

KompasPosten



Nr. 7 – November 2013



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

Jens Jørgen Jensen
jjjensen@dadlnet.dk 97 12 42 14

Næstformand

Bjørn Hansen
Voulund@c.dk 97 15 15 55

Økonomiudvalg

Mildred Hansen
mildred.vle@gmail.com 23 62 83 34

Kommunikationsudvalg

Ubesat

Arrangementsudvalg

Anni Jensen
jjjensen@dadlnet.dk 97 12 42 14

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen
ssn@mail.tele.dk 97 26 78 99

Træner

Jan Mathiasen
jan@mathiasen.dk 35 11 73 90

Klubhusudvalg

Søren Andersen
dpvsa@herning.dk 30 59 43 97

Kortudvalg

Flemming Sasser
flemming@sasser.dk 22 37 31 97

Kortsalg

Lucia Aagaard
lucia.kaj@email.dk 40 45 40 99

Ungdomsudvalg

Kim/Irene B. Schmidt
fam.b.schmidt@gmail.com 41 32 03 45
61 77 37 96

Ungdomstræner

Lars Mikkelsen
lars@mikkels1.dk 22 15 66 76

MTB-O udvalg

Brian Nielsen
benteogbrian@mvb.net 29 91 24 67

Salg af klubbetøj

Stine T. Søndergaard / Jonna Jørgensen
24 25 33 42 / 60 89 90 74
stinetaudahl@gmail.com / jojoda@live.dk

Præ-O

Carsten Kuhlmann
kuhlmann@mail.tele.dk 21 28 87 10

Pressekontakt

Kommunikationsudvalget
presse@herning-orienteringsklub.dk

Skovkontakt

Andreas Skov 97 12 76 78
skovkontakt@herning-orienteringsklub.dk

Vision 2015 kontakt

Asger Kristensen 22 67 66 71
asger.kristensen@city.dk

Medlemsregister

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

Løbstilmelding

Gitte og Torben Isen 97 22 42 23
tilmelder@herning-orienteringsklub.dk

Konti – Handelsbanken –

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

*Forside: Starten går til Marum milen – læs mere
side 4. (Foto: Kim Hyldgaard)*



Find Vej Dagen 2014

[Formandens er i dette nummer skiftet ud med en artikel om Find-vej dagen 2014. Notitsen til venstre er sakset fra Idrætsliv nr. 5, november 2013]



STOR DONATION TIL 'FIND VEJ DAGEN'

'Find Vej Dagen' har modtaget 800.000 kroner i støtte fra Nordea-fonden, og dermed kan danskerne se frem til, at dagen bliver en fast tilbagevendende begivenhed.

'Find Vej Dagen' er en del af DIF og Dansk Orienterings-Forbunds udviklingsprojekt 'Find vej i Danmark', som består af cirka 200 grønne motionsarealer fordelt i skove, parker og byer over hele landet, hvor man via et kort, der kan hentes på siden www.findveji.dk, kan gå på jagt efter poster i det fri.

'Find Vej Dagen' har indtil videre været afholdt i 2012 og 2013, og det anslås, at over 3.000 mennesker har deltaget begge år. I 2014 bliver 'Find Vej Dagen' afholdt lørdag den 5. april.

Det er jo ikke første gang, Nordea-fonden laver noget, Herning Orienteringsklub får del i.

Bare i 2013 er det blevet til: Et stort beløb som Nordea-fondens Årets Idrætsforening i Herning og Ikast-Brande Kommuner, støtte til flere fastpostbaner, støtte til Naturløbet og støtte til Friskolernes kommunemesterskab i orientering i Ikast-Brande Kommune.

Via RUF-udvalget har klubben allerede tilmeldt sig dagen, som jo bliver lørdag den 5. april 2014.

Løbsområdet bliver Løvbakkerne med Naturcentret som stævnecenter.

Sæt allerede nu kryds i kalenderen, så vi rigtig kan vise omverdenen, hvor mange vi er.

Asger Kristensen
RUF-udvalget

iNORDvation 2 / 2013

„...Afgang Hirtshals til Larvik kl. 12.45 – rejsende bedes gå ombord...“

Meget spændt på de kommende 3 dages strabadser var jeg den ene af 14 O-løbere fra Herning + godt lige så mange fra andre klubber i Nordkredsen, der drog på tur til Norge.

Omkledt til aftenløbet gik vi fra borde og blev modtaget af arrangør Lars-Ole Kopp og præsenteret for buschauffør Odd. Ja...

