



'eren

Medlemsblad
for
Orienteringsklubben
af 1963
VORDINGBORG

Juni 2011

Nummer 2



Fantastisk stævneplads på Bidstrup Gods ved DM Ultralang

HUSK INDBETALING AF KONTINGENT!

Bliv særligt udfordret!

Jeg håber, at vi ses snart til nattergaleløb! Hvis du ikke har prøvet et nattergaleløb før, skal du være klar over, at du kan blive udsat for lidt af hvert. Det er godt nok et orienteringsløb, men der er sandsynligvis lavet om på reglerne, for banelæggeren kan bestemme det hele – ikke bare hvor og hvornår, der skal løbes. Det vil altid være klogt at læse instruktionen meget omhyggeligt, hvis der er sådan en!

Mit første nattergaleløb var et, som Villy lavede for nogle år siden i Store Fredskov. Erik Hauschildt og jeg fulgte ad, det var meget godt, for vi fik brug for at diskutere forskellige historiske spørgsmål om, hvad der var foregået i det område gennem tiderne. Ved hver post var der spørgsmål – godt nok med svarmuligheder – men udfordrende alligevel. Nu kunne vi jo heller ikke vide, at nogle svar gav flere point til det samlede regnskab end andre, eller for eksempel at det kostede strafpoint at låne en blyant af banelæggeren!

Året efter havde Erik Bülow lavet et løb på et historisk kort over Vordingborg. Det forudsætter særlige orienteringsevner at finde rundt efter et kort, der – måske – svarede til virkeligheden for 250 år siden!

De to seneste år har budt på nattergaleløb i helt nye terræner. Sidste år blev vi af Peter Bjørn sendt rundt i Steges gader med et kort, der var flikket sammen af et prima sprintkort, et luftfoto og et historisk kort. Og året før havde Bonnie og Troels lavet et løb i Bogø By med masser af udfordringer i et område, der aldrig har haft besøg af en o-korttegner. Fælles for løbene har været, at der var indbygget så mange finurligheder, at det var komplet umuligt selv at regne ud, hvem der vandt. Man måtte afvente banelæggerens dom ved den efterfølgende klubfest.



Nattergaleløbet er sjovt. Ikke kun fordi de gamle og erfarne har en chance overfor de unge og hurtige, selvom det hjælper ☺. Vinder du ikke (men vid dig ej sikker før regnskabet er gjort op!), kan du trøste dig med, at du slipper for at arrangere løbet næste år. Og så er der ved "after-partyet" chance for at udveksle oplevelser fra forårets løb med resten af klubben. Vi ses!

Torben

Nattergaleløb

Årets nattergaleløb finder sted den 25. juni
Løbet er et alternativt O-løb, og nye løbere kan også få en god oplevelse

Mødested Vintersbølle skole kl. 15.00

Medbring Skriveredskab, ur og kompas

Efter løbet er der Grill og hygge på Dyrehaven 26, Nyråd kl. 18.30

Medbring tallerken, glas og bestik – grillmad og drikkevarer til eget forbrug

Jeg sørger for grill og kaffe med kage

Tilmelding til grill på kim@nyraad.net eller 55 37 50 74

Vel mødt til en hyggelig dag

Kim Jensen

Medlemsnyt

Vi byder velkommen til nye medlemmer: Bo Leimand og Carina Bollesen. Ulrik Browa og Patrick Kirkby har begge skiftet fra NFR til O-63.

Vi sender også Gerda Marie, som fejrede 60 års fødselsdag den 18. april en forsinket lykønsning.

Påskeløb 2011

Påskeløbet 2011 vil blive husket, bl.a. fordi Viborg OK havde sørget for masser af solskin og rigeligt med varme til de mange deltagere – nok det mest sommeragtige påskeløb nogensinde. Selv om humøret sjældent fejler noget ved påskeløbene, er det altid sjovere for både arrangører og deltagere, når sommerstemningen breder sig.

Påskeløbene har i mange år været et populært stævne for både o-familier, o-nørder og andre ”gale” o-entusiaster fra ind- og udland, og der er heldigvis ikke nogen tegn på, at det ændrer sig foreløbig. Vi har selv været med i en del år og nyder det hver gang.

Dollerup Bakker kunne vi huske (svagt) fra påskeløbet for 10 år siden; men de andre terræner var nye for os. Ny terræner er – alt andet lige - altid de mest spændende.

Viborg OK havde styr på parkering, stævneplads, instruktioner og ikke mindst banerne. Tak for nogen gode baner, det er trods alt det vigtigste. Og som det bør være, var udfordringerne gradvist stigende dag for dag. Vi kunne se, der var gjort meget ud af aktiviteter for børn; men den tid er nu ”overstået” for os.

