

# POST1900

11. årgang, nr. 2

Marts 2007

Medlemsblad for Århus 1900 Orientering

## Siden sidst

Af [Birgitte Halle](#)

### Generalforsamling d. 20 marts

Til Generalforsamlingen deltog 30 medlemmer inkl. bestyrelsen og Claus Eriksen fra Hovedforeningen. Asbjørn blev valgt som dirigent og styrede forsamlingen med rolig hånd og i en hyggelig atmosfære. Birthe Worm og Allan Hougaard blev genvalgt, og det lykkedes ikke at få endnu et medlem til bestyrelsen, som vedtægterne giver mulighed for. Det må betyde, at forsamlingen er godt tilfreds med det hidtidige arbejde.

Bestyrelsen arbejder videre med de opgaver, der ligger forude.

[Referatet](#) og [Årsberetningen](#) ligger på hjemmesiden. Ønsker I et eksemplar i papirudgave kan I kontakte Birthe for regnskabet og Birgitte for Årsberetningen, eller selv printe det ud.

### Træningsweekenden i Oksbøl



*Ole i hopla om lørdagen*

Vejrguderne drillede i dagene op til weekenden og kun Anna og Ove vovede sig igennem snemasserne fredag aften til Oksbøl vandrehjem. Resten af de 35 deltagere kørte lørdag morgen trods isslag og bevægede os ned gennem Jylland, der blev grønnere og grønnere jo nærmere vi nærmede os Oksbøl. Det var en meget pudsigt oplevelse. Her var grønt, varmt (5 grader) og vådt....meget vådt. Vandrehjemmet var varmt og godt og ligger lige ud til det vestjyske terræn, så her kunne vi boltre os med Bom-teknik og finde faste poster i klitterne.

Søndag havde Henrik booket os på et langdistance løb, som OK Esbjerg havde arrangeret. Her kunne vi så løbe 16, 12, 10, 8 og 5 km på 4 cm kort og gamle O kort fra Ål plantage. Flere fra klubben klarede sig rigtigt godt i konkurrencen med garvede klitløbere, og vi var vist alle trætte og møre i kroppen efter en sådan weekend.

En rigtig god og hyggelig weekend.  
Tak skal du have Henrik.



Aftensmad på Oksbøl Vandrerhjem. Belært af tidligere(?) havde værtsparret lavet rigelig mad. Fotos: Frank Dabelstein

### **Natuglen onsdag d. 21 marts**

Den første opgave klubben står for er natuglen, som Lone Dybdal er stævneleder for. Stævnet er ved at være på plads. Har du ikke fået en opgave i forbindelse med afviklingen af løbet, er der mulighed for at deltage i selve natløbet i en skov I kender. Meld dig til via [O-service](#).

### **Divisionsturnering d. 29.4**

I år er divisionsturneringen ændret i forhold til sidste år. Vi skal løbe tre gange i stedet for to. De første to gange er mod klubberne Herning OK, Mariager Fjord OK og Viborg OK. Efter de 2 løb, vil vi ligge på en første, anden, tredje eller fjerde plads. Ligger vi nr. 1 eller 2 skal vi løbe mod nr. 3 og 4 i første division om oprykning eller forbliven i divisionen. Ligger vi som nr. 3 eller 4, skal vi løbe mod nr. 1 og 2 i tredje division om nedrykning eller forbliven i divisionen.

D. 29.4 skal vi løbe i Vrads. Vi vil også i år bestille en bus, så vi kan køre samlet. Det vil I høre nærmere om. Reserver allerede nu datoen. Vi har brug for alle medlemmer.

De andre datoer er 30.9 og d. 7.10.

### **Sprint / park tour d. 6.6.**

Næste arrangement vi skal stå for er sprint onsdag d. 6.6. Vi skal lave nr. 4 sprint ud af 4 løb. Park tour er et løb i bynært område og vi forventer, at der kan komme omkring 100 løbere.

Vi er ikke nået så lang med planlægning dette løb, så ring til Birgitte, hvis du vil hjælpe med en funktion.

## Træning

I forlængelse af vores rekrutteringsprojekt sidste år, har vi i bestyrelsen valgt at bruge energi på at fastholde og dygtiggøre vores medlemmer. Vi vil stadig gerne have flere nye medlemmer og de er også velkommen til at deltage, men det meste krudt vælger at bruge på fastholdelse.

