

POST1900

Årgang 16 nr. 4 2012

Medlemsblad for Århus 1900 Orientering

Indholdsfortegnelse:

Formandens klumme	side 2
JFM Stafet	side 4
Kontingent	side 4
Marselisløbet	side 5
Grill Stafet	side 6
Sommerens løb	side 7
Jakob Edsen, junior VM	side 8
Klubtur til Norge	side 14
Invitation til Norge	side 16
O-Ringen 2012	side 17
Artikel om O-Ringen 2012	side 19
Sponsorer	side 20

Sponsorer





Siden sidst.

Sommeren er ved at være forbi. Mange af klubbens medlemmer har henover sommeren deltaget i orienteringsløb i såvel ind- som udland.



Stemning fra O-Ringen i Halmstad, Foto Ole

Jørgensen

Det har helt sikkert givet gode løbeoplevelser og løbeerfaringer. Erfaringer som vi allerede får brug for i divisionsmatchen den 12. august, og som vil være med til at bringe os i en oprykningsfinale. Men det ved vi når dette læses. Efteråret står på spring og der er masser af spændende løb i kalenderen. Allerede om kort tid er vi arrangør af JyskFynsk mesterskab i stafet ude i Mols Bjerger, og rigtig mange af klubbens medlemmer hjælper til. Senere på måneden er der DM i mellem og i september er der DM i såvel stafet som på lang. Jeg håber at rigtig mange af jer vil deltage i disse løb, da det er noget helt specielt at deltage i disse løb, der er en dejlig intensitet og en fantastisk stemning – og så er det ikke sværere end alle andre orienteringsløb.

VM medalje til Jakob Edsen

I starten af juli måned var der juniorverdensmesterskaber i Slovakiet. Aarhus 1900 Orientering var repræsenteret ved Jakob Edsen, og Jakob gjorde det fremragende – igen. Jakob løb sig til en 4. plads på sprintdistancen, blot 1,5 sekund fra sølvmedaljen.

Jakob var også en del af det danske stafethold, og som førsteløber var han med til skabe det som senere skulle resultere i en flot VM-sølvmedalje. Herfra skal lyde et stort tillykke til Jakob for den meget flotte præstation og med sølvmedaljen. Læs Jakobs spændende beretning i dette nummer af POST1900



Tak for hjælpen

I Juni måned var en række af klubbens medlemmer med til at tjene penge til klubkassen. Til de af jer som var med ved aarhus city halvmarathon og ved challenge aarhus , skal der lyde en meget stor tak for jeres hjælp og indsats. Den har været alletiders, og vi har fået stor ros for vores indstilling, indsats og professionalisme af arrangørerne for begge løb. Klubben har tjent ca. 50.000 kr. ved de to arrangementer.

JFM stafet - Mols Bjerger - Lørdag 18. august 2012

- **sidste udkald !!!!!**

Kære klubkammerat

Nu er der kun en lille uges tid til arrangementet skal afvikles, og der mangler stadig bemanning af småjobs, som trafik- og parkeringsafvikling, væskeudskænkning, kiosk og kantine, måltagning, børneaktivering.

Så hvis lørdagen er fri, hører jeg gerne fra dig på mobil tlf. 5121.1290

Stor O-hilsen
ASBJØRN

Kontingent for 2. halvår 2012

Af Birthe Worn

Sommerferien er ved at være historie for de fleste, og det er tid for betaling af kontingent for 2. halvår.

Det gælder selvfølgelig ikke jer, der har betalt for hele/resten året (gælder primært nye medlemmer fra foråret).

Kontingentsatserne er:

Seniorer (21-64 år)	350 kr./halvår
Juniorer (op til 20 år) og studerende på SU (21-25 år)	200 kr./halvår
Superseniorer (over 65 år)	200 kr./halvår
Passive	300 kr./år

Familierabat: 20% ved mindst 3 på samme adresse

Kontingentet indsættes på reg.nr. 6180 konto 0005603056 hurtigst muligt – og senest 25. august 12.

Officials til fortræning og Marselisløbet 2. september 2012

Af Frank Dabelstein.

Som I måske har bemærket, er der ingen fortræning i år. Vi skal dog stille med vejvisere til en af rundvisningsdagene/Lille Marselis, søndag den 26. august. Der skal bruges 12 personer.

Har du tid og lyst til at hjælpe i tidsrummet fra kl. 9.30 til kl. 13.00 så giv besked til Allan Hougaard på ah@paradis.dk eller telefon 2482 9711.

Vi skal igen i år stille med et hold officials til Marselisløbet.

Jeg vil gerne bede alle om at melde tilbage på frank@dabelstein.dk (eller tlf. 24 20 66 74) om du/I kan deltage eller ej.

Hvis ikke andet er aftalt så er mødetid og -sted søndag d. 2. september kl. 9.30 som sædvanlig på Gåsehavens P-plads (på hjørnet at Hørhavevej og Ørneredevej).

Grillstafet 2012



Så er det ved at være tid til årets grillstafet.

Tirsdag den 28. august inviteres du til Aarhus 1900 Orienterings traditionsrige og uforudsigelige grillstafet.

Programmet er som følger:

- 17.30 Ankomst Grumstolen
- 17.45 Klar til instruktion
- 19.00 Alle er i mål og gør sig klar til spising
- 19.15 Maden er ved at være klar



Har du tid og lyst til at hjælpe med enten mad, planlægning eller noget andet praktisk, så sig til – der er brug for flere hænder.

