

# POST1900

Årgang 14 nr. 3 MAJ 2010

Medlemsblad for Århus 1900 Orientering

## Indholdsfortegnelse:

Formandens klumme, læs bl.a. om nye løbere, præstationer og grillaften i august.

Fortræning til Marselisløbet

Den tilsneede kirke

Kommende løb

Jacob Edsen med til VM

Påskeløb

Kristi Himmelfartsløb

Sponsoraftaler

**HUSK AT NETOP DIN ARTIKEL GØR MEDLEMSBLADET  
INTERESSANT OG LÆSEVÆRDIGT.**



## Siden sidst

---

### **Velkommen til nye medlemmer**

Klubbens træning her i foråret har resulteret i en flok energiske nye medlemmer. Velkommen til jer.

Snart slutter vores træning for denne gang, og I skal til at "stå på egne ben", der betyder, at I selv skal være udfarende med hensyn til tilmeldinger til løb og til klubbens aktiviteter.

For at "holde fast i sporten" gælder det om at melde sig til løb via O-service og følge med på hjemmesiden og gennem dette klubblad POST1900.

Når I melder jer til på O-service, kan I under bemærkninger skrive, at I ønsker kørelejlighed.

Samtidig opfordrer jeg "gamle" medlemmer til at skrive i bemærkninger, om der er plads i bilerne. Bilerne skulle gerne fyldes op ud til stævnerne.

På hjemmesiden er der en kalender med klubbens aktiviteter. Den er også god at holde sig orienteret i.

Kig på O-service. Der er mange rigtig gode løb her i sommer. Meld jer til og oplev spændende terræner i DK og klublivet ved sådanne arrangementer. Velkommen i klubben.

### **Divisionsmatchen**

Søndag d.16. maj stillede 35 medlemmer op til divisionsmatch i Broddingbjerg ved Viborg mod Mariagerfjord OK, Herning OK og Viborg OK, som på forhånd havde meldt fra, da de stod for løbet.

Herning stillede i stærk opstilling med 68 deltagere, Mariagerfjord med 48 og os med 35. På forhånd så det ikke så godt ud, men de 35 deltagere gjorde det rigtigt godt. Da de fleste var kørt hjem stod det klart, at vi havde vundet knebent over Mariagerfjord, men tabt til Herning med en del point.

Men..... Men..... Vores hurtige yngre løbere blev sendt i skoven, som nogle af de sidste, og var ikke talt med i resultatlisten på stævnepladsen inden vi tog

hjem. De løb hurtigt og godt. Samtidig kom de sidste af vores løbere, som havde været længe i skoven, i mål. De gennemførte og talte også point. Det forrykkede resultatet, og skubbede løbere fra de 2 andre klubber ned og det endelige resultat var, at vi tabte til Herning med sølle 2 point og slog Mariagerfjord.

Flot, flot og godt kæmpet.

Huske at melde jer til næste divisionsmatch, den 5. september ved Aunsbjerg.



## Forvarsel til Grillaften

Reserver torsdag den 12. august, hvor klubben laver et lille O løb i nærheden af Grumstolen, og efterfølgende er der grillmad. Her kan der udveksles med hinanden om sommerens oplevelser fra spændende løb i ind- og udland og planlægges stafet-sammensætninger til Jysk Fynsk Mesterskab og DM. Tina Poulsen står for grillaftenen.



## Hjemmesideudvalg søges

Vores hjemmeside kunne godt trænge til en "ansigtsløftning". Bestyrelsen vil gerne nedsætte et Hjemmesideudvalg, hvis formål er at komme med forslag til en ny hjemmeside, dvs. ideer til opbygning, indhold og funktioner.

Har du ideer og lyst til at være med i en sådan gruppe, så sig til. Vi ser meget gerne nye som gamle medlemmer. Nye medlemmer har erfaringer med at finde rundt på hjemmesiden tæt inde på livet, så de erfaringer vil vi gerne have med.

