



# Klubnyt august 2017

## Nyt fra bestyrelsen :

Dette nummer af "Klubnyt" indeholder oversigt over sensommerens klubløb samt Børne-og Ungdomstræning, hvor begge aktiviteter kan ses som forberedelse til efterårets divisionsmatcher.

Men derudover er der spændende læsning om Kirsten og Ann's fjeldorientering på Lifjell i Norge samt Peter og Vivi's orienteringstur til Færøerne.

Skaw-dysten havde engageret Ole og Ellen som banelæggerteam. Læs deres interessante artikel.

## KLUBLØB :

Sensommerens klubløb er allerede godt i gang. - Men antallet af deltagere fra klubben kunne godt ønskes noget større, når man betænker det store arbejde der nu engang er med planlægning, rekognoscering, postudsætning, løbsafvikling og postindsamling.

Til alt held har de nye banelæggerteams vist sig funktionsdygtige, men det er sjovest at arrangere et klubløb, når medlemmerne i stort tal møder op i skoven.

I løbet af året har fremmødet har været fra 9 - 38 løbere, hvortil kommer fra 2 - 13 løbere fra andre klubber. --- Husk, at der også er mulighed for en hurtig gang tekniktræning hver tirsdag kl. 17:00 - 18:00 i forbindelse med børne- og ungdomstræningen. Se program nedenfor og på hjemmesiden. -- Giv besked pr. sms til Allan Reiche eller via Facebook, hvis du kommer.

## Efterårets klubløb :

| Dato  | Dag     | Terræn              | Banelæggere                                                                                   |
|-------|---------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17-08 | Torsdag | Lilleheden          | Poul Henning Pedersen, Finn Mengel, Gert Odgaard, Ida Eller                                   |
| 24-08 | Torsdag | Tversted            | Bent Skjoldborg, Jacob Madsen, Christian Larsen., Hanne H.                                    |
| 31-08 | Torsdag | Søheden             | Kjeld Arildsen, Jan Petersen, Hanne Bak-Mikkelsen, Kirsten Thomsen                            |
| 23-09 | Lørdag  | Lundegaardsskolen   | Ole Thomsen, Claus, Egon Kjøller., Anne Marie Søgaard                                         |
| 08-10 | Søndag  | Bangsbo             | Finn Hørup, Lisbet Nielsen, Simon Olesen, Jane Clausen.                                       |
| 22-10 | Søndag  | Råbjerg             | Ole Thomsen, Claus, Egon Kjøller, Anne Marie Søgaard                                          |
| 11-11 | Lørdag  | Bunken Klitplantage | Henning Bak-Mikkelsen, Gro Glans, Jens Rasmussen., Mette Reiche, Lene Bendtsen                |
| 19-11 | Søndag  | Bjergby             | Allan Reiche, Sven OveThimm, Mette M.Bobach, Ann Gilleladsen.                                 |
| 26-11 | Søndag  | Kirkemilen          | Thorkild Holm Pedersen, Karin Wæhrens, Hans O, Tove Sommer.                                   |
| 10-12 | Søndag  | Tornby              | Allan Reiche, Sven OveThimm, Mette M.Bobach, Ann Gilleladsen.                                 |
| 31-12 | Lørdag  | Tolne               | Peter Arildsen, Sven Brøns, Vivi Arildsen, Palle Sørensen., Charlotte Strandbygaard Sørensen. |

## Divisionsturneringen

OK Vendelboerne er efter forårets match placeret som nummer to i nordkredsens 3. division. Match 1 blev i maj afviklet i Silkeborg Sønderskov, hvor deltagerne fra klubben gjorde en fornem indsats med gode placeringer. At vi ikke fik førstepladsen skyldes, at vi ikke var så mange, der deltog. Måske fordi der var langt til Silkeborg og så var der også noget med nogle konfirmationer.

Placeringen som nummer to er et godt udgangspunkt for septembermatchen og for op/nedrykningsmatchen i oktober. Men vi skal altså nogle flere afsted, hvis vi skal rykke op i 2. division. Sidste år var det lige ved og næsten. Vi vandt 3. division og vi kæmpede bravt for at tage 2. divisionspladsen fra Mariagerfjord OK. Matchen med Mariagerfjord var uafgjort på både matchpoint og løbspunkt, så der skulle fintælling af førstepladser til, før Mariagerfjord kunne tage sejren. Havde vi blot haft blot én Vendelbo mere på startlisten.

