

KompasPosten

August 2007 - Nr. 5



Herning Orienteringsklub

Medlem af Dansk Orienterings-Forbund medlem under D.I.F. og I.O.F.

www.herning-orienteringsklub.dk
herningok@herning-orienteringsklub.dk

Formand

Bodil Schulz
 Vesterdams Allé 8, 7400 Herning
 97 22 45 39 Bodil.Schulz@skolekom.dk

Næstformand

Kim Gottlieb
 Skærgårdsvej 30, Skærbæk, 7400 Herning
 97 21 01 38 kg@mail.dk

Kasserer

Peder H. Larsen
 Ringkøbingvej 46, A1, 7400 Herning
 97 21 16 30 phlarsen@os.dk

Sekretær

Ole Andersen
 Gefionsvej 51, 7480 Vildbjerg
 97 13 73 90 olebek@mail.tele.dk

Forretningsudvalg

Bodil Schulz, Kim Gottlieb, Peder H. Larsen
 og Ole B Andersen

Arrangementsudvalg

Anni Jensen
 Gudenåvej 172, 7400 Herning
 97 12 42 14 jjjensen@dadlnet.dk

Klubhusudvalg

Erik Michaelsen
 Nørretoften 26B, Lind, 7400 Herning
 97 22 43 65 lind@michaelsens.dk

Kortudvalg

Frede Rasmussen
 Brændgårdvej 77, 3. th., 7400 Herning
 26 29 42 88 Frede.Rasmussen@skat.dk

Ungdomsudvalg

Bent Mørup
 Mølleparken 25, 7540 Haderup
 97 45 42 10 morup@jyde.dk

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen
 Egeløkkevej 4, 7400 Herning
 97 26 78 99 ssn@mail.tele.dk

Sponsorudvalg

Bjørn Hansen
 Voulundgårdvej 6, Kølør, 7400 Herning
 97 15 15 55 Voulund@c.dk

Pressekontakt

Bodil Schulz

Kortsalg

Frede Rasmussen
 Brændgårdvej 77, 3. th., 7400 Herning
 26 29 42 88 Frede.Rasmussen@skat.dk

Skovkontakt

Andreas Skov
 97 12 76 78 a.s.johansen@mail.tele.dk

Medlemsregister

Gitte og Torben Isen
 97 22 42 23 isen@webspeed.dk

Løbskonto

Handelsbanken, kontonr. 7640 1089156

Driftskonto

Handelsbanken, kontonr. 7640 4611352

Løbstilmelding

Bodil Schulz og Jesper Lysgaard
 Vesterdams Allé 8, 7400 Herning
 97 22 45 39
 tilmelder@herning-orienteringsklub.dk

Handicaporientering

Carsten Kuhlmann
 Bøgens Kvarter 31, 7400 Herning
 97 21 52 51 kuhlmann@mail.tele.dk

Forside

Herning Vikingernes forkvinde.

Foto: Marit Lund

Formandens

Sommerferien er ovre og et travlt efterår står for døren. I sommerferien har flere af klubbens løbere deltaget i forskellige løb i ind og udland. Det er rart for os, der ikke kan tage på ferie uden et godt orienteringsløb, at der er så mange muligheder. Vestjysk 2-dages, Vikingedysten, Skaw-dysten, O-ringen i Sverige og 5-dages løb i Slovenien havde alle besøg af løbere fra Herning

Orienteringsklub, og til alle løbene fik vi gode og spændende udfordringer. Til Vikingedysten fik vi endnu engang vikingehjelmene med hjem (klubben med flest deltagere), og desuden byttede vi sværdet ud med øksen. Den fik vi for flest 1. pladser i seniorklasserne ved Ole Andersen, Jesper Lysgaard, Lucia Aagaard og Hans Jørgen Vad. Til O-ringen opnåede en af klubbens løbere at få en 1. plads på førstedagen, hvor Søren (formandens søn) fik en flot 1. plads i U3 klassen. Stor var dog skuffelsen, da det viste sig, at man i denne klasse havde valgt at trække lod om præmien og ikke at præmiere 1. pladsen.

Næste store udfordring for klubbens medlemmer er på lørdag den 11. august, hvor vi står som arrangør af DM-mellem i Hørbylunde. Med 626 tilmeldte har vi slået deltagerantallet fra sidste år, og med en masse dygtige folk på de forskellige poster er jeg sikker på, at det nok skal blive en succes. Mange har gjort et stort arbejde op til dette løb med at planlægge, tegne kort, lægge baner, købe ind og meget mere.