Under spisningen er der tid til at høre om sommerens oplevelser, ligesom der er god tid til at lægge planer for det næste år i skoven. Dagens stafetresultat vil selvfølgelig også blive offentliggjort.

Pris per person er kr. 50,-. Børn til og med 13 år er gratis.

Hvis du vil drikke andet end vand, skal du selv medbringe dette.

Tilmelding til Allan på ah@paradis.dk eller 2482 9711 **senest den 16 / 8.**

Sensommerens løb

Kalenderen er fyldt med løb i august og september, med DM-løb og vores divisionsmatch som højdepunkt. Ved DM-stafet er der mulighed for åbne baner, så der er mulighed for at løbe, selvom man ikke vil med på et stafethold.

Den 29.-30. september er der Rebild Adventure i Rold Skov med 2 løb lørdag og et løb søndag. Se mere om løbet på <http://www.rebildadventure.dk/index.php>

Divisionsmatch – oprykningsmatch ved Ørnbjerg Mølle

Søndag den 23/9 skal vi igen forsøge, at komme i 1. division. Hvis vi kan stille med lige så mange løbere som til matchen den 12. august, har vi bestemt en chance for at komme i 1. division igen.

Løbet afvikles ved Ørnbjerg Mølle i nærheden af Ebeltoft. Vi arrangerer ikke bus, men skriv ved tilmelding om du har plads i bilen eller har brug for kørelejlighed.

Træningsløb

Træningsløb er gratis for medlemmer i Århus 1900 og OK Pan. I sommerhalvåret skal du bare møde op onsdage kl. 18.00. I vinterhalvåret lørdage kl. 13.00. Se evt. mere på vores [hjemmeside](#) under **Træning** eller [OK Pan's hjemmeside](#).

Løbskalender

Dato		Løb	Sted	Tilmelding Senest
26/8	Søndag	Midgårdssormen	Svanninge Bjerger	17/8
2/9	Søndag	B-løb	Donsø vest, Karup	24/8
9/9	Søndag	Op/ned 2./3. division	Sukkertoppen	31/8
15/9	Lørdag	DM-Stafet	Linå Vesterskov	31/8
16/9	Søndag	DM-Lang	Husby	31/8
19/9	Onsdag	NJM nat 1	Bøgsted	14/9
23/9	Søndag	Op/ned - 1./2. division 1900 ☺	Ørnbjerg Mølle	16/9
26/9	Onsdag	NJM nat 2	Hou Skov	
29/9	Lørdag	Rebild Adventure		
30/9	Søndag	Rebild Adventure		



JWOC 2012,

Et Junior VM

- af Jakob Edsen <http://jakobedsen.blogspot.com/>

Træning og optakt

Siden august 2011 har der stået Junior VM 2012 i kalenderen. Alle træninger og kortnørderi har, mere eller mindre, været med henblik på at give mig selv de bedst muligt betingelser til VM. Jeg har delmål undervejs, men det hele leder alt sammen hen mod VM.

Nogle gange er det rigtig fedt og træningen kører bare derud af. Men sådan er det ikke altid. Det er specielt hårdt i vinterperioden, hvor det er koldt og vådt og mørkt og trist. Øv, det kan være træls! Men netop dér er det vigtigt at huske sig selv på, hvorfor man løber den træning. For at kunne være med de bedste til VM.

Det er altid noget helt specielt at være til VM. Hele atmosfæren og setupet omkring arrangementet er fantastisk. Ikke mindst den holdånd og det sammenhold man har på et VM-hold er noget for sig. Vi rejser samlet, altid i ens trøjer og så er humøret i top! Vi er ikke enkelte personer, som skal konkurrere mod hinanden til VM. Vi er ikke hinandens modstandere. For uden hinanden var vi aldrig nået så langt. Det er gennem sparring og træningstips, at vi sammen har løftet hinanden til det niveau, vi har. Vi er ikke 12 individer. Vi er ét hold.

Ved Junior VM

Når man er til et Junior VM bor næsten alle lande det samme sted. Dette år boede vi på et kollegium tilhørende det teknisk universitet i Koscî. Et værelse på ca. 18 m² opdelt i to rum og toilet med eget bad. En seng på det ene rum og to på det andet.

Måltiderne foregik ved den tilhørende kantine, hvor alle spiser sammen. Som

regel sidder man sammen som hold, men ofte sker det også, at vi sætter os sammen med løbere fra de andre nationer og snakker.

Aftenen før en konkurrence er trænerne til teamleaders meeting, hvor de får den sidste information om løbet, og der er fra trænerens side mulighed for at stille spørgsmål. Det er endvidere også her, at nummerlapper udddeles.

Kort efter holder vi et holdmøde, alle trænere og løbere, og vi gennemgår den evt. nye information arrangørerne har givet. Vi afleverer som regel vores SI-brik til trænerne som så sørge for at sætte dem sammen med startnummeret og tage det hele med til start.

Efter mødet snakker vi én og én med vores "teamleader" (inden VM bliver hver leder "teamleader" for tre løbere på holdet – sammen gennemgår man taktik før løbet og evaluering bagefter). Jeg lægger en plan sammen med min teamleader for hvordan distancen skal angribes – teknisk, fysisk og mentalt. Bagefter har vi ca. 1-2 timer, hvor vi har fri indtil kl. 22, hvor der senest skal være ro, og alle skal være på deres eget værelse.

