



'eren

Medlemsblad
for
Orienteringsklubben
af 1963
VORDINGBORG

Juni 2017

Nummer 1



*Kom til
Nattergaleløb*

*Lørdag den 17.
Juni*

*Tid og sted - se
hjemmeside*



Redaktørerne har ordet

Omsider har vi fået kreeret et blad – årets første. Der er derfor også lidt mere stof end normalt. Vi takker for stor velvillighed hos de medlemmer, som har bidraget med spændende artikler til dette nummer af O-63'eren.

Indholdsfortegnelse

Diverse Nyt

Juleløbet 2016

Påskeløb 2017

Referat fra generalforsamling januar 2017

Formandens beretning

Forårets træningsløb

Find vej i skolen

Diverse nyt

Oprydning i klublokalet: Efter træningsløbet i Vintersbølle blev foretaget en tiltrængt oprydning og rengøring af klublokalet. Der blev sat hylder op i depotrummet, så tingene bedre kan være der, og det hele er blevet mere overskueligt.

Nye medlemmer: Klubben har haft tilgang af nye medlemmer. Vi er meget glade for at byde velkommen til dem alle. Med de nye medlemmer er det blevet aktuelt at undersøge mulighederne for indkøb af klubbøj.

Klubbøj: Vi har klubdesign på løbetrøjer og overtræksjakker. Løbebukser og overtræksbukser er sorte og uden klubdesign. Dette er for at gøre det mere fleksibelt. Vores beholdning af klubbøj fra Trimtex er lille. Her er en oversigt:

Kortærmede løbetrøjer	kr. 399	1M, 1L, 1XL, 2XXL, 1XXXL
Langærmede løbetrøjer	kr. 549	ingen på vores lager
Overtræksjakke	kr. 699	2L, 2XL, 2XXL, 1XXXL

Jeg har været i kontakt med Mikkel Lund fra Trimtex, som kan tilbyde os levering af trøjer og jakker til ovennævnte priser ved bestilling af mindst 5 stk af den pågældende trøje/jakke. Der vil blive sendt en mail ud til alle medlemmer med nærmere information.

Endvidere har vi 2 sæt af vores tidligere overtræksdragter (jakke og bukser) i str. M. De kan erhverves for 600 kr. pr. sæt. Vi har også en enkelt hue str. M til kr. 129. Huen matcher løbetrøjen.



Juleløbet 2016

Overnissen Henrik havde svært ved at give slip på sine faglige færdigheder ved tilrettelæggelse af årets juleløb. De deltagende nisser blev testet i forståelse af matrikulære kort. Et styk kort i målestok 1:5.000 blev udleveret. Der blev givet instruktion i to opgaver:

Find posterne som er markeret på kortet
Marker de på kortet oplyste adresser på kortet

Umiddelbart lyder jo ret let (siger én der ikke deltog) – men det gav visse vanskeligheder. Overnissens fader havde nok suget til sig af sønnikes viden og gennemførte løbet på så tilfredsstillende vis, at han får betroet opgaven med at udtænke dette års juleløb til december. He he he eller rettere Ho ho ho.

Efter løbet blev strabadserne belønnet med gløgg og æbleskiver i overnissens domicil i selskab med familien.

Bente

PETER VINDER EFTER
OVERNISSEWS
SUÐN!!

