

KompasPosten

Nr. 5 – August 2015



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

Stine T. Søndergaard
stinetaudahl@gmail.com 24 25 33 42

Træningsudvalg

Susanne Kristensen
Susanne@heldgaard.info 40 79 06 45

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

Ubesat

RUF udvalg

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

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

Frede Rasmussen 26 29 42 88
skovkontakt@herning-orienteringsklub.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: Til DM sprint i Roskilde 30. maj. (Foto: Kaj Kaspersen)



Formandens...

Nu starter efterårssæsonen. Mange har været udenlands og erhvervet god O-rutine, som nu skal afprøves herhjemme. Andre længes efter at komme ud til nogle gode løb. Jeg har valgt nogle gode emner ud fra kalenderen i o-service.dk.

Hvis du kun vil prioritere enkelte løb, vil jeg foreslå Nystrup Plantage i Thy søndag den 20. september. Det er nemlig op/ned match for 1.- 2. Division i Nordkredsen. Som bekendt har vi i mange år været i 2. division. Det er spændende at se om vi kan give 1. divisionsklubberne kamp til stregen. Terræn: Klitplantage med vekslende gennemløbelighed. Stirigt med enkelte åbne områder.

Tilmeldingsfrist i O-Service er den 11. september, men meget gerne før så træningsudvalget kan nå at sætte et godt hold. Du må meget gerne skrive, hvilke alternative baner, du kunne tænke dig at løbe. Vi kontakter dig, hvis klubben kan have en fordel i, at du løber en anden bane.

Men først skal vi søndag den 6. september løbe match 2 i Nordkredsens 2. division. Løbet indgår som en del af arrangementet Rebild 2 Dages 2015. Terrænbeskrivelse: Åben skov primært bestående af høje gran- og løvtræer med enkelte indslag af tættere

partier. Underbevoksning visse steder. Moderat antal stier og hugninger og let til middel kuperet.

Tilmeldingsfrist i O-Service er den 28. august.

Ved begge matcher er der bustransport med servering undervejs. Se side 6.

Tre ud af efterårets DM stævner foregår i midtjylland.

- Der lægges ud med DM-Mellem lørdag den 29. august 2015 i Munkebjerg Øst.
- Lørdag den 12. september gælder det DM-Stafet. Det er lige i vores "baghave" St. Hjælland ved Vrå. Det er altid problematisk at samle stafethold. Men prøv at kigge i klubadresselisten (klik på klubben i O-Service) for at se, om der er nogen du kan lokke med. Vi mangler – ligesom mange andre klubber – en holdleder, til at sammensætte nogle gode stafethold.
- DM-Lang afvikles søndag den 13. september 2015 i Ålum.
- DM-Ultralang den 31. oktober er til gengæld placeret i Gribskov.

Husk: Klubben betaler startafgiften til alle ovennævnte stævner, så det er bare med at komme til tasterne i o-service.dk. Har du problemer at bruge O-Service kan du bare henvende dig til vores løbstilmeldere Gitte og Torben Isen, undertegnede eller et andet klubmedlem.

Vi ses i skoven.
Jens Jørgen



Har du husket ...

... at opdatere
O-service??

www.o-service.dk

The logo features the word "fotex" in a bold, white, sans-serif font. The letters are lowercase, with the "f" being particularly tall. The text is centered within a dark blue rounded rectangle.



spar Nord

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

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

2 x bus til 2 x divisionsmatch i september

Søndag d. 6. september skal vi til Rold skov og løbe 2. afdeling af divisionsturneringen.

Søndag d. 20. september skal vi forhåbentlig løbe om oprykning til 1. division. Dette foregår i Nystrup Klitplantage.

