

Vigtige datoer til kalenderen

O-63 generalforsamling søndag den 23. februar
Søndag den 13. april divisionsmatch i Tokkekøb Hegn
Mandag den 9. juni divisionsmatch i Gribskov (Mårum)
Søndag den 28. september divisionsmatch op/ned Ganløse Egede



'eren

Medlemsblad
for
Orienteringsklubben
af 1963
VORDINGBORG

Bestyrelsen i O-63

Formand:

Troels Lassen, Nygårdsvej 1, 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 20169771

Bonnie Petersen, Olsbjergvej 133, 4760 Vordingborg 23468833

Redaktører:

Bonnie Petersen, Olsbjergvej 133, 4760 Vordingborg 23468833

bonnie.nyraad@gmail.com
Bente Skov-Jensen, P.C. Skovgårdsvej 6, 4760 Vordingborg 20169771

skovjensenbente@gmail.com

Trykning af O-63'eren:

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

Januar 2025

Nummer 1



Vordingborg i flot januarlys

Efterårets divisionsmatcher v/Torben Hviid

I augustnummeret af O-63'eren kunne man læse Lene Krabbesmarks referat fra årets første divisionsmatch i 6. division. Lene fortalte om "en lang tur i skoven", nærmere bestemt i den unge og "nemme" Vestskoven ved Albertslund med Herstedhøje som det fysisk krævende højdepunkt.

Oplevelsen af årets to sidste divisionsmatcher kunne godt have samme overskrift. Det blev gennemgående lange ture – ikke fordi banerne var lange, men fordi de var svære!

Årets anden divisionsmatch d. 8. september var henlagt til Rørvig Sandflugtsplantage, som er berygtet blandt øboere, der ikke er vant til o-løb i klitterræn. Der bliver virkelig stillet krav til finorienteringen, når man skal finde en post i et labyrintisk terræn med gamle klitter, hvor små niveauforskelle eller tætheder kan skjule posten, indtil man næsten træder på den. Er jeg nu ved den rigtige lavning, eller er det den der henne – eller er jeg løbet for langt? Belært af tidligere dyrekøbte erfaringer gav jeg mig god tid – og det betalte sig. Kun én gang – ved det lange indløb til post 5 – følte jeg mig fortabt, men blev reddet af Carl-Aage, der i det samme kom ud fra posten. På den anden side: når man giver sig god tid, vinder man sjældent. Altså: nok en lang tur – men en dejlig tur - i skoven.

Kun 10 løbere havde taget turen helt til Rørvig, så det blev til en samlet tredjeplads, men i kraft af mange gode placeringer fik vi samlet nok point sammen til at kunne deltage i op- og nedrykningsmatchen 14 dage senere.



"Hvor bli'r du af, far?"

Tajs havde fået den hårde tjans på bane 1 med 7,4 km i svært klitterræn i 27 graders varme.

Op- og nedrykningsmatchen foregik i Store Dyrehave ved Hillerød d. 22. september. Det blev en gentagelse på den måde, at det var en svær skov at finde rundt i, flere O-63'ere fik fine placeringer, men ikke så mange havde taget den lange vej til Hillerød. Store Dyrehave har et meget detaljeret kurvebillede, og der er mange småmoser, man skal være omhyggelig med at vælge den rigtige vej omkring. Jeg gav den mere gas end i sandflugtplantagen, men det betød også, at koncentrationen svigtede til sidst i løbet – med deraf

følgende tidstab. Det gav en fjerdeplads efter to løbere fra Skærmen og én løber fra Kildeholm. Netop de klubber som kæmpede for at undgå nedrykning fra 5. division – og det lykkedes desværre for dem 😊. Vi sluttede på en samlet fjerdeplads og ta'r endnu en tårn i 6. division.



Der gøres klar til start og et dejligt udfordrende løb i Store Dyrehave - på endnu en varm efterårssøndag.

Afholdelse af ordinær generalforsamling søndag den 23. februar 2025 kl. 16.00 i samlingsalen på Vintersbølle skole

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger beretning.
3. Kassereren forelægger det reviderede regnskab til godkendelse.
4. Fastsættelse af kontingent.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg af bestyrelse, jvf. § 4.
7. Valg af revisor og revisorsuppleant, jf. § 6.
8. Eventuelt.

