



Klubnyt august 2019

Nyt fra bestyrelsen :

Nordjysk 2-Dages 2020 - planlægningen er i fuld gang

Forhåndsindbydelsen til Nordjysk 2-Dages 2020 blev sendt ud i starten af juni, og vi kan se, at der er godt med aktivitet på Nordjysk 2-Dages facebook side.

I forhåndsindbydelsen er der helsides annoncer fra vores største sponsorer – og klubberne er allerede i gang med at booke overnatninger hos Skallerup Seaside Resort, Color Hotel Skagen og Hotel Skagen Strand.



Højengran

KIRKEMILEN

Bunken

Løbsterrænerne bliver Højengran (langdistance) - Kirkemilen (mellemdistance) - Bunken (fortræning og natprolog). Kirkemilen er kendt af de fleste, mens Højengran ikke har været benyttet til NJ2D i rigtig mange år. Gediminas Trimakas går i gang med at nytegne Højengran i efteråret, og vi glæder os til at få et helt opdateret kort over dette fantastiske terræn.

Allerhelst ville vi have afviklet begge løb i Højengran, men Naturstyrelsen finder, at belastningen i skoven bliver for stor, hvis vi har løb i samme skov to dage i træk. Vi kan ikke få tilladelse til at etablere stævneplads på Højengran-siden, hvilket kommer til at give os nogle betydelige logistiske udfordringer i forbindelse med passagen af landevejen.

Nordjysk 2-Dages er klubbens økonomiske grundlag, her stiller alle klubbens voksne medlemmer op som officials. Vi har opgaver til alle klubbens medlemmer i løbet af de 3 dage..

Sæt allerede nu kryds i kalenderen den 13.-15. marts 2020

Kjeld Arildsen



Påskeløbet

v/ familien Aarnio /
Petersen

Stråsø Plantage

Målestok 1:7.500
Ækvidistance 2,5 m

Vi var for første gang med til Påskeløbet i Stråsø.

Vi tog hjemmefra tidligt torsdag morgen og kom til stævnepladsen ved 9:30 tiden. Vejret var fantastisk og der var ikke lang tid til den første af os skulle ud på sin løbetur.

1. etape foregik i Nr. Vosborg og vores ruter var ok at løbe.

Både Philip og Noah løb deres ruter uden problemer, mens mor og far havde lidt svært med en af posterne på deres rute.



Da vi var færdige med at løbe og være på stævnepladsen skulle vi overnatte sammen med nogle af de andre fra klubben i en rigtig hyggelig hytte.

Der var en fantastisk udsigt og vejret var jo stadig fantastisk, så vi sad udenfor og fik kaffe og kage.

Vi skulle sove i køjeseng hvilket drengene syntes var rigtig sjovt, også selvom der var nogen der snorkede lidt meget.

Det eneste man kunne klage over var, at der ikke var varmt vand i starten, så badet blev en kold fornøjelse for nogen af os.

Det var en rigtig hyggelig aften, hvor vi alle spiste og hyggede os sammen.



.. fuld fart fremad ...
fra et klubløb

Næste dag skulle vi igen ud og løbe og vejret var stadig fantastisk.

I dag foregik ruterne i Sdr. Vosborg. Vores ruter var lidt kortere og der var mange poster på ruten.

Starten lå et stykke fra stævnepladsen og da Philip og Rikke skulle starte næsten samtidig gik Sami med for at sende Philip af sted.

På vej til start ved vandposten snakkede Sami med en af løberne fra Finland. De kom fra en orienteringsklub som hedder Pyrintö som ligger i Samis hjemby Tampere.

Igen i dag gik det rigtig godt for drengene og det gik heldigvis også godt for deres mor og far.

Vi skulle desværre til påskefrokost om lørdagen, så vi skulle ikke løbe den sidste dag, men det har været en fantastisk god oplevelse og bestemt ikke sidste gang, vi vil med til påskeløb.

VESTJYSK
ORIENTERINGSKLUB



Nr. Vosborg Hede

Målestok 1:7.500
Ækvidistance 2,5m

Wild West 2019

v/ Hanne Bak-Mikkelsen



Utroligt! At når man er blevet så gammel som mig, så ikke har lært at tænke sig om, før man springer ud i noget nyt! Men nej. Og heldigvis for det, for så blev livet ski da for kedeligt...

Engang sidst i 80'erne som grøn O-løber var jeg med til Wild West et sted oppe i Thy. Dvs. jeg løb morgenløbet, mens de "rigtige" O-løbere startede til waldhornstuden kl sort om natten og løb ud i ingenting.