I efteråret er der mange mesterskaber på programmet – både JM'er og DM'er – men heldigvis er der også almindelige orienteringsløb, hvor specielt divisionsturneringen den 30. september i Rold og supermatchen den 7. oktober, hvor vi skal løbe om oprykning, er vigtige at skrive i kalenderen. Det er her, vi skal møde mange op og sammen have en god oplevelse – det er en god lejlighed til at prøve at komme ud at løbe ens første åbne løb, for her er vi altid mange af sted.

Handelsbanken

Vores sportsplads er jo vore kort, og her gør en lille flok en stor indsats for at tegne nye og gamle områder. De sidste kort, der er tegnet er DM-kortet over Hørbylunde samt Ikast By, hvor der også er sat faste poster op. Hørbylunde indvies jo på lørdag med DM-Mellem, og Jens Ole Krogh og Bjørn Hansen har også en spændende idé til, hvordan Ikast kortet skal indvies. Ellers er det planen at bruge det til Park-tour næste år.

Mit mål for efteråret er at deltage i rigtig mange træningsløb og åbne løb, så der bliver god mulighed for at mødes i skoven.

Med o-hilsen

Bodil

Ny kortærmet O-bluse.

Klubben har fået en ny model i kortærmet o-bluse.

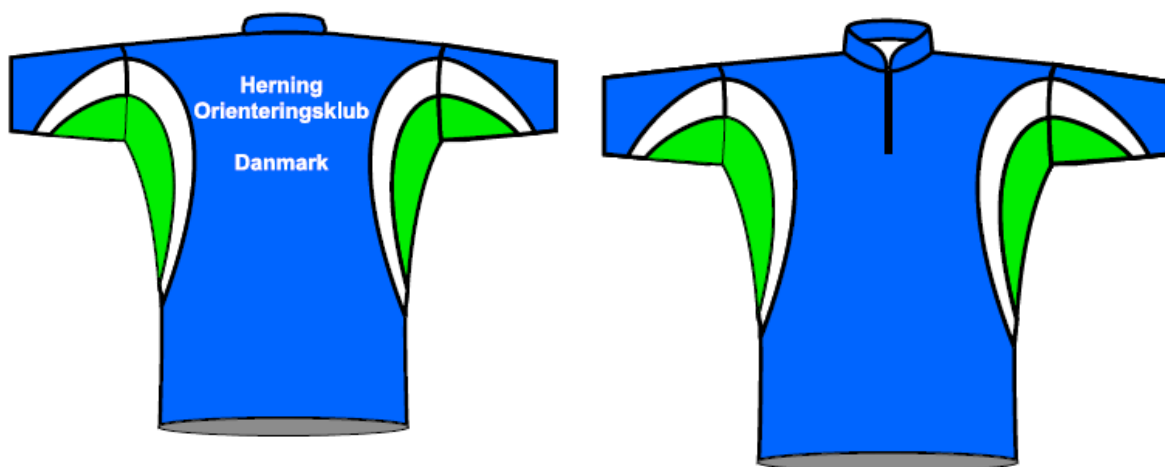
Kvaliteten er Dry Comfort, 100% polyester. O-blusen har krave og lynlås og leveres i klubbens farver blå, grøn og hvid. Kan leveres i str. 140-150 cl og str. 1 - 9, som svarer til XXS - XXXL. Pris kr. 275,00.

Den første sending er så godt som solgt, og da flere har ønsket at få et eksemplar, tager jeg gerne imod bestillinger.

Vi skal bestille min. 25 stk. ad gangen, og leveringstiden er ca. 8 uger.

\$Hilsen

Helga Søby



Herning Vikingerne løb med hjelm og økse

I år var det 31. gang OK HTF inviterede til Vikingedyst i det Sønderjyske. Det lokkede 24 af de mest garvede Herning vikinger af huse. Dysten fandt sted lørdag den 7. og søndag den 8. juli.

Lørdag gjaldt det om at finde vej på heden ved Stensbæk. En åben slagplads med indlandsklitter og store vidder. Allerede efter dagens dyst stod det klart, at Herning vikingerne var mødt op for at hjemføre nogle af de eftertragtede trofæer fra dysten. Med flest deltagere og fem førstepladser var både vikingehjelm og den håndlavede vikingøkse indenfor rækkevidde.