Kend din skov v/Torben Hviid

"Kend din skov" er navnet på et arrangement, der hvert år finder sted i Vintersbølle Skov på en søndag i tilknytning til efterårsferien. Det arrangeres af Lokalhistorisk Forening for Vintersbølle/Nyråd og tilbyder forskellige oplevelser i Vintersbølle Skov, fx hestevognsture, lokalhistoriske rundvisninger og demonstrationer – og altså orienteringsløb, som vi står for.

Vi plejer altid at tilbyde to baner, en traditionel "svær" bane ind i terrænet, som benyttes af trænede o-løbere - og en begynderbane, der er tænkt som en smagsprøve for de skovgæster, der kommer forbi og som tør kaste sig ud i noget nyt. Også i år var der enkelte familier på skovtur, som benyttede lejligheden til "familie-orientering" på en rundtur, hvor poster ved (de fleste) vejkryds – eller gafler var markeret med en o-post. I alt en snes løbere blev bedre til at kende deres skov....



John, Anders og Christian ved "stævnekontoret", bag i Niels-Henriks bil.



Dagens dramatiske højdepunkt var, da Anders parkerede i rabatten, hvorfra bilen kurede ned ad en skråning. Det måtte Falck tage sig af. – Et indslag i "Kend din skov", som ikke var annonceret på forhånd.

Teknik-træning, Oringe 19.oktober 2024 v/Carl-Aage Hansen

Efterårets sidste træningsløb i O-63 var henlagt til Oringe. Det var Troels, der var arrangør, og som altid har han en god og kreativ tilgang til o-løb. Troels havde denne gang temaet teknik-træning, som bestod af 2 elementer. Det ene var kompasretning og det andet var kort-husk træning. Det var en fin eftermiddag, og der var en fin deltagelse både fra klubben og også fra naboklubberne, så der var i alt ca. 20 løbere til arrangementet.



Til kompasretningstræningen var der 5 baner med udgangspunkt fra P-pladsen på Oringe.

Vi fik udleveret et blankt stykke papir med røde cirkler med postnumre, og papirarkets kant var nord /syd. Herefter var det at tage kompasretningen og så finde ud til den rigtige post. Men udfordringen var, at der var flere poster i terrænet, så det var om at holde retningen. Der var jo kun én post, som havde det rigtige nr.

Som det fremgår af resultatlisten, så var der hele 8 løbere, der kom gennem alle 5 baner. Om det så var de rigtige poster, der var besøgt, siger resultatlisten ikke noget om, men en rigtig fin træning til forståelse af kompas og retningsbestemmelse.

Det andet moment i tekniktræningen var kort-husk, her havde Troels lavet 2 baner en let på 2 km og en svær på 3 km. Begge baner gik ud over Oringe med flere fine vejstræk, som man skulle huske. Det er en fin måde at lære at læse o-kortet på og allerede fra start at vælge et vejvalg.

Her er det vigtigt at huske nogle markante terrængenstande, der skal passeres på strækket, så man kommer sikkert til næste post, hvor der så igen er et kortudsnit til næste post.

Jeg må sige, at der blev gået til opgaven med flid. Flere af løberne, som først havde taget alle kompasretningerne og herefter den lette bane, begav sig til sidst ud på den lange bane, som var mere udfordrende. Her kan nævnes Else Marie, som var ustoppelig. Også Christian fik sin træning i kortteknik denne eftermiddag.



Med hensyn til dagens resultater kan der henvises til O-63 hjemmeside. Formålet med dagens emne er ikke konkurrencen, men at man får indøvet nogle færdigheder til forståelse af kompas og kort.

Det var en rigtig god eftermiddag i et flot efterårs vejr.

Vi kan alle være tilfreds med arrangementet, det er noget som fint kan gentages med andre o-tekniske øvelser, jeg er helt sikker på at Troels har andre "sjove" tiltag som kan skærpe vores o-teknik.

Der skal her lyde en stor tak til Troels.