30 år senere var et bestyrelsesmøde i OKV ved at tage sin afslutning – og Ann, Kirsten og Kjeld snakkede Wild West. De var afsted sammen sidst løbet blev afholdt. Den tur havde jeg hørt meget oplevelsesrigt om. I 2019 skulle Wild West afholdes i vores egen baghave – Kirkemilen, Højengran og Bunken. Det havde vi bemærket her i huset, men ikke seriøst overvejet at melde os. Det var nok for svært, vi havde mange andre (cykel)projekter at bruge weekenderne på, osv, osv.

Lang historie kort: da jeg kom hjem fra bestyrelsesmøde, meddelte jeg Henning, at jeg var blevet inviteret/ lokket med til årets Wild West sammen med de tre førnævnte samt Karin Wæhrens. Om Henning ville med – ja da!



Der var kun 3 uger til løbet foregik, så vi fik travlt med at tænke lys, følge yr.dk (IKKE Henning!) samt tænke påklædning osv. Og hvad med hundene osv.

Alt flaskede sig – bortset fra vejret, men det måtte vi jo så tage som det var. Udsigt til REGN....

Husker stadig sommerfuglene i maven lørdag d. 28. april om aftenen. Normalt falder der et glas vin af sådan en aften, men denne lørdag var vi mere i venteposition til at tage hjemmefra med natlys, ekstralys, mad og drikke til de to depoter, tørt tøj i

flere omgange og hvad man ellers forsøgte at forudse, der ville blive brug for. Det viste sig at mine relativt nyindkøbte ¾ cykelregnbukser var det allerbedste jeg medbragte. En varm og tør rumpe er guld vejr især om natten;-)

Vi ankom til stævnecentret i Lodskovvadhytten ved 23 tiden. På vejen derop snakkede vi godt nok om, at udenfor O løberkredse måtte dette projekt være totalt hul-i-hovedet-agtigt! Men da vi trådte ind i hytten var der fyldt med folk, for hvem sådan en lørdag aften's syssel forekom helt naturligt. Vores lille OKV gruppe fandt hinanden. Vi hilste på Allan Reiche, han var klædt på til LØB, og han gennemførte da også i en for os fantomagtig tid!

Vi blev registreret, fik afleveret depotposer og ved midnatstid bevægede alle ca. 100 deltagere (så vidt jeg husker) sig ud til to ventende busser, der kørte os til P pladsen ved Den tilsandede kirke syd for Skagen.

Kl. 2 truttede waldhornet løbet i gang.

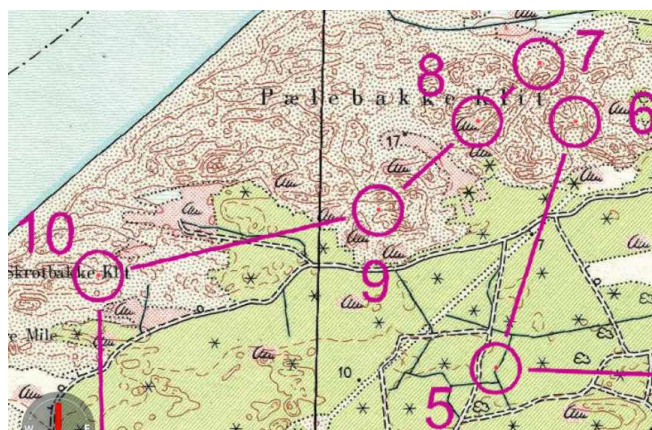
No point of return: i alt 25,5 km og 35 poster ventede os. Deadline 10 timer.

Her skal indskydes, at kortet jo ikke er nytegnet til lejligheden. Målestokken er 1:20.000, kortmaterialet er udmålt i 1881-83, revideret i 1964!!

Taktikken var at tage den med ro fra starten. Vi skulle ligesom i gang. De første 4 poster var på østsiden af hovedvejen. Den første drillede noget kun, faktisk tog det os 44 min at finde den – og vi var flere i bussen!! Post to var ok – vi var fortsat i gåtempo med fokus på kompas og skridt. Allerede her må jeg pointere, at formanden viste sig som sand leder, der tog teten og havde styr på klubbens kurs. Uden ham var vi aldrig kommet hjem igen. Men vi arbejdede som team, og vi havde en fantastisk oplevelse sammen.



Post 3 voldte virkelig kvaler ikke bare for os, men for mange af løberne. En mose ændrer sig jo på godt 100 år. Dvs når man orienterer efter kanten af mosen, bliver man snydt.



Og det tog lang tid at gennemskue. Faktisk lige godt en time. Men stor var jubelen, da vi klippede posten. Nu kunne det kun gå fremad.

Hovedvejen blev krydset og de næste 6-7 poster var fortrinsvis ude i klitterne. Her gik det supergodt med orienteringen. Var vi i tvivl, kunne vi jo lave et ret bredt bælte og dermed zoome ind på posten.