Vi er derfor rigtig glade for at to af vores dygtige piger Nanna og Ingrid vil lave 4 x træning. Dette er en god mulighed for at lære noget teknik om mandagen og så øve sig til træningsløbene om lørdagen og senere om onsdagen.

Så ud og kom i gang, alle er velkomne.

Ingrid og Nannas forårstræning en mandag i marts, april, maj og juni fra Grumstolen kl. 18.00 - 19.30.

|           |   |
|-----------|---|
| 26. marts | <b>Kompaskurser</b><br>Løb på alm. o-kort med forhindringer så kompasset kommer i fokus.  |
| 23. april | <b>Kurver</b><br>Alm. løb på kurvekort.<br>På et kurvekort er alle veje plus alle de sorte signaturer fjernet.  |
| 21. maj   | <b>Parløb</b><br>Sussie og Leo-løb.<br>Parløb på alm. o-kort. Hver løber har sit kort med hver anden post indtegnet. Den ikke postfindende skal forsøge at følge med på sit kort, hvor posten ikke er indtegnet, osv. |
| 18. juni  | <b>Korthusk</b><br>Ved startpost og øvrige poster hænger der et kortudsnit fra alm. o-kort. Kortudsnittet viser hvor du er og næste post, som man så skal huske på. Man løber altså uden kort.                        |

## Begyndertræning

Lone Christensen er kontaktperson til nye løbere fra i år. De helt nye løbere vil få tilbudt også at komme de 4 mandage og blive introduceret til O løbet. Derfor har vi brug for firvillige hjælpere til at skygge, hjælpe med kompasset, støtte, vise kort osv. Svarende til arbejdet sidste år.

Ring eller mail til Birgitte. Hvornår på hvilke mandage vi kan trække på dig.

## Er den gyldne sko guld værd?

Af [Birgit Rasmussen](#)

Det gør man sig unægtelig nogle tanker om sådan gennem årene. Selv har jeg siden 1993 (eller er det 1994) deltaget i samtlige juleløb og higet efter det højest uopnåelige trofæ: Den Gyldne Sko.

Jeg har således aset og maset mig igennem Marselissskoven, Fløjstrup og nærliggende omegn den første lørdag i december i nu 13 år, dog bortset fra 2005, hvor Ole valgte at indvi sit Observatorium selv samme lørdag i december - (det var ikke populært, forstås). Dvs. 12 års erfaring ligger forud, og jeg må indrømme, at det endnu ikke er gået op for mig, hvilke kriterier, der gælder.

Måske er det netop charmen - ingen kan regne den ud - men i 2006 lykkedes det så mig at blive så



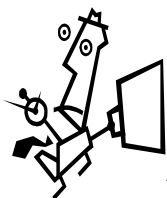
*Den Gyldne Sko. Foto: Birgit Rasmussen*

kan jeg nå at vise den til min moar.

Så min konklusion må blive, Den Gyldne Sko er guld værd - i overført betydning.

## Per Lind har gjort det igen...

Af [Birgit Rasmussen](#)



Lørdag, den 17. februar var vi fire som mødte op med frisk halm i træskoene tidligt om morgenen, Bodil, Per, Ole og jeg skulle lave træningsløb for de orienteringsløbere, som kunne finde skoven den dag. Det kunne 37 løbere.

Terrænet var meget udfordrende i den nordlige del af Marselisskoven, forstået på den måde, at det er ganske svært at lave svære baner - ja det lyder, men det er det ikke desto mindre sådan det er.

Per havde gjort det let for Ole og mig - banerne var lagt, der var tegnet masterkort og forberedt udsætning af poster, så det var bare at gå i gang.

Vejret var ok, skoven også og posterne blev sat ud - så var der tid til en pause og en god snak om spændende rejser og det nye fængsel i Enner ved Horsens. Løbet var tilrettelagt med start og mål ved Grumstolen, og det var vi fra Horsens glade for, så blev køreturen overkommelig.