På konkurrencedagen står man op og spiser morgenmad sådan så det passer med, at man får spist ca. 3 timer før. Start på sprinten er først efter frokost. Men på mellem og lang kan starttiderne godt kan lægge spredt, og det er derfor meget forskelligt, hvornår man vælger at spise morgenmad. Efter maden gør man sig færdig på værelset og går ud til bussen som kører os til pre-starten (området ved start). Her har hver nation deres eget telt, hvor vi kan være, indtil vi vil gøre os klar, varme op og komme i skoven. Når man først er ved pre-starten foregår det på præcis samme måde som til et ganske almindeligt løb i Danmark – lige bortset fra, at alle løber rundt i landsholdstøj.

I mål efter sprint

.... - jeg løber op mod mål på sprintdistancen. Jeg bliver heppet hele vejen op gennem opløbet af trofaste danske supportere, løbere og trænere. Jeg kan hører speakeren er opstemt, men jeg hører ikke hvad han siger. Jeg krydser målstregen og i et kort øjeblik bliver der stille. Tiden bliver godkendt og det lyder i højtaleren. "And in the finish we have a new best time! Jakob Edsen from Denmark in 14:24,5". Og så jubler alle igen! Det var en helt fantastisk følelse!

Så følger intense 30 minutter hvor der kommer løbere ind hvert minut. Hver gang der kommer en ny løber ind holder jeg øje med om han slår min tid. Det er ulideligt at stå og vente på at de sidste løbere skal komme ind. Jeg når at ligge nr. 1 i små 10-15 minutter før min tid bliver slået. Kort efter kommer endnu en. Jeg ligger nu nr. 3 og det helt ind til den næst sidst startende, som lige akkurat kommer ind og slår min tid med 1,2 sekund og jeg ender som nr. 4. I øjeblikket kan man ikke undgå at være lidt skuffet, fordi man for kort tid siden stod med en individuel VM-medalje i hånden. Men på den anden side har jeg lavet mit hidtil bedste løb nogensinde. Jeg er nr. 4 i verden på sprint og det er det fedeste!

Herefter følger præmieoverrækkelsen for både herre og damer og vi vender så småt hjemad til hotellet. Umiddelbart efter ankomst har vi stilletime. En time

hvor vi er på hvert vores værelse og får tid til at slappe helt af. Man skal foretage sig absolut intet.

Så bliver kl. 18 og vi går til aftensmad. Herefter er der teamleaders meeting, efterfølgende holdmøde, snak med teamlederen, fri leg til kl. 22 og så er der ro.