O-63 Klubmestre 2024

Der var konkurrencer i tre klasser med følgende resultat:

H < 60 Klubmester Johan Söderlund

D < 60 Klubmester Pia Kadziola

H > 60 Klubmester Torben Hviid

I alt deltog 11 løbere i mesterskabet. Tillykke til vinderne, som vil få overrakt deres pokaler ved generalforsamlingen den 23. februar 2025.

En lille indføring i 2024's klubmesterskab v/Johan Söderlund

Det var en våd og tåget morgen den 10. november 2024, hvor deltagere fra hele oplandet stimlede sammen til orienteringsløbet i Fruens Plantage i Mogenstrup. Området præges som bekendt af et noget kuperet terræn, i den smukke natur langs Danmarks største ås. O-63 havde kundgjort, at dette var valpladsen for årets klubmesterskab, men der var relativt få af klubbens medlemmer, som følte den fornødne ubændige trang til at trodse vejrets magter, for at velsigne stævnet med deres tilstedeværelse.

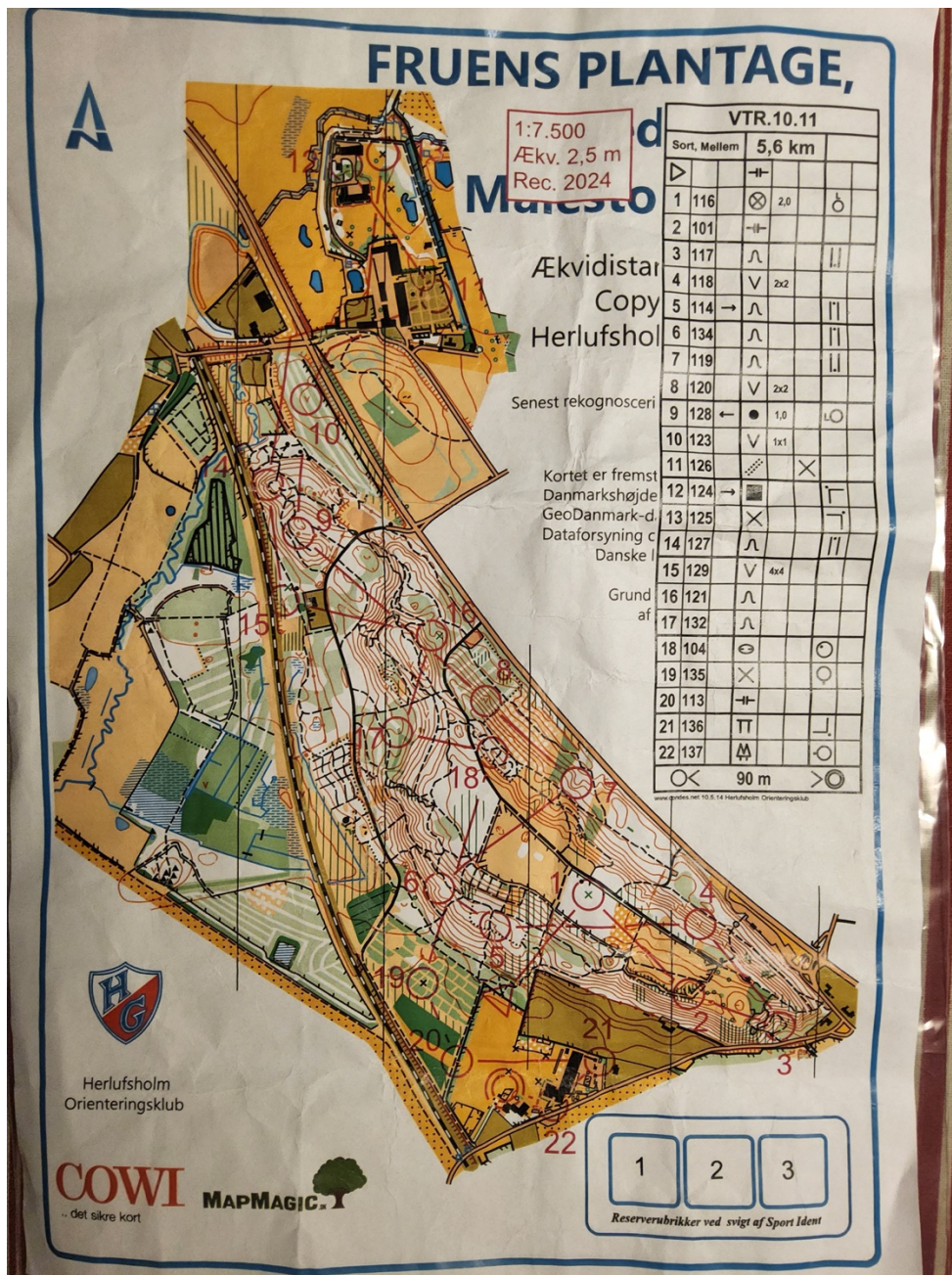
Selvfølgelig ville banelæggerne gerne, at vi skulle opleve alle aspekter af højdeplateauet og dets stejle skrænter, fra flere forskellige retninger og højdeniveauer, og det afspejlede sig i udtalt grad i ruternes forløb. Der var dog også en afstikker på flad mark, hvor man skulle krydse landevejen, for at komme til Rønnebæksholm hovedgård, hvor banen mere havde karakter af havevandring og sightseeing, mellem bygninger og statuer, og gennem køkkenhaven.

