



Klub-nyt

Herlufsholm Orienteringsklub



Borgmester Carsten Rasmussen indvier
"Find vej i Rønnebæksholm Park"



Maj nr. 3/2012

Klubbens Bestyrelse



Formand
Torben Kristensen
Østergade 10 A, 3.tv.
4700 Næstved 55 72 09 53
E-mail: Tk.capone@mail1.stofanet.dk



Næstformand
Benny Clausen
Fodbygårdsvej 115
4700 Næstved 55 73 37 01
E-mail: bennyc@post7.tele.dk



Kasserer
Jens Asserbo
Kirke Alle 58
4970 Rødby 61 29 57 12
E-mail: jass@stofanet.dk
Afdelingens giro: 3222 - 7 18 73 78



Træningsudvalg
Tine Meyhoff Petersen
Heimdalsvej 30
4700 Næstved 28 43 21 31
E-mail: tine-mp@live.dk



Stig Andersen
Herluf Trolles Vej 57
4700 Næstved 55 77 22 98
E-mail: mest@mail1.stofanet.dk



Medier
Hjemmeside
Klubblad
Erik Torm
Platanvej 21, Fensmark
4684 Holmegaaard 55 54 77 32
E-mail; torm@fleksibelskole.dk

Valgt på generalforsamlingen den 8. februar 2012

Klubhus adresse: Herlufsholm Alle 233, 4700 Næstved
Klubbens hjemmeside: <http://www.orientering.dk/hg>

Redaktørens spalte

Redaktøren skal beklage, at dette nummer er blevet en del forsinket, men for en gangs skyld har opgaver på andre fronter (bl.a. ”Find vej i...”) været så tidskrævende, at jeg har måttet forsømme Klub-nyt. Forhåbentligt er det både første og sidste gang, at det sker!



Aktivitet ved Næstved Museum på ”Find vej i Danmark”-dagen

Klub-nyt	Deadline	Udkommer
4/2012	30/7	6/8

Indholdsfortegnelse

Side	4-5:	Aktivitetsoversigt
Side	6-7:	Formandens klumme
Side	8:	Indbydelse til pinseløb den 28. maj
Side	9:	Tirsdagstræningen i 2012
Side	10:	Om Skt. Hans Løbet
Side	11:	Tak til hjælpere ved oprydningen i Stenskov
Side	12:	Tak til hjælpere ved 1. – 2. div. matchen
Side	13:	Salgspræsentation af klubdragten
Side	13:	Indvielse af ”Find vej på Enø”
Side	14:	Hjælpere til foreningernes dag efterlyses
Side	15-16:	Klubbens sponsorer

Aktivitetsoversigt

Maj

Juni

	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1	TR Kristiansholm	17,30-18,30	1		
2			2		
3			3		
4			5	Indvielse af find vej på Enø	NB! 12,00
5			5	TR Fruens Pl.	17,30-18,30
6			6		
7			7		
8	TR Fruens Pl.	17,30-18,30	8		
9			9		
10			10		
11			11		
12			12	TR Enø	17,30-18,30
13			13		
14			14		
15	TR Tappernøje	17,30-18,30	15		
16			16		
17			17		
18			18		
19			19	Sjølundssletten	Skt. Hans løb
20			20		
21			21		
22	TR Enø	17,30-18,30	22		
23			23		
24			24		
25			25		
26			26		
27			27		
28	Vesterlyng	Pinseløb	28		
29			29		
30			30		
31					

TM = Tilmelding

KH = Klubhuset

TR = Træningsløb - start ml. 17,30-18,30

X = Tællende løb i VTR

VTR = Vintertræningsløb

SI = Sport Ident

Juli**August**

	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1			1		
2			2		
3			3		
4			4		
5			5		
6			6		
7			7		
8			8		
9			9		
10			10		
11			11		
12			12		
13	Vikingedyst	Se o-service	13		
14	Vikingedyst	Se o-service	14	TR Stenskoven	17,30-18,30
15	Vikingedyst	Se o-service	15		
16			16		
17			17		
18	Læsø 3-dages	Se o-service	18		
19	Læsø 3-dages	Se o-service	19		
20	Læsø 3-dages	Se o-service	20		
21			21	TR Herlufsholm	17,30-18,30
22			22		
23			23		
24			24		
25			25		
26			26	Midgårdsormen	Se o-service
27			27		
28			28	TR Stenskoven	17,30-18,30
29			29		
30			30		
31			31		

