

KompasPosten

Nr. 2 – marts 2014



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

Ubesat

Arrangementsudvalg

Anni Jensen
jjjensen@dadlnet.dk 97 12 42 14

Træningsudvalg

Ubesat

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

RUF udvalg

Annica Olsen
annicacarsten@gmail.com 96 10 63 14

Salg af klubbøj

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 og løbstilmelding

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

Konti – Handelsbanken –

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

*Forside: Malthe og Johanne finder vintervej i
Brandlund den 22. februar. (Foto: © Brande
Bladet 2014)*



Mindeord for Gunnar Klaris

Med et billede af Herning Orienteringsklubs Jyske Mestre i 1982 vil vi mindes Gunnar Klaris, som døde i januar og blev bisat fra Frederiks Kirke den 31. januar 2014.

Gunnar, som i sin tid var medlem af Orienteringsklubben Uldjyderne, var en meget ivrig og god orienteringsløber, som med sit engagement samt sit gode og smittende humør satte præg på sine omgivelser.

Gunnars interesse for orienteringssporten kom også til udtryk i forbindelse med sin mangeårige ansættelse på Flyvestation Karup hvor han havde ry af at være en god skaffer

samt inspirator for sine omgivelser med henblik på Idrætsforeningens O-løb. Gunnar var en overgang medlem af Idrætsforeningens bestyrelse ligesom han opnåede at være med på det militære landshold i orientering.

Da Gunnar i sin tid overtog ejendommen i Stendal/Ulvedal blev det en del af starten på Karup Orienteringsklub, og vi er mange der har nydt godt af kendskabet til både klubben og Gunnar Klaris i forbindelse med diverse arrangementer, som er afholdt her.

Æret være Gunnars minde.

Arne Lock



Hernings seks jyske mestre i orienteringsløb i klasserne over 35 år: Fra venstre Egon Mathiasen, Henning Larsen, Gunnar Klaris, Nanny Thalund, Inge Jørgensen og Erna Mathiasen. (Kilde: Herning Folkeblad, 6. august 1982)

Indkaldelse til
ekstraordinær generalforsamling
i Herning Orienteringsklub

torsdag den 10. april 2014 kl 19:30 i klubhuset

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Behandling af lovændingsforslag
Bestyrelsen foreslår følgende reglements-
ændring i §6:
*I økonomiske anliggender tegnes
Herning Orienteringsklub af forretnings-
udvalget.*
3. Eventuelt



Find Vej Dagen

Lørdag den 5. april kl. 14 fra Løvbakke Naturcenter

Så er planlægningen af dagen ved at være på plads.

Kl. 14 sendes de første løbere i skoven med det nytegnede kort over Løvbakkere.

Fra RUF-udvalget skal lyde en stor tak, fordi mange har tilbudt at udfylde de pladser vi efterlyste personer til i sidste nummer af KompasPosten.

Stævneorganisation:

Stævneleder: Irene Schmidt

Banelæggere: Nicklas Olsen, Daniel Schmidt og Rasmus Andersen laver banerne til Find vej løberne med Kim Schmidt som mentor. Træningsudvalget har lavet et banelæggerhold til de klubløbere, der normalt løber svære baner.

Start/Mål: Søren Andersen og Carsten Olsen

Kiosk: Jonna Jørgensen

Markedsføring: Asger Kristensen

Stævnecenter: Endnu ikke besat. Var det noget for dig? Det er en lille opgave. Spørg evt. Asger på tlf. 2267 6671.

Markedsføring:

Fra DOF har vi fået 2000 flyers, 50 A4 plakater og 25 A3 plakater. Dem skal vi have fordelt i klubbens område, så hurtig som mulig. De ligger i klubhuset. Når du har taget eller i hvert fald bestemt du vil gøre det, så giv mig venligst besked om, hvor mange du

tager og hvor du evt. hænger plakater op.



Vi har ikke råd til dyre annoncer, så det er livsnødvendigt at få materialerne uddelt. – Sørg for du har et bundt flyers liggende... Og så er det også vigtigt at du bruger mun- den og reklamerer for Find vej dagen.

