

KompasPosten

Nr. 7 – December 2008



Herning Orienteringsklub

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

Herning Orienteringsklub

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

Formand

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

Næstformand

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

Kasserer

Peder H. Larsen
phlarsen@os.dk 29 21 37 71
Ringkøbingvej 46, A 1., 7400 Herning

Sekretær

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

Forretningsudvalg

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

Arrangementsudvalg

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

Klubhusudvalg

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

Kortudvalg

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

Træningsudvalg

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

Ungdomsudvalg

Ubesat

Sponsorudvalg

Bjørn Hansen
Voulund@c.dk 97 15 15 55
Voulundgårdsvej 6, Kølkær, 7400 Herning

Pressekontakt

Bodil Schulz

Kortsalg

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

Skovkontakt

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

Medlemsregister

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

Konti – Handelsbanken –

Løbskonto, kontonr. 7640 1089156
Driftskonto, kontonr. 7640 4611352

Løbstilmelding

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

Præ-O

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

*Forside: Årets klubmestre, Henning Bendtsen,
Bodil Schulz, Kristian Vad og Anne Lysgaard
Schulz. (Foto: Søren Søgaard Nielsen)*



Formandens

I dag har jeg modtaget det nye *Orientering* – DOFs medlemsblad. Et meget flot blad hvor der denne gang er meget fokus på eliten. Der er i år sket en stor udskiftning i DOF, med ny direktør, breddekonsulent og landstræner. Det er spændende, om vi i klubberne kommer til at mærke en forskel med så mange nye mennesker på posterne.

Mads Ingvarlsen svarer på spørgsmålet om hvad der er forbundets største udfordring: At tiltrække unge til leder- og træneropgaver i klubberne – ikke mindst kvinder. Og at udvikle bredden, så vi ikke er så teknisk en sport, men i højere grad appellerer bredt til motion i naturen. Det er ting, som, jeg også mener, er vigtige for orienteringssporten og også for vores klub.

DOF har valgt at være med som modelforbund i projekt *'Kvinder på toppen'*, som Danmarks Idræts-Forbund har igangsat i 2007/8.



Formålet med projektet er at få flere kvinder engageret på idrættens træner- og lederposter, og projektet løber over 3 år. Jeg har i denne forbindelse modtaget flere mails om dette, og har så sent som i dag modtaget en mail med en invitation til et seminar den 17. januar 2009 med titlen Kvinder på vej – i vest. Vi skulle måske fylde et par biler op og tage til Vingsted Centret denne dag? Vil du med?

2. division er endnu engang en realitet. Til løbet i Rold formåede vi ikke at rykke op i 1. division, men eftersom det er her, vi har løbet de sidste år, er det vel også her, vi hører til. Vi klarer os hvert år godt i 2. division, og har nogle gode og sociale ture til løbene, og det er efter min mening helt fint. Hvis vi skal gøre os håb om at komme i 1. division og forblive her, skal vi have fat i nogle flere børn og unge i klubben. Det vil kræve en stor og målrettet indsats fra klubbens side at tiltrække og fastholde nye løbere – og klubben er os alle sammen!

- Selvom både vejret og resultatet kunne have været bedre, var humøret højt til Supermatch i Rold Skov.

Årets klubmesterskaber er afholdt og [klubmestrene](#) er fundet. Dag-mestrene blev fundet til løbet i Silkeborg – et godt løb, der blev afviklet i silende regnvejr. Mestre blev Henning Bendtsen og Bodil Schulz. Det var åbenbart os, der havde det bedste løb denne dag i forhold til de handicaps, vi havde oparbejdet gennem mindst 3 løb i løbet af året. Kristian Vad og Anne Lysgaard Schulz vandt præmien for de 2 løbere, der havde forbedret sig mest gennem sæsonen – dejligt at se, at det var 2 af vore ungdomsløbere, der vandt denne del af konkurrencen. Nu skal formen så evalueres, for skal vi lave noget tilsvarende næste år eller skal vi afholde et traditionelt mesterskab eller skal vi gøre noget helt andet? Disse ting skal diskuteres på årets fællesmøde. Du er også velkommen til at sende din mening om dette til træningsudvalget.

