

# KompasPosten

Nr. 6 – Oktober 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@mathiazhen.dk 35 11 73 90

## 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/Irene B. Schmidt  
fam.b.schmidt@gmail.com 61 77 37 96

## Ungdomstræner

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

Gitte og Torben Isen 97 22 42 23  
tilmelder@herning-orienteringsklub.dk

## Konti – Handelsbanken –

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

*Forside: Det blev ikke til medaljer, men disse ungdomsløbere til DM Stafet har alligevel fundet vej til forsiden... ☺ (Foto: Kaj Kaspersen)*



## Formandens

Jeg synes vi præsterede et virkeligt flot DM-lang stævne i Husby søndag den 16. september. Stor tak til alle for den store indsats og en særlig tak til banelægger Frants Nielsen og de 5 korttegnere – med familien Mathiasen i spidsen – for det store arbejde, der er lagt i korttegning og banelægning i dette fantastiske o-terræn.

Det nye Cowi grundmateriale afslørede store unøjagtigheder på det gamle påskeløbskort og man måtte derfor starte helt forfra med

korttegningen. Anstrengelserne resulterede i teknisk svære men reelle baner. Vel noget af det bedste vi kan byde på i Danmark.

Svend Erik Hedevas sprang til og klarede stævnelederjobbet flot og selvstændigt trods relativ lille erfaring med O-stævner. Dejligt at vi er en klub med så mange resurser, at der var plads til at en halv snes af klubbens egne løbere kunne stille til start – heriblandt Lucia Aagaard, der med vanlig sikkerhed hentede en sølvmedalje til klubben.



## 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

Læs i øvrigt Svend Erik Hedevangs beretning om DM Lang på side 10.

Nu er vores placering i divisionsturneringen til næste år afgjort. Ved op- og nedrykningsmatchen mellem 1. og 2. division i Ørnbjerg Mølle søndag den 23. september stillede vi med 42 deltagere og blev placeret som nr. 3. Det placerer os i 2. division sammen med Ålborg OK, som vi slog med et mulehår. Det betyder også, at vi skal arrangere et 1. divisionsstævne den 14. april 2013. Dagen før – lørdag den 13. april – afholder Dansk Orienteringsforbund igen Find-vej-i Danmark dag. Som følge af den lidt uheldige tidsmæssige placering så tæt op af divisionsmatchen stiller vi med et noget mindre arrangement end i 2012. Vi forventer også at dette arrangement er vores bidrag til fejringen af Hernings 100 års jubilæum. Mere om dette på hjemmesiden og i et senere nummer af klubbladet.

Vi plejer også at lave en natugle. Det bliver formentlig 2. etape den 13. marts 2013 på det nye kort i Skelhøj.

Herning Kommune samarbejder i øjeblikket med Realdania og Lokale og Anlægsfonden om at undersøge mulighederne for at udvikle den nedlagte Gl. Vejlevej til et nyt og spændende bevægelses- og aktivitetsbånd i

Herning. Projektet har fået titlen TimeLine. Herning Orienteringsklub er sammen med en række andre foreninger indkaldt til brugermøde på rådhuset. Det kan næppe undgå at gøre træningen fra klubhuset mere attraktiv. Vi kunne også have brug for at sætte et pift på torsdagstræningen og måske kan vi få puste liv i den gamle drøm om en lysløjpe.

Vi har en rigtig god kvalitet i vore træningsløb. Det kan man overbevise sig om ved at deltage i andre løb rundt omkring i landet. Imidlertid vil vores træner - Jan Mathiasen - gerne bruges noget mere. Han har tilbudt at kommentere banelæggernes udkast til træningsløbsbaner. Det vil jeg opfordre kommende træningsløbsarrangører til at benytte sig af. Jans kontakt informationer finder du på side 2 i bladet.

Det er velkendt, at det er svært at finde den rigtige sværhedsgrad til andre baner end svarende til den klasse, man selv løber i. Jeg har selv svært ved at lave begynderbaner, da det er ca. 50 år siden, jeg var begynder. I det hele taget er det en god ide at diskutere med mere erfarne klubkammerater, også inden man går i gang. F.eks. for at få ideer til spændende momenter, man kan lægge ind i træningen. De svære baner kan også volde problemer.

Har du læst artiklen ”Bingo eller ej?” i O-



Posten september 2012? Her beskrives en række faldgrupper omkring postplaceringer. Det er fejl som jævnlige ses, selv ved DM-stævner. Man må f.eks. ikke placere en post midt i en slugt, hvis den har mere end nogle få meters udstrækning. Så skal posten placeres med definitionen „oppe“ eller „nede“...

God vintersæson – vi ses i skoven, og det er der masser af muligheder for:  
Følg med i klubbladet, på hjemmesiden og på O-Service.

*Jens Jørgen Jensen*

## Faste poster i Herning Orienteringsklub – Snebjerg Nord –

I dette nummer af KompasPosten kigger vi på Snebjerg Nord. Kortet blev indviet ifm. „Find-Vej-I-Danmark“-dagen den 28. april 2012.

Et af klubbens nyeste kort med faste poster er Snebjerg Nord. Ønsket kom fra ungdoms-udvalget i almindelighed – og i særdeleshed fra udvalgets formand Kim Schmidt, som med bopæl i området har gode kontakter. Idéen om et O-kort var således solgt på forhånd til Engbjergskolen, hvor bl.a. skoleinspektøren er gået helhjertet ind for projektet. Da jeg fik forelagt denne interesse tilbød jeg at rekognoscere området og efterfølgende rentegne kortet på PC.

Kortet fik fra starten Engbjergskolen som omdrejningspunkt, da skolen ligger i tilknyt-

ning til sammenhængende grønne arealer, som kommunen ejer. Grænserne for kortet lå ikke fast fra starten, men Ørskovvej blev hurtigt vestligt skel. I øvrigt et område, som er præget af aktiv byggeri, hvorfor kortet ad åre nok skal suppleres.

Undervejs har der været en række bidragsydere inden det endelige kort lå færdigt. Området var jo ukendt i orienteringsmæssig henseende og undervejs kom der flere og flere input til.