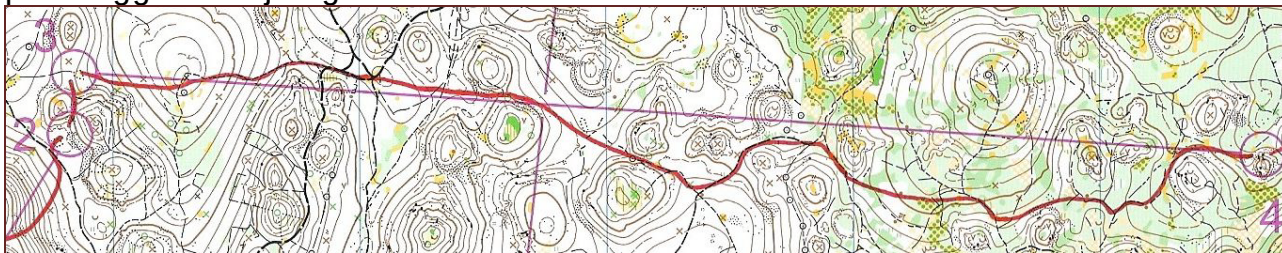
VM Stafetten, glade løbere

Junior VM 2012 – mit løb på langdistancen

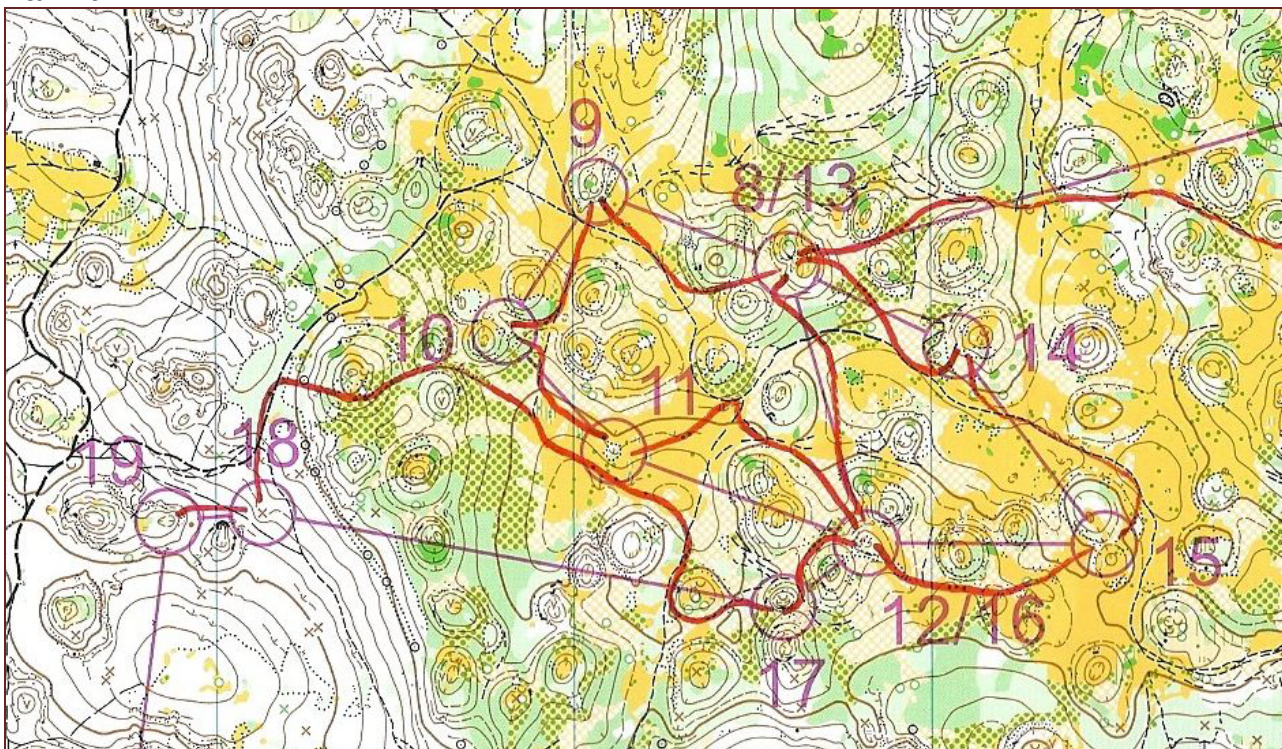
- af Jakob Edsen

Banen lød på 11,3 km. med 405 m. stigning, 22 poster og en butterfly ca. halvvejs på banen. Vejret var let skyet, ingen vind og med omkring 30 grader. Jeg havde starttid midt i feltet. Min taktik for løbet var at få en rolig start og komme godt ind på kortet. Orienteringen skulle styre tempoet. Efterhånden som jeg finder ind i flowet hæver jeg tempoet. Endvidere lå mit tekniske fokus på at have en god indløbsdetalje samt en god udløbsdetalje. Og så handlede det om at være flittig med kompasset.

Jeg får en rigtig fin start og kommer godt ind på kortet. Allerede på strækket 3-4 møder vi banens første langstræk. Jeg stopper op og giver mig tiden til at planlægge et vejvalg.



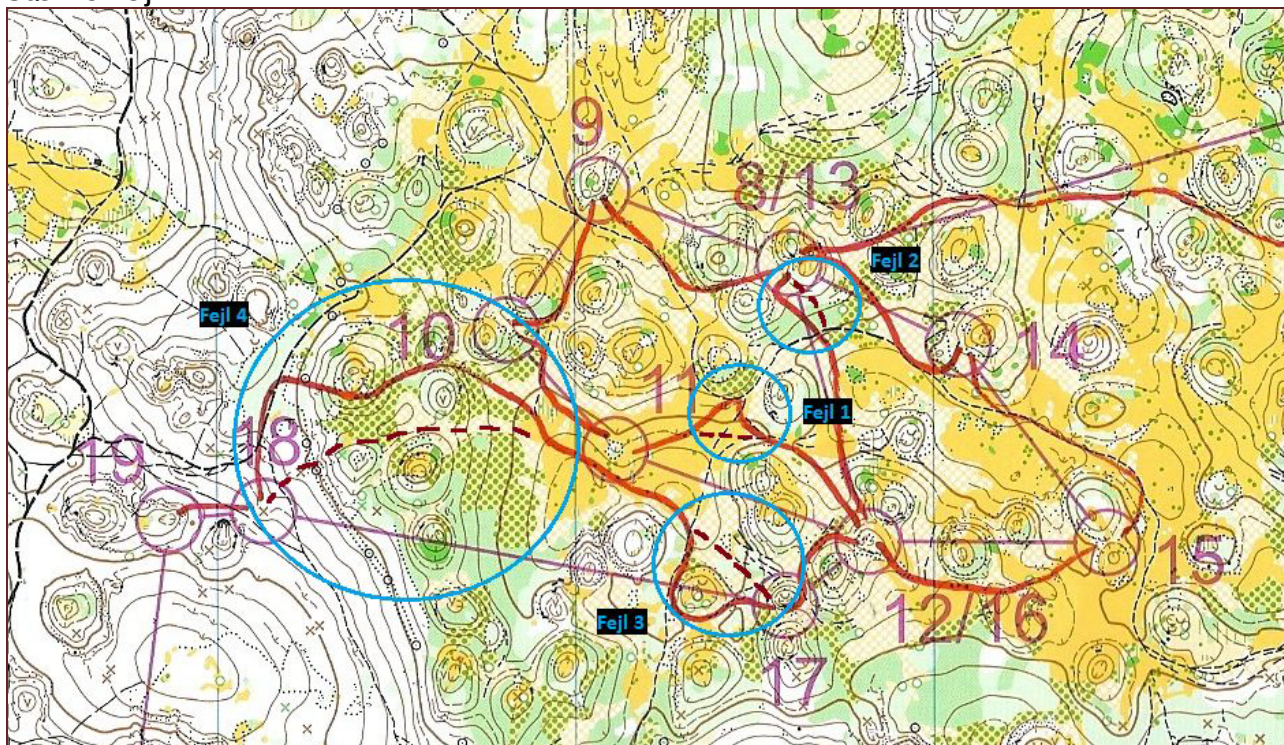
Jeg får gennemført mit vejvalg rigtig fint. Jeg bliver dog lidt usikker efter 2/3 af strækket rundt på kanten af højen da det er mere diffust og tæt end jeg havde ventet. Men jeg stoler på kompasset og kæmper mig igennem krattet. Rammer rigtigt nok stien på den anden side og følger den ned til et åbent spor. Derfra løber jeg på kompas fra punktdetalje til punktdetalje til jeg til sidst ender med de to store lavninger på hver side. Her følger jeg kanten rundt til lavningen kommer til syne og så bliver jeg ledt lige i posten. Post 4-8 leder os ud på den åbne hede, hvor solen skinner fra en klar himmel. Jeg har nu løbet i ca. 35 minutter. Vinden ligger helt stille og det er utroligt varmt.