Sensommermatchen afvikles i Svinkløv den 17. september og op/nedrykningsmatchen i Stendal/Ulvedal den 1. oktober.

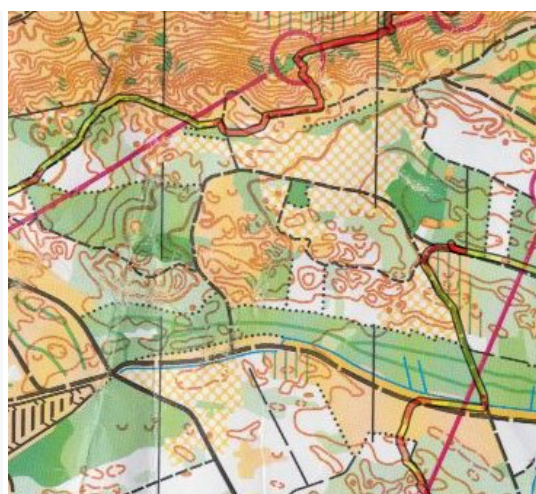
Klubben har brug for alle medlemmer til de to matcher. Klubben betaler hele løbsafgiften og dækker transportomkostninger – det plejer at være både hyggeligt og spændende. Champagne til både børn og voksne er indkøbt – vi er så klar til divisionsfest.

Tilmeld dig allerede nu på o-service eller til Peter.

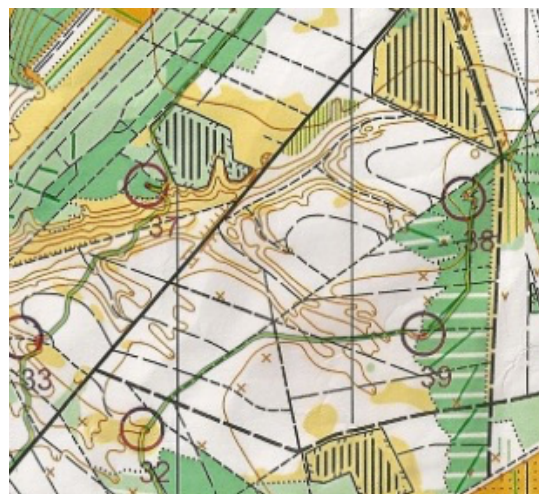
## Stillingen i 3. division

|                 | score     | point |
|-----------------|-----------|-------|
| Randers/Djurs   | 312 - 195 | 8     |
| Vendelboerne    | 321 - 206 | 6     |
| KaSki OK        | 256 - 215 | 4     |
| Nordvest OK     | 174 - 248 | 2     |
| Vestjysk O-klub | 85 - 284  | 0     |

### Svinkløv



### Stendal/Ulvedal





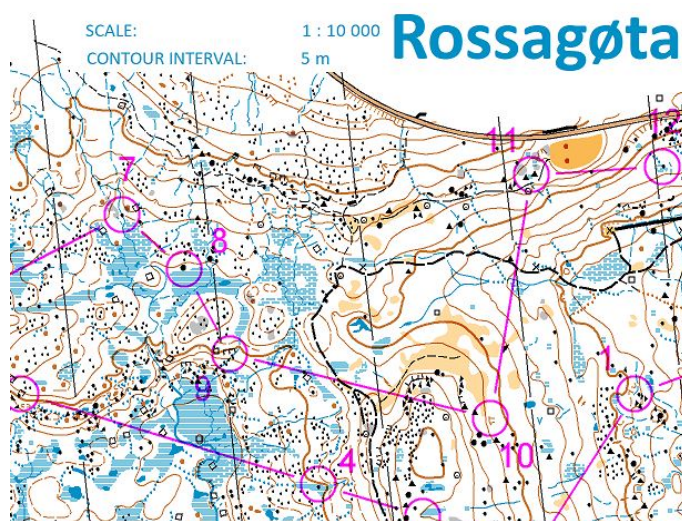
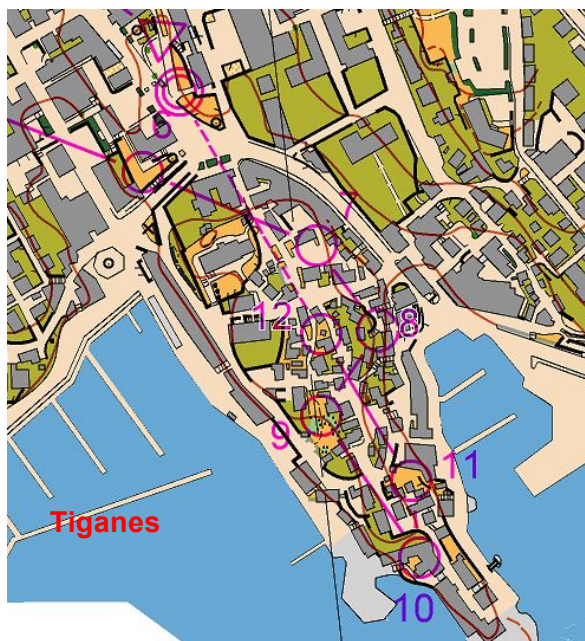
## Færøerne 2017