Germansk gudedrik:

Lørdag aften samledes de stridslystne vikinger i området omkring Jels sø. En del af Herning vikingerne overnattede i egne flytbare vogne, mens de mest magelige lod sig indkvartere i nogle af Jels vikingernes fællesbygninger. Allerede efter dagens dyst i Stensbæk var Lars Klodurson i egen karet draget mod syd efter nye forsyninger af mjød og andet drikkeligt. Det lykkedes ham at fra narre Germanerne betydelige mængder mod en symbolsk betaling. Opkvikket af den gode handel delte Lars om aftenen gavmildt ud af en flaske som indeholdt en klistret sødlig drik. Denne drik fik stemmebåndene på gled. Ikke mindst hos en af de gæve skjoldmøer fra det Midtjyske.

Triumfen i hus:

Søndag var dysten henlagt til en lille klat skov kaldet Revsø. En frodig og tæt skov med brændenælder, brombær og nogle steder pløret bund. Det afskrækkede dog ikke hedens vikinger.

Med samlede sejre til Lucia Aagaard, Ole Andersen, Jesper Lysgaard og Hans J. Vad blev de øvrige deltagere godt

En viking med mjød i bægeret?
Foto. M. Lund



og grundigt distanceret.

Efter et par timer havde alle igen fundet tilbage til marken, hvor deltagerne under løbet havde efterladt deres vogne og øvrige udstyr. Dystens øverste leder Jønne hædrede nu Herning vikingerne. Dels med den håndlavede vikingeøkse for flest første pladser, og dels med vikingehjelmen for flest deltagere i dysten. Snart drog Herning vikingerne nordpå belæsset med præmier og trofæer, og de vender sikkert tilbage til dysten omkring Jels Sø i 2008.

Ole Andersen

Salg af klubbetøj!

Paradedragt: Blå, grøn og hvid m/frotte' for	540,00 kr.
O-bluse m/lange ærmer: Blå, grøn og hvid	200,00 kr.
O-bluse m/korte ærmer og net-ryg: Blå, grøn og hvid	200,00 kr.
O-bluse m/korte ærmer og lynlås, kropsnær model: Blå, grøn og hvid	275,00 kr.
O-bukser: Klar blå	150,00 kr.
Brændnælde o-bukser: Klar blå	160,00 kr.
Tights o-bukser: Klar blå	160,00 kr.

Du kan bestille tøjet hos

Helga Søby

enten pr. mail: olebek@mail.tele.dk

eller pr. tlf.: 97 13 73 90



Klinik-BodyCare

Lægeexamineret fysiurgisk massør

**Ryg, nakke,
ben og
ansigtsbehandlinger**



**Salg af ansigts &
kropsplejeprodukter
og kosttilskud**

Hårfjerning
Ben, bikinilinie, armhule,
overlæbe og hage

**Farvning og retning
af vipper og bryn**

**Tidsbestilling på
Tlf. 97 25 01 04
(åben efter aftale)**

Jette Simmelkjær
Smedegårdsvej 11Tulstrup
7430 Ikast
jette-elith@mail.dk
klinik-bodycare.dk
www.simmelkjaer.dk

Et stræk på 85 minutter!

Efter at have prøvet kræfter med terræner i Schweiz og Italien var turen i år kommet til Slovenien. Vi holdt først en uges storbyferie i Wien. Det var en skøn og varm uge med temperaturer op til 40 grader.

Derefter gik turen til Slovenien, hvor vi blev indlogeret i en dejlig lejlighed hos et meget venligt og imødekommende værtspar. Vi var ude at gå en tur i bjergene, da vi mødte dette skilt:

