

KompasPosten

December 2007 - Nr. 7



Lucia igen, igen, og så de andre

Atter fik Lucia en DM guld og en DM sølv medalje, ved hhv
DM i Mountainbike orientering og DM Ultralang
Inger Knudsen vandt DM-bronze ved Ultralang
Ole Andersen vandt DM guld ved MTB-DM

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 Vibbjerg
 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: DM-medaljetagere - Ole Andersen,
 Lucia Aagaard og Inger Knudsen

Foto:

Formandens

I sidste Formandens opfordrede jeg til at møde op til fællesmødet, og en del var da også mødt op i klubhuset denne aften. Jeg oplevede en god dialog klubbens medlemmer i mellem og vi fik i bestyrelsen også nogle ting at tænke på og tage op. Søren fremlagde på dette møde et oplæg til et nyt klubmesterskab, og han fik også flere idéer med derfra. Hvordan formen helt præcis bliver, har træningsudvalget ikke helt styr på endnu, men en model som blev fremlagt ved sidste års fællesmøde, en model som de bruger i Silkeborg eller modellen fra iskonkurrencen i Sverige i sommer kunne komme på tale. Vi håber, at man ved at ændre formen på klubmesterskabet kan få flere til at møde op til løbet, og at alle har "lige" chance for at vinde. Nu kan vi bare vente spændt på, hvad træningsudvalget finder på. At alle ikke mener, formen på klubmesterskabet skal ændres, er vi godt klar over, men vi er i bestyrelsen enige om, at noget nyt skal prøves.

Påskeløbet i 2009 orienterede Jens-Jørgen Lyngaa om. Han er allerede i fuld gang med mange overvejelser, og det er nu, han skal til at samle holdet af funktionsledere om sig. Allerede på fællesmødet kom der da også et par tilkendegivelser om at ville påtage sig en af de mange opgaver, der allerede nu skal til at tænkes igennem.

Årets kalender blev fremlagt, og der kom forslag til yderligere aktiviteter og ændringer til kalenderen. Et af de forslag, der kom frem, var bl.a., at der skulle arrangeres en klubbetur med en evt. klubfest om aftenen. En spændende idé, men det kræver nok, at der er en gruppe, som melder sig til at stå for det. Dette skal hermed være en opfordring.

Rekruttering og ungdomsarbejde var også oppe at vende, og her var (næsten) alle enige om, at det var noget der skulle arbejdes med, men hvordan? Dette er det store og tilbagevendende spørgsmål! Det, andet store spørgsmål er hvem, der vil arbejde med dette i klubben – er det noget for dig?

Hjemmeside og klubblad kan også altid debatteres. Der arbejdes på, at lave en klubaften/dag hvor der vil blive undervisning i hjemmeside og o-service. Se andet sted i dette klubblad og hold øje med hjemmesiden.

I dette klubblad er der indkaldelse til generalforsamling, og så er det ved at være tid til, at alle klubbens medlemmer skal til at overveje om, de ikke

Handelsbanken

skulle have en plads i bestyrelsen. Formanden, sekretæren, træningsudvalgsformanden, klubhusformanden og ungdomsudvalgsformanden er alle på valg. De to sidst nævnte stiller ikke op til genvalg.

For to år siden var det svært at finde en formand for klubben og først ved den ekstraordinære generalforsamling blev jeg (uden modkandidater) valgt som formand. Det har været to år på godt og ondt. Det skal ikke være en hemmelighed, at jeg selvfølgelig har overvejet meget, om jeg skulle genopstille, for ind i mellem har det ikke været lige sjovt. Det havde jeg heller ikke forventet, det skulle være, men derfor er det altid rarest, når folk er tilfredse med det, der laves. Det sværeste for mig er, når folk beklager sig – ikke fordi de beklager sig – men fordi det ind i mellem ikke foregår på en konstruktiv måde. Der skal derfor her lyde en opfordring til alle om, lige at tænke sig om, inden de sure miner bliver luftet. Som udgangspunkt laver jeg aldrig noget for at genere andre, og mit mål er, at alle skal have det godt i klubben – og det har de fleste vist også ik’?