[Nat-klubmesterskabet](#) blev afholdt til et traditionelt natløb, og her blev mestrene Lucia Aagaard, Jesper Lysgaard, Kristian Vad, Torben Isen, Søren Faurby og Anne Lysgaard Schulz. Et stort tillykke til alle klubmestrene.

Årets sidste træningsløb afvikles traditionen tro i Knudmosen mellem jul og nytår – denne gang 3. juledag. Hvad der denne dag skal forgå vides endnu ikke, men der er ingen tvivl om, at det bliver et anderledes løb med [listige momenter](#). Jeg håber, at der denne dag dukker mange op i klubhuset til et rigtigt juleløb.

Til slut vil jeg gerne ønske alle klubbens medlemmer og samarbejdspartnere en [god jul og et godt nytår](#).

[Mange o-hilsner](#)
[Bodil](#)



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



Juletræningsløbet i Løvbakkerne 6. december

Som sædvanlig er der mulighed for omklædning før løbet i Naturskolens lokaler.

Efter træningsløbet bliver der serveret varm gløgg og lune æbleskiver og det er muligt at hygge sig et par timer sammen med klubkameraterne i gode omgivelser.

Med før-jule-hilsen
Arrangementsudvalget

P.S.: Der er slikposer til børnene...

Indkvartering til Påskeløbene 2009

Det bliver ikke aktuelt for os som arrangerende klub med indkvartering.

Vi må i stedet se frem til et godt arbejdsfællesskab og håbe på at få en hyggelig klubtur til Påsken 2010.

Mange O-hilsner
Arrangementsudvalget



Referat fra bestyrelsesmødet 06.10.2008

Der var afbud fra Peder Larsen

1. Godkendelse af referat fra bestyrelsesmødet 18.08.2008

Referatet blev godkendt uden bemærkninger.

2. Påskeløb 2009

Sponsorarbejdet har p.t. ikke givet nogen aftaler. Bjørn arbejder ufortrødent videre.

Hoverdal kortet skal bruges til fortræning. Kortudvalget har ikke ressourcer til at revidere kortet.

3. Økonomi

Klubbens drift viser et positivt resultat år til dato.

4. Emit

Klubbens gamle brikker med dårligt batteri er nu ombyttet hos Møller Sport. De ombyggede brikker placeres i træningsløbskassen.

5. Faste poster

Bestyrelsen besluttede på bestyrelsesmødet 27.10.2007, at der ikke skulle startes flere projekter op med faste poster i Herning Orienteringsklub. Denne beslutning står naturligvis ved magt.

Oversigten med faste poster og hvem der vedligeholder de enkelte områder er tidligere bragt i KompasPosten.

Ole A. sørger for at oversigten kommer på hjemmesiden.

6. Træningsløb

Klubafteften i september havde træningsløb som emne. På denne aften kom der mange gode ideer og ønsker frem. Træningsudvalget laver oplæg på grundlag af mødet. Målet er endnu bedre træningsløb, der er afstemt med medlemmernes ønsker. I januar 2009 holdes ny klubafteften med træningsløb som tema.

7. Fællesmødet i november

Der afholdes fællesudvalgsmøde den 27. november kl. 19.30 i klubhuset.

Fællesspisning fra kl. 19.00

Emner til orientering og drøftelse på mødet er:

- ☒ Påskeløb 2009
- ☒ Årsplan 2009
- ☒ Model for klubmesterskab 2009
- ☒ Træningsaktiviteter 2009
- ☒ Emner til klubaftener 2009
- ☒ Bestyrelsesposter på valg ved generalforsamlingen.



8. Evaluering af jubilæet og B-løbet i Løvbakkerne

Jubilæet:

Bestyrelsen evaluerede jubilæumsarrangementerne og konkluderede, at der var tale om gode arrangementer.

Det var en hyggelig dag med en rigtig god stemning, både i klubhuset og efterfølgende til jubilæumsløbet.

På vegne af klubbens sender Bjørn et takkekort til de klubber og personer, der har vist opmærksomhed ved jubilæet.

Arne Lock havde lavet en flot udstilling med ældre kort, resultatlistor og presklip i klubhuset.

Efterfølgende har han sat tingene i en mappe, som er placeret på hylden i klubhuset.

B-løb i Løvbakker:

Forløb særdeles godt!