„Odd“ – en underholdende hyggelig og humørfyldt norsk gutt, som gerne greb mikrofonen for at fortælle. Bl.a. betyder Odd spydspids, hvilket vel passer fint når man sidder der foran i bussen og styrer.

Alle udstyret med pandelamper (for mit vedkommende aldrig sket før), blev vi kørt til to forskellige startsteder.

Start 1: Lang bane ca. 7 km.

Start 2: 3,5 km. Begge med mål på politihøjskolen i Stavern, hvor vi skulle bo i weekenden.

Jeg var klart med på start 2, og havde aftalt at følges med Stine – et rimeligt udgangspunkt for at nå næste punkt på turens program – aftensmaden kl. 21.

*- Mål for aftenens løb:
Politihøjskolen i Stavern.*

Med kortet i hånden kunne vi se, at det var mest byløb, og det er vel ikke så vanskeligt? Men i denne by (Stavern) stikker der af gode grunde flere ubebyggede områder op i luften, med mange og dybe skrænter hist og her. En del af posterne var selvfølgelig placeret i dette terræn, som krævede lidt bjergbestigertalent. Men hvilken lykke at nå toppen, for der er jo en fantastisk udsigt når man endelig når derop.

For de flestes vedkommende blev der ikke brug for pandelamperne. Den fornøjelse fik vi dog med ved de sidste poster. Stavern "by night" med alle lysene tændt og lyset spejlende i vandet omkring, set fra toppen. Så snakker vi... Og nå ja, vi fandt også alle poster.





Lørdag blev vi hentet af Odd – forberedte på en længere tur (max 4 timer). Der var lagt op til pointløb i en del af det område, der kaldes „Ulfsbakk“ med udgangspunkt fra Larvik OK's klubhus.

Inden vi kom så langt ville Odd dog lige vise os lidt kulturhistorie, som var gemt inden for politihøjskolens område. En flok gamle velholdte kanoner, klar til affyring ud over vandet mod fjendtligt angreb. Kanonerne blev stadig brugt – dog kun til ceremonielle formål.



– Odd fortæller om kanonerne. Udover at være buschauffør var han også kompagnichef i batteriet...

4 timer på „Ulfsbakk“

Hold 1 klar til start – ingen grund til at vente når nu vi er klar...

Jonna og Stine er startet med planer om at følge en sti mod øst. Første forhindring efter 2 min., kigger ned, ser Nike sko og mit snøreband er gået op ...Arrgh – jeg har glemt at skifte til o-sko! Hjem igen, skifte sko, ud til tålmodigt ventende Stine. – Allerede ved vores anden post får vi brug for de tillærte bjergbestigergreb fra dagen i forvejen, dog i endnu højere grad... og ned skal man jo også. Her kan man i visse tilfælde med fordel sætte sig ned og rutsje på rumpen. Husk at sætte hælen i inden skrænten!

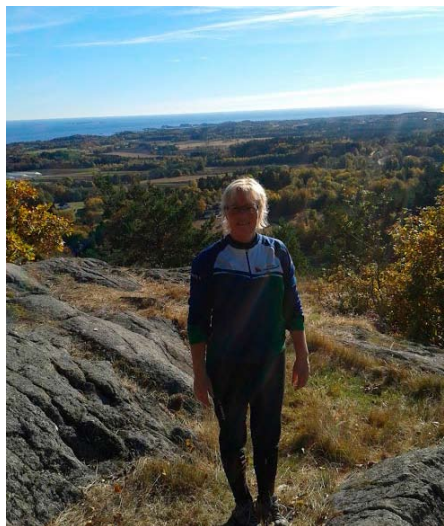


– Post 33...

Knap et par timer senere i løbet når vi, efter en lang „op-tur“, til post 33. Her møder os endnu en skøn udsigt (se billederne). Perfekt til at nyde den medbragte proviant. Gennemsnitstiden fra post til post er steget væsentlig ifht. fredagsløbet.



– Post 33 med O-brillerne på...

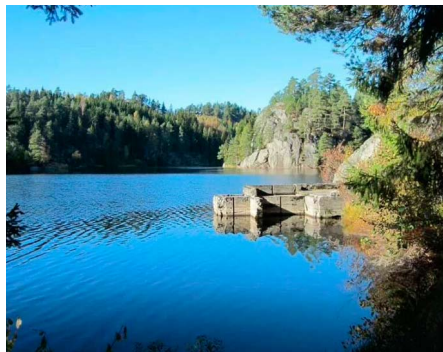


– Udsigten fra post 33 med artiklens forfatter som blikfang; bemærk Larvik fjorden i baggrunden...