Da dette er det sidste klubblad i år vil jeg gerne benytte lejligheden til at ønske alle god jul og godt nytår. Tak mange gode stunder i 2007.

O-hilsen

Bodil

Vintergymnastik

Foregår i drengenes gymnastiksal på Brændgårdskolen - indkørsel ved amtscentralen.

Vi starter kl. **18.30 - 20.00** herefter vil der være hockey, for dem, der ikke har fået nok.

Gymnastikken er for alle - store og små - mænd og kvinder - så mød bare op. Har du en bekendt, der ikke løber orienteringsløb, men som gerne vil være med, så er prisen 100 kr.

Gymnastikken kan anbefales, da du får rørt alle de muskler, som du har, ja selv nogle du ikke troede du havde. Har du problemer med ryggen, knæene eller fødderne, så er det godt at få musklerne omkring leddene styrket.

Vi laver alt muligt, det er kun fantasien, der sætter grænser, og har du nogle specielle ønsker, så må du endelig sige til.

Jeg håber, at vi ses.
Susanne Kristensen

GENERALFORSAMLING

Der indkaldes til ordinær generalforsamling i

Herning Orienteringsklub

Mandag den 04. februar 2008 kl. 19.00

i klubhuset i Sdr. Anlæg i Herning

Dagsorden - i henhold til vedtægterne

Valg af dirigent

Godkendelse af bestyrelsens beretning

Godkendelse af det reviderede regnskab

Behandling af indkomne forslag

Valg af bestyrelsesmedlemmer

I lige år vælges:

- formand

- sekretær

- formand for trænings- instruktionsudvalget

- formand for ungdomsudvalget

- formand for klubhusudvalget

Valg af revisor

Valg af revisorsuppleant

Eventuelt

Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være bestyrelsen i hænde senest 1 uge før generalforsamlingens afholdelse.

Under generalforsamlingen uddeles følgende hæderspriser:

Årets medlem i Herning Orienteringsklub

Træningsflidspræmier

Klubmesterskabspokaler

Bestyrelsen

NORDJYSK 2-DAGES 2008

15.-16. marts

Vester Torup og Bulbjerg

Der er reserveret 10 værelser på

DANHOSTEL Fjerritslev Vandrerhjem



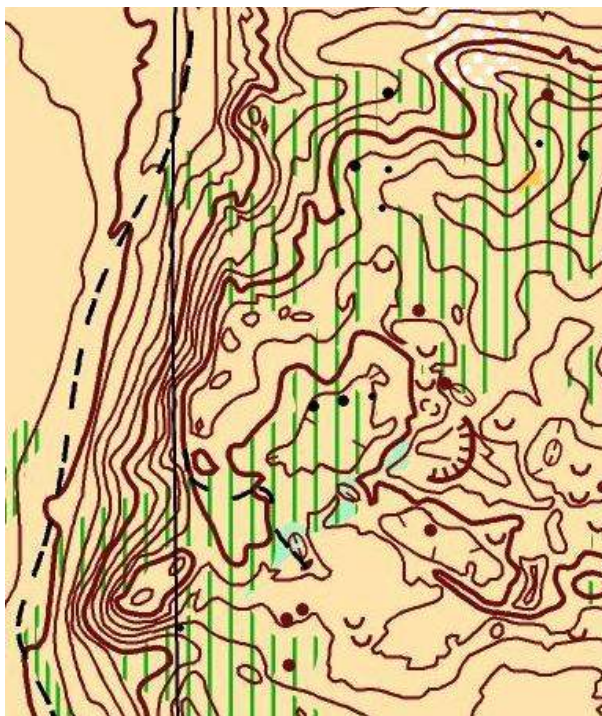
Prisen bliver ca. 240 kr. pr person for en overnatning i 4 sengs rum + aftensmad + morgenmad !

Ankomst lørdag den 8. marts fra kl. 15 til søndag morgen.

Medbring sengelinned m.m.

Tilmelding senest den **15. januar** på O-service eller pr mail til mig.

Anni Jensen



Nordjysk 2-Dages 2008



Vester Torup og Bulbjerg

Årets medlem i Herning Orienteringsklub 2007

Traditionen tro hædrer vi hvert år et medlem af vores klub ved at udnævne vedkommende til årets medlem.

