



## Klubnyt december 2018

### Nyt fra bestyrelsen :

Sæson 2018 er ved at være slut. Hvis man kigger tilbage i de ugentlige mails fra Peter Arildsen, de ca kvartalsvise beskrivelser i "Klubnyt" og løbende historier og fotos på klubbens Facebookside, så kan vi være stolte og glade for at være medlemmer af en velfungerende orienteringsklub med stor aktivitet og hvor rigtig mange gør en stor indsats året igennem.

På det sportslige plan havde vi så småt sat næsen op efter oprykning til 2. division. Men selv om klubben kan mønstre rigtig mange dygtige orienteringsløbere, så kan vi desværre ikke dække tilstrækkeligt mange alderskategorier sammenlignet med nogle af naboklubberne.



Måske giver nye regler for divisionsmatcherne nyt håb !

#### Nye regler for divisionsturneringen.

Efter nogle års arbejde i Stævne- og reglementsudvalget med masser af dialog med klubberne, er der nu vedtaget et nyt reglement 2019. Det nye reglement indeholder markante ændringer for divisionsmatcherne.

Der skal nu konkurreres i **klasser**, hvor der i det gamle reglement blev konkurreret på **baner**. Det giver flere point totalt set – og samtidig får klubberne langt bedre mulighed for at placere løberne i de klasser, hvor de faktisk hører til. Og der er gode point i alle klasserne.

Børne- og ungdomsklasserne starter ved H10 og D10 og der er klasser med to års aldersspring til og med H20 og D20. Og der er mange point at hente i ungdomsklasserne.

Og i den anden ende er der nu flere klasser, og de ældste løbere kan nu konkurrere med jævnaldrende, idet de ældste klasser nu hedder H80 h.h.v. D70.

Der er kommet flere begynder og let klasser, lige som der nu er flere mellemsvære baner, som er opdelt aldersklasserne 21, 35 og 45, både dame og herre.

Det er også nyt, at kredsene nu selv kan bestemme, hvordan de vil afvikle matcherne, blot de afvikler mindst 2 matcher. I Nordkredsen er der overvejelser om, at have 2-3 matcher, hvor det bliver summen af matchpoint, der bestemmer op/nedrykning. D.v.s. at op/nedrykningsmatchen udgår, og klubberne bliver mere forpligtet til at stille op til alle matcher, da det er her de tællende point skal hentes.

Hvad betyder de nye regler så for OK Vendelboerne? Jeg tror vi bliver stærkere i de ældre klasser, idet der nu er flere point at hente i den aldersgruppe, man hører hjemme i. Og så er det dejligt, at børne- og ungdomsklasserne nu er mere aldersopdelt og at der er flere point at løbe om.

Vi skal bare have nogle flere af sted til matcherne. Også vores nyeste medlemmer kan nu gøre sig gældende på både begynder- og lette baner – og endelig er der et bredt udvalg af klasser til de medlemmer, som gerne vil løbe mellemsvære baner.

Kjeld Arildsen

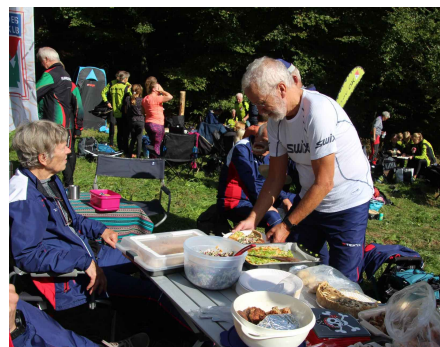
Minder fra seneste oprykningsforsøg :



champagne til børnene trods alt



... hvor blev den oprykning af ??



... bedste kulinariske anretning

## Sommersprint og mellemdistance i Sæby / 5 dage med orientering i det nordjyske.

Kjell Walther Sørensen tilbød i efteråret at tegne et sprintkort over Sæby – et tilbud, som vi naturligvis gerne tager i mod. Vi har haft nogle overvejelser om, hvordan og hvornår et sprintkort kan bruges.

Et sprint arrangement skal helst være om sommeren, der må gerne komme mange deltagere, og vi vil også gerne vise vores sport frem lokalt i Sæby.