9. Trykstuen flytter

- Hedder nu Graphic House A/S.

Kim Gottlieb besøger Graphic House og laver aftale for trykning af kort og klubblad. Når aftalen er i hus, skal der et indlæg på hjemmesiden.

10. Udvalgsrunden

Sponsorudvalg:

Bjørn har et par o-events for firmaer på bedding i 2009.

Kortudvalg:

Løvbakkerne blev revideret til B-løbet.

Klubhusudvalg:

Arbejder på at finde nye medlemmer til udvalget.

Arrangementsudvalg:

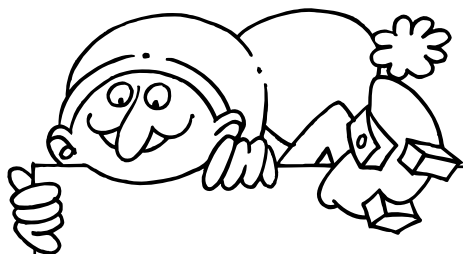
Klubtur, bankoaften, bus til cupmatch samt julearrangement i forbindelse med træningsløb i Løvbakkerne er planen for resten af året.

11. Eventuelt

Generalforsamling 2009 afholdes mandag den 2. februar. (Se side 16)



Handelsbanken



Klubaften sidste torsdag i måneden

I det forløbne år har der været god opbakning til dette arrangement og vi har haft mange forskellige emner bragt på banen.

De tre næste klubaftner bliver 29. januar, 26. februar og 26. marts.

Programmet er endnu ikke fastlagt og derfor skal der holdes øje med hjemmesiden, hvor der vil komme information når tiden nærmer sig.

Vi prøver at få en spændende foredragsholder til at fortælle om jagt.

Der bliver en aften med nye ideer til træningsløb, bl.a. med demonstration af Garmin Forerunner.

I klubmedlemmer er altid meget velkomne til at komme med flere spændende emner !

Til klubaftenen kan man vælge at deltage fra kl. 19.30 eller møde op til løbetræning fra klubhuset kl. 18, hvor der efterfølgende er fællesspisning med brød og pålæg.

– Der er gratis kaffe og kage senere på aftenen...

runners corner

VIBORG • HERNING





Nytårstræningsløbet i Skelhøj 3. januar

„I en skov en hytte lå...” – og det gør der nemlig i Skelhøj, og den har vi lånt.

Der er derfor mulighed for omklædning før og efter træningsløbet og vi vil sørge for, at alle kan få en kop varm suppe + kaffe og kakao.

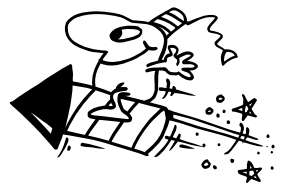
– Der bliver sikkert brug for at varme sig efter årets første (og koldeste ?) træningsløb!

Vel mødt i et nye år 2009 !!

Hilsen

Arrangementsudvalget

P.S.: Se senere på hjemmesiden hvordan i finder frem til hytten.





ved **Jette Simmelkjær**

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

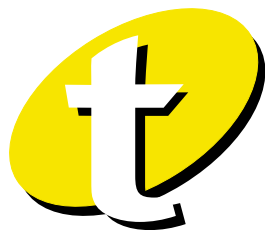
Aktivitetskalender – åbne løb

DAG DATO	TYPE	AKTIVITET	SKOV ARRANGØR	SENESTE TILMELDING
Søndag 11/1	C-løb	Vinterlang 1	Tranum Plantage Aalborg OK	4/1
Søndag 25/1	C-løb	Vinterlang 2	Nørlund Herning OK	18/1
Søndag 1/2	C-løb	Vinterlang 3	?? Horsens OK	23/1
Søndag 15/2	C-løb	Vinterlang 4	Nordre Feldborg Plantage	8/2

Tilmeld dig via O-Service, klubbens hjemmeside eller i god tid til Bodil Schulz eller Jesper Lysgaard. Tilmeldinger efter ovennævnte datoer accepteres ikke.