Meld dig til en fra bestyrelsen.



## Fortræning til Marselisløbet – official HJÆLP

---

*Af Anders Tversted*

Som tidligere skrevet er vi i Aarhus 1900 Orientering ansvarlig for officialhjælp til Marselisløbet. Jeg har kun fået 26 tilbagemeldinger på den første mail, og savner altså stadig en tilbagemelding fra mange af jer.

**Har du endnu ikke givet en tilbagemelding på hvornår du IKKE kan hjælpe som official, vil jeg bede dig gøre det snarest muligt, og meget gerne her i weekenden.**

I alt er der fortræning på 1 lørdag og 12 onsdage, hvor der hver gang skal bruges 7 vagter. Vi får lidt hjælp udefra, men skal i år selv besætte 9 onsdage med officials:

09. juni (uge 23),  
16. juni (uge 24),  
30. juni (uge 26),  
14. juli (uge 28),  
28. juli (uge 30),  
4. august (uge 31),  
11. august (uge 32),  
18. august (uge 33) og  
25. august (uge 34).

Desuden mangler der officials til **uge 22, lørdag den 5. juni kl. 14** (2 officials – pas på, måske deltager du i Park Tour i Hadsten denne dag), og **uge 25, onsdag den 23. juni kl. 18** (2 officials).

Uden tilbagemelding risikerer du at blive sat på mindst én onsdag, så opgaven er ligeligt fordelt og til at overkomme for alle. Jeg tager hensyn til de tilbagemeldinger jeg får, men er du først sat på en vagt, er det dit eget ansvar at bytte hvis du bliver forhindret.

Aarhus 1900 Orientering modtager et økonomisk tilskud fra Marselisløbet for denne opgave, som giver et vigtigt bidrag til vores klubs økonomi, og det er derfor vigtigt vi løser opgaven godt igen i år.

Fortræningen starter lørdag den 5. juni kl. 14:00. I perioden 6. juni til 25. august er der fortræning hver onsdag fra kl. 17:30 til ca. kl. 19:30. Officialopgaven ved fortræning består i at vise løberne vej rundt på ruten. Løberne starter kl. 18, og inden da skal officials mødes, aftale hvilken post på ruten den enkelte official har og nå at stille sig klar på posten. Under løbet viser du som official løberne vej, alt efter hvor lang en rute de vil løbe, og når sidste løber er passeret, er opgaven færdig – et par timer, det er alt!

Har du spørgsmål til fortræning og officialhjælp er du altid meget velkommen til at kontakte mig.

Anders  
[anders@tversted.com](mailto:anders@tversted.com)  
2211 0077

## Den tilsneede Kirke



### *Af Øjvind Brøgger*

Skaw dysten lå i al for frisk erindring. Den silende regn der gennemblødte alt, det tunge sand og det konstante brusebad fra gran- og fyrretræernes bevægelser i vinden – og den modbydelige post 9, som jeg aldrig fandt, selv om jeg forsøgte med indgang fra både fra øst, syd og post 10.

I dag skulle det blive anderledes.

Solen skinnede det meste af vejen nordpå. Flot hvid sne i større og større mængder jo længere vi kom nordpå var med til at skubbe de dunkle erindringer i baggrunden, og hvilke snelandskaber mødte os ikke, da vi skulle parkere: store flotte snevolde i 2 – 3 meters højde møjsommeligt skubbet samme af tungt materiel til ære for os, så vi kunne parkere sikkert og bevæge os til stævnepladsen. Det var fornemt. Det samme var stævnepladsen. Der bredte sig dejlige dufte fra både bål og grill, og på Strøget kunne man blive fristet af både det ene og det andet.

Alligevel var der noget, der lagde en dæmper på min spirende o-løbsoptimisme. Den tunge dyne af flot hvid sne omkring fødderne varslede udfordringer, og kulden begyndte så småt at kunne mærkes efterhånden som det ene lag efter det andet blev lagt i rygsækken før afgang til start. Kompas, brik og definitionsholder, jo det hele var der. Jeg var klar til min debut i min nye klasse.