Nu var det ved at lysne. Sikke en fantastisk morgenstund. Husker ikke mere hvornår det regnede, hvornår det ikke gjorde. Men det var en naturoplevelse udover det sædvanlige at færdes i terrænet, lyset, disen, lydene, det hele.

Første depot var efter post 12. Faktisk mødte vi en af depotfolkene i terrænet – var han ude og kigge efter os? Om ikke vi ville udgå!?!?

Underligt spørgsmål. Vi var virkelig tændte nu, supergod stemning og gåpåmod. Han slap ikke af med os!!

Området, vi bevægede os videre sydpå i (syd for Højengran ned mod Milen) var totalt ukendt for mig. Stor stor oplevelse. Så øde som jeg knap anede fandtes deroppe. Og der var endda sommerhuse gemt af vejen steder, hvor man nok aldrig fik lov at bygge i dag.

Andet depot var post 23 ved P pladsen nord for Milen, ud af vejen mod Kandestederne. Og vi var IKKE de sidste;-) Her var det rigtig dejligt med kakao i termoflasken selv om den ikke var brændvarm længere.

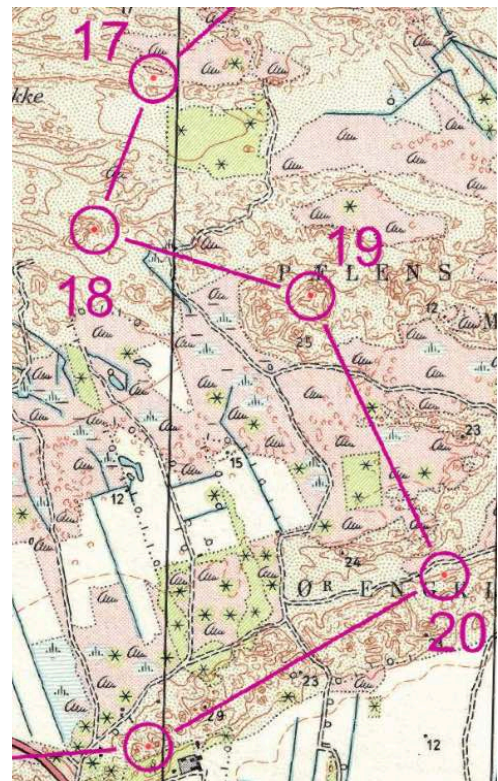
Og KANON dejligt at komme i tørt tøj på overkroppen. For det var altså en våd nat/ morgenstund. Klokken var nu henad 9 om morgenen. Og stemningen var fortsat i top.

Vi havde jo ingen ambitioner om andet end at gennemføre og have en rigtig god tur i skov og klit.

Videre gik det. Delstrækkene op over Milen var helt forrygende. Så smukt så smukt. Nattens regn var totalt ophørt, men disen lå eventyragtigt over de mange klitter og bevoksninger.

De sidste 12 poster husker jeg ikke noget detaljeret om, bortset fra det I FÆLLESSKAB gik rimelig ok med at finde dem. En enkelt af dem vi "ledte efter" vil jeg gerne fremhæve. Fordi det var nok den eneste gang, hvor Karin og jeg havde ret i vores forslag til vejvalg, men det blev ligesom overhørt;-)

Det tog vi imidlertid ikke så tungt, men det gav os moralsk opbakning os imellem at kunne sige, hva` sagde vi☺



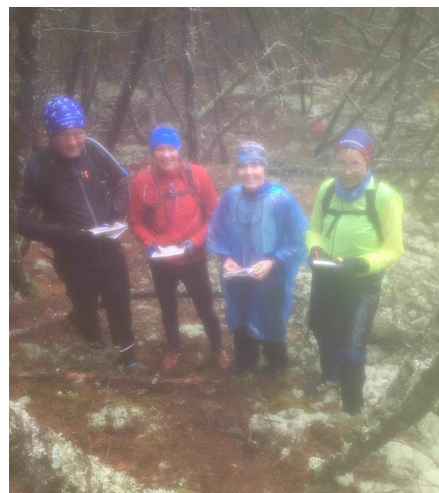
Vi kom i mål inden tidsgrænsen – min løbstid er registreret som 9.59,06!! Mission completed!
Men godt trætte – og høj i flere dage efter på den fantastiske oplevelse. Og jeg vil gerne lige diskret anføre, at ikke alle gennemførte – og ikke alle gennemførte indenfor de ti timer. Så helt nummer sjok blev vi ikke☺

Tak til Kjeld, Ann og Kirsten fordi I lokkede og fik mig overbevist om, at jeg ikke ville blive væk i natten – at I nok skulle vente på mig - til Henning fordi han ville med – til naboen, der luftede hundene om morgenen;-)

Og stor tak til hele flokken for en fantastisk O- oplevelse.

