



Årgang 20 nr. 4 2016

Medlemsblad for Århus 1900 Orientering

Indholdsfortegnelse:

Siden sidsteposten	side	2
Jakob Edsen i Ungarn	side	3
Sommerferieberetning fra O-ringen 2016	side	4

**Sponsorer**



## Siden sidsteposten.

---

### Divisionsmatch

Søndag den 28. august har din klub stærkt brug for dig. Vi skal løbe divisionsmatch i Aunbjerg mod Mariager, Viborg og Aalborg. Husker du matchen i foråret? Det var utrolig tæt, et enkelt point – den mindst mulige margin - gjorde en stor forskel. Det skal vi ikke satse på denne gang, derfor er det vigtigt, du er med og støtter klubben. ALLE er vigtige – ung, ældre – landsholdsløber, nybegynder – alle gør en forskel. Tilmeld dig via O-service og skriv i kommentarfeltet, om du vil med bussen eller er selvtransporterende. I bussen vil der være morgenkaffe med brød og pep-talk.

### **Tilmelding senest den 19. august!**

### 29. juli ...

... var den særlig dag for klubben, for der tikkede lønnen ind fra Aarhus Motion som tak for indsatsen ved året halvmaraton. Tak til alle. Jeres indsats er med til at gøre det muligt, at klubben betaler fælles bus, gratis start i divisionsmatcher, grill-aften, startpengeordning, ungdomsarbejde osv. Allan har trukket læsset som kontaktperson til Aarhus Motion, og han har ønsket at vi finder en anden. Det er bestyrelsen godt i gang med, og vi håber at have en afløser på plads i løbet af august.

Tak Allan, og tak for at du vil hjælpe - din afløser på vej.

### Medlemsstatus

Der har været et par udmeldelser i forbindelse med opkrævning af kontingent for 2. halvår 2016. Heldigvis har ingen forladt klubben som følge af utilfredshed – tværtimod. Alle har været glade for at være en del af vores klub, men praktiske forhold som flytning, arbejde, lang transport osv. har fået nogle til at tage den hårde beslutning og melde sig ud. Heldigvis kan vi så i samme omgang glæde os over, at nye melder sig ind eller overvejer at gøre det, så vi fortsat er en klub i vækst.

Vi har sagt farvel til Anders S. Borggaard, Ellen og Evald Laustsen, Martin Nipgaard Hansen, Mette Lysgaard Schultz, Sigrid Schøler Nielsen.

Bestyrelsen

## Sommerens oplevelser

---

Den opmærksomme bruger af Facebook har sikkert bemærket, at Jakob Edsen har lagt flere opdateringer på siden så vi herhjemme kunne følge med i hans indsats ved WUOC 2016 i Ungarn, hvor han er en del af det danske hold.

Du kan stadig nå at læse alle de spændende indlæg på følgende link:

<https://www.facebook.com/groups/Aarhus1900Orientering/>



**Der kæmpes lige til målstregen. Her Jakob Edsen**

# Med kort og kompas i Sälen skibakker



Fotos: Allan Hougaard

## **Af Allan Hougaard**

Om det var erfaringerne og oplevelserne fra sidstes års klubtur til O-Ringen i Borås i Sverige, der havde fået familien til at snakke om at bruge en uge af sommerferien i Sälen, hvor dette års O-Ringen skulle finde sted, står stadig hen i det uvisse.

Hanne og jeg var klar til at tage af sted, og Astrid ville også gerne med, men kun hvis der også var andre på hendes alder. Det er tilsyneladende ikke så fedt bare at være afsted med mor og far 😊.

Jeg spurgte Jan Kølbæk om Maria måtte komme med til O-Ringen sammen med os, for så ville Astrid da være overtalt. Det endte med at hele familien Kølbæk også bookede en O-Ringen sommerferie. Vi fandt en skihytte i Lindvallen (Sälen) hvor vi alle kunne være, og da der var ledige senge, fik vi også Kim Poulsen med, da han alligevel skulle være chauffør for Karen m.fl. 😊 I alt deltog 21 af klubbens medlemmer i årets udgave af O-ringen. Ikke mange ud af ca. 25.000 deltagere, men vi gjorde alt hvad vi kunne for at synliggøre os - både på stævnepladsen og i terrænet.