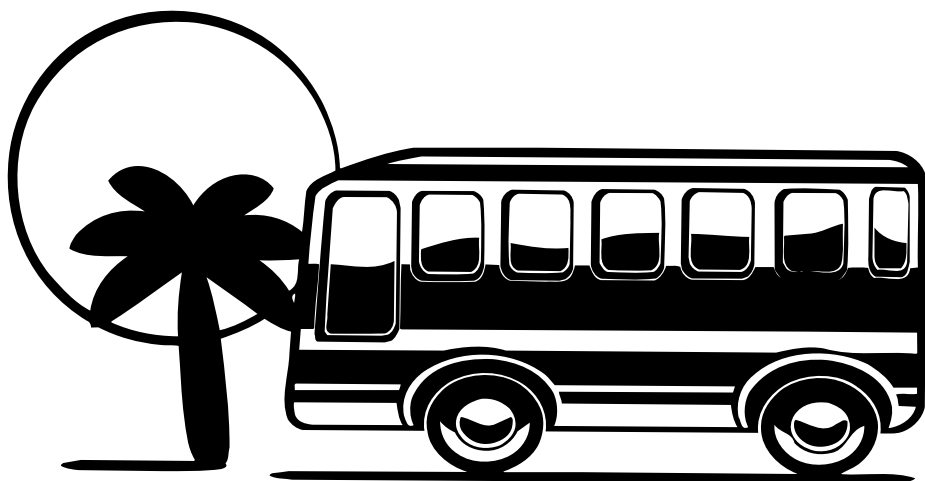
Begge dage vil der være gratis bustransport. Når du tilmelder dig løbet i o-service skriver du "bus" i bemærkning til egen klub.

Forventet afgangstid vil begge dage være kl. 7.15, men endelig tid kommer på hjemmesiden et par dage inden løbene.

Der vil blive serveret rundstykker på udturen og øl/sodavand på hjemturen.

O-hilsen

Stine Søndergaard
Arrangementudvalget





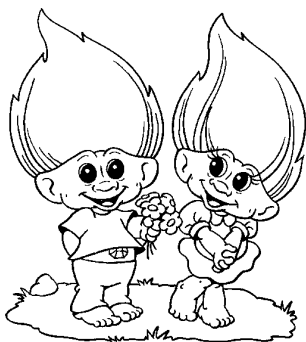
Flere Skovtrolde...

Siden sidste klubblad er der dukket yderligere 2 Skovtrolde op. De løber hhv. D-8 og H-8.

Tag godt imod Luca og Andreas hvis i møder dem ude i skoven. Hvis i da kan følge med...



Kim B. Schmidt



Luca



Andreas



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

Aktivitetskalender – udvalgte åbne løb

DAG DATO	TYPE	AKTIVITET	SKOV ARRANGØR	SENESTE TILMELDING
Søndag 23/8	B	Divisionsmatch 1. division	Karup Ådal Vest Karup OK	21/8
Lørdag 29/8	DM	Mellem	Munkebjerg Øst OK SNAB Vejle	25/8
Søndag 30/8	C	Midgårdsormen	Kolding Skov Kolding OK	23/8
5. - 6. September, Rebild 2-dages, Rold Skov OK				
Lørdag	B/MTBO		Rold Nørreskov og Rold Mosskov	28/8
Søndag	B/MTBO	Divisionsmatch 2. div.	Rold Nørreskov og Rold Mosskov	28/8
12. - 13. September, DM Weekend, Horsens OK + Aarhus 1900 Orientering				
Lørdag	DM	Stafet	St. Hjælland Nord	28/8
Søndag	DM	Lang	Ålum	28/8
Lørdag 19/9	B	Divisionsmatch 2./3. division op/ned	Bulbjerg Aalborg OK	11/9
Søndag 20/9	B	Divisionsmatch 1./2. division op/ned	Nystrup Plantage Nordvest OK	11/9
3. - 4. Oktober, Kreds Ungdomsmatch – KUM (for udtagne ungdomsløbere), Silkeborg				
Torsdag 15/10	C	Natteravn 1	?? ??	?/?
Søndag 25/10	C		Blokhush ??	?/?

