

KompasPosten

April 2008 - Nr. 3



MTBO træningsløb i Nørlund den 1. marts. Iflg. deltagerne et kanon godt og hårdt løb, selv om der jo bare er helt fladt derude. Vejret var også rigtig grumt, med storm og regn. Kenn påstår, at han blev blæst i grøften 5 gange ved postindsamlingen. Han må vist til at tage et par kilo på.

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

Henning Bendtsen
 Svanevej 31, 7400 Herning
 97 22 47 19 hb@jydepos.dk

Kortudvalg

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

Ungdomsudvalg

Ubesat

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

Præ-O

Carsten Kuhlmann
 Bøgens Kvarter 31, 7400 Herning
 30 28 45 41 kuhlmann@mail.tele.dk

Forside:

Fra MTBO træningsløbet i Nørlund

Foto: A. Skov

Formandens

Løbssæsonen er startet med Nordjysk 2-dages og Påskeløb, og her deltog mange af klubbens medlemmer nogle med bedre resultater end andre. Vi havde nogle gode oplevelser sammen både i det nordjyske og på Fanø. Det er dejligt med disse klubture, hvor vi er sammen også efter dagens løb. Næste år er der nok ikke mange af klubbens medlemmer, der får mulighed for at løbe til Påskeløb, da det jo er Herning og Holstebro, der står som arrangører, og her bliver der brug for alle klubbens medlemmer til at hjælpe til.

I forbindelse med Påskeløbet i år havde Mette og jeg lavet en lille konkurrence – vi var selvfølgelig meget spændte på, hvordan der ville blive taget imod denne konkurrence. Tak for den store opbakning. Torsdag blev den bedste historie præmieret med et påskeæg. Mange havde gode historier at fortælle, og flere havde fortjent at vinde, men dommerpanelet var enige om, at Jens Jørgen Jensen skulle vinde. Jens Jørgen fortalte om genvordighederne ved færgeoverfarten, hvor der var problemer med hans Bro-biss.

Torsdag havde alle gættet på fredagens løbstid, og den der kom tættest på, var fredagens vinder. Cecilie Skov Johansen vandt her, da hun kun var 22 sekunder fra sin forventede tid, og det var en glad Cecilie, der kunne tage det andet påskeæg med sig.

Lørdag gjaldt det strækket fra post 6 til 7. Kaare Jensen brugte her 25 sekunder og var en sikker vinder (til orientering kan oplyses, at jeg brugte 22 minutter!) Tillykke til de tre vindere og tak til alle jer der også deltog.

I morgen går vi over til sommertid, og dermed starter tirsdags træningsløbene også. Lad os så håbe, at vejret også vil finde ud af, at det er blevet sommertid! Det er altid sjovere at komme ud at løbe, når vejret er godt. På årets første sommertidsdag afvikles også første afdeling af klubmesterskaberne. Det foregår i Jelling Skov, og det bliver spændende at se, hvordan denne anderledes form for klubmesterskab kommer til at forløbe – jeg skal i hvert tilfælde ud at løbe i morgen!

Årets første danske mesterskaber står også for døren – i næste weekend afgøres DM-nat og DM-sprint. Spændende om de to mestre fra sidste år (Lucia og Leif B.) kan forsvare deres mesterskaber og om andre af klubbens medlemmer kan komme på sejrsskamlen. Held og lykke til alle klubbens deltagere.

Årets første afdeling af divisionsturneringen afvikles søndag den 18.maj i Tornby Klitplantage. Her skal alle klubbens medlemmer forhåbentlig ud at løbe. Der arrangeres bus til løbet, og jo flere vi er jo bedre. Se omtale side 4.

Handelsbanken

Det nye initiativ med at holde klubaften den sidste torsdag i måneden, er der taget godt i mod. Både første gang hvor familien Jensen fortalte om deres tur til New Zealand, og torsdag i denne uge hvor Karsten fortalte om hjemmesiden. Karsten sørgede for, at vi alle blev meget klogere på, hvordan hjemmesiden fungerer, og specielt det med billeder blev lige pludselig meget lettere for alle. At Karsten på et tidspunkt ikke kunne komme på hjemmesiden blev også løst – der kunne kun være 25 personer på af gangen og Karsten var nummer 26!

