



'eren

Medlemsblad
for
Orienteringsklubben
af 1963
VORDINGBORG

Marts 2014

Nummer 1



Husk Find vej Dagen den 5. april

Juleløbet 2013 – frit fortolket



Kære alle glem din alder
Julenissen slår sin gæk
Denne gang hvor gåsen kalder
Løb i byen og blive væk



Hos Niels Holscher hist ved volden
Mødes vi en aften sen
Gennes ind som får i folden
Får en spids til kolde ben

Kort og blyant og kompasset
Alting checkes – så af sted
Målbevist med mod fra glasset
Drøner jeg ad gaden ned

Første post - der er lidt tøven
Løb jeg mon for langt mod vest?
Allerede rent på røven?
Øst og vest hvad er mon bedst?

Styrter ned ad første smøge
Finder snart en inskription
Tyder den med megen møje
Noget med institution

Næste post. Står foran huset
Lugter her mon lidt af hest?
Tidens tand gør mig beruset
Eller mon den kolde blæst?

Lunter langsomt gennem natten
Når en gammel kirkegård
Lyser rundt på dit og datten
Ser at livet snart forgår

Hej! Der står en sten og lyser
Der er franske gloser på
Ør af glæde jeg nu gyser
At jeg posten hurtigt så

Sætter kursen, god kadence
Syd må være rette vej
Mener nok jeg har en chance
For at vinde denne leg

Men så ak, så går det ilde
Løber i en borgruin
Farer rundt som blandt de vilde
Føler jeg er lidt til grin

Ned om havnen op ad stræder
finder Møir's smukke hus
sanser alle gamle steder
og historiens vingesus

Tak til nissen og til Peter
For den lærerige tur
Selvom jeg jo ej blev etter
Blev jeg heller ikke sur



Per Steen

Klubmesterskab 2013

Kristiansholms Plantage? Hvor i alverden ligger den? I nærheden af Rude Skov – altså ikke den i det nordlige København, hvor jeg startede min o-løbskarriere i spejdertiden for 50 år siden. Google Kristiansholm Plantage – ejes af Næstved Kommune, ikke specielt stor til O-løb - den ser langstrakt og lidt kedelig ud på satellitbillederne. Lige ved Bisserup Strand? Det var jo der, jeg var på udflugt med mine forældre til fars kollegas sommerhus hver sommer, da jeg var lille. Det kan blive helt hyggeligt at gense det område.

Dagens sportslige ambitioner? Jeg genvandt jo klubmesterskabet i Amager OK, men det var efter nogle handicapregler, hvor man nærmest konkurrerer med sit personlige gennemsnit af årets præstationer. Så glem alt om at blive O-63-mester, men nyd en dag i skoven med de gode kammerater. Nyde??? Det var godtnok koldt der på stævnepladsen med en stiv pelikan direkte ind fra havet. Det eneste gode, man kunne sige om vejret var, at der ikke var nedbør. Nå, alligevel af med det meste af tøjet, endelig ikke blive for varm – mine bedste resultater i årenes løb har jeg præsteret omkring frysepunktet.

Af sted det gik, nu forsigtigt læse sig ind på kortet og pas på ris i skovbunden – dine knæ er ikke fabriksnye længere! Post 1 gik helt fint, men jeg løb lidt for langt på vejen til Post 2 – pas nu på, kortet er 1:5.000, ellers ser det slet ikke ud af noget! Post 3 – af sted det går, kantløbe den gamle grusgrav, videre til Post 4 - hvorfor har de lagt det store træ på tværs af stien – det skal jeg huske

når jeg skal til post 7. Post 4 – tjekke kontrolnummer, hov det er ikke skærmen på hytten – de poster ligger da for tæt. Post 5 – nu nærmer niveauet sig altså begynderbane og post 6 - kalder de det en tør rende? Jeg ville kalde det en grøft uden vand i, men smag og behag kan ikke diskuteres – eller kan de? 7 og 8 – piece of cake og 9'eren, den må da være nem at finde med tætheden lige bagved, bare ind ad den utydelige sti, parallelt med den nordlige skovkant, som er tydelig på lang afstand.



Nej nu går det helt galt, hvad laver jeg, fjumrer rundt i noget, der slet ikke er plantet som på kortet.