Hædersbevisningen kan tildeles såvel enkeltpersoner som hold eller familier.

Den kan ikke tildeles nuværende medlemmer af forretningsudvalget.

Alle i klubben kan indstille et klubmedlem til at blive årets medlem. Indstilling og begrundelse sendes til klubbens formand Bodil Schulz

Bodil.Schulz@skolekom.dk senest den 31.12.2007.

I januarnummeret af klubbladet bliver alle indstillinger og begrundelser offentliggjort.

Begrundelserne for tildeling af denne hædersbevisning kan være mange, og arbejdet behøver ikke nødvendigvis at være synlig, ligesom det heller ikke alene behøver at være udført i år.

Der kan også være tale om et medlem, der har opnået overraskende gode resultater. Der kan være tale om at hædre en god kammerat, der altid giver en hånd med.

Som sagt emnerne er utallige.

Pokalen til årets medlem uddeles på klubbens generalforsamling den 4. februar 2008.

Jeg ser frem til at modtage rigtig mange indstillinger.

Bodil Schulz

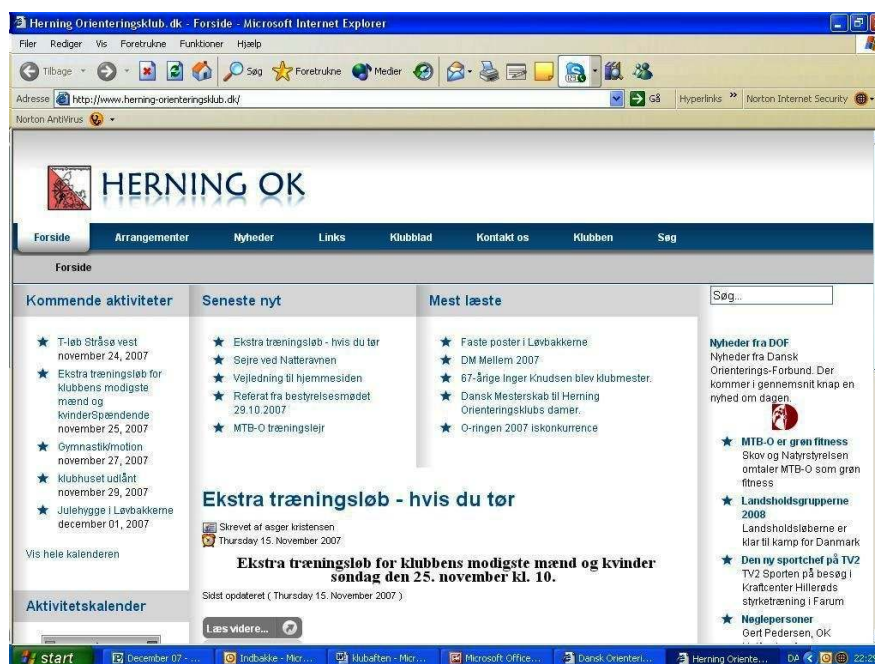
Pokalmodtagere tidligere år:

1989 Asger Kristensen
1990 Poul Buck
1991 Rudolf Thalund
1992 Hans Jørgen Vad
1993 Jenny Kristensen
1994 Pind
1995 Mogens Andersen
1996 Andreas Skov
1997 Bent Nygård
1998 Lucia Aagaard

1999 Leif Rønn Olsen
2000 Lars Rasmussen
2001 Lars Klode
2002 Erik Thomsen
2003 Bodil Schulz, Jesper Lysgaard
2004 Leif Rønn Olsen, Kenn Kristensen
og Lars Klode
2005 Susanne Kristensen
2006 Jens-Jørgen Lyngaa

Kommende arrangementer engang i februar 2008

- Klubaften om internettets muligheder.
- Der vil blive undervist i O-service + klubbens hjemmeside m.m.
- Klubbens superbrugere vil være tilstede.
- Dato og sted vil blive oplyst i næste klubblad



Henning Jørgensen Cykler



Tjelevej 48 . Tjorring, 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

Den 9.– 11. april afholder vi sammen med Holstebro OK , Påskeløbet 2009.

Det der vides pt. er, at første etape skal løbes i Stråsø øst eller Hoverdal vest og at de to sidste etaper skal løbes i Husby.