Lørdagens træningsløb blev gennemført med tidtagning - EMIT-systemet, som vi jo så igen fik lidt erfaring i at bruge. Det er jo ikke så farligt, hvis det bryder ned, det er jo "kun" et træningsløb, men hvis det lykkes giver det løberne en service, som de sætter pris på, når de kommer i mål. Der er altid

synlig i skoven at skoen tilfaldt mig - men uden den uvurderlige hjælp fra vinderteamet: Gitte, Jacob og Erik var det jo aldrig gået -, det er ingen hemmelighed. Jeg fik vist sagt tak under talen, men gør det gerne igen, så: tak I tre.

Derfor: alle I nye, såvel som gamle medlemmer, som endnu ikke har haft æren, bliv ved, bliv ved og ved - det ser ud til at kunne lykkes - men igen, spørg ikke hvordan.

Dette trofæ har siden 1986, hvor det første gang tilfaldt Bent Christensen, været juleløbets højdepunkt, og lad det endelig fortsætte - det er netop et særkende ved klubben, at vi kan være uhøjtidelige indimellem de flotte præstationer, vi også ser i klubben - her er plads til alle. Vi har skabt god stemning, humor og gode traditioner for bredden i klubben, noget som i sin tid betød, at jeg hang ved og blev hængende - for en dag måtte det jo lykkes mig at?..

Nu kan jeg så glæde mig over trofæet et par uger, mens Ole laver ophæng på pladen til skoen, og måske

sjovt at få sin tid med mellemtider. Men vi havde desværre ikke brikker til alle - så til klubbens medlemmer husk at tage egen brik med i skoven, altid. Man ved jo aldrig.

Omkring Grumstolen var der lagt en lille let bane, som det lykkedes Per at lokke op til flere løbere ud på, han ville gerne se, hvor hurtigt, det kunne gennemføres. Distancen var 1 km. Et lille incitament med sprint - dagens overraskelsesmoment, som Signe Søes, som vi husker fra VM gennemførte på 7.08, og følgende løbere tog ligeledes opfordringen med:

|        |   |
|--------|---|
| Rasmus | 5.54  |
| Ebbe   | 6.07  |
| Keld   | 6.11 (den tid er jeg usikker på, idet listen er utydelig) |
| Henrik | 6.24  |
| Signe  | 7.08  |
| Nanna  | 8.17  |
| Lone   | 9.30  |

Til alle klubbens medlemmer vil jeg gerne komme med en opfordring til at deltage i træningsløbene også som arrangører - det er ikke så svært, og der er altid hjælp at hente fra mere erfarne løbere også i planlægningsfasen. Nu har Ole og jeg efterhånden været med til flere træningsløb på den måde, så vi er vel efterhånden ved at kunne selv fremover - eller måske sammen med nogle nye i klubben. Der er mange måder at lære orienteringens kunst på. Én af de gode sikre metoder er ved at arrangere løb selv, der lærer man meget - også af fejltagelserne, og på et træningsløb er der plads til meget, det skal der være - så kom bare i gang???.

Afslutningsvist skal lige fremhæves, at flere erfarne løbere kom retur fra ruten og gav en stor buket roser til banelægger (Per, hvis nogen skulle være i tvivl) for at have lagt nogle gode, udfordrende og spændende baner trods de svære odds der er i denne del af skoven - så alt i alt en rigtig god lørdag, stor anerkendelse til Per og tak til Per for at trække det største læs i dette træningsløb.

Sidste punkt på dagsordenen var at samle posterne ind igen, her fik vi hjælp af Frank, tak for det. Og så var det bare hjem og i bad, varm kakao og en god følelse af at have brugt dagen til noget godt.



## Sand på gulvet og slask i brusekabinen

Af [Birgit Rasmussen](#)

På den nyligt afsluttede generalforsamling blev et emne drøftet, som jeg tænker bør have mere opmærksomhed.

Vi har en rengøringsliste, som alle medlemmer i princippet er en del af - efter tur, naturligvis. Argumenter som : "Jeg bruger kun klubhuset til juleløbet", "Jeg har slet ikke været der i sommer, jeg kommer kun om vinteren", eller "Jeg sviner ikke, når jeg er der" osv. jeg tror godt, jeg kan finde flere gangbare undskyldninger, som kunne tænkes at runge i vores hoveder, når vi hvert år ved de seneste generalforsamlinger har sukket højlydt over manglende rengøring sommeren igennem.

