

# POST1900

Årgang 14 nr. 1 2009 Medlemsblad for Århus 1900 Orientering

Indholdsfortegnelse:

Formandens klumme

Udfordringen i langdistance

Indkaldelse til generalforsamling

Påskeløb

## **Kontingent 2010**

Kom ud af vinterhiet, med løbekalender

Klubtøj

Juleløbet

Træningsløb i Thy

Pointmesterskab 2010



## Siden sidst.

---

Januar 2010

I ønskes alle et godt nytår.

Tak for det forgangne år, og specielt tak for et flot arrangement DM stafet i Velling Snabegaard. Det var virkelig årets højdepunkt.

I begyndelsen af december blev "kampen om den Gyldne sko" afholdt med Anders Edsen som vinder. Igen i år var der grublet meget og tænkt over hvilke finurligheder, deltagerne skulle igennem før en vinder var fundet. Tak til løbskomiteen for et godt arrangement.

Nu starter et nyt år med masser af gode orienteringsløb. Vinterlangdistancerne er allerede i gang, hvor orienteringsoplevelsen bliver krydret med ½ meter sne og render og huller er dækkede og bliver først synlige, når man står i hullet!

Til voksne nybegyndere afholder Breddeudvalget voksenkurser på 3 forskellige niveauer. Et godt tilbud. Læs mere på <http://bredde.do-f.dk/log/subpages/indbydelse%20til%20voksenkurser.pdf>

Der er Generalforsamling tirsdag den 23.februar kl. 19.00 på Grumstolen, hvor vi håber mange vil møde op. Se indkaldelse andetsteds i bladet. Bestyrelsen vil efter selve generalforsamlingen løfte sløret for planer i fremtiden.

Jeg vil også nævne vores træningsweekenden, som I også kan læse mere om andet steds i bladet.



Spændte løbere skuer frem mod 2010 mod nye horisonter

## Udfordringen i langdistance

---

*Af Birgit Rasmussen*

Som den lille kryster, jeg var, undlod jeg at deltage i langdistancen, den 17. januar i Karup. Rygterne vil vide, at der var mindst ½ meter sne, som skulle forceres og frosne tæer skulle optøs efter målgang. Se mere her, hvilken optimistisk formand vi har:

<http://www.tv2regionerne.dk/player.aspx?id=523267&r=6>

Birgitte ville mene at det var let nok at holde varmen, og udtalelserne fra TV-Midt tyder på, at det er rigtigt.



Det skulle jeg bare have vidst.

**Hermed indkaldes til**

**Generalforsamling  
Tirsdag d. 23. februar 2010 kl. 19.00 på Grumstolen**

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Valg af referent
3. Bestyrelsens beretning for 2009
4. Forelæggelse af regnskab for 2009
5. Indkomne forslag
6. Forelæggelse af budget og fastsættelse af kontingent og løbsafgift for det kommende år.
7. Valg til bestyrelsen
  - Formanden Birgitte er på valg (ønsker genvalg)
  - Sekretæren Henrik er på valg (ønsker ikke genvalg)
  - Ungdomskontakt Anders Edsen er på valg (ønsker genvalg)
8. Valg af revisor og revisorsuppleant
9. Eventuelt.

Forslag, der ønskes forelagt generalforsamlingen til vedtagelse, kan fremsættes af ethvert medlem, og forslaget skal være bestyrelsen i hænde senest 10 dage før generalforsamlingens afholdelse. Forslagene skal optages på dagsordenen.

Stemmeret har alle medlemmer, der ikke er i kontingentrestance. Stemmeret kan kun udøves ved personlig fremmøde

Endelig dagsorden sendes ud senest 5 dage før generalforsamlingen.

Tilmelding til [birgitte@obbh.dk](mailto:birgitte@obbh.dk) senest søndag d. 21.2.2009 af hensyn til traktementet.

## Påskeløb 1.- 2.- 3. april



### **Af Birthe Worm**

Sædvanen tro arrangerer Århus 1900 og OK Pan fælles overnatning i forbindelse med påskeløbet – som i 2010 foregår i Frederikshåb med samme stævneplads alle dage.



Vi skal i år bo på Balle Musik- og Idrætsefterskole ([www.balle-efterskole.dk](http://www.balle-efterskole.dk)), som ligger ca. 15 km fra løbsområdet og ca. 10 km fra Vejle.