De funktioner Herning skal besætte er:

- Banelægger dag 1 (Mellemdistance)
- Banelægger dag 3 (60-70% langdistance, som vi plejer) (er besat)
- Speakning
- Mål/Beregning
- Kiosk (Holstebro kommer med hjælpere)
- Hjemmeside (er besat)
- Stævneplads dag 1,
- Børnebaner
- Sponsor/PR
- Stævnekasserer (er besat)

Er der noget af ovenstående du gerne vil stå for, hører jeg meget gerne fra dig/ jer. Husk det er hele klubbens arrangement.

Vi vil satse på at lave ungdomselitebaner, da Ålborg afholder JWOC i 2009 i næste samme terræntype.

Folder mm skal helst være klar senest til påsken 2008, så her skal vi snart i gang.

Har I gode ideer til stævnet, vil jeg også meget gerne høre det.

Jens-Jørgen Lyngaa (1/2-stævne leder)

mail: Lyngaa@post10.tele.dk

Tlf. 97133456

e k s p r e s T R Y K K Æ R I Æ T Platanvej 10-12 • 7400 Herning • Telefon 97 22 02 00									
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Hvem vil med til



i Sälen?

Sammen med 17 andre fra klubben havde vi meget glæde af at være med til O-ringen sommeren 2007. Vi vil derfor gerne af sted igen i uge 30, 2008, hvor det foregår i skisportsområdet Sälen og hvor arrangørerne har lovet senge til alle. Midt i september var der dog allerede over 22.000 der havde bestilt overnatning, så vi vil have bestilt bolig snart.

Vi vil gerne bo sammen med andre fra Herning OK, og vil gerne påtage os at bestille et antal overnatningspladser, hvis alle, der er interesserede i at komme med, ringer eller mailer til os på tlf. 97 21 46 63 eller på mail: kurtogmarit@hotmail.com, senest tirsdag d. 11. december.

O-løbs-banerne kan I selv bestille senere. Se mere på www.oringen.se.

O-hilsen fra Kurt og Marit



O-Ringen Dalarna 2008

Datum	Arena	O-Ringen	World Cup
Sön 20	Lindvallen	Invgning och Milkostafett	
Mån 21	Berga By	Etapp 1 Långdistans	
Tis 22	Berga By	Etapp 2 Medeldistans	Sprint
Ons 23	Hundfället	Etapp 3 Långdistans	Långdistans
Tors 24	Hundfället	Etapp 4 Förlängd medeldistans	Medeldistans
Fre 25	Lindvallen	Etapp 5 Långdistans	

Lidt om fremtiden for Herning Orienteringsklub

For nylig afholdte Herning OK et åbent fællesmøde:

Der kom mange forskellige synspunkter frem, men mange er enige om

- at klubben for at udvikle sig har behov for tilgang af nye medlemmer
- at klubben skal afvikle kvalitetsstævner
- at klubben fortsat skal have udviklende træningsmuligheder for seniorer, tilpasset den til enhver tid værende terminsliste
- at klubben skal have en teknisk træner for de voksne løbere
- at klubben skal have gode kort
- at vi skal have adgang til mange skove
- at klubben skal afholde spændende medlemsarrangementer og klubture
- at der helst skal være mange medlemmer, der deltager i klubmesterskaberne og klubben skal være bedre til at markedsføre mesterskaberne
- at klubben skal have en velfungerende ungdomsafdeling med spændende og udviklende tilbud til ungdomsløbere på andre tidspunkter end tilbud til seniorer
- at voksne løbere får mulighed for at deltage i kurser, så de derigennem kan udvikle deres orienteringsteknik
- at der ikke sker fejl i forbindelse med de ugentlige træningsløb
- at klubben har en informativ og velfungerende hjemmeside
- at klubben har et godt og informativt klubblad
- at klubben har en solid økonomi
- at klubben skal have velfungerende udvalg med udskiftning af medlemmer, der sikrer, at man som nyt medlem kan snuse til de forskellige områder med henblik på senere at tage et større ansvar

Spørgsmålet er bare

Hvad gør du nu ??