Hør, der ligger jo Post 2 lige derinde, så er det bare at følge bevoksningegrænsen mod nord – fra denne side er det en nem post. Hvad var det lige, der skete? Ikke så meget som en enkelt lille højdekurve at støtte sig til – fladt som hjemme på Amager.

Så et par lange stræk uden problemer – møder Torben ved post 11, på vej til at blive klubmester, ham kan jeg ikke hamle op med. 12 – 13 og 14, den ligger da længere væk i virkeligheden end på kortet – eller er benene ved at blive kortere? Post 15, flot beliggenhed på kystskrænten, flot og åbent - her skal Helle og jeg gå tur en smuk sommerdag, men nu handler det om post 16 og så sidsteposten ved brønden – den så jeg, da jeg ankom til stævnepladsen, så det kan ikke gå galt.

Gennemført – ja, så er det bedste også sagt. Benene er ikke så hurtige som de var en gang, og den der post 9 piner mig – en dårlig plan dårligt gennemført. Den skulle være taget sydfra, nogenlunde som jeg endte med at gøre. Nu må jeg altså se at få gang i det GPS-ur, jeg har liggende derhjemme, så jeg kan blive ”bagklog”, der må ligge en lektie gemt her! Måske skulle hovedet have været endnu koldere?

Og så er der lige mystikken: 86 points ifølge resultatoversigten, men fejlklip ifølge mellemtiderne. Det sagde de ikke noget om, da jeg kom i mål. Men med det, det var dejligt med en tur i skoven.

Peter Hofman-Bang



Formandens beretning

2013 har været et begivenhedsrigt år for O-63. Det har krævet mange kræfter af klubbens forholdsvis få aktive, og jeg vil derfor begynde med at sige **Tak** Først til bestyrelsen for godt samarbejde, initiativ og energi. Dernæst en stor tak til alle medlemmer, aktive som passive, der på den ene eller anden måde har bidraget til gennemførelsen af klubbens aktiviteter. Endelig skal der også lyde en stor tak til vores sponsorer. Både de lokale, Vordingborg kommune, Køng Entreprenør Service, Landmålergården, Holscher's Frøhandel og MOE. Plus alle de mange andre, der støttede til DM.

Medlemsstatus

I 2013 fik O-63 3 nye medlemmer Gry, Maria og Dom og havde ved årets udgang 74 medlemmer i alt, heraf 42 aktive, 4 friløbere og 28 passive. 10 af disse medlemmer er under 35 år.

Deltagelse i løb

Der har været en betydelig nedgang i løbeaktiviteten i 2013. Kun 94 starter i alt, hvoraf de 47 var til divisionsmatcherne. Af de øvrige 47 tegner et enkelt medlem, Gerda Marie sig for halvdelen. Det skal siges, at vi kun stillede op til 2 af de 3 divisionsmatcher, men det kan ikke bortforklares, at det har knebet med at komme ud til løb.

I sidste vinters VTR konkurrence havde hele 7 løbere dog kvalificeret sig til finaleløbet, som fandt sted den 9. marts i Jyderup Skov. Det blev til fine placeringer: 1.plads til Hjalte i sort lang, til Gerda Marie i sort mini>60, til Gunnar i sort mellem>60 og til Niels-Henrik i sort kort>60. En 2. plads til Lars i sort kort <60 og en 3. plads til Peter Bjørn i sort kort>60.

Påskeløbene i Midtjylland havde deltagelse af 5 O-63'ere Hjalte, Asbjørn, Torben, Inge og Erik. Asbjørn valgte at stille op i H21AM. Det viste sig at være en god disposition, da han vandt sin klasse.

Løb arrangeret af O-63

Træningsløb

Der har været afholdt 4 træningsløb. Den 18. maj indviedes det nye kort over Trellemark-Oringe med Peter Bjørn som banelægger. Den 22. august var der løb i St.Fredsskov, igen havde Peter lagt baner. Den 9. september havde Asbjørn og co. lavet løb i Udby Skov. Per Steen stod for sidste løb i Troldbjerg Skov den 26. september. Det gennemsnitlige deltagerantal var 13 pr. løb!

VTR løb

O-63 har som sædvanligt bidraget med 2 VTR løb. Det ene foregik i Viemose Skov den 10. februar med Per Steen og Torben som banelæggere. Det havde 76 deltagere heraf 7 af vore egne løbere. Det andet løb fandt sted i Klinteskoven den 10. november. Peter Bjørn havde også sørget for banelægningen denne gang. Henrik og Kim stod for IT arbejdet, sådan som de altid gør til større løb. Vi havde håbet på stor deltagelse i det udfordrende terræn, men kun 60 løbere, heraf 5 fra O-63, vovede sig ud i det triste og regnfulde vejr.

