

Redaktionelt

Så er det tilbage i trædemøllen! Nu gik det ellers lige så godt med jubilæumsfestligheder, sommerferie og sommerferieløb både i Danmark og i udlandet. Men så er det godt at vi har O-Brevet, som med dette nummer bringer nogle gode minder frem fra alle de gode oplevelser, som vi har nydt de seneste par måneder. Læs især Matilde Andersen-Ottes indlæg om mødet med O-Ringen, som er verdens største o-arrangement!

Klubben har netop afviklet Rebild 2-Dages, denne gang med Henrik Houmøllers sikre hånd på stævnelederopgaven. Og med nye navne og ansigter på nogle af de forskellige funktioner. Det vidner om at klubben er vokset, og at der heldigvis er mange, som gerne vil give en hånd med i det fællesskab, der vokser frem når vi løser fælles opgaver – sammen.

Og det med at vi er vokset, kan du læse mere om sidst i dette nummer af O-Brevet!

God efterårssæson, vi runder lige sommeren helt af med en skål jordbær fra starten af juli – inden det begyndte at regne!

Redaktionen
HSØ



Nyt fra formanden

O-Brevet har ligget lidt i sommerferiedvale, og man kommer jo helt til at savne både at læse om aktiviteterne i klubben, men også at skrive den lille hilsen fra bestyrelsen og formanden.

Bestyrelsen har også holdt en velfortjent sommerferie, men der er alligevel sket mange gode ting mens vi har nyt sommerregnen i år. Anne Riis og Jakob Madsen har overtaget rollen som ungdomsledere, og har siden den 22. august sat gang i en ny sæson for ungdomstræningen. Det sker sammen med vores ungdomstræner Marko Birk Nielsen og talenttræner Jan Scheel, så ungdomsafdelingen er i den grad blevet flyvende, med en super god start på første træningsdag! TAK fordi I ville tage stafetten og køre dette vigtige arbejde videre i klubben. Elizabeth er indtrådt som styregruppemedlem i Talentcenter Nord og Helge holder lidt snor i bevillingerne m.v., så helt sluppet U-afdelingen har de ikke. Ungdomsafdelingen har også fået hjælp af et særligt seniorteam, som på skift sætter poster ud og indsamler dem igen hver tirsdag. Så TAK til Jonna/Otto, Jette/Ole, Annelise/Torben, Henrik/Jane og Elizabeth/Helge for jeres tørn hermed. Som en konsekvens af at Anne nu er ungdomstræner sammen med Jakob, vil Anne udtræde af bestyrelsen inden længe.

Men også i den anden ende af aldersskalaen barsles der med planer for et helt nyt initiativ, som er rettet mod alle klubbens +60'ere. Det kommer I til at høre mere om her i efteråret!

Og så er årets klubmestre blevet kåret i silende regnvejrs medio august. Jeg glæder mig over at de 4 klubmestertroldene igen har fået nye hjem det næste års tid!

Og så har formanden meldt ud til sin bestyrelse at han ikke modtager genvalg. Det syntes jeg er mest fair at gøre i god tid. Bestyrelsen besluttede at det straks skal offentliggøres her i O-brevet.

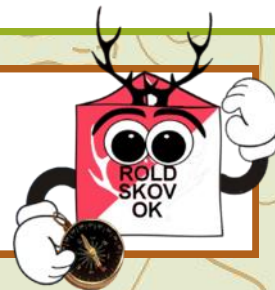
Vi ses i skoven og andre steder...
Ole Jensen, klubformand





Rold Skov Orienteringsklub (RSOK)

O-brevet nr. 28 – September 2017



Jubilæumsgaver

I forbindelse med klubbens 75 års jubilæum, som blev fejret med POMP og PRAGT i juni måned, udgav klubben en jubilæumsbog og en jubilæumsplakat. Bogen fortæller hele klubbens historie fra starten i 1942 og frem til i dag med masser af gamle og nye fotos, og dermed masser af hyggelæsning i sofaen. Plakaten er alle klubbens kort over Rold Skov sat sammen til et stort gigantkort, lige til at hænge op over samme sofa!