Kim Gottlieb



Aktivitetskalender – åbne løb

Dato: Aktivitet:	Seneste tilmelding:
08-09.03. C-løb, Bulbjerg og Vester Thorup Aalborg Ok - Nordjysk 2-dages	???.??.08
20-22.03. C-løb, Fanø OK Esbjerg - Påskeløb	???.??.08
28-30.03. C-løb, Gadevang m. fl. FIF Hillerød, OK ØST, OK Roskilde - Spring Cup	???.??.08
Løb i Nordkredsen er desværre ikke lagt på nettet endnu, så listen er lidt kort denne gang.	

*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.*

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

Træningsløb i Herning Orienteringsklub

Dato	Skov	Banelæggere	Startsted/ Afmærkning	Bemærkning
Lørdag 1. dec.	Løvbakkerne	Karsten Kristiansen, Ole Jacobsen, Birgit Jørgensen, Anne Sofie Vemme-	Start 2. Naturskolen	
Lørdag, 8. dec.	Haunstrup	Jens Ole Krogh, Jonna Jørgensen, Henning Bendtsen	Start 6 Hovedvej 15 v for Albæk.	
Lørdag, 15. dec.	Harreskov	Familien Gottlieb, Jesper og Svend Erik Hedevang	Start 9 Vardevej / Hjortsballehøjevej	
Lørdag, 29. dec.	Knudmosen	Flemming Sasser, Leif B Nielsen	Start 1 Klubhuset.	Fidusløb/ Jule-delle- løb
Lørdag, 05. jan	Brejning Krat	?????	Start 22 Videbæk/ Spjaldvejen.	

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

Trykstuen

Lyntryk & kopiservice

Print on Demand Online-shop



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 vinterhalvåret:

Starttid: Lørdag fra kl. 12.30.-13.30 Poster nedtages fra kl. 15.00

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!

Træningsudvalget informerer.

Bemærk at Juledelle-løbet i Knudmosen, - som plejer at være 2. juledag, er flyttet til **lørdag d. 29./12**, kl. 12.30, - for at se om dette giver flere deltagere.

Nu da 2007 er ved at være gået, er vi ved at planlægge træningsløbene til 2008. Vi regner med at starte det nye år med træningsløb i Brejning Krat, lørdag d. 5./1. Men hold øje med hjemmesiden, - der kan komme ændringer, da vi endnu ikke har fået skovtilladelsen.

Træningsudvalget ønsker alle en rigtig

GLÆDELIG JUL og GODT NYTÅR.

Venlig hilsen/TRU
Søren Søgaard.

Påskeløb Fanø 2008

Orienteringsklubben Esbjerg har fornøjelsen at indbyde til Påskeløb 2008, d. 20.-22. marts på Fanø.

Alle tre etaper bliver afviklet på Fanø. Der bliver organiseret fælles bustransport på Fanø (fra færgehavnen i Nordby til stævnepladsen).

Der vil blive mulighed for fortræning.

Vi ser frem til, at se dig til nogle spændende løb i påsken 2008.

Overnatning:

Oplev den smukke natur og 3 gode orienteringsløb på Fanø med udgangspunkt fra Hotel Fanø Badeland !

Vi skal bo i ferielejligheder med plads til 6 personer.

Der er reserveret 8 lejligheder a 1875 kr. så det bliver ca. 300 kr. pr person.

I lejlighederne er der køkkenfaciliteter.

Desværre ikke noget fællesrum.

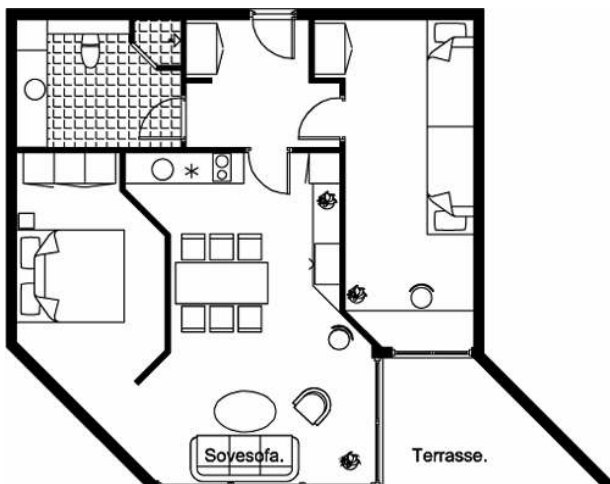
Sengelinned skal medbringes.