Med de enkle målsætninger var det helt nærliggende at koble det sammen med Skawdysten.

De indledende tanker lige nu:

Skawdysten afvikles den 12. - 13. og 14. juli – og to sprintafdelinger den 15. juli i Sæby vil give et løft til Skawdysten, samtidig med at vi sammen med Skawdysten kan tilbyde noget, der nu begynder at ligne en o-ferie. Skawdysten er begejstret for idéen, og vi har også været i dialog med Nordkredsens terminslistefører, hvor en sprint i Sæby kan indgå i den landsdækkende Sprint Cup.

Den ene idé bragte den anden med sig – og det faldt helt naturligt at overveje en mellemdistance i Sæbygaard Skov den 16. juli – så det samlede arrangement bliver en slags Nordjysk 5-Dages (sommer edition).

Vi påtænker en slank stævneorganisation, men vi har brug for hjælp af 10-12 medlemmer til at afvikle arrangementet. Var det noget for dig?

Kjeld Arildsen

## O-Track

Til klubaften d. 14. november fik vi fordelt næste års klubløb. Og vi fik også kigget en smule på O-Track.

Muligheden for at lægge baner op på DOMA eksisterer desværre ikke meget længere, men vi vil jo stadig gerne have muligheden for at se vores baner og ikke mindst sammenligne med andre.

Det giver mulighed for at evaluere, se, hvad der gik godt, og hvad der gik mindre godt. Og der er mulighed for at sammenligne direkte med de andre løbere på banen, så man kan se, hvilket vejvalg, der endte med at være bedst.



For at kunne lægge sin bane op, skal man jo først have enten et løbeur eller evt. sin mobil. Herfra kan man lægge løbet (gpx-filen) over på Garmin Connect og herfra til Strava. Og nu kan man så hente løbet over i O-Track. Og vupti, så er banen lagt op.

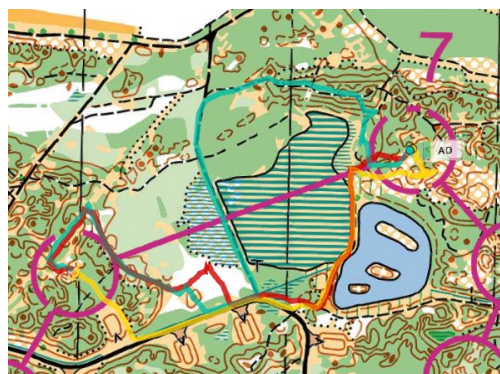
Det er lidt bøvlet første gang, hvor man skal have lavet en profil i hhv. Strava og O Track og have dem til at "snakke sammen", eller/og hente apps på mobilen, hvis det er der, man vil bruge dem.

Men derefter er det virkelig nemt. Det tager 2 minutter og man skal ikke længere bøvle med at scanne kort ind og lægge det ind i Quickroute og hive og trække for at få det til at passe sammen.

Det kører helt af sig selv, når ellers arrangøren – og i tilfældet med vores klubløb - Jan, har lagt kortene med baner ind. Men også mange af de åbne løb bliver efterhånden lagt op her.

Så, en god idé at bruge lidt tid på at få det op at køre. Det er givende og lærerigt at bruge som redskab. Og det er ikke så svært endda – selv undertegnede kunne få det til at fungere!!

Ann Dissing

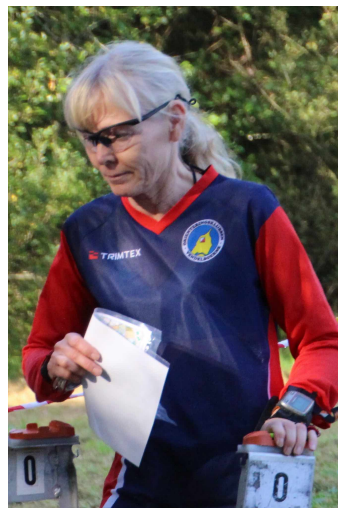


## KLUBLØB 2019 v/ Kirsten Hald Holdensen

Den 14 november havde vi møde i klublokalet på Højene skole.