For god ordens skyld skal jeg lige påpege, at ovennævnte sætninger er hentet ud af fri fantasi.

Hvad handler dette her så om? Det handler om, at kosten ikke svinger sig selv - der skal en lille hjælper eller to til. Hver gang.

Det er nødvendigt at stå sammen også om de lidt mindre sjove opgaver - såsom f.eks. rengøring for at bevare en velfungerende klub.

Klubben har givet alle os medlemmer mange gode oplevelser og oveni fine fordele - tænk bare på juleløbet, som er overkommeligt at være med til rent økonomisk - Eller hvad med startpengeordningen - den er da helt i højsædet.

Derfor: skulle vi ikke lige give en nap med i rengøringen og få den i højsædet, så vores motto fremover er:

*"Ingen slask, hellere vask."*

Nu kan det selvfølgelig også være, at man glemmer sin tur - men det råder bestyrelsen vist bod på fremover og laver et påmindelsessystem, så alle forud for, det er deres tur til at gøre rent, får en mail.

Lad os give det en ordentlig skalle i den kommende sæson, husk: *"Ingen slask, hellere vask."*



## **Ny opgave i forbindelse med Marselisfortræningen**

Af [Allan Hougaard](#)

Birgitte Halle og undertegnede har den 8. marts haft møde med Peter Larsen og Elin Præstekjær fra Marseliskomiteen, der kunne fortælle, at der i år bliver ændret på forholdene omkring fortræningen.

Ændringen består i, at der fra fortræningsstart Grundlovsdag og frem til selve Marselisløbet den 2. september, kun vil være fortræning fra Tangkrogen om onsdagen.

I alt vil der i år være fortræning 13 gange.

Med ændringen har Marseliskomiteen samtidig besluttet, at det er os i Orienteringsafdelingen, der får til opgave at koordinere og stå for samtlige 13 fortræninger.

Umiddelbart synes opgaven måske stor, men med den ildhu, gejst og samarbejdsvillighed vi normalt løser opgaver på, så kan vi selvfølgelig også løse denne opgave.

Jeg vil senere på foråret vende tilbage med en plan for, hvornår du som medlem kan forvente at skulle være official til fortræningen. Skulle du inden da have behov for yderligere information omkring ovennævnte, er du velkommen til at kontakte enten Birthe Halle eller Allan Hougaard.

## Kontingent og startpengeordning for 2007

Af [Birthe Worm](#)

Opkrævninger er udsendt pr. post i begyndelsen af marts. Skulle du ved en fejl ikke have modtaget brevet, må du gerne kontakte mig på tlf. 86104558 el. [birthemarie.w@webspeed.dk](mailto:birthemarie.w@webspeed.dk).



## Tilmelding til løb

Af [Henrik Andersen](#)

Tilmelding til løb sker på [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)

Det er ret simpelt at bruge O-service:

1. Gå ind på [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)
2. Vælg log på i menuen øverst til højre (døren).  
Indtast brugernavn og password, som du har fået på e-mail.
3. Vælg kalender i top menuen, og find det løb du vil tilmeldes.
4. Vælg Tilmeld flere knappen og følg vejledningen på skærmen.

Der er flere fordele ved O-service. Løbsarrangørerne får tilmeldingerne på en form så de kan bruge dem elektronisk, løbere kan tilmelde sig på alle tider af døgnet. Det har naturligvis også ulemper. Det accepterer ikke tilmeldinger efter sidste frist, heller ikke selv om man spørger meget pænt.

Hvis du har problemer med at komme ind på O-service kan du få hjælp hos Birthe eller Henrik. Email og telefonnumre finder du på klubbens hjemmeside.

På O-service kan man også finde en adresseliste for hele klubben. De findes under menuen "klubben" i toppen. Når den er valgt skal man vælge "adresseliste" i menuen til venstre.

I menuen "Find" kan man søge efter andre løbere. Hvis man f.eks. skriver "bloch" finder man bl.a. medaljetageren fra VM Claus Bloch. Det er frivilligt om man vil have vist adresse og telefonnummer for løbere fra andre klubber som Claus har. Man kan også lægge sit eget billede ind som Claus har gjort.

