

KompasPosten

Nr. 3 – april 2013



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

Mildred Hansen
mildred.vle@gmail.com 23 62 83 34

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@mathiasen.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

Lucia Aagaard
lucia.kaj@email.dk 40 45 40 99

Ungdomsudvalg

Kim/Irene B. Schmidt
fam.b.schmidt@gmail.com 41 32 03 45
61 77 37 96

Ungdomstræner

Lars Mikkelsen
lars@mikkels1.dk 22 15 66 76

MTB-O udvalg

Brian Nielsen
benteogbrian@mvb.net 29 91 24 67

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: Daniel B. Schmidt på vej i mål ved årets
DM sprint... (Foto: Kaj Kaspersen)*



Formandens

Den 14. april havde vi en vellykket afvikling af vort 1. divisionsstævne i Hoverdal. Vi kom lidt sent i gang med forberedelserne, men alle funktioner blev nemt bemandet.

Stor tak til jer alle for jeres positive tilgang og gode humør. Det var vist kun formanden, der var lidt stresset, som novice i eTime-tidtagning.

Særlig tak til korttegnerne og banelægger

Leif Olsen – vi hørte kun positiv omtale af banerne. Den lille intime stævneplads i det nordvestlige hjørne af skoven var et godt udgangspunkt for banerne og gav godt læ.

Men nu glæder vi os til, at vi selv skal løbe divisionsmatch i Ålum den 5. maj. Der bliver brug for alle mand M/K. Så hvis du ikke allerede er tilmeldt, må du hellere gøre det, inden du læser videre og i hvert fald inden 26/4...



**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

...Håber du nåede tilmeldingen...

Der bliver i øvrigt ingen bustransport, da der kun er ca. én times kørsel.

Ved den nationale Find-Vej-I dag lørdag den 13. april havde vi to arrangementer: Ét på torvet i Herning ved Kim Hyldgaard og Bjørn Hansen samt ét ved Ringkøbing Skole ved Asger Kristensen. Der var til sammen 127 deltagere. Der følges op med begynderkurser fra klubhuset 5 tirsdage 16/4 til 14/5. Vinderen af 'Find Vej Skolemesterskabet' blev i øvrigt Ringkøbing Skole, der fandt 1791 poster på 'Find vej i Danmark'-dagen. Flot Asger!

Ved det flotte DM-nat stævne i Guldborgland havde vi hele 15 deltagere, og det blev til guld-sølv-bronze til Daniel-Lucia-Jens Jørgen. Det hjælper på både deltagelse og medaljehøst, når arrangementet er i nabolaget (Viborg).

Vores næste større arrangement bliver Alt for Damernes kvindeløb søndag den 26. maj. Der bliver start og mål i Messecenterets hal C.

Bjørn har drejet ruterne gennem Knudmosen. Har du lyst til at hjælpe, kan du stadig nå at være med til et hyggeligt fællesskab omkring dette arrangement. Henvendelse til stævnelederne Bjørn Hansen og Jens Ole Krogh.

Af kommende stævner kan nævnes det klassiske langdistanceløb Wild West, som foregår hvert andet år. I år løbes der i Vester Thorup, og datoen er den 16. juni.

Du må gerne allerede nu sætte kryds i kalenderen ud for næste divisionsmatch den 1. september i Karup. Vi skulle jo gerne kvalificere os til oprykningsmatchen som foregår den 23. september i Husby.

God sommersæson – vi ses i skoven!

Jens Jørgen Jensen



Samarbejde med EnergiMidt

– Støt Herning Orienteringsklub, når du vælger el-selskab



Skal du vælge el-selskab før 1. maj?

Den del af befolkningen, som endnu ikke aktivt har valgt el-selskab skal snart til det.

Vi har oprettet et samarbejde med EnergiMidt, hvor der går penge i klubkassen (50,-), hvis du tilmelder dig denne ordning gennem vores klubsupport. Herudover går der et fast årligt beløb (75,-) til klubben.

Bemærk: Der er ingen garanti for at det er den bedste eller billigste løsning for dig, men hvis du ligesom undertegnede ikke har interesse i at surfe rundt efter el-leverandører, er der i det mindste ét godt argument for at vælge denne løsning...