Om det skal prøves igen? Det vil jeg ikke afvise....
Men aldrig i livet på egen hånd...

Hanne Bak-Mikkelsen



ooooooooooooOoooooooooooo



v/ Gert Odgaard

Skaw-dysten 2019 fra 12. - 14. juli blev afviklet med knap 20 deltagere fra OK-Vendelboerne.

Til sprintløbet i Skagen by fredag aften deltog ca. 450 løbere, mens der var ca. 530 løbere til O-løbene lørdag og søndag i Kirkemilen Plantage. Traditionen tro var der mange norske deltagere.

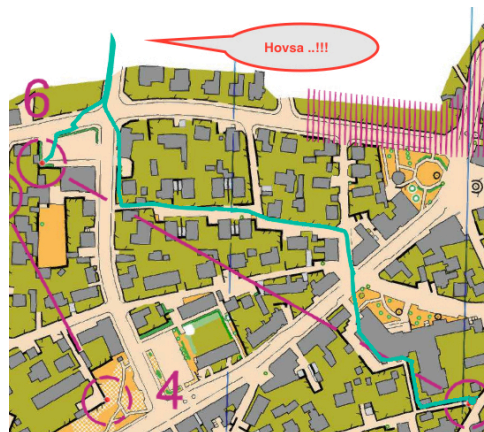
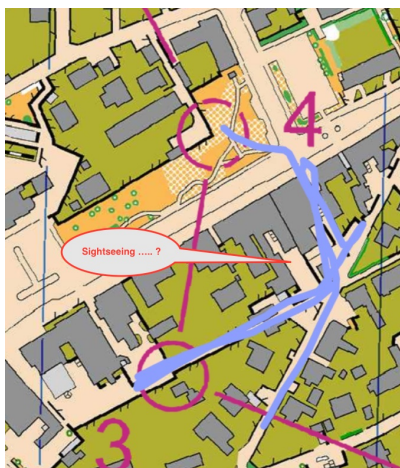
Som "modvægt" til det begrænsede antal nordjyske O-løbere, var banelægningen om lørdagen lagt i hænderne på de to erfarne vendelboere Hans Ingemann Petersen og den "frafaldne" vendelbo Thorkild Holm Pedersen (nu OK Pan) - (her i selskab med Jørgen Jensen fra Skagen)



Stævnet er en tilbagevendende begivenhed hvert andet år og arrangeres af Skagen OK & Motion og Skive AMOK.

Der var enkelte topplaceringer hos løberne fra OK-Vendelboerne, men ellers blev hovedindtrykket, at de fleste kunne bygge videre på erfaringskontoen, hvilket jo egentlig ikke er så tosset.

Sprintløbet havde start ved havneområdet og mål tæt på "Vippefyret". I sprintløbet gælder det om at finde hurtigste vej rundt i byen - og der er ikke plads til fejl, dog åbenbart undtaget Karin Wæhrens, som trods lidt sightseeing fra 3 til 4 var hurtigste i D65. - Undertegnede slog hjernen fra efter post 6 og løb mod nord, hvor det var klart, at hurtigste vejvalg var mod syd !



Nord : opad !!

Syd : nedad !!



De traditionelle O-løb lørdag og søndag var med stævneplads ikke langt fra den tilsandede kirke. Banelæggerne havde her formået at sætte grå hår i hovedet på mange vendelboere, som til trods for tidligere løbserfaringer i området enten havde megastore bom eller ligefrem opgav at gennemføre !

Det mest drilske var vejvalg gennem fyrrekrat uden godt "opfang", hvor tæthed bevirkede stor vanskelighed med at holde retning og bedømme afstand.

Eksempler på udfordringer for erfarne løbere ses af nedenstående :



Skaw-dysten bød sædvanen tro på tre fine løbsdage, men lidt en skam at så få fra OK-Vendelboerne tog turen til toppen af Vendsyssel.

Gert Odgaard

Sprint i Sæby 2019

Ok, nu var jeg endelig ved at have nogenlunde styr på det basale i forhold til bevoksningsgrænser, stityper, højdekurver, signaturforklaringer osv, og så kommer der dælme en ny disciplin på bordet - Sprint!

En af mine store udfordringer i skoven har været at få sat farten ned. Så da løbet kom i kalenderen tænkte jeg, at sprint i by måtte være lige noget for mig - gader og huse kan da ikke være til at tage fejl af, så her kan man vel få lov til at tage hovedet under armen og give fuld gas... men det stod hurtigt klart, at det var mere kompliceret end som så!