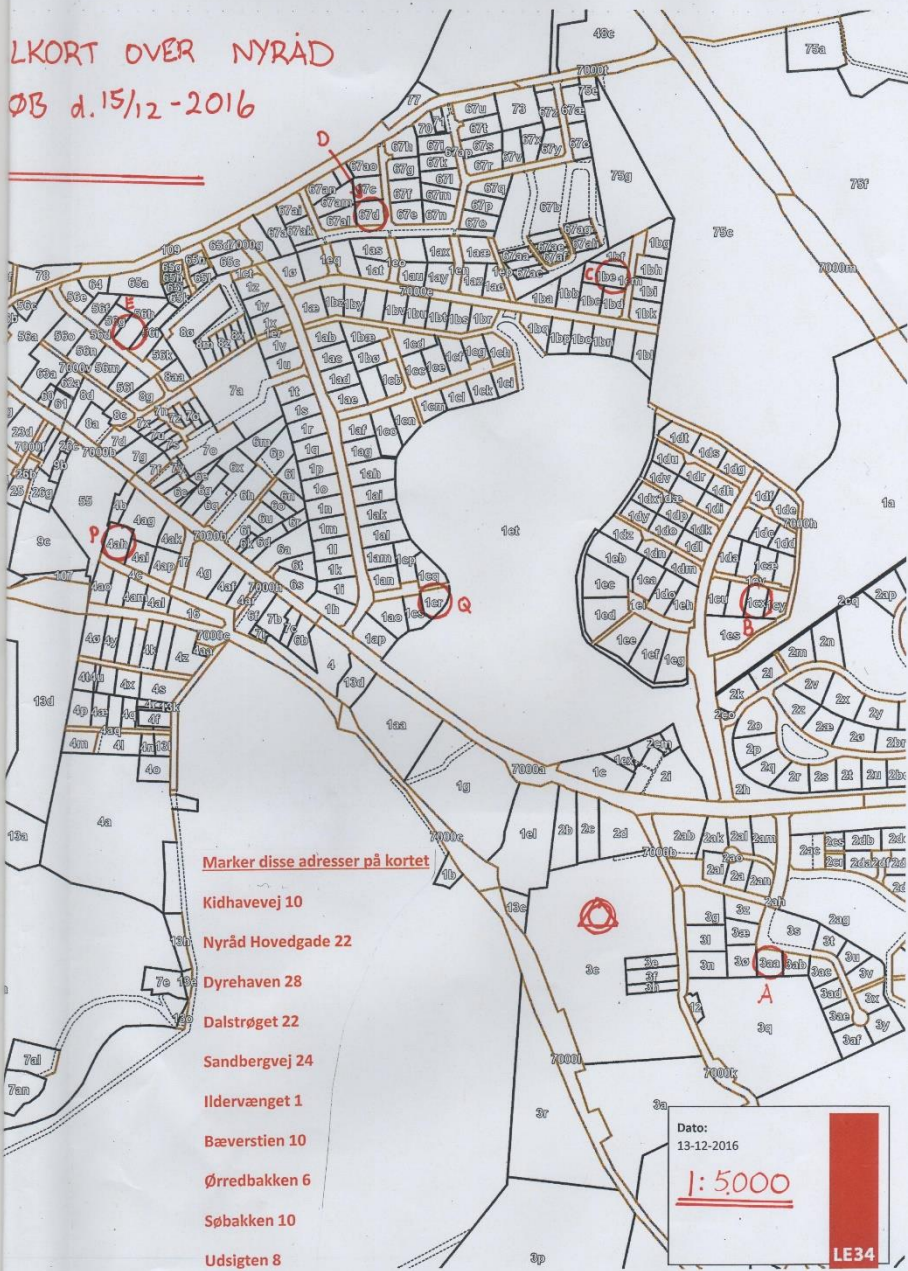
MATRIKE
JULEL

NAVN:



LKORT OVER NYRÅD

ØB d. 15/12-2016



Påskeløb 2017

Dette års påskeløb foregik i Thy Nationalpark, og med et, tør jeg godt sige, rekordlavt antal deltagere fra O-63; nemlig én. Det skal dog nævnes, at Karen og Troels havde begivet sig ud i et par åbne baner, så helt alene var jeg ikke.

Med en 2. plads i bagagen fra sidste års påskeløb i klassen H21AM, var det med et håb om, at jeg i år kunne forbedre min placering i samme klasse.

Læsere af min fortælling fra mit Islands-eventyr i december '16-udgaven af O-63'eren, er bekendt med mit til tider problematiske forhold til kurvelæsning, og det skulle vise sig, at det var de samme faktorer der gjorde dette års påskeløb til en ret stor udfordring for mig.

1. etape Tved Plantage

Første etape var i en typisk vestjysk klitplantage med meget vekslende bevoksning. Middelkuperet, men med mange kurvedetaljer. Starten går, og post 1 og 2 bliver taget med stor sikkerhed og fokus: sejren er i hus! Ved post 3 opstår dog de første problemer.

Jeg overser et stiknæk som tegn til indløb til post 3, hvilket får mig til at løbe ind i et nyt stisystem vestpå, der får mig fragtet helt til post 4. Derfra tager jeg en kompasskurs, løber nærmest over og forbi post 3 som er gemt i et hul i tæt bevoksning, og ned på den gamle sti: Jeg har allerede spildt mindst 5 kostbare minutter. Jeg løber lidt frem og tilbage af stien, og finder til sidst det rigtige indløb til tredjeposten.