Du tilmelder dig her:

<https://klub-support.dk/herning-2>

Kim Hyltegaard



Skaf nye medlemmer

Deltag i medlemskonkurrencen på www.medlem2013.dk

Landskonkurrence

DOFs breddeudvalg har netop skudt en ny medlemskonkurrence i gang. Konkurrencen bygger på, at du inviterer familie, venner og bekendte med ud at finde vej i det fri – og sikre sporten nye medlemmer.

Bidrag til at klubben får flere medlemmer! Og synliggør det over for alle andre. Gå ind på www.medlem2013.dk og registrer hver gang du har skaffet et nyt medlem til klubben eller har haft en ny med til en åben event, et åbent løb eller til træning.

Hvert nyt medlem giver dig 5 point i medlemskonkurrencen, og du får 1 point for hver gang, du har taget en ny med til træning eller andre arrangementer. Men vær opmærksom på, at du personligt skal have inviteret den nye med.

Konkurrencen kører i hele 2013. DOF trækker tre gange (juni, september og december) lod om flotte præmier blandt deltagerne. Hvert point tæller som et lod i lodtrækningen.

DOFs administration opdaterer pointstillingen hver måned på forbundets hjemmeside.

Lokal klubkonkurrence

I Herning har vi valgt at knytte en lokal konkurrence til den landsdækkende.

Det klubmedlem, som ved årets slutning har flest point på DOFs liste er lokal vinder, som belønnes med en flot klubpræmie.

– Ovenstående er en genganger fra sidste klubblad. Vi vil forsøge at lave en opdatering, så vi kan se hvorledes vores lokale klubkonkurrence skrider frem.

Præmien for bedste medlem i vores klubkonkurrence bliver uddelt på generalforsamlingen i begyndelsen af 2014.

Kim Hyldgaard
Kommunikationsudvalget



Begynderkursus – orientering for uøvede

Orienteringsdag den 13. april efterfølges af et begynderforløb de fem efterfølgende tirsdage.

Vi er allerede godt i gang og i skrivende stund er den første dag afviklet med 8 nye orienteringsinteresserede personer.

Tirsdag den 16.4: Knudmosen

Tirsdag den 23.4: Løvbakkerne

Tirsdag den 30.4: Kibæk

Tirsdag den 7.5: Linnebjerg (alm. klubløb)

Tirsdag den 14. 5: Snejbjerg Sparekasseplantage (alm. klubløb)



Mødested:

Klubhuset, Godsbanevej 2, Herning. Efter en kort instruktion kører vi i samlet trop til aftenens skov, hvor du evt. kan få en hjælper med i skoven. Du kan få et lift med bil til og fra skoven.

Mødetid:

Kl. 17.30 omklædt klar til at drage i skoven efter en kort introduktion.

Afslutning:

Kl. ca. 19.30 ved startstedet i skoven.

Forhåndstilmelding:

Af hensyn til korttrykning vil det være praktisk med en forhåndstilmelding til Asger på tlf.: 22676671 eller mail:

asger.kristensen@city.dk

– Men det er også i orden blot at møde op!

Er du allerede medlem, så tag en ny med til én af disse dage - alle kan være med...

Med venlig hilsen

Asger Kristensen & Kim Schmidt

22676671 / 41320345

Ringkøbing skole fandt flest poster

Til orienteringens dag den 13. april blev der i Ringkøbing fundet 1791 faste poster, da to kort over henholdsvis Ringkøbing Skole og Ringkøbing-Rindum blev indviet.

Det betød, at Ringkøbing Skole blev en suveræn vinder af Find vej Skolemesterskabet 2013. Nu venter der medio maj skolens elever en event med en kendt dansk kunstner, ligesom skolen får overdraget et stort sæt orienteringsmaterialer.

Jeg tror, skolen blev en suveræn vinder, fordi vi i stedet for et traditionelt løb med et par baner med 10-15 poster, valgte at lade deltagerne finde så mange poster som mulig i de 90 minutter, løbet varede.

Fra skolen med afdelingsleder Anders Sørensen i spidsen var der gjort meget for at få elever og andre interesserede ud at løbe. Der var sat plakater op og uddelt flyers over hele byen, inviteret på skolens intranet og skaffet en masse præmier. Endelig havde Anders fået Ringkøbing Landbobank til at give en biograftur til den klasse, som fandt flest poster. Banken gav også gratis kort til alle fremmødte, og i banken kan der nu afhentes gratis kort til senere brug.