Belært af erfaringer forsøger jeg altid at komme sikkert til post 1. Det tager tid, men for mig er den givet godt ud. Yes, der er den, nummer 38? Ja. Det var

jo ikke så galt – altså lige bortset fra det noget tunge og til tider dybe underlag. Stik vest mod 2'eren, så kommer der en sti og så er du på rette vej. Stikryds – ligeover og så 160 m og så kommer kanten. Det kan ikke gå galt! – Hva' hulen en fodboldbane? Den er sgi da ikke med på kortet. Jo dér! Åh Øjvind, du har gjort det igen: en 90'er så de 160 m pludselig blevet til 850. Lærer du det aldrig? Birgitte siger det jo til mig hver gang, når jeg bagefter skal forklare mine alt for lange ture i skoven: Jamen undrer du dig da ikke? Jo, det gør jeg da, men jeg formår ikke rigtig at være rationel, når det går galt. Kort og område passede jo så nogenlunde, synes jeg. Jeg lærer det vist aldrig. Manglende skarphed er der også nogen der kalder sådan noget, men de løber også i en anden klasse. De taler om bum på ½ - 1 minut. Det er ikke et bum i min verden. Nej, der skal større tal op af posen, før det berettiger til at bruge fagtermen bum.

Nå, men 2'eren var altså dér, hvor den skulle være, og jeg fandt den, og så gik resten ellers fint. Jeg kunne i hvert fald ikke løbe hurtigere i området om Den tilsnede Kirke. Turen her skilte sig kun ud på den måde, at jeg her lavede to bum. Men jeg kom igennem og havde overstået min debut i den nye klasse.

## **Frederikshavn Vandrerhjem**

Af en eller anden grund – måske hænger det sammen med noget i det foregående – så bliver vi aldrig så længe på stævnepladsen efter jeg er kommet i mål, og her var heller ingen undtagelse. Vi kørte til vandrerhjemmet i Frederikshavn, hvor både mad og varme var stillet os i udsigt. Jonas S. tog det meget bogstaveligt med maden, da han valgte at spise sammen med både Silkeborg og os. Det er dig vel undt, Jonas.

Der er altså noget særligt ved disse ture. Selv om Frederikshavn Vandrerhjem er tyngt af både alder og slitage, så formåede det som så mange andre steder at skabe en ramme om et hyggeligt socialt samvær, hvor vi får det til bedste ud af at være sammen. Der bliver drillet og talt alvorligt, der bliver grinet og spillet bordtennis med hjemmesko som bat, banerne bliver løbet igennem utallige gange og større eller mindre bum bliver bort- eller forklaret, og der breder sig ret tidligt på aftenen en kollektiv træthed, som sender os til køjs et par timer før hjemlig standard. Men forude venter også endnu en dag i det nordjyske.

## **Ingen brækkede ben**

Bagefter kan man undre sig over, at det gik godt – rent helbredsmæssigt – i Ålbæk Klitplantage. Det var virkelig et løb med helbredet som indsats. I forhold til Kirkemilen var sneen her betydelig dybere. Det erfarede vi allerede til start, hvor der var trampet en 20-30 cm bred og vel op til 50 cm dyb sti. Det gjaldt om at holde tungen lige i munden!

Starten gik i et utroligt flot område, solen skinnede fra en skyfri himmel, og vinden kunne man gemme sig for lige indtil man skulle i boksen. Det var en forrygende flot start på turen i skoven.

