



# Klub-nyt

Herlufsholm Orienteringsklub



Alle elsker O-løb !!!



August - nr. 4/2013

## Klubbens bestyrelse



Formand

Stig Andersen  
Herluf Trolles Vej 57  
4700 Næstved  
31 77 67 98  
E-mail: [mest@stofanet.dk](mailto:mest@stofanet.dk)



Næstformand  
Klubblad papirudgaven

Benny Clausen  
Fodbygårdsvej 115  
4700 Næstved  
55 73 37 01  
E-mail: [bennyc@post7.tele.dk](mailto:bennyc@post7.tele.dk)



Kasserer

Jens Asserbo  
Kirke Alle 58  
4970 Rødby  
61 29 57 12  
E-mail: [jass@stofanet.dk](mailto:jass@stofanet.dk)  
Afdelingens bank: 6070 - 1216412



Træningsudvalg

Tine Meyhoff Petersen  
Heimdalsvej 30  
4700 Næstved  
28 43 21 31  
E-mail: [tine-mp@live.dk](mailto:tine-mp@live.dk)



Medier  
Hjemmeside  
Klubblad elektronisk

Erik Torm  
Platanvej 21, Fensmark  
4684 Holmegaard  
29 46 34 67  
E-mail: [torm@fleksibelskole.dk](mailto:torm@fleksibelskole.dk)

Valgt på generalforsamlingen den 6. februar 2013

Klubhus adresse:

Herlufsholm Alle 233, 4700 Næstved

Klubbens hjemmeside:

<http://www.herlufsholm-orientering.dk>

## Redaktørens spalte

Her sidder du med det ”tyndeste nummer” i den nuværende redaktørs funktionsperiode. Det må kunne blive bedre næste gang!

Noter allerede nu deadline for næste nummer i din kalender, og yd så dit bidrag, når tid er!

Med venlig hilsen fra Den Gamle Redaktør.



Vidste du, at du selv kan tilmelde dig til o-løb på O-service, hvis du får en adgangskode?

---

## Udgivelsesplan for klub-Nyt:

Nummer	Deadline	Udkommer
5/2013	6/10	9/10
1/2014	6/1	9/1

---

## Indholdsfortegnelse:

Side	4-5:	Aktivitetsoversigt
Side	6:	Formandens klumme
Side	7:	Tirsdagstræningsløb 2013
Side	8:	Divisionsmatch 1. sept.
Side	9:	Hallands 3-dages
Side	10-11:	Slovak Cast Cup 2013
Side	11:	Ny bankkonto
Side	12:	Klubbens sponsorer



En fhv. formand og en hjemvendt søn!

# Aktivitetsoversigt

## August

## September

Akt. – Art og Sted		Bemærk	Akt. – Art og Sted		Bemærk
1			1	Div.Match Tisvilde Hegn	TM 23/8
2			2		
3			3	TR Herlufsholm Pinet	17,30-18,30
4			4		
5			5		
6			6		
7			7		
8			8		
9			9		
10			10	TR Rønnebæk Betonvej	17,30-18,30
11			11		
12			12		
13	TR Stenskoven Gulerodshus	17,30-18,30	13		
14			14		
15			15		
16			16		
17			17	Sorø Sønderskov	Sorø-løb
18			18		
19			19		
20	TR Herlufsholm Slagelsevej	17,30-18,30	20		
21			21		
22			22		
23			23		
24			24	Slagelseskovene	Sorø-løb
25	Midgårdsormen	TM 16/8	25		
26			26		
27	TR Stenskoven Brændeskur	17,30-18,30	27		
28			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

## Oktober

## November

	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1	Grydebjerg	Natløb-Sorø	1		
2			2		
3			3		
4			4		
5			5		
6	Div.op/ned Grib Skov	TM 27/9	6		
7			7		
8	Knudsskoven	Natløb-Holbæk	8		
9			9		
10			10		
11			11		
12			12		
13			13		
14			14		
15			15		
16			16		
17			17		
18			18		
19			19		
20			20		
21			21		
22	Fruens Pl. Bendts Hoved	Natløb 19-19,30	22		
23			23		
24			24		
25			25		
26			26		
27			27		
28			28		
29	Tangmoseskoven	Natløb-Køge	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

## Formandens klumme

august 2013

Så er ferien forbi for de fleste af os og tirsdagstræningerne starter igen. Forhåbentlig er I alle kommet godt gennem ferien og er klar til at smøge ærmerne op til endnu et arbejdsår.

Mange af jer har trænet i sommerferien. Nettet afslører alt, og jeg kan også lige så godt gå til bekendelse, jeg har været på Skagen og leget ”blive væk” i den store sandkasse, Råbjerg Mile.

Ellers er det meget småt med nyheder fra min hånd. Jeg vil takke for gaven til min fødselsdag. Det er godt vi har Benny til at huske mærkedage.

Jeg håber at se jer alle sammen til træningsløb i den kommende tid. Husk, det er træningen der gør os bedre.

Divisionsmatchen nærmer sig, og vi skal gerne have alle ud at løbe, så husk tilmelding.

DM på Møn, med Vordingborg som medarrangør, nærmer sig, og det ville være rart med en stor opbakning til dette event. Vi er jo naboklubber og bør bakke hinanden op.

Dette var alt fra min PC denne sene aften, så: Vi ses i skoven.

Formanden



Køb klubdragt hos Jan, 41 63 59 49.

## Tirsdags trænings løbene 2013

Så er sommerpausen forbi, og vi starter igen træningsløb i de lokale skove.