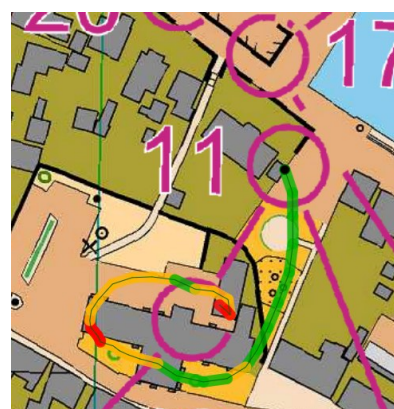
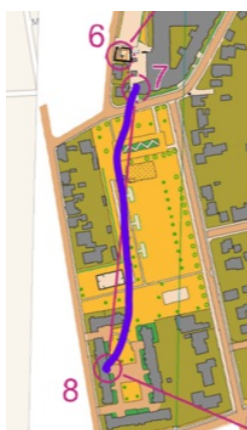
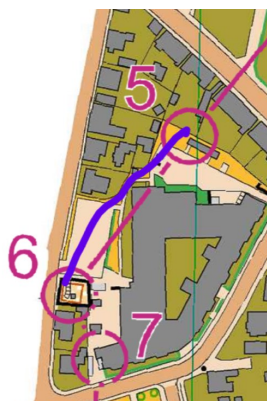


Rasmus Vørs Carlsen

En af de store forskelle, var de mange impassable områder som satte en masse grænser for vejvalg. Til forskel for en tur i skoven hvor jeg ikke er bleg for at mase mig gennem et brombærkrat, hvis jeg er endt i en blindgyde, findes det valg ikke i byen. Allerede inden start, da jeg kiggede på løbskortet uden baner, kunne jeg høre at de andre talte om passager som man knap kunne få øje på. Det stod altså klart at der ikke kunne slækkes på koncentrationen til dette løb.

Nå, men startproceduren er efterhånden velkendt, så det gav ingen udfordringer. Fuld gas mod syd over den lille bro og ind i parken, og allerede der kom dagens første udfordring - kortets målestoksforhold 1:4.000! Det betød at jeg måtte være med på kortet hele tiden, og skrotte det med afstande, da jeg slet ikke havde føling med denne målestok.

Ved de første 5 poster var vejvalget ligetil, og det gik heldigvis uden store udfordringer, selvom jeg dog tænkte, at det ikke kunne være godt at have en puls på 175 efter blot 500 meter...



Mellem post 5-6 var det mere held end forstand, at jeg så den smalle passage på kortet, og det var et godt fokus at tage med på resten af turen.

Post 7-10 - et par lange poster ned mod kirken som virkelig fik pulsen op i det røde felt. Her kom der også en ny farve på kortet - hvordan var det nu, man måtte da gerne løber over gul ik'...

Post 10-11 her valgte jeg, af uransagelige årsager, at løbe syd om kirken. Det kostede 50 meter ekstra, tilmed med lav fart.

Post 12-16 så var den gal igen, vælger de lange veje rundt og det koster godt 100 meter denne gang.



Post 16-17 Da jeg løber frem mod post 17, ser jeg på kortet, at jeg kommer lige forbi post 11, og til min store irritation kan jeg slet ikke genkende posten fra den vinkel, og kan ikke huske at jeg har været der. Derfor tror jeg at jeg har misset den, og at jeg så bliver diskvalificeret. Nå, men jeg beslutter mig for at holde på, og få det bedste ud af det.

- og jeg havde altså været ved post 11, men havde svedt det ud undervejs...

Post 17-21 - et område der var til at overskue, og hvor detaljen i vejvalget ikke gjorde den helt store forskel. Her begyndte der også at komme en del andre løbere til de samme poster, hvilket var med til at presse farten lidt op.

Post 21-mål - Sand og klit, så er vi i velkendt terræn. Fuld fart og lige på.

Hvad har jeg så lært om sprint...?

Først og fremmest går det stærkt, hvilket jo også ligger i navnet :-). Samtidigt med at det går stærkt skal man have helt styr på selv de mindste detaljer på kortet - også med sved i øjnene.

Dårlige vejvalg kostede mig ca. 250 meter, hvilket ikke er afgørende på 10 kilometer i skoven hvor der også er stor forskel på hvilken fart der kan holdes i de forskellige terræn. Men her i byen er underlaget hårdt, og hver en meter betyder tid. Jeg kunne se på dem omkring mig, at de var klar på vejvalget mod den næste post, inden de ramte en post, og det gjorde en forskel.

Det må være et kommende fokuspunkt for mig, både i by og skov.