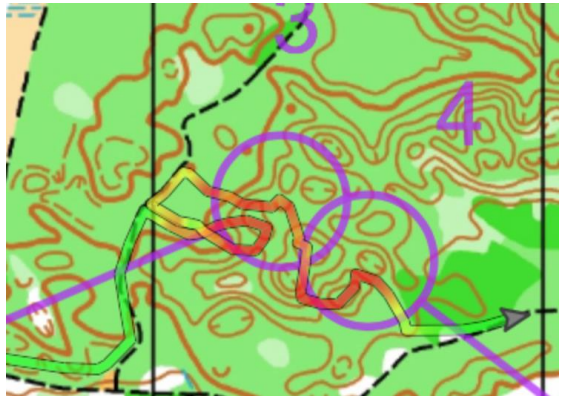
Jeg kan dog trods alt glæde mig over en suverænt hurtigt stræktid til post 4...

De lidt utydelige og diffuse stisystemer samt den meget tætte bevoksning, ville komme til at give mig flere problemer i de kommende etaper.

Efter et 5 minutters bom på post 7, skabt på baggrund af stress fra tidligere dumheder, får jeg brugt min vrede fornuftigt, og løber nogenlunde hurtigt og fejlfrit resten af ruten i mål. Jeg når ind lidt over 20min efter vinderen som nr. 9 ud af 17, og må allerede efter første dag konstatere, at det ikke bliver i år jeg forbedrer min placering.

2. etape Tvorup Nord

Anden dagen blev præget af flere indlandsklitter = mere kurvelæsning. Jeg havde nu efter i går intet at tabe og alt at vinde, og tager igen post 1 og 2 med lyn og torden. Igen snyder post 3 mig; igen i et hul i tæt bevoksning. Mit indløb fra stien bliver for tidligt, da jeg tolker forkert, og tror jeg allerede er ved punkthøjen. Jeg konstaterer jeg er løbet forkert, vender tilbage til stien, mere nordpå, finder punkthøjen og får nu lavet et godt indløb. Min kurs til post 4 er lidt skæv og koster mig også lidt tid. Den røde farve indikerer min lave fart og altså hvor svært gennemløbeligt terrænet er.



Post 4 til 5 er et langstræk jeg får taget med god fart, men allerede ved post 6 går det galt igen. Jeg formår at løbe ganske tæt forbi øst for posten samme sted to gange. Flere gange ved jeg ikke hvor jeg er, da kurvelæsningen er meget vanskelig i det tætte terræn.

I en skov på Falster havde der været betydeligt bedre gennemsigtbarehed og jeg ville have set posten i første omgang fra god afstand, men i dette terræn er det altså nødvendigt at være meget præcis, og med bare en lidt skæv kompasskurs, og uden nogen helt klar indløbsplan, bliver man straffet.

Resten af etappen forløber nogenlunde, og på trods af små 20 min. op til hurtigste løber, formår jeg at blive nr. 7 på dagen og rykke op som samlet 8'er.



3. etape Tvorup Syd

Sidste etape blev præget af flere grøfter, mere fladt terræn afbrudt af bånd af fladlandsklitter og generelt god gennemløbelighed. Altså et terræn mere efter min smag. På trods af dette, formår jeg igen, igen at dumme mig grusomt på tredje posten. Som

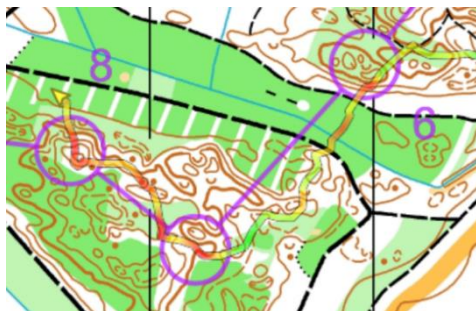
vanligt flyver jeg til post 1 og 2. Denne gang er det dog udløbet fra anden posten der afgør det.

Fra post 3 (nederst tv.) tager jeg fejl af stinettet og løber igennem de to forkerte T-kryds. Efter at have løbet rundt om mig selv i nogle minutter, finder jeg den rigtige sti, men får efterfølgende taget et skidt indløb uden nogen form for plan. Jeg løber nærmest oven i post 4 uden at se den, og vender efterfølgende tilbage til post 2 for at tage det hele forfra. Et stunt der koster mig 6 minutter i tre ellers lette stræk tæt på stier.



