



'eren

Medlemsblad
for
Orienteringsklubben
af 1963
VORDINGBORG

Januar 2006

Nummer 1



Et velkendt motiv fra Vintersbølle skov ikklædt vinterdragt

Foto: Erik Bülow-Olsen

Indholdsfortegnelse

- Generalforsamling
- Juleløb
- Tilbage til rødderne
- Spændende arrangementer i 2006
- Løbskalender
- Vintertræningsløbene
- Klubmesterskab 2005

Formanden har ordet...

Jeg håber, at alle har haft en god jul med familien og er kommet godt igennem nytår. Der venter mange "store opgaver" i det ny år for Dansk Orienterings-Forbund og ikke mindst for vores egen klub O-63. Året 2006 er året, hvor Danmark igen arrangerer VM i skovene omkring Århus og Silkeborg, og det er efterhånden over 30 år siden den gamle Vordingborg-løber Mona Hebo (nu Nørgård) vandt VM i næsten de samme skove, som der løbes i i år.

Hvorfor er det nu så vigtigt at huske – jo, fordi netop på grund af den store begivenhed fik Dansk Orienterings-Forbund en meget stor medlemsfremgang og opnåede i de følgende år sin største medlems-tilslutning af både unge og gamle. O-sporten var kommet i "mediernes" og alle ville gerne ud og prøve at løbe i skovene, og klubber i hele Danmark mærkede tilgangen.

Det er det "boom", DOF håber og tror på, vil ske igen i år, og derfor er det selvfølgelig også vigtigt, at de danske løbere klarer sig godt og helst får medaljer – men det er også meget afgørende, at VM bliver "markedsført" optimalt i pressen og især i TV. Hvis alt går op i en "højere enhed" og det bliver et succes VM - er det en gave til vores sport.

Derfor har Dansk Orienterings-Forbund startet en breddesatsning med Handlingsplan 2005-2007 og ansat Jesper Lysgaard som breddekonsulent. Han skal så besøge DOF's klubber og hjælpe med nye ideer og med at få lidt mere optimisme i klubberne. Som de fleste sikkert ved, har vi i O-63 i samarbejde med HG, Maribo og Nykøbing haft et godt møde med Jesper Lysgaard i november. Handlings-planen blev drøftet, debatten var god, og det resulterede i, at der blev udarbejdet en analyse for de enkelte klubber. I O-63 er det største problem meget få aktive, især børn og unge, og der kom forslag frem om at rekruttere fra f.eks. skolerne og spejderne, hvor der fra især sidstnævnte kom mange medlemmer i "gamle" dage. En anden satsning

er måske "voksenmedlemmer" og så gå den modsatte vej og få deres børn ind i o-sporten på et senere tidspunkt!

Ja – der er nok at gå i gang med i det nye år, og i bestyrelsen vil vi arbejde med "opgaven" flere o-løbere i O-63, og jeg tror og håber, at vi i fælles trop kan løfte opgaven.

Til sidst ønsker jeg ALLE et godt nytår.
Niels-Henrik

Generalforsamling 2006

Bestyrelsen indkalder til ordinær generalforsamling **søndag den 12. februar 2006 kl. 15.00** hos Erik Bülow-Olsen, Maltvej 3, 4760 Vordingborg med følgende dagsorden:

- Valg af dirigent
- Formanden aflægger beretning
- Kassereren forelægger det reviderede regnskab til godkendelse
- Fastsættelse af kontingent
- Behandling af indkomne forslag
- Valg af bestyrelse
- Valg af revisor og revisorsuppleant
- Eventuelt

Lis Noes og Klaus Jensen udtræder af bestyrelsen.

Bestyrelsen har følgende forslag til sammensætning:

Lis Noes afløses som kasserer af Kim Jensen. Lis fortsætter dog som en slags forretningsfører.

Bonnie Petersen og Inge Hestbæk foreslås som nye bestyrelsesmedlemmer.

OBS

Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal skriftligt indgives til formanden senest 8 dage før generalforsamlingen.