Ja, og så skulle jeg jo også lige sørge for ikke at bliver kørt ned undervejs - den var også ny :-)

Rasmus Vørs Carlsen

(hele løbet ses på O-Track / Sæby Sprint / Bane 3)



Program : tilmelding senest 22. august, jfr. nedenfor

- Færge til Læsø lørdag morgen den 21. september
- O-løb Læsø Klitplantage 10:30 - 13:30
- Evt. hjemtur - færge 15:00 eller 18:40
- Eftermiddagsarrangement ca. 15:00 - 17:30
- Lørdag aften fællesspisning på campingpladsen
- Søndag - mulighed for Læsø på egen hånd

Klubløb på Læsø i september !

Vi (Lisbeth, Finn, Ulla og Hans Ole) er i fuld gang med at forberede klubløbet på Læsø den 21. september, og i den forbindelse har vi lovet at fortælle lidt mere om arrangementet i augustudgaven af Klubnyt. Så vær beredt - nu følger der en lang smøre!

Klubløbet lørdag den 21. september giver deltagerne mulighed for at udvide løbet og turen til Læsø med oplevelser og hygge på Læsø ud over en god udfordrende løbetur med kort og kompas i skov, klitter, strand, sand og vand. Selve klubløbet vil foregå i Læsø Klitplantage på den nordlige del af Læsø.

MEN allerførst lidt om forskellige muligheder for deltagelse i klubløbet på Læsø.

Klubløbet vil blive afviklet mellem kl. 10³⁰ og 13³⁰. Mødested er "Skovhytten" ved Storedalsvejen i Læsø Klitplantage (fra Vesterø køres af Plantagevej mod øst, hvor I møder Storedalsvejen og svinger til venstre (mod nord) ad denne. Her møder I P-pladsen, og der vil være guidning herfra til "Skovhytten".



Den helt enkle deltagelse i klubløbet er en 1-dagstur til Læsø. Vil I have bilen med så find Læsøfærgens hjemmeside, hvor der på hjemmesiden kan bookes plads til bilen. Der kan også ske booking med personlig betjening ved opringning til 98 49 90 22 (hav betalingskortet klar). Book en returbillet til bilen og det antal passagerer, som bilen skal rumme (der må være op til 7 personer i bilen) til afgang fra Frederikshavn kl. 7⁵⁰ lørdag morgen.

Husk at møde op og være tjekket ind med bilen og passagerer min. 20 minutter før afgang for at være sikre på, at reservationen er gyldig (indtjekning foregår ved bommene til opmarcharealet ved færgen). Book også hjemturen sammen med bookingen af udturen.

Der er afgange med færgen fra Læsø den 21. september kl. 15⁰⁰ og igen kl. 18⁴⁰, hvornår det nu passer jer at tage hjem fra Læsø om lørdagen. Overfarten tager 90 minutter.

Efter løbet er afviklet i Læsø Klitplantage vil der være et eftermiddagsarrangement mellem kl. 15 og 17³⁰. Dette arrangement er ikke planlagt færdigt endnu, så nærmere herom i et senere Klubnyt / på klubbens hjemmeside. Der er også mulighed for at tage en tur rundt på Læsø på egen hånd, hvis det skulle friste inden færgeafgangen kl. 18⁴⁰. De, der booker hjemturen til kl. 15, når ikke meget mere end klubløbet og hyggen ved skovhytten. Tag madpakke og drikke med til efter løbet.

Prisen for færgeturen uden bil i september kan gøres til "gul" pris. Det betyder, at voksne kan rejse til Læsø for 65 kr. hver vej eller i alt 130 kr. tur/retur. Tager man bilen med, hvad vi anbefaler, er prisen 295 kr. hver vej. Med 5 personer i bilen er prisen 118 kr. tur/retur eller 12 kr. billigere end for voksne uden bil. Fælles færgetransport i bil sikrer også transporten på Læsø. Der er selvfølgelig også mulighed for at tage cyklen med færgen for 45 kr. hver vej. Der er små 6 km. fra havnen i Vesterø til "Skovhytten" i Storedal. Cykler kan også lejes hos Jarvis Cykler i Vesterø. Til alles oplysning er der kun grund til at frygte søsyge med vinden i nordøst.

Skulle vinden være der – så læg jer ned og tag en lur under overfarten. Flyvning til Læsø fra Sindal eller Karup ved Sæby kan evt. arrangeres, hvis man er ude i god tid. Giv besked herom.

For de, der har booket campinghytte hos Vesterø/Læsø Camping (der er tidligere udsendt mail med oplysninger herom) fra fredag eller lørdag til søndag, vil der blive mulighed for fælles spisning og hygge på campingpladsen lørdag aften (det kan være, at vi skal smage lidt på "Læsøs Guld – nemlig jomfruhummerne"). De nærmere aftaler herom vil blive meddelt i Klubnyt / på klubbens hjemmeside, når vi kender antallet af deltagere, der tager overnatningen med. Booking af færgetransport og betingelser herfor for deltagere med campinghytteophold foregår, som beskrevet ovenover under en-dagsturen.