Trykstuen

Print & kopiservice



Tlf. 96 88 22 87 • www.trykstuen.dk



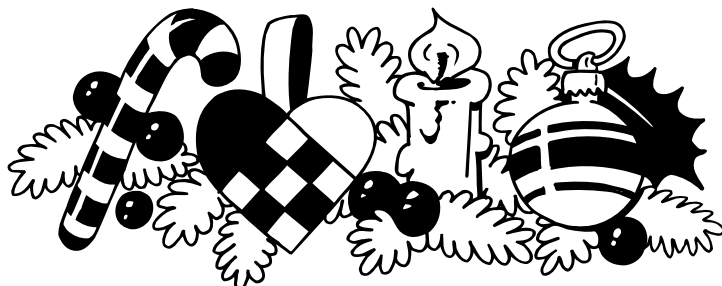
Træningsløb i Herning OK

DATO	SKOV	BANELÆGGERE	AFMÆRKNING	STARTSTED/ BEMÆRK
Lørdag 6/12	Løvbakkerne	Fam. Bent Mørup + Flemming Jensen + Svend Rasmussen	Løvbakkevej V. for Gullestrup	Start 2 Julehygge
Lørdag 13/12	Momhøj	Egon & Erna Mathiasen + Erik Dag	Fjeldstervang/Vor- godvej NV. for Kibæk	Start 27
Lørdag 27/12	Knudmosen	Fam. Lysgaard/Schulz + Kurt & Marit	Klubhuset	Start 1 Fiduser... 🍷

Ændringer **kan** forekomme til løbene i det nye år – se www.herning-orienteringsklub.dk

Lørdag 3/1	Skelhøj	H. J. Vad + Christian + Julie	Isenvad S. for motorvejen	Start 17 Nytårssuppe?
Lørdag 10/1	Brejning krat	Christian Mørup + Christian Pedersen	Gamle landevej/ Væggerskildevej	Start 22
Lørdag 17/1	Vestre plantage	Holstebro OK		Fællesløb http://www.holstebro-ok.dk/

Startsted: Se detaljer på www.herning-orienteringsklub.dk ... Arrangementer ... Startsteder



Regler for træningsløb

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

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

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

Man kan ikke med sikkerhed regne med

kørsel fra klubhuset, så mangler du kørelejlighed så ring til Gitte Isen: Tlf. 97 22 42 23.

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!



Nordjysk 2-dages

Løbene er lørdag den 14. marts i Bunken plantage og søndag den 15. marts i Ugerby.

Vi har valgt at bestille overnatning på Hirtshals Vandrehjem, som er et kendt sted for mange Herning OK løbere.

Prisen er 105 kr pr. seng, aftensmaden koster 80 kr og morgenmaden 50 kr.

Vi plejer at have god plads om aftenen til at kunne hygge os sammen med medbragte kager m.m.



Træningsudvalget informerer

Så er løbene ved at være ovre for i år, og vi har fået afgjort klubmesterskaberne for dag- og nat disciplinerne.

Dag-klubmestrene blev kåret umiddelbart efter løbet, som blev løbet i Silkeborg Nordskov i silende regn. Hvorvidt vi skal afholde mesterskabet på samme måde næste år, er op til klubbens medlemmer.

Nat-klubmestrene blev fundet ved Natte-ravn-løbet i Dollerup. Og dem skal vi (som sædvanligt) have kåret ved juleløbet i Løv-bakkerne d. 6/12. Det plejer at være hyggeligt med gløgg og æbleskiver efter løbet.

Vi var mange som deltog i trænings- og klubfest weekenden med Vestborg i Nymindegab som base. Det var en fantastisk god weekend, med masser af løb i gode terræner og en alle tiders klubfest. Stor ros til arrangementudvalget og banelæggerne Kenn og Leif.

For øjeblikket arbejdes der på højtryk med at få træningsløbsplanen for 2009 færdig, og hvis du har specielle ønsker ang. banelæggerhold, dage eller skove, så er det absolut sidste ud kald NU...!

Ved supermatchen i Rold Nørreskov blev det afgjort, at vi igen til næste år bliver i anden division. Ærgerligt, men det er nok også

bedre, end at være elevatorhold og rykke op og ned hvert andet år.

Til dette løb kørte vi i bus, med Niels Christian som chauffør. Det er altid rart at benytte bus, når der er langt...