Skærtorsdag ved Hald Ege – jubiii – ukendt terræn er altid spændende. Den første del af de lange baner gik gennem den o-mæssigt mindst udfordrende del af skoven, så det var temmelig konditionspræget. Afslutningen øst for Hald Ege kunne godt være distraherende med mange løbere på et ret lille areal; men det hører jo med til sporten at kunne finde sine egne poster og ikke stole på alle de andre ”trafikanter” i skoven. Og skoven var jo bare dejlig med masser af anemoner i den flotte egeskov - set gennem de flimrende pupiller.

Langfredag – Dollerup - (jubii) – nå ja, vi vidste jo, at banelæggeren nok ville piske os op og ned ad skråningerne, så det kom ikke bag på os. Ud over at være et fag i skolen er fysik også noget, man har brug for i Dollerup Bakker. Og når man så sidst på banen kan melde ”al fysik afløst for i dag” begynder tanker som ”posten ligger nok derovre” at blive dominerende i stedet for de velovervejede beslutninger baseret på kompas, skridt, ”sidste sikre udgangspunkt” og den slags ressourcekrævende tankevirksomhed. Det var en spændende dag, hvor også fysikken havde stor betydning for resultatet.



Glade O-63'ere i den smukke natur

Påskelørdag – Ulbjerg - jubii – igen ukendt terræn. De første to dage havde været præget af højt tempo med god gennemløbelighed, så det lå i blodet ved starten på sidste etape. Det skulle vise sig at blive afgørende – altså ikke at kunne omstille sig til fin-orientering, når det var nødvendigt. Allerede ved post 2 (102) blev kostbare minutter sat til, fordi tempoet var for højt, og kortlæsningen for sjuget. De tabte minutter skulle indhentes, og det blev til en endnu større "katastrofe" ved post 10 (119), hvor manglen på koncentration og temposkift kostede "en hel del" minutter. Herfra gik det hjemad i et "demoraliseret tempo". Efter turen på heden skulle den lige ha' et sidste tryk på speederen de sidste par hundrede meter for at pynte lidt på resultatet. Herved blev ydmygelsen total, idet jeg blev noteret for fejlklip ved at klippe sidsteposten på de åbne baner i stedet for naboposten 50 m derfra. Farvel Ul(d)bjerg – vi kommer stærkt tilbage en anden gang.



Det har været fedt, lærerigt, spændende, udfordrende, behageligt, ophidsende, og som altid hele turen værd at være til påskeløb. Man lærer ustandselig især sine svage sider at kende ved o-løb. Spørgsmålet er bare, hvornår man gør noget ved det. Tusind tak til Viborg OK for et herligt påskeløb!

Mange o-hilsner, også fra min kone, Gerda Marie Christiansen (O-63/THOK), som måtte gå rundt på grund af en løbeskade,

Gunnar Grue-Sørensen (Tisvilde Hegn OK/O-63)

Fantastisk!!

Vi gjorde det igen. Vi vandt 2. runde af divisionsmatchen og er derved blevet vinder af 5. division. Vi skal nu løbe om oprykning. Under alle omstændigheder løber vi mindst i 5. division i 2012.

Jeg var ellers lidt spændt på forløbet. Nogle af de ældre og rutinerede herrer var til Skovkarletræf (Niels-Henrik og Erik valgte heldigvis at stå tidligt op

søndag morgen for at deltage i matchen), tilslutningen fra Nykøbing var ikke særlig stor og næsten som sædvanlig manglede der unge dameløbere samt løbere til begynder og lette baner. På papiret så både Skærmen og SG lidt truende ud, idet de havde mange tilmeldt og banerne bedre besat end vi havde.

Hvorfor gik det så så godt?

Vi var rigtig stærke på de svære herrebaner med sejre til Henrik, Hjalte, Torben og Peter Nielsen. Derudover havde vi 2., 3. eller 4. pladser på de 4 svære herrebaner.

De svære damebaner gik over alt forventning. Else-Marie vandt bane 4, Gerda Marie fik en flot 3. plads på bane 2 (hun var i dagens anledning blevet 25 år yngre), På bane 3 løb Pia (fra Maribo) ind på en 2. plads (hun var også blevet lidt yngre end det, der står på dåbsattesten) Bente og undertegnede gjorde det vi skulle på henholdsvis bane 4 og 3 (jeg var den dag 20 år yngre).

På de mellemsvære baner var vi svage. Der var fejlklip og forfald, men vi fik da nogle point.

Både de lette baner og begynderbanen gik godt. Caya (fra Maribo) vandt 7B og Micki (Maribo) og Mikkel fik henholdsvis en 2. og 3. plads på 7A. Noah (Maribo) gennemførte uden skygge fint bane 8.