Nattergaleløb

Niels-Henrik stod for årets Nattergaleløb, som blev løbet i Vordingborg by på et kort fra 1890. Peter Bjørn blev den heldige vinder med ret/pligt til at arrangere næste års løb. Om aftenen lagde Inge og Erik en sidste gang hus til en hyggelig grillaften, inden de flyttede til Smørum.

Juleløbet foregik også i Vordingborg. Af Peter Bjørns indbydelse fremgik, at det var en god ide at orientere sig om byens historie på forhånd. Det holdt stik. Bagefter var vi alle klogere. Bonnie vandt en kneben sejr og blev dermed arrangør af juleløb 2014. Den efterfølgende julehygge foregik hjemme hos Bente og Peter.

Løb arrangeret af andre

Divisionsmatch

Årets første divisionsmatch blev løbet i Tokkekøb hegn den 14. april. Kun 20 løbere fra O-63/NFR/Maribo stillede op til start. Resultatet blev, at vi delte sidstepladsen med Køge. I den anden match, som fandt sted den 1. september i Tisvilde Hegn, stillede vi slet ikke op. Det var nok for tæt på DM. Vi satsede i stedet på at kunne klare os godt i op/nedrykningsmatchen den 6. oktober. Til denne match i Gribskov deltog vi med 27 løbere, som med mange fine placeringer formåede at slå de tre andre klubber. Satsningen lykkedes, så O-63/NFR/Maribo er stadigvæk at finde i 4. division til næste år.

Klubmesterskab

Ved VTR løbet den 1. december i Kristiansholms Plantage blev årets klubmestre fundet. Gerda-Marie blev klubmester for D>50 (sort mini). Carl-Henrik for H<50 (sort lang) og Torben for H>50 (sort kort).

Medaljer ved mesterskaber

I 2013 blev det til 4 mesterskabsmedaljer til O-63 løbere. Ved SM den 27. april i Tisvilde hegn vandt Gerda Marie bronzemedalje i Lang. Lars Brøndsel + 2

HG'er løb stafet og vandt en sølvmedalje i H45. Ved DM Nat den 6.april i Guldborgland Plantage vandt Gerda Marie sølv i D>60. Ved DM den 14. september i Klinteskovene lykkedes det Peter Bjørn og Peter Nielsen at vinde bronzemedalje i H70 Stafet.

Løbssamarbejde med naboklubber

Både stafetsamarbejdet med HG og divisionssamarbejdet med NFR og Maribo har fungeret til alle parter tilfredshed og fortsætter i 2014.

Nye kort

Nordeafonden bevilligede i foråret 25.000 kr. til nytegning af Vintersbølle Skov. Troels formidlede kontakt til kortkortegegnen Gediminas Trimakas (GT maps) fra Litauen, og fungerede også som sparringspartner og kontrollant. Under sit ophold var Gediminas indkvarteret hos mig. Mens han var her, besluttede bestyrelsen at udnytte muligheden for også at få nytegnet Troldbjerg Skov og Fredsskovkortet, som blev til Stensbygaard (Store Fredskov, Kløften og Søskoven). Med Klinteskovs-kortet fra DM opnåede O-63 altså at få hele 4 nytegnede kort til rådighed i 2013. Det er vist aldrig sket før i klubbens historie. Vi satser på flere nytegninger i år.

Find veji

Klubben har haft gang i 2 Find veji i skoleprojekter, som Torben og Erik har lagt et stort arbejde i. Som allerede nævnt har vi selv løbet på Trellemark-Oringe kortet, men folderne, som Vordingborg kommune har betalt, blev først leveret fra trykkeriet i november. Derfor blev det besluttet at udskyde den officielle indvielse til den 5. april, som er den landsdækkende Find vej i dag. Her vil vi invitere skoler og andre interesserede til o-løb på de faste poster. Det andet projekt Vintersbølle Skov er stadig under udarbejdelse. Pælene er klar til opsætning, men kortet skal revideres lidt og folderen udarbejdes.