Marit, Kurt og Thomas har meldt sig under fanen til at hjælpe med rekrutteringen, og vi vil i nærmeste fremtid sætte os sammen og lave et oplæg til dette. Lige så snart det er på plads, vil det komme på hjemmesiden, så følg med her, og meld dig gerne som hjælper også. Jeg forestiller mig, at rekrutteringen vil løbe af stablen i maj og/juni måned.

Lad os nu håbe, at vejret også snart finde ud af at det er sommertid.

Mange o-hilsner

Bodil Schulz

Bustur til Divisionsmatch

Søndag den 18. maj i Tornby ved Hirtshals.

Der er bestilt en bus til 50 personer, så mød talstærkt op !

Vi servere rundstykker og kaffe på udturen og fejre de gode resultater med en øl eller vand på hjemturen!

Alt er gratis! Du skal bare tilmelde dig bussen, når du tilmeldes løbet på O-servise.

Der er ca 197 km derop og derfor skal vi tidlig afsted !!!

Bussen kører kl 6.30.

Mange hilsner

Arrangementsudvalget

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

Dansk Park Tour i Ikast By den 21.5.

Som det vil være klubbens medlemmer bekendt afvikler Herning Orienteringsklub i maj den 3. afdeling af dette års Park Tour løb. Løbet afvikles på det nye sprint-kort over den Ikast's nordlige del. Stævnet kører på skinner. Kortet og banerne er i produktion. Stævne-plads m.v. bliver på Nordre Skole i Ikast. Vi forventer, at løbet klassificeres som Jydsk-Fynsk meterskab og håber på at få mange af beboerne i Ikast By ud at løbe på de nye faste poster. Følgende medlemmer er involveret som funktionsledere:

Stævnekontrol	Karsten Kristiansen
Stævneleder og pressekontakt	Kim Gottlieb
Banelægger	Andreas Skov Johansen
Banekontrol og parkering	Hans Jørgen Vad
Hjemmeside	Karsten Kristiansen
Start	Søren Søgaard
Mål / Beregning	Thomas Lindschouw
Kiosk	Anna Munksgaard
Stævneplads/væske	Bitten og Frants Nielsen, Erik Michelsen
Børnebane / publikumsløb	Vibeke Gottlieb (på de faste poster)
Sponsering	Bjørn Hansen
Speakning	Ole Andersen
Overdommer	Lars Ole Kopp (Karup OK)
Økonomi	Peder Larsen
Kort	Jens Ole Krogh

Flere medlemmer har tilkendegivet, at de gerne vil give en håndsækning ved afvikling af løbet. I vil høre nærmere. Det er dejligt med denne velvillige indstilling blandt klubbens medlemmer. Tak for det.

Til de medlemmer, der ikke er involveret i afvikling af stævnet, skal lyde en opfordring til at komme ud og løbe. Sprint er hurtigt og rigtig sjov orientering. Der vil være baneudbud for alle.

Kim Gottlieb

Påskeløbs Nyt

Siden sidste nummer af KompasPosten er der ikke sket så meget.

Vi har dog fået lavet en flyer, som er blevet delt ud både ved Nordjysk 2-dages og ved Påskeløbene.

Er der nogen af jer der tager til udlandet til stævner, vil jeg meget gerne have, at I tager nogle flyer med. Ole Andersen har rest oplaget.



Eller har vi lige været i skoven for at finde stævnepladsen til første dagen. Vi fandt to gode steder, og vi valgte så at søge om den mest centralt placerede plads, der ligger så tæt på bebyggelsen at vi kan få strøm herfra. Det gør det jo noget lettere at vi ikke skal have generatorer med ud.

Vi skulle gerne have holdt det første funktionsleder møde, men det kniber lidt med at finde en dag, hvor begge stævneleder kan.