Der er fri adgang til badeland, sauna og spa.

Vi kan få adgang til lejligheden fra torsdag den 20. marts kl. 15 og indtil lørdag kl. 10.

Tilmelding gerne samtidig med tilmeldingen til Nordjysk 2-dages, og senest **mandag 28. januar!**

Anni Jensen



Oplevelser fra Coast Zone Challenge

I forrige klubblad skrev Kaj Kaspersen et indlæg fra Firma multisport konkurrencen på Fyn. Jeg vil gerne følge op med denne beretning fra et lignende løb i Århus. Kenn's cykeltransport kom forbi Lind og Fasterholt for at samle deltagere og udstyr op. Da vi læssede min cykel på bilen opdagede Kenn en bule på siden af bagdækket af cyklen – ikke det bedste udgangspunkt, når man ingen reservedæk har! Det skulle dog blive værre i Fasterholt. Leif O. havde investeret i nye tandhjul, kæde og dæk (respekt for det – må da føles godt, når man SELV bestemmer gearskift J). Leif må have ubegrænset tillid til sin cykelhandler, - ikke engang en lille prøvetur var det blevet til.

Nå, af sted mod Århus gik det efter Leifs anvisninger - vi var kun 3 km. fra Horsens undervejs – men vi nåede det nemt. Vi fik os anmeldt på stævnepladsen, som var på Rådhuspladsen.

Efter en fælles instruktion kl. 11.30, prikede vi aktiviteterne ind på et udleveret bykort og prioriterede en rækkefølge, vi ville følge. Kl. 12.00 gik starten – vi spurtede på cykel ud til en jernbanebro, hvor vi skulle rapelle ned på baneterrænet (nej, der kom ingen tog). Vi var nu ude for den første lille uheldsmæssighed, da der i det samme kom flere hold på elitedistancen forbi, og de havde altså førsteprioritet. Vi fik derfor god tid til at overvære hvordan man hælder 3 mand + cykler og udstyr ud over kanten. Det blev dog også vores tur og det gik i fin stil (man har vel trænet).



Vi skulle nu tilbage til stævnecentret (SC) for at få næste opgave. Vi valgte O-løb, så vi kunne få varmen. Op på cyklen og de 4 km ud til Marselisborg. Vi kunne dog ikke finde nogen aktivitet, hvor Kenn havde prikket ind. Vi var nu 2, der mistænkte ham for fejlindprikning. Efter lidt cyklen rundt, fandt vi dog andre hold ved Atleticon, så vi kastede cyklen og meldte os klar. Postdamen undrede sig dog over vores holdnummer 5. Det viste sig, at hun netop havde sendt *elitehold* 5 på en halsbrækkende øvelse i et mega højt tårn. Var vi kommet først, var det nok os! En arrangør fik nu opklaret, at vi skulle have haft O-kort med fra SC - vi erfarede senere at vi ikke var de eneste, der oplevede det

lille kiks.

For at undgå mere transport, fik vi en tur i speedbåd – det lå ganske tæt ved. Vi skulle udstikke nogle kurser, svare på spørgsmål og lave forskellige knob. Ikke nogen let opgave for 3 landkrabber.

Retur til SC efter en ny opgave – MTB-O i Risskov. Det gik fint derud, men forfatteren her må have glemt temposkift i orienteringen – turen i skoven gik i hvert fald ikke helt glat igennem. Posterne blev dog fundet og så retur til SC.

Turene til og fra SC var nok noget af det farligste, vi var ude for. Et øjeblik uopmærksomhed kunne nemt resultere i en bildør eller Nettopose på styret og en holdkammerat i nakken.

Vi skulle nu til bueskydning – igen nede ved vandet. 5 prøveskud og derefter 3 gældende. Vi måtte vælge mellem skive eller forskellig størrelse dyr. Jeg var uheldig at ramme plet i skiven ved 1. prøveskud (kun 2 havde ramt plet hele dagen). Derefter ramte jeg kun kanten af skiven med et skud – surt. Resten af skuddene fra hold 5 nævner vi ikke.