Klubblad, jubilæumsskrift og hjemmeside

Klubbladet O-63'eren udkom 3 gange i 2013 mod normalt 4. Det skyldtes, at redaktørerne Bonnie og Bente var travlt beskæftiget med at fremstille klubbens flotte 50års jubilæumsskrift. Carl-Aage klarede al trykning.

Hjemmesiden vedligeholdes og opdateres hurtigt af webmaster Bente. Løbsresultater er lagt på, næsten inden løberne er kommet hjem. Medlemmernes mulighed for at være aktive på siden bliver kun udnyttet i begrænset omfang. Husk at alle selv kan skrive indlæg under Nyheder og oprette en tråd i Forum, f.eks. om samkørsel til løb.

Årets 2 højdepunkter:

O-63's 50 års jubilæum den 4. maj

Det første var naturligvis O-63's 50 års jubilæum, som blev fejret den 4. maj med o-løb om formiddagen, reception om eftermiddagen og festmiddag om aftenen. Peter Bjørn stillede sig i spidsen for arrangementet og sørgede for indbydelser, presse og holdt tale ved receptionen.

Jubilæumsløb

Jubilæumsløbet lokkede 40 løbere i forårsskoven. Gunnar havde lagt 7 forskellige baner, og der var udfordringer til alle, da nogle baner var på det nye kort, andre på det gamle kort fra 1967 og andre kun på kurvekort. Let blev vundet af Preben Rasmussen, kort af Johan Söderlund, kort gammel af Peter Hofman-Bang, kort kurve af Erik Bülow-Olsen. Troels Christiansen løb de 3 lange baner og vandt dem alle.

Reception

Der var fint fremmøde til receptionen af repræsentanter fra kommunen, kasernen, lokale idrætsforeninger, vore naboklubber og naturligvis af tidligere og nuværende medlemmer. O-63 fik mange dejlige gaver og lykønskninger. Til vores store forundring modtog klubben ingen hilsen fra DOF, skønt forbundet havde fået tilsendt jubilæumsskrift og invitation.

Lis og Bente stod for den kulinariske del af receptionen. Henrik og Kim havde sammensat en flot udstilling med alle O-63 kort, klubdragter, private fotoalbum og scrapbøger samt Peter Nielsen store fotoskærme og slideshow. De udstillede ting blev ivrigt studeret, og der hørtes mange "nej se" og "kan du huske?"

Festmiddag

Inge, Laila og Carl-Aage, Birgit og Villy havde påtaget sig at arrangere festmiddagen. Knap 50 medlemmer fra fjern og nær mødte op til en dejlig aften. Menuen var lækker, stemningen munter med sang og stor talelyst. Peter Nielsen var toastmaster. Formanden startede talerækken og efterfulgtes af Elvar Thomsen, O-63's første formand. Flere andre medlemmer ønskede at få ordet, så alle tilstedeværende fik et levende indblik i O-63's historie. Synd at flere af de nyere medlemmer ikke oplevede denne aften. O-63 modtog atter gaver samt mange gode ønsker for fremtiden. Det var et flot jubilæum!

DM stafet og lang den 14-15. september i Klinteskoven

Det andet højdepunkt var selvfølgelig DM, som vi arrangerede i samarbejde med Søllerød OK. O-63 bidrog med 48 hjælpere i alt. Det var en ordentlig mundfuld for vores lille klub, og vi fik da også lidt hjælp udefra. Især arbejdet i

stævneledelsen og funktionslederjobbene var krævende, men alle hjælpere ydede en kæmpeindsats. (Jeg har opgivet at nævne alle navne) Takken for indsatsen var klubweekend på Hjertebjergskolen, fri forplejning, gratis åben bane og en kvalitets løbevest/T-shirt. De to klubber fik samarbejdet til at fungere og kunne hygge sig sammen lørdag aften, hvor der var "tvungen" middag for alle.

Stævneleder Troels havde sat ambitionsniveauet højt, og det lykkedes at indfri hans forventninger. Der deltog 950 løbere til stafet og 1050 til lang. De fik udfordrende baner, fin speakning, flot stævneplads, velassorteret kiosk og mulighed for guidet tur på GeoCenter Møn til halv pris. Kort sagt et stævne af høj standard, som har fået megen ros, og som de 2 klubber kan være stolte af.

Udover stor tilfredsstillelse ved vel gennemført arbejde gav DM stævnet også 115.000 kr. i overskud. En tredjedel endte på O-63's konto.