Søndagen tænker vi er til egen planlægning – måske en tur op i skoven og finde alle de kantareller, som I ikke havde tid til at samle ind under løbet om lørdagen eller et besøg med relax i Læsø Kur, på saltsyderiet og andre steder på øen. Der er flere afgange til fastlandet i løbet af søndagen.

Klubløbet vil have baner som normalt, der er dog også lavet en ultralang bane for dem, der har mod på en længere tur.

Vi banelæggere bestræber os på, at vi får lavet et rigtigt godt løb samt en rigtig hyggelig dag og aften på Læsø for klubben den 21. september og meget gerne med rigtig mange deltagere. HUSK at booke færgen i god tid, såfremt I vil have bilen med.

Uden bil er der ikke behov for at booke.



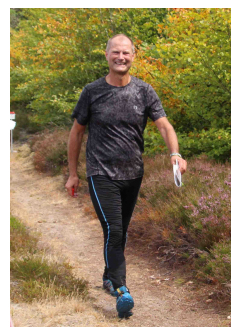
Af hensyn til arrangementet vil det være rigtig godt for os arrangører / banelæggerteamet, om vi kan få **jeres tilmelding senest den 22. august** om hvor mange, der planlægger at deltage i klubløbet, og hvor mange, der tager en overnatning eller 2 på Vesterø Camping.

Så kan vi nemlig bestille tilstrækkelig med jomfruhummere og andre gode sager til hyggemåltidet lørdag aften.

Tilmelding:

Er meget nødvendig, og ikke kun meget ønskelig. Det letter både dig selv at være ude i god tid og husk samtidig at få booket færgen, hvis du/I tager bilen med.

Banelæggerne bliver som nævnt meget glade, **hvis du/I tilmelder dig/jer senest torsdag den 22. august kl. 20.00**, men gerne allerede nu på mail til: peter@arildsen.dk eller på telefon 2147 2476 giver os et præj herom. Senere vil der være mulighed for at melde ind med oplysning om, hvilken bane du vil løbe, så får du et færdig tegnet kort.



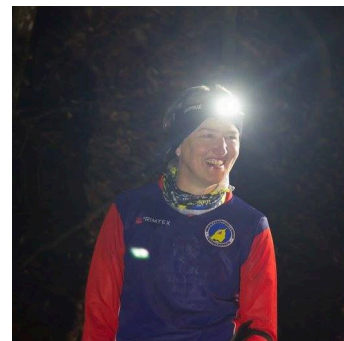
Med venlig hilsen

Lisbeth, Ulla, Finn og Hans Ole

Natløb

Stadig er det dejlig sommer og lyst udenfor, men inden særligt længe kommer efteråret, og dermed også sæsonens lokale natløb.

Der er tradition for, at de nordjyske klubber på skift arrangerer et natløb, og hvis man ikke har prøvet det før, er det bestemt noget, man bør prøve. Det er et orienteringsløb, med baner og løbsklasser, som vi kender det fra andre løb. Forskellen er, at det foregår i mørke og med pandelamper på.



Ann Dissing

Posterne har ikke en gul skærm, som vi kender det, men derimod en refleks, så man kan se dem i mørket.

Og det er da utroligt, så anderledes det er. Man har nu meget sværere ved at vurdere højdekurver og andre detaljer på afstand. Man tvinges til at være omhyggelig og fokuseret, holde øje med stier og især – retning! Alene i mørket, med adskillige blinkende lamper på afstand – hvilken post skal de andre mon have.... Man aner det ikke. Som altid fokus på egen post og plan.

Og når man så er kommet mere eller mindre (!) sikkert i mål, er man bare "høj" på oplevelsen. Der er da ikke nogen bedre måde at bruge en hverdagsaften på!



Det kræver en god pandelampe. Jeg vil sige helst 3-400 lumen som minimum, selv om mange helt klart gennemfører med mindre.

Klubben har stadig 1 eller 2 lamper til udlån (spørg Peter), men ellers spørg ud i klubben, f.eks. på Facebook, om der er én, du kan låne.

Husk en lille reservelommelygte i lommen, hvis uheldet skulle være ude, og lampen løber tør for

strøm. Det har jeg været reddet af en enkelt gang....indtil jeg fik sat min krog i en anden løber for at komme hjem.