Den lokale avis, Dagbladet for Ringkøbing-Skjern, har ud over en stor foromtale manda-

gen efter løbet bragt en fyldig omtale, heraf et stort billede, der fyldte hele forsiden.

Ud over Poul Erik og Magnus Bertelsen var der også hjælp fra lokale Leif Flytkjær og Torben Elmer Toft fra Ringkøbing Atletik & Motion.

Efter den positive modtagelse forsøger jeg nu at få startet en ny klub ved Ringkøbing Fjord, så vi også kan begynde at få deltagere vestfra til vore løb.

Jan Mathiasen har rentegnet kortene, mens undertegnede har rekonosceret. Ringkøbing-Rindum i måleforholdet 1:10.000 har 99 faste postet, mens kortet over skolens og ROFi-centrets nærområde er tegnet i 1:4000 med 35 poster.

Asger Kristensen





57 fandt vej i Herning City

Torvet var rammen om Find vej i Herning City hvor mange havde lagt vejen forbi. Arrangementet var en del af den landsdækkende 'Find vej i Danmark'-dag, hvor mere end 3.000 fandt vej til poster i skove, parker og byer over hele landet.

Vi modtog meget positiv feedback i løbet af dagen. Bjørn Hansens baner vakte stor glæde. De var lagt i rigtig Herning100 ånd, hvor deltagerne kom rundt til de historiske steder, der har betydet og stadig betyder meget for Herning.

Vi havde også rigtig mange besøgende, der ikke havde tid til at tage en tur rundt i byen, men i stedet fik et kort med til senere brug. De særlige Herning100 fotoorienteringsbaner ligger allerede nu på vores hjemmeside, så alle, der ikke nåede at komme forbi torvet, kan prøve kræfter med banerne ved en anden lejlighed.

Især mange familier havde fundet vej til dagens arrangement. Der var deltagere lige fra 4 år til 74 år. Nogle fandt vej til posterne i roligt tempo, mens andre jagtede poster i fuld fart.

Vi havde 7 skoler repræsenteret på Torvet og den lokale vindskole blev Gjellerup skole, der dog var langt fra Ringkøbing Skoles flotte resultat.

Generelt mødte vi stor velvilje fra sponsorer til vores arrangement - Føtex og Eplehuset stod for nogle af de store sponsorgaver. På næste side er der samlet nogle billeder fra dagen - du kan se flere via hjemmesiden.

Stævneleder teamet
Bjørn Hansen og Kim Hyldgaard



runners corner

VIBORG • HERNING





- Klaus Jørgensen blev vinder af en iPod Shuffle fra Eplehuset i konkurrencen om 'Det Store Guldкуп'.



- Klargøring på Torvet.

- Nedbrydning på Torvet.



- Helge Sander lagde vejen forbi vores stand på Torvet.



Henning Jørgensen Cykler



Tjelevej 4B . 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



Grill i Søndre Anlæg

Den 18. juni skinner solen og temperaturen er sommerlig. – Og ikke mindst er grillen klar til brug ca. kl. 19.00!!

Stedet er Søndre Anlæg tæt ved klubhuset og alle er meget velkomne!



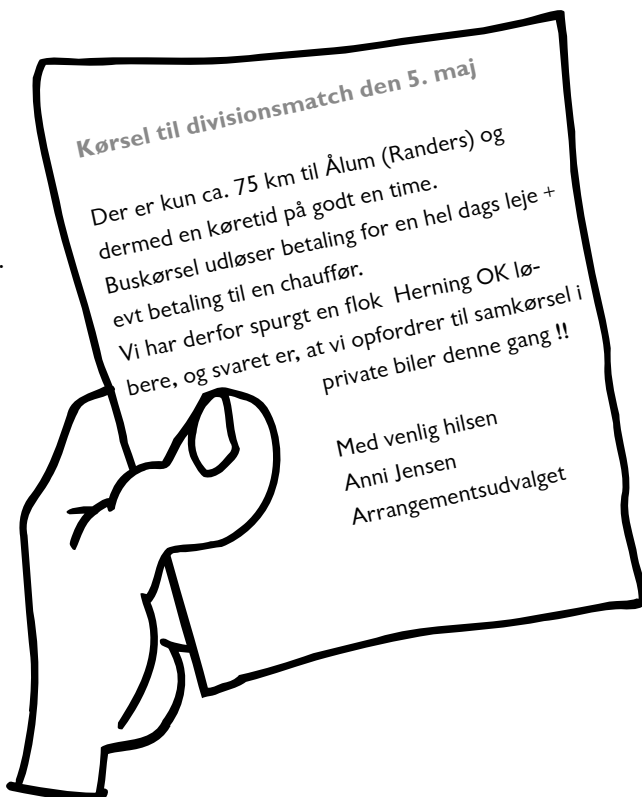
For at skærpe appetitten er der arrangeret et træningsløb før spisetid...