Karsten er i fuld gang med at få designet hjemmesiden færdig, den er i gang men mangler lidt justeringer. Vi vil forsøge om vi ca. hver 2. uge kan komme med nyt.

Og så må jeg vist heller komme i gang med at finde en stævnekontrollant og et par banekontroller.

Kenn er i gang med at finde et par sponsorer, indtil videre har han en aftale med Sportmaster.

Også har vi fået egen hjemmeside og mail adresse, Hjemmesiden får navnet www.PL2009.dk og mailen pl2009@herning-orienteringsklub.dk

Jens-Jørgen Lyngaa (1/2-stævne leder)

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

Nyt klubtelt.

I forbindelse med Nordjysk 2-dages var der mulighed for at lade klubbeltene stå fra lørdag til søndag – dejligt, så slap vi jo for at stille teltet op en gang til. Det syn, der mødte os søndag morgen, var dog ikke så godt, for teltet lå ned, tre af stængerne var brækkede, og teltdugen var gået i stykker ved nogle sammensyninger. Ved fælles hjælp, et par reserve-stænger og forskellige Storm P opfindelser lykkedes det at få teltet op at stå igen. Men hvad med Påskeløbet? Her kunne vi ikke undvære et telt. Derfor bestilte vi med det samme et sæt nye stænger og et nyt telt. Onsdag morgen kom stængerne, og efter en tur under symaskinen var det gamle telt næsten som nyt!

Til Påskeløbet var der også mulighed for at lade teltene stå fra dag til dag, men lært af erfaringerne blev det grønne telt lagt ned, så det ikke skulle gå i stykker igen. Det gjorde det heller ikke, men i stedet kunne det gamle blå telt, som vi også havde taget med, ikke holde til stormen. Det lykkedes også at få dette telt op at stå igen, men teltdugen har det ikke alt for godt, og en af stængerne bliver holdt sammen med en pløk. Om det kan repareres vides ikke, da der bl.a. er mange huller i teltdugen. (Se billedet på side 14)

Mange gange er det ikke nok med et telt når vi er til løb, så heldigvis har vi bestilt et nyt klubbelt. Nu venter vi så bare på, at det dukker op. Vores klubstander har det heller ikke alt for godt, men ved hjælp af vores gamle parasolfod fik vi den da op at stå til Påskeløbet. Der arbejdes med at få en ny klubstander i samme stil, som den Mariager OK har.

Bodil Schulz

Trykstuen

Lyntryk & kopiservice

Print on Demand Online-shop



Pressekontakt.

Igennem de sidste par år har jeg været klubbens pressekontakt, og jeg har forsøgt at skrive til avisen, når vi har været ude til løb. Desværre er det som om inspirationen ikke har været der de sidste par gange. Derfor er det ikke lykkedes for mig at få skrevet fra Nordjysk 2-dages og Påskeløbet. Når der efter et par timer ved pc'en ikke er kommet mere end et par linjer ned på papiret, har jeg opgivet. Dette er derfor et lille nødråb til klubbens medlemmer. Kunne du ikke tænke dig at hjælpe med at skrive til avisen? Som regel trykker de gerne det, de modtager.

Bodil Schulz

Hvem var hun?

I sidste nummer var en gættekonkurrence. Den var vist for svær, og dog. Jens-Jørgen. Lyngaa gættede som den eneste, at det var den finske verdensmester Minna Kauppi. Rygtet vil vide, at han fik hjælp af sønnike, (der igen fik hjælp fra Bobo, red.)! Jens-Jørgen får en velfortjent præmie ved lejlighed.



Her er Minna Kauppi i mere vante omgivelser.
Se mere på www.minnakauppi.com



Klubaften den 24/4 2008.

Succes med klubaften sidste torsdag i måneden!

Der har været flot opbakning til de to torsdage i februar og marts måned og derfor fortsættes med klubaften den sidste torsdag i måneden indtil sommerferien. Torsdag den 24. april klokken 19.30 kommer Mads Ingvarlsen og fortæller om træningsprincipperne i hans nye bog "Talentets udvikling fra nybegynder til ekspert".