TM = Tilmelding

KH = Klubhuset

TR = Træningsløb - start ml. 17,30-18,30

X = Tællende løb i VTR

VTR = Vintertræningsløb

SI = Sport Ident

Formandens forårsklumme

Så skete det endelig, foråret kom ud af sit vinterhi. Det har ligesom rumlet lidt i baggrunden et stykke tid. Man har stået indendørs, kigget ud og det har set ud som om, at nu var det der. Men når man så er trådt uden for, har det vist sig ikke at holde stik.

Specielt har april måned levet op til sit ry, om at være meget omskiftelig. Os der var ovre og løbe Påskeløb på Rømø oplevede den i fuldt flor. Den ene dag faktisk ret tilforladeligt vejr, den næste dag blæser det en halv pelikan og regnen siler ned. Det med den halve pelikan er jo normalt derovre, men regnen kunne vi godt have undværet. For øvrigt et udmærket traktement de havde fået stablet på benene derovre, med svære terræner og gode baner.

Som et sikkert hint på, at nu er foråret der, kan man lige nu opleve skovbunden dækket af anemoner og de nys udsprungne bøgetræer. Tirsdagstræningsløbene er en anbefalelsesværdig måde at se det på, foråret altså.

Det er der jo også mange som har fundet ud, da der jo er et rimeligt pænt deltagerantal, selvom vejret ikke rigtigt har artet sig. Men bliv endelig ved med at komme, der er mange gode baner, der venter på netop dig. Og de fortsætter jo lige til Skt. Hans, hvor sommerferien tager over.

Et andet tegn på forår, er jo at vi har været ude og samle skrald ude i Stenskov. En noget skidt oplevelse. Men tak til Leif som organiserede det samt til dem som mødte op og gav en hånd med i det gode vejr, for april var lige i sit rigtige mood den dag.

Så har vi også haft vores næsten årligt tilbagevendende forårsarrangement. Den her gang en 1. og 2. divisionsmatch i Hannenov- og Ovstrup skovene nede på Falster. Her var april også i et godt mood, selvom der faldt en regnbyge lige inden løbet skulle starte. Torsten stod for banelægningen. Benny og undertegnede var

stævneledere. Vi havde begge en forholdsvis rolig dag på kontoret. De par tvister der var, kunne ordnes med henvisning til reglementet. Men alt i alt gik det jo meget godt. Alle dem der var nede og hjælpe til, skal have mange tak. Specielt til Torsten, der som banelægger, havde brugt et par timer eller fem der nede.

Som de fleste har hørt har klubben et lille projekt mere, nemlig "Find vej i...". Erik og Svend-Erik vil måske nok bedyre, at projektet er lidt mere end som så. Men det er dog endelig, ved at komme i land. Efter indvielsen af Rønnebæksholm/Fruens Plantage og Folkeskoven i Tappernøje, på den landsdækkende "Find vej i..." dag d.28. april, mangler "kun" Enø projektet, der skal indvies d.5. juni. Næstved by var jo klar tidligere på året.

Tag en tur, med familien, hunden eller bare dig selv, posterne er klar, dag og nat, sommer som vinter. Det gælder i øvrigt også de alle de andre "Find vej i..." i resten af landet.

Når man sådan kigger baglæns, ses det jo, at der var en del arrangementer i april. Men foråret er først lige startet, så læn jer ikke tilbage, kom ud og nyd det. Træningsløbene fortsætter og der er også masser af løb på resten af Sjælland. Så der er ikke nogen undskyldning for ikke at bevæge sig ud i skoven, for den er klar til at tage i mod os, med blomsterne i skovbunden og de flotte bøgetræer.

Og husk nu sidegevinsten ved orienteringsløb, hjernen får jo også motion.