Post 8-16 er vores butterfly, som leder os rundt i åbent hedelandskab samt i dybe lavninger med små tætte buske og krat. Her gælder det virkelig om at holde hovedet koldt og tage de rigtige vejvalg – uden om busk og krat! Umiddelbart ser det ud som om jeg har løst opgaven gennem butterflyen ganske fornuftigt. Men faktisk kan den første svaghed ses på vej til post 12. Trætheden melder sig lige så stille og jeg sløser for meget med min udløbsdetalje og glemmer kompasset. Løber skævt ud fra 11'eren, men fanger

det i sidste øjeblik og når lige at rette op. Til post 13 sløser jeg lidt for meget med min indløbsdetalje og også her laver jeg en lille fiskekrog. Her burde jeg have vidst og sagt til mig selv: Jakob, du er ved at være træt og du sløser på orienteringen. Fokus! Men det gjorde jeg ikke.

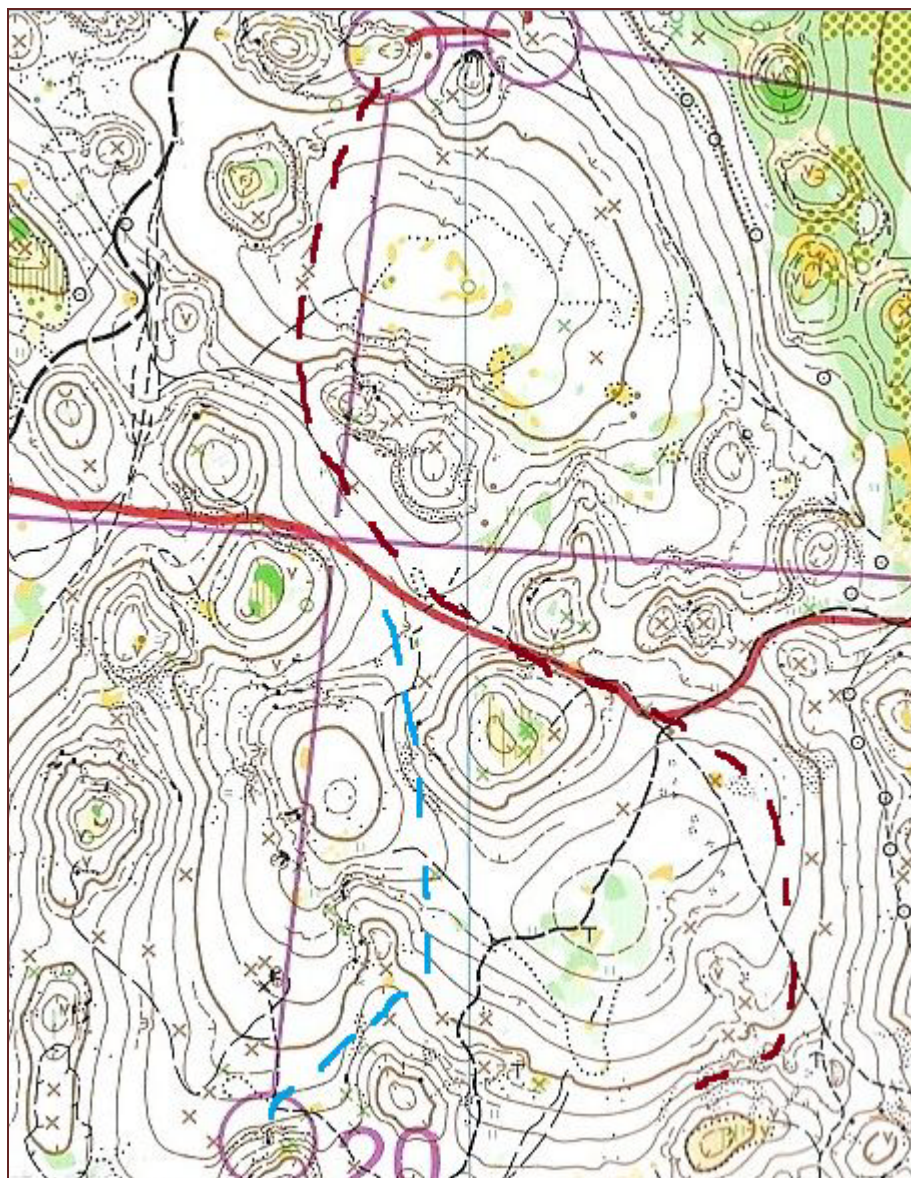
På vej til post 18 er den gal igen. Jeg løber skævt ud fra 17'eren og får desuden ikke gennemført det optimale vejvalg jeg først havde bestemt mig for. Fire fejl som jeg burde have reageret på. Det førte senere til en endnu større fejl.



Ved post 19 stopper jeg op og tager mig tid til at planlægge strækket. Jeg har løbet i godt 70 minutter nu og jeg er ved at være godt stegt. Jeg har en god udløbsdetalje og det passer med kompasset. Jeg kommer fint rundt på højen og ned mellem de to lavninger. Derefter går det så galt. Jeg er så træt i både krop og hoved at glemmer at have fokus på orienteringen og løber bare af sted. Da jeg igen læser kort er jeg et helt andet sted end der, hvor jeg tror, jeg er. Jeg har løbet mig ud på en parallelfejl. Jeg får tingene til at passe hele vejen, men da jeg runder højen og løber på kanten ned til lavningen er der ingen post.

