



Klubnyt december 2017

Nyt fra bestyrelsen :

Klubløb 2018 :

Inden længe skriver vi 2018, og det betyder, at der i allernærmeste fremtid gerne skal være en plan klar for næste års klubløb.

Bestyrelsen vil gerne indkalde/ invitere alle klubløbsteams og selvfølgelig også medlemmer i øvrigt, som gerne vil høre om næste års klubløb og måske deltage i planlægningen af klubløb 2018.

Mødet finder sted onsdag den 29. november i klublokalet kl. 19:00

Vi vil samtidig benytte lejligheden til at sige tak for jeres modtagelse af ideen og udførelsen af samme. Det har været en stor fornøjelse at komme i skoven og møde de forskellige teams og høre, hvor positivt I er gået til opgaven med at rekognoscere i skoven, udarbejde orienteringsbanerne, udsættelse/indsamling af postskærme m.m. Opgaverne er blevet løst flot, og det har været klubløb af høj kvalitet.

Målet med at lave klubløbsteams var, at et mix af nye medlemmer, erfarne medlemmer, som tidligere har påtaget sig at være banelæggere, og endelig medlemmer som har løbet mange O-løb, men måske ikke har prøvet at stå for et klubløb, i forening kunne løse opgaven omkring klubløbene.

Planen den 29. november er igen at få fyldt klubløbskalenderen for 2018 til glæde for os alle i klubben. Vi vil også gerne høre fra de forskellige teams, hvordan I har grebet opgaven an, måske til inspiration for de andre. Vi står også i den heldige situation, at der er kommet nye medlemmer, som vi selvfølgelig gerne skal have placeret i et team. Så både en evaluering og ny fordeling, men vi regner ikke med, at mødet behøver at tage så lang tid.

I tilfælde af, at der er enkelte teams, der ikke er i stand til at være repræsenteret på mødet, kan vi være nødt til at sætte dem på de ledige datoer. I må så selv prøve, om I kan få dem byttet bagefter, hvis de passer dårligt.

Se den samlede oversigt over alle planlagte klubløb mv. i 2018 på de sidste sider



Oprykningsmatch sept. / okt.

Nu klinger sæsonen 2017 snart på sidste vers. Der har været mange fine orienteringsoplevelser, gode enkeltmandspræstationer og vundne mesterskaber, men anstrengelserne omkring 1/10, hvor oprykningen for hele klubben til 2. division var sat på dagsordenen, blev desværre kun lige ved og næsten. - Vi manglede desværre 4-5 af de gode stabile løbere, idet private gøremål forhindrede deltagelse i oprykningskampen.

Oprykningsmatch :



ØV



håbet er lyseblåt ingen grund til at springe i søen



Ny o-løbsskov :



Oplevelse med GPS v/ Kirsten Thomsen

Jeg var til møde i Klubben, hvor der blev lavet banelæggergrupper. Jeg kom i gruppe med Hanne Bak, Jan Pedersen og Kjeld Arildsen og vi skulle lave vores første løb i Klosterskoven 31. august.

I løbet af sommeren havde Kjeld tegnet kort over Søheden Plantage og derfor skulle vi lave løb der.

Jeg fik mail fra Kjeld, hvor der stod : ingen manillamærker ud - ikke nødvendigt, posterne udsættes på dagen med GPS.

Så fik jeg ondt i maven, nu havde jeg rodet mig ud i noget jeg ikke kunne overskue og jeg overvejede at melde fra. Jeg har lavet mange løb sammen med Aage, men der brugte vi jo en dag i skoven med at finde de rigtige placeringer og sætte manillamærker ud, det vidste jeg jo hvordan skulle gøres.

Vi mødtes ved Naturskolen Lunken og skulle så ud med posterne. Jeg fik lov at følges med Hanne Bak og udstyret med kort og GPS gik vi i skoven og det gik rigtig godt, GPS fortalte os den nøjagtige placering af posten. Det var en god oplevelse og jeg fandt ud af, at man ikke skal være bange for at prøve noget nyt.

Kunne vi i klubben måske holde et møde, hvor der blev fortalt lidt om postudsætning med GPS, for der er sikkert nogen der tænker ligesom mig og er usikre.

Påskeløb 2018 :

Mange "gamle" medlemmer i OK Vendelboerne benytter de første dage i påskeferien (torsdag, fredag og lørdag) til at deltage i det traditionelle påskeløb, som i påsken 2018 er henlagt til Fanø. Det plejer at være at være en meget hyggelig klubtur med fælles overnatning samt fællesspisning.