Der var mødt mange både nye og gamle klubmedlemmer op, og faktisk var der kun ét klubløbsteam, der ikke var repræsenteret.

Vi er i den heldige situation, at klubben har fået nye medlemmer, så vi har kunnet forstærke nogle af de teams, som vi vidste havde været mere udfordret. Vi har 13 teams, hvor hvert team består 3 til 6 medlemmer, og er en god blanding af nye og mere erfarne klubløbsarrangører.



| Dato    | Ugedag | Klubnavn        | Arrangement           | Sted                 | Banelæggerteam | Banelæggere                                    |
|---------|--------|-----------------|-----------------------|----------------------|----------------|------------------------------------------------|
| 5. jan  | Lørdag |                 | Nytårsløb             | Thygeslund           |                |                                                |
| 6. jan  | Søndag |                 | Vinterlang 2          | Tinnet Krat          |                |                                                |
| 13. jan | Søndag |                 | Klubløb tekn. træning | Bagterp              | Hold 9         | Kjeld, Hanne BM, Jan, Charlotte                |
| 20. jan | Søndag |                 | Vinterlang 3          | Hvidbjerg/ Stenbjerg |                |                                                |
| 27. jan | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Tversted             | Hold 11        | Svend Ove, AnnG, Rasmus                        |
| 3. feb  | Søndag |                 | Vinterlang 4          | Løvenholm            |                |                                                |
| 10. feb | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Uggerby Vest         | Hold 12        | Mogens, Nanna, Per H, Susanne A                |
| 17. feb | Søndag |                 | Vinterlang 5          | Hoverdal             |                |                                                |
| 24. feb | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Katsig               | Hold 6         | Finn H, Lisbeth, Hans Ole, Ulla                |
| 3. mar  | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Aalbæk               | Hold 7         | Gro, Henning BM, Jens R, Mette R, Lene B       |
| 10. mar | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb tekn. træning | Bjergby              | Hold 2         | Ole T, Claus, Egon, Anna Marie Søgaard         |
| 15. mar | Fredag |                 | Natløb/NJ2D           |                      |                |                                                |
| 16. mar | Lørdag |                 | Nordjysk 2-dags       | Tranum               |                |                                                |
| 17. mar | Søndag |                 | Nordjysk 2-dags       | Tranum               |                |                                                |
| 24. mar | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Bøgsted              | Hold 1         | Karl, Hans Ingemann, Ann D, Kirsten H          |
| 31. mar | Søndag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Klosterskoven        | Hold 5         | Poul H, Finn Me, Gert, Ida, Ole Bl, Kirsten Bl |



Bestyrelsen opfordrer til, at hvis man har fået nye på sit team, så tag godt imod dem. Kontakt dem evt. allerede nu og tag en snak om, hvilke opgaver de har lyst til at være med til at løse. Det kan være alt fra rekognoscering af skoven, udarbejde orienteringsbanerne, udsættelse/indsamling af postskærme m.m..

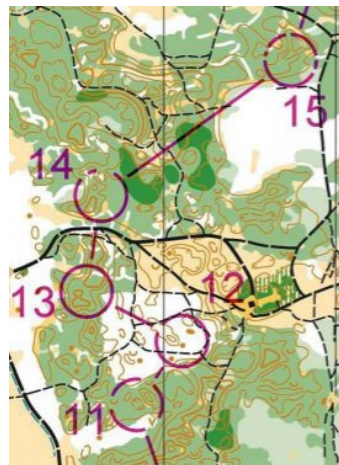
Men det er vigtigt at få lavet denne forventningsafstemning, fordi vi er alle forskellige. Nogle vil helst være i rigtig god tid og andre arbejder bedst lige op til en deadline.

Det er vigtigt, at teamet får fordelt ressourcerne, så alle på teams finder opgaverne tilpas udfordrende og samtidig overkommelige.

Husk at med fælles hjælp kan vi alle blive lidt bedre både banelæggere og orienteringsløbere. Måske er der til et løb en post, der ikke står helt rigtig eller nogle uinteressante delstræk.