Vi har i mange år snakket om at besøge Færøerne, men det er aldrig før blevet til andet end snak. Så da Politiets Idrætsforening i Esbjerg planlagde en tur, hvor man både kunne se Færøerne og løbe orienteringsløb, slog vi til. Vi boede i Thorshavn på vandrerhjemmet Kerjalon, der ligger højt over byen lige ved siden af hotel Færoyar, som er byens fineste hotel.

Det blev en helt fantastisk tur, hvor vi besøgte mange af øerne og så den storslåede natur, der er så helt forskellig fra vores.



Vores første orienteringsløb var et byløb i Thorshavn, hvor vi sluttede i den gamle bydel på Tinganes. Her er gaderne meget smalle og bratte, og man skal holde ørerne stive for ikke at løbe forkert.



Næste eftermiddag løb vi på fjeldområdet Flatnahagi, vi startede lige udenfor vandrerhjemmet og løb i et åbent område med moser og vandløb, men uden træer, man skulle tro at det var let at se posterne her, men mange blev klogere under turen, det var ikke helt let at overskue terrænet selv uden træer.

Vi besøgte også øernes næststørste by Klaksvig, her besøgte vi et Lagtingsmedlem, som også var ansat ved politiet, hun fortalte os om hvordan Lagtinget fungerer og om deres problemer med de forskellige fraktioner. Desuden serverede hun også kaffe for os (ca. 50 personer) i sit hjem.

Det sidste løb foregik dels i et parkområde og dels oppe på fjeldet, hvor vi også løb sidste gang.

Det første område var næsten ene moser og meget tungt at løbe i, desuden var der mange hegn, hvor man skulle klatre over stenter. For at komme op i det andet område måtte man ca.

100 meter op ad et ret stejlt bjerg, så der var underholdning for tilskuere ved starten, som var lige nedenfor.

Vi brugte en af dagene på at se Thorshavn, som har et meget smukt Kunstmuseum, der ligger i en park. Der var malerier af mange færøske kunstnere og en meget flot glasmosaik af Trondur Patursson. Byen har også en meget smuk domkirke og en meget smuk katolsk kirke, som også har glasmosaikker og en Jomfru Maria, der smiler til en forandring.

Sidste dag blev der tid til et besøg på Nólsoy, hvor vi bl.a. så den åbne robåd som færingen Ove Joensen, roede i fra Færøerne til Danmark, han nåede efter 41 døgn [København](#) den [11. august 1986](#), og gik i land på Langelinie, hvor flere tusinder fejrede ham. Hans [færøbåd Diana Victoria](#) kan ses på Nólsoy

Det var en helt igennem vellykket tur sammen med en masse dejlige mennesker.

Derfor vil vi, som Søren Ryge ville sige: Tak til Erik Lindholdt for det kæmpe store arbejde han havde lagt i at tilrettelægge turen, til Peder Stephansen og Christian Assenholt for gode baner og til Jonna og Anne Marie for fin servicering under hele turen.