Vi ses i skoven - Formanden

PS! Der var jo også lige den divisionsmatch, vi deltog i oppe i Grib Skov. Resultatet forbigår vi i tavshed. Det gik jo ikke helt så godt. Men til den næste, som først er d.2. september er vi klar. Så skal de ha, skal de. Jeg selv går i hård træning hen over sommeren. Så til september er jeg klar.



Mødested: Vesterlyng, parkering ved vandet midt i skoven. Afmærkning fra Eskebjerg.

Kort: Vesterlyng, Nytegnet 2009, rettelser 2011. Ækv. 2,5 m. 1:10000.

Baner:	Let	3km	normal bane
	Svær mellem	ca. 5km	pointløb med et tvist
	Svær lang	ca. 8km	pointløb med et tvist

Maxtid: 60 minutter, pointtab for hvert minut maxtid overskrides.

Kontrol: SportIdent, husk at oplyse evt. briknummer ved tilmelding. Leje af brik koster 15kr.

Start:	Let	put&run	mellem kl. 10 og 11
	Alle andre	fællesstart	kl. 10

Service: Væske ved mål.

Holdsport: Efter løbet vil der være mulighed for at slå naboklubben i en omgang rundbold.

Tilmelding: Klubvis til pinselob@holbaekorienteringsklub.dk inden 21. maj 2012.

Startafgift: Kr. 25,-
Startafgiften indsættes samtidig med tilmeldingen på konto i Danske Bank, Reg.nr.: 1551, Kontonr.: 552 3656.

Ansvarlig: Astrid Thomsen, Holbæk Orienteringsklub.

Tirsdags trænings løbene 2012

Nedenfor kan du se forårets løb på tirsdage i skoven.

Dato	Skov	Startsted	Bemærkninger
08.05	Fruens	Bents Hoved	
15.05	Tappernøje	Svingkærvej	
22.05	Enø	Dansk Folkeferie	
28.05	Vesterlyng	P-plads v/vandet	Pinseløb
05.06	Fruens	Skovgrillen	
12.06	Enø	Dansk Folkeferie	
19.06	Sjølundssletten	Bag Bakkerne	Sct. Hans
	SOMMERFERIE		
14.08	Stenskoven	Gulerodshuset	

Start mellem kl. 18.00 -18.30.

Baner: Lang 6-7 km. svær
Mellem 4-5 km. mellemsvær
Kort 2-3 km. let

Pris: Gratis.

Tine Meyhoff, TRU, Tlf. 28432131. E-mail: tine-mp@live.dk



Div.match den 29/4 2012

Sct. Hans Løbet

Årets Sct. Hans løb tirsdag d. 19. juni på Sjøllundsletten/Nissehøjen med start kl. 18.00 udgår i år fra Frans's have (Bag Bakkerne 25).

Efter løbet er der mulighed for at grille i Frans's have.

Husk derfor medbringe bestik, service, drikkevarer og mad til grillen.

Forhåbentlig er vejret med os, så vi kan få en hyggelig aften i det fri.

Dette er sidste tirsdags løb før sommerferien. Vi stater op igen tirsdag d. 14. august i Stenskov. Men husk, at holde træningen ved lige hen over sommeren. Så bliver det meget sjovere og nemmere at komme i form til efterårs o-sæsonen.

O-hilsen

Jesper & Tine, TRU

Betaling af kontingent 2012

Hvis du ikke får dit klubregnskab på e-mail, vil der med dette klubblad være vedlagt dit klubregnskab.

Ved modtagelsen bedes du straks indbetale din gæld til vor konto 3222 7187378.

Du kan altid få tilsendt dit regnskab via e-mail ved at kontakte mig på jass@stofanet.dk

Husk at betale nu.

Med venlig hilsen fra
Kassereren

Oprydning i Stenskoven

Tak til alle, som hjalp til med oprydning af affald i Stenskoven lørdag d. 14. april.

Vi fik fyldt 2 trailerlæs, og havde 3 travle timer i skoven med bukken og slæbben.

Nedenfor kan du se opstarten på dagen.



Leif Bjørnholm
Oprydningsskordinator



Deltag i indvielsen af "Find vej på Enø" den 5. juni kl. 12!