Midtvejs på banen lykkedes det for mit venstre ben at ramme en usynlig, indbildt, og død skildpadde, hvilket forårsagede et gevaldigt styrt, hvorpå jeg endte næsegrus midt på stiens måtte af høstfarvede blade. Vistnok et drabeligt syn, hvis der havde været tilskuere. Heldigvis oplevede jeg en positiv bieffekt af dette, da jeg åbenbart fik revet nogen sammenvoksninger over i min tidligere skadede venstre skulder, hvorfor jeg nu faktisk har mere bevægelsesfrihed i den. Dog fik jeg også slået mit venstre knæ, og kunne derefter kun humpe rundt i flere minutter, men heldigvis gik det stejlt opad straks efter, så jeg ville uanset være gået det stykke, vistnok.

Efter målposten, hvor jeg mødtes med klubkammerater, blev jeg fortalt, at mit resultat sandsynligvis ville indbringe mig titlen som klubmester.

Jeg har dog ikke set eller hørt noget om dette, før jeg modtog en besked om at man ønskede, at jeg skrev en kommentar til klubbladet om dette.

Se Johans bane i Fruens plantage på næste side.



Men, da vi nu er igang.

Undertegnede blev tilfældigvis også erklæret som vinder ved årets juleløb, som Anders så udsøgt havde arrangeret. Nisser og pakker skulle reddes hjem fra posterne, mens man udsatte egnen for mere eller mindre mislyd ved tapre forsøg på at finde frem til de rette julesange, som blev antydet i trunkerede strofer på posterne.

Vel hjemme hos Anders, var jeg blevet tildelt ekstrapoints (strafpoints?) for at ikke være rigtig dansk....

Det gav jo vistnok et forspring, da resultatet skulle gøres op.

Godt nytår Johan Söderlund

Juleløbet 2024 v/Torben Hviid

63

Velkommen til Nisserød eller Nisseråd

Nisserne er blevet uvener, de har diskuteret om byen hedder Nisserød eller Nisseråd
Der blev argumenteret at det er Rød efter et gammelt ord for en rydning i skoven
Mod argumentet var at byen er opkaldt efter et Råd nedsat af Christian IV
"Men det er bedst med Rød da det er nissernes yndlingsfarve"
"Nej der er bedre at det er Råd, det jo vigtigt at have råd når det er dyrt op til Jul"
Til sidst gik nisserne hver til sit for at surmulde, de har gemt sig rundt om i byen

Det er nu jeres opgave at overtale dem til at komme hjem, jeg har markeret hvor de har gemt sig.
De har også smidt nogle af julemandens gaver undervejs.
Det er en god idé at synge nogle julesange for at lokke Nisserne med hjem, så jeg har også lagt nogle forslag i kan prøve med.

Var du på færde i Nyråds gader først på aftenen torsdag d. 12. december, ville du måske have hørt brudstykker af julens sange fra stræder, pladser – og sågar fra en platform i Hulemosesøen. Det var i så fald O-63'ere på juleløb travlt beskæftiget med at overtale surmulende nisser til at vende næsen mod julestuen på Theisensvej, hvor der senere på aftenen trakteredes med gløgg og æbleskiver.