Tidligt i forløbet – dvs. medio 2011 – fik Asger og Lucia skaffet kortmateriale fra kommunen. Faktisk ligger kommunen inde med meget detaljerede og helt præcise kort, som letter arbejdet og som er meget lig det grundlag vi normalt har til rådighed til

kortproduktion. Lucia fik skaffet en masse elektroniske kortfiler med alverdens detaljer som bygninger, fortove, matrikelgrænser etc., som jeg kunne sortere i.

Som det fremgår af kortet på side 7 er store dele af kortet præget af parcelhus- og industrikvarterer, men der er lommer med natur. Blandt de mere interessante indslag er Herning Fiskepark på Langvadbjergvej, som udgør kortets grænse mod øst. Fiskeparken er sammen med bakkepartiet nord for industriområdet og parken ved Engbjergskolen med til at gøre en tur i området naturpræget, selv om der er tale om et bykort. I den forbindelse skal det nævnes, at Asger med vanlig ildhu har sørget for, at fiskeparken og en række andre virksomheder og private lodsejere i området har åbnet op for brug af området. Jeg har ikke tal på antallet af ejere, men det har krævet rigtig mange kontakter for at få aftalerne på plads.

I forløbet blev der også taget kontakt til Snejbjerg Skole, der ligger syd for Hovedgaden, som oprindeligt var tænkt som kortets sydlige grænse. Da denne skole også viste in-

teresse for projektet lå det lige for at udvide kortet, således at skolen bl.a. kunne få sit „eget“ startsted.

Skolernes interesse afspejler sig også omkring de 43 faste poster og 3 startsteder, som er etableret. Dels har Engbjergskolen skaffet en sponsor til pælene og dels har en kreds af forældre fra de to skoler hjulpet til med at få placeret og gravet pælene ned i jorden. Efterfølgende forlyder det, at skolerne har taget kortet til sig og benytter det i undervisningen.

I det hele taget kan man med rette kalde hele projektet for meget skoleorienteret, da kortet er koblet til Dansk Orienteringsforbunds „Find vej i... skolen“ projekt.

Har du lyst og mod på at studere et af vore nærområder nærmere kan du finde kortet på [www.herning-orienteringsklub.dk](http://www.herning-orienteringsklub.dk) ... Prøv orientering ... Udskriv gratis kort ... Snejbjerg Nord. Du kan også få direkte adgang til kortet, der rummer alle poster på <http://tinyurl.com/snejbjerg-nord-alle>

Thomas Lindschouw

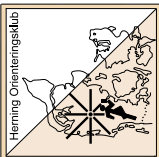
| OMRÅDE            | ANTAL POSTER          | KORT-KASSE | KLIPPETANG / BOGSTAVER | KONTAKT                                               |
|-------------------|-----------------------|------------|------------------------|-------------------------------------------------------|
| SNEJBJERG<br>NORD | 43<br>(1-44 minus 23) | nej        | ja / 3                 | Engbjerg Skole, 96 28 71 40<br>mail: engec@herning.dk |



## SNEJBJERG NORD

Målforhold 1:10.000  
ÆKvidistance 2,5 m

Udgivet 2011



Kortet er tegnet i oktober og november 2011 af Thomas Lindschow for Herring Orienteringsklub.

De faste poster er etableret i samarbejde med Engbjergskolen og Snebjerg Skole.

Grundmateriale:  
Herring Kommune

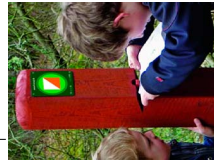


### Signaturforklaring

- asfalteret vej, grusvej
- skovvej, sti
- lille sti, udydelig sti
- hegn, højt hegn
- forbudt område
- ruin, tårn
- sten, grave
- bevakningsgrænse
- sø, lille sø, kildeløb
- grøft, bæk, lille grøft
- impassabel mose
- mose
- brønd, spang, bro
- højdekurve
- jorddige
- rende
- høj, punkthøj
- lavning, lille lavning
- dyrket område
- græs
- åbent område
- spredt bevoksning m. god bund
- spredt bevoksning m. grov bund
- sand
- let gennemløbelig skov
- langt om gennemløbelig
- svært gennemløbelig
- svært gennemtrængelig
- levende hegn, underbevoksning
- markant skovgrænse
- bygning, have, forbudt område
- parkeringsareal, grus eller flt.

SE BAGSIDEN

Herring 29  
Februar 2011



**PT TØMRER**  
HERNING APS  
Tlf. 29 86 99 04/05  
[www.pttoermeherning.dk](http://www.pttoermeherning.dk)



Støttet af Ministeriet for Børn og Undervisnings tips- og lotto midler  
copyright Herring Orienteringsklub - [www.herring-orienteringsklub.dk](http://www.herring-orienteringsklub.dk)

## KLUBWEEKEND 9-11. november 2012

Nu nærmer tiden sig for vores årlig klubbetur, som i år går til Djursland.

Mød op til nogle spændende tilbud om flere typer O-løb + masser af social klubliv, lækker festmiddag + overnatning m.m.

Vi mødes fredag aften ved Solhytten, Aspevej 10, 8500 Grenaa, hvor vi bor og overnatter. Find mere information på [www.naturcenternorddjurs.dk](http://www.naturcenternorddjurs.dk)

Der vil være natløb med start fra kl 19.00 til 20.00 direkte fra Solhytten og ud i Grenaa plantage.

Lørdag formiddag kører vi ned til Fruerlund Plantage ved Tistrup.

Her skal vi løbe i et område, som blev brugt til flyverskjul under anden verdenskrig, derfor et lidt speciel og spændende terræn. Efter løbet kører vi til Mols bjerge, hvor vi kommer på en tur med den lokale naturvejleder.

Lørdag aften er der dækket op til festmiddag i Solhytten.

Søndag formiddag går turen igen hjemad. Forinden er der fælles rengøring af hytten.



- Solhytten... (mere info på [www.naturcenternorddjurs.dk](http://www.naturcenternorddjurs.dk))



I Siim ved Ry tilbyder Leif et lille sprintløb på faste poster.