Igen retur til en ny opgave – Fitness banen. Vi blev parkeret på spinningcykel, romaskine og et tredje torturinstrument, og skulle så køre en distance på tid. Temperaturen steg her til vilde højder – vi havde jo alt udendørs tøjet på. Vi gennemførte på dagens 2. bedste tid.

Vi kunne nu lige nå én aktivitet mere.

Kenn og Leif mente, at jeg bare kunne vælge. Deres blikke så nu lidt flakkende ud, da jeg valgte ildslugning. Det foregik på Århus hovedbanegård, og der var ganske mange interesserede tilskuere. Vi fik en kort instruktion i ”slugning af pind”, hvorefter den - efter holdets mening - aldeles yndige instruktør satte ild på pinden og rakte den til Kenn. Om det var eftervirkning fra fitness ved jeg ikke, men pludselig sprang sveden kraftigt på panden igen. Efter en ekstra dyb indånding blev ilden dog spist. Det gør ikke (meget) ondt, men smager grimt af petroleum.

Vi trillede nu tilbage til SC. Klokken var 15.30 og tiden var udløbet. Vi fik vore cykler på taget og skiftet tøj. I SC var der resultater (vi blev omkring nr. 15 af 50

hold) (ved nr. 20 i resultatlisten står der Herning OK, men det er vel også ca. nr. 15. :o), red.), frugt, juice, kaffe og en snak med nogle af de andre hold. Pølsemanden på torvet havde en rigtig god omsætning denne dag, - der skal noget i "sækken" efter sådan en oplevelse.

Hjemturen klarede vi fint (uden anvisninger fra Leif).

Du kan se mere om dette løb på www.aacc.dk . Andre løb af denne karakter kan du finde på www.ardk.dk .

Er du ellers blevet nysgerrig må du meget gerne spørge hold 5, som er: Leif Olsen, Kenn Kristensen og forfatteren Andreas Skov.



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

Jeg føler mig helt til grin

Et af punkterne på det netop afviklede fællesmøde drejede sig om afvikling af fremtidens klubmesterskaber.

Formanden for træningsudvalget fremkom med et oplæg, der bygger på et enkelt mesterskabsløb, hvor deltagerne starter efter et handicap udregnet på grundlag af en række (træningsløb)løb forinden. Første mand i mål er klubmester.

Efter oplægget fremkom der mange indlæg for og imod den angivne løbsafvikling. Dog fornemmede jeg helt klart en tendens til fra bestyrelsens side at få mødedeltagerne til at gå ind for den skitserede model.

Årsagen til dette fandt jeg, da jeg efter mødet tjekkede ind på klubbens hjemmeside, hvor referatet fra bestyrelsesmødet den 29.10. netop var lagt på.

Under punkt 3 kunne jeg bl.a. læse:

”Vi vedtog at klubmesterskabet dag i 2008 afvikles med handicapsystem”....

Det vil sige at bestyrelsen allerede 14 dage før fællesmødet havde vedtaget, hvordan klubmesterskabet skulle være. Da følte jeg mig virkelig helt til grin. Tænk sig at have den frækhed, at bruge folks tid på et punkt, som bestyrelsen allerede havde vedtaget.

Jeg accepterer fuldt ud, at en valgt bestyrelse benytter sit mandat til at træffe afgørelser, også uden at medlemsskaren altid skal høres. Men det er uacceptabelt, at man holder en beslutning hemmelig og derpå lader folk bruge tid på en formålsløs diskussion om noget, det er besluttet.

Fremgangsmåden kunne have været, at bestyrelsen på sidste bestyrelsesmøde havde besluttet at komme med et indlæg på fællesmødet, hvorefter man ville træffe en beslutning.

Indlægget kunne f.eks. have indeholdt forskellige modeller, hvor fordele og ulemper blev sat op mod hinanden. Man kunne også have taget en snak omkring, hvor mange forskellige slags klubmesterskaber, der fremover skal holdes. Dagsmesterskaberne kan f.eks. dels op i ultralang, lang, mellem, sprint, sådan som mange andre klubber gør.

Man kunne også have taget en diskussion om, hvor langt væk mesterskabsløbene bør ligge i forhold til Herning.