Har du skolesøgende børn eller tætte kon- takter til en skole, kan du gøre den opmærk- som på de to klassepræmier:

Til de to klasser, som stiller med flest deltagere. (Og det er vel at mærke alle med tilknytning til klassen der tæller med: Elever, pårørende, venner, mv. Man skal bare oplyse skole og klasse, når man kommer til start.)

Fra 0. – 3. klasse: Et gavekort, der giver vinderklassen gratis adgang til Jyllands Park Zoo.

Fra 4. – 10 klasse: Et gavekort, der giver vinderklassen gratis adgang til Baboon City.

Desuden er der massevis af præmier til de dygtigste og mest heldige. Desuden er der frugt sponsoreret af Gartnerhallen.

Nicklas har lagt omtale af dagen på facebook. Hjælp med at sprede budskabet.



LØVBAKKERNE

HERNING

En del af Find vej Dagen 2014 - findvejdagen.dk

Sjov

Der er gratis kort med alle de faste poster sponseret af Ringkøbing Landbobank til alle deltagere. Kortet kan efterfølgende bruges mange gange.

Der er normalt træningsløb for klubbens medlemmer, hvor Torben Hansen m. fl. står for banerne.

Der er start kl. 14, men kom i særdeles god tid – gerne i klubbens paradedragt,

så alle de nye kan se, at vi er mange. For klubbens medlemmer er der omklædning i Naturskolens køkkenlokale.

Find Vej Dagen er lavet i et samarbejde med Dansk Orienterings-Forbund, Herning Orienterings-klub og Nordea-fonden.

Asger Kristensen, Tlf. 2267 6671



Foto: Ole Høstede/Mogens Høgel

Indvielse af et nyt kort med faste poster over Løvbakkerne med Naturcenter og Dyrepark. Gratis kort til alle. Kortet kan efterfølgende bruges mange gange, når du vil en tur i skoven.

Herning Orienteringsklub inviterer dig og din familie til at finde poster lørdag den 5. april kl. 14 ved Løvbakke Naturcenter, Løvbakkevej 32, 7400 Herning!

- **LØB ELLER GÅ** - sammen eller alene
- Prøv **SJOVE RUTER** på 1,2 til 6 km + sprintbane!
- Deltagelse er **GRATIS**, og der er diplom, drikke og instruktion!
- Flotte **KLASSEPRÆMIER** (gratis adgang til Jyllands Park Zoo og Baboon City) til de skoleklasser, der stiller med flest deltagere: elever, familie, venner mv.
- Masser af **PRÆMIER** til de dygtigste og mest heldige!
- Vind Garmin VIRB Elite **ACTIONKAMERA** i landsdækkende fotokonkurrence.

det

Præmiesponsorer:



Kortsponsor:



fri!

NORDEA
FONDEN



Dansk Orienterings-Forbund



Herning
Kommune





LØVBAKKERNE

HERNING

En del af Find vej Dagen 2014 - findvejdagen.dk

Sov

i

det

frit

motion

Tå familie og venner med!

PRÆMIE-SPONSORER:

KORTSPONSOR:

INVITATION: Indvielse af et nyt kort med faste poster over Løvbakkerne med mange gange, når du vil en tur i skoven. Herning Orienteringsklub inviterer dig og din familie til at finde poster lørdag den 5. april kl. 14 ved Løvbakke Naturcenter, Løvbakkevej 32, 7400 Herning!

➤ **LØB ELLER GÅ** - sammen eller alene

➤ Prøv **SJOVE RUTER** på 1,2 til 6 km + sprintbane!

➤ Deltagelse er **GRATIS**, og der er diplom, drikkeelse og instruktion til alle!

➤ Flotte **KLASSEPRÆMIER** (gratis adgang til Jyllands Park Zoo og Baboon City) til de skoleklasser, der stiller med flest deltagere: elever, familie, venner mv.

➤ Masser af præmier til de dygtigste og mest heldige!