Vivi og Peter

## Børne- og ungdomstræning efterår 2017

| Dato     | Dag     | Mødetid | Mødested                                    | Moment            |
|----------|---------|---------|---------------------------------------------|-------------------|
| 08/08/17 | Tirsdag | 17:00   | Vandsted plantage, Hjemmeværnsgården        | Intro + opsamling |
| 15/08/17 | Tirsdag | 17:00   | Sct. Knuds kilde, legepladsen               | Kurver            |
| 22/08/17 | Tirsdag | 17:00   | Hjørring Bjerger, Børnehaven "ved bjergene" | Kurver            |
| 29/08/17 | Tirsdag | 17:00   | Bagterp Plantage, Skovhytten                | Følg John         |
| 05/09/17 | Tirsdag | 17:00   | Folkeparken, Soppedammen                    | Følg John         |
| 12/09/17 | Tirsdag | 17:00   | Lilleheden                                  | Ledelinjer        |
| 19/09/17 | Tirsdag | 17:00   | Vandsted plantage, Hjemmeværnsgården        | Ledelinjer        |
| 26/09/17 | Tirsdag | 17:00   | Tornby Klitplantage, P-plads, Rævskærvej    | Kort/lang         |
| 03/10/17 | Tirsdag | 17:00   | Bagterp Plantage, Skovhytten                | Kort/lang         |
| 10/10/17 | Tirsdag | 17:00   | Tornby Klitplantage, enden af Rævskærvej    | Forenkling        |
| 17/10/17 | Tirsdag | 17:00   | Lilleheden                                  | Forenkling        |
| 24/10/17 | Tirsdag | 17:00   | Vandsted plantage, Hjemmeværnsgården        | Stafet            |



## Sommerferieafslutning for B&U-gruppen



# **Lifjell med kort, kompas og rygsæk**

## **- en oplevelse udover det sædvanlige**

**v/ Kirsten Hald Holdensen**



**21/6 - 25/6 2017**

Efter at have været på flere vandreture herhjemme blev Ann og jeg enige om, at vi var ved at være klar til at tage til Norge på fjeldet. Bent Skjoldborg og Lene Bank havde pustet til tanken flere gange med deres beretninger. På nettet fandt vi en tur, som vi syntes lød spændende, organiseret af Mette ejer af firmaet All-Out.

Selve kurset var delt i to og hvor 1 dag var en introdag i Danmark + 5 dage på Lifjell, Telemarken, Norge.

På introdagen gennemgik vi udstyrs liste, forslag til mad og introduktion til fjeldnavigation og sikkerhed på fjeldet. Gruppen bestod af 8, som blev delt i 2 personers grupper og hver gruppe fik ansvaret for at planlægge en vandredag, hvor kun start- og slutsted var fastsat af Mette. Turplanen skulle indeholde udførlig beskrivelse af ruten i form af f.eks. koordinater, sikre pejlemærker som fjeldtoppe, sti/vandløbskrydsninger.

Forventningerne var store, da vi stod på parkeringspladsen ved Lifjell skicenter klokken 19 onsdag aften. Rygsækken var tungere end på turene derhjemme og visheden om de foran liggende strabadser skabte også lidt sommerfugle i maven. Man er vel altid lidt nervøse for om kroppen nu er stærk nok til belastningen, men også det at vandre i en gruppe, hvor det vil gå ud over de andre, hvis man ikke kunne følge med, gav uro i maven.

Lidt før kl. 20 var der afgang. Vi fulgte den blå vandresti syd om Kvintofjellet. Efter 2 km, hvor det går stille og roligt op hele tiden og vi har krydset et par små vandløb og vådområder, når vi trægrænsen. Vi fortsætter op mod søen Sandtjørn, hvor vi slår lejr i det nordøstlige hjørne.

Pga. det sene starttidspunkt var den første etape kun på godt 5 km og små 300 højdemeter, men det var alligevel tæt må midnat inden vi kunne krybe ind i teltet /soveposen.



Det blev ikke til meget søvn den første nat. Vi havde haft for travl med at få teltet sat op, og jeg sov som prinsessen på ærten, bortset fra ærten var en høj tue lige midt på liggeunderlaget. Lyden af fårenes klokker var endnu uvant og også medvirkende til roen ikke ville indfinde sig.