Alt i alt slog vi Skærmen 61-51, SG 59-54 og Lyngby 66,5-42,5. FLOT

Så gælder det oprykningsmatch den 25. september i Tisvilde Hegn.

Reserver dagen evt. hele weekenden, da jeg har hørt, at bestyrelsen overvejer en klubtur i forbindelse med denne match.

Når jeg sætter hold næste gang vil jeg forsøge at forstærke specielt bane 5 ved at sætte nogle af de løbere fra bane 2A og 3A, der ikke fik point og som ikke deltager i DM, men ellers løber godt ned på bane 5. Så håber jeg på stor deltagelse af såvel nye som gamle medlemmer, så vi kan sætte fuldt hold. Nogle af dameløberne må dog forvente stadig at løbe under deres alder.

Vi ses den 25. september

Inge

Vintersbølleløbet 2011

For ikke mange år siden var motionsløb en særlig begivenhed, der var Eremitageløbet og nogle få andre. I Vordingborg området var der to: Gåsetårnsløbet i terrænet øst for Vordingborg og Vintersbølleløbet (oprindeligt Sportsmasterløbet) i Vintersbølleskoven. Vores lokale løbeentusiast Niels-Henrik Holscher var med til at opfinde dem begge, det første arrangeret af Vordingborg Atletikklub, det andet af O-63.

I de senere år er lokale motionsløbeklubber og motionsløbestævner skudt op som paddehatte. På Sydsjælland og Møn er der nu mindst seks motionsløbeklubber, der har formået at trække et imponerende antal voksne mennesker op af sofaen og ned i løbeskoene. Da hver klub typisk arrangerer sit eget konkurrenceløb med diplom og sponsorpræmier, og der nu afholdes store "brølb", by-marathon'er og andet godt, er der efterhånden mulighed for at tage til løbestævne hver eneste weekend, hvis man vil køre lidt efter det.



I Nyråd er der i de senere år vokset en motionsløbeklub frem, som efterhånden tæller omkring 200 medlemmer. Den har base på Vintersbølle Skole, ligesom vi har i O-63, og vi syntes det var naturligt i år at invitere Nyråd Løbeklub med i afviklingen af Vintersbølleløbet. Vi håber gennem et samarbejde med egnens løbeklubber efterhånden at kunne få lidt tilgang til vores sport, og så synes vi også, det må være bedre at samarbejde om ét godt løbestævne frem for, der måske bliver to konkurrerende. Og samarbejdet var en succes på alle måder, - måske med undtagelse af den ene, at de fælles anstrengelser ikke medførte større deltagelse end vanligt, d.v.s. omkring 100 deltagere.

Vejret var perfekt, banen var kridtet op aftenen før af Niels-Henrik og Erik, og så mødtes vi søndag morgen på løbsdagen: en håndfuld O-63'ere og otte frivillige fra Nyråd Løbeklub. Under Kims kyndige vejledning fik vi i fællesskab

på rekordtid sat stævnepladsen op med indskrivningstelt, målsluse o.s.v. De forskellige funktioner blev bemandedet med folk fra begge klubber, så kompetencerne kunne spredes.



Og så: knald med startpistolen og ind i skoven. Een rundtur: 5 km, to rundture: 10 km. Sådan annoncerer vi, men faktisk er ruten lidt kortere, det ved vi nu, hvor vi kan måle efter med GPS. Men pyt, med gode bakker undervejs bliver anstrengelserne nok lige som 5 eller 10 km på landevej.

Tilrettelæggelsen af løbet med annoncering, sponsorering mv. var som vanligt i sikre hænder hos Lis, i år suppleret med bl.a. Kirsten fra Nyråd Løbeklub. Nyt i år var tilbud om opvarmning inden start ved Berit fra løbeklubben.

Vi synes, at vi allerede har et godt motionsløbetilbud med den nuværende udformning af Vintersbølleløbet, men det kan også ske, at vi med nye og friske øjne på arrangementet kan forny det inden for de kendte rammer.



Tak til sponsorerne: Holschers Frøhandel, Dagli'Brugsen Nyråd, Møns Bank og Lions Club Langebæk. Og tak til alle frivillige fra Nyråd Løbeklub og O-63.

Torben

Forårets DM'er

Inge havde den store fornøjelse at sidde vagt ved post 73 og 74 ved DM sprint i Silkeborg by på en rigtig flot forårsdag. Hun "skød" tre O-63'ere:



Så af sted!



Hvor er porten ud?



Hvor er jeg?

Resultaterne fra Ultralang:

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 26 Erik Bülow-Olsen | H65- |
| 8 Gerda Marie Christiansen, | D55- |
| 19 Niels-Henrik Holscher | H65- |

Gerda Marie leverede en super præstation til DM Nat i Gurre Vang og vandt sølv. TILLYKKE!