Banerne bliver følgende med ca. længde:

## Natløb fredag

Let på ca. 3 km

Mellmsvær på ca. 3-4 km

Kort svær på ca. 3-4 km

Lang svær på ca. 6-7 km

## Lørdag

Let på ca. 3,5 km

Mellmsvær på ca. 5 km

Kort svær på ca. 5 km

Lang svær på ca. 7,5 km

## Søndag

Let på ca. 1,5 km

Sprint på ca. 2,5 - 3 km

Prisen for alt dette afhænger af deltagerantallet, men vi forventer ca. 550 kr. for voksne og ca. halv pris for børn/ungdom.

Prisen dækker løb + overnatning + festmiddag + morgenmad og frokost.

Tilmelding pr. mail til [jjjensen@dadlnet.dk](mailto:jjjensen@dadlnet.dk) senest den 29. oktober. Oplys venligst:

1. Om du deltager i alle måltider.
2. Hvilken natløbsbane du ønsker.
3. Hvilken lørdagsbane du ønsker.
4. Hvilken søndagsbane du ønsker.
5. Evt. EMIT nr.

Yderligere information om baner og Solhytten: Leif Rønn Olsen [rol@sport.dk](mailto:rol@sport.dk)

Vi ses til klubweekend!

Leif Rønn Olsen & Anni Jensen



# DM Lang Husby Klitplantage 2012

Jeg sidder her, dagen derpå..... Det er som om jeg har væltet mig fra det ene værtshus til det andet – hele lørdag og søndag...

Jeg er træt, har hovedpine og når jeg ser på baggangen i huset, så er der vist nogen der er kommet trætte hjem og har smidt tøj og udstyr over det hele.

Men mange vil jo vide, at det blot skyldes, at Herning Orienteringsklub afviklede DM lang i Husby i weekenden (16. september [red.]). Så er det jo pludselig fint med træthed og hovedpine, for når jeg ser tilbage på weekenden kan jeg kun konstatere at VI GJORDE DET!

Det lykkedes at få tegnet kortet i Husby: Det har været en kæmpe opgave, at tegne kortet. De 5 korttegnere har lagt et kæmpe arbejde i at få et brugbart kort.

Kortet fik kvalitetsstemplet af Dansk Orienteringsforbund, men det kan man jo ikke bruge til meget hvis deltagerne er utilfredse.

Men det var de ikke! De var meget begejstrede for det nye kort og den detaljerigdom det er lykkedes kortteegnerne at få med.

Der var også meget ros til banerne. Frants har brugt masser af timer på at vandre i området, samt lavet nogle udfordrende baner. Der er blevet rettet utallige gange, for alt skulle være perfekt.

Med kort og baner på plads var grundlaget for et godt stævne lagt.

Det har været en fornøjelse, at stå i spidsen for et stævne, hvor hver enkelt funktionschef og hver enkelt hjælper har haft lysten til at påtage sig jobs. Det har været en fornøjelse at være i spidsen for et stævne hvor folk tog ansvar og så løsninger i stedet for problemer.

Da min erfaring med at arrangere O-stævner var på nul ved starten for et år siden, så tog funktionschefer og andre nøglepersoner bare over og vejledte mig, så vi undgik de store fejl.

Derfor vil jeg gerne benytte muligheden for her at takke alle. Uanset om du har hjulpet på stævnedagen, eller om du har været en af de mange der har været involveret hele vejen, så har alles hjælp været lige vigtig. Vi har alle bidraget til, at Herning Orienteringsklub omtales positivt i O-kredse.

## En stor tak fra mig!

Svend Erik Hedevang  
Stævneleder ved DM Lang i Husby 2012

(Se i øvrigt billedsiden side 27, der denne gang bringer fotos fra DM Lang i Husby)



## En utrænnet O-løbers bekendelser

I 2012 skulle det være! Trods stort set ingen træning i orientering gennem de seneste år, var det planen, at jeg ville gennemføre Læsø 3-dages. Jeg forstår nu, hvorfor I andre træner hver uge...

Vi (Sasser-familien og Leif B.) ankom til Læsø onsdag ved middagstid, og besluttede med det samme at tage ud os se Læsøs (vel nok) største attraktion, saltsyderiet.

Ved Læsø 3-dages for to år siden købte Leif og Flemming hver en stor dåse Læsø Salt, fordi sydemesteren Poul havde sagt, at man bliver smuk af at spise dette - efter sigende - meget specielle salt. De fleste læsere kender sikkert Leif B. og Flemming og kan jo selv bedømme, hvordan det er gået siden - effekten er vist til at overse... ☺

Leif købte en ny pose salt med hjem igen i år, i håb om denne gang at opnå de ønskede forbedringer. Flemming undlod - formentlig fordi alt håb om et bedre udseende er ude... At så undertegnede slægter sin far på hvad angår udseende, er en helt anden sag, som vi ikke skal bore i her.

Der gik ikke lang tid fra vi var ankommet på Læsø, før der tikkede en kaffe-invitation ind på Leifs SMS. Invitationen var fra Svend Erik og Birthe Hedevang på campingpladsen i Vesterø. Det passede os glimrende, for der var

både hygge, godt vejr, kaffe på kanden og et par gode historier fra Hedevang-familiens tid i Thailand. Man varmer som bekendt bedst op til orienteringsløb siddende i solen med en kop kaffe i hånden.

Selve løbet bestod af 3 etaper: En etape henholdsvis onsdag aften, torsdag middag og fredag middag. De to første etaper talte som én konkurrence, og fredagens etape gav så en mulighed for at få revanche.

Det gik hverken værre eller bedre, end at Flemming vandt sammenlagt over Leif på de to første dage, og Leif vandt over Flemming på sidstedagen.