Senere post 49, og så lige 100 m i den gale retning for at få en søudsigt med – Langevann søen (se billedet). Efter 3½ time er vi tilbage ved klubhuset – godt brugte, men fuld af oplevelser.

Lørdag aften efter en velfortjent 2 retters menu bestående af kylling og karamelbud-ding, var der samling for O-løbere i et af politihøjskolens lokaler. Her var livlig diskussion om dagens løb, og Lars-Ole fremlagde efter svære beregninger, hvor alle fire regningsarter var i spil, det samlede resultat af de 2 dages løb. Ikke overraskende brillerede vi med en 1. plads fra bunden. End ikke et sko-bum mindre kunne have ændret på dette.

Søndag morgen var vi tilmeldt stævnet Marum-mila med Sandefjord OK som arrangør. Stævneplads mellem Sandefjord og Larvik. Fællesstart – én for 10 km og én for 5 km. Et spændende og publikumsvenligt løb med en post på stævnepladsen, som vi kom tilbage til flere gange i løbet. Det var 1. posten og så en sløjfe ind i skoven mod nordøst. Tilbage som post 5, ud i ny sløjfe mod vest, tilbage



– Udsigten ved post 49.



som post 9, hen til start, hvor vi fik udleveret nyt kort (med nyt målestoksforhold), og sendt lidt længere ud i skoven mod syd. På det første kort skulle man dog ikke lige vælge den forkerte kø ind i skoven, idet halvdelen af kortene havde den modsatte sløjfe som de første poster.

Det var mere letgennemløbeligt terræn end dagen før. Dagens taktik: Fokuser på at spænde de rigtige sko på!

Der var et par poster der havde gemt sig lidt for mit vedkommende. Dagens bum: Der var ikke sat „hegn“ op fra sidstepost til mål for evt. vildtfarende o-løbere. Resultat: Med lav sol over stævnepladsen, ramte jeg ikke lige målslusen i første hug. Først med råb i kor fra næsten hele nordkredsens deltagere („Tilbage!“, „Til højre!“, „Til venstre!“), som jo var nået i mål, lykkedes det.

En fantastisk tur med god stemning og masser af sol. Kan stærkt anbefales. Jeg er ret sikker på, at jeg på alle deltageres vegne kan sige tak til Lars-Ole Kopp for den store indsats.

Jonna Jørgensen



– På vejen hjem hvor der ventes på color line superspeed efter 3 dages løb. Her modtages de sidste norske solstråler i fulde drag.

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

Orienteringssporten er stadig i brugerrådet

Onsdag den 13. november var jeg sammen med 4 gæve klubkammerater til offentlig brugerrådsmøde i Naturstyrelsen Vestjylland. Det foregik på Skærum Mølle mellem Vemb og Ulfborg. Anledningen var bl.a., at der skulle vælges 2 nye medlemmer til brugerrådet.

Orienteringsløberne har hidtil været repræsenteret af et medlem fra Vestjysk OK. Han er imidlertid flyttet til Grønland. I hans sted opstillede vi sammen med Vestjysk OK Niels Henrik Olsen fra Vestjysk OK.

Sammen med tre andre skulle han konkurrere om de to pladser. Hver kandidat fik 2 minutter til at præsentere sig selv. Det gjorde Niels Henrik så godt, at han vandt afstemningen. Så fremover har vi stadig en orienteringsløber i rådet. Ikke for at han kun skal tilgodese orienteringsløb, men for at han kan bidrage med fakta om vores sport, når det bliver nødvendigt.

– Og nødvendig kan det godt blive, når de nye zoneringsregler skal føres ud i livet. Her opdeles skovene i tre zoner: Stillezone, Facilitetszone og Friluftzone.



spar Nord

Spar Nord Herning
Dalgasgade 30, 7400 Herning
Telefon 97 11 70 00
Telefax 96 27 76 43
www.sparnord.dk/herning



Stillezonen vil nogenlunde komme til at svare til de vildtflommer, vi kender i dag. Jeg tror sagtens, vi orienteringsløbere kan leve med den zone. Som ordet siger, er det områder, der holdes fri for uro, så vildtet får gode opholdsmuligheder. Måske opstilles en enkelt bænk, hvor den stille skovgæst kan nyde naturen og stilheden. Her vil man kun sjældent møde andre skovgæster.