Presseomtale

I forbindelse med disse to højdepunkter har O-63 fået fin presseomtale. Derudover har journalist Nina Lise efter en tur i skoven også beskrevet sin oplevelse som o-løber i Ugebladet.

Andre aktiviteter

Som i de foregående år stillede O-63 med 8 hjælpere til afvikling af GeoCenter Møn's Klinteløb. 7 medlemmer gav også en hjælpende hånd ved Børnefestivalen Vilde Vulkaner, hvilket resulterede i 5000 kr. til klubkassen.

På foranledning af DOF's breddeudvalg har O-63 påtaget sig at arrangere 3 voksenkurser i Østkredsen. Kurserne i o-teknik afholdes den 26. april i år i Nyråd. Inge, Erik og Troels Lassen har tilbudt sig som instruktører. Benyt jer endelig af dette gode tilbud om dygtiggørelse.

Bestyrelsens håb/ønske er stadig at kunne tiltrække flere yngre medlemmer, gerne familier. Forhåbentlig kan Find vej i projekterne hjælpe hertil. Men hvis det skal lykkes at fastholde nye, kræver det, at flere medlemmer stiller sig til rådighed som instruktører og sørger for regelmæssig træning på et mere børnevenligt tidspunkt end torsdag aften. Spørgsmålet er: Kan vi det, vil vi det?

Med disse ord slutter formandens beretning.

Bonnie

Referat af generalforsamling i O-63 den 2. februar 2014

I alt 13 deltagere

1. **Valg af dirigent** – Peter Hofman-Bang blev valgt.
2. **Formanden aflægger beretning.**
3. **Kassereren forelægger det reviderede regnskab til godkendelse.** Lis omdelte klubregnskab for 2013 og regnskab for DM stævnet i Klinteskoven. 2013 blev et usædvanligt år med indtægter fra en række aktiviteter. Selv jubilæet gav takket være sponsorer og gaver et lille overskud. Derudover var der tilskud fra Nordeafondet, fra Vordingborg Kommune samt indtægter fra medlemmers deltagelse i Vilde Vulkaner. DM arrangementet gav et overskud til O-63 på 38.000 kr. Kiosken, som mange var involveret i, gav et overskud 9.500 kr. ud af en omsætning på 40.000 kr. Klubbens overskud var i 2013 på 47.800 kr. og formuen 125.900 kr., hvilket vist ikke er sket før.
Bemærkninger: Carl-Aage mindede om, at MOE (tidl. Skude & Jakobsen) udover KES og Landmålergården også var sponsor ved jubilæet. Peter H-B konstaterede, at klubbens kontingentindtægt stort set modsvarer af bidragene til DOF. Niels-Henrik tilbød at sponserere de nytegnede kort ved genoptryk 500 kr. pr. kort. Det reviderede regnskab blev godkendt af forsamlingen.
4. **Fastsættelse af kontingent.** Bestyrelsen foreslog uændret kontingent. Forslaget blev vedtaget af generalforsamlingen.
5. **Behandling af indkomne forslag.** Bestyrelsen havde fremsat forslag til vedtægtsændring sammen med indkaldelse til generalforsamlingen. Forslaget var at ændre proceduren for valg af bestyrelse, således at bestyrelsen selv konstituerer sig. Forslaget var at ændre ordlyden i § 7 fra: "*Bestyrelsen vælges som følger:*" til "*Bestyrelsen konstituerer sig som følger:*". Forslaget blev vedtaget enstemmigt af generalforsamlingen.
6. **Valg af bestyrelse.** Erik Bülow-Olsen havde meddelt, at han udtræder af bestyrelsen. Carina Kjær Bollesen meddelte i løbet af året, at hun midlertidigt måtte udtræde af bestyrelsen på grund af manglende tid. Suppleant Lars Brøndsel var indtrådt i stedet for. Lars var imidlertid rejst 1 år til Grønland. Bestyrelsen havde følgende 7 forslag til medlemmer: Bonnie Petersen, Torben Hviid, Lis Noes, Kim Jensen, Henrik Plenge Jensen, Bente Skov-Jensen, Troels Lassen. Forslaget blev vedtaget enstemmigt. Carina Kjær Bollesen blev enstemmigt valgt som suppleant.