NORDEA FONDEN

Dansk Orienterings-Forbund

Herning

Når Isen bliver hot – og går WMOC

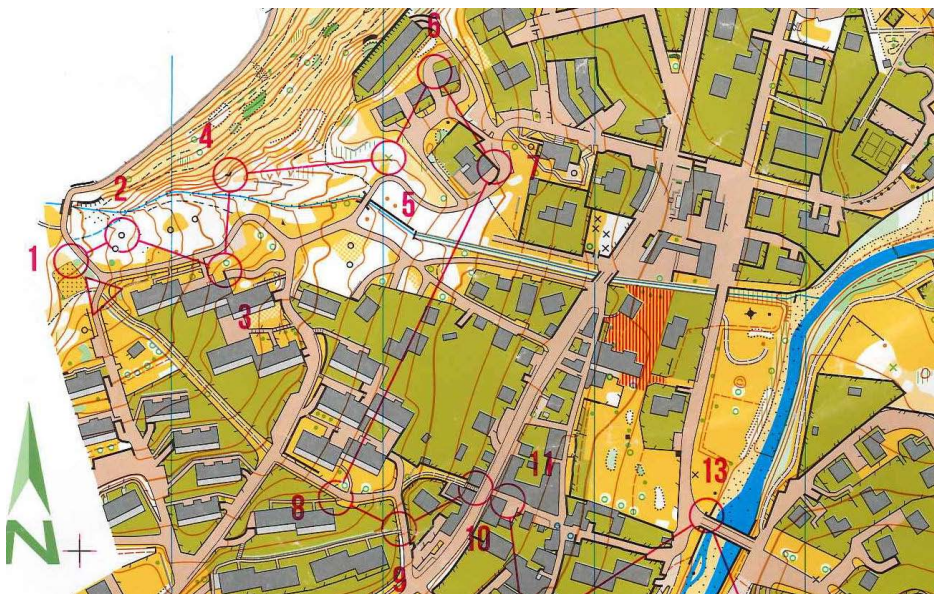
Del 3: WMOC i Bjarne Riis terræn

[Fortsat fra KompasPosten nr. 7, 2013]

Efter en varm uge i Genova, var det tid at køre ca. 250 km mod nordvest til VM for veteraner som i 2013 foregik vest for Torino, hvor Vinter-OL blev afviklet i 2006.

Vi boede i en dejlig ferieejlighed i Bardonecchia. Vi var nu kommet lidt op i bjergene, og temperaturen var faldet til behagelige lidt under 30°.

I byen var der mulighed for at øve sig på et sprintkort forud for sprintkvalifikationen, der fandt sted i Pragelato lige neden for den olympiske skihopbakke.





Det viste sig, at vi begge var i stand til at løbe fra vores hoveder denne dag.

Strækket fra 10 til 11 var styret af arrangørerne, da det var en befærdet vej, der skulle passeres. I den endelige løbstid blev tiden for dette stræk derfor fratrasket. Gitte blev stresset af de officials, der stod og gennede løberne over vejen, når der var fri bane, og glemte at klippe post 10 og blev derfor disket.

Det lykkedes Torben at sætte hjernen bag sig allerede på strækket 2 til 3, der kom til at tage 5 minutter og 5 sekunder, hvilket resulterede i en beskednen plads som nummer 47 og dermed C-finale.



- Starten på finaldagen i Sestriere...

Arrangørerne blev opmærksomme på, at mange af løberne forbrød sig mod reglementet ved at løbe i forbudte områder og passere impassable terrængenstande.

Derfor var der udkommanderet en del officials med kameraer på finaldagen, hvilket resulterede i, at 46 løbere blev diskvalificeret i finalen.