Facilitetszonen er områder der udlægges til urolig og måske støjende adfærd. Det kan være f.eks. skovlegepladser, shelters og mountainbike-ruter. Denne zone vil ligge tæt på parkeringspladser og adgangsveje. Det er nok her, man vil kunne møde flest af skovens gæster.

Resten af skoven vil udgøre Friluftszonen, der er lige så velegnet til friluftsliv som facilitetszonen, men der vil ikke blive foretaget større investeringer i faciliteter for friluftsliv.

Vi hørte også meget om driftsplanen for distriktets skove for en 15-årig periode. Bl.a. er man gået i gang med at rydde et større område i Husby Klitplantage. Det drejer sig om „Gryden“ et af de bedste orienteringsområder i skoven,

samt den store, parabelformede indlandsklit, der på tre sider omkranser „Gryden“. Her er det bjergfyrrerne, der må lade livet.

Hvis du søger på „Zonering for friluftsliv på Naturstyrelsens arealer“ vil du kunne få et godt indblik i fremtidens tanker om styrelsen af Danmarks statsskove.

Asger Kristensen

Klubtur i februar

Der er reserveret 25 pladser på Hirtshals Danhostel til overnatning i forbindelse med Nordjysk 2-dages.

Skriv "overnatning" ved tilmeldingen i O-service, gerne i god tid!

Anni Jensen
Arrangementsudvalget

Juleløb i Løvbakkerne

Lørdag den 7. december

Efter jule-træningsløbet vil Arrangementsudvalget sørge for varm gløgg og masser af gratis æbleskiver i Naturskolens lune og hyggelige lokale.

Du er velkommen til at møde op selvom du ikke skal ud at løbe!

Med før-jule-hilsen
Anni Jensen, Arrangementsudvalget

Klubaften i Herning OK

Torsdag den 19. december fra kl. 19

Efter torsdagsløbernes løbetur fra kl. 18 til ca. kl. 19 vil der være ta'selv julefrokost og alle er velkomne til at deltage! Det er en tradition at man enten bidrager med mad eller kontanter.

Tilmelding på liste i kalenderen på hjemmesiden. Samme sted har torsdagsløberne en madliste, hvor du evt. kan skrive dig på til at medbringe en ret mm.

Klubaften i januar

Bankospil?

Nu er det op til klubmedlemmerne, om det er et arrangement, som I har lyst til? – Kontakt arrangementsudvalget!

Klubaften i februar

Ifm. med klubtur til Nordjysk 2-dages - se side 9.

Klubaften i marts

Spisning + musikaften på Fermaten.

Poul Krebs spiller på Fermaten den 16. marts.

Poul Erik og Elin Lyngsø vil tilbyde at reservere 20 pladser til os + reservere et lokale hvor vi kan spise sammen.