IGEN havde vi dog glemt at få telte med, og vejret var elendigt. Vi var dog heldige, at der var et halvtag ved skolen, vi kunne stå i læ under. Men skal vi allesammen ikke prøve, om vi kan huske, at vi skal have et par telte med til divisionsmatcherne næste år ???

Husk at her i den kolde og mørke tid, er der stadigvæk løb fra klubhuset mandage kl. 17.00 og torsdage kl. 18.00.

Vintergymnastikken kører hver tirsdag på Højgårdskolen i Lind med Susanne som "styrmand". Endelig må vi ikke glemme at komme i skoven hver lørdag til det ugentlige træningsløb.

Ja, vi får egentlig meget for kontingentet... ☺

Dette var alt for i år fra TRU. Alle klubbens medlemmer og familie ønskes hermed en rigtig glædelig jul, og et godt nytår.

Venlig hilsen TRU
Søren



Stemning fra årets klubtur

Årets klubtur gik til Nyminddegab og løb af stablen fra fredag d. 31. oktober til søndag d. 2. november 2008.

Målet med turen var at styrke sammenholdet i vores klub, og der var da også lagt op aktiviteter af forskellig art, f.eks. badelandet SeaWest, vandreture ved stranden og (naturligvis) orienteringsløb.

På denne side er indsat nogle stemningsbilleder fra turen. – Se også billederne på bagsiden...





Årets medlem i Herning Orienteringsklub 2008

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 foretningssudvalget.

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 31.12.2008.

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.

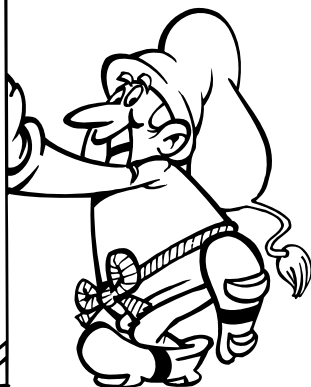
Pokalen til årets medlem uddeles på klubbens generalforsamling den 2. februar 2009.

Jeg ser frem til at modtage rigtig mange indstillinger.

Bodil Schulz

Pokalmottagere tidligere år

1989 Asger Kristensen	1999 Leif Rønn Olsen
1990 Poul Buck	2000 Lars Rasmussen
1991 Rudolf Thalund	2001 Lars Klode
1992 Hans Jørgen Vad	2002 Erik Thomsen
1993 Jenny Kristensen	2003 Bodil Schulz, Jesper Lysgaard
1994 Pind	2004 Leif Rønn Olsen,
1995 Mogens Andersen	Kenn Kristensen og Lars Klode
1996 Andreas Skov	2005 Susanne Kristensen
1997 Bent Nygård	2006 Jens J. Lyngaa
1998 Lucia Aagaard	2007 Lucia Aagaard



Generalforsamling

Der indkaldes til ordinær generalforsamling i

Herning Orienteringsklub

Mandag den 2. februar 2009 kl. 19.00 i klubhuset i Sdr. Anlæg i Herning

Dagsorden – i henhold til vedtægterne:

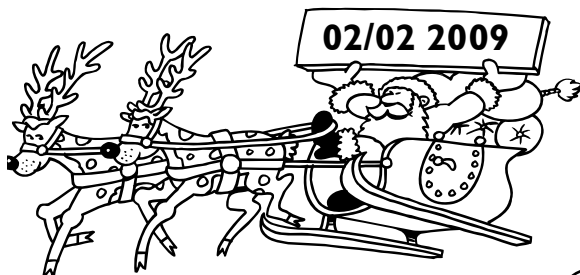
1. Valg af dirigent
2. Godkendelse af bestyrelsens beretning
3. Godkendelse af det reviderede regnskab
4. Behandling af indkomne forslag:
Fastsættelse af kontingent for 2010
5. Valg af bestyrelsesmedlemmer
I ulige år vælges:
 - * Næstformand
 - * Kasserer
 - * Formand for sponsorudvalget
 - * Formand for kortudvalget
 - * Formand for arrangementsudvalget
6. Valg af revisor
7. Valg af revisorsuppleant
8. Eventuelt

Under generalforsamlingen uddeles følgende hæderspriser:

- ☒ Årets medlem i Herning Orienteringsklub (se side 15)
- ☒ Træningsflidspræmier
- ☒ Klubmesterskabspokaler

Under generalforsamlingen bliver der serveret kaffe og kage.