7. **Valg af revisor og revisorsuppleant.** Revisor: Peter Hofman-Bang blev valgt. Revisorsuppleant: Birgit Madsen blev valgt.
8. **Eventuelt.** Inge tilbød at fortsætte som holdsætter til divisionsmatcherne, men ville gerne have en medhjælp. Bestyrelsen påtog sig at finde en sådan. Bente og Lis oplyste, at de arbejder på at forny kollektionen af klubbetøj. Lis oplyste, at datoer for divisionsmatcher i 2014 er: 25/5 Ravnsholt, 31/8 St. Dyrehave og 21/9 Gribskov.

Efter generalforsamlingen uddeltes Kammeratskabspokalen til Erik Bülow-Olsen for 30 års utrætteligt arbejde for klubben. Ungdomspokalen uddeltes ikke. Bonnie overbragte en tak fra Troels Christiansen for klubbens indsats ved DM. Peter H-B og flere andre sagde tak i lige måde. Og der blev klappet af Troels' flotte indsats som stævneleder.

Referent: Torben Hviid

VTR løbene 2013/2014

Efter afviklingen af sæsonens 13 løb havde 5 O-63'ere kvalificeret sig til en plads i finaleløbet den 9. marts i Herlufsholm

Bane	Løber	Placering	Points
Sort mini kvinder > 60	Gerda Marie Christiansen	1	600
Sort kort mænd > 60	Peter Bjørn Jensen	3	584
Sort kort mænd > 60	Niels-Henrik Holscher	5	574
Sort kort mænd > 60	Per Steen	12	455
Sort mellem mænd	Torben Hviid	11	539



2014 Skåne

O-Ringen 2014 finder sted i nærheden af Kristiansstad den 19.-25. juli. Så bliver det ikke tættere på! Det er en kæmpe oplevelse at deltage sammen med ca 16.000 o-løbere fra hele verden. Vi er en håndfuld tilmeldte fra klubben. Du kan stadig nå at tilmelde dig.

Løbskalender

Dato	Klub	Skov	Bemærk	Tid/Tilmeld
11-03-14	OKR	Boserup	Natløb	Kl. 19-19.30
16-03-14	OKR	Skjoldnæsholm/ Gyldenløveshøj	Kredsløb	07/03
18-03-14	Holbæk	Tølløse Skov	Natløb	Kl. 19-19.30
21-03-14	OK Øst	Helsingør	Danish spring	01/03
22-03-14	OK Øst	Tisvilde Hegn	Danish spring	01/03
23-03-14	OK Øst	Tisvilde Hegn	Danish spring	01/03
25-03-14	HG	Kristiansholm Plantage	Natløb	Kl. 19-19.30
29-03-14	Farum	Jægerspris Nordskov	DM Nat	14/03
13-04-14	DSR	Gribskov	Kredsløb	04/04
17-04-14	Fåborg/Svend- borg/Odense	Svanninge Bjerge	Påskeløb	28/03
18-04-14	Fåborg/Svend- borg/Odense	Krengerup	Påskeløb	28/03
19-04-14	Fåborg/Svend- borg/Odense	Holstenshuus	Påskeløb	28/03
17-04-14	Helsingør SOK	Flere skove	Påske Cup	11/04
18-04-14	Helsingør SOK	Krogenberg Hegn	Påske Cup	11/04
19-04-14	Helsingør SOK	Teglstrup Hegn Syd	Påske Cup	11/04
20-04-14	Helsingør SOK	Teglstrup Hegn NØ	Påske Cup	11/04
26-04-14	O-63	Vintersbølle	Voksenkursus	12/04
26-04-14	Vestjysk	Lemvig	DM Sprint	11/04
27-04-14	Herning	Nørlund Plantage Harrild Hede	DM Ultralang	11/04
16-05-14	FIF Hillerød	Ullerød	Forårsløb	09/05
17-05-14	FIF Hillerød	St. Dyrehave Vest	Forårsløb	09/05
18-05-14	FIF Hillerød	St. Dyrehave Syd	Forårsløb SM Lang	09/05

Dato	Klub	Skov	Bemærk	Tid/Tilmeld
25-05-14	Allerød	Ravnsholt Skov	Divisionsmatch	
29-05-14	FIF Hillerød		SM Stafet	
01-06-14	Køge	Køge By	Køge2sprint	
05-06-14	Ballerup	Lille Hareskov	SommerCup	
10-06-14	Lyngby	København	CityOrienterings- løbet	
12-06-14	Ballerup	Farum Lillevang	SommerCup	
19-06-14	Ballerup	Jonstrup Vang	SommerCup	

Find vej Dagen den 5. april



Kære klubkammerater

O-63 deltager i Find vej Dagen 2014 med arrangementet Find vej i Oringe - Trellemarken den 5. april. Det er en rigtig god chance for at synliggøre vores klub og aktiviteter, og vi håber derfor, at I alle vil hjælpe med til at gøre dagen til en succes.