Jeg forstår ingenting!

Jeg prøver at læse baglæns på strækket og finde ud af, hvor jeg kan være havnet, men jeg var jo sikker på min orientering hele vejen hertil. Jeg drejer forvirret rundt om mig selv og ved ikke helt, hvad jeg skal. Jeg fortsætter rundt på kurven og håber på at finde noget tydeligt som jeg kan læse mig ind på. Men jeg finder aldrig et tydeligt holdepunkt. Der er bare dybe lavninger og sten over det hele. Jeg mærker hvordan minutterne går og jeg bliver mere og mere frustreret. Her står jeg til langdistancen på Junior VM – og jeg ved ikke hvor jeg er!



Da jeg omsider finder efter 15-20 minutter frem til en stor grusvej, finder jeg ud af, hvor jeg er. Jeg er udmattet, træt i hovedet og at vende tilbage i orienteringen og fuldføre banen virker som en umenneskelig opgave. En del af mig råber, at jeg skal fortsætte. Ikke kun for min egen skyld, men for alle supporterne, trænerne, løberne, vennerne og ikke mindst for at vise respekt for arrangørerne. En anden del af mig ønsker mig langt, langt væk herfra. Det ender med, at jeg opgiver løbet og går mod stævnepladsen. Jeg bliver dermed disket og får ikke nogen placering for løbet. Min bedste placering undervejs var ved post 12 - her lå jeg nr. 17, kun 6 minutter efter vinderen Eskil Kinneberg fra Norge. Ved udgangen af butterflyen, dvs. post 17 og kort før jeg afbryder mit løb, ligger jeg nr. 22. Havde jeg holdt hovedet koldt hele vejen hjem havde jeg formentlig kunne løbe mit i top 20, hvilket var min målsætning for denne konkurrence. Ovenfor har jeg med blå streger skitseret mit planlagte vejvalg. De røde streger er der, hvor jeg tror, at jeg har løbet.

Klubtur til Norge?

Af Birgit Rasmussen



forberedelserne til natløbet.

foto Lars Ole Kopp. Skumringsbillede af

Sidste weekend i skolernes efterårsferie blev i 2011 orienteringsmæssigt en oplevelse i særklasse. Omkring 30 personer fra Nordkredsens venner (Lars Ole Kopp som arrangør sammen med Tage og Susanne Baun) var med i 2011. Herligt at mødes med løbere fra de andre klubber, og lære hinanden lidt at kende. I alt var 8 klubber repræsenteret.

Vi blev hentet ved færgen i bus og kørt ud i skoven, hvor vi blev efterladt med kort, kompas og pandelampe. Efter en kort instruktion varede det ikke længe inden alle løbere spredtes for alle vinde. Jeg havde nu nok håbet på at kunne løbe efter nogle af de andre i starten, men allerede ved post nr. 1 mødte Lene og jeg så store udfordringer, at vi var på egen hånd. Vi lærte, hvordan man skulle angribe en klippe på egen hånd og det giver blod på tanden.

Turen startede i tiltagende tussmørke, og der var flere kratluskerier, klatren op af vandfald og knoklen hen over stejle klippestykker, famlen gennem hyben og brombærbuske, inden vi fandt en civiliseret vej, hvor det kun var trafikken, som kunne true os. Nå, det lyder lidt slemt, og det var det også, i al fald for undertegnede, som heldigvis blev flankeret af modige Lene, som klarede ærterne, når der skulle klatres ud over afgrunden eller ned i dybet. Stavern byskilt var skøn læsning, da vi endelig nåede bygrænsen, og vi var i mål efter ca. 3 timers "uforfærdet" postjagt.

Lørdagen bød på pointløb i området omkring det skønne Frederiksværn Verft, som må siges at være et absolut godt og komfortabelt overnatningssted for trætte orienteringsløbere fra DK.

Efter dagens mange timers søgen efter poster blev vi beværtet på stedet og ved samlingen om aftenen var der hyggelig snak og snacks.



Anne og Caroline som delte vindere og designere med Lavning som inspiration (Foto Birgit Rasmussen) (Lavning er en venindesten)

Søndagen kom med flere strabadser af de helt store, idet vi var hele 3 personer som for vild i skoven. Vi måtte bide i det sure æble og sætte kompasset mod nord i håbet om ikke at skulle helt til Stavanger, før der var landkending. Det gik ikke helt så galt, vi fandt stævnepladsen, hvor en bekymret Asbjørn mødte os og i erkendelsen af, at ikke alle poster kom med hjem den dag, krøb vi op i den ventende bus og satte næsen hjemad. Vi lærte en hel del om det norske terræn, det er svært, udfordrende og smukt. Der er noget for enhver O-løber at prøve kræfter med unge som gamle og fit som unfit, alle kan være med.

Det var en god oplevelse at gå rundt på stævnepladsen inden løbet og mødes med nordmænd, som jeg oplevede som friske, imødekommende og opstemte over at skulle ud i skoven. Helt lige som derhjemme. Næsten. Det er som om nordmænd er en kende friskere i kontakten.

Fra meget pålidelig kilde fortælles, at dette års Norgessamling vil foregå med udgangspunkt i det samme område, men ikke i det samme terræn. Det bliver meget sværere næste år, hvis jeg skal give mit besyv med over det kort, jeg fik mulighed for at se på som en appetitvækker. Men arrangørerne opfordres hermed til at lave banerne så vi alle kan få noget ud af turen. Og det tror jeg, de gør, det plejer de ☺

Kryds allerede kalenderen af, den 19. oktober og husk gode pigsko, de bliver nødvendige. ☺ **se invitaionen!**



Satsning og succes. Hanne og Helle. Foto Helle og Hanne.

iNordvation 2 / 2012 – Indbydelse..