Heldigvis havde arrangementsudvalget sørget for masser af lune deller med tilhørende rødkål, så helt tosset var mødet nu heller ikke.

Asger Kristensen

Medlemskartoecket november 2007.

Antal medlemmer: 158.

Vi siger farvel til:

Sara Jørgensen, Algade 9, 2. tv 6950 Ringkøbing.

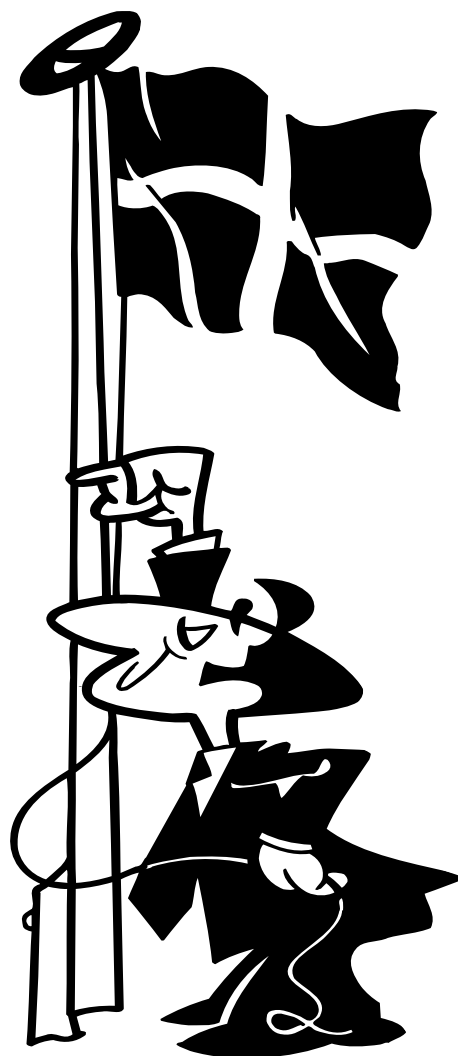
Medlemmer, der har ændret adresse til:

Esben Sarenbæk, Højris Alle 70C, 7430 Ikast.

Peter Krabbe Larsen, Korntofte 34, 7100 Vejle.

Vi siger tillykke til:

Allan Preetzmann	2. december.
Kim B. Schmidt	3. december.
Søren Lysgaard Schulz	8. december.
Christian Rønn Olesen	9. december.
Flemming Sasser	10. december.
Ole B. Andersen	13. december.
Karina Fromm Pedersen	14. december.
Jenny Kristensen	15. december.
Knud Erik Klode	15. december.
Svend Rasmussen	17. december.
Martin Iversen	18. december.
Erik Dag Nielsen	19. december.
Rudolf Thalund	20. december.
Bent Hansen	24. december.
Jeppe Møller Gottlieb	28. december.
Ann Vibeke Mose	1. januar.
Poul Erik Lyngsø	2. januar.
Hans Jørgen Vad	5. januar.
Astrid Hjort Nielsen	6. januar.
Lasse Fenger Vad	10. januar.
Frede Rasmussen	12. januar.
Berit V. Melgaard	13. januar.
Kjeld Bækgaard	22. januar.
Allan Porsmose	23. januar.
Anne Sofie Vemmelund	30. januar.



God jul og godt nytår



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 2008

Nr. 1 har deadline den 2. januar og udkommer ca. 12. januar
 Nr. 2 har deadline den 16. februar og udkommer ca. 1. marts
 Nr. 3 har deadline den 29. marts og udkommer ca. 12. april
 Nr. 4 har deadline den 7. juni og udkommer ca. 21. juni
 Nr. 5 har deadline den 3. august og udkommer ca. 15. august
 Nr. 6 har deadline den 27. september og udkommer ca. 11. oktober
 Nr. 7 har deadline den 15. november og udkommer ca. 30. november

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

Signerede 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 DM-Ultralang
Flemming Sasser og Asger
Kristensen klar til start.
Foto: H. Truelsen



Marit Lund under
MTB-løb
Foto: K. Hindkjær



Hvem er det?
Send svaret til redaktøren
Foto: JJ Lyngaa