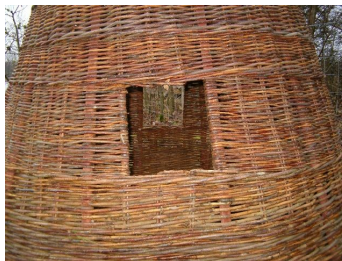
Juleløb

Det klassiske juleløb, som afholdes den sidste træningsaften inden juleferien, var i år udtænkt af Michael. Med hans sædvanlige kreativitet på alternative løbsarrangementer er det altid spændende, hvad der kan vente en.

I løbsindbydelsen var der anført mødetid kl. 18.00 med start fra bopælen på Søbakken 12. Udstyret med rød kasket til årstiden og en god lygte, var jeg der meget præcis, men der var hverken andre løbere eller spor af banelæggeren, men Camilla og ungerne var der og kunne berolige med at mødestedet var rigtigt nok.

Inden for den næste halve time, var der efterhånden klar til fælles start. Vi var et felt på små 10 deltagere. Vi fik udleveret et stykke papir med 12 fotografier af mere eller mindre kendte steder i Nyråd og omegn. Opgaven var så at finde stedet, og i nærheden skulle findes en post med et bogstav, eller anden genstand, som skulle bringes med tilbage. Bogstaverne skulle give et ord med tilknytning til julen. Derefter var det bare som lokal-kendt, at få et overblik over stederne og så få lagt en rute.

I startøjeblikket var der nogen forvirring, da alle ikke var lige lokalkendte, og nogle af billederne var svært genkendelige, fordi billederne var udskrevet i sort hvid, og størrelsesforholdet ikke umiddelbart var til at anskue.



Jeg kom af sted alene, men mødte meget hurtigt Bonnie og Kim, som ikke kunne blive enige om, hvilken vej man skulle rundt om Hulemosevejen. Jeg valgte højre om og fandt en bænk, videre til pilehytten ved børnehaven, til broen ud i søen, og så en smuttur til det nye boligområde øst for Nyråd, hvor der ingen poster var. Så til skolen, videre gennem skoven til Vintersbølle Strand, ad Dalstrøget og til mælkejungen ved bageren. Herefter til præstegården med møllestenen, og til sidst en tur gennem Tejsensvej til Hulemosevej og hjem.

Nu havde jeg 10 poster, hvoraf der var 7 bogstaver + juleslik, romkugler og julekager, og der var ikke gået en time endnu. **Halleluja** hvor det gik.

Kim var kommet hjem, men dog ikke med så mange poster, så ordet var lidt svært for ham at sammensætte. De næste løbere indfandt sig meget spredt inden for den næste time, med mere eller mindre held, med at finde posterne.

Nu var det tid til at julehygge, Carina havde forberedt et dejligt julebord med gløgg, æbleskiver, slik og småkager, og havde man ikke fået nok, var der også kaffe. Selv om deltagelsen til løbet kunne have været bedre, var det nu hyggeligt alligevel.

Som sædvanlig havde Niels Henrik været i butikslageret og fundet nogle gode præmier, som blev fordelt efter fortjeneste:

- 3. præmie til Peter for længst tidsforbrug i forhold til antal fundne poster
- 2. præmie til Bonnie for alternativ transportmåde og godt forsøg på ord
- 1. præmie til undertegnede for flest poster på kortest tid og rigtigt ord

Der burde have været præmie til Niels Henrik for ultimativ længste tid for at sammensætte bogstaverne. Først på vej hjem til badet ringede han løsningen til Michael. Men meget god aften som afslutning på året

RIGTIG GODT NYTÅR. Carl-Aage.

Haludvalget

Haludvalget eller Nyråd lokalcenter udvalget, som jeg er O-63's repræsentant i, træder noget vande for tiden.

Den 25/10 2005 deltog vi en konference arrangeret af Idrættens fællesråd i Storstrøms Amt, hvor vores professionelle halprojekt blev præsenteret for Lokale og Anlægsfonden sammen med et projekt fra Toreby. En repræsentant fra L & A Fonden redegjorde for, hvordan fondens tilskuds- og lånepolitik er, og viste eksempler på projekter, som har opnået tilskud. Ud fra disse kriterier har vores projekt desværre ikke store chancer for støtte.