Hver dag startede vi med at blive briefet af dagens turledere om ruten. Vi gik efter reglen med 50 minutters gang og 10 minutters hvile og havde fokus på navigation med kort og kompas. Undervejs blev der lavet øvelser således, at alle blev trænet i at finde, hvor vi befandt os på kortet, f.eks. ved en 3-punktspejling.

Orientering i fjeldet er ikke meget anderledes end herhjemme og så alligevel forskelligt. For det første er målestoksforholdet 1:30.000 og ækvidistancen 10 meter. Uanset om det er en kort eller længere tur, så er det vigtigt at orientere løbende, så man altid er klar over, hvor man er. Man kommer nemt til at falde ind i en rytme med bare at vandre derudad og så har man ligesom vores gruppe været lidt uopmærksom og bare fulgt efter forreste mand. Dvs. man ikke får talt kurver og hvilket koster ekstra højdemeter. Vi prøvede det på en nedstigning af en smal gedesti langs et vandløb, hvor vi overså krydsning stedet. Turen op igen ad den smalle sti med fuld oppakning på ryggen lærte os lektien om altid at se ekstra godt på kortet på op og nedstigninger, og vigtigheden af at alle i gruppen følger med i orienteringen, idet dette ned-sætter risikoen for at lave fejl.

Brugen af ledelinjer, pejlepunkter, kompaskurs m.m. er helt som vi kender det.





På anden dagen efter morgenbriefing starter vi med at gå på en kompasretning mod syd indtil vi når en afmærket sti. Afmærkningen består i små, røde pletter maling på sten og træer. Vi følger stien langs med højdekurven mod fjeldtoppen Øysteinnsnatten i 1174 moh.

Dagens mål er Gavlesjø og turen dertil byder mange flotte udsigter, op og nedstigning gennem skovområde, krydsning af fossen Aslakstulåo. De sidste små 3 kilometer frem til søen vælger drengene at følge Rüdiger, hvis såle på begge vandrestøvler har løsnet sig. Vi piger er for længst solgt til vandring i fjeldet, trods at det er strabadserende og vælger at tage den knap så lette vej igennem skoven frem til søen.

Vi får teltet sat op på i vandkanten på et smukt lille næs. Vejret er skønt og det bliver da også til en lille svømmetur. Der var dog en enkelt rigtig træls ting ved stedet, knotter, og de bed.



Rüdiger får i løbet af aftenen syet sålerne "fast" ved hjælp af en syl og noget snor + en god portion håndværkersnilde. Det lykkedes ham at gå i støvlerne resten af turen, dog med små tilretninger undervejs.

Ann og hendes makker Per stod for planlægningen på 3 dagen, og vi startede i let støvregn med en opstigning i gennem et skovområde. Det går stille og fint op og da vi kommer op over skoven ved middagstid er regnen og tågen taget til og sigtbarheden er lav. Vi befinder os på en lille sæter med flere ubeboede hytter og en masse får. Vi kravler sammen på en veranda i ly for regnen og spiser frokost.



Opstigning fortsætter op langs en vandløb og det havde sikkert været en meget smuk tur, hvis man havde kunnet se længere frem end 30 meter.

Pga. den lav sigtbarhed vælges en anden rute end planen, da den oprindelig skønnes for farlig på de sejle og glatte klipper. Ann og Per fører gruppen flot og sikkert frem til dagens overnattingssted ved søen Holmen.