Selv om jeg nåede rundt til alle 12 poster, hørte jeg nu ikke høj og gennemtrængende julesang i mørket, og mit bidrag begrænsede sig også til lidt forsigtig "Glade jul" trallen ved post 6 – jeg mødte Lis, der ikke kunne forstå, at alt var tyst. Ikke desto mindre lykkes det at hjembringe nisser eller julegaver fra alle poster. Ved fælles indsats.

Banelægger og nisseforfatter Anders havde udstyret hver af de 13 juleløbere med et kort over, hvor de surmulende nisser skulle befinde sig, og en instruktion i aftenens opgave, - se kortet der er trykt her i artiklen. Ved hver post skulle en nisse "befries" ved at gætte den rigtige julesang ud fra et uddrag af sangen på max en linje. Det var Pia bedst til. Ikke alene gættede hun alle sangene, hun fandt også en fejl i en af sanglinjerne – der, hvor der stod "Så skal træet spises". Sådan hedder det jo ikke! det hedder "Først skal træet vises, siden skal det spises". Måske udløste det strafpoint at finde fejl i sangteksten, for Pia vandt ikke. Det gjorde Johan som dagens hurtigste mand. Men han er også svensker – det giver vist bonuspoint 😊 På en flot tredjeplads kom undertegnede, der havde problemer med et par af stroferne. Aftenens kunstneriske pris gik til forhenværende brandmajor Peter H-B, der havde bestemt linjen "fred over jorden" til at være indeholdt i sangen "Dejlig er majoren".

Efter en dejlig løbe-, lunte- eller vandretur i det helt stille decembermørke var der hyggeligt samvær hos Lissi og Anders – dejlig varm gløgg og æbleskiver. Det var alt i alt en meget vellykket aften med et hittepåsomt juleløb.

Gribskov Naturnationalpark

Hvilke oplevelser venter orienteringsløbere i fremtiden? Tør børn overhovedet løbe der?



Kalender

Dato	Klub	Skov	Aktivitet/Start	Tilmeld/Tid
26/1	OK Sorø	Sorø Sønderskov	Sorø Station	VTR
2/2	O-63	Corselitse Østerskov	Hesnæs Havn	VTR
9/2	Køge OK	Vallø Storskov		VTR
16/2	HG	Harrested	Harrested Skovvej 19	VTR
23/2	Køge OK	Bøgeskoven	?	VTR
2/3	Barske	Svanninge Bakker	Odensevej 150	Troldens Fodspor
9/3	Holbæk OK	Annebjerg	Annebjerg Stræde 1	Afslutningsløb
22/3	O-63	Kulbjerg (Ovstrup)	Træningsløb	
1/4	HG	Kohaven	Tvedevængevej 6	Start Kl. 17
6/4		Stenderupskovene	DM Ultralang	
8/4	HG	Herlufsholm	Slagelsevej 163	Start kl. 17.30-18
13/4	Allerød OK	Tokkekøb Hegn	Divisionsmatch 3.-6.	4/4
17/4	Kolding OK	Frederikshåb Midt	Påskeløb Langdistance	4/4
18/4	Kolding OK	Frederikshåb Øst	Påskeløb Forkortet langdistance	4/4
19/4	Kolding OK	Vingsted	Påskeløb Mellemdistance	4/4
27/4		Gribskov	SM Langdistance	
3/5	O-63	Faksinge Skov	Træningsløb	
10/5	HG	Næstved	Sjællandssprinten 1.-2. afdeling	
11/5	Køge OK		SM sprint	
11/5	Køge OK	Jersie Strand	Sjællandssprinten 3. afd.	
7/6	FIF	Gribskov Naturnationalpark	Pinse 3-dages Langdistance	
8/6	FIF	Gribskov Mårum	Pinse 3-dages Mellemdistance	
8/6	FIF	Gribskov Mårum	Pinse 3-dages Mellemdistance	
9/6	FIF	Gribskov Mårum	Pinse 3-dages Forkortet distance	
9/6		Gribskov Mårum	Divisionsmatch 3.-6.	