Påsken 2018 er den 13. 14. og 15. april. Der har før været påskeløb på Fanø, og i lighed med tidligere har vi reserveret luksuscampinghytter på Esbjerg Camping, altså på fastlandet.

Vi skal derfor sejle med færgen hver dag og med bus (måske 10 kr) til stævnepladsen. Ifølge campingmutter er der gode gratis parkeringsmuligheder ved færgen på Esbjergsiden.

Jeg har reserveret fem hytter nu, men kan få flere, er jeg sikker på. Der er allerede mange, der har reserveret en seng, men send mig en mail - lenebank1@gmail.com , så kommer du også på listen.

Hytterne er reserveret fra onsdag til lørdag, altså tre overnatninger. Prisen er 2250 kr pr hytte. Der kan være fire personer i hver. En lille bonusinfo, vi plejer at gå ud at spise sammen fredag aften!

Denne forhåndsreservation gælder kun overnatning, tilmelding til løbet sker via o-service eller til Peter Arildsen i februar/marts.

Hilsen Lene Bank



Teknisk træning i OK Vendelboerne – et tilbud for alle

Som det fremgår af Peters ugebrev, tilbydes der tekniktræning for alle klubbens medlemmer hver eneste tirsdag.

Det, der startede som kun børne- og ungdomstræning, er udvidet således det er muligt for alle at deltage. Der er oplæg for alle, inden der løbes nogle kortere træninger.

Formålet med tirsdagstræningen er ikke at få en masse kilometer i benene, men mere at have fokus på ét eller nogle få tekniske momenter, som gerne skulle udvikle teknikken hos den enkelte løber. Til gengæld kan den ivrige løber i nogle uger få hele to træninger i regi af OK Vendelboerne.

Uanset om man er rutineret eller nybegynder, har man godt af at få finpudset teknikken, da det jo er den, der til et gældende løb sikrer, at det med at løbe også glider fint. Uret stopper jo ikke fordi man står og kigger på sit kort, men om tirsdagen kan man frit komme og få noget teknik fyldt på, og få noget sparring, der rykker på evnen til at læse og forstå kortet, at udtage vejvalg, at gennemføre det, at finorientere mv.

Hen over efteråret fortsætter træningen hver anden tirsdag, med pandelampe, så udover noget tekniktræning, er det også tilvænning til natløb.

Programmet frem til påske ser således ud:

Dato	Dag	Mødetid	Mødested	Moment
14-11-2017	Tirsdag	17:00	Lundergårdshallen	Mørketilvænning
28-11-2017	Tirsdag	17:00	Folkeparken, Soppedammen	Mørketilvænning
12-12-2017	Tirsdag	17:00	Hjørring Bjerger, Børnehaven "ved bjergene"	Ledelinjer
02-01-2018	Tirsdag	17:00	Lilleheden, Lilleheden skovvej	Ledelinjer
16-01-2018	Tirsdag	17:00	Bagterp Plantage, Skovhytten	Forenkling
30-01-2018	Tirsdag	17:00	Tornby Klitplantage, enden af Rævskærvej	Forenkling
13-02-2018	Tirsdag	17:00	Sct. Knuds kilde, legepladsen	Kurver
27-02-2018	Tirsdag	17:00	Bøgsted, Skovbovej (P-plads)	Kurver
13-03-2018	Tirsdag	17:00	Vandsted Plantage, hjemmevernsgården	Kort huske
27-03-2018	Tirsdag	17:00	Lilleheden, Lilleheden skovvej	Kort huske

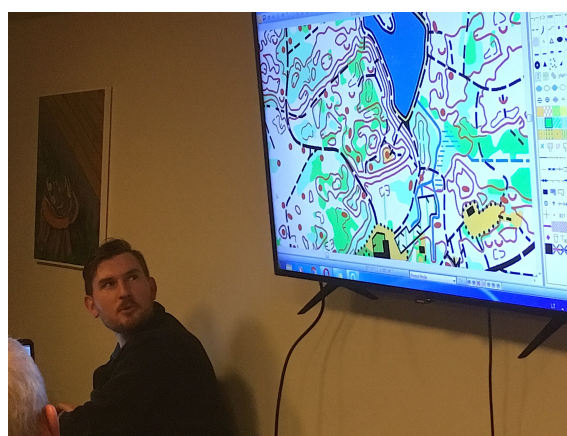
Allan Reiche

Klubaften om korttegning og NJ 2-dages 2018.

Mandag d. 30. oktober havde bestyrelsen inviteret til medlemsmøde i klublokalerne på Højene Skole. Temaet rettede sig især mod nye og nyere medlemmer af klubben, således de kunne få lejlighed til at stifte bekendtskab med OK Vendelboernes DNA.