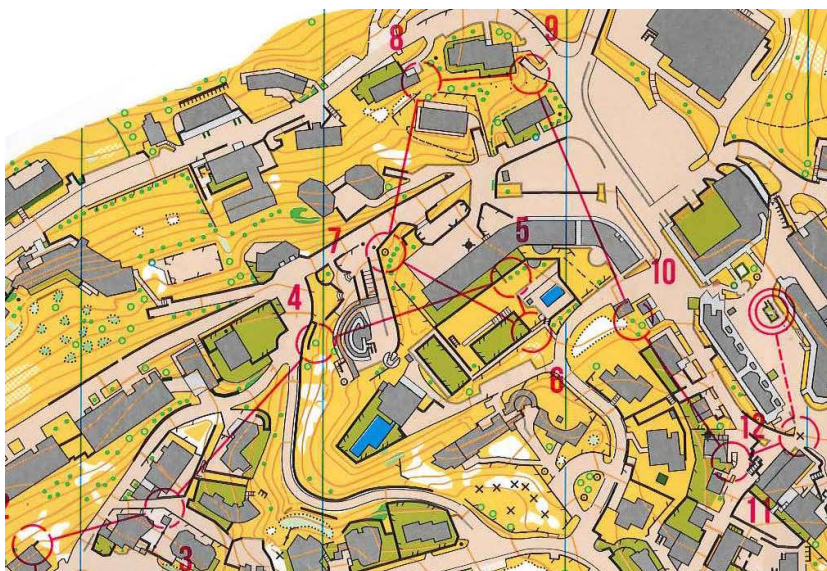
Finalen blev løbet i Sestriere, hvor Bjarne Riis kørte sig i den gule førertrøje i 1996.

Vi havde begge et vellykket løb denne dag. Gitte fik næstbedste tid af de startende i B-finalen, men kunne på grund af diskvalifikationen ikke opnå placering.

Torben blev nr. 14 af de 100 startende i C-finalen.

Torben Isen

*Sidste afsnit i næste nummer:
Hvordan man bliver verdensmester!*





Skal vi have vintergymnastik til efteråret?

Kære alle klubmedlemmer m. fl.

Træningsudvalget tænker på at starte vintergymnastik op igen.

Sidst vi var på banen med indendørs træning i vinterhalvåret var da vi kunne komme i Kropp og da vi kunne træne i motionsredskaber.

Denne gang har vi dog tænkt os, at det skal være i en gymnastiksal med en fast træner til at lede begivenhederne.

Vi vil dog ikke søge om en gymnastiksal før vi ved, om der vil være tilslutning og opbakning til dette.

Så derfor kære medlem:

Skriv en mail til Susanne Kristensen på susanne@heldgaard.info, og fortæl om du kunne være interesseret i dette. Træningsaftenen vil blive tirsdag, hvis det kan lade sig gøre.

Det vil blive fra efterårsferien og frem til slutningen af februar.

Det vil være for alle og det vil være gratis – også for ungdomsløberne. Har du en god ven, må vedkommende også gerne deltage.

Træneren vil blive Susanne Kristensen

Sidste frist for at tilkendegive om du vil være med er **10. April 2014.**

(Datoen for fristen skyldes fristen for at reservere en gymnastiksal hos Herning Kommune)

Med venlig hilsen
Susanne Kristensen
Træningsudvalget



Aktivitetskalender – udvalgte åbne løb

DAG DATO	TYPE	AKTIVITET	SKOV ARRANGØR	SENESTE TILMELDING
Onsdag 19/3	C	Natuglen 3. afd.	Løvbakkerne Herning OK	12/3
Søndag 23/3	C + MTB-O	Super vinterlang	Alheden/Kompedal plantager Nordkredsens venner	20/3
Onsdag 26/3	C	Natuglen 4. afd.	Karup Ådal Nordkredsens venner	24/3
Lørdag 29/3	A	DM Nat	Jægerspris Nordskov Farum Orienteringsklub	14/3
Søndag 30/3	B		Svinkløv Plantage Aalborg Orienteringsklub	21/3
Søndag 6/4	B	1. divisionsmatch	Stenholt Skov Karup Orienteringsklub	28/3
Lørdag 12/4	C	Kolding Sprinten	City/Byparken Kolding Orienteringsklub	!/?
Søndag 13/4	C	Gudenådysten	Thorsø Bakker Silkeborg Orienteringsklub	6/4
Påskeløb 17-19/4, Faaborg OK, Odense OK og Svendborg OK				
Torsdag	C	Påskeløb, 1. etape	Svaninge Bjerge	28/3
Fredag	C	Påskeløb, 2. etape	Krengerup	28/3
Lørdag	C	Påskeløb, 3. etape	Holstenshuus	28/3
Lørdag 26/4	A	DM Sprint	Lemvig Vestjysk Orienteringsklub	11/4
Søndag 27/4	A	DM Ultralang	Harrild Hede / Nørlund Plantage Herning OK	11/4