Med sommerhilsen

Anni Jensen

Arrangementsudvalget

PS: Læs mere om selve arrangementet i næste klubblad.



Aktivitetskalender – udvalgte åbne løb

DAG DATO	TYPE	AKTIVITET	SKOV ARRANGØR	SENESTE TILMELDING
Fredag 26/4	C	NJM lang	Rold Vælderskov / Rebild Bakker Rold Skov Orienteringsklub	19/4
Søndag B 5/5		Divisionsmatch 2. division	Ålum Randers Orienteringsklub	26/4
Torsdag 9/5	C	Kristi Himmelfartsløb	Marselisborg Ungdomsløbere i OK PAN / Århus 1900	5/5
Torsdag 9/5	C	NJM stafet	Vesterriis St. Binderup OK	2/5
MTB-O WRE weekend, 11-12/5				
Lørdag	MTB-O	Langdistance	Ebeltoft Plantage (OK PAN Århus)	3/5
Søndag	MTB-O	Mellemdistance	Ålum-Fussingø (Silkeborg OK)	3/5
KUM weekend, 11-12/5				
Lørdag	B&U	Klassisk	Valborup (Østkredsen)	(udtagelse) 3/5
Søndag	B&U	Stafet	Ny Tolstrup (Østkredsen)	(udtagelse) 11/5
Søndag 12/5	B	Gudenådyst	Silkeborg Nordskov Silkeborg OK	3/5
Søndag 9/6	C	Vejlestaffet	Højlen OK SNAB Vejle	31/5
Søndag 16/6	C	Wild West	Vester Thorup Klitplantage Midtjyllands Skovkarleklub	9/6



Træningsløb i Herning OK

DATO	SKOV	BANELÆGGERE	AFMÆRKNING	NUMMER / BEMÆRK
Tirsdag 30/4	Præstbjerg	Frants & Bitten Nielsen + Søren & Rasmus Andersen	Skjernvej / Agerfeldvej	29
Tirsdag 7/5	Linnebjerg	Flemming Sasser + Leif B. Nielsen + Inger & Aage Knudsen	Ilskovvej / Nørremarksvej	3
Tirsdag 14/5	Snebjerg Spare- kassens Plantage	Kim, Irene & Daniel Schmidt + Lene, Charlotte & Henriette Nygaard	Albækvej / Helstrupvej	5
Tirsdag 21/5	Nr. Vosborg	Vestjysk Orienteringsklub	Se http://www.vestjyskorientering.dk/	
Tirsdag 28/5	Haunstrup	Frants & Bitten Nielsen + Brian & Pernille Nielsen	Albækvej / Tothøjvej	6
Tirsdag 4/6	Løvbakkerne	Flemming Sasser + Flemming Jensen + Lucia Aagaard & Kaj Kaspersen	Løvbakkevej	2
Tirsdag 11/6	Vestre Plantage	Vestjysk Orienteringsklub	Se http://www.vestjyskorientering.dk/	
Tirsdag 18/6	Knudmosen	Svend Erik Hedevang + Poul Erik & Elin Lyngsø + Knut Oesterhelt	Klubhuset Godsbanevej 2	1

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

Tilmeld dig til de åbne løb til venstre via O-Service (www.o-service.dk) 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

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, ekstra kort svær 3-4 km,
kort svær 5-6 km og lang svær 7-9 km

Man kan ikke med sikkerhed regne med

kørsel fra klubhuset, så mangler du kørelejlighed så ring til Gitte Isen: Tlf. 97 22 42 23.

Angivelse af løbsområdet samt vejledning i banelægning vil banelæggerne modtage fra Andreas Skov.

Materielkasse, borde og telt kan afhentes i materielskuret ved klubhuset 2 dage før træningsdagen. Materielkasse, deltagerliste, rettekort, udfyldt optællingsliste, borde og telt afleverer du i optalt og rengjort stand senest 2 dage efter.