Omkring 35 mødte op – hver og en var velkommen, omend de fleste var "tidligere" nye medlemmer;-) Aftenens tema var Nordjysk 2 Dages. Dels i historisk perspektiv – formand Kjeld ridsede udviklingen op gennem de godt 30 år, arrangementet har fundet sted og konstant har udviklet sig. Og dels i fremtidigt perspektiv – den udgave, der løber af stablen til marts 2018 med 4 løb over 3 dage og med omkring 2000 deltagere, der kommer fra ind- og udland for at løbe.

Der var en videohilsen fra den trofaste deltagerklub OK Notodden i Norge. I 2018 udgaven kommer omkring 80 forventningsfulde norske o-løbere i alle aldre herved for at "springe i skogen". Videohilsnen kan ses på hjemmesiden.



Aftenens "æresgæst" var korttegneren himself – **Gediminas Trimakas fra Lithauen**, som er professionel og yderst kompetent korttegner. Gediminas fortalte og viste på storskærm, hvordan han griber opgaven an. Vældig imponerende og minutiøs. Og han havde taget en kage med – fra hjemlandet Lithauen. En Treecake – der så vældig flot ud – som et kæmpe grantræ – og faktisk smagte helt godt 😊



Forberedelser til NJ 2-dages :

Som sidste punkt inden kaffen og snakken, gennemgik formanden de forskellige funktioner, der skal bemandes for at få NJ2D til at klappe. Tovholdere er fundet til alle områder, men der er ikke sat navn på alle hjælpere. Så bliv ikke overrasket, hvis telefonen ringer.... NJ2D er det, vi alle lever af: Klubbens økonomi er i høj grad baseret på overskud fra dette arrangement, så det er til marts vi må yde, for at kunne nyde indtil NJ2D20!

NB: Endnu engang er det ikke lykkedes at skaffe en stævneleder til 2-dages, så formanden er igen endt med dobbeltkasket - oven i sit civile mere end fuldtidsarbejde! Skulle en eller anden melde sig ved hans side som sekretær/ højre hånd i planlægningsfasen, vil det aflaste ham uvurderligt.

Hanne Bak



Juleløb 2017 - 10/12 i Tornby

Årets juleløb holder fast ved en række af traditionerne, og dog, der vil også være par nye tiltag.

- Mødetedet: Lokalerne for enden af **Russerbakkevej**
- Skov: Tornby
- Julehygge: Ja
- Præmieuddelinger: Ja
- Baner: Ja – men ikke de helt traditionelle (allerede nu har nissen været på spil)
- Vejr: Forhåbentlig godt, men ellers tager vi det med et smil – der er noget at varme sig på bagefter

Datoen er 10/12-2017 og der vil være fri start mellem 09:30 og klokken 10.

Vi glæder os til at se jer alle.



Klubtøj

Flere medlemmer har spurgt efter klubbens løbetøj og overtræksdragter.

Derfor tager jeg vores lager med til juleløbet i Tornby søndag d. 10. december. Så må vi se, hvor meget, der passer. Evt skal vi bestille noget mere.

Hvis du ikke kommer til juleløbet, må du kontakte mig på lenebank1@gmail.com

Hilsen Lene Bank

Nytårsløb 2017 - 31/12 - Tolne

Sæsonen afrundes med det traditionsrige nytårsløb med start fra **Tolne efterskole**.

Der plejer at være mange løbere fra de andre nordjyske klubber, så det samlede antal forventes at være 80-100 deltagere.

Som tidligere år vil der være varm suppe efter turen i skoven, så alle er sikre på at komme ud af det gamle år i fin form



Men : Den der går i andres fodspor, kommer aldrig foran !

Bestyrelsens kontaktoplysninger :

Kjeld Arildsen, formand	kjeld.arildsen@gmail.com	5364 0724
Lene Bank Hansen, næstformand	lenebank1@gmail.com	4242 3661
Ellen Thomsen, kasserer	ellen@bmenneske.dk	2129 6087
Hanne Bak-Mikkelsen, sekretær	hanne@bak-mikkelsen.dk	4126 1553
Susanne Arildsen	susanne_arildsen@hotmail.com	9892 8789
Allan Reiche	mette.allan.mathias@gmail.com	2068 4585
Kirsten Hald Holdensen	kirstenholdensen@gmail.com	5127 1412
Ann Dissing	anndissing@gmail.com	3063 6455
Gert Odgaard	gert.odgaard@gmail.com	4054 3607