Tilmeld dig til de åbne løb ovenfor 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



Træningsløb i Herning OK

DATO	SKOV	BANELÆGGERE	AFMÆRKNING	BEMÆRK
Tirsdag 25/8	Hørbylunde Nord	Kim & Rasmus Hyldgaard + Søren & Rasmus Andersen	19: Silkeborgvej / Kaj Munks vej	
Tirsdag 1/9	Stråsø	Vestjysk OK Ole Fuglsbjerg + Conni Fuglsbjerg	Se vestjyskorientering.dk	
Tirsdag 8/9	Velling	Asger Kristensen + Dennis & Signe Kristensen + Kaj Halling	23: Herningvej vest for Røgind	
Tirsdag 15/9	Haunstrup	Frants & Bitten Nielsen + Flemming Sasser	6: Albækvej Tothøjvej	
Tirsdag 22/9	Jeanette/Thyra	Erik Dag + Asger Kristensen	8: Fjelstrupvej Vorgodvej	
Søndag 4/10	Vestre Plantage	Vestjysk OK	Se vestjyskorientering.dk	
Lørdag 10/10	Gludsted- Børgelund	Horsens OK Tove og Peer Straarup	Se horsensok.dk	
Lørdag 17/10	Hoverdal Vest	Poul E. Bertelsen + Mogens Hald + Jens P. Christensen	26: Grønbjergvej Præstevej	

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

Vejledning om 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 kør-

sel 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
Leif Olsen.

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

**runners
corner**

VIBORG · HERNING · SILKEBORG





Nyt fra Træningsudvalget

Sådan – så er ferien ved at være ovre for de fleste, og en ny hverdag truer.

HUSK: Hvis du har oplevet noget spændende O-mæssigt i din ferie, så må du gerne dele dine oplevelser med os andre her i bladet – det kunne give os andre inspiration til næste års sommerferie. Så fat pennen og send dit indlæg til KompasPosten. E-mail adressen kan du se på side 12.

JFM (Jysk-fynske mesterskaber) og 50 km orienteringsløb er overstået, når du læser dette, så...

...noget af det første der skal ske for hele klubben er 2. divisions matchen i Rold Nørreskov søndag den 6. september.

HUSK at tilmelde dig i rigtig god tid, så vi kan få sat det bedste hold. Det er en rigtig god ide at skrive i kommentarfeltet til egen klub, når du tilmelder dig, hvilken bane du helst vil løbe, og hvilken bane du også vil kunne løbe. HUSK også at tilmelde dig bus-sen i sammen felt. (Se også side 6) Bemærk også at bus og startafgift til divisionsmatch betales af klubben.

Ja, der er meget at huske på. – Og husk så også lige at tilmelde hele familien... ☺
Tilmeld dig på O-service senest den 27. august, så har vi lidt tid til at sætte hold.

Kommende løb, der kan have interesse: (Se også side 8 og endnu flere løb på www.o-service.dk)

- Lørdag den 29. august er DM-Mellem i Munkebjerg Øst.
- Lørdag den 12. September DM-Stafet i St. Hjælland Nord.
- Søndag den 13. September DM-Lang i Ålum.

Og til sidst vil jeg lige nævne oprykningsmatchen i Nystrup Plantage søndag den 20. September, hvor vi selvfølgelig alle mand skal med. Læs mere om dette på hjemmesiden, når vi nærmer os tiden. Det er i det hele taget en god ide, at tjekke op på vores hjemmeside en gang eller to om ugen, for at følge med i hvad der sker i klubben.

Udover de mange spændende løbsoplevelser, der venter, så er vi godt i gang med vores træningsløb om tirsdagen og vores torsdags træning. Kom og vær med!