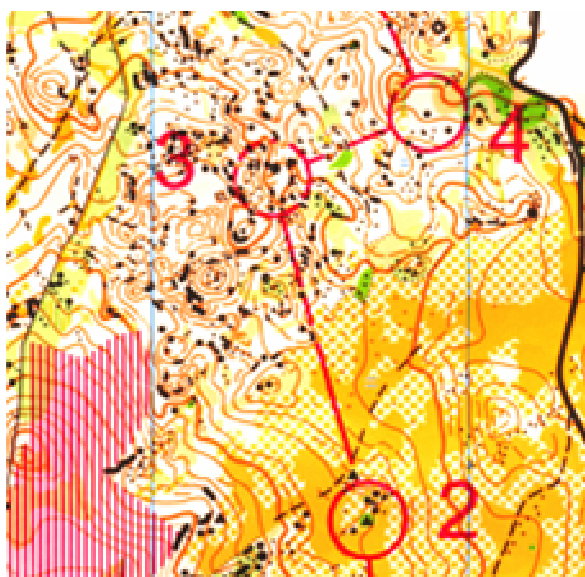
Vi anede ikke, hvad det betød, men valgte at gå en anden vej op på bjerget. Da vi kom tilbage til lejligheden, fik vi af vores værtspar at vide, at der står, at videre færdsel sker på eget ansvar. Det skulle vise sig, at det havde været meget passende, hvis det også havde stået ved start på de enkelte etaper af slovensk 5-dages.



Efter et par dage som turister, var vi om torsdagen klar til at begive os ud til stævnepladsen til de første etaper. Det var i sig selv en hård prøve med 35 km kørsel hvoraf en stor del var bjergkørsel. Da bilen var parkeret ventede 1300 meters gang med en stigning på 250 m.

Da vi udmattede nåede bjergets top, resterede endnu 1630 meter ud til start. Baren i H55 var dog kun 3,7 km, så jeg begav mig glad af sted.

Allerede ved post 1 burde jeg have anet uråd, da jeg var ved at løbe forbi posten. Post 2 ramte jeg lige i røven, da jeg på lang afstand kunne se tætheden, men nu skulle jeg ind i et meget detaljeret område, hvor jeg havde noget svært ved at læse kortet præcist, men så måtte jeg bare holde styr på kompasretningen og have gang i skridttælleren, men det skulle vise sig, at jeg kom til at tælle mange skridt i det område den dag. Jeg kunne ikke få noget til at stemme, prøvede med udgangs-



punkt fra post 4, stod pludselig ved hegnet, men det kom alt for tidligt. To gange besluttede jeg at opgive posten, men det var jo første dag på et etapeløb, så jeg ville lige prøve igen og igen. På et tidspunkt mødte jeg en ung pige, der spurgte: Excuse me, do you know where we are? Jeg var lige ved at dø af grin og sagde: I haven't got the faintest idea. Så spurgte jeg hende, hvilket postnummer hun var ude efter. Det var post 45. Den kunne jeg nemt vise hende vej til, da jeg efterhånden havde afsøgt et stort områ-

de af skoven.

Til sidst lykkedes det mig at tyde højdekurverne nord for posten, så jeg fandt den 85 minutter og 19 sekunder efter, jeg klippede post to. Resten af banen gik det nogenlunde, men ved nogle af posterne løb jeg for langt.

Da jeg kom i mål i tiden 2:46:47, manglede jeg lige at gå 1700 meter tilbage til stævnepladsen. Her havde resten af familien heldigvis fundet ud af at indtage en bedre middag, mens de ventede på farmand. Jeg var så træt, at jeg end ikke gad spise. Gitte sagde: "Synes du ikke, det var svært, at målestoksforholdet var 1:7500?" Jeg sagde: "Åhh for Satan!".

Nu fulgte nedstigningen til bilen, hjemkørsel, forplejning, hvile, og så skulle vi derop igen, for anden etape havde samme stævneplads. Denne dag løb jeg med kasket.



Næste dags aften havde vi Herning-aften, idet de fire familier, der repræsenterede Herning OK mødtes til middag på hotellet, hvor vor tidligere formand og nuværende redaktør på bladet var indlogeret i præsidentsuiten!! Tre retters menu med øl, vin eller vand for ca. 75 kr./næse. Derefter en dejlig kop dansk kaffe i præsidentsuiten. Det var svært at bevare pessimismen.

Tredje etape var kort med mange poster i et stirigt terræn med mange dybe huller og gode muligheder for parallelfel.

På fjerde etape prøvede arrangørerne igen at udmatte os, inden vi overhovedet fik kortet i hånden. Til mændenes start var der 1900 meters gang med 250 m stigning.

Sidste dag regnede det lige fra morgenstunden, så det blev lidt svært at færdes på de stejle skråninger, men det var nemt at erkende, hvor vandløbene var.