Tag en snak om det i mål og giv og modtag konstruktiv kritik med et smil.

| Dato    | Ugedag      | Klubnavn        | Arrangement           | Sted                      | Banelæggerteam | Banelæggere                               |
|---------|-------------|-----------------|-----------------------|---------------------------|----------------|-------------------------------------------|
| 7. apr  | Søndag      | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Råbjerg                   | Hold 2         | Ole T, Claus, Egon, Anna Marie Søgaard    |
| 14. apr | Søndag      |                 | Divi. match           | Sukkertoppen              |                |                                           |
| 18. apr | Skærtorsdag |                 | Påskeløb              | Nr. Vosborg               |                |                                           |
| 19. apr | Langfredag  |                 | Påskeløb              | Sdr. Vosborg              |                |                                           |
| 20. apr | Lørdag      |                 | Påskeløb              | Stråsø                    |                |                                           |
| 22. apr | 2. Påskedag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Tornby                    |                | ???                                       |
| 28. apr | Søndag      | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Søheden                   | Hold 9         | Kjeld, Hanne BM, Jan, Charlotte           |
| 5. maj  | Søndag      | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Kirkemilen                | Hold 9         | Kjeld, Hanne BM, Jan, Charlotte           |
| 9. maj  | Torsdag     | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Tolne - evt. anden skov ! | Hold 10        | Niels Anker, Ellen T, Ove KJ              |
| 17. maj | St. Bededag |                 | Nordjysk lang         | Bøgsted Rende             |                |                                           |
| 19. maj | Søndag      |                 | Wild West             | ?                         |                |                                           |
| 23. maj | Torsdag     | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Bunken                    | Hold 4         | Karin W, Signe, Simon, Jane               |
| 30. maj | Torsdag     |                 | NJ stafet             | ?                         |                |                                           |
| 2. jun  | Søndag      |                 | JFM Sprint            | Horsens                   |                |                                           |
| 6. jun  | Torsdag     | Ok-Vendelboerne | Klubløb tekn. træning | Bangsbo                   |                | ???                                       |
| 13. jun | Torsdag     | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Uggerby Øst               | Hold 3         | Bent, Jacob, Christian, Hanne H           |
| 20. jun | Torsdag     | Ok-Vendelboerne | Sankt Hans            | Tversted                  | Hold 8         | Jørn Ba, Lene Ba, Jens Lyhne, Sami, Rikke |
| 27. jun | Torsdag     | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Lilleheden                | Hold 12        | Mogens, Nanna, Per H, Susanne             |



Vi har fået besat 30 af de omkring 35 klubløb, som var bestyrelsens ambition for 2019.

Det er rigtig flot! Dertil kommer så åbne løb, som klubben også er med til arrangere som f.eks NJ Dag og Natløb.

Vi håber selvfølgelig på, at der er nogen (måske på tværs af teams) der har lyst til at byde ind på de løbsdatoer, der ikke er blevet besat.

F.eks mangler vi 2. påskedag og nytårsløbet.