Ved påskeløbene på Fanø var Herning OK en flittig aftager af den nye bog.

Mads vil gerne dele ud af de mange erfaringer han har fra sin lange karriere indenfor orienteringssporten både som løber og som træner.

Mads vil også gerne høre, om vi kan hjælpe med at bruge den halve million kroner, team Danmark har bevilget over de næste tre år, til at udvikle o-løbere.

Mads vil gerne deltage i vores løbetræning og alle, der har lyst, kan deltage. Der løbes fra klubhuset klokken 18 og terrænet vil være Knudmosen (hvis der ikke er alt for vådt)

Der er fællesspisning, brød og pålæg kl. 19 og kaffe + kage ved 20.30 tiden.

Sidste klubaften inden sommerferien bliver torsdag den 29. maj (programmet annonceres på hjemmesiden).

Arrangementsudvalget Anni



Klinik-BodyCare

Lægeexamineret fysiurgisk massør

**Ryg, nakke,
ben og
ansigtsbehandlinger**



**Salg af ansigts &
kropsplejeprodukter
og kosttilskud**

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

Hårfjerning
Ben, bikinilinie, armhule,
overlæbe og hage

**Farvning og retning
af vipper og bryn**

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

Aktivitetskalender – åbne løb

Dato:	Aktivitet:	Seneste tilmelding:
13.04.08	B-løb, Stenbjerg Plantage Skive AMOK - div. match. KUM udtagelse	04.04.08
18.04.08	C-løb, Rold Nørreskov Rold Skov OK - NJM Lang	09.04.08
27.04.08	B-løb, Bjerre Skov Horsens OK - div. match. KUM udtagelse	14.04.08
01.05.08	C-løb, Marselisborg Nord OK PAN, Kristihimmelfartsløb	23.04.08
01.05.08	C-løb Stafet, Linddale Mariagerfjord OK - NJM Stafet	19.04.08
18.05.08	B-løb, Tornby Klitplantage OK Vendelboerne - 2. div. match (Alle skal med)	06.05.08
21.05.08	C-løb Sprint, Ikast By Herning OK - Sprint, DPT 3	10.05.08
25.05.08	B-løb, Silkeborg Vesterskov Silkeborg OK - div. match	13.05.08
14.06.08	C-løb, Stenbjerg Plantage Nordvest OK - Jubilæums Klitløb	01.06.08
15.06.08	C-løb, Tvorup Klitplantage Nordvest OK - Klitløb	01.06.08
28-29.06.08	C-løb, Ulfborg og Stråsø Øst Vestjysk OK - Vestjysk 2-dages	09.06.08

*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.*

Træningsløb i Herning Orienteringsklub

Dato	Skov	Banelæggere	Startsted/ Afmærkning	Bemærkning
Tirsdag 15. april	Fejsø	Fam. Lysgaard/Schultz	Fejsøvej øst for Torsted	Start 25
Tirsdag 22. april	Birkebæk	Frants og Bitten Nielsen, Arne Lock, Erik	Hjortsballehøjevej / Vardevej	Start 9
Tirsdag 29. april	Sparrekasse Pl.	Frede Rasmussen, JP Jørgensen, Helge Jacobsen	Hellestrupvej, v for Smnebjerg	Start 5
Tirsdag 6. maj	Husby Pl.	Leif Flytkjær	V. Husby Kirke	
Tirsdag 13. maj	Linnebjerg	Fam. Gottlieb, Rudi Pedersen	Vej 12 / Linnebjergvej	Start 3
Søndag 18. maj	Thornby	OK Vendelboerne		2. Div match
Onsdag 21. maj	Ikast Nord	Andreas Skov	Nordreskole Ikast	Park Tour
Tirsdag 27. maj	Haunstrup	Karsten Kristiansen, Andreas Lyngaa, Per Wangsøe	Tothøjvej, v for Snebjerg	Start 6
Tirsdag 3. juni	Løvbakkerne	Kim Hyldgård, Elin og Kim Lyngsøe, Carsten Kuhlmann	Løvbakkevej, v for Gullestrup	Start 2
Tirsdag 10. juni	Knudmosen	Frede Rasmussen, Peder Larsen, Mie Madsen	Klubhuset	Start 1
Tirsdag 17. juni	Herning NV	Lucia Aagaard, Kaj Kaspersen, Kim og Irene	Ydunsvej	
Tirsdag 24. juni	Stråsø Øst	Holstebro OK	Vind Kirke	Start 24