Træningsløb i Herning OK

DATO	SKOV	BANELÆGGERE	AFMÆRKNING	BEMÆRK
Lørdag 8/3	Hørbylunde Nord	Kim, Irene, Daniel og Pia Schmidt.	19: Silkeborgvej / Kaj Munks Vej	
Lørdag 15/3	Intet træningsløb	Deltag i stedet i Nordjysk 2 dages i Bunken og Tornby.		
Lørdag 22/3	Stråsø	Holstebro OK	se www.holstebro-ok.dk	
Tirsdag 1/4	Ulfborg Plantage	Vestjysk OK	se www.vestjyskoriertering.dk	
Lørdag 5/4	Løvbakkerne	Torben Hansen + Flemming Jensen + Frede Rasmussen	2: Løvbakkevej	Find vej dagen (se side 5)
Tirsdag 8/4	Knudmosen	Erik Dag + Arne Lock	1: Klubhuset Godsbanevej 2	Introkursus (se side 17)
Tirsdag 15/4	Fejsø	Kaj Kaspersen og Lucia Aagaard + Jørgen Pedersen.	25: Torstedvej/ Fejsøvej	
Tirsdag 22/4	Momhøj Plantage	Poul E. og Magnus Bertelsen + Tove Jessen og Erik Brixen.	27: Vorgodvej/ Fjelsestervangvej	Introkursus (se side 17)

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

Tilmeld dig til de åbne løb på modsatte side 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



Bemærk

Overnatning til Påskeløb: Vi skal bo på legerskolen Lærkedal. Skriv "overnatning" ved tilmelding i O-service. Flere oplysninger kommer på hjemmesiden.



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





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



spar Nord

Spar Nord Herning
Dalgasgade 30, 7400 Herning
Telefon 97 11 70 00
Telefax 96 27 76 43
www.sparnord.dk/herning

Hej alle sammen!

Som det fremgår af invitaitonen på modstående side, så er det igen tid til Introkursus i Herning Orienteringsklub.

Som det nok er dig bekendt, vil det være rigtig godt med nye medlemmer i klubben. Vi vil også gerne se medlemmer, som ikke har været i skoven i et stykke tid. Vi håber, at der kommer en flok børn, voksne, familier, adventureløbere mv. Det er her, at du kan hjælpe til. ☺

Spred budskabet og invitationen ud til alle interesserede (familie, venner, arbejdsplads mv.) og fortæl om vores fælles sport O-løb!

Så vil RUF og Svend Erik Hedeveg, som er instruktør, gøre alt hvad vi kan, for at alle får nogle super dage i skoven.

Invitationen kan du også finde på Herning Orienteringsklubs hjemmeside til udskrift.
(Linket findes øverst til højre under find vej logo'et)

Allerede nu er der kommet nye medlemmer til klubben. Og der er flere på vej. Så vær opmærksom på om de lige mangler lidt hjælp eller gerne vil dele deres løbsoplevelse med dig.

På forhånd tak og mange O-hilsner fra RUF-udvalget

Irene B. Schmidt

Har du husket ...

... at opdatere

O-service??

www.o-service.dk





Introkursus

Orienteringsløb Forår 2014

Præmie:

Hver gang man kommer til et Introkursus, får man et klistermærke. Dette klistermærke skal man sætte på nedenstående felter. Hvis man har fire klistermærker til det sidste arrangement, så får man en flot præmie!

#



Orientering!
Løb, sjov, sprint og spænding!
For piger, drenge, forældre, voksne.
Gå eller løb.
Vi ses!