Vreden har hobet sig op, og jeg formår at udnytte dette på de efterfølgende poster. Jeg løber fokuseret og sikkert med en klar plan. Her på strækkene 6-8 formår jeg at læse

højdekurverne godt og løbe langs med dem, samt får skabt gode indløb med bakketoppe som pejlemærker. Ved post 8 indhenter jeg min nærmeste konkurrent der ved start havde halvandet minuts forspring. Vi følges ad indtil post 15, hvor jeg og en tysk løber forvirrer hinanden godt og grundigt og bommer i godt 10 min. Resten af etappen bliver nøjsomt overstået med dårligt humør og manglende



motivation. Efter en samlet tid på ca. 60 min efter vinderen, og tre etaper fyldt med en masse fejl, må jeg konstatere, at der stadig er meget at lære i især min kurvelæsning, dog med enkelte lyspunkter og synlige forbedringer fra sidste års Islands-eventyr

De ovenstående billeder af min rute er fra livelox.dk – en o-hjemmeside med en database over alle større løb i verden, hvor arrangørerne lægger ruter og kort ind. Løbere med GPS-fil fra deres respektive ruter kan efterfølgende lægge deres filer ind oveni disse. Derefter kan man se løbets forløb, med alle startende samtidig. Det er utroligt underholdende at sidde og analysere hvor man dummer sig ift. til de nærmeste løbere til en selv, og se hvor man selv tager fra.

Jeg har bl.a. lært, at mine fysiske form typisk er bedre end mine nærmeste konkurrenter, men at det er min usikre kurve- og bevoksningslæsning der tager mig ned i fart i terrænet. Til gengæld løber jeg hurtigere på sti-løb og er typisk bedre på lang-stræk. Indtil videre fungerer det dog kun til større løb som Påskeløbet, DM osv., men det skal

nok blive mere udbredt med tiden. Jeg kan derfor anbefale at investere i et løbe-ur med GPS, for det er en sjov og lærerig måde at studere sit løb og blive bevidst om sine orienterings-styrker og –svagheder.

Til sidst vil jeg med en hilsen fra Herlufsholm OK adressere dette års skuffende deltagerantal og sende en forhåbning om større O-63-tilslutning til næste års påskeløb på Fanø.

O-hilsen, Hjalte

Referat af generalforsamling d. 15. januar 2017

I alt 20 deltagere

1. Valg af dirigent – Peter Hofman-Bang blev valgt. Torben Hviid referent.

Peter takkede for valget og konstaterede, at generalforsamlingen var lovligt indvarslet. Bestyrelsen blev mindet om, at der med indkaldelsen til generalforsamlingen skal følge oplysninger om hvem der stiller op til bestyrelsen, indstilling vedrørende kontingentfastsættelser og evt. øvrige forslag.

2. Formanden aflægger beretning

Troels' beretning findes som selvstændigt dokument. Beretningen blev godkendt uden bemærkninger.

3. Kasseren forelægger det reviderede regnskab til godkendelse

Lis omdelte klubregnskab for 2016. Klubben havde et underskud i 2016 på 13.329 kr. Formuen er på 66.921 kr. Udgifter har bl.a. været til anskaffelse af korttegnings-PC og opdatering af SI udstyr. Ingen sponsorer i år, men fortsat kommunalt tilskud på godt 6.000 kr. Kontingenter er største indtægtskilde. Lis oplyste, at hun er i gang med revision af medlemslisten. Hun mente, at der fortsat er den fornødne økonomi i klubben. Peter H-B efterlyste liste over materielbeholdning, bestyrelsen blev opfordret til at føre en sådan. Regnskabet blev godkendt.

4. Fastsættelse af kontingent

Bestyrelsen foreslog uændret kontingent (200 / 350 / 700 kr.). Forslaget blev vedtaget af generalforsamlingen.

5. Behandling af indkomne forslag. Ingen forslag.

6. Valg af bestyrelse

Bestyrelsen blev genvalgt: Bonnie Petersen, Torben Hviid, Lis Noes, Kim Jensen, Henrik Plenge Jensen, Bente Skov-Jensen, Carina Kjær Bollesen og Troels Lassen. Ved en

forglemmelse blev der ikke valgt suppleant.

7. Valg af revisor og revisorsuppleant

Revisor: Peter Hofman-Bang blev genvalgt

Revisorsuppleant: Birgit Madsen blev genvalgt

8. Eventuelt

Troels overrakte på bestyrelsens vegne kammeratskabspokalen til Anders Christensen og motiverede det med Anders' ihærdighed, initiativ og hjælpsomhed. Klubmesterskabspokal blev uddelt til Asbjørn Hviid Mikkelsen (pr. stedfortræder) som klubmester for herrer under 50 og til Niels-Henrik Holscher som klubmester for herrer over 50. Der var ingen kvindelige klubmestre.

Henrik oplyste, at klubben bør anskaffe sig 1 – 2 nye løbspc'er, da de gamle ikke er driftssikre.

Torben sagde, at det ville være en god ide at oprette et familie-træningsudvalg, hvis det skal lykkes at etablere en mere sikker familie - / ungdomsbasis i klubben. Troels tilsluttede sig.