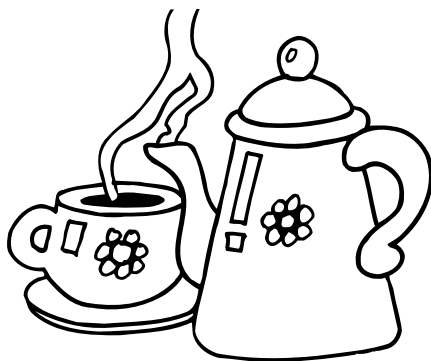
Mit eget løb var ikke noget at skrive hjem om (og nu skriver jeg så, traditionen tro, om det alligevel). Jeg lagde ellers kækt ud med at annoncere, at jeg ville klare byløbet i Byrum onsdag aften på 17 minutter. Det medførte et tomt målfoto (taget af Maybrith). Bedre gik det ikke med skov-løbene torsdag og fredag. Jeg må sande, at klitterræn ikke er noget man bare "kværner" igennem uden at have trænet orienteringsfærdighederne på forhånd. Så var det godt, at der var hygge, rødvin og grill på campingpladsen i Vesterø torsdag aften sammen med Herning-løberne Kenn, Susanne og Alex, Hedevang-familien, Sasser-slængt og Leif B.



- Målfoto efter 17 min. - ingen Dennis i syne!

På trods af mine manglende orienteringsfærdigheder og deraf følgende ringe præstation, kan jeg melde om en særdeles hyggelig tur til Læsø 2012 med godt selskab, sommervej, hygge (og et enkelt drys Læsø Salt).

Mange hilsner  
Dennis Sasser





## Faste poster i Husby Klitplantage

Nu kan du også løbe efter faste poster i Husby Klitplantage. Den nye fastpostbane blev indviet i fredags (28. september [red.]!)

Så kom der også faste poster i den østlige del af Husby Klitplantage. Vi skulle jo lige have DM Lang overstået, inden det nye kort kunne frigives.

50 faste poster blev det til, idet Naturstyrelsens eksisterende røde pæle er påsat metalskilt og klippetang.

Alle poster er placeret ved veje og stier. Ruterne kan derfor fint benyttes af løbere med barnevogne. Til gengæld er sværhedsgraden ikke den højeste, men der kan laves gode begynder, lette og mellemsvære baner. På de to startsteder er opsat kortkasser med lånekort, så du ikke selv behøver at medbringe kort. Posterne passes af Husby Efterskole.

Projektet er kommet i stand ved et samarbejde mellem Holstebro OK, Naturstyrelsen, Husby Efterskole, Ringkøbing Landbobank, DOF, DIF og Herning Orienteringsklub.

Fastpostbanen blev taget i brug i fredags, hvor omegnens skoler, efterskoler, turistforeninger, campingpladser, sommerhusudlejere m.fl. var indbudt.

Desværre efterkom kun 4 skoler, men de godt 100 elever fik en god formiddag i godt efterårsvejr. Skovrider Thomas Borup Svendsen og undertegnede holdt indvielsestalerne, inden løberne blev sluppet løs på opgaven: find så mange poster som mulig på 30 minutter.

Vinder af løbet blev Casper V. fra Ulfborg Skoles 5. klasse. Han fandt 11 poster. Nogle af de større elever fandt ganske vist flere poster, men de brugte for lang tid og fik fratrukket en post for hvert overskredet minut.

Fra Ringkøbing Landbobank var der flotte vinder- og lodtrækningspræmier.

Tak til Kenn Kristensen og Søren Andersen samt Frede Truelsen og Erling Trankjær for stor hjælp i forbindelse med afviklingen. – Uden jeres hjælp var det aldrig gået.

Se også Søren's flotte billeder fra arrangementet via hjemmesiden eller via dette direkte link:  
<http://tinyurl.com/husby-billeder>

Asger Kristensen

Note: I et senere nummer af KompasPosten bringer vi en artikel om de faste poster i Husby. [red.]

## Aktivitetskalender – udvalgte åbne løb

| DAG<br>DATO     | TYPE     | AKTIVITET                          | SKOV<br>ARRANGØR                                        | SENESTE<br>TILMELDING |
|-----------------|----------|------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------|
| Onsdag<br>10/10 | C-nat    | Klub Nat<br>Natteravnen 1          | Søttrup/Jenle Plantage<br>St. Binderup Orienteringsklub | 5/10                  |
| Lørdag<br>13/10 | MTBO     | MTBO cup                           | Rold Nørreskov<br>Rold Skov Orienteringsklub            | 5/10<br>(kl. 19.00)   |
| Søndag<br>14/10 | MTBO     | MTBO cup                           | Undallslund<br>Viborg Orienteringsklub                  | 5/10                  |
| Onsdag<br>17/10 | C-nat    | Natteravnen 2                      | Undallslund<br>Viborg Orienteringsklub                  | 12/10                 |
| Søndag<br>21/10 | C        | Nordjyske mesterskaber             | Vandet Plantage<br>Nordvest Orienteringsklub            | 11/10                 |
| Onsdag<br>24/10 | C-nat    | Natteravnen 3                      | Ulvedal Plantage<br>Karup Orienteringsklub              | 17/10                 |
| Lørdag<br>27/10 | C-stafet | Efterårsstafet                     | Hobro Østerskov<br>Mariager Fjord Orienteringsklub      | 19/10                 |
| Onsdag<br>31/10 | C-nat    | Natteravnen 4                      | Hodsager Plantage<br>Vestjysk Orienteringsklub          | 28/10                 |
| Søndag<br>4/11  | C        | Nordjyske mesterskaber<br>– klub – | Blokhush<br>Aalborg Orienteringsklub                    | ?/?                   |

Tilmeld dig til de åbne løb ovenfor via O-Service ([www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)), klubbens hjemmeside eller i god tid til Gitte og Torben Isen. Tilmeldinger efter nævnte datoer accepteres ikke.