Vores flotte klubflag var tydelig og mange danske ungseniører og junioreliteløbere holdt også til i "vores lejr". Ikke overraskende når man tænker på at Aarhus 1900 Orientering er en god "samlende klub" ☺.

Og hvad så med løbene? Hvordan gik det egentlig? Jeg syntes selv det gik meget godt. Jeg vandt ikke noget, men jeg havde samlet set over de fem løb et godkendt O-Ringen. Første etape syntes jeg gik rigtig godt, trods det jeg bommede post et, men efter jeg fandt ud af, hvordan terrænet skulle håndteres kom jeg i mål i en for mig god tid.



Anden etape var på det modsatte fjeld end førstedagen, og hvis man tror et fjeld bare er et fjeld, så tager man fejl – i hvert fald i Sälen. Efter at have gået 700 meter op af fjeldet til start, og løbet endnu højere op for at komme til første-posten, så gik det også ok denne dag, hvor der var en del kurveløb. Det er ikke altid lige nemt at holde sin kompasskurs på kurverne, så jeg fik lidt for mange unødvendige ture op og ned nogle steder, og så var dagen også lidt mere udfordrende.

Tredje etape var en mellemdistance. Endnu en gang skulle vi bevæge os op ad fjeldet til start, så benene var lidt slidte og ømme allerede inden ens løb startede. Om vinteren er der jo kun sne, og så ses det ikke, men terrænet er

meget ujævnt med klipper, sprækker, knolde, sten, lyng og fjeldbirk. Jeg kan hilse og sige, at det er noget hårdt for benene at løbe i. Jeg havde en god fornemmelse hele vejen rundt og lavede kun nogle enkelte mindre bom. Efter hviledagen "flyttede" terrænet til Lindvallen. For at komme til start på fjerdedagen skulle alle med en skilift op. Det betød så, at vil alle skulle løbe ned ad for at komme i mål. Min fjerde dag på fjeldet gik godt. Jeg syntes igen jeg havde et godt løb, og jeg rykkede lidt frem i min classes samlede stilling 😊 og var klar til sidstedagens jagtstart.

Arrangørerne havde beskrevet femte etape som den mest udfordrende – og det kom til at holde stik. Det var nu et helt andet terræn vi skulle løbe i end de foregående fire etaper. Nu var der pludselig træer og moser – som vi kendte fra sidste års O-Ringen i Borås. Da jeg tog kortet og fandt starttrekanten kunne jeg ikke rigtig finde første posten. Det skyldtes at den var i den fjerneste ende af kortet, cirka to kilometer væk!!

Jeg klippede førsteposten efter cirka 18 minutter, og herfra gik det ok til post fem. Jeg løber fint næsten hele vejen til post seks, hvor jeg så vælger at løbe rundt, lidt frem, lidt til siden, lidt rundt, lidt tilbage, drejer mig selv eller kort 90 grader i en gal retning, lidt frem, lidt rundt, lidt til siden, lidt tilbage, får fundet den rigtige position, og finder frem til posten. Nej hvor var jeg irriteret på dette tidspunkt, for det gik lige så godt. Jeg finder ind i en god rytme igen indtil jeg bommer næstsidsteposten – det gik måske også for godt. Jeg finder den og spurter ned af fjeldet til mål for sidste gang i dette års O-Ringen.

Alt i alt var jeg tilfreds om end jeg tabte tre placeringer i den samlede stilling 😊.



Det var mit og familiens andet O-Ringen og det er bare et super arrangement. Alt er meget velorganiseret, der er super lækre terræner at løbe i, og der er baner for alle aldre og i alle sværhedsgrader. Og så er der altid en fantastisk stemning og en masse hygge med alle ens klubkammerater som også deltager. Giv dig selv en oplevelse og prøv at deltage i O-Ringen.



Dette var lidt om mine sommerferie løb. Nedenfor er nogle flere stemningsbilleder fra vores tur.







## 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. Se vejledning <http://aarhus1900.dk/orientering/filer/LoberenRabatshopGuide.pdf>

## 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, Venneslaparken 179, 8300 Odder, tlf. mobil 24 47 63 01. POST1900 er et forum for medlemmerne af Århus 1900 Orientering. Meningstilkendegivelser 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.