De fire deltagere i Sprinten opnåede følgende placeringer:

- | | |
|----------------------------|----------------------|
| 12 Erik Bülow-Olsen | H65- |
| 6 Gerda Marie Christiansen | D55- |
| 15 Niels-Henrik Holscher | H65- |
| 5 Bonnie Petersen | D65- |



Fotografen og en trætt løber efter Ultralang

SM Stafet 8. maj - Beretning fra mestrene

O-stafet er altid noget særligt. Det er løbene med de store dramaer, hvor sikre mesterskaber smides væk af nervøse, overspændte løbere, som glemmer at tjekke postnumre eller springer poster over.

Efter mange års pause kunne de ældre herrers hold igen løbe i den aldersmæssigt rigtige klasse. Pausen skyldtes primært, at Bülow er født et par år for sent.

Stævnet var SM i Stafet, skoven var Nørreskoven – en skræntskov – langs Furesøen lidt syd for Farum. Holdet i H 65 var Erik Bülow-Olsen, Niels-Henrik Holscher og Peter Bjørn Jensen. På papiret var det et rimeligt stærkt hold, men Peter døjede med en fiberskade i venstre læg, hvorfor han skiftevis måtte gå og løbe. Men som sagt i stafet kan alt ske.

Bülow lagde fint ud og sluttede som nr. 3, dog hele 6 ½ minut efter førende Akademisk Skytteforening (AS), hvor Peter Werling i den grad havde sendt holdet i front. Niels-Henrik løb et flot løb, og da Hillerøds førstemand var disket, og AS'ernes toer stadig var i skoven, blev Peter sendt ud som førende løber.

Han var tvunget til at passe på bentøjet, og forventede hele tiden, at f.eks. den hurtige Birger Hoff fra AS ville komme op. Peter havde lidt problemer med post 1, men derefter gik det strygende indtil de sidste poster før publikumsposten, men stadig så han ingen af konkurrenterne. På vej til sidsteposten hørte han i højtaleren, at Gert Bøgevig, Søllerød nu kun var 30 sek. efter. Peter spurtede ned til sidsteposten i hjørnet af stævnepladsen, og derefter videre mod det, som han troede var målet. Men det var skiftemålet han sigtede efter pga. et lille skilt med teksten mål. Publikum råbte på ham, og endelig fik en official stoppet ham og vist ham den rette vej til mål.

Han nåede med nød og næppe at slå Søllerød med sølle 8 sek. Gert havde slet ikke fattet, at han var så tæt på at sejre. Og Helsingørs sidstemand, som egentlig kom først i mål, vidste ikke, at hans toer var disket.

Sådan sluttede dagens mest ophidsende og spændende opløbsdrama, og O-63 kunne for første gang i mange år forlade et stafetstævne som Sjællandsmestre.

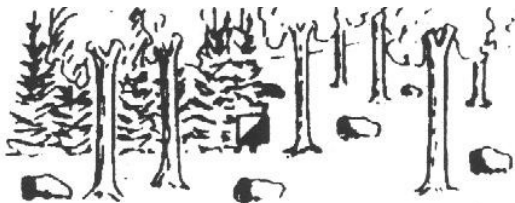
På mestrenes vegne
Peter Bjørn



Opfriskning af postdefinitioner og symboler.

Den rigtige løsning på konkurrencen i sidste nummer er:

1A-6B-9C-3D
2A-4B-2C-9D
3A-7B-8C-5D
4A-8B-1C-2D
5A-9B-3C-1D
6A-2B-4C-6D
7A-5B-6C-8D
8A-3B-7C-7D
9A-1B-5C-4D



Der var især mulighed for at forveksle definition 1C og 4C, og det fremgår da også af et par besvarelser. 1C er tætheden og 4C er det halvåbne område. Ved lodtrækningen blandt de rigtige besvarelser fra Else Marie, Inge, Asbjørn og Torben blev Else Marie den heldige vinder af en flaske vin. Tillykke!

Bestyrelsen i O-63

Formand:

Torben Hviid, Heibergsvej 63, 4760 Vordingborg

55361155

tohvi@hotmail.com

Kasserer:

Lis Noes, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg

55375074

Øvrige bestyrelse:

Erik Bülow-Olsen, Maltvej 3, 4760 Vordingborg

55371144

Anders Christensen, Nyråd Hovedgade 30D, 4760 Vordingborg

25144388

Henrik Plenge Jensen, Rørsvej 59, 4760 Vordingborg

22177441

Kim Jensen, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg

55375074

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg

55373665

Redaktører:

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg

55373665

bonnie@nyraad.net

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

55375152

bentepeter@webspeed.dk

Trykning af O-63'eren:

Carl-Aage Hansen, Nyråd Hovedgade 20, 4760 Vordingborg

55374829