Husk: Der er endnu flere åbne løb end dem vi har udvalgt her - se hele listen på [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)



## Træningsløb i Herning OK

| DATO                   | SKOV                           | BANELÆGGERE                                                  | AFMÆRKNING                                                                                             | NUMMER /<br>BEMÆRK     |
|------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Lørdag<br>6/10         | Haunstrup                      | Lars Mikkelsen, Lars-Henrik<br>Braun & Randi Voetmann        | Fjeltstervangvej/<br>Rimmerhusvej                                                                      | 7                      |
| <b>Søndag</b><br>14/10 | Stråsø                         | Vestjysk Orienteringsklub                                    | se <a href="http://www.vestjyskorierentering.dk">www.vestjyskorierentering.dk</a>                      |                        |
| Lørdag<br>20/10        | Hoverdal øst                   | Kenn & Susanne Kristensen<br>Tove Jessen & Erik Brixen       | Grønbjergvej/<br>Præstevej                                                                             | 26                     |
| Lørdag<br>27/10        | Stråsø                         | Kaj Kaspersen & Lucia Aagaard<br>Søren Andersen og Arne Lock | Fuglsangvej/<br>Vind Kirkevej                                                                          | 24                     |
| <b>Søndag</b><br>4/11  | Nr. Vosborg                    | Vestjysk Orienteringsklub                                    | se <a href="http://www.vestjyskorierentering.dk">www.vestjyskorierentering.dk</a>                      |                        |
| Lørdag<br>10/11        | Præstbjerg                     | Holstebro Orienteringsklub                                   | se <a href="http://www.holstebro-ok.dk">www.holstebro-ok.dk</a><br>Der er også klubweekend - se side 8 |                        |
| Lørdag<br>17/11        | <b>Hammerum/<br/>Gjellerup</b> | Kim Hyldgaard, Morten<br>Ibsen og Lasse Skov                 | Silkeborgvej (195) /<br>Ny Gjellerupvej                                                                | Løb på<br>faste poster |
| <b>Søndag</b><br>25/11 | Ulfborg                        | Vestjysk Orienteringsklub                                    | se <a href="http://www.vestjyskorierentering.dk">www.vestjyskorierentering.dk</a>                      |                        |

Startsted: Se detaljer på [www.herning-orienteringsklub.dk](http://www.herning-orienteringsklub.dk) ... Arrangementer ... Afmærkninger

# runners corner

## VIBORG • HERNING



## 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.

Angivelse af løbsområdet samt vejledning  
i banelægning vil tilgå banelæggerne 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!

### 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

# Trykstuen

## Print & kopiservice



Tlf. 96 88 22 87 • [www.trykstuen.dk](http://www.trykstuen.dk)



## Træningsudvalget informerer

Sommersæsonen er nu desværre ovre, og derfor er vi igen begyndt at løbe træningsløb om lørdagen. Du kan starte mellem kl. 12.30 og 13.30.

Klubmesterskab nat vil blive afholdt fredag den 2. november i en skov i Silkeborgom-

rådet. Mere herom senere – hold øje med hjemmesiden.

Husk også vores klubweekend i uge 45 (se side 8 og herunder)

Med venlig hilsen

Træningsudvalget / Søren Søgaard

Fredag nat Klubmesterskab  
2/11 – nat –

Skov i Silkeborg området – Hold øje med  
Silkeborg Orienteringsklub hjemmesiden...

### Klubweekend uge 45

|        |          |             |                    |           |
|--------|----------|-------------|--------------------|-----------|
| Fredag | nat      | Klubweekend | Grenå plantage     | Se side 8 |
| 9/11   |          |             | Leif Rønn Olsen    |           |
| Lørdag | klassisk | Klubweekend | Frøerlund plantage | Se side 8 |
| 10/11  |          |             | Leif Rønn Olsen    |           |
| Søndag | sprint   | Klubweekend | Siim               | Se side 8 |
| 11/11  |          |             | Leif Rønn Olsen    |           |

# 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](http://www.joergensencykler.dk)

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

# ICE-O 2012

Den 6-8 juni 2012 afholdte Hekla orienteringsklub på Island (i øvrigt den eneste orienteringsklub på Island) det tredje ICE-O stævne. Der var i år deltagere fra 18 forskellige nationer.

Stævnet strækker sig over 3 dage, bestående af et Sprint i Reykjavik fredag aften. En tur ude i meget barsk lava terræn om lørdagen, og om søndagen en tur i en by-nær skov.

Men for at starte ved begyndelsen, så drog Kim Hyldgaard og undertegnede afsted mod Kastrup den 6. juni klokken halv tidlig om morgenen. Det havde ikke været muligt at komme med et fly fra Billund, så vi måtte en tur østpå for at kunne komme videre mod nordvest.

Da vi landede over middag i Keflavik, havde vi på forhånd reserveret en bil i lufthavnen,

hvorfra turen gik ud mod hotellet i Reykjavik. Her fik vi checket ind og klædt om for at gøre os klar til turens første løb.

Det første løb foregik fredag aften i Reykjavik centrum, hvor der var sprint.

Der var for vores gruppe lagt en 3,6 km rute, som virkelig bød på udfordringer i den let kuperede gamle bydel i centrum af hovedstaden. Der var bl.a. flere broer, en sø og spændende bebyggelse med gyder osv. En rigtig spændende bane må det siges at være, og endelig... Nu var vi i gang med det, vi havde glædet os til så længe.

Efter løbet gik det så ellers hjem til hotellet, en tur i Heitur-Pottur (HotTop) for at nyde en kold øl, og planlægge næste dags løb og den efterfølgende tur rundt på øen for at få set lidt af den størknede lava, nu vi alligevel var her.



- Billeder fra terrænet lørdag – bemærk den smukke, men voldsomt ubehagelige lupin...



På anden dagen kørte vi en lille tur efter morgenmaden rundt i Reykjavik og fik set en lille smule af byen, hvorefter vi kørte ud til stævnepladsen, der var små 20 km syd for Reykjavik.

Da vi kom lidt udenfor byen, kunne vi kun se lavasten og øde områder med klipper. Nogle steder meget tildækket af lupiner, hvilket heller ikke gjorde det særlig fremkommelig.

Ude på stævnepladsen var de første løbere sendt afsted, og vi kunne begynde at gøre os klar til det blev vores tur i dette meget udfordrende terræn, hvor der skulle tilbage-lægges 7,8 km, eller hvor langt man nu valgte at løbe ☺.