Har DU endnu ikke modtaget jubi-bog og jubi-plakat, så kontakt fluks formand Arne på AMORD426@gmail.com

HSØ



Den legendariske PØLSESTAFET

Blev for 3. gang afholdt som sommerferieafslutning på ungdomstræningen, og igen med udgangspunkt fra det alternative klubhus på Hanebuen 23. Her lammetævede u-løberne igen de voksne, men der var trøst til alle, da Jonna og Otto var klar ved grillen. Årets rekord var denne gang 180 pølser med tilbehør, som forsvandt som dug for solen. Hertil et ukendt antal sodavand!

Som en helt særlig gave til værtsparret, Elizabeth og Helge, havde u-løberne lavet et lille løbsterræn og endda tegnet et fint kort over det. Dette kunstværk pynter forsat på spisebordet!

HSØ





Rold Skov Orienteringsklub (RSOK)

O-brevet nr. 28 – September 2017



DOFs formand er "ny voksentræner" i RSOK

Hvad er nu det for noget....? Jo, vi voksne vil også have træning. Klubben har nu efterhånden en meget veletableret ungdomstræning, alt imens de voksne indtil for nylig har "måttet nøjes" med lørdagsløbene. Det er der nu lavet om på. Om torsdagen mødes lige for tiden ca. 30 voksne o-løbere, erfarne som uerfarne, til træning med selveste DOFs formand Walther Rahbek som træner. Walther inkluderer forskellige elementer i træningen, som f.eks. beklædning, brug af kompas og natløb. Hver gang er der også en bane i skoven, tilrettelagt efter dagens emne, sidste torsdag med fokus på kompas og deraf en bane med mange poster, kort afstand og mange retningskift. Ind imellem møder man også pludselig Walther i skoven hvor han stiller spørgsmål som "Hvad er din plan?" og "Er du nu sikker på at det er den rigtige retning?", dette for at gøre os bevidste om hvad vi tænker over når vi løber rundt i skoven, og ikke bare stormer afsted med hovedet under armen... for derefter at stoppe op... og overveje hvor vi nu skal storme hen.

MOKN



Salg, køb og især bytte af klubbetøj

Er dine børn eller dig selv vokset ud af klubbetøjet, og vil du **bytte**, sælge eller købe brugt klubbetøj af andre klubmedlemmer, så gå på denne facebookside:

<https://www.facebook.com/groups/1060816304039184/>



Kontaktoplysninger

Klubbens hjemmeside: www.roldskovok.dk
Klubformand Ole Jensen: joj@elvis.dk
Dansk Orienterings-Forbund: www.do-f.dk
Tilmelding til åbne løb: www.o-service.dk
Redaktionen: medlemsbrev@roldskovok.dk
Jonna Møller, Michael Niss og Helge Søgaard





Hygge og uhygge ved Skt. Hans

Alt var ved det gamle – heldigvis! Det havde regnet op til den store aften, og mørke skyer lurede i horisonten, men det holdt tørvejr. Pigerne havde pudset kosteskaftet, madkurven var pakket og der var tændt op i grillen udenfor carporten nede hos Jane Håkanssons hyggelige hus lige op ad Rold Skov.

Endnu engang samledes en større flok for at festligholde Sankt Hans aften, og denne gang var det med internationalt deltagelse. Elizabeth og Helge havde nemlig gæster fra Australien, som var rejst den lange vej for at studere konceptet med en hyggeaften i RSOK på nærmeste hold!

Brødrene Flyvbjerg udfoldede deres gastronomiske evner på grillen, og da alle maver var mætte, gik vi ned i engen, hvor formand Ole var klar med en sjat diesel og ukrudtsbrænderen til at sætte fut i bålet. Imens gik vi løs på det omdelte sanghæfte, hvor Midsommervisen blev afsunget efter bedste evne. Enhver fugl synger med det næb den har, og det holder også stik, når man hører RSOK-sangkoret. Der tegner sig ikke umiddelbart potentielle deltagere til den kommende udgave af X-Factor! Også i år faldt arrangementet sammen med "Knotternes Årsmøde", som var talrigt samlet. Og det er dæleme uhyggeligt som de bider, hvis ikke man har et myggenet over hovedet.

Nå, men pyt med det, for det er altså en helt usædvanlig hyggelig aften, som Jane lægger carport hus, have og velkomstdrink til. Vi glæder os allerede til næste år!

HSØ





Klubmesterskaberne i RSOK

Traditioner