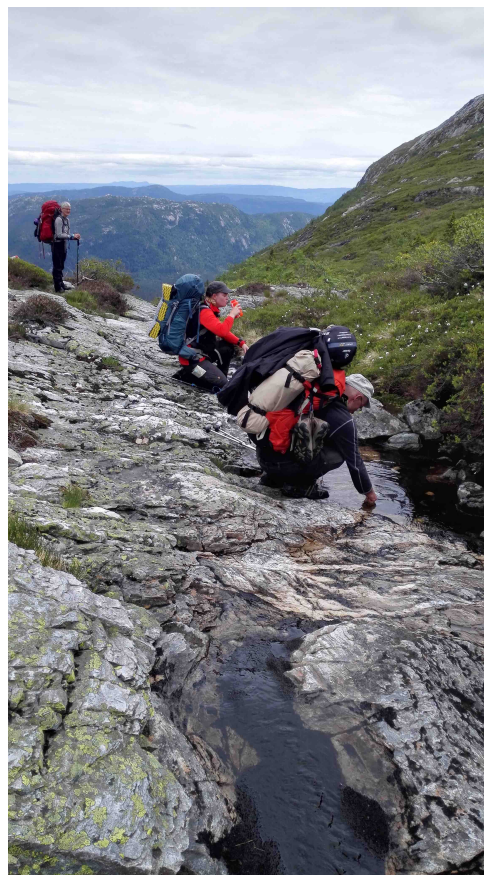


Alle var drivvåde og ville bare have teltet slået op i en fart, men det viste sig at den smule ekstra tid vi brugte på jagten efter et godt sted til teltet var givet godt ud, i forhold til at skulle flytte teltet senere pga regnen dannede små vandhuller. En god ting var at vores telt kunne rejses uden at inderteltet bliver gjort vådt under forehavendet. Andre havde telte, hvor inder-teltet skulle rejses først.

Vi priste os lykkelige over at have pakket skiftetøj og sovepose i drybags, og snart lå vi i vores soveposer og fik varmen igen. Først på aftenen stoppede regnen og det klarede op, så vi kunne se de smukke omgivelser. Der blev tændt et bål (det var jo også Sankt Hans aften) og jeg iførte mig de våde bukser og stillede mig tæt på bålet for at de kunne blive tørre. De fleste fik i løbet af aftenen og natten tørret alt deres tøj, og Bo lærte at en saks og et oppustelig liggeunderlag er en dårlig kombination, da han tabte saksen ned og punkterede sit liggeunderlag.

På 4. vandredag var det Malene og mig, der havde ansvaret for turplanlægningen. Dagen stod bl.a. på bestigningen af Jøronatten. Turens højeste punkt med sine 1276 meter.

Vi gik nordvest langs Holmen søbredden og fulgte stien op i slugten op mod søen Småholmen. Her skiltes vi fra vores turguide Mette, som ville følge Allan af plan B-ruten med knap så mange højdemeter. Det var en flot tur til toppen og udsigten deroppe var storslået. Samlet igen et par timer senere spiste vi frokost i dejlig solskin ved en foss og nød et velfortjent hvil.



På benene igen vælger vi at tage en kompaskurs og finde et pejlepunkt at gå efter til Repetjøn-nuten, men på vej støder vi på en god fåresti og vælger at følge den, selvom den krydser vores opfang mod syd i form af et vandløb. Vi har jo vores pejlepunkt sikkert foran os.

Oppe på højderyggen kan vi se en sø og ret hurtigt får jeg hele gruppen med på, at det er den

sø vi skal gå efter. UPS. Havde det ikke været for vores turleder, som synes det var lidt synd med de mange spildte højdemeter ned og op igen, så havde vi lavet en 90 gr fejl. Det tog lige lidt på mit humør at lave den fejl, men min makker og gruppen var gode til at tage medansvar og turen fortsatte.

Det var en meget smuk vandringsdag, som også bød på turens sværeste op og nedstigning på smalle og meget stejle gedestier i Valjuvet, inden vi nåede dagens mål Klokketintjønn. Det er den smukkeste lille sø, som har sit navn efter dens "klokkelyd". Da klokk på norsk betyder stueur, klokke- eller taktslag kan man oversætte det til klokkestensøen.

Klokkelyden vi vågnede til tidligt næste morgen var nu ikke fra søen, men fra en masse får der havde opdaget, at den tomme saltstensbeholder var blevet fyldt.



Sidste vandringsdag går vi sydøst af sti mod Falkefjell, hvor til vi laver en afstikker for at nyde udsigten og får taget et gruppebillede. Turen tilbage ned mod slutstedet er smuk med vandring i både skov, langs vandløb og små sættere. Etapen er ikke så lang, da vi skal nå tilbage til Lifjell skicenter og køre til færgen i Larvik.

Det var en meget vellykket tur, som kun har givet lyst til mere. Vi kan varmt anbefale vandring i fjeldet og at tage med Mette fra All-Out, hvis man ikke lige har mod på at tage af sted alene.