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

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!

Træningsudvalget informerer.

Efter en veloverstået påske bliver det dejligt, at vi nu igen skal til at afholde træningsløb om tirsdagen i den midtjyske natur, så man kan stresse af, efter en travl arbejdsdag.

Vi har i træningsudvalget fordelt opgaverne lidt anderledes, - således at Ole Jacobsen, nu står for at gøre træningsløbskasser og materiel klar til banelæggerholdene. Så hvis du har noget at bemærke ang. dette, - så kontakt Ole. Andreas fortsætter som hidtil med at holde skovkontakten ved lige.

Årets klubmesterskab er nu startet over de 6 løb, - som tidligere omtalt, - husk at blive tilmeldt, så vi kan få en rigtig sjov afvikling af klubmesterskabet. Læs mere om dette på hjemmesiden.

Husk det nu, - at blive tilmeldt divisionsmatchen d.18. maj i Tornby Klitplantage, - tilmeld dig nu med det samme, - ung, gammel høj og lav, vi skal have så mange som muligt med for at forsvare klubbens placering, - eller endnu bedre, at vi måske kan rykke op i 1 division igen.

Transporten behøver du ikke at tænke på, - vi skal køre med bus, da det jo er lidt langt herfra.

Venlig hilsen/TRU
Søren Søgaard.

Fremmedlisten fra 1904

I sommeren 1904 blev der udgivet en fremmedliste med navne på ferie- og kurgæsterne ved Fanø Bad. Dengang var det Danmarks første internationale badested. Det friske, salte vand skulle være godt for velbefindendet og sundheden!



Blandt andet derfor blev Danmarks første kursted åbnet på Fanø i 1891, og Kurhotellet, Hotel Kongen af Danmark, Strandhotellet m.fl. blev bygget. Og her blev Danmarks første golfbane etableret.

De gamle badehoteller er for længst revet ned, men fremmedlisten fra 1904 hænger stadig ved receptionen på Hotel Fanø Bade-

land. Dengang var det Kgl. højheder, fabrikanter, grever og nogle enkelte skolelærere der nød sommeren på Fanø. Dog kun en enkelt familie fra Herning, nemlig fabrikant Truelsen, som havde indlogeret sig på villa Wilhelmina.

I den sammenligning var Fanø Bad nærmest invaderet af familier fra Herning ved Påskeløbene 2008. Med 50 aktive og nogle passive, kunne Herning familierne sagtens have fyldt en fremmedliste anno 2008. Ikke med grever og baroner, men stadig en del skolelærere!

Skal man til Fanø, skal man med færge. På forhånd var der en del snak ”om færgerne kunne klare og få alle over rettidig”.

Det lykkedes vist meget godt. Straks løberne var i havn på Nordby, ventede en bus som ekspres kørte til stævnepladsen. Bilerne kørte til Danmarks største parkeringsplads på stranden, med udsigt til England.



Stævnepladsen var den samme tre dage i træk. Det gjorde det nemt for klubberne og nemt for arrangørerne. Pladsen var indrettet med et stort kiosk telt og gode faciliteter. På tredjedagen følte man sig ”helt hjemme”.



Samme stævneplads kan være en god ide. Men efter min mening gik det dog udover banerne. På både 1. og 2. etape sluttede banerne i et fladt og detaljefattigt område vest for stævnepladsen uden de store orienteringsmæssige udfordringer. Til gengæld serverede arrangørerne super baner på 3. dagen. Varierede baner med langstræk. Skift imellem flere terræntyper, og et super svært indløb i Fanø terræn når det er bedst.