| Dato    | Ugedag  | Klubnavn        | Arrangement           | Sted                 | Banelæggerteam | Banelæggere                                   |
|---------|---------|-----------------|-----------------------|----------------------|----------------|-----------------------------------------------|
| 12. jul | Fredag  |                 | Skawdysten            | Sprint Skagen by     |                |                                               |
| 13. jul | Lørdag  |                 | Skawdysten            |                      |                |                                               |
| 14. jul | Søndag  |                 | Skawdysten            |                      |                |                                               |
| 15. jul | Lørdag  | Ok-Vendelboerne | sprint                | Sæby                 |                |                                               |
| 16. jul | Søndag  | Ok-Vendelboerne | mellemdist.           | Sæbygaard            |                |                                               |
| 8. aug  | Torsdag | Ok-Vendelboerne | Klubløb tekn. træning | Vandsted/ Bagterp    | Hold 1         | Karl, Hans Ingemann, Ann D, Kirsten H         |
| 14. aug | Onsdag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Uggerby Vest         | Hold 5         | Poul H, Finn M, Gert, Ida, Ole Bl, Kirsten Bl |
| 24. aug | Lørdag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Bunken               | Hold 7         | Henning BM, Gro, Jens Ra, Mette, Lene Be      |
| 29. aug | Torsdag | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Aalbæk               | Hold 3         | Bent, Jacob, Christian, Hanne H               |
| 31. aug | Lørdag  | Nordkreds       | DM Mellem             | Rold Skov Hesselholt |                |                                               |
| 1. sep  | Søndag  |                 | Midgårds-ormen Stafet | Myrhøj/Uhrnhøj       |                |                                               |
| 8. sep  | Søndag  | Nordkreds       | 2. og 3. div. match   | ?                    |                |                                               |
| 11. sep | Onsdag  |                 | Nordjysk Natløb 1     | ?                    |                |                                               |
| 14. sep | Lørdag  |                 | DM Stafet             | Gribskov             |                |                                               |
| 15. sep | Søndag  |                 | DM Lang               | Søskoven             |                |                                               |
| 15. sep | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Højengran            | Hold 11        | Sven Ove, Ann Gi, Rasmus                      |
| 18. sep | Onsdag  | Ok-Vendelboerne | Nordjysk Natløb 2     | Søheden              |                | Bent Skjoldborg, Ann Dissing, Kirsten, Kjeld  |
| 22. sep | Søndag  |                 | Divi. match           | ?                    |                |                                               |
| 25. sep | Onsdag  |                 | Nordjysk Natløb 3     | ?                    |                |                                               |
| 29. sep | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Kirkemilen           | Hold 13        | Jørgen Jensen, Tine og Brian Nyholm, Karin Ve |

| Dato    | Ugedag  | Klubnavn        | Arrangement           | Sted          | Banelæg-<br>gerteam | Banelæggere                                         |
|---------|---------|-----------------|-----------------------|---------------|---------------------|-----------------------------------------------------|
| 3. okt  | Onsdag  |                 | Nordjysk<br>Natløb 4  | ?             |                     |                                                     |
| 6. okt  | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Søheden       | Hold 5              | Poul H, Finn M, Gert,<br>Ida, Ole og Kirsten Bl     |
| 13. okt | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Klosterskoven | Hold 2              | Ole T, Claus, Egon,<br>Anna Marie Sø                |
| 20. okt | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Uggerby Øst   | Hold 10             | Niels Anker, Ellen, Ove                             |
| 27. okt | Søndag  |                 | NJ-dag                | Tversted      |                     | Ole, Ellen, Mogens,<br>Kjeld                        |
| 3. nov  | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Råbjerg       | Hold 6              | Finn H, Lisbeth, Hans<br>Ole og Ulla Steffensen     |
| 10. nov | Søndag  |                 | NJ klub<br>mesterskab | Tranum?       |                     |                                                     |
| 17. nov | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Ålbæk         | Hold 4              | Karin W, Signe,<br>Simon, Jane Cl                   |
| 24. nov | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Tversted      | Hold 8              | Jørn, Lene Ba, Jens<br>Lyhne, Sami, Rikke           |
| 1. dec  | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb               | Højengran     | Hold 13             | Jørgen Jensen, Tine<br>og Brian Nyholm,<br>Karin Ve |
| 15. dec | Søndag  | Ok-Vendelboerne | Klubløb/juleløb       | Tornby        | Hold 10             | Niels Anker, Ellen, Ove                             |
| 31. dec | Tirsdag | Ok-Vendelboerne | Nytårsløb             | Tolne         |                     | ???                                                 |

Vi opfordrer jer også til at tjekke, at der er overensstemmelse med det der står i kalenderen og de datoer I selv har skrevet op på mødet.

Vi glæder os til at komme i skoven til masser af spændende løb i 2019 :)

Kirsten Hald Holdensen

oooooooo0000000000oooooooo

## Påskeløb - 18. 19. 20. april 2019

Skærtorsdag, langfredag og påskelørdag er der Påskeløb i Vestjylland.

Herning Orienteringsklub og Vestjysk Orienteringsklub står for de tre løb i Stråsø og Vosborg Plantager.

Ok-Vendelboerne har altid mange løbere med, men i 2019 satser vi på endnu flere. Det er lykkedes os at leje en Spejder(FDF)hytte lige ved Holstebro med plads til 28 personer. Velegnet også til ungdomsløberne og deres forældre! Se [WWW.fdfholstebro.dk/hytten](http://WWW.fdfholstebro.dk/hytten)  
Tilmelding til løbene sker over o-service eller til Peter.