O-hilsen
Susanne Kristensen



Generel information

Deadline for KompasPosten 2015

- ☑ Nr. 6 har deadline den 27. september og udkommer ca. 10. oktober
- ☑ Nr. 7 har deadline den 15. november og udkommer ca. 28. 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 udvalgsmøder 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 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 (frem til 1/10 2015)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset
Lørdag	kl. 12.30	orienteringsløb i skoven (fra 1/10 2015)



Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg

Stine T. Søndergaard, Anni Jensen, Jonna Jørgensen og Lene Andersen.

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, 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

Susanne Kristensen, Søren Søgaard Nielsen, Leif Olsen og Frede Rasmussen.

RUF udvalg (Rekruttering, Udvikling og Fastholdelse)

Asger Kristensen.

Trykstuen



Print & kopiservice

Tlf. 96 88 22 87 · www.trykstuen.dk

Medlemskartoteket august 2015

Antal medlemmer:

130

Vi siger velkommen til:

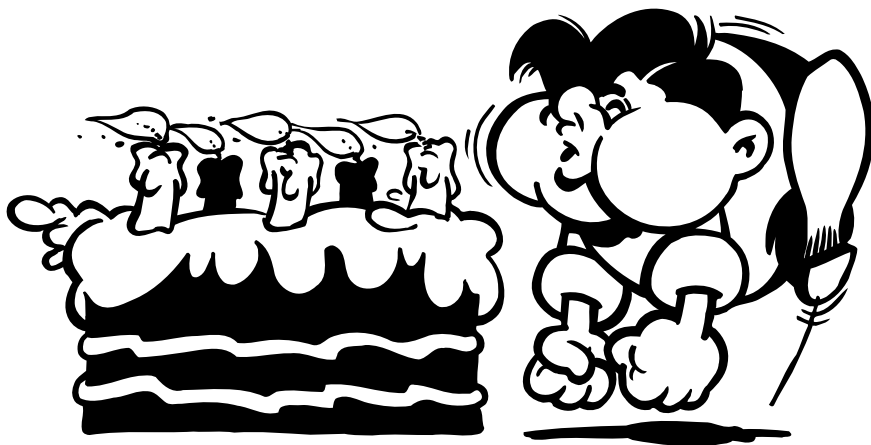
Frederik Schollert
Kim Bertelsen
Marianne Hestbech Bertelsen
Alan Larsen

...og flere Skovtrolde:

Andreas Moesgaard Andersen
Luca Isabell Ø Aas
Mia S Kristensen

Vi siger tillykke til

02/09 Jens Ole Krogh
08/09 Bjørn Hansen
13/09 Arne Lock
14/09 Frederik Schollert
15/09 Kristian K. Pedersen
22/09 Line Schou
29/09 Marianna Mathiasen
06/10 Lars Klode
10/10 Gitte Isen
12/10 Torben Hansen
12/10 Jan Mathiasen
14/10 Inga Andersen
14/10 Steen Møller





JFM Sprint 2015

Billedesiden har denne gang været en tur til Jysk-Fynske mesterskaber i sprint i Vejlsø. 3 medaljer blev det til dengang i juni måned: Lucia i D50, Gitte i D55 og Asger i H75.



(Foto: Kaj Kaspersen og Lucia Aagaard)

KompasPosten
Egeskovvej 12
7451 Sunds

B
Economique

Indholdsfortegnelse	Side
Kontaktinformation til bestyrelse m.fl.	2
Formandens... ..	3
Salg af klubbetøj	5
Bus til divisionsmatch	6
Flere Skovtrolle... ..	7
Aktivitetskalender	8
Træningsløb i Herning OK	9
Vejledning om træningsløb/Salg af EMIT brikker	10
Nyt fra Træningsudvalget	11
Generel information	12
Klubbens udvalg	13
Medlemskartoteket august 2015	14
JFM sprint 2015	15



- Flere klubmedlemmer havde fundet vej til Roskilde. (Foto: Kaj Kaspersen)



- DM sølv i sprint diciplinen blev det til for Lucia Aagaard i Roskilde. (Foto: Kaj Kaspersen)