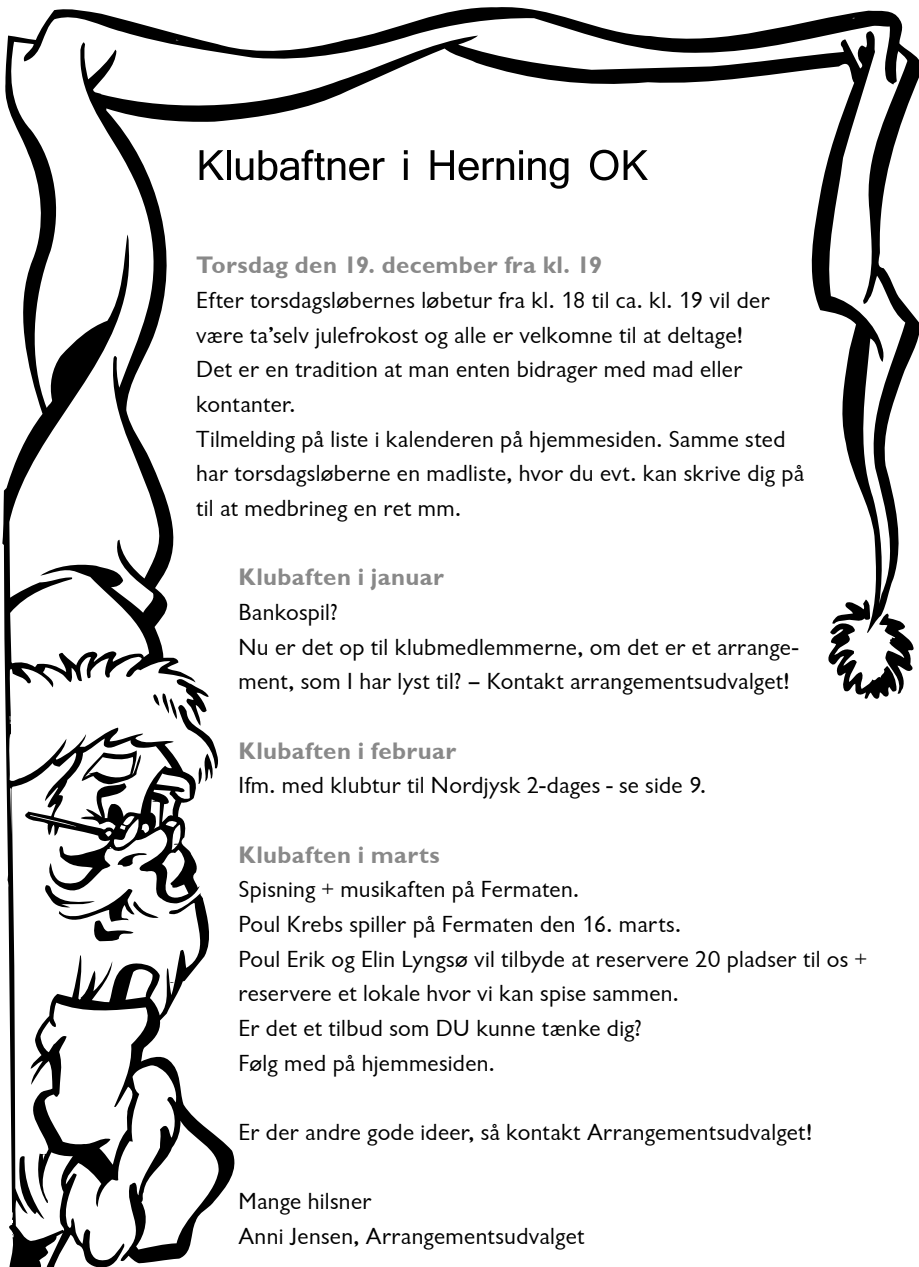
Er det et tilbud som DU kunne tænke dig?

Følg med på hjemmesiden.

Er der andre gode ideer, så kontakt Arrangementsudvalget!

Mange hilsner

Anni Jensen, Arrangementsudvalget





Indbydelse til indvielse af Løvbakke Dyrehave

Det vil glæde Herning Kommune, at se dig til indvielse af Løvbakke Dyrehave fredag den 13. december 2013 kl. 14.00.

Arrangementet foregår på kanten af heden inde i selve dyrehaven. Parker ved den store P-plads. Gå gennem den flotte indgangsport, og følg asfalten og fælterne frem til festpladsen. Der er ca. 250 m fra P-pladsen til festpladsen.

Udvalgsformand Finn Stenget Petersen med flere vil holde tale, og dådyrene ud sættes. Medbring gerne kikkert. Der vil være et lille vilddraktament på festpladsen. Der er mulighed for at se dådyrudstillingen på Naturcentret efter indvielsen.

Med venlig hilsen
Herning Kommune, Natur og Grønne Områder

Mødested: Løvbakkevej 32, 7400 Herning (følg skiltningen mod dyrehaven)



Kontakt: Karen-Louise Smith
Tlf: 61 26 08 16 / 96 28 81 48
Mail: ngoks@herning.dk



Aktivitetskalender – udvalgte åbne løb

DAG DATO	TYPE	AKTIVITET	SKOV ARRANGØR	SENESTE TILMELDING
Torsdag 26/12	C	Julenissepointløb	Guldager OK Esbjerg	22/12
Søndag 5/1	C	Nytårsløb	Mariager By Byskov + Alstrup Krat Mariager Fjord OK	18/12
Torsdag 6/2	C	NightChamp 2013-14 4. afd.	Gjern Bakker OK PAN	3/2
Torsdag 20/2	C	NightChamp 2013-14 5. afd.	Silkeborg Nordskov OK PAN	17/2
Torsdag 27/2	C	NightChamp 2013-14 6. afd.	Sukkertoppen OK PAN	24/2

Tilmeld dig til de åbne løb via O-Service (www.o-service.dk) eller i god tid til Gitte og Torben Isen. Tilmeldinger efter nævnte datoer accepteres ikke.