Fra kommunal side er der heller ikke mulighed for at få klare udmeldinger i dette år, hvor al energien bruges på kommunesammenlægningen. Ak ja, det kommer nok til at vare længe, før vi får et nyt klublokale, så mon ikke vi skulle tage arbejdstøjet på og få det nuværende færdigindsat!!!

Bonnie

Tilbage til rødderne

Ja, efter 20 års fravær kan jeg igen kalde mig O-63'er, men det bliver nu ikke ret tit, I får mig at se repræsentere de danske farver. Efter 19 år i det jyske flyttede Hanne og undertegnede teltpælene til Sydfrankrig for at prøve en ny tilværelse. Drømmen har været der i nogle år, og sidste år skulle det så være. Vi købte en byggegrund i en lille landsby La Romieu i Gascogne-området, midt i Sydfrankrig og ca. 200 km nord for Pyrenæerne. Området er meget lig Toscana i Italien, men uden cypresserne, kuperet med småbyerne beliggende på højderyggen. Endvidere er egnen kendt som musketer-området, d'Artagnan kom fra vor regionsby Auch, 5km væk. Også kendetegnet for området er megen god vin, fois-gras, paté de canard, armagnac, sveskeblommer, solsikker og et par gode lokaldrikke Floe de Gascogne og især Pousse Rapière.



Hvorfor nu udvandre som H 65'er? I som kender mig ved nok, at jeg altid har haft ild et vist sted, og når nu ilden også kunne forplantes til Hanne, ja så var det jo bare at få taget beslutningen, og det skal ses som en blanding af oplevelse, bedre klima, investering og så lige lidt med skatten.

Hvad med o-løb? Det sidste år har jeg været medlem af SCOR, Caussade, en udpræget familieklub på et meget jævnt niveau – altså meget tæt på O-63. Jeg løber i klassen HV3 (H 60-70) og der løbes henholdsvis regional- og interregionalløb, svarende nogenlunde til C og B løb i Danmark. Ved regionalløb er der 5 forskellige baner, hvorunder min klasse er C banen og resultatmæssigt bliver man så opført i sin egen B løbs – simpelt.

Regionalløbene kører endvidere i en løbsrække på 7 løb over året, hvori indgår pointløb, natløb, sprint og almindeligt o-løb. Der bruges altid sportident. Kvaliteten af løb og kort er normalt rigtig god, det sidste o-løb var en rigtig perle, og sjovt nok var det et byløb, hvor jeg få dage senere modtog O-63'eren, oktober, hvor Stege- løbet var omtalt.

Dette byløb, som jeg deltog i, havde alle de ingredienser, som Troels omtaler. Kort og løb var i top, sprinten virkede kun nedad bakke, idet jeg havde 115m

stigning på min bane. Løbet foregik i en lille "bjergby" Lautrec nær Castres, jeg blev nr. 5 på banen og bedst i min klasse.

Hvorfor så medlem af O-63? Hvis jeg fremover ønsker at deltage i danske mesterskaber SKAL jeg være medlem af en dansk klub, og jeg havde et fromt ønske om at skulle deltage i DM'er i august-september, men småskavanker og hårdt arbejde (læs: nu folkepensionist) i forbindelse med flytning satte en stopper for dette håb.



Viggo og Henrik udveksler erfaringer fra sommerens etapeløb i henholdsvis Frankrig og Schweiz.

Jeg har endnu 2 åbne løb i år at se frem til og for at holde mig i form, løbetræner jeg et par gange om ugen på en 5 km rundstrækning med en højdeforskel på 60 m!!!

Grundet meget høj byggeaktivitet i Frankrig kommer vi formentlig først i gang til maj, så forhåbentlig stiller jeg op for O-63 i løbet af foråret.

Stor O-hilsen til alle O-63'ere.

Hanne og Viggo

Vi glæder os til at Viggo stiller op for O-63. Tænk hvis vi kunne være så heldige at have dig på holdet til divisionsmatchen den 22. april. Det vil være en kærkommen styrkelse af vores hold.