Det suverænt flotteste samlede Herning-resultat stod Mathias Søby Andersen for,

idet han vandt sin klasse med hele 17 minutter ned til nummer to.

Orienteringssporten er endnu en lille sport i Slovenien. Der skulle efter sigende kun være ca. 150 løbere i hele landet. Arrangørerne kommer fra 8 forskellige nationer og trækker en meget stor del af stævnet. Den lokale klub bruges som praktiske grise.

Vi oplevede et suverænt godt stævne med gode kort, gode baner og superfin afvikling. Deltagergrænsen blev nået allerede i april, så hvis man skal have denne oplevelse med anbefales det at beslutte sig i god tid. Næste år bliver det i det vestlige område af Slovenien, nær den italienske grænse.

O-hilsen

Gitte & Torben Isen.



Henning Jørgensen Cykler



Tjelevej 48 . Tjørring, 7400 Herning

Tlf. 97 26 72 55 . Fax 97 26 74 74 . CVR-nr. 17 89 84 85 . www.joergensencykler.dk

Bank: Sydbank, reg. 7118 . konto 200529-9

Aktivitetskalender – åbne løb

Dato: Aktivitet:		Seneste tilmelding:
28.08.	A-løb, Stenderup Skovene Kolding OK - JFM-Lang	15.08.07
08.09.	A-løb, Klinteskov Herlufsholm OK - DM-Stafet	20.08.07
09.09.	A-løb, Klinteskov Herlufsholm OK - DM-Lang	22.08.07
16.09.	B-løb, Vindum Skov Viborg OK - KM-dag	04.09.07
30.09.	B-løb, Rold Vælderskov Rold Skov OK - <u>2. Divisionsmatch</u>	18.09.07
07.10.	B-løb, Silkeborg Nordskov Silkeborg OK - <u>Op-/nedrykningsmatch</u>	24.09.07
10.10.	C-løb, Skive Plantage Skive AMOK - Natravnen 1	???.??.
21.10.	A-løb, Husby Plantage Holstebro OK - DM-Ultralang	01.10.07

*Tilmeld dig via O-Service, klubbens hjemmeside eller i god tid til
Bodil Schulz eller Jesper Lysgaard,
og senest 5 dage før datoen, som er anført i O-posten.*
Tilmeldinger efter ovennævnte datoer accepteres ikke.

Trykstuen

Lyntryk & kopiservice

Print on Demand Online-shop



Træningsløb i Herning Orienteringsklub

Dato	Skov	Banelæggere	Startsted	Bemærkning
Tirsdag, 21. au-	Bjørsløv	Frede Rasmussen , Christian og Bent Mørup,	8	
Tirsdag, 28. au-	Linnebjerg	Andreas Skov, Arne Lock, Allan Porsmose	3	IFK
Tirsdag, 04. sept.	Harrild Hede	Kim Hylgaard, Ole Jacobsen, Birgit Jørgensen	14	
Tirsdag, 11. sept.	Hørbylunde Nord	Marit Lund, Kurt Hindkær, Torben og Gitte Isen	19	
Tirsdag, 18. sept.	Birkebak	Inger og Åge Knudsen, Torben Hansen	10	IFK
Tirsdag, 25. sept.	Stråsø	Holstebro OK	24	
Søndag, 30. sept.	Rold Vælder- skov/ Rebild	Rold Skov OK		2. divi- sionsmatch
Søndag, 07. okt.	Silkeborg Nordskov	Silkeborg OK		B-løb Op/ nedrykning i
Lørdag, 13. okt.	Skelhøj	Henning Larsen, Allan Holmbæk, Erik Michaelsen	17	
Lørdag, 20. okt.	Brandlund	Familien Kenn Kristensen, Stine T. Søndergaard	12	

Startsted: se www.herning-orienteringsklub.dk,
Arrangementer, Oversigt startsteder.

Regler for træningsløb.

Man kan ikke med sikkerhed regne med kørsel fra klubhuset, så mangler du kørelejlighed - ring til Gitte Isen på tlf. 97 22 42 23.

Træningsløb i sommerhalvåret:

Starttid: Tirsdag fra kl. 17.45 - 18.30. Poster nedtages fra kl. 20.00

Banetilbud: Begynder 2-2,5 km, let 3-3,5 km, mellemsvær 4,5-5,5 km, svær 5-6 km og 7-9 km

Kort, rettekort og angivelse af løbsområdet samt vejledning i banelægning vil tilgå banelæggerne fra Andreas Skov.