Sæt kryds i kalenderen og giv besked til Lene Bank



## Nordjysk 2-Dages 2020 v/ Lene Bank

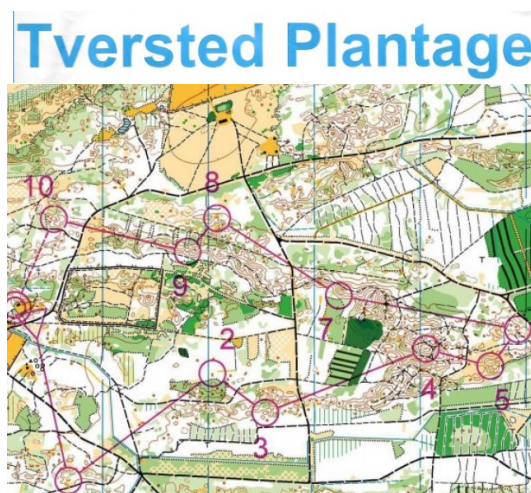
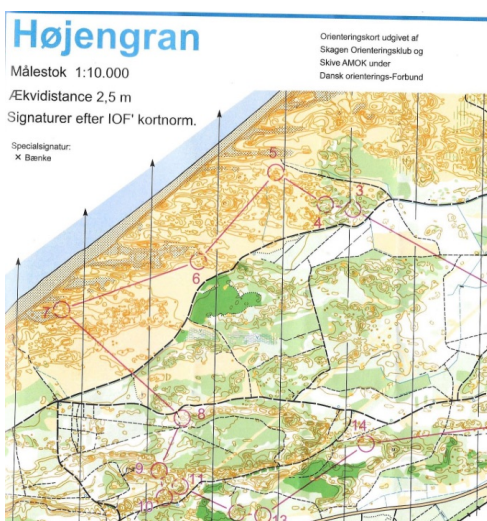
Ja, det er rigtig nok 2020!

Vi har knapt sluppet afviklingen af Nordjysk 2-Dages fra marts 2018 (se i øvrigt fotos og beskrivelser mm. i Klubnyt fra marts 2018) før den første del af planlægningen for 2020-versionen så småt er startet.

I øjeblikket forhandles med Naturstyrelsen om de nødvendige skovtilladelser, hvor ønsket er at bruge **Højengran** til løbene lørdag og søndag den 14. og 15. marts. Fortræning og natløb om fredagen ønsket afviklet i **Tversted Plantage**.



De første personer som for alvor skal i arbejdstøjet er banelæggere og banekontrollører. Hvis du gerne vil tage del i dette arbejde, så kontakt gerne Kjeld Arildsen eller Lene Bank.



## Medlemsnyt v/ Peter Arildsen



Vi byder velkommen til :



|                       |     |                   |               |
|-----------------------|-----|-------------------|---------------|
| Jette Bjørka Fosgaard | D55 | Teglmarken 6      | 9881 Bindslev |
| Per Fosgaard          | H70 | Teglmarken 6      | 9881 Bindslev |
| Lene Jensen           | D60 | Boller Kærvej 110 | 9830 Tårs     |

## Børne- og ungdomstræning:

Selvom mørket falder lidt tidligere på denne del af året end på andre tider holder det ikke gæve Vendelboer indendøre, især ikke de yngste og deres forældre. Træningen fortsætter ufortrødent henover efterår og vinter frem mod Nordjysk 2-dages, som traditionen tro markerer åbningen af løbssæsonen.

Træningen i mørket er dog ikke hver uge, men kun hveranden uge (der skal jo også være tid til julesysler) og i skrivende stund refterer kun én træning inden en velfortjent juleferie:



### ***Tirsdag 18/12 klokken 17, mødested Vandstedgaard. Moment - Nisseløb***

Som altid er træningen åben for alle, der har lyst eller brug for at få sat lidt fokus på det mere tekniske i orienteringsløb. Det er ikke på disse tirsdage man får en fysisk udfordring, men man får rørt benene og man bliver udsat for nogle øvelser, der sætter hovedet/tankerne i bevægelse.