Ved startboksen hvor startlisterne hang, var der lige en lille bonus info: Her stod der, at der flere steder på kortet var der lava revner på en dybde af 1 meter, hvilket ville være fornuftigt at være opmærksom på. Dog var der på H21 banen et område på kortet, hvor der var 10-15 meter eller dybere revner i lavaen.

Da starten gik i kanten af skoven, kom vi hurtigt op gennem tæt skov. Der gik dog ikke mange meter, før man var godt gennem-blødt, da det havde regnet lidt om morgenen.

Dette medførte, at de vildt smukke lupiner, som man nu engang har på Island, ret hurtigt gjorde os pjaskvåde. Hvad der var værre var, at denne skønne plante med sin 70-100 cm højde og meget tætte bevoksning skjuler totalt for underlaget, så man ikke kunne se, hvornår der kom en sten, eller andet man kunne vrikke om på.

Fra skovstykket gik turen ellers rundt omkring på kortet, man kan finde på side 22. Som løber fra det flade Jylland, så kom benene hurtigt på arbejde her, idet man nogle steder nærmest kravlede op og ned af klipper – meget udfordrende og spændende løb.

Efter at være kommet i mål blev der fyldt lidt mad på kroppen og slappet en lille smule af, inden det var hjem på hotellet, pakke en bil og på tur.

Først gik turen ud til Guldfoos, som er Europas største vandfald. Herefter kørte vi videre til Geyser, hvor vi fik os lidt aftensmad, mens vi kunne sidde og nyde synet af denne kæmpe kogekedel, der indimellem sprøjtede vand op og efterfølgende nyde lugten af prut (svovl).

Den mest aktive geyser, spruttede vand 12 meter op i luften med 3-5 minutters mellemrum!

Efter endt måltid gik turen videre hjemover forbi verdens ældste tingsted, hvor den europæiske og den nordamerikanske kontinentalplade møder hinanden.

Udover at dette var et meget interessant sted rent historisk, så var der også en helt utrolig smuk natur på dette sted, og med helt vindstille lunt og solrigt vejr var det virkelig optimalt. – Man skal heller ikke glemme den helt specielle oplevelse ved at være så langt mod nord, at det er fuldstændig lyst klokken 10 om aftenen.

Efter en længere gåtur nede i sprækken mellem de to plader gik turen hjem til hotellet efter en meget oplevelsesrig dag.



- Geyseren „Strokkur“ – bemærk menneskerne til højre for geyseren...



- Til venstre ses et view udover vikingernes ældgamle samlingssted, Tingvellir. Billedet er taget fra den nordamerikanske kontinentalplade udover den europæiske. Til højre ses revnen mellem de to plader. Den revne fremkommer fordi pladerne bevæger sig væk fra hinanden...



Næste morgen var det op og få pakket kufferten og en taske, med det man lige skulle bruge til weekendens sidste o-løb. Herefter tog vi ind til en lille skov/park, der ligger i udkanten af Reykjavik. Her skulle weekendens sidste tur tilbagelægges. En rute på



5,1 km i fin skov, selvom det ikke er det, som man har mest af på Island.

- Søndagens terræn... (*Elliðaárdalur*)

Området her var rigtig spændende, selvom det var en del små stier på kryds og tværs. Derudover gik der to åer parallelt gennem skoven, hvor det var tilladt at passere den mindste af dem. Der var momenter af både lidt længere stræk og fin orientering i denne park, som de selv kaldte det. Hvilket nok nærmere svarer til en spændende skov herhjemme.

Efter dette sidste løb var der så mulighed for at komme i bad i et træningscenter, der lå lige ved siden af stævnepladsen. Så var det slut på turen til Island, og vi kørte tilbage til lufthavnen og steg på flyet hjem - men vi nåede da lige at besøge „Den Blå Lagune“ en geotermisk opvarmet sø, der nok er Islands kendte seværdighed.

Små 70 timer senere var vi tilbage i Herning, godt trætte ovenpå en meget oplevelsesrig weekend med massere af spændende orienteringsløb, og vel at mærke to løbere uden skader.

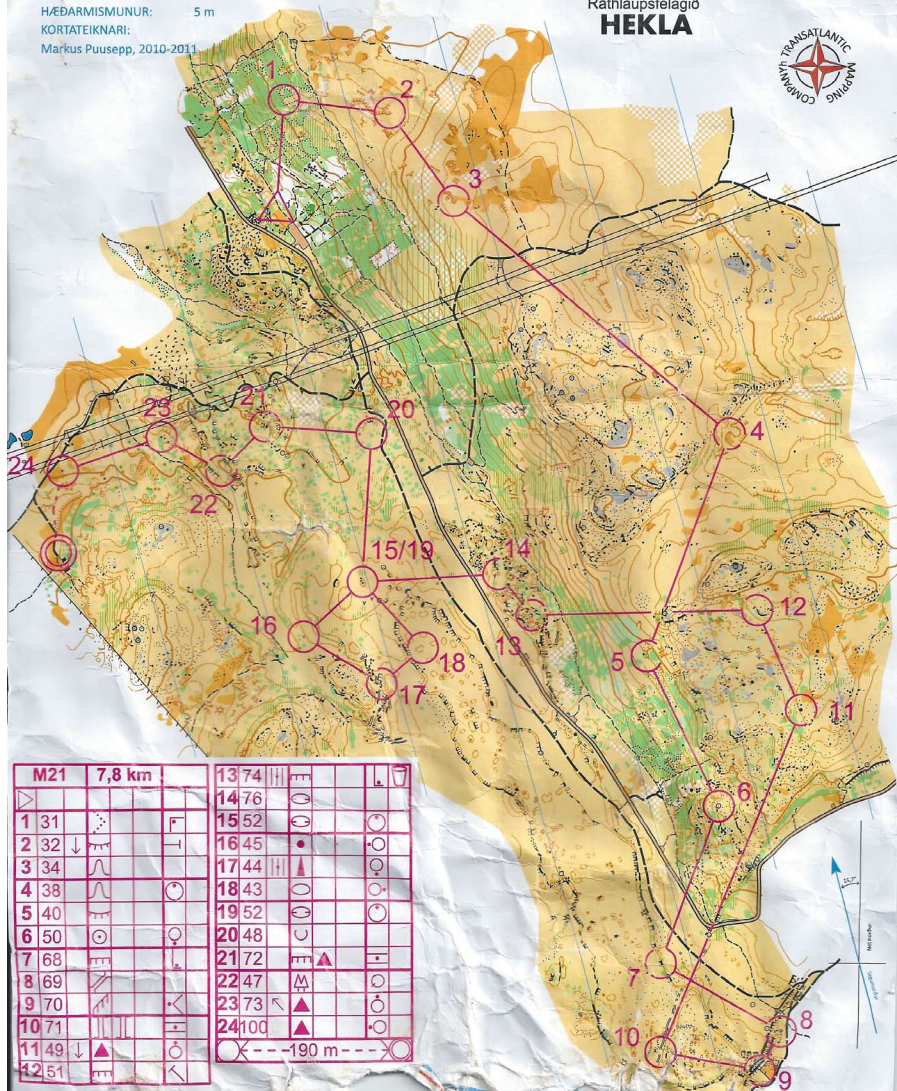
Skulle du, efter at have læst dette sidde og overveje, hvorvidt du skal prøve dette, så vil jeg blot slutte af med at sige - kom dog afsted! Det var virkelig en oplevelse, og tager man det bare som en weekend, så kan man stadig nå at se en del af Island, hvis man går til den. Vil man kombinere det med en lidt længere ferie, så byder denne meget smukke ø også på utrolig meget andet end det, som vi fik set. Kede sig kommer man næppe til, hvis man kan lide natur...