Godt nok smed jeg alle forhåbninger om en top 10 placering med en parallelfejl på vej til post 3. Parallelfejl er et fint ord, der betyder, at man tror, man er det rigtige sted, fordi det ligner ”præcis”, det terræn kortet viser. Til sidst troede jeg ikke noget som helst. Jeg håbede at jeg stadig var på Fanø, og at jeg snart fandt en overgang imellem nogle dybe moser, så jeg kunne få fast grund under fødderne. Et godt råd! Overvej grundigt om det er en god ide, at du som den eneste drejer til venstre af en utydelig sti, når din konkurrenter i jagtstarten fortsætter ligeud. jeg fandt post 3, og resten af banen nød jeg.

Min bedømmelse af etaperne. En til fem stjerner:

- | | |
|----------|-------|
| 1. etape | *** |
| 2. etape | *** |
| 3. etape | ***** |

Overordnet var Påskeløbene 2008 dog særdeles velarrangeret. Der var en god stemning overalt, og juniorranglisteløbene blev suppleret af en kompetent speakning.

Ole A.

På billedet kan du se, hvordan flere klubtelte så ud efter en kuling natten imellem torsdag og fredag.



Klubmesterskabet godt i gang.

De første løbere har nu fået et handicap til årets klubmesterskab. 1. afdeling blev gennemført i Jelling Skov den 30. marts i et kuperet og brombærfyldt terræn, der gav høje kilometertider, og dermed handicaps.

Handicappene ser således ud:

1. afdeling af klubmesterskabet 2008

Jelling Skov 30. marts 2008

Navn	Bane	Tid	Længde	Handicap (tid*1000/længde)
Morten Ibsen	1	75,36	8100	9,30
Ole Andersen	1	79,12	8100	9,77
Andreas Skov	2	61,40	6775	9,06
Jesper Lysgaard	2	63,13	6775	9,32
Kim Gottlieb	2	63,14	6775	9,32
Kenn Kristensen	2	63,39	6775	9,36
Mogens Hald	2	66,04	6775	9,75
Thomas				
Lindschouw	2	71,08	6775	10,49
Leif B. Nielsen	2	74,00	6775	10,92
Frants Nielsen	3	58,57	5450	10,75
Torben Hansen	3	60,32	5450	11,07
Frede Rasmussen	3	66,08	5450	12,12
Asger Kristensen	4	43,20	3775	11,44
Steen Møller	5	82,27	5250	15,67
Lucia Aagaard	3	50,25	5450	9,22
Susanne Kristensen	3	61,11	5450	11,21
Helga Søby	4	46,20	3775	12,24
Bitten Nielsen	4	53,53	3775	14,18
Mette Lysgaard				
Schulz	6	55,42	4375	12,67
Vibeke Gottlieb	6	64,16	4375	14,67

Næste løb er 13. april i Stenbjerg Plantage. En meget spændende klitplantage, hvor der både kan løbes i højt tempo ud over lyngen, men også i meget lavt tempo i fyrretræsområderne.

Ved næste løb opnås en forbedring, hvis du løber hurtigere pr. km end dit handicap.

Jesper Lysgaard

Medlemskartoecket marts 2008.

Antal medlemmer: 143.

Vi siger farvel til:

Lotte G Jensen, Engens Kvarter 29, 7400 Herning.