Man retter sin egen profil under "løbere" og "ret løber" i den venstre menu. Det er vigtigt at man ikke fjerner fluebenet i "modtag nyheder", da det også bruges til vores klubblad.

## Spændende løb i foråret

Af [Henrik Andersen](#)

Den komplette liste over løb findes i O-service, men jeg vil nævne de mest spændende her i området.

| Dato  | Sted                                       | Tilmeldingsfrist |
|-------|--|------------------|
| 21/3  | Natugle i Fløjstrup som vi selv arrangerer | 14/3             |
| 28/3  | Natugle i Storskoven som OK Pan arrangerer | 21/3             |
| 5-7/4 | Påskeløb i Rold Skov                       | 12/3             |
| 15/4  | Haunstrup ved Herning                      | 6/4              |
| 22/4  | Karup Ådal                                 | 13/4             |
| 29/4  | Vrads. Divisionsmatch for 1900             | 20/4             |
| 5/5   | Skanderborg Dyrehave, arrangeret af 1900   | Ca. 27/4         |
| 17/5  | Marselisborg                               | Ca. 10/5         |

## Det med småt

POST1900 udgives af Århus 1900 Orientering. Ansvarshavende redaktør [Birgit Rasmussen](#), Vedbæksalle 64, 8700 Horsens, tlf 75 63 03 65. POST1900 er et forum for medlemmerne af Århus 1900 Orientering. Meningstilkendegivelser 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.



## Rengøringsliste for året 2007

Fra 1. april overtager vi igen rengøringen af vores klubhus, og som det blev besluttet på årets generalforsamling, er det stadig medlemmernes opgave at holde huset rent i sommerhalvåret.

Som et forsøg har vi valgt at fokusere lidt mere på baderummene med en ekstra hovedrengøring af disse i uge 24.

Da det sker en gang imellem, at enkelte glemmer deres tjans, vil I som et andet forsøg modtage en huske-mail forud for jeres uge. Med disse tiltag håber vi, at vi får et hus, vi kan være bekendt.

Hovedreglen er, at I gør rent om onsdagen i den anførte uge. Hvis ikke det er muligt, så gør rent tirsdag eller torsdag - vær dog opmærksom på, at huset bruges i f.m. træning tirsdag aften.

***Er du forhindret i din uge, finder du selv en at bytte med.***

Omfanget af rengøringen fremgår af en liste, der hænger på opslagstavlen på Grumstolen. Mangler du en nøgle til huset, kan du kontakte Birthe W. på tlf. 86104558 i god tid forinden.

Sæt et X, når I har gjort rent, tak. Listen hænger på opslagstavlen.

### Uge X Rengøringshold

- 14 Birthe W., Karen Hulgaard
- 15 Anna & Ove Jørgensen
- 16 Familien Kokholm
- 17 Birte Sivebæk & Chris Krogh
- 18 Hanne Gylling & Allan Hougaard
- 19 Anders Tversted, Erik Søgaard
- 20 Lena Deleuran & Erling Nørgaard
- 21 Henrik A., Hans van Binsbergen
- 22 Gitte, Louise Marie & Ingrid
- 23 Familien Gjøderum / Svenningsen
- 24 **Baderummene får en ekstra hovedrengøring:**  
Flemming G, Frank (yderligere 2-3 pers.sættes på senere)
- 25 Familien Edsen
- 26 Lotte Lund, Jesper Damgaard

### Uge 27-29 sommerferie. Brugere af huset sørger for, at der ser pænt ud

- 30 Signe & Jørgen Bang
- 31 Øjvind Brøgger & Birgitte Halle
- 32 Familien Dybdal / Abrahamsen
- 33 Birgit Rasmussen & Ole Jørgensen
- 34 Lone & Olaf Christensen
- 35 Hanne Kortegaard, Rebecca Tikøb
- 36 Asbjørn Andersen, Vagn Pedersen
- 37 Per & Tove Rønnau
- 38 Birthe Rasmussen, Lone Bech Jensen

### Uge 39 - Hovedrengøring - aftal selv dagen

Per Clemmensen, Bent & Johanna, Henning, Ellen & Evald, Per & Bodil