KLUBLØB i 2018 - 1. halvår

Dato	Ugedag	Klubnavn	Arrangement	Sted	Banelægger
------	--------	----------	-------------	------	------------

06-01	Lørdag		Nytårsløb	Hobro Østerskov	
07-01	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Hjørring Bjerger	
13-01	Lørdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bagterp	
14-01	Søndag		Vinterlang 2	Silkeb. Sønderkov	
21-01	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Klosterskoven	
27-01	Lørdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Søheden	
28-01	Søndag		Vinterlang 3		

04-02	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bjergby	
10-02	Lørdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Uggerby Vest	
11-02	Søndag		Vinterlang 4		
17-02	Lørdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Katsig	
18-02	Søndag		Vinterlang 5		
25-02	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Tolne	

04-03	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Kirkemilen	
09-03	Fredag	OK-Vendelboerne	Fortræning	Ålbæk	NJ 2-dages
09-03	Fredag	OK-Vendelboerne	Natløb	Ålbæk	NJ 2-dages
10-03	Lørdag	OK-Vendelboerne	Langdistance	Tversted	NJ 2-dages
11-03	Søndag	OK-Vendelboerne	Mellemdistance	Tversted	NJ 2-dages
18-03	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Vandsted	
25-03	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bøgsted	
29-03	Torsdag		Påskeløb	Fanø	
30-03	Fredag		Påskeløb	Fanø	
31-03	Lørdag		Påskeløb	Fanø	

02-04	Mandag	OK-Vendelboerne	2. påskedag	Tornby	
08-04	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bunken	
15-04	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Uggerby Øst	
22-04	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Råbjerg	
27-04	Fredag	Aalborg OK	Nordjysk Lang	Kollerup	
29-04	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Ålbæk	

05-05	Lørdag		"Find vej"		
06-05	Søndag		Divisionsmatch	Horsens Bjerger Skov	
10-05	Torsdag		NJ-Stafet		
12-05	Lørdag		Vårsprinten	Vejlsø	
13-05	Søndag		Gudenådysten	Silkeb. Sønderkov V.	
17-05	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Højengran	
19-05	Lørdag		Sprint og finale	Krabbesholm/Skive	
24-05	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Ålbæk	
31-05	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Klosterskoven	

07-06	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Uggerby Vest	
14-06	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Tolne	
17-06	Søndag		Klitløbet	Thy	
21-06	Torsdag	OK-Vendelboerne	Sct. Hans	Tversted	
28-06	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bunken	

KLUBLØB i 2018 - 2. halvår

Dato	Ugedag	Klubnavn	Arrangement	Sted	Banelægger
------	--------	----------	-------------	------	------------

17-07	Tirsdag		Læsø 3-dages	Læsø	
18-07	Onsdag		Læsø 3-dages	Læsø	
19-07	Torsdag		Læsø 3-dages	Læsø	

02-08	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Kirkemilen	
09-08	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Tornby	
16-08	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Uggerby Øst	
18-08	Lørdag		JFM Stafet		
19-08	Søndag		JFM Lang		
23-08	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Højengran	
25-08	Lørdag		DM Mellem	Højgård Skov	
30-08	Torsdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bøgsted	

08-09	Lørdag		DM Stafet	Harrild Hede	
09-09	Søndag		DM Lang	Ulbjerg Plantage	
12-09	Onsdag		Åbent NJ nat 1	Alstrup Krat	
15-09	Lørdag		Rebild 2-dages	Rold Nørreskov	
16-09	Søndag		Rebild 2-dages	Rold Mosskov	
19-09	Onsdag		Åbent NJ nat 2	Vesterris Plantage	
26-09	Onsdag		Åbent NJ nat 3		
30-09	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Søheden	

03-10	Onsdag		Åbent NJ nat 4	Bøgsted	
06-10	Lørdag		DM Nat	Rørvig	
07-10	Søndag		DM Hold	St. Hareskov	
07-10	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Ålbæk	
13-10	Lørdag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Lilleheden	
14-10	Søndag		Løvfaldsløb	Silkeborg Nordskov	
21-10	Søndag		NJ-dag	Tvorup	
28-10	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Tversted	

04-11	Søndag		Nordj. mesterskab	Rold Mosskov	
11-11	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bangsbo	
18-11	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Råbjerg	
25-11	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Klosterskoven	

02-12	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb	Bunken	
09-12	Søndag	OK-Vendelboerne	Klubløb/juleløb	Tornby	
31-12	Mandag	OK-Vendelboerne	Nytårsløb	Tolne	