Lasse Skov

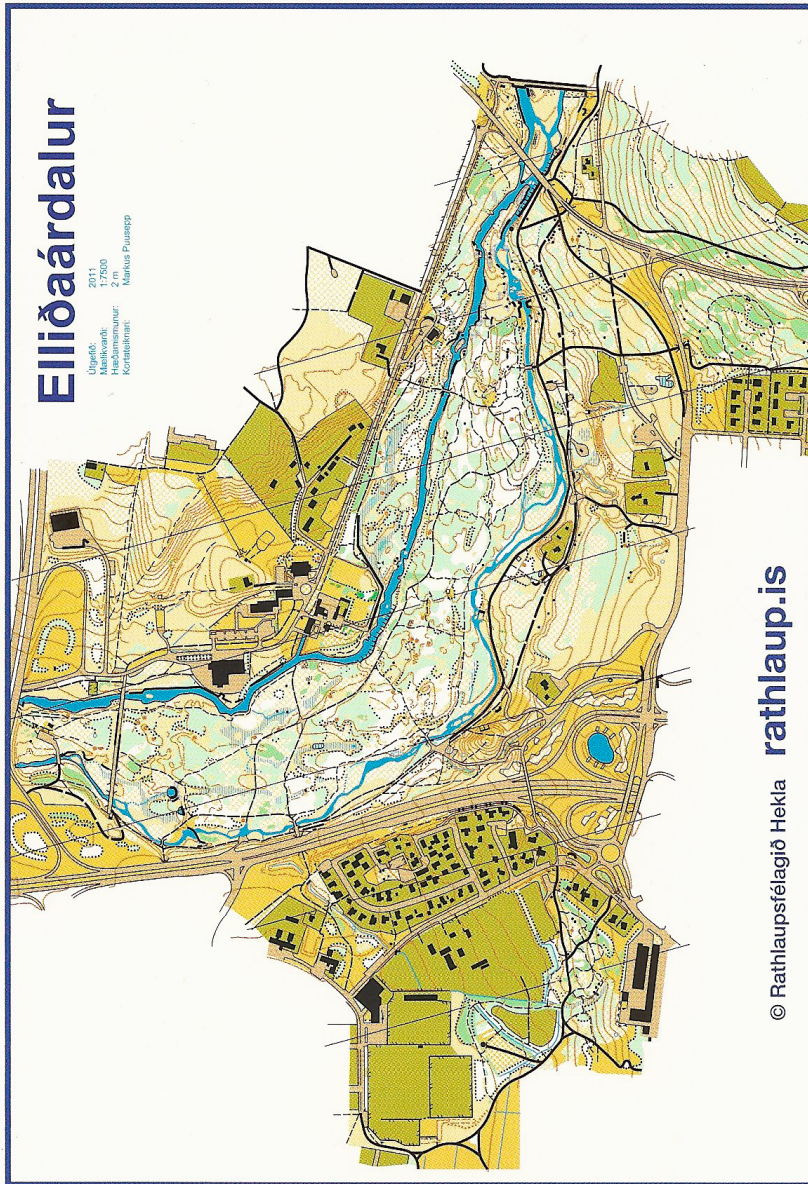
ÚTGEFIÐ: 2011  
MÆLIKVARÐI: 1 : 10 000  
HÆÐARMISMUNUR: 5 m  
KORTATEIKNARI:  
Markus Puusepp, 2010-2011



Rathlaupsfélagið  
**HEKLA**



- Lørdagens kort. Ved post 9 var det om at holde tungen lige i munden, hvis man ikke ville ende i en dyb lava revne...



# Elliðaárdalur

Útgáfudagur: 2011  
Mannfjöldi: 17.7500  
Kortunúmer: 2.000  
Kortunúmer: 2.000  
Kortunúmer: 2.000

© Rathlaupsfélagið Hekla **rathlaup.is**

- Søndagens kort.

# Generel information

## Deadline for KompasPosten 2012/2013

- ☑ Nr. 7 har deadline den 11. november og udkommer ca. 24. november
- ☑ Første nummer i 2013 har deadline den 13. januar og udkommer ca. 26. januar

Indlæg bedes sendt til KompasPostens redaktion på [klubblad@herning-orienteringsklub.dk](mailto:klubblad@herning-orienteringsklub.dk). Hvis indlægget indeholder billedmateriale / illustrationer, skal originalerne sendes separat. Signerede indlæg udtrykker indsenderens mening, men tegner ikke givetvis klubbens mening.