Du kan:

- komme så mange gange du har lyst.
- løbe den eller de baner du har lyst til.
- hygge dig med de andre efter løbet – der er kage og kaffe på kanden ☺
- få en flot præmie til det sidste løb, hvis du har været med alle fire gange!
- møde op sammen med din familie eller venner og få en super sjov aften i skoven!

Praktiske oplysninger:

Vi samles i skoven kl. 17.30, hvor man finder den rute, som man gerne vil gå/løbe.
Der er introduktion til skoven og et oplæg vedrørende orientering kl. 17.45 – 18.00
Kl. 18.00 går/løber vi i skoven – nogle stykker sammen eller hver for sig.
Efter løbet kigger vi på kortet og snakker din rute igennem.

Spørgsmål:

Se www.herning-orienteringsklub.dk
Besvares med glæde af: Irene Schmidt, 61773796 (fam.b.schmidt@gmail.com)

Næsten 300 til start

Find Vinter Vej 2014 blev en god oplevelse!

Foråret er på vej og sidste løb i Find Vinter Vej 2014 er afviklet.

Helt nøjagtig deltog 278 løbere i de otte løb i januar og februar.

De fordeler sig således:

	2014	2013	2012
Skelhøj Pl.	53	40	59
Hammerum	33	-	-
Løvbakker	23	-	-
Fuglsang Sø	17	-	-
Brejning Kr.	25	?	24
Trehøje	48	30	53
Snebjerg	15	-	17
Brandlund	63	34	27
I alt	278		

Det vil være urimeligt at sammenligne tallene for de tre sidste år, men det er dog min opfattelse, at 2014 er klart bedst.

I løbet af perioden har vi fået 6 nye medlemmer. Vi har fået 12 nye mailadresser.

Alle mailadresser på ikke-medlemmer ligger på den interne del af hjemmesiden (kræver login), så du kan også bruge dem, når du skal lave løb. Find dem under 'Klubben' - 'RUF emner' og følg retningslinierne for udsendelse af emails på siden, hvis du bruger dem.

Kan det gode resultat skyldes:

- Vi var indendørs til hvert løb?
- Der var servering (suppe, kage, kaffe/the, pølser) til hvert løb?
- Der blev sendt mail til alle klubbens medlemmer før hvert løb?

**bentjensen** as
tømmer- & snedkerfirma

Tlf. 97 21 69 88

www.bentjensen.eu



- Der blev sendt mail til alle de ikke-medlemmer vi havde adresse på?
- Alle 8 løb lå tæt på Herning?
- At der var træningsløb hver lørdag (vi plejer kun at have fem)?
- At man til sidst kunne vinde lodtrækningspræmier?

Men ikke alt er positivt.

Vi så desværre ikke ret mange af vore nyere klubmedlemmer. Selv om de alle modtog en mail før hvert løb. Jeg tror, vi hver især må prøve at være mere ihærdige på det område. Bare det at aftale fælles kørsel, kan få flere i gang. Og det kan så igen være kimen til fastholdelsen.

På vegne af Ungdomsudvalget og RUF vil jeg gerne takke:

- Banelæggerne for en ekstra tørn ved indskrivning og fremskaffelse af inde-rum.
- Alle de, der har bidraget med forplejning. Det var en flot indsats til hvert løb. Måske kan det fortsætte til resten af årets løb!??

Det bliver spændende at se om vi kommer til at opleve Find Vinter Vej 2015.

Vi kunne jo også starte med:

- Marts Motion
- Maj Motion
- På gensyn i forårsskoven...

Asger Kristensen

Henning Jørgensen Cykler



Tjelevej 48 . Tjorring, 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

Generel information

Deadline for KompasPosten 2014

- ☑ Nr. 3 har deadline den 13. april og udkommer ca. 26. april
- ☑ Nr. 4 har deadline den 25. maj og udkommer ca. 7. juni
- ☑ Nr. 5 har deadline den 10. august og udkommer ca. 23. august
- ☑ Nr. 6 har deadline den 28. september og udkommer ca. 11. oktober
- ☑ Nr. 7 har deadline den 16. november og udkommer ca. 29. 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 Danmarksmesterskaber og divisions-turneringsløb 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 (fra ca. 1/4 2014)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset
Lørdag	kl. 12.30	orienteringsløb i skoven (til ca. 1/4 2014)



Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg

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

Klubhusudvalg

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

Kortudvalg

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

Kommunikationsudvalg

Kim Hyldgaard, Kaj Kaspersen, Kurt Hindkjær og Knud Erik Klode.