Har du lyst til at tilbringe et par aftener sammen med klubkammerater og andre o-løbere, hvor du også kan få input efter dagens løb, tilmelder du dig til Birthe på mail [birthemarie.w@webspeed.dk](mailto:birthemarie.w@webspeed.dk).

**hurtigst muligt, og senest den 15. februar.**

### **Pris pr. person:**

530 kr. ved overnatning i 2 sengs værelse (1 bad pr. 1 el. 2 værelser)

400 kr. ved overnatning i klasseværelse

**Betalingen overføres til konto: Reg.nr. 1551 Konto 4177681, Århus 1900 inden 10/3.**

### **Hvad får I for jeres penge:**

2 overnatninger i 2 sengs værelser eller i klasselokale på eget underlag.

d. 1.4. Aftensmad.

d. 2.4. Morgenmad, frokost smør selv, aftensmad.

d. 3.4. Morgenmad, frokost smør selv.

### **Medbring:**

Sengelinned, håndklæder, skiftesko og løbetøj. Ved overnatning i klasseværelse medbringes sovepose og underlag.

### **Vi er gæster:**

Da det er elevernes værelser vi lejer, skal disse selvfølgelig benyttes og efterlades i en stand, så eleverne synes, de er ok at komme tilbage til efter påsken.

Husk at behandle værelserne og elevernes ting med respekt.

Omfanget af evt. rengøring vil blive ophængt på skolen.

**Velkommen til et af årets højdepunkter.**

Birthe Worm – Århus 1900

Christian I. Overvad – OK Pan

NB: Tilmelding til løbene sker som sædvanlig på O-service - senest 5. marts.

# Kontingent 1. halvår 2010

---

*Af Birthe Worm*

Det er nu tid for betaling af kontingent for 1. halvår.  
Det gælder selvfølgelig ikke jer, der har betalt frem til 30.6. 2010.

## Kontingentsatserne er:

Seniorer (21-64 år)	300 kr./halvår
Studerende på SU (21-25 år)	150 kr./halvår
Superseniører (>64 år)	150 kr./halvår
Juniorer (<21 år)	150 kr./halvår
Passive	250 kr./år

Familierabat: 20 % ved mindst 3 på samme adresse

Beløbene overføres til **reg.nr. 1551 konto 4 177 681** i Danske Bank **inden den 1. 2.10.**

eller overføres på et indbetalingskort med korttype: **+01 < > 4177681**

**Husk at oplyse hvad betalingen dækker og for hvem.**

## Kom ud af vinterhiet



*Af Vagn Pedersen*

Nordjysk 2-dages, Spring Cup og Påskeløbet nærmer sig hastigt. Selvom det er koldt, og sneen stadig dækker jorden, er det tid til at bygge formen op i de kommende træningsløb.

**Natløb fortsætter frem til DM-nat i Grenå den 10/4**

Der er 4 natugle løb, som optakt til DM-nat, ligesom Horsens OK afvikler de sidste 3 natløb i NightChamp serien. Yderligere information om løbene [her](#)

### Træningsløb

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

### Løbskalender

Dato		Løb	Sted	Tilmelding senest
30/1	Lørdag	Træningsløb	Fløjstrup	
31/1	Søndag	Vinterlang 3	Rold Skov	26/1
6/2	Lørdag	Træningsløb	Risskov	
7/2	Søndag	Vinterlang 4	Sønderherreds Plantage; Mors	2/2
9/2	Tirsdag	Night Champ Horsens		
13/2	Lørdag	Træningsløb	Ved Godset	
20/2	Lørdag	Træningsløb	Marselis Nord	
21/2	Søndag	Vinterlang 5	Nørre Linå	16/2
23/2	Tirsdag	Night Champ Horsens		
27/2	Lørdag	Træningsløb	Storskoven	
2/3	Tirsdag	Night Champ Horsens		
3/3	Onsdag	Natugle 1	Kompedal Øst	
6/3	Lørdag	Træningsløb	Fløjstrup	
10/3	Onsdag	Natugle 2	Lisbjerg	
12/3	Lørdag	Nordjysk 2-dages	Tversted Plantage	26/2
13/3	Søndag	Nordjysk 2-dages	Kirkemilen og Ålbæk	26/2
17/3	Onsdag	Natugle 3	Lysbro - Arnakke	
24/3	Onsdag	Natugle 4	Horsens	
26/3-28/3	Fredag - Søndag	Spring Cup	Hornbæk og Gribskov	2/3
27/3	Lørdag	Træningsløb	Storskoven	
1/4-3/4	Torsdag - Lørdag	Påskeløb	Frederikshåb	5/3
10/4	Lørdag	DM-nat	Grenå Plantage	26/3