Fra fredag den 19 oktober til søndag den 21 oktober. (sidste weekend i uge 42)

Nordkredsens Venner indbyder hermed til **iNordvation 2** som er en O-løbs oplevelse af de unikke. Kunne du tænke dig at løbe orienteringsløb i Norge, opleve en helt speciel natur, anderledes kunst og kultur, fantastisk og varm socialt samvær og kunne du tænke dig at blive "forkælet" fra du ankommer med færgen til Larvik til du går fra borde i Hirtshals efter 3 dages spændende og udfordrende orienteringsdage, så er det **iNordvation** du skal med til.



Se her hvad vi tilbyder:

Fredag:	Kveldsprint O-løb	By orientering med start fra færgelejet i Larvik.
Lørdag:	Point O-løb	Ulfsbakk Vest (et fantastisk o-løbs område)
Søndag:	Klassisk O-løb	Vestmark syd og Bøkeskogen.

Hvad er incl. i deltager gebyret, ja se blot her:

-færgeoverfart tur- retur med Colorline, afgang fredag den 19. oktober kl. 12.45 fra Hirtshals.
Hjemad søndag den 21. oktober kl. 17.30 fra Larvik.

- startgebyr til de 3 dages O-løb
- overnatning i 4 sengs lejligheder som har eget bad, toilet.
(mulighed for 2 sengs lejlighed mod ekstra betaling som er kr. 125,- pr. person)
- morgen mad lørdag og søndag
- aftensmad (2 retters menu) fredag og lørdag.
- bustransport fredag, lørdag og søndag.
- T-shirts.(str. skal angives ved tilmelding)



Hvad koster det så:

Pris for voksen 21-	kr. 1200,- i 4 sengs lejlighed
Pris for junior -20	kr. 900,- i 4 sengs lejlighed

Tilmelding skal ske via O.-service senest fredag den 28. september 2012 kl. 12.00.

Tilmelding kan også foregå via email: lok@mail.tdcadsl.dk

Indbetaling på konto: 5959 reg.nr. 8024285. Frederiks Andelskasse

Instruktion vil offentliggøres fredag den 5. oktober 2012.

Yderligere spørgsmål eller oplysninger tlf. 24621803 eller mail: lok@mail.tdcadsl.dk

På vegne af Nordkredsens Venner

Lars-Ole Kopp

O-Ringen 2012

Af Birgit Rasmussen

Denne sommer har budt på flere spændende og interessante løb, både i DK og udenlands.

O-Ringen i Halmstad var absolut højdepunktet i vores lille familie. Forinden havde vi deltaget i Vestjysk 2-dages, som ingen får mig til at skrive hjem om. Vikindedysten blev svigtet med lidt dårlig samvittighed til fordel for O-Ringen.

En travl sommer har det været orienteringsmæssigt, også fordi Aarhus 1900 i år arrangerer JFM i Stafet i Mols Bjerger, den 18. august.

Men tilbage til O-Ringen i Halmstad, hvor jeg talte 31 medlemmer fra Aarhus 1900. Det var solfyldte dage med masser af o-sport og gode oplevelser på både strand og i skoven. Det var imponerende, hvordan man kan få et så stort et arrangement til at løbe af stablen, respekt herfra.

Spændende baner med netop den portion udfordring, som man kunne ønske sig, men hvor der også var taget behørigt hensyn til alderskriterier, hvilket en gammel kone som jeg sætter stor pris på. Med Arlas badevand og –land var det næsten, som at komme på ø-lejr igen.

Andre var så begejstrede for Arlas badevand, at de frivilligt gik en tur i mosen for at snavse sig til. Mosehullet hedder efter sigende nu: Danskerhullet!

Det var alt i alt en spændende og dejlig oplevelse at være med og klubsamværet i fritiden var rigtigt hyggeligt, trods den store spredning der var i valg af overnatningssteder.

Fridagen om onsdagen blev naturligvis brugt på at udnytte tilbuddet om fotoorientering i Halmstad, en virkelig god måde at få set byen på også med alternative vinkler.

Ikke flere ord, nyd fotocollagen nedenfor.



Min oplevelse af O-ringen i Halmstad, Sverige

Af Gitte Frandsen

Jeg var i år for første gang en tur til fem-dags løbet O-ringen, sammen med 26 andre løbere fra 1900, der i år foregik i Halmstad, Sverige.

Mine forventninger til arrangementet inden min ankomst dertil var, at det ville være det svenske svar på Påskeløbet. Dette måtte jeg dog hurtigt erkende ikke var tilfældet, da det viste sig at antallet af løbere var godt over 21.000.

Til trods for at der var så stort et antal løbere, var det eneste man rigtigt kunne sætte en finger på deres problemer med at placere bilerne i

parkeringen, hvilket medførte lang kø og en ventetid på godt en time. Problemet forekom dog kun den første dag, da de dagen efter havde fundet en løsning.

Det som rigtigt imponerede mig var, hvorledes et så stort stævne blev afviklet. Det første jeg oplevede til stævnet, var O-ring staden. Her var podiet hvor dagens etapevindere blev hyldet om eftermiddagen, herudover var det som en hel lille by: med spisesteder, et supermarked, en sportsbutik samt andre småboder. I denne lille by, boede ungdomsløberne og børnefamilier, hvilket sørgede for at byen konstant summede af liv.