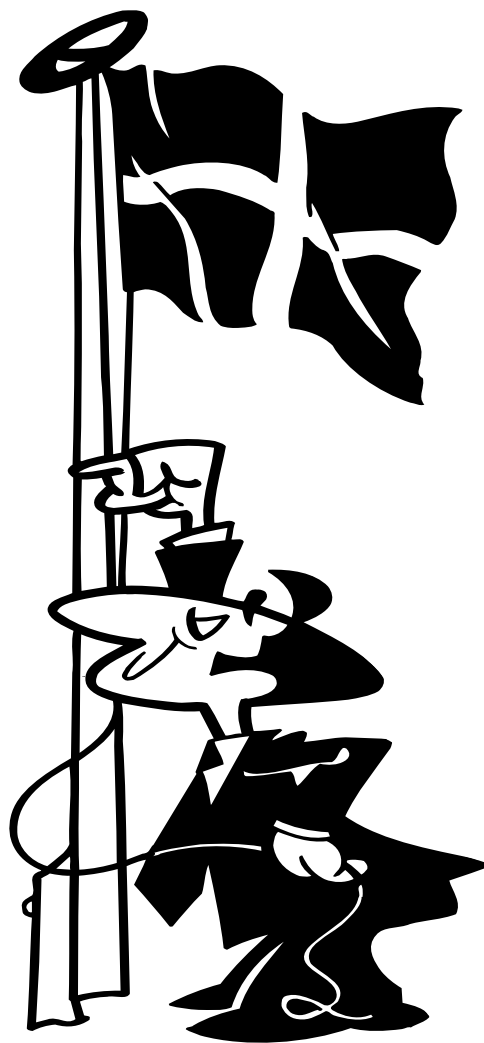
Jytte Fenger, Bakkegårdsparken 1 D, 7430 Ikast.

Christian Blirup, Højris Allé 70c, 7430 Ikast.

Karina Fromm Pedersen, Hjejlevej 135, 7451 Sunds.

Vi siger tillykke til:

Flemming Jensen	1. marts.
Erna Clemmensen	14. april
Holger Refslund	20. april
Mogens Hald	22. april
Bodil Schulz	3. maj.
Erik Thomsen	7. maj.
Anni Jensen	13. maj.
Carsten Kuhlmann	18. maj.
Ole Jacobsen	19. maj.
Stine T Søndergaard	20. maj.
Svend Erik Hedevang	21. maj.
Dennis Kristensen	23. maj.
Leif B. Nielsen	26. maj.
Jesper Lysgaard	27. maj.
Jens Jørgen Jensen	3. juni.
Jens Peder Jørgensen	6. juni.
Kim Hyldgaard	8. juni.
Asger Kristensen	14. juni.
Jonna Jørgensen	14. juni.
Lene Schmidt	14. juni.
Birthe Rasmussen	15. juni.
Kenn Kristensen	17. juni.
Anne Lysgaard Schulz	17. juni.
Signe Mortensen	18. juni



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

Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg:	<i>Anni Jensen</i> , Jonna Jørgensen, Bitten Nielsen, Mie Madsen og Birgit Jørgensen .
Kommunikationsudvalg:	<i>Ole Andersen</i> , Jens-Jørgen Lyngaa , Karsten Kristiansen, Kaj Kaspersen
Klubhusudvalg:	<i>Henning Bendtsen</i> , Mogens Andersen, Aage Knud- sen, Arne Lock, Kristian K. Pedersen, Rudolf Thalund, Jens Vestergaard og Erik Michaelsen (udlejning).
Kortudvalg:	<i>Frede Rasmussen</i> , Lucia Aagaard, Egon Mathiasen, og Flemming Sasser.
Træningsudvalg:	<i>Søren Søgaard Nielsen</i> , Andreas Skov, Leif Olsen og Ole Jacobsen.
Ungdomsudvalget:	??
Sponsorudvalg:	<i>Bjørn Hansen</i>

Generel information

Deadline for KompasPosten 2008

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 ungdomsløbere.

Løbetræning

Mandag	kl. 16.45	fra klubhuset
Tirsdag	kl. 17.45	i skoven - orienteringsløb (indtil 30/9)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset - trænerstyret





En glad vinder i D12B
Cecilie Skov

Fotos: A. Skov + S. Søgaard

Formanden for PLAN-udvalget
Foran de to klubtelte, vi måtte ha-
ve for at have plads nok.



Vanen tro var Lucia på
Pallen.