Bestyrelsen





Medlemskartoteket november 2008

Antal medlemmer

146

Medlemmer der har skiftet adresse

Helge E Jakobsen
Sønderskovvej 51, 8520 Lystrup

Signe Arvad Kristensen
Ærøvej 21, Hammerum, 7400 Herning

Dennis Kristensen
Ærøvej 21, Hammerum, 7400 Herning

Kristian K. Pedersen
Hasselvej 23, 7441 Bording



Vi siger tillykke til

03/12	Kim B. Schmidt
08/12	Søren Lysgaard Schulz
10/12	Flemming Sasser
13/12	Ole B. Andersen
15/12	Knud Erik Klode
15/12	Jenny Kristensen
17/12	Svend Rasmussen
19/12	Erik Dag Nielsen
20/12	Rudolf Thalund
24/12	Bent Hansen
28/12	Jeppe Møller Gottlieb
01/01	Ann Vibeke Mose
02/01	Poul Erik Lyngsø
05/01	Hans Jørgen Vad
09/01	Thomas Lindschouw
09/01	Kurt Odborg
10/01	Lasse Fenger Vad
12/01	Frede Rasmussen
13/01	Berit V. Melgaard
22/01	Kjeld Bækgaard
23/01	Allan Porsmose

Generel information

Deadline for KompasPosten 2009

- ☑ 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:

Kim Hyldgaard på ah@homegraphic.dk

Hvis indlægget indeholder billedmateriale / illustrationer, bedes originalerne sendt separat i tillæg til indlægget.

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

Redaktionen ønsker alle en glædelig jul og et godt nytår.



Information

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

Ungdomsløbere

Herning Orienteringsklub betaler delvist 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.

Kontingent - årligt

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

Løbetræning

Mandag	kl. 17.00	fra klubhuset
Tirsdag	kl. 17.45	orienteringsløb i skoven (fra 1/4 2009)
Tirsdag	kl. 18.00	gymnastik (fra 24/9 til ca. 1/3)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset (trænerstyret)
Lørdag	kl. 12.30	orienteringsløb i skoven (indtil 31/3 2009)



Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg

Anni Jensen, Jonna Jørgensen, Bitten Nielsen, Mie Madsen, Birgit Jørgensen.

Klubhusudvalg

Henning Bendtsen, Mogens Andersen, Aage Knudsen, Arne Lock, Kristian K. Pedersen, Rudolf Thalund, Jens Vestergaard og Erik Michaelsen (udlejning).

Kortudvalg

Frede Rasmussen, Lucia Aagaard, Egon Mathiasen, Flemming Sasser og Thomas Lindschouw.

Kommunikationsudvalg

Ole Andersen, Karsten Kristiansen, Kaj Kaspersen, Kim Hyldgaard.

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen, Andreas Skov, Leif Olsen, Ole Jacobsen.

Ungdomsudvalg

-

Sponsorudvalg

Bjørn Hansen

Salg af klubbetøj

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

Du kan bestille tøjet hos Helga Søby
– enten pr. mail: olebek@mail.tele.dk eller pr. tlf.: 97 13 73 90



KompasPosten
Gefionsvej 51
7480 Vibbjerg



Returneres ved varig adresseændring

Indholdsfortegnelse

Side

Bestyrelse, m.fl., navn, adresse og tlf.nr.	2
Formandens	3
Juletræningsløbet i Løvbakkerne 06.12 / Indkvartering til påskeløbene 2009	5
Referat fra bestyrelsesmødet 06.10.2008	6
Klubaften sidste torsdag i måneden	8
Nytårstræningsløbet i Skelhøj 03.01	9
Åbne løb	10
Træningsløb i Herning Orienteringsklub	11
Regler for træningsløb	12
Nordjysk 2-dages	12
Træningsudvalget informerer	13
Stemning fra årets klubbetur	14
Årets medlem i Herning Orienteringsklub 2008	15
Indbydelse til generalforsamling	16
Medlemskartoteket september 2008	17
Generel information	18
Klubbens udvalg	19
Salg af klubbetøj	19



- Samvær på klubturen til Nymindesdag.



- Ivrig deltagelse ved opvasken...