Spændende arrangementer i 2006



Påsken 2006
13-15. april

**Orienteringsklubben HTF arrangerer
årets påskeløb på Rømø.**

Peter har booket et sommerhus på Rømø gennem DanCenter. Huset har plads til 6 + 2 personer dvs. der er 6 senge og 2 opredninger på madrasser. Se mere på www.dancenter.dk hus nr.27956.



[World Orienteering Championship 2006](#)

WOC 2006 finder sted i spændende terræner:

Storskov Århus, Løndal, Gjern Bakker,
Himmelbjerget

Endnu engang er det lykkedes Peter at finde et spændende hus hos DanCenter be-liggende i Bryrup. Kan ses på www.dancenter.dk hus nr. 15055.
Dette hus har plads til 8 personer.



Er du interesseret i en plads i huset/husene, så kontakt Peter Bjørn. Han kan oplyse om evt. ledige pladser.

Løbskalender

Dato	Skov	Arrangør	Bemærkninger
22/01	Søholt	Maribo	Kl. 10
05/02	Hamborgskoven	NFR	Kl. 10
05/03	Klosterris Hegn	FKBU	
19/02	Merret Skov	Maribo	Kl. 10
12/03	Østersøskovene nord	NFR	Kl. 10
12/03	?	HG	Troldens fodspor
19/03	Grydebjerg Skov	Sorø	
24/03	Egedam	FIF/OK Øst	Spring Cup nat
25/03	Gurresøskovene	FIF/OK Øst	Spring Cup klassisk
26/03	St. Dyrehave	FIF/OK Øst	Spring Cup stafet
26/03	Lysemose	Maribo	Kl. 10
01/04	Valby Hegn	Tisvilde Hegn	DM Nat
02/04	Frederiksværkskovene	Tisvilde Hegn	DM Sprint
13/04	Rømø	OK HTF	Påskeløb
14/04	Rømø	OK HTF	Påskeløb
15/04	Rømø	OK HTF	Påskeløb
13/04	Klosterris Hegn	HSOK	Påskecup
14/04	Egebæksvang	HSOK	Påskecup
16/04	Danstrup Hegn	HSOK	Påskecup
17/04	Teglstrup Hegn	HSOK	Påskecup
22/04	Gl. Grønholt	FIF Hillerød	4. + 5. division
23/04	Tokkekøb Hegn	OK SG	Amoneløb, holdløb
30/04	Stenskov	HG	
06/05	Skånings Have	Maribo	Kl. 14
06/05	Gribskov Esrum	Farum	SM Stafet
07/05	Gribskov Nord	Søllerød OK	SM Klassisk
14/05	Burresø	DSR	
06/06	Kastellet	Lyngby OK	Byløb

Vintertræningsløbene

Denne sæson har O-63 ikke været særlig synlig ved vintertræningsløbene. Kun en håndfuld trofaste, stabile løbere fra klubben har søndag efter søndag trodset kulden og er kørt til løb. Efter de første syv løb har klubben opnået følgende resultater:

Sort mellem, mænd

1	Jørgen Kristensen	OKR	571
2	Kim folander	O-63	568
3	John Tripax	OKR	472

Sort kort, mænd

1	Niels Lyhne	HG	572
2	Erik Torm	HG	469
3	Niels-Henrik Holscher	O-63	380
6	Peter Bjørn Jensen	O-63	283
7	Erik Bülow-Olsen	O-63	282
16	Villy Rasmussen	O-63	92

Sort kort, kvinder

1	Merete Andersen	HG	290
9	Bonnie Petersen	O-63	78
11	Bente Skov-Jensen	O-63	73

Sort mini, kvinder

1	Ester Staffe	OCS	396
2	Birgit Andersen	OCS	362
3	Inge Hestbæk	O-63	361

Der mangler stadig syv løb samt finaleløbet. Vi håber, at de gode placeringer kan holdes. Det er dejligt at se Inge være på banen efter en lang pause.