Lis sagde, at der er kommet en god tradition med klubture på Høje Sandbjerg i tilknytning til oprykningsmatcher i september, og at stedet er velegnet til formålet. Pia tilsluttede sig.

Anders og Karen fortalte fra deres tur dagen forinden til DOF-Akademiet. Anders var på kursus i divisionsturnerings-banelægning, Karen i skoleorientering. Begge var meget tilfredse.

Karen fortalte også, at kommunerne har en "Åben skole" pulje, som for 4. – 7. klasses vedkommende bl.a. skal bruges til undervisning i orientering. Der kan søges instruktørtimer betalt fra puljen. Karen vil også gerne lære korttegning.

Bonnie spurgte, om der fortsat er interesse for bladet i papirudgave. Flere sagde, at det er der.

Referent: Torben Hviid

Formandens beretning

2016 blev året, hvor O-63 fik en ny formand, som ikke har mange år på bagen i klubben, og i forhold til 2015, er den mest markante forskel, at vi rykkede ned i 6. division for første gang siden 1993. Det vender jeg lige tilbage til.

Formandens beretning har tidligere indeholdt en del statistik fra det forgangne år, og der skal da også nok komme lidt, men jeg vil gerne starte et andet sted; nemlig med Find Vej Dagen d. 30 april.

I år havde vi lavet start på Trellemarken ved sydhavnen med et par kortere og længere baner på Oringe og en kort sprintbane på selve Trellemarken. Arrangementet var nogenlunde velbesøgt, og vi bør gentage det i 2017 efter min mening. Vi brugte det nemlig til at sparke en række særligt familievenlige lørdagstræninger på Oringe og i Vintersbølle i gang.

Anders var den gennemgående figur, og vi andre bød ind med hjælp og banelægning undervejs. De 6 lørdage i maj og juni må betegnes som en pæn succes, idet flere deltagere kom stort set hver gang. Efter sommerferien forsøgte vi at opretholde aktiviteten, men interessen dalede noget, og havde flere lørdage med mindre end to deltagere. Den kommende bestyrelse vil overveje, om og hvordan det skal fortsættes.

På VTR-fronten har vi igen i år, i den igangværende VTR-sæson, bidraget med afholdelse af to løb d. 13/11 i Faksinge og i dag i Ulvshale. Det var egentlig vores plan kun at byde ind med et enkelt løb i år, men da Troels tilbød at lægge baner og organisere Ulvshale, var det svært at sige nej.

Løbet i Faksinge var velbesøgt og blev især rost for, at banelægningen trods den meget lille skov havde været spændende.

Divisionsturneringen. I 1. divisionsmatch 17/4 deltog 22 O-63'ere, hvoraf rigtigt mange klarede sig rigtigt godt, og flere vandt deres baner. Det resulterede i en sejr over Lyngby og forholdsvis små nederlag til Skærmens og Amagers. I 2. divisionsmatch 21/8 deltog Erik, Anders, Laust, Linnea og Pia. Et nederlag på 15-32 til Lyngby var det bedste resultat.

Det betød en match mod Lyngby, DSR og Kildeholm d. 25/9. Vi havde arrangeret en efter min mening yderst vellykket klubbetur til Akademisk Skytteforenings ejendom i Rude Skov med et træningsløb lørdag eftermiddag i Geel Skov. 25 O-63'ere deltog i divisionsmatchen hvoraf et lidt mindre antal deltog i klubturen. Vi slog DSR men tabte til Lyngby og Kildeholm

Det positive er, at det nu kun kan gå fremad på divisionsmatch-fronten. Og statistikken taler for det: For det første vandt O-63 divisionerne i de følgende 3 år, da vi sidst var nede og snuse til 6. division, og for det andet manglede vi på grund af skader, afbud og livreddende førstehjælp 3 banevindere fra den første match.

Slutteligt vil jeg sige tak til: Alle jer, der i klubbens udvalg har ydet en indsats. Alle jer, der ikke sidder i udvalg men alligevel stiller op, hver gang, der er brug for jer. Og sidst, men ikke mindst, tak til bestyrelsen...

Troels

Forårets træningsløb

O-63 har i foråret 2017 arrangeret tre træningsløb udover nattergaleløbet, som endnu ikke har været afholdt, mens dette skrives. De tre træningsløb har været bynære i forhold til Vordingborg, hvilket har gjort det noget lettere for arrangørerne. Sidste år havde vi gode erfaringer med at lægge træningsløbene lørdag eftermiddag, så det har vi holdt fast ved. Alle tre løb har været lørdag eftermiddag fra kl. 14.