Husk: Der er endnu flere åbne løb end dem vi har udvalgt her - se hele listen på www.o-service.dk



Tlf. 97 21 69 88

www.bentjensen.eu



Træningsløb i Herning OK

DATO	SKOV	BANELÆGGERE	AFMÆRKNING	NUMMER / BEMÆRK
Lørdag 30/11	Nørlund Nord	Torben Hansen + Erik Thomsen + Knud Erik Klode	Ejstrupvej	16
Lørdag 7/12	Løvbakkerne	Brian Nielsen + Michael Lauridsen	Løvbakkevej	2 Æbleskiver/ kåring af klubmestre - se side 9 og 15.
Lørdag 14/12	Skarrildhus	Søren og Rasmus Andersen + Jonna Jørgensen	Sdr. Ommevej / Skarrild	30 Nyt område!
Torsdag 26/12	Knudmosen	Torben Hansen + Jesper Hedevang + Frede Rasmussen + Lasse Skov	Klubhuset Godsbanevej 2	1 2. Juledag Start kl. 12.30

Træningsløb i starten af 2014: Følg med på hjemmesiden!

– De sidste brikker i træningsløbsplanen for 2014 var ikke faldet på plads ved redaktionens afslutning.

Afmærkning: Se detaljer på www.herning-orienteringsklub.dk ... Arrangementer ... Afmærkninger



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, ekstra kort svær 3-4 km,
kort svær 5-6 km og lang svær 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.

Angivelse af løbsområdet samt vejledning i banelægning vil banelæggerne modtage 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 afleverer du i optalt og rengjort stand senest 2 dage efter.

Husk: Ingen kontanter i klubhuset!

Salg af EMIT/Sportident brikker

Herning Orienteringsklub giver tilskud til køb af brikker. Bestil EMIT eller Sportidentbrikker hos Frants Nielsen: frantsnielsen@mail.dk / 97 22 37 03





Træningsudvalget informerer

I år skal vi kåre både klubmester dag, nat og MTB-O. Mestrene er blevet fundet ved de forskellige klubmesterskabsløb, der er blevet afholdt hen over efteråret.

Kåringen foregår (som traditionen byder) ved æbleskive-løbet i Løvbakkerne den 7. december.

Det bliver spændende, at se om vi kan samle alle klubmestre til et rigtig godt foto til klubbladet og hjemmesiden.

Træningsløbsplanen for 2014 er endnu ikke færdig, og vi mangler også en del skovtilladelser endnu. Hold derfor øje med hjemmesiden, indtil planen er klar.

Venlige hilsener

Træningsudvalget / Søren Søgaard



Salg af klubbetøj

	Voksen / barn
Overtræksjakke (blå, grøn, hvid) model "trainer LZR Jacket"	500 / 400 kr.
Overtræksbukser (sorte) model "trainer TRX pants" med lycra bag	500 / 375 kr.
Overtræksbukser (sorte) model "motion TX pants"	350 / 250 kr.
O-løbebluse m/kort ærme+lynlås (blå, grøn, hvid) model "extreme LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebluse m/langt ærme+lynlås (blå, grøn, hvid) model "extreme LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebluse m/langt ærme. O-nylon (blå, grøn, hvid) model "basic LZR"	400 / 300 kr.
O-løbebukser 3/4 længde (sorte) model "Extreme TRX short O-pants"	300 / 225 kr.
O-løbebukser (sorte) O-nylon "basic TRX long O-pants" m/dobbelt for	300 / 225 kr.
O-løbetights (sorte) model "Run TRX long Tights"	300 / 225 kr.
O-hue (blå/grøn/hvid) "B56-L bi-elastic LZR cap"	150 / 150 kr.
Du kan bestille tøjet hos Stine eller Jonna:	
stinetaudahl@gmail.com / jojoda@live.dk eller tlf.: 24 25 33 42 / 60 89 90 74	

Tøjet er fra Trimtex - se mere på www.trimtex.no

Medlemskonkurrencen 2013

Stillingen pr. 1. Oktober 2013 er at **Lars Mikkelsen** fører den lokale konkurrence i Herning Orienteringsklub. – Der er dog stadig et stykke vej op til de førende i den landsdækkende konkurrence: Kurt Thorøe fra OK Esbjerg og Guri Alm fra OK-HTF.

Konkurrencen løber helt frem til den 31. december 2013, så husk af få registreret dine point på www.medlem2013.dk

Vinderen af vores lokale konkurrence bliver hædret ved generalforsamlingen i begyndelsen af 2014.