Materielkasse, borde og telt kan afhentes i materielskuret ved klubhuset 2 dage før træningsdagen. Materielkasse, deltagerliste, rettekort, udfyldt optællingsliste, borde og telt afleveres i optalt og rengjort stand senest 2 dage efter. Husk: Ingen kontanter i klubhuset!

Nyt fra ungdomsudvalget

Halløj med jer alle sammen!!!

Jeg håber, I alle har haft en god sommerferie med gode oplevelser. Nu hvor vi går ind i august, og skolerne igen starter, betyder, at vi håber på at se mange af klubbes ungdomsløbere i skoven, så de gode oplevelser også kan fås i skoven.

Har man specielle ønsker omkring træningen, så er man velkommen til at henvende sig til mig, så vil jeg prøve at opfylde jeres ønsker.

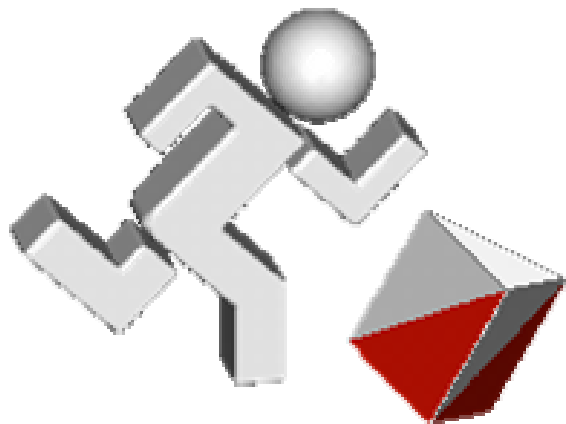
Her i løbet af august og september er der mange mesterskaber, og specielt et håber jeg på, at man vil deltage i. Det er et løb, som klubben selv står for nemlig DM-Mellem. Det er en god mulighed for at komme til et stævne, da man nok har forældre, der skal der ud.

Det vil være en god ide som ungdomsløber at vænne sig til, at gå ind og tjekke hjemmesiden indimellem, for der vil til tider komme informationer om forskellige ting og tidspunkter, som kan være nyttige for lige netop dig.

Jeg håber vi ses i skoven.

Mark Mikkelsen

UU



Træningsudvalget informerer.

Efter en vel overstået O – løbs sommerferie begynder hverdagen igen, - med dertilhørende træningsløb og løbetræning.

Håber at se **DIG** mandage kl. 17.00 - løbetræning fra klubhuset, tirsdage kl. 18.00 – træningsløb i skovene, - og torsdage kl. 18.00 – løbetræning fra klubhuset.

Husk at tilmelde dig til Divisionsmatchen d. 30/9, i Rold Vælderskov, samt op-/nedryknings løbet d. 7/10, i Silkeborg Nordskov.

Tilmeld dig allerede nu, - så du ikke glemmer det, dette er sidste påmindelse inden løbene.

Det er meget vigtigt, at **alle** klubbens løbere er med til disse 2 løb, da man sagtens kan give point til klubben, - selv om man løber en let begynderbane, - og klubben betaler startafgiften!

Hvad siger du til en sæsonafslutning med masser af O – løb og spændende udfordringer, i nogle fantastisk skønne områder omkring Gøteborg, med både fjelde og spejlblanke søer.

Hvis det er noget for dig, - så tøv ikke med at blive tilmeldt Nordkredsens efterårssamling d. 26. – 28.oktober. Prisen for hele herligheden, - med færgebillet, - 2 overnatninger, mad og drikke er kun 625 kr. pr. person.

Se indbydelsen på DOF's hjemmeside under: regionalt – Nordkredsen – træningsudvalg og Sverigestur 2007.

Du tilmelder dig på 9726 7899 eller ssn@mail.tele.dk indtil d. 28/9, - nærmere info, - samme sted.

Det er nu ved tiden at blive tilmeldt årets klubmesterskab i dagorientering. Se indbydelsen på side 15, - og tilmeld dig.

Vintergymnastikken vil igen i år blive under Susanne Kristensens kyndige instruktion, - og som sædvanlig er det om tirsdagen fra d.23/10 til 11/3 2008, - kl. 18.30 til 20.30.