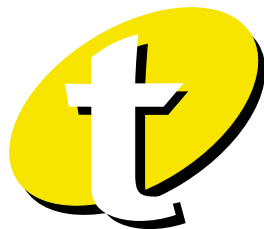
Husk: Ingen kontanter i klubhuset!

Salg af EMIT/Sportident brikker

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

Trykstuen

Print & kopiservice



Tlf. 96 88 22 87 • www.trykstuen.dk



Træningsudvalget informerer

Mandags-søture 2013

Også i år kører vi mandagsløbere til et nyt spændende område for at få en løbetur og nyde naturen.

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

22. april	Sunds Sø
3. juni	Ørnsø og/eller Almimd Sø
12. august	Ring Sø ved Brædstrup
9. september	Engelsholm Sø og Skov

Det er ikke for at løbe specielt langt eller hurtigt, at 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.



- Kom med på en søtur og oplev spændende natur. Her er det Lake Josephine, som vi dog nok ikke kommer forbi... ☺

(Foto:
www.mccroan.com)

Faste poster i Herning Orienteringsklub

- Herning City -

Efter en lille pause i vores føljeton om fast-postbaner i Herning Orienteringsklub kigger vi denne gang på kortet over Herning City.

Kortet er et sprintkort tegnet i forbindelse med Herning Orienteringsklubs sprintstævne 9. juni 2011.

I 2010 arrangerede klubben sprintstævne i området omkring Birk Centerpark, som jeg var med til at tegne sammen med Bjørn Hansen. Det var derfor naturligt, at klubben også skulle arrangere sprintstævne i 2011. Jeg var så optimistisk, at jeg accepterede at tegne et sprintkort over den centrale del af Herning Midtby.

Udstyret med den sidste udgave af luftfoto over Herning By skaffet fra Teknisk Forvaltning i Herning Kommune gik jeg i gang...

Aldrig har jeg tidligere vandret så mange for-tove tynde i „min egen by“, som jeg troede jeg kendte. Aldrig har jeg kigget så meget ind i folks baghaver, og aldrig har jeg fundet ind i så mange smutveje, som jeg overhovedet ikke anede eksisterede. Aldrig har jeg tidligere set/opdaget så mange små butikker, bekvæmheder og andet beliggende bare lige bag gågaderne.

Her er meget af det liv, mange har sagt ikke eksisterer i Herning Midtby.

På min færd gennem byen, som strakte sig et par måneder over foråret, havde jeg mange pudsige oplevelser. Under armen medbragte jeg min rekognosceringsmappe med kort, fotos og tegnepapir. Jeg må have set meget „officiel“ ud. Mange spurgte mig om vej, hvilket jeg var absolut kvalificeret til at svare på. Andre spurgte, om de måtte parkere både her og der. Her blev svaret, at det måtte de vist selv finde ud af. Om jeg var parkeringsvagt, var der sandelig også nogen, der troede – selv tidligere kollegaer. Visse forretningsdrivende mente, at jeg kom på uanmeldt inspektion, hvilket jeg kunne berolige dem med ikke var tilfældet.

Kortet indeholder utrolig mange detaljer, og efterfølgende er der opdaget diverse mangler. Det har været et svært kort at tegne, men indtrykket efter sprintstævnet var meget positivt. Man kunne godt finde vej efter kortet.

Efterfølgende har kortet været brugt til foto-orientering, samt træningskort for ungdomsløberne. I forbindelse med Hernings 100-års Jubilæum arrangeres en udvidet foto-aktivitet, som interesserede kan fornøje sig med.



På den måde kan man komme lidt rundt i byen og opdage/se forskellige seværdigheder.

Kortet kan bestemt også bruges til en lille tur med familien rundt i byen: Parkér f.eks. ved vores eget dejlige klubhus, som er med på kortet. Gå en lille tur rundt i anlægget, eller hvis det skal være længere, strækker kortet sig helt op til Herning Sygehus, hvor du kan vælge mellem de tre forskellige overgange over/under jernbaneterrænet og Dronningens Boulevard.

På kortet er der som sådan ingen faste poster - i stedet er der en række fotoposter,

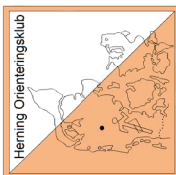
og for at løbe én af banerne, skal man have fotoarket med.

