

O-service, www.o-service.dk.

Herning Orienteringsklubs træningsløb er gratis for klubbens medlemmer. Brikleje 10 kr.

Ved Danmarks mesterskaber og divisionsturneringsløb betaler klubben startafgiften for klubbens medlemmer.

Dog afholdes udgiften til brikleje af løberen selv.

Ungdomsløbere

Herning Orienteringsklub betaler delvist startafgiften for klubbens ungdomsløbere ved åbne løb. (Brikleje betales af løberen)

Hvis løberen alligevel ikke stiller til start, skal løberen selv betale afgiften.

Kontingent - årligt

Ungdom	330 kr.
Senior	520 kr.
Passive	290 kr.
Par	900 kr.
Familie	1.100 kr.
En voksen + ungdom	720 kr.

Løbetræning

Mandag kl. 17.00 fra klubhuset

Tirsdag kl. 17.45 orienteringsløb i skoven
(til ca. 1/10 2012)

Torsdag kl. 18.00 fra klubhuset

Lørdag kl. 12.30 orienteringsløb i skoven
(fra ca. 1/10 2012)



Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg

Anni Jensen, Jonna Jørgensen, Bitten Nielsen, Stine Søndergård, Birgit Jørgensen.

Klubhusudvalg

Søren Andersen (udlejning), Henning Bendtsen, Inger Knudsen, Åge Knudsen, Arne Lock, Mogens Andersen, Inga Andersen og Kristian K. Pedersen.

Økonomiudvalg

Poul Erik Lyngsø, Gitte Isen og Jesper Lysgaard.

MTB-O udvalg

ubesat

Kortudvalg

Flemming Sasser, Jens Ole Krogh, Frede Rasmussen, Lucia Aagaard, Egon Mathiasen, Asger Kristensen og Thomas Lindschouw.

Ungdomsudvalg

Kim B. Schmidt, Holger Refslund, Lars Mikelsen og Randi Voetmann.

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen, Andreas Skov, Leif Olsen og Ole Jacobsen.

Kommunikationsudvalg

Kim Hyldgaard, Kaj Kaspersen og Kurt Hindkjær.

Salg af klubbetøj

	Voksen / barn
Overtræksjakke (blå, grøn, hvid) model "trainer LZR Jacket"	500 / 400 kr.
Overtræksbukser (sorte) model "trainer TRX pants" med lycra bag	500 / 375 kr.
Overtræksbukser (sorte) model "motion TX pants"	350 / 250 kr.
O-løbebluse m/kort ærme+lynslås (blå,grøn,hvid) model "extreme LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebluse m/langt ærme+lynslås (blå,grøn,hvid) model "extreme LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebluse m/langt ærme. O-nylon(blå,grøn,hvid) model "basic LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebukser 3/4 længde(sorte) model "Extreme TRX short O-pants"	300 / 225 kr.
O-løbebukser (sorte) O-nylon "basic TRX long O-pants" m/dobbelt for	300 / 225 kr.
O-løbetights (sorte) model "Run TRX long Tights"	300 / 225 kr.
O-hue (blå/grøn/hvid) "B56-L bi-elastic LZR cap"	150 / 150 kr.

Du kan bestille tøjet hos Stine eller Jonna:

stinetaudahl@gmail.com / jojoda@live.dk eller tlf.: 24 25 33 42 / 60 89 90 74

Tøjet er fra Trimtex - se mere på www.trimtex.no

Medlemskartoteket april 2012

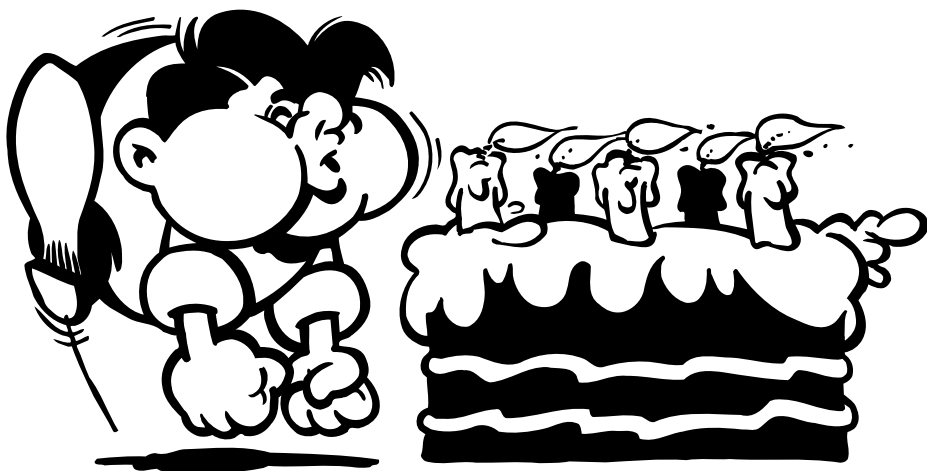
Antal medlemmer:

142

(uændret siden sidste nummer)

Vi siger tillykke til

20/04	Holger Refslund
22/04	Mogens Hald
01/05	Lars-Henrik Braun
03/05	Bodil Schulz
03/05	Edna Nilsson
07/05	Erik Thomsen
13/05	Anni Jensen
18/05	Carsten Kuhlmann
19/05	Ole Jacobsen
20/05	Stine T Søndergaard
21/05	Svend Erik Hedevang
23/05	Dennis Kristensen
23/05	Per Feldbak
23/05	Keld Dalby
26/05	Leif B. Nielsen
27/05	Jesper Lysgaard





Påskeløb 2012

Billedesiden har denne gang været til påskeløb på Rømø.

Som traditionen byder var løbere fra Herning Orienteringsklub mødt talstærkt frem...



(Foto: Kaj Kaspersen og Søren Andersen)



KompasPosten
Egeskovvej 12
7451 Sunds

B
Economique

Indholdsfortegnelse	Side
Bestyrelse, m.fl., navn, adresse og tlf.nr.	2
Formandens	3
Faste poster - Herning NV og Fuglsang Sø	5
Mandags-sø-ture 2012	10
Orienterings dag	11
Aktivitetsskalender	12
Træningsløb i Herning OK	13
Regler for træningsløb	14
Træningsudvalget informerer	15
Det er ikk' så ringe endda... ..	16
Klubmesterskab Ungdom 2012	18
Begynderkursus	19
Generel information	20
Klubbens udvalg / Salg af klubbetøj	21
Medlemskartoteket april 2012	22
Påskeløb 2012	23



- Fra en kold DM weekend – her til DM ultralang i Jægerspris. (Foto: Lucia Aagaard)



- Lucia Aagaard øverst på skamlen til DM ultralang palmesøndag i Jægerspris. (Foto: Kaj Kaspersen)