# Klubtøj

---

*Af Birthe Worm*

En ny sæson står for døren med bl.a. Nordjysk 2 Dages og Påskeløbet, og det er stadig muligt at blive klædt i klubbens farver til årets løb.

**Vi har klubtøj på lager til flg. priser:**

Løbsbluser: alle størrelser (XL – S) - pris 395 kr.

Løbsbukser: kun i L – pris 250 kr.

Overtræksbluse uden foer: str. XL, L, M – pris 675 kr.

Overtræksbukser uden foer: str. XL, L, M – pris 375 kr.

Klubben giver et tilskud pr. del på 100 kr., som kan trækkes fra prisen.

Er du i tvivl om størrelse, kan tøjet prøves på Grumstolen efter aftale med en fra bestyrelsen.

Bestilling modtages på mail: [birthemarie.w@webspeed.dk](mailto:birthemarie.w@webspeed.dk)

# Juleløbet 2009

---

*Af Allan Hougaard*





Lørdag den 5. december 2009 var dagen hvor klubbens traditions- og begivenhedsrige juleløb blev afviklet.

Omkring 40 forventningsfulde klubmedlemmer var mødt op denne råkolde lørdag, veltrimmede og velklædte til lejligheden som det sig hør og bør.

Julekomiteen havde – syntes de selv – fået lavet et fantastisk program for dagen, med gode blandede hold, spændende og udfordrende kort, korte og lange baner, opgaver for hoved og ben, dejlig mad og ikke mindst hyggeligt samvær såvel i skoven som inden for i klubhuset.

Mange af deltagerne i juleløbet havde stor tiltro til julekomiteen, hvilket et væld af takkegaver både før, under og efter løbet vidner om 😊.

Efter fælles opvarmning, instruktion og uddeling af kort gik startskuddet nogle minutter efter kl. 13.00. I dagens anledning var løbetiden 2 timer og 16 minutter. Kunsten var at udnytte tiden til så mange poster/point som muligt. Det kunne måske hjælpe holdet til den prestigefyldte sejr.

Hovedparten af juleløbets deltagere var i mål inden 15.16, mens en enkelt løber fra hold 3 måtte kapitulere over for strabadserne og kom gående i mål. Gennemført og godkendt på en ultralang på 15-20 km.

Efter løbet var der sædvanen tro hygge ovenpå med æbleskiver, gløgg og kakao. Og mens benene fik ro var der nu tid til hovedbrud og kreative tanker. Julekomiteen talte op, lagde sammen, noterede, trak fra og regnede ud. Og så var der et hold der havde flest point – hold 7, bl.a. takket være en løber der forstod at ramme sluttiden på 15.16.

Vinderholdet af juleløbet 2009 var:

Per Lind, Randi Jensen, Anders Edsen og Pernille Gylling

Efter uddeling af en lang række præmier for fantastiske indsatser i løbet af dagen, kronet med uddelingen af Den Gyldne Sko, der fortjent gik til Anders Edsen, sluttede dagen med udpegningen af julekomiteen for 2010.

Komiteen der skal forestå juleløbet 2010 er:

Magnus Frandsen, Chris Krogh, Erik Søgaard, Frank Dabelstein, Bodil Buchtrup, Randi Jensen

Tak for indsatsen – I var bare gode.



**Kan man aflure en lille, stille glæde?**



**Skumle planer lægges på vinderholdet?**

# Træningsweekend i Thy 26. - 28. februar

## Af Anders Edsen

Som annonceret i sidste nummer af Post1900 går træningsturen i år til Thisted i Thy. Udgangspunktet bliver spejderhytten "Skovhuset" beliggende ca. 5 km nordvest for Thisted på adressen, Hjordalvej 33, 7700 Thisted.