5 days of Apennines
Italy, July 27th - August 1st 2013

Når Isen bliver hot...



Del 2: O-løb mellem smalle gyder og svulmende kavalergange

[Fortsat fra forrige nummer...]

3. etape var en sprint i de smalle gyder i Genovas gamle bydel med stævneplads på den gamle havn.

Temperaturen var oppe på 38°, og der var ingen kølige bjergbriser.

På denne sprint fik jeg en oplevelse, som jeg ikke tidligere har fået i noget o-løb:

Det viste sig, at det optimale vejvalg på nogle af strækkene gik igennem byens red-light-district. Og da vi løb, mens italienerne holdt siesta, var pigerne ude at stå foran husene i deres mest udfordrende påklædning!

Jeg fik en masse tilråb, da jeg passerede. Jeg forstår ikke italiensk og havde svært ved at



5 days of Apennines

Italy, July 27th - August 1st 2013



forstå de opildnende tilråb (Gitte sagde i øvrigt, at de slet ikke havde råbt til hende), men hvorom alting er, kneb det for mig at bevare fokus, og jeg bommede både stræk-
ket fra 8-9 og fra 15-16.

– Jeg tror, der var flere underlige stræktider i herreklasserne denne dag...

En anden pudsigt ting ved løbet var, at vi ikke kunne opsamle vores GPS-spor denne dag, da det i de smalle gyder var umuligt at holde forbindelse til satellitterne.

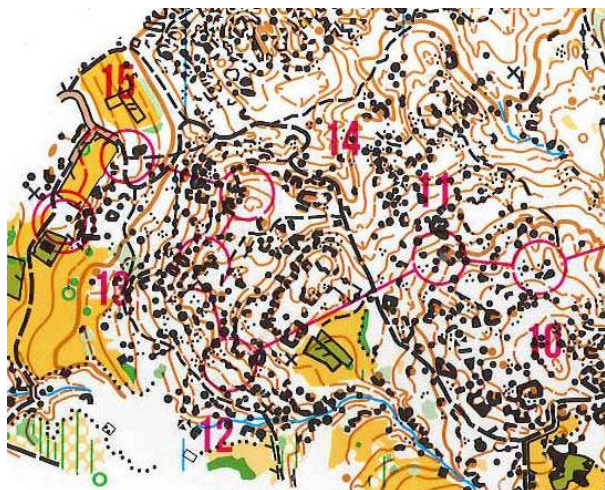
Gitte kom godt igennem og blev nr. 10 af 43 i D50.

Jeg fik heller ingen etapesejr denne dag, men måtte nøjes med nr. 25 af 36.

– Gitte i den pæne del af byen.



5 days of Apennines
Italy, July 27th - August 1st 2013



Til de to sidste etaper måtte vi atter op i
højderne til detaljerige terræner.

Det blev ikke til nogen etapesejr til mig, men
Gitte klarede sig igennem til en samlet flot
10. plads.

Læs i næste nummer:
WMOC i Bjarne Riis terræn.



– En hot fru Isen efter målgang.

Generel information

Deadline for KompasPosten 2014

- ☑ Nr. 1 har deadline den 12. januar og udkommer ca. 25. januar
- ☑ Nr. 2 har deadline den 23. februar og udkommer ca. 9. marts
- ☑ Nr. 3 har deadline den 13. april og udkommer ca. 26. april
- ☑ Nr. 4 har deadline den 25. maj og udkommer ca. 7. juni
- ☑ Nr. 5 har deadline den 10. august og udkommer ca. 23. august
- ☑ Nr. 6 har deadline den 28. september og udkommer ca. 11. oktober
- ☑ Nr. 7 har deadline den 16. november og udkommer ca. 29. november

Indlæg bedes sendt til KompasPostens redaktion på klubblad@herning-orienteringsklub.dk. Hvis indlægget indeholder billedmateriale / illustrationer, skal originalerne sendes separat. Signerede indlæg udtrykker indsenderens mening, men tegner ikke givetvis klubbens mening.

Information

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

Opret gerne selv indlæg på hjemmesiden (kræver login) eller send materialet til wm@herning-orienteringsklub.dk.

Den komplette medlemsoversigt kan findes i O-service, www.o-service.dk.

Herning Orienteringsklubs træningsløb er gratis for klubbens medlemmer. Brikleje 10 kr. Ved Danmarksmesterskaber og divisions-turneringsløb betaler klubben startafgiften for klubbens medlemmer.