I år kan vi, takke være samarbejdet med OK Sorø, tilbyde et par ekstra løb hhv d. 17.09 og 24.09, så sæsonen kan forlænges lidt.

Oplysninger om startsted kan ses på OK Sorø's hjemmeside:

[WWW.oksorø.dk](http://WWW.oksorø.dk)

Desuden er der hele 4 natløb i oktober, som du kan deltage i. Startsted og tid fremgår af de lokale klub hjemmesider.

Nedenfor kan du se årets resterende løb på tirsdage.

Dato	Terræn	Startsted	Bemærkninger
13.08	Stenskoven	Gulerodshuset	
20.08	Herlufsholm	Slagelsevej	
27.08	Stenskoven	Brændeskuret	
03.09	Herlufsholm	Pinet	
10.09	Rønnebæk	Betonvej midt i øvelsesområdet	
17.09	Sorø Sønderskov		Sorø
24.09	Slagelse skovene		Sorø
01.10	Grydebjerg		Natløb-Sorø
08.10	Knudsskoven		Natløb-Holbæk
22.10	Fruens	Bents Hoved	Natløb-HG start kl. 19-19.30
29.10	Tangmoseskoven		Natløb-Køge

Start mellem kl. 17.30 -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](mailto:tine-mp@live.dk)

## Divisionsmatch d. 1. september i Tisvilde Hegn

2. runde i divisionsturneringen løbes søndag d. 01.09 i Tisvilde Hegn. Vi får brug for alle til forsvar af klubbens farver. Med de nye regler, hvor der konkurreres på 17 baner, er der brug for hele 44 tællende løbere.

Efter den 1. indledende runde, fik vi ingen matchpoint. Vores modstandere i 3. division er fortsat:

PI - Politiets Idrætsforening

OK Sorø

FSK - FirmaidrætStorKøbenhavn

Husk tilmelding senest d. 23.08 til Tine, Tlf. 28432131 eller via O-service.

Der er mulighed for samkørsel fra klubhuset i egne personbiler. Afgang kl. 8.00.

1. start er kl. 10.30.

Nedenfor ses holdet fra forårets match d. 14.04 i Tokkekøb, hvor vi var 42 tilmeldte løbere.





## Halland 3-dages

På en kæmpe græsmark midt i de vilde svenske skove med pigtråd og mos slog vi, Børsterne, vores gule telt op. Det var tid til svenske 3-dags i Halland.

Størstedelen af klubbens 22 tilmeldte medlemmer dukkede op en dag senere, da løbene blev skudt i gang.

Det var 3 løb med udfordringer, både orienteringsmæssigt og fysisk.

Tiden imellem løbene gik med ture ind til butiksmekkaen i den nærliggende by, kortspil og middagslure i sommersolen.

Lørdag aften var der fælles aftenkaffe i klubbeltet med kortspil, lakridschokolade og samtaler til efter solnedgang.

Området var fyldt med højdekurver - også ved badene, så fra pigebadet var der frit udsyn ind til drengene.

Tredje dag startede jeg ud med nummer 2 på maven i jagtstarten, men efter at have overbelastet min hofte, så jeg måtte gå resten af banen i den smukke natur, kom jeg ind på en tredjeplads. De resterende 6 løbere i min kasse var enten udgået eller blevet disket undervejs.

Vi mødte hverken elge eller ulve, men nød et godt stævne med styr på tingene og baner af høj kvalitet.

Kristine og Børsterne.



## Slovak Kast Cup 2013

I år ville jeg deltage i O-løb i Slovakiet fra den 11 – 14. juli, da jeg aldrig tidligere havde været i dette land.

Jeg boede selv i pension ”Veza”, som varmt kan anbefales i middelalderbyen Kremnica 25 km syd for løbsområdet.

Kremnica havde bymur, guldmine, termalbad og museum med mønter, da disse for 300 år siden blev fremstillet her.

Der deltog 550 løbere hovedsageligt fra østlande og startafgiften var rimelig på 20 euro for 4 dage.

Stævnecenteret lå 100 km syd for Polen i den vestlige del af Slovakiet i en lille by Mosovce.



Foruden mig deltog familien (Øbro) fra Tisvilde Hegn ok, vi var de eneste danskere.

Vi fik en fin 1. plads i D 14 og 3. plads i H 16.

Banerene lå på kanten af Velka Fatra bjergene og havde stigninger på op til 400 m, jeg måtte nøjes med 100 m, men det var også nok. Skovene var let gennemløbelige fyrretræsskove med en del stier. I alt gode baner og vel organiseret, dog er køkkenet på stævnepladsen ikke værd at skrive hjem om.

fortsættes....

Ved start var kortet ikke i plastpose, så man måtte selv vælge, om det var nødvendigt at tage en plastpose. Strømmen til speakningen blev taget fra en gammel bils akkumulator.

Min deltagelse blev nogle vandreture på 4 gange 3 km med 2 store bom de første dage, og en god jagtstart der gav en samlet 5 plads af de 9 startende i H 70.

Med sommervarm hilsen  
Jens , Kasserer



O-løb er en familie-aktivitet

## Nyt konto nummer

Herlufsholm orienteringsklub har flyttet bank.

Vi har fremover vore penge stående i Sparekassen Sjælland.

Årsagen er, at vi her har nogle mere fordelagtige vilkår end vi havde i Danske bank. Vi får 2,5% i rente af vort indestående og samtidig vil Sparekassen annoncere i vort klubblad.

Det nye konto nr. er: **6070 1216412**

Dette skal benyttes fremover til jeres indbetalinger.

Vort kontonummer i Danske Bank vil dog fungere i nogle måneder endnu.

Med sommerhilsen fra  
Kassereren