Der findes også en bane med audioposter, hvor din mobiltelefon afspiller lydposter på baggrund af hvor du befinder dig.

Der findes således en række forskellige baner og forskellige typer af baner. På de næste sider har vi medtaget kortet med én af foto-orienteringsbanerne. Der findes mange flere på vores hjemmeside, så kig ind på den, før du beslutter dig for, hvor turen skal gå hen. Herunder er eksempler på det fotoark, som du også skal have med på en tur.

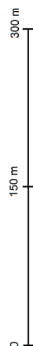
Jens Ole Krogh





Herning City 1:4000

Ækvidistance: 2,5 m





Generel information

Deadline for KompasPosten 2013

- ☑ Nr. 4 har deadline den 26. maj og udkommer ca. 8. juni
- ☑ Nr. 5 har deadline den 11. august og udkommer ca. 24. august
- ☑ Nr. 6 har deadline den 29. september og udkommer ca. 12. oktober
- ☑ Nr. 7 har deadline den 17. november og udkommer ca. 30. november

Indlæg bedes sendt til KompasPostens redaktion på 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 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 2013)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset
Lørdag	kl. 12.30	orienteringsløb i skoven (fra ca. 1/10 2013)



Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg

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

Klubhusudvalg

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

Økonomiudvalg

Mildred Hansen, Gitte og Torben Isen.

MTB-O udvalg

Brian Nielsen og Svend Erik Hedevang.

Kortudvalg

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

Ungdomsudvalg

Kim og Irene B. Schmidt, Lars Mikkelsen, Jan Mathiasen og Lene Nygaard.

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen, Andreas Skov, Leif Olsen, Susanne Kristensen 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+lynlås (blå,grøn,hvid) model "extreme LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebluse m/langt ærme+lynlås (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

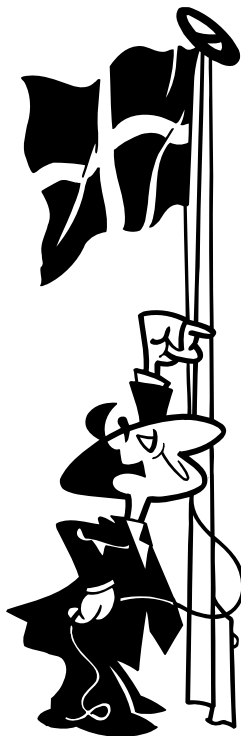
Medlemskartoteket april 2013

Antal medlemmer:

129

Vi siger farvel til

Edna Nilsson
Egon Fonnesbech Jensen
Linda Hejlesen



Vi siger tillykke til

01/05 Lars-Henrik Braun
03/05 Bodil Schulz
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 Hedeveg
22/05 Mathias Sandbæk Olsen
23/05 Keld Dalby
26/05 Leif B. Nielsen
27/05 Jesper Lysgaard
02/06 Thorkil Skovbjerg
03/06 Jens Jørgen Jensen
06/06 Jens Peder Jørgensen
08/06 Kim Hyldgaard

Har du husket ...
OBS! ... at opdatere
O-service??
www.o-service.dk



DM weekend på Fanø

Den 20. og 21. april var der hhv. DM sprint og DM ultra lang på Fanø.

Det blev til flere medaljer til Herning Orienteringsklub - og nogle flotte dage for alle der deltog.



(Foto: Kaj Kaspersen)



KompasPosten
Egeskovvej 12
7451 Sunds

B
Economique

Indholdsfortegnelse

Side

Kontaktinformation til bestyrelse m.fl.	2
Formandens	3
Samarbejde med EnergiMidt	5
Skaf nye medlemmer	6
Begynderkursus – orientering for uøvede	7
Ringkøbing skole fandt flest poster	8
57 fandt vej i Herning City	9
Grill i Søndre Anlæg	11
Aktivitetskalender	12
Træningsløb i Herning OK	13
Regler for træningsløb	14
Træningsudvalget informerer om sø-ture	15
Faste poster i Herning OK - Herning City	16
Generel information	20
Klubbens udvalg	21
Salg af klubbetøj	21
Medlemskartoteket april 2013	22
DM weekend på Fanø	23



- Daniel B. Schmidt på vej mod mål ved en etape af Påskeløbet. (Foto: Irene B. Schmidt)



- Rasmus Andersen på podiet ved en etape af Påskeløbet. (Foto: Irene B. Schmidt)