Økonomiudvalg

Mildred Hansen, Gitte og Torben Isen.

MTB-O udvalg

Brian Nielsen og Svend Erik Hedevang.

Ungdomsudvalg

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

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen, Andreas Skov, Leif Olsen og Susanne Kristensen.

RUF udvalg (Rekruttering, Udvikling og Fastholdelse)

Annica Olsen, Asger Kristensen, Charlotte Mikkelsen, Irene Schmidt og Pia Schmidt.

Trykstuen



Print & kopiservice

Tlf. 96 88 22 87 · www.trykstuen.dk

Medlemskartoteket februar 2014

Antal medlemmer:

140

Vi siger velkommen til

René H Jensen
Grønnegade 11 A
7430 Ikast

Bjarne Mortensen
Jasminalle 10
6920 Videbæk

Helle Petersen
Søndergårdsparken 23, Isenvad
7430 Ikast

Dennis Kristensen
Ydertoften 69
7400 Herning

Signe Arvad Kristensen
Ydertoften 69
7400 Herning

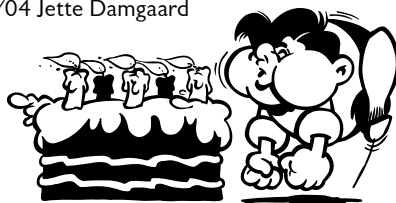
Sylvester Arvad Heldgaard Kristensen
Ydertoften 69
7400 Herning

Vi siger farvel til

Jens-Jørgen Lyngaa
Poul Erik Lyngsø
Elin Lyngsø
Magnus Kjer Bertelsen

Vi siger tillykke til

10/03 Poul Erik Bertelsen
11/03 Sylvester Arvad Heldgaard Kristensen
14/03 Otto Jørgensen
17/03 Karsten Schmidt
18/03 Kim Gottlieb
23/03 Irene B. Schmidt
24/03 Åge Knudsen
30/03 Bitten Nielsen
31/03 Anna-Marie Madsen
02/04 René H Jensen
02/04 Charlotte Nygaard Skjorbæk
03/04 Carsten Olsen
06/04 Brian Nielsen
11/04 Peder H. Larsen
14/04 Erna Clemmensen
20/04 Holger Refslund
22/04 Mogens Hald
24/04 Jette Damgaard





Ungdomstræning...

Denne gang er billedesiden taget med til ungdomstræningen den 25. februar, hvor ungdomsløbere fra Herning og Silkeborg var på jagt efter bortløbende dyr i Herning City.



(Foto: Kim Hyldgaard)



Indholdsfortegnelse	Side
Kontaktinformation til bestyrelse m.fl.	2
Mindeord for Gunnar Klaris	3
Indkaldelse til ekstraordinær generalforsamling ..	4
Find vej dagen	5
Når Isen bliver hot - og går WMOC	8
Skal vi have vintergymnastik til efteråret?	11
Aktivitetskalender	12
Træningsløb i Herning OK	13
Regler for træningsløb / Salg af EMIT brikker ...	14
Salg af klubbetøj	15
Hej alle sammen! (Oplæg til introkursus)	16
Indbydelse til introkursus	17
Næsten 300 til start	18
Generel information	20
Klubbens udvalg	21
Medlemskartoteket februar 2014	22
Ungdomstræning... ..	23



- Til ungdomstræning en tirsdag aften i slutningen af februar. (Foto: Kim Hyltdgaard)



- Jørgen Pedersen og Torben Schou til træningsløb i Brandlund. (Foto: © Brande Bladet 2014)