I **Trolldbjerg Skov** d. 8. april var der flot deltagelse med 21 løbere fra 4 klubber, 12 fra O-63. Trolldbjerg er en dejlig skov at løbe i om foråret, og Anders havde lagt tre gode baner.

I "klubskov" **Vintersbølle Skov** d. 20. maj var der igen 12 O-63'ere mødt frem og 14 deltagere i alt. Vintersbølle Skov er en fantastisk skov at lave o-løb i med et meget varieret terræn, men desværre er den i disse år præget af omfattende træfældning. Der er store hegninger og en masse brombær og brændenælder, hvor der før var høje løvtræer. Nogle af vores nye løbere blev fanget i vildnisset – banelæggeren (det er mig) beklager, at der ikke var advaret om de vanskelige forhold forinden.

Det tredje træningsløb var på **Oringe-Trellemarken** pinselørdag 3. juni.



Løbsledelsen (Henrik) under paraply på Oringe. Det hjalp, for regnen udeblev. Der har været fint vejr til alle forårets træningsløb.



Otto er med sin skygge – far Christian – på vej til en af posterne på Oringe



På Oringe-Trellemarken var der 12 løbere i alt med en enkelt gæst fra Maribo. Efter en tur i brændenælderne er det en fornøjelse at løbe i et åbent terræn som på Oringe og Trellemarken. Og naturoplevelserne er ikke færre – skalleslugere og svaner ses fra Trellemarken, og en tur på lang bane bevirkede mødet med ikke færre end 4 (meget lidt sky) rådyr og 2 harer. Tak til banelæggere og løbere for gode forårsløb.

/Torben Hviid

Anders – årets O-63 klubkammerat – efter målgang

Find-vej-i-skolen - og det at være grøn korttegner

I december 2016 tegnede Marienberg Skole kontrakt med O-63 om en Find-Vej-i-skolen-"skolepakke" fra DOF: Etablering af et orienteringsanlæg, hvor der opsættes 40 faste poster på skolens matrikel samt tegning af et skolegårds kort. Et projekt, der med støtte fra Nordea-Fonden skal udbrede kendskabet til og muligheden for at anvende orienteringsløb i skolen.



Troels retter kort til... Hvordan mon man tegner sådan noget?



Jeg meldte mig, med Troels som rekognoscerings-hjælper, til at tegne kortet over skolen, idet den er min daglige arbejdsplads og derfor burde være et godt projekt at begynde min "karriere" indenfor korttegning. ☺ Således udstyret med en ny pc og en "light-udgave" af OCAD12, kaldet "Starter" samt retningslinjer indenfor skolegårds korttegning fra Erik, gik jeg frejdigt i gang. Jeg har kun løbet orienteringsløb i 2 år og jeg havde aldrig tegnet kort før. Ville det blive svært eller ville jeg knække koden relativt let?

Det viste sig, at selvom Marienberg har været min arbejdsplads i over 15 år, var der stadig kroge, jeg ikke kendte; bygningers form og trappe-forløb, jeg ikke havde lagt mærke til – og ikke mindst; jeg vidste udmærket, at skolen ligger på en temmelig kuperet grund, men ikke at den er SÅ kuperet. Jeg tror ikke, jeg nogen sinde har gået SÅ mange gårdvagter og nok brugt mere energi på at fotografere buske og halvtage end at holde øje med børnene... ☺

Nuvel. Tilbage til korttegningen...

Et ældre skolekort, tegnet af Erik og Troels C, havde jeg ganske vist til min rådighed, men jeg valgte bevidst at begynde forfra med grundmateriale og tegne det hele fra bunden, da jeg ikke havde samme signaturer til rådighed i min version af OCAD, som Erik og Troels C har haft i deres. På den måde fik jeg lært den OCAD Starter-version ordentligt at kende. Desuden er skolen blevet voldsomt bygget om de sidste par år; nogle bygninger er revet ned og grunde er tilgået skolen, den ene skolegård har fået en gigantisk trappe, der ligner et bedre amfiteater og atter andre bygninger og områder er ikke længere tilhørende skolen, men den nærliggende børnehave. Normalt ville man også bruge Google Maps og luftfotos til at tegne efter, men billederne var fra før ombygningerne og derfor heller ikke anvendelige.

Men hvordan tegner man så?