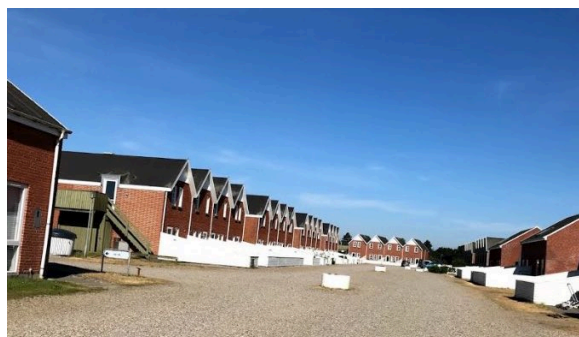
Spring ud i at prøve det, det kan også arrangeres, at du får en "skygge" på, hvis du ikke tør løbe alene 1. gang.

1. natløb i år er d. 11.9 i Alstrup Krat. Se i øvrigt O-service.

OK Vendelboerne arrangerer vores natløb i Søheden denne gang, og det er den **18. september**. Banelægger er Bent Skjoldborg. I den forbindelse kan vi godt bruge nogle **HJÆLPERE** til arrangementet.

Hvis du er interesseret i at hjælpe, så meld ind hos Bent, der er stævneleder, på :

skjoldborg@has.dk



Rim Feriecenter - Rømø

Påskeløb 2020.

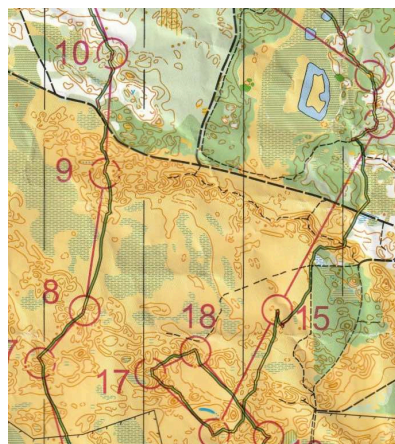
I 2020 er der Påskeløb på Rømø Skærtorsdag, Langfredag og lørdag hhv. 9/10/11 april, arrangør er Haderslev OK.

Der er baner for alle fra begyndere til meget erfarne og fra børn til meget voksne!

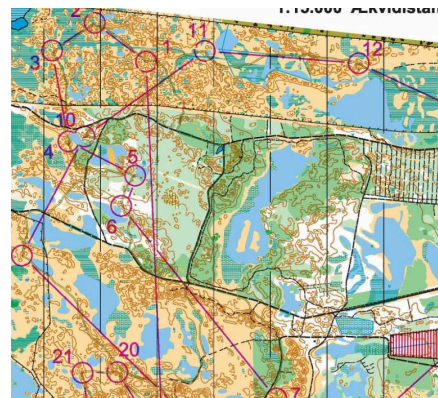
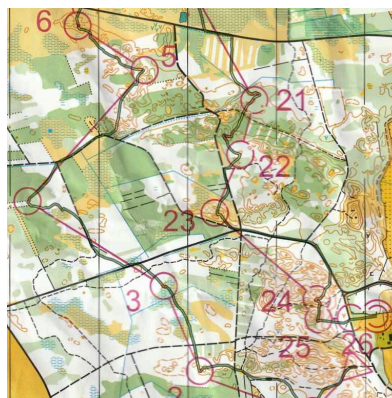
I klubben er der tradition for at bo sammen. I år var det en spejderlejr, næste år har klubben reserveret tre huse, med plads til seks personer i hvert i **Rim Feriecenter**. Kørsel til Rømø aftaler vi, ligeledes forplejning. Fredag aften plejer vi at spise sammen på en restaurant.

Derfor: reserver allerede nu dagene til en fantastisk oplevelse i Sønderjylland.

Hilsen Bestyrelsen



O-løbs udfordringer
på Rømø



Medlemsnyt
Vi byder velkommen til

Anette Lyhne Kristiansen	Æblelunden 12	9800 Hjørring	Tlf.: 2097 3194
Magnus Lyhne Kristiansen	Æblelunden 12	9800 Hjørring	Tlf.: 2097 3194
Frederik Lyhne Kristiansen	Æblelunden 12	9800 Hjørring	Tlf.: 2097 3194
Birgit Boesen	Skovgårdsvej 98	9830 Tårs	Tlf.: 2711 3294
Hanne Jensen	Park Alle 42	9800 Hjørring	Tlf.: 2965 3703
Birthe Lade	Klithusevej 92	9800 Hjørring	Tlf.: 4126 5592
Villy Lade	Klithusevej 92	9800 Hjørring	Tlf.: 2577 7854
Annette Peen	Birkevej 17,	8240 Risskov	Tlf.: 2023 5855
Axel Forman	Birkevej 17,	8240 Risskov	Tlf.: 2175 7702
Jørgen Holst	Bellisvej 12	9800 Hjørring	Tlf.: 2833 6192
Adresseændring			
Karin Wæhrens	Bangsbovej 60,	9900 Frederikshavn.	



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