Vi var jo blevet advaret lidt om føret på vej til start, men fik det først rigtigt at føle på vej væk fra boksen til første post. Det var rigtig lumsk, var det. Den flotte hvide, uskyldige sne gemte sin hemmeligheder godt. Det er ikke posterne jeg tænker på, nej det er bæreevnen, skjulte grene og ikke mindst store fordybninger. Sine steder kunne man løbe oven på sneen – ah, det kan bære, lige lidt mere fart – og så pludselig går foden igennem og venstre ben synker en halv meter ned, mens højre allerede er på vej ned i samme dyb, så overkroppen nærmest trækker benene op for at de atter kan gå til bunds i sneen. Et under at knogler og sener kan holde til sådan en medfart. På et tidspunkt efter sådan en tur tænkte jeg på, om der mon stod nogen med skjult kamera. Vi var mange, der faldt – mange gange.

Måske er det kun mig, men jeg syntes det var en meget vanskelig tur – rent fysisk. Orienteringsmæssigt var det overkommeligt, men selvfølgelig havde jeg mit bum på 20 minutter. Denne gang var det en parallelforskydning, som i den grad førte mig på afveje, så meget at den sammen med den lumske sne gjorde, at jeg valgte at springe over to poster.

Jeg var lidt sur og gal på selv (Jamen undres du ikke? JOH!) Alligevel synes jeg i bilen på vej ned til sommerhuset, at det har været to gode ture i skoven. Jeg havde haft mine succesoplevelser ved at gå direkte til nogle af posterne, jeg havde gennemført mine obligatoriske bum, og alligevel ved jeg, jeg forsøger jeg igen til påske. Der må altså være et eller andet ved o-løb!

Tak for en god klubtur til Nordjysk 2-dages.

## Masser af muligheder for at løbe orienteringsløb i løbet af sommeren

---

*Af Vagn Pedersen*

### **Dansk Park Tour i Hadsten by den 5. juni**

Århus 1900 Orientering arrangerer selv løbet i Hadsten, og skal du ikke være hjælper opfordrer vi til, at du tager til Hadsten og løber en tur. Løbet består af 2 korte etaper i tidsrummet fra kl. 11.00 til kl. 14.00. Du kan tilmelde dig indtil den 4. juni kl. 12.00.

Se evt. hjemmesiden for løbet.

<http://www.aarhus1900.dk/Orientering/loeb/dpt2010/>



## **JWOC Publikumsløb 4. - 10. juli i Nordjylland**

I forbindelse med Junior VM, indbyder Aalborg Orienteringsklub til publikumsløbet JWOC Tour i Nordjylland 4.-10. juli 2010. (kom og hej på Jakob)

JWOC Tour består af seks individuelle løb. Man kan tilmelde sig alle løb eller enkelte af dem. Der er otte forskellige baner at vælge mellem.

Der er **tilmeldingsfrist den 1. juni**. Tilmelding på O-service.

[Læs mere om JWOC Tour](#) eller [JWOC2010](#)

Der er O-Camp med træningsmulighed på [Aalborg Camping og Hytteø](#), som ligger lige ved siden af [Aalborg Vandrerhjem](#)

### **Stævner i sommerferien**

I 2010 der ikke mindre end 5 danske flerdagsstævner i sommerferien. Til de fleste af disse løb er der mulighed for, at man kun løber en eller to dage.

Til disse løb er der ofte mulighed for bestilling af overnatning, og forskellige tilbud om morgenmad og aftensmad.