## Fjeldturens deletaper





## Skaw-dysten 2017

En af sommerens store O-oplevelser var Skaw-dysten som Skive og Skagen afholdt 6 – 9 juli. Vi blev på et tidligt tidspunkt involveret i løbet idet de to nævnte klubber ved årsskiftet rettede en forespørgsel til Vendelboerne om mulighed for at stille med en banekontrol. Ole tog imod udfordringen, men nogle uger senere fik vi yderligere en henvendelse, idet man egentlig havde brug for både en banelægger og en banekontrol. Efter et par dages betænkningstid enedes vi om at påtage os opgaven.

Selve Skaw-dysten bestod af flere elementer, fortræning i Kirkemilen, sprint i Skagen by med stævneplads ved Skagen Kirke, et MTB-O i Højengran og slutteligt to løb i Bunken Plantage med stævneplads midt i skoven.

Vi fik tildelt løbet om lørdagen i plantagens sydlige del. Vi valgte det ud fra, at det var den del vi kendte bedst, og ud over en del kravlen rundt i skov og klit voldte opgaven ikke de store problemer. Det kan være en fare ved, at man som par er både banelægger og banekontrol-funktionen, og vi var da også hele tiden bevidste om at vi ikke bekræftede hinanden i, at det var den rigtige postplacering vi havde fundet. Opgaven havde vi delt således, at Ole var banelægger og Ellen kontrol.

Det skal nævnes, at kortet er nyttegnet fra efteråret 2016, og efter vores bedømmelse har korttegneren formået at fremstille et rigtigt godt materiale, som vi havde meget stor glæde af at arbejde med.

Vi valgte selv at stå for udsætning af posterne, og stævneledelsen skaffede personale til forløb. Indsamlingen af posterne klarede vi, og det er dejligt at kunne færdes i skoven uden stress og jag og bare samle poster ind velvidende, at løbet er veloverstået, og da mange kom med positive tilkendegivelser omkring banerne, er der opnået meget, og det er en glæde at være med til at give deltagerne en god O-oplevelse.

Det er første gang vi har været med til at lave to løb i samme område, og vi har lært en del omkring fordeling af opgaverne mellem de forskellige banelæggerteams. Vi fornemmede, at det uden problemer kan lade sig gøre at arrangere "dobbeltløb" i samme område.



**Ole giver feed-back**

Ud over banelægning havde vi også påtaget os at stå for væskeposterne i skoven, det var ikke en stor opgave, men en ekstra hjælp til en travl stævneledelse.

Samarbejdet med Gert Johannesen fra Skive og Jørgen Jensen fra Skagen fungerede optimalt, og det var en fornøjelse at arbejde sammen med så entusiastisk et team.

O-hilsen og god "eftersommer".

Ellen & Ole.





Tak til Ellen og Ole



Diplomglæde



i mål

### **Bestyrelsens kontaktoplysninger :**

Kjeld Arildsen, formand  
 Lene Bank Hansen, næstformand  
 Ellen Thomsen, kasserer  
 Hanne Bak-Mikkelsen, sekretær  
 Susanne Arildsen  
 Allan Reiche  
 Kirsten Hald Holdensen  
 Ann Dissing  
 Gert Odgaard

[kjeld.arildsen@gmail.com](mailto:kjeld.arildsen@gmail.com)  
[lenebank1@gmail.com](mailto:lenebank1@gmail.com)  
[ellen@bmenneske.dk](mailto:ellen@bmenneske.dk)  
[hanne@bak-mikkelsen.dk](mailto:hanne@bak-mikkelsen.dk)  
[susanne\\_arildsen@hotmail.com](mailto:susanne_arildsen@hotmail.com)  
[mette.allan.mathias@gmail.com](mailto:mette.allan.mathias@gmail.com)  
[kirstenholdensen@gmail.com](mailto:kirstenholdensen@gmail.com)  
[anndissing@gmail.com](mailto:anndissing@gmail.com)  
[gert.odgaard@gmail.com](mailto:gert.odgaard@gmail.com)

5364 0724  
 4242 3661  
 2129 6087  
 4126 1553  
 9892 8789  
 2068 4585  
 5127 1412  
 3063 6455  
 4054 3607