Jeg fik min første computer mellem hænderne i 1990 og har brugt computere både til arbejde og leg, så det at skulle lære OCAD at kende som program, var ikke så svært. Man kan komme langt med at "lege sig frem" samt anvende almindelig logik. Jeg brugte meget tid på at lære at tegne i "lag" – først at tegne fx alle bygninger, så alle private områder, så asfalt osv... - lige indtil jeg fandt ud af, at jeg blev nødt til at tegne kurver ind på kortet. Det gamle kort opererede med skrænter, men jeg synes det var mere nøjagtigt med kurverne. Det kunne jeg ikke, for de lagde sig nedenunder de "lag", jeg havde tegnet. Nå, øv - forfra igen. Først kurver, så bygninger, så græs... - hvad er nu det? Træer, der figurerer på grundmaterialet forsvinder under græs? Hmmm, så må der klippes hul i græsset. Kan man det? Jo, det kan man godt.

Og sådan blev jeg ved og ved.

De første kortversioner var skæve, hakkede og temmelig sølle, men efterhånden som jeg fik brugt mere og mere tid – både med kameraet i skolegården samt foran computeren, dukkede der i løbet af det tidlige forår et ganske anvendeligt kort frem.

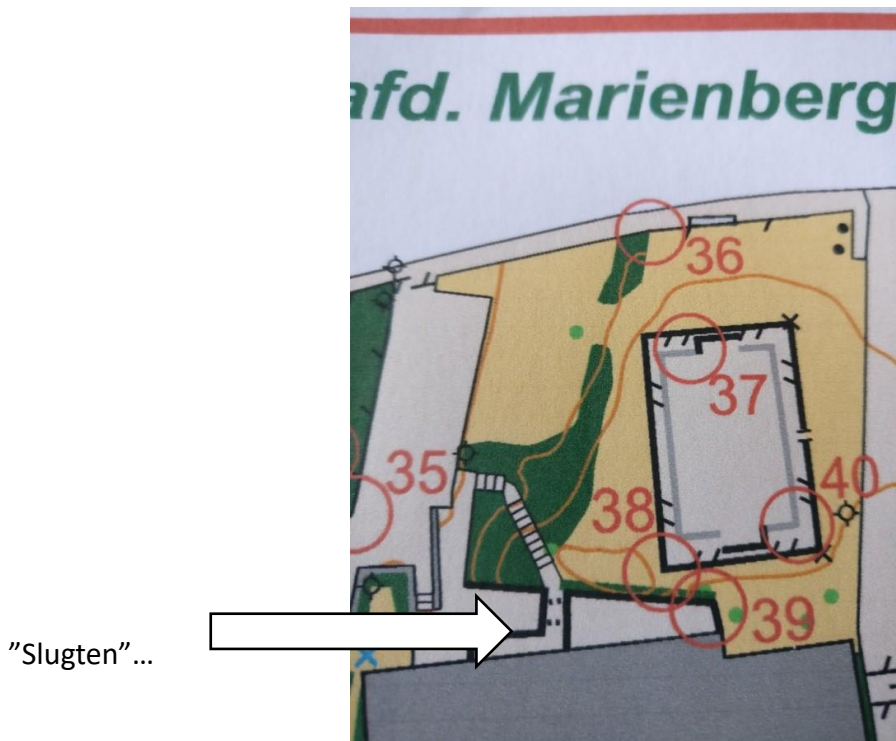


Det første spæde forsøg –

og det endelige kort.



Troels og jeg rekognoscerede og rettede kort til efterhånden, som jeg fik tegnet og jeg var så heldig at kunne trække på Lotte og Morten, der har tegnet kort for Faaborg OK i årevis. De var med på en rekognosceringstur og hjalp mig med et par finurligheder: Hvordan tegner man fx en brandtrappe/bro, der går fra en skråning og over en bygget "slugt" (der fungerer som indkørsel til pedellens redskaber), men broen støder til bygningen i 1.sals højde? Løsning: Man tegner en trappe med 2 impassable mure samt en tunnel, fordi man kan løbe nedenunder broen, men ikke over den eller på den.



"Slugten" ...

Og, ja – kurvelinjerne er stadig ikke helt så pæne og jævne, som jeg gerne ville have dem, men det må komme med øvelsen.

Desuden lærte jeg en hel del om tegning af højdekurver, genvejstaster og tastkombinationer, der kunne have sparet mig for ca. 647382086 museklik... - men man skal jo lære, så længe, man lever! 😊

En forårsdag gik Troels en tur på skolen med en skruemaskine og skruede de 40 små plast-plaketter op, hvorefter de blev tegnet ind på kortet. Også her fik jeg øjnene op for de små

detaljer: Postcirkler og postnumre må ikke dække for noget vigtigt på kortet og de må søreme heller ikke røre ved hinanden. Dette er ikke lige nemt, når man arbejder på et skolekort, hvor der er en masse små ting, der er samlet indenfor et relativt lille område.