1. klasses hjælpere til 1. + 2. “Divisionsmatchen” den 21. april 2012

På stævneledernes vegne, skal der hermed lyde en stor tak til alle de medlemmer, der medvirkede ved divisionsmatchen den 21. april i Hannenov- og Oustrup skovene på Falster. Jeres gode indsats var årsag til, at det lykkedes at skabe et vellykket stævne, som har fået ros fra flere sider.

På sådan en dag er alle opgaver vigtige, for hverken kagebagerne eller funktionslederne kan undværes. Dejligt i øvrigt at se, at ingen er for fine til at tage selv de lidt mere ydmyge og barske job som medhjælper ved toiletterne, når teknikken svigter, mange tak for det.

Der var nye funktionsledere/hjælpere på flere poster, og som overskriften angiver, gjorde de det rigtigt godt.

Vi forventer at få et pænt overskud på arrangementet, dette sammenholdt med, at det sociale samvær fungerede rigtigt godt, er forhåbentligt medvirkende til, at man, hvis man ikke er optaget af andre gøremål, siger ja tak, når der en anden gang efterlyses hjælpere til et stævne.

Endnu en gang tak til alle for en 1. klasses indsats.

Benny



Resultaterne studeres på stævnepladsen den 21. april

Herlufsholm orienteringsklub klubbtøj salg.

Merete står iført: Overtræksjakke til 350 kr. overtræksbukser til 300 kr.

Jan er iført : T-shirt 50 kr.

Stig er iført : Nylon løbebluse til 280 kr. Og nylon løbebuks til 220 kr.

Tøjet kan bestilles hos Jan, på tlf.:: 41635949 eller mail.



Klubbens pandelamper kan lånes, ved henvendelse til Jan.

Grundlovsdag indvies ”Find vej på Enø”

Den 5. juni kl. 12 er der indvielse af ”Find vej på Enø” i forbindelse med Natur- og Friluftscenteret Fjordhusets hejsning af det blå flag på Enø.

Ruten er blevet udformet i samarbejde med naturvejleder Anne Katrine Blond.

Vi håber, at mange af klubbens medlemmer vil måde op – gerne iklædt klubbetøj – for at deltage og synliggøre vores klub!

Foreningernes dag i Næstved 1. september 2012. Hjælpere søges!

Igen i år er Herlufsholm orienteringsklub med på foreningernes dag som forgår på græsplænen i Rådmandshaven lørdag 1. september fra kl. 11 til 15.

Der viser vi hvad orienteringsløb er for en sport.

Ud over det, er der mulighed for at besøge de andre 50 stande, som viser hvad andre klubber og foreninger i Næstved interesser sig for.

Hvis du har tid og lyst er du velkommen til at kigge ned.



Hjælpere må gerne give mig besked til Jan på tlf.: 41635949.



Sønderup

revisorer I/S

www.sonderuprevisorer.dk

Helse- og Idrætsmassage

*Gavekort
udstedes!*

Når du ønsker en

Professionel behandling

- Sportsmassage
- Healingsmassage
- Kranio Sakral Terapi

Læs mere på

www.idraetmassage.dk

Kirkebakken 74, 4736 Karrebæksminde, Tlf. 40104667



v/eksam. idrætsmassør
Pia Nielsen



FENSMARK MASSAGE

FYSIURGISK MASSØR • MASSAGETERAPEUT

1/2 times massage idræts- eller skade 150,-

1/1 times massage idræts- eller skade 280,-
incl. moms

Maj Brandstrup • Akacievej 53, Fensmark • 26 15 61 60

Online Booking på www.majbrandstrup.dk

TILBUD
til klubbens
medlemmer



Alle kan være med...

Tag med DiBa til **Danmarksstafetten** !:

- Næstved den 10. juni
- Køge den 13. juni
- Ringsted den 25. august

Få mere information og tilmeld dig på
www.diba.dk under "Særtilbud".

DI·BA

Få mere ud af dine penge!

Det koster kun ½ time af din tid at lade os kigge
på din økonomi og finde nye muligheder.

Kontakt os.

Find nærmeste filial på www.spls.dk



**SPAREKASSEN
SJÆLLAND** www.spls.dk