Efter juleferien trænes videre hver anden tirsdag, startende fra tirsdag 15/1 og så frem til vi igen er på sommertid.

Programmet efter jul er ikke helt på plads endnu.

Der er mulighed for at følge opdateringer på: <https://www.facebook.com/BUorientering9800/>



**TAK :**

**OK-Vendelboerne** har modtaget 15.000 kr fra SparNord Fonden til arbejdet med rekruttering af børn og unge til orienteringssporten.



## **TopNord v/ Allan Reiche**

TopNord er et ungdomsløber samarbejde på tværs af de nordjyske klubber med henblik på at stille træninger og trænere til rådighed for unge løbere fra klubberne, der gerne vil gøre en indsats for at satse på orienteringsløb.

TopNord er en erstatning for det, der var Talentcenter (TC) Nord. Grundet kravene til TC'erne om både træningsmængde og løbernes alder, så var der reelt set ikke mange løbere i den kategori i Nordjylland og derfor blev TC Nord tidligere i 2018 formelt set stoppet og dette alternativ er nu opstået, for lige at træde et skridt tilbage og så bygge op igen. Der er også etableret en styregruppe hvori OK Vendelboerne er repræsenteret med Allan Reiche.

Der er ret stor spredning klubberne i mellem på, hvor meget der fokuseres på B&U træningen, og hvor mange løbere, der er. Alle de nordjyske klubber er dog enige om, at vi skal stadig have et tilbud for dem, der har viljen og evnerne, så vi sikrer at de bliver passende udfordret, for at de får de sociale relationer også ud af de lokale klubber, og i den sidste ende også så, at de talenter, der er store nok også bliver dyrket, så dette er en mulig vej for kommende eliteløbere.

Træningerne er bygget om dagstræninger i weekenden rundt om i Nordjylland, hvor der på en træningsdag typisk er 2-3 træninger i terræn eller på anden vis, og der er sparring med trænere, hygge mv. Kørende forældre er også velkomne på træningerne, så det er som ved B&U træningen i OK Vendelboerne ikke sådan man sætter af og så kører hjem igen□

OK Vendelboerne har lige nu en deltagende løber i TopNord samarbejdet (træningerne har kørt i 3 måneder) og med de meget dygtige løbere, der er blandt ungdomsløberne, er der uden tvivl ikke så langt til de næste.



Sara Clausen

**Følg med på Facebook : "Orienteringsløb for børn og unge i Hjørring"**

## Resultatbørsen.

Nordjysk Mesterskab Dag i Tvorup Syd den 21. oktober 2018.

D 50 Hanne Bak-Mikkelsen

D 60 Karin Wæhrens

D 70 Ellen Thomsen

H 70 Finn Hørup Nielsen



### Bestyrelsens kontaktoplysninger :

|                               |                                                                                  |           |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Kjeld Arildsen, formand       | <a href="mailto:kjeld.arildsen@gmail.com">kjeld.arildsen@gmail.com</a>           | 5364 0724 |
| Lene Bank Hansen, næstformand | <a href="mailto:lenebank1@gmail.com">lenebank1@gmail.com</a>                     | 4242 3661 |
| Ellen Thomsen, kasserer       | <a href="mailto:ellen@bmenneske.dk">ellen@bmenneske.dk</a>                       | 2129 6087 |
| Hanne Bak-Mikkelsen, sekretær | <a href="mailto:hanne@bak-mikkelsen.dk">hanne@bak-mikkelsen.dk</a>               | 4126 1553 |
| Susanne Arildsen              | <a href="mailto:susanne_arildsen@hotmail.com">susanne_arildsen@hotmail.com</a>   | 9892 8789 |
| Allan Reiche                  | <a href="mailto:mette.allan.mathias@gmail.com">mette.allan.mathias@gmail.com</a> | 2068 4585 |
| Kirsten Hald Holdensen        | <a href="mailto:kirstenholdensen@gmail.com">kirstenholdensen@gmail.com</a>       | 5127 1412 |
| Ann Dissing                   | <a href="mailto:anndissing@gmail.com">anndissing@gmail.com</a>                   | 3063 6455 |