Personligt boede jeg i en hytteby, sammen med 12 andre fra klubben, cirka en lille times kørsel fra de forskellige stævnepladser. Jeg oplevede de ca. 1500-2000 m. fra parkeringspladsen til stævnepladsen, som en god opvarmning. Dog var afstanden til start, der lå alt imellem 1200-2150 m., ikke lige så kærkommen – dette stykke foregik nemlig stort set altid op af bakke. Afstanden til start var at finde påtrykt det nummer man fik udleveret. Herpå stod foruden ens navn også starttider til de første fire dage og hvilken start man skulle til.

Når løbet så var sat i gang og man fandt sig selv løbende gennem de store svenske skove, blev det for alvor klart at man ikke længere var i Danmark. Terrænet er meget anderledes end det vi er vant til herhjemme fra; der er færre stier, flere højdekurver, klipper, stub, moser og huller. For mig som debutant i de svenske skove, var terrænet sværere end det i Danmark og jeg må erkende at jeg ofte tænkte på Keld og Anders E' mange gode råd, som "Husk hvor er du er", "find et sikkert udgangspunkt ind til posten" samt "opfang". Jeg må nok tilstå at jeg ikke altid fulgte deres råd. Hvilket har bevirket at jeg fik løbet ekstra mange kilometer. Oplevelsen forbedret min grov orientering, dog har den ikke gjort synligt meget for min fin orientering. (Et emne jeg ville sætte pris på blev taget op til mandags træning i løbet af efteråret.)

Løbene er noget jeg nu kan se tilbage på som sjove oplevelser; selv om jeg tit følte at jeg havde styr på det hele og følte at det kørte for mig, ja, så var jeg væk for mig selv og var ikke sikker på hvor på kortet jeg befandt mig. Men en 1900 løber giver ikke op så let, så med lidt hjælp fra andre løbere var jeg på rette vej igen.

Når man var ved at være ved vejs ende på etappen, sluttedes der af med et opløb på ca. 300 m. hvor man enten skulle løbe under eller over en bro (en ide der virkede bekendt). Alle på stævnepladsen kunne følge med på disse sidste meter, og gav med deres heppen og klappen energi til dette. Efter at man havde fået luft, sundet sig lidt og snakket med hinanden om løbet, havde man mulighed for at orientere sig om sit slutresultat og placering på store skærme i en af teltene.

Jeg må sige, at der var nogle fra klubben som forstod at løbe i det smukke og barske terræn. Her må fremhæves Jakob Dybdal Abrahamsen, han fik en etape sejer og endte som nr. 5. I top 25 finder vi også Mette og Anne Lysgaard Schulz. Et stort tillykke til alle tre.

Efter at have løbet, succesfuldt eller ej, var det uundgåeligt at man lugtede af skov og sved, ikke at det adskiller sig fra hvordan det er herhjemme. Hvad der dog adskiller sig er, at det faktisk var muligt at tage et bad på stævnepladsen. De havde nemlig sat store læskærme op, der dannede to store badeområder; et til damerne og det andet til herrerne. Der kom løbende store tankbiler med varmt vand, som blev pumpet gennem rørene til brusehovederne. Der var også sørget for shampoo, der duftede af oliven. Med den lette brise og varmen fra solen, kunne man nok ikke have fundet bedre bade forhold end disse, om end man så befundet sig indenfor.

Så hvis du er glad for at løbe i et svært terræn, ikke er bange for at blive væk og måske bruge længere tid end du plejer i skoven, ja, så bør du prøve en tur i de svenske skove. Det kan klart anbefales, da ikke blot løbende men også det at se et så stort løb under afvikling er en oplevelse.



Nogle lod bare sko være sko, andre fik vasket og tørret skoene efter alle kunstens regler. En Coop griddle kan bruges til meget ☺
Kan også afsløre, at begge par sko tv. er nu blevet udskiftet.

Indkøbsaftale med Løberen

Vi får 15% rabat på alle IKKE NEDSATTE VARER, dog undtaget GARMIN, BABYJOGGER OG ENERGI.

Det gælder både ved køb i butikken, på nettet og på stævnepladser.

Du kan registrere dig på Løberens hjemmeside. Har du ikke fået en mail med vejledning, så henvend dig til Vagn Pedersen, vop@email.dk.

Indkøbsaftale med Eventyrsport

Til medlemmer af Aarhus 1900 Orientering ydes 20% rabat på alt Haglöfs og Didriksons i både Toursport og Eventyrsport. Desuden fås 10% rabat på det resterende sortiment i begge butikker - dog ikke madvarer og GPS. Der er ikke rabat på nedsatte varer.

Ved køb medbringes kvittering for indbetalt kontingent til Aarhus 1900 Orientering. Normalt er det dog tilstrækkeligt, at sige man kommer fra klubben.

Sponsorer



Det med småt

POST1900 udgives af Århus 1900 Orientering. Ansvarshavende redaktør Birgit Rasmussen, Vedbæksalle 64, 8700 Horsens, tlf. 75 63 03 65 og mobil 24476301. POST1900 er et forum for medlemmerne af Århus 1900 Orientering. Meningsstilkendegivelser i POST1900 er ikke nødvendigvis klubbens officielle standpunkt. POST1900 skrives i OpenOffice. Indlæg modtages helst som e-mail. POST1900 layoutprincipper. Adresseændringer (e-mail og snail mail) skal man selv rette i O-Service. Ved problemer med distributionen rettes henvendelse til Frank Dabelstein, tlf. 23 38 20 89.