Så tag familie, venner og bekendte med på den store p-plads på Oringe Færgegårdsvej kl.10.00 den 5. april. Og del meget gerne flyers ud til alle, I kender. Flyers ligger til fri afhentning i klublokalet.

Del også meget gerne informationen på Facebook, hvis I har en profil der. På facebook.com/findveji/events ligger vores arrangement sammen med de 39 andre på Find vej Dagen.

Find vej Dagen havde 3.305 deltagere i 2013, og Dansk Orienterings-Forbund satser sammen med Nordea-fonden naturligvis på at slå det tal i år, så vi kan få kendskabet til orientering endnu bredere ud i befolkningen.

Løb og lær - Orienteringsteknik Kurser for Voksne



På vegne af DOF indbyder Orienteringsklubben O-63 Vordingborg hermed til V1 – V2 – V3 kursus

Tid: Lørdag d. 26. april 2014 kl. 9.00 – 15.00

Sted: Kulsbjerg Skole, Nyråd afdeling, Bakkebøllevej 6, 4760 Vordingborg

Pris: 110,-, der dækker kort, morgenkaffe m. brød og frokost.

Der undervises på 3 forskellige niveauer:

Familiekursus (V1):

- Grundlæggende kortforståelse
- Grundlæggende kompas
- Korthåndtering
- Postdefinitioner
- Ledelinjer

Voksen 2 (V2):

- Øget kortforståelse
- Simpel strækplanlægning
- Grundlæggende kurveforståelse
- Mellemsvære poster
- Udvidet om ledelinjer
- Brug af kompas

Voksen 3 (V3):

- Udvidet kompas
- Udvidet kurveforståelse
- Udvidet strækplanlægning
- Forenkling
- "Aktiv" kortlæsning
- Bom teknik

Der gennemgås et par af ovenstående emner på kurserne. Den tillærte teori afprøves efterfølgende i Vintersbølle Skov, der ligger i gå afstand fra skolen.

Medbring: Løbetøj og godt humør.

Tilmelding skal ske via O-service senest lørdag d. 12. april
Deltagerafgiften indbetales til konto: reg. 1551 konto 4058690

Undervisere:

Inge Hestbæk O-63
Erik Bülow-Olsen O-63
Troels Lassen O-63

Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til Erik Bülow-Olsen mail:
erikbulowolsen@gmail.com

Spændende løbstilbud i påsken

For første gang i 40 år finder påskeløbene sted på Fyn.



Det er derfor en stor fornøjelse igen at kunne indbyde til Påskeløb i 2014, i noget af det bedste og mest varierede terræn Fyn kan byde på. De tre etaper ligger indenfor en afstand på ca. 30 km i et naturskønt og kuperet område med mange gode overnatningsmuligheder – ofte med en flot udsigt til Lille-bælt og Det Sydfynske Øhav.



Bestyrelsen i O-63

Formand:

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg
bonnie@nyraad.net

55373665

Kasserer:

Lis Noes, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg

55375074

Øvrige bestyrelse:

Troels Lassen, Skovhusegade 49, 4772 Langebæk

42361325

Henrik Plenge Jensen, Stensby Mark 2, 4772 Langebæk

22177441

Kim Jensen, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg

55375074

Torben Hviid, Heibergsvej 63, 4760 Vordingborg

55361155

Bente Skov-Jensen, P.C. Skovgårdsvej 6, 4760 Vordingborg

55375152

Redaktører:

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg

55373665

bonnie@nyraad.net

Bente Skov-Jensen, P.C. Skovgårdsvej 6, 4760 Vordingborg

55375152

skovjensenbente@gmail.com

Trykning af O-63'eren:

Carl-Aage Hansen, Nyråd Hovedgade 20, 4760 Vordingborg

55374829

Klubbens hjemmeside:

Bente Skov-Jensen webmaster@o-63.dk

www.o-63.dk



Redaktionen ønsker god påske