



Opstart efter sommerferien

Efterårs sæsonen er for længst skudt i gang med nye træningsløb. Der er nok at glæde sig til i den nye sæson. Her i O-brevet kan du læse om årets klubmesterskab, familieturen samt Rebild Orienteering Adventure. Af andre begivenheder i løbet af efteråret kan det anbefales at prøve kræfter med natorientering. Om en lille måneds tid starter sæsonen for natorientering, i år afholder Rold Skov Orienteringsklub ikke selv noget natløb, men derfor er der stadig rig mulighed for at deltage i andre klubbers natløb rundt om i det nordjyske. Dog vil klubben i tråd med tidligere år arrangere et "øvelses natløb" inden det første officielle natløb så alle får mulighed for at få afprøvet udstyret og måske få nogle tips fra de mere erfarne hvis man for første gang skal prøve kræfter med natorientering. Hvis du skal prøve natorientering for første gang og har behov for råd om køb/lån af lampe osv. så tag kontakt til Ole Jensen (joj@elvis.dk). Klubbens øvelses natløb vil løbe af stablen den 11. september fra klubhuset kl. 21.00.

Klubmesterskab

Så er det nu det sker. På **lørdag den 24. august** afholder vi dette års klubmesterskab, så vi håber at se så mange som muligt til at deltage og få et lidt anderledes løb i skoven end normalt. **Alle klubmedlemmer kan deltage** i løjerne, der er ingen der er for nye, gamle, unge, øvede, uøvede til at deltage, alle kan være med, og arrangørerne har forsøgt at udligne oddsene så alle har en fair chance for at vinde. På billedet her til højre ses klubbens to vandrepokaler (en for herrer og en for damer) som du nu har muligheden for at få hjem og pynte et helt år, selvfølgelig sammen med den store ære og håneret som følger med en sejr.



Så derfor er det bare om at møde op på lørdag med en god portion vilje og gåpåmod, så kan det være dig som løber af med sejren.

Familietur til Limfjorden

Familietur hvad er nu det? Jamen det er weekend turen til et sted i Nordjylland, hvor mor, far og børn, eller børnebørn hunde og katte deltager i hyggeligt samvær, med overnatning i en spejderborg et eller andet sted hvor vi ikke har været før.

I år går turen til Risgaarde Bredning i Limfjorden, her er der familieværelse eller enkelt værelse til alle. Indbydelse følger, men noter datoen den 14. og 15. september.

Banelægning til træningsløb

I vores klub er, de ca. 40 træningsløb om året på lørdage kl. 13, krumtappen der får det heler til at køre rundt. I nærmeste fremtid vil de små skærme blive suppleret med løse numre, for at gøre udbringningen lettere.



O-brevet nr. 3 - August 2013



De mange banelægninger kan kun gennemføres ved at alle giver et nap med. De medlemmer der ikke har prøvet det før vil få hjælp bl.a. ved at blive sat sammen med et medlem der har prøvet det flere gange.

Rebild Orienteering Adventure

Korttegningen er afsluttet

Flere af klubbens medlemmer, suppleret af gode venner fra nogle af vores naboklubber, har ydet en kæmpeindsats i april, maj og juni måned med at nytegne Rold Nørreskov. Projektet er kulminationen på et korttegningskursus, som Kai Ø. Laursen fra Aalborg OK har stået for i det tidlige forår. Kortet er rentegnet af Christian Peter MacLassen, som har brugt oceaner af tid foran computeren med at indtegne resultatet af arbejdet i skoven, hvor korttegneerne har slidt skosålerne.

Resultatet er blevet et udsædvanligt godt og detaljeret kort over Rold Nørreskov, som præsenteres for første gang ved Rebild Orienteering Adventure i starten af september. Herefter vil det naturligvis blive brugt til klubbens træningsløb og andre aktiviteter.

Banelægningsdetaljer

Arbejdet med at finpudse banerne til arrangementet er også gået ind i en sidste og afgørende fase. Banerne til såvel MTBO, som begge dage laves af Christian Peter MacLassen og Ansa MacLassen, som til labyrintsprinten og den klassiske distance, som laves af hhv. Elizabeth Borchorst og Helge Søggaard, er alle færdige, og nu lagt i hænderne på banekontrollanterne.

På løbsdagene bliver der hektisk aktivitet med at udsætte poster i skoven både lørdag og søndag, idet en lang række poststaver skal genbruges begge dage.

Funktionslederne har travlt

Driften af kiosken og crewforplejningen er lagt i hænderne på erfarne kræfter som Jette Jensen og Jonna Møller og i målet/beregningen er Michael Niss klar med computere og beregningsprogrammer, så løbstiderne kan præsenteres hurtigt efter målgang af såvel løbere som mountain-bikere.

På pionerområdet, som blandt andet dækker opstilling/nedtagning af stævneplads, parkering og bevogtning af overgang ved asfaltveje har vi nye kræfter i funktion, idet Arne Mortensen har taget lederskabet her. Han har derfor travlt med at tjekke klubbens materialebeholdning og lave aftale med naboklubberne om lån af yderligere materiel.

Også på starten, som indeholder ikke mindre end 4 starter i løbet af weekenden, har vi også en ny funktionschef på banen. Minna Andersen har sagt ja til at lede denne krævende post. Her skal tingene spille på minuttet, så at sige, idet det jo er af største betydning at deltagerne sendes i skoven til rette tid. Minna har derfor allerede lagt detaljerede planer for afviklingen af denne funktion og har selvfølgelig et helt hold af hjælpere klart på dagen.





Her ses de fleste af funktionslederne til stævnepladsbesigtigelsen i juni måned.

Løb i andre skove

I foråret har en lille gruppe RSOK løbere været i Thy Nationalpark og løbet i området Bøgsted Rende, en sjov oplevelse i et terræn med bjergfyr og klitter. Senere var det 2 dage i Skagen der kaldte, her løb man i Bunken Klitplantage. Første dag i indlandsklitter med masser af bjergfyr, anden dag ude på selv vandreklitte Råbjerg Mile, masser af sand og klittoppe, et skridt frem og et halvt tilbage. Og sand i skoene, av av mine vabler.

Rold Skov gruppen teltede lige ved Skagen OKs klubhus, med grill hygge lørdag aften.

Vores eget stævne RebOadv står for døren, hvis du ønsker at løbe så kontakt Heins. (heins@madsen.tdcadsl.dk). Måske er du hjælper men nogle opgaver kan godt forenes med at også løber med i stævnet

Kursus i kort og kompas

I maj gennemførte vi et kursus med ekstern underviser Lars Ole Kopp fra Karup OK. 12 deltager fik et godt udbytte af dagen, såvel bag teori bordet og i skoven.

Om kort tid vil vi lave et lidt mindre kursus i kort og kompas for begyndere, så den enkelte løber får mere ud af sine løb i skoven.