## Træningsløb

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

### Løbskalender

| Dato              |                        | Løb                      | Sted  | Tilmelding Senest                    |
|-------------------|------------------------|--------------------------|---|--------------------------------------|
| 2/6               | Onsdag                 | Træningsløb              | Himmerig-Bærmose  |                                      |
| <b>5/6</b>        | <b>Lørdag</b>          | <b>Dansk Park Tour 3</b> | <b>Hadsten</b>  | <b>Eftertilmelding 4/6 kl. 12.00</b> |
| 6/6               | Søndag                 | Café Noir Stafet         | Harte Skov, Kolding   | 2/6                                  |
| 9/6               | Onsdag                 | Dansk Park Tour 4        | Vejlsø, Silkeborg   | 2/6                                  |
| 9/6               | Onsdag                 | Træningsløb              | Hasle Bakker  |                                      |
| 12/6              | Lørdag                 | Klitløbet, fortræning    | Tvorup Øst  | 3/6                                  |
| 13/6              | Søndag                 | Klitløbet                | Lodbjerg Plantage   | 3/6                                  |
| 13/6              | Søndag                 | Vejle Stafet             | Nørreskoven   | 4/6                                  |
| 16/6              | Onsdag                 | Træningsløb              | Vestereng   |                                      |
| 25/6<br>-<br>27/6 | Fredag<br>-<br>Søndag  | Vestjysk 2-dages         | Lemvig vest (Sprint)<br>Husby Klitplantage<br>Øst (lør) og Vest (søn) | 18/6                                 |
| 2/7<br>-<br>4/7   | Fredag<br>-<br>Søndag  | Vikingedyst              | WING-Skrydstrup (kort)<br>Pamhule<br>Stursbøl                         | 25/6                                 |
| 4/7<br>-<br>10/7  | Søndag<br>-<br>Lørdag  | JWOC Publikumsløb        | Nordjylland   | 1/6                                  |
| 15/7<br>-<br>17/7 | Torsdag<br>-<br>Lørdag | Læsø 3-dages             | Vesterø by,<br>Læsø Klitplantage                                      | 2/7                                  |
| 10/8<br>-<br>14/8 | Tirsdag<br>-<br>Lørdag | Sydvestjysk 5-dages      | Sydvestjylland  | 19/7                                 |
| 21/8              | Lørdag                 | JFM-Stafet               | Fussingø  |                                      |
| 22/8              | Søndag                 | JFM-Lang                 | Ålum  | 13/8                                 |
| 28/8              | Lørdag                 | DM-mellem                | Sukkertoppen (Færchs Plantage)  | 13/8                                 |
| 29/8              | Søndag                 | Midgårdsormen            | Storskoven/Fløjstrup  |                                      |

# Jacob Edsen til VM

---

*Af Lone Dybdal 27. maj 2010*



Jacob E i fuld fart i Universitetsparken.

Så kan vi godt finde flag og klaphat frem. Århus 1900 Orientering bliver repræsenteret ved sommerens junior VM i Nordjylland, så kom op og hep. Jakob Ekhard Edsen er udtaget til juniorVM-holdet efter stribevis af flotte resultater både sidste år og i år og ikke mindst i pinsens udtagelsesløb.

Stort TILLYKE til E.

Også OK Pans Lars Hjerrild er udtaget til VM-holdet, der tæller 6 piger og 6 drenge. Stævnet foregår fra 4.-10. juli. Se under kommende løb om publikumsløb.

# Påskeløb på klitheden

---

*Af Lone Dybdal*



Ingrid og Asbjørn spurter i mål efter tre hårde Påskeløbdage.

Århus 1900 var rigt repræsenteret ved årets Påskeløb, der foregik over tre dage i Frederikshåb Plantage. I alt 42 løbere heraf 13 fra ungdomsafdelingen stred sig igennem i regn, blæst og svære indlandsklitter, og langt de fleste kom også helt igennem alle tre etaper. De flotteste ungdomsplaceringer blev to 6. pladser. Den ene opnået af klubbens yngste løber, nemlig Astrid Gylling Hougaard i D 10 B. Også Asbjørn Gjøderum Svenningsen havde nogle fine løb og blev nr. 6 i H 20 B. Andreas Frandsen blev samlet nr. 7. i H 12 B.

I A-klasserne blev der kæmpet om KUM-point, og det var både godt og skidt – især i H 15-16, hvor Jonas Søby og Magnus Frandsen begge blev disket på 2.dagen. Jonas nåede dog at score vigtige point på 1.dagen, mens Magnus samme dag desværre kom af sted med et forkert kort, hvilket kostede dyrebare minutter. Den fine indkvartering på Balle Musik og Idrætsefterskole kostede også et offer i denne klasse, idet Jakob Dybdal i gymnastiksalens hoppeland brækkede albuen, så han gibsbelagt måtte nøjes med at være tilskuer til 3. dagens jagtstart. Alt i alt en blandet 1900-præstation i den ellers så barske klasse.