Glæd dig, - og reserver denne ugentlige aften til at få motioneret hele kroppen.

Venlig hilsen/TRU

Søren Søgaard.

Træningsløbs-statistik for 1. halvår af 2007

Der har været afholdt 20 træningsløb, som tæller med i nedenstående statistik.

De mest aktive herrer og damer har været:

Herrer		Damer	
Navn	Antal løb	Navn	Antal løb
Ole Jacobsen	17	Lucia Aagaard	17
Kaj Kaspersen	17	Birgit Jørgensen	17
Ole Andersen	16	Helga Søby	16
Torben Isen	15	Jonna Jørgensen	16
Torben Hansen	15	Marit Lund	16
Frants Nielsen	15	Gitte Isen	15
Henning Bendtsen	14	Bitten Nielsen	15
Kim Gottlieb	14	Stine Søndergaard	13
Jens-Jørgen Lyngaa	14	Bodil Shultz	12
Mark Mikkelsen	14	Vibeke Gottlieb	10
Leif Olsen	14	Inger Knudsen	9
Flemming Sasser	14	Susanne Kristensen	9
Andreas Skov	14		
Alex Kristensen	13		
Søren Søgård	13		
Karsten Kristiansen	13		

Statistik-ordfører
Tove Jessen

Indbydelse til klubmesterskaber i dagorientering 2007.

Vi skal i år løbe klubmesterskab dag, ved B - løbet i Vindum skov, søndag den 16. september.

Du kan tilmelde dig i følgende klasser:

Klasse	Sværhedsgrad	Bane
H21, H-20, H35	svær	1
H40, H45, H50, H-16	svær	2 A
D21, D-20, D35	svær	2 B
H55, H60	svær	3 A
D40, D45, D-16	svær	3 B
H65-	svær	4 A
D50-	svær	4 B
H-14A, H-16B, H-20B, H21-B, H35-B	mellemsvær	5
D-14, D-16B, D-20B, D21-B, D35-B	mellemsvær	6
H-12, H-14B, H-20C, H21-C	let	7 A
D-12, D-14B, D-20C, D21-C	let	7 B
H-10, D-10, H-12B, D-12B, BEGYNDERE	begynder	8

Vi vil gerne have **mange** løbere i alle klasser, så tøv ikke – tag kampen op og tilmeld dig **nu**.

Tilmelding på O – Service eller evt. til Jesper og Bodil på tlf. 97224539 eller tilmelder@herning-orienteringsklub.dk.

Ved mindre end 2 tilmeldte i en klasse vil UU / TRU forsøge at sammenlægge klasser. Listen med dine konkurrenter kan du se før start på stævnepladsen.

Sidste tilmelding senest d. 5/9, - af hensyn til evt. sammenlægning af klasser.

Yderligere oplysninger om stævnet kan du se på www.viborgok.dk.

Første start er kl. 10.00, - fri start på bane 8, mellem 10.00 og 12.00.

Vi ses derude

Ungdomsudvalget og Træningsudvalget.

Medlemskartoeket juli 2007.

Antal medlemmer: 148.

Vi siger velkommen til:

Christian Blirup, Højris Allé 70c, 7430 Ikast.

Per Wangsøe, Knudmoseparken 176, 7400 Herning.

Lene Schmidt, Troldhedevej 24, Troldhede, 6933 Kibæk.

Marie Lykkegaard, Godthåbsvej 64, 7400 Herning.

Elin Lyngsø, Skovbakken 12, 7400 Herning.

Poul Erik Lyngsø, Skovbakken 12, 7400 Herning.

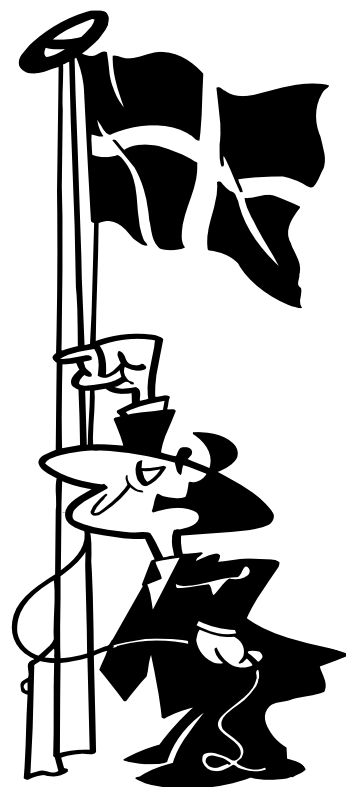
Esben Sarenbæk, Jernbanegade 4 A, 1. 3, 7400 Herning.