## Program

Fredag aften: Ankomst fra kl 19  
Mulighed for natløb

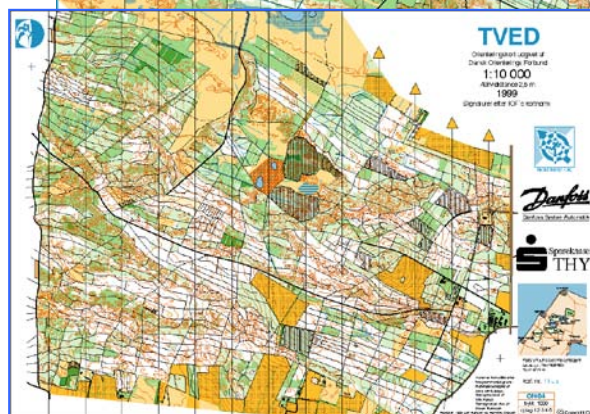
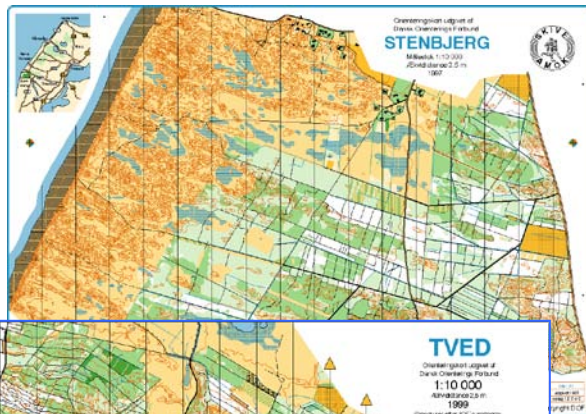
Lørdag form: O-løb med momenter

Lørdag eftm: Fin Orientering

Søndag form: Weekend stafet  
Afslutning ca. kl 13

## Pris

Voksne: 225 kr.  
Børn <16: 150 kr.



## Praktiske bemærkninger

- Skovhuset har 36 sengepladser fortrinsvis i 4 personers rum
- Hytten er ubetjent, så praktiske opgaver vil blive fordelt blandt deltagerne
- Aftensmad lørdag aften bestilles udefra; øvrige måltider står vi selv for
- Hjemmebagte boller og kage medbringes - mulighed angives i forbindelse med tilmelding ellers vil opgaven blive anvist efter behov
- Dyne/sovepose, pude og sengetøj medbringes
- Husdyr må ikke medbringes
- Behov for transport eller plads til passagerer angives ved tilmelding

## Tilmelding

Tilmelding med angivelse af navne på deltagere, transport?, kage/boller? samt forventet ca. ankomsttid gives til Anders Edsen på e-mail [edsen@mail.dk](mailto:edsen@mail.dk) senest den 19. februar.

# Pointmesterskab 2010

---

## *Af Anders Edsen*

Hvert år kæmpes om trofæerne i det såkaldte Pointmesterskab. Der uddeles trofæ i følgende kategorier: Herre Junior, Dame Junior, Dame Senior samt Herre Senior.

Point opnås i løb, hvor der løbes i de klassiske aldersopdelte klasser, dog ikke DM Ultralang og DM sprint. Påskeløbenes 3. Etape tæller kun med i klasser, hvor der ikke er jagtstart.

Den enkelte løber vælger selv sin løbsklasse ud fra DOF's normale regler.

Hvis man bliver bedst placerede dansker i sin klasse opnås 100 point. For de efterfølgende placeringer fratrækkes 1 point pr. hele minut man er efter bedst placerede dansker.

Det er kun de 5 bedste resultater i sæsonen, der tæller med i den samlede stilling.

## **Det med småt**

POST1900 udgives af Århus 1900 Orientering. Ansvarshavende redaktør Birgit Rasmussen, Vedbæksalle 64, 8700 Horsens, tlf. 75 63 03 65 og mobil 24 47 63 01. POST1900 er et forum for medlemmerne af Århus 1900 Orientering. Meningsstilkendegivelser i POST1900 er ikke nødvendigvis klubbens officielle standpunkt. POST1900 skrives i Open Office. 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