Dog afholdes udgiften til brikleje af løberen selv.

Ungdomsløbere

Herning Orienteringsklub betaler delvist startafgiften for klubbens ungdomsløbere ved åbne løb. (Brikleje betales af løberen) Hvis løberen alligevel ikke stiller til start, skal løberen selv betale afgiften.

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 ca. 1/4 2014)
Torsdag	kl. 18.00	fra klubhuset
Lørdag	kl. 12.30	orienteringsløb i skoven (til ca. 1/4 2014)



Klubbens udvalg

Arrangementsudvalg

Anni Jensen, Jonna Jørgensen, Bitten Nielsen, Stine Søndergård.

Klubhusudvalg

Søren Andersen (udlejning), Henning Bendtsen, Inger Knudsen, Åge Knudsen, Arne Lock, Mogens Andersen, Brian Nielsen og Kristian K. Pedersen.

Kortudvalg

Flemming Sasser, Jens Ole Krogh, Frede Rasmussen, Lucia Aagaard, Egon Mathiasen og Asger Kristensen.

Kommunikationsudvalg

Kim Hyldgaard, Kaj Kaspersen, Kurt Hindkjær og Knud Erik Klode.

Økonomiudvalg

Mildred Hansen, Gitte og Torben Isen.

MTB-O udvalg

Brian Nielsen og Svend Erik Hedevang.

Ungdomsudvalg

Kim og Irene B. Schmidt, Lars Mikkelsen, Jan Mathiasen og Lene Nygaard.

Træningsudvalg

Søren Søgaard Nielsen, Andreas Skov, Leif Olsen, Susanne Kristensen og Ole Jacobsen.

RUF udvalg (Rekruttering, Udvikling og Fastholdelse)

Annica Olsen, Asger Kristensen, Charlotte Mikkelsen, Irene Schmidt og Pia Schmidt.

Trykstuen



Print & kopiservice

Tlf. 96 88 22 87 · www.trykstuen.dk

Medlemskartoteket november 2013

Antal medlemmer:

138

Vi siger velkommen til

Anders Bareuther
Nørregade 92
7400 Herning

Vi siger tillykke til

03/12 Kim B. Schmidt
09/12 Flemming Hansen
10/12 Flemming Sasser
13/12 Ole B. Andersen
15/12 Knud Erik Klode
15/12 Jenny Kristensen
19/12 Erik Dag Nielsen
27/12 Poul Jørgensen
02/01 Poul Erik Lyngsø
03/01 Anton Rasmussen
05/01 Hans Jørgen Vad
09/01 Thomas Lindschouw
12/01 Frede Rasmussen
19/01 Tanja Jessen
22/01 Kjeld Bækgaard
23/01 Allan Porsmose

Har du husket ...
OBS! ... at opdatere
O-service??
www.o-service.dk





Årets klubtur

Den årlige klubtur 8-10. november kunne med få ord beskrives som mega våd, for nogle mega svært rent O-teknisk, men heldigvis også mega hyggeligt med super indkvartering på Naturcenter Fosdalen, lækker mad og masser af hygge!
Billedesiden har indfanget stemningen...



(Foto: Maybrith Axelsen)



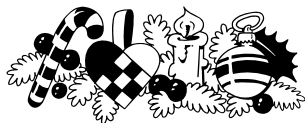
KompasPosten
Egeskovvej 12
7451 Sunds

B
Economique

Indholdsfortegnelse

Side

Kontaktinformation til bestyrelse m.fl.	2
Find Vej Dagen 2014	3
iNORDvation 2 / 2013	4
Orienteringssporten er stadig i brugerrådet	8
Klubtur i februar / Juleløb i Løvbakkerne	9
Klubaftner i Herning OK	10
Indbydelse til indvielse af Løvbakke Dyrehave	11
Aktivitetskalender	12
Træningsløb i Herning OK	13
Regler for træningsløb	14
Træningsudvalget informerer / Salg af klubbøj	15
Medlemskonkurrencen 2013	16
Når Isen bliver hot... – Del 2 –	17
Generel information	20
Klubbens udvalg	21
Medlemskartoteket november 2013	22
Årets klubtur	23



- Starten går til Marum milen søndag den 13. oktober. (Foto: Kim Hylgaard)



- Til Marum milen – Læs hele historien på side 4. (Foto: Kim Hylgaard)