## Information

Referater af bestyrelses- og udvalgsmøder mm, kan ses på klubbens hjemmeside: [www.herning-orienteringsklub.dk](http://www.herning-orienteringsklub.dk)  
Opret gerne selv indlæg på hjemmesiden (kræver login) eller send materialet til [wm@herning-orienteringsklub.dk](mailto:wm@herning-orienteringsklub.dk).  
Den komplette medlemsoversigt kan findes i O-service, [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk).

Har du husket ...  
**OBS!** ... at opdatere  
O-service??  
[www.o-service.dk](http://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<br>(fra ca. 1/4 2013) |
| Torsdag | kl. 18.00 | fra klubhuset                                  |
| Lørdag  | kl. 12.30 | orienteringsløb i skoven<br>(til ca. 1/4 2013) |



## 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, Brian Nielsen og Kristian K. Pedersen.

### Økonomiudvalg

Poul Erik Lyngsø, Gitte og Torben Isen.

### MTB-O udvalg

ubesat

### Kortudvalg

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

### 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, Kurt Hindkjær og Knud Erik Klode.

## 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](http://www.trimtex.no)

# Medlemskartoteket Oktober 2012

## **Antal medlemmer:**

149

## **Vi siger velkommen til**

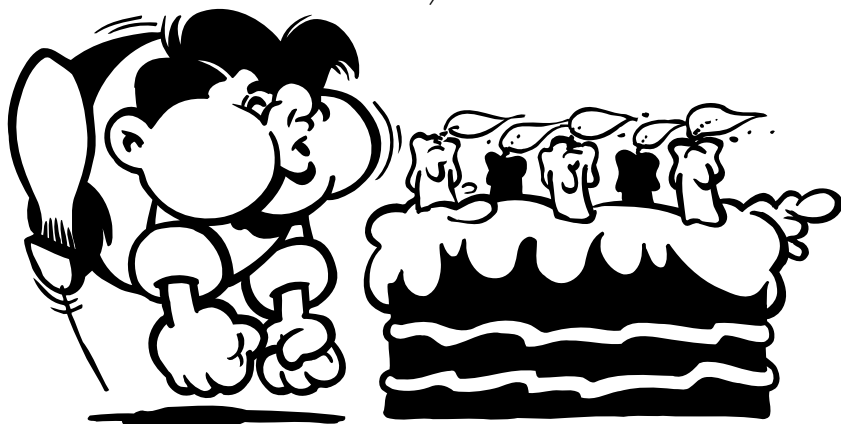
Marianna og Jan Mathiasen  
Hedegårdsvej 4  
6933 Kibæk

Mathias Sandbæk Olsen  
Vesterdamsvænget 88  
7400 Herning

## **Vi siger tillykke til**

06/10 Lars Klode  
09/10 John Krarup Nielsen  
10/10 Gitte Isen

|       |                            |
|-------|----------------------------|
| 12/10 | Torben Hansen              |
| 13/10 | Karsten Kristiansen        |
| 14/10 | Inga Andersen              |
| 14/10 | Georg Kristensen           |
| 14/10 | Steen Møller               |
| 16/10 | Erna Mathiasen             |
| 20/10 | Anne Kuhlmann              |
| 21/10 | Nicklas Olsen              |
| 24/10 | Marit Lund                 |
| 29/10 | Nanny Thalund              |
| 30/10 | Elin Lyngsø                |
| 04/11 | Leif Rønn Olsen            |
| 06/11 | Jesper Hedevang            |
| 06/11 | Lene Nygaard               |
| 17/11 | Birgit Jørgensen           |
| 22/11 | Kaj Kaspersen              |
| 24/11 | Lucia Aagaard              |
| 25/11 | Henriette Nygaard Skjorbæk |
| 29/11 | Torben Isen                |
| 30/11 | Peter Schou                |

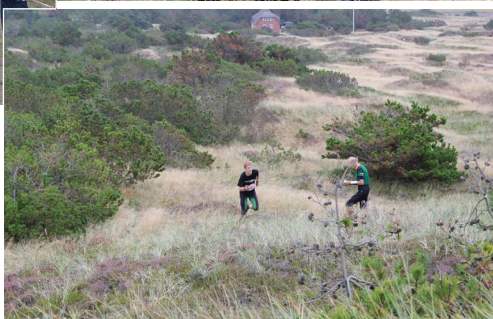




## DM Lang i Husby

Herning Orienteringsklub afholdt søndag den 16. september DM Lang i Husby klitplantage. Her er fanget nogle indtryk fra en hektisk weekend.

Se også Svend Eriks beretning side 10.



(Foto: Flemming Sasser og Pernille Nielsen)

## Indholdsfortegnelse

## Side

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Kontakt information til bestyrelse m.fl. .... | 2  |
| Formandens .....                              | 3  |
| Faste poster - Snebjerg Nord .....            | 5  |
| Indbydelse til klubweekend .....              | 8  |
| DM Lang Husby Klitplantage 2012 .....         | 10 |
| En utrænnet O-løbers bekendelser .....        | 11 |
| Faste poster i Husby Klitplantage .....       | 13 |
| Aktivitetskalender .....                      | 14 |
| Træningsløb i Herning OK .....                | 15 |
| Regler for træningsløb .....                  | 16 |
| Træningsudvalget informerer .....             | 17 |
| ICE-O 2012 .....                              | 18 |
| Generel information .....                     | 24 |
| Klubbens udvalg / Salg af klubbetøj .....     | 25 |
| Medlemskartoteket oktober 2012 .....          | 26 |
| DM Lang i Husby .....                         | 27 |



- Herning Orienteringsklubs guld-piger fra DM stafet, Gitte, Lucia og Bodil. (Foto: Kaj Kaspersen)



- Herning Orienteringsklubs bronze-drenge fra DM stafet, Kaj, Torben og Jens Jørgen (ej på billedet). (Foto: Lucia Aagaard)