For især pigerne gav påskeløbene værdifulde KUM-point, og Anne Edsen og Ingrid Søgaard ligger nu begge nr. 2 i den samlede stilling i deres klasser.



Astrid på vej til præmiepodiet for at hylde sin far Allan Hougaard der blev nr. 3 i H 35 B

Ungdomsafdelingens øvrige resultater i Påskeløbene blandt de, der gennemførte alle 3 etaper: Karen Abildgård Poulsen nr. 14 i D 12 A, Pernille Gylling, nr. 14 i D 13-14 A, Anne Ekhard Edsen nr. 9 i D 15-16 A, Ingrid Søgaard nr. 9 i D 19-20 A, Jonas Abildgård Poulsen nr. 23 i H 13-14 A. Påskeløbere havde som vanligt mange udenlandske løbere med, og de var ubeskedne nok til at snuppe en god bid af topplaceringerne.



Allan Hougaard i vinderposition

# Kristi Himmelfartsløbet på toppen

---

*Af Lone Dybdal 13. maj 2010*



Travlhed i beregningen, her Sofie Finderup sammen med træner Per Hjerrild og Pans ungdomsformand Torben Utzon

Græsplænen ved Gyvelhøj dannede rammen om det traditionsrige Kr. Himmelfartsløb. 1900's ungdom stod for et flot arrangement sammen med deres venner fra OK Pan, og løbet blev en stor succes med ca. 300 deltagere. Topscorer var bane 3 med 84 deltagere. Mange nye ansigter fra Århus 1900 var med og prøvede for første gang et rigtigt orienteringsløb, og de fleste slap meget fornemt fra deres debut.

Jakob Dybdal havde snoet nogle gode baner med masser af poster, barske stigninger og butterflys, sidstnævnte efter inspiration fra DM i langdistance. Mange måtte her konstatere, at selv om de skal have den samme post flere gange fra forskellige retninger så kan den alligevel drille tredje gang – endda i en kendt skov.

For ungdommen startede løbet flere dage i forvejen med planlægning og klargøring, udsætning af postmarkeringer, poster, børnebaner, teltslagning og kagebagning. Især det sidste i så rigeligt omfang, at der for en gangs skyld var nok... Til gengæld slap kaffen op, men det var også lidt køligt denne majdag. Der var ros til arrangementet fra alle sider.



### Kager for enhver smag

Den lidt ældre ungdoms TC-træner, Rene Rokkjær havde sat en kasse sodavand på højkant, hvis nogen af ungdommen kunne slå ham på 3 stræk. Selv om Rene vandt banen med et forspring på 5 minutter lykkedes det alligevel for banens nr. 2, Mikkel Johansen at slå sin træner på hele 6 stræk, så der vanker altså drinks til sommerafslutningen.

Hvis I undrer jer over, at nogle af løberne bar rygsæk, så er forklaringen, at de træner til extreme O-løbet i Silkeborg, der kan vare flere dage.



Ole Gjøderum i mål i flot stil!

# Sponsoraftaler.

---

## 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.

Ved køb siger du, at du kommer fra Århus 1900 Orientering. Løberen har fået udleveret en medlemsliste.

## Indkøbsaftale med Eventyrsport

Til medlemmer af Århus 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.

Ved køb medbringes kvittering for indbetalt kontingent til Århus 1900 Orientering.

## 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 24 47 63 01. POST1900 er et forum for medlemmerne af Århus 1900 Orientering. Meningsstilkendegivelser i POST1900 er ikke nødvendigvis klubbens officielle standpunkt. Indlæg modtages helst som e-mail. 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.