Medlemmer, der har skiftet adresse til:

Jørn Juhl Bertelsen, Lupinens Kvarter 6, 7400 Herning

Vi siger tillykke til:

Kristian Vad	15. august
Cecilie Skov Johansen	16. august.
Christian Blirup	19. august.
Egon Mathiasen	20. august.
Rita Mørup	21. august.
Henning Bendtsen	21. august.
Mildred Hansen	22. august.
Marie Lykkegaard	26. august.
Anne Grethe Dalsgård	30. august.
Jens Ole Krogh	2. september.
Bjørn Hansen	8. september.
Rune Hjort Nielsen	11. september.
Arne Lock	13. september.
Kristian K. Pedersen	15. september.
Jesper Knudsen	25. september.
Morten Ibsen	26. september.
Lotte G Jensen	26. september.
Birthe Hedevang	30. september.
Lars Klode	6. oktober.
John Krarup Nielsen	9. oktober.
Gitte Isen	10. oktober.
Torben Hansen	12. oktober.
Karsten Kristiansen	13. oktober.
Annesofie Mørup	13. oktober.
Inga Andersen	14. oktober.
Georg Kristensen	14. oktober.
Mette Lysgaard Schulz	14. oktober.



Klubbens udvalg

- Arrangementsudvalg:** *Anni Jensen* , Jonna Jørgensen, Bitten Nielsen, Mie Madsen og Sara Jørgensen .
- Kommunikationsudvalg:** *Ole Andersen*, Jens-Jørgen Lyngaa , Karsten Kristiansen, Jesper Lysgaard
- Klubhusudvalg:** *Erik Michaelsen*, Mogens Andersen, Aage Knudsen, Arne Lock Kristian K. Pedersen, Rudolf Thalund og Jens Vestergaard.
- Kortudvalg:** *Frede Rasmussen*, Lucia Aagaard, Asger Kristensen, Egon Mathiasen, og Flemming Sasser.
- Træningsudvalg:** *Søren Søgaard Nielsen*, Andreas Skov og Leif Olsen.
- Ungdomsudvalget:** *Bent Mørup*, Kenn & Susanne Kristensen, Jesper Lysgaard, Erna Mathiasen, Vibeke og Kim Gottlieb, Bodil Lodahl og Ole Andersen .



Generel information

Deadline for KompasPosten 2007

Nr. 6 har deadline den 3. oktober og udkommer ca. 10. oktober

Nr. 7 har deadline den 20. november og udkommer ca. 1. december

Indlæg bedes sendt til: **Jens-Jørgen Lyngaa**
 Tranevej 41, 7480 Vildbjerg
 lyngaa@post10.tele.dk

Signede indlæg udtrykker indsenderens mening, men tegner ikke givetvis klubbens mening.

Information

Referater af bestyrelses- og udvalgsmøder mm, kan ses på hjemmesiden www.herning-orienteringsklub.dk.

Kontingent - årligt

Ungdom.....	330,00 kr.....	Senior	520,00 kr.	Passive	290,00 kr.
Par.....	900,00 kr.....	Familie	1.100,00 kr.	En voksen + ungdom	720,00 kr.

Ungdomsløbere

Herning Orienteringsklub betaler delvis startafgiften for klubbens ungdomsløbere ved åbne løb. Hvis løberen alligevel ikke stiller til start, skal løberen selv betale afgiften.

Herning Orienteringsklubs træningsløb er gratis for ungdomsløberne.

Løbetræning

Mandag	kl. 16.45	fra klubhuset
Tirsdag	kl. 17.45	i skoven - orienteringsløb (indtil 30/9)
Tirsdag	kl. 18:00	gymnastik (fra 24/10 til ca. 1/3)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset - trænerstyret
Lørdag	kl. 12.30	i skoven - orienteringsløb (fra 1/10)





Klar til 4. dags turen
Foto: Søby

Aftensmad i Sloveni-
en, med ½-litters øl
Foto: Isen



De vindende Herning vikinger
Foto: M. Lund



Vikinger der nyder det danske sommer-
vejr
Foto: M. Lund