Dato	Klub	Skov	Startsted	Bemærk
15/01	HG	Glumsø Østerskov	N i skov	VTR
22/01	Roskilde	Tølløse	Rensningsanlæg, Mosevej	VTR
29/01	Hvalsø	Eriksholm	?	VTR
05/02	OCS	Slagelseskovene	Askvej	VTR
12/02	VSKK	Grøntved Overdrev	Grusgrav, Maglesøvej	VTR, SI brik
19/02	HG	Feddet	Campingpladsen	VTR
26/02	O-63	Viemose	Skovfoged stedet	VTR
04/03	Roskilde	Ny Tolstrup	Sognegården	Finaleløb

Klubmesterskab 2005

Årets klubmesterskab fandt sted den 30. oktober 2005 i Hydesskoven, hvor Maribo OK havde arrangeret løb. Det skulle vise sig at blive en hård kamp om bevarelse af mesterskabet. Motivationen var i top – formen?

Ivrigt startede jeg mit løb, men allerede på vej til post 1 gik det galt. Selv et efter kortet at dømme sikkert vejvalg hjalp mig ikke. Min sti fortabte sig i en jungle, som jeg kæmpede rundt i. Hvorfor er vejen ud af junglen altid vanskeligere end vejen ind? Pludselig så jeg Peter, som skulle have samme post. Han løb målbevidst ude i skovkanten og havde helt kontrol over sit løb. Jeg blev således ledt på ret kurs igen og prøvede at fortrænge den dårlige start på mit løb. Resten af løbet gik godt, men jeg regnede med, at jeg med den dårlige start ikke kunne forsvare mesterskabet.

Bonnie havde også problemer med post 1, men mødte ingen Peter. Til post 13 tog hun et vejvalg, som også bød på et stykke svært fremkommeligt terræn. Resultatet blev, at jeg slog Bonnie med 1 min 35 sek. Ikke helt fortjent. Hos herrerne vandt Niels-Henrik suverænt. Efter løbet løb Bonnie igen til post 1 for at tjekke vejvalg og konstaterede, at det stadig var meget svært at finde posten.

Herrer – 6,1 km

1	Niels-Henrik Holscher	70.41
2	Peter Bjørn Jensen	77.26
3	Peter Hofman-Bang	79.23
4	Villy Rasmussen	84.43

Damer – 4,3 km

1	Bente Skov-Jensen	78.17
2	Bonnie Petersen	79.52
3	Heidi Mie Hansen	89.46

Efter løbet var der åbent hus hos Helle og Peter Hofman-Bang i deres helt nye spændende sommerhus i Kalvehave. Her nød løberne deres medbragte mad, hinandens selskab og de skønne omgivelser. Tak til Helle og Peter for en hyggelig eftermiddag.

Bente

Bestyrelsen i O-63

Formand:

Niels-Henrik Holscher, Algade 105, 4760 Vordingborg 55371060

Kasserer:

Lis Noes, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg 55375074

Øvrige bestyrelse:

Kim Jensen, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg 55375074

Klaus Jensen, Bakkebøllevvej 27, 4760 Vordingborg 55387023

Peter Bjørn Jensen, P.C. Skovgaardsvej 6, 4760 Vordingborg 55375152

Erik Bülow-Olsen, Maltvej 3, 4760 Vordingborg 55371144

Michael Krogh, Søbakken 12, 4760 Vordingborg 55343115

Marianne Bergmann

Tilmelding til åbne løb:

Peter Bjørn Jensen, P.C. Skovgaardsvej 6, 4760 Vordingborg 55375152

Redaktører:

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg 55373665

Bente Skov-Jensen, P.C. Skovgaardsvej 6, 4760 Vordingborg 55375152

Trykning af O-63'eren:

Carl-Aage Hansen, Nyråd Hovedgade 20, 4760 Vordingborg 55374829

Klubbens hjemmeside:

www.o-63.dk

Bidrag til næste nummer senest den 1. marts 2006

Årets kort

Husk, hvis du vil være med til at afgøre hvilket af de 9 nominerede kort, der skal være årets kort, skal du inden den 23. februar afgive din stemme på DOF's hjemmeside. Her kan du også se kortene. Troels' kort STEGE BY er et af de udvalgte.