Kort efter påske var kortet færdigt. Altså – jeg bestemte, at NU var det færdigt, for man kan blive ved med at nusse om de mindste detaljer, tegne noget om og overveje dette og hint. Jeg fik Gunnar fra Køge OK til at se mit arbejde efter i sømmene. Efter hans godkendelse og en rigtig god snak om korttegning – han spottede straks ”bro-tunnel”-løsningen og spurgte ind hertil og jeg fandt ud af, at hver korttegner har sin måde at tegne på. Det kan blive noget helt fantastisk nørderi, sådan noget korttegning.

Her i maj har jeg så haft alle lærere og pædagoger ude at løbe på skolens anlæg til stor begejstring og inspiration. Onsdag d. 21/6 skal alle skolens elever ud på små hold og løbe baner. Den lokale verdenspresse er adviseret og har meldt positivt tilbage.

Det har taget tid og nok også for meget tid, men det har været al tiden værd. Jeg har leget mig ind i korttegningens verden og har i den grad fået blod på tanden. Men at tegne kort har givet en anden, lettere uhensigtsmæssig sideeffekt: Jeg løber helt forfærdelig langsomt – og det er ikke blevet bedre af, at jeg nu tager mig selv i at studere andres kort og landskabet samt overveje, hvordan det kan tegnes? Hermed følger en undskyldning for fremtidige usle præstationer!

O-hilsner, Karen

Divisionsturneringen

Som bekendt løber vores hold O-63/NFR/Maribo i 6. division denne sæson efter, at vi tabte op/nedrykningsmatchen i efteråret. Årets første match blev afviklet den 30. april i Asserbo Plantage, hvor vi dystede mod holdene DSR/Fredensborg/Vinderød, OK S.G. og Hvalsø OK. Vores hold havde fået flere afbud bl.a. på grund af konfirmationer, men de deltagende løbere gjorde det rigtig godt og løb mange fine placeringer hjem. Vi blev nr. 2 i matchen med følgende resultater:

O-63/NFR/Maribo vs DSR/Fredensborg/Vinderød 47-69

O-63/NFR/Maribo vs OK S.G. 56-30

O-63/NFR/Maribo vs OK Hvalsø 58-24

Næste match afvikles den 3. september i Geel Skov og Ravnholm. Sæt allerede nu et X i kalenderen.

Din klub får brug for dig! Det ville være dejligt, hvis vi kunne klare os så godt, at vi kan komme til at løbe om oprykning i stedet for nedrykning.

Spændende udfordringer i sommer

OK HTF arrangerer **Vikingedyst** den 30. juni – 2. juli 2017 med løb i Strarup Hede, Haderslev Vesterskov og Pamhule.

Skaw-dysten afvikles den 6. – 9. juli 2017 i et samarbejde mellem Skagen OK & Motion og Skive AMOK. Løbene ved Skaw-dysten er arrangeret, som selvstændige løb. Deltagerne vil derved kunne tilmelde sig til et eller flere af løbene.

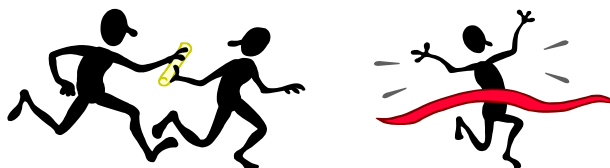
Resultatbørsen

VTR løbene 2016/17

I klassen sort mini, mænd > 60 år blev Peter Bjørn Jensen nr. 1 og Niels-Henrik Holscher nr. 3. Klubben havde ikke andre løbere med i finalen.



SM Stafet. Peter Bjørn og Niels-Henrik stillede op i klassen H65, hvor de sammen med Erik Torm fra HG opnåede en 3. plads. TILLYKKE.



Bestyrelsen i O-63

Formand:

Troels Lassen, Algade 95 B, 1. sal, 4760 Vordingborg 42361325

Kasserer:

Lis Noes, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg 55375074

Øvrige bestyrelse:

Henrik Plenge Jensen, Stensby Mark 2, 4772 Langebæk 22177441

Kim Jensen, Dyrehaven 26, 4760 Vordingborg 55375074

Torben Hviid, Heibergsvej 63, 4760 Vordingborg 30952977

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

Carina Bollesen, Nyrådsvej 10, 4760 Vordingborg 28960381

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg 55373665

Redaktører:

Bonnie Petersen, Kidhavevej 6, 4760 Vordingborg 55373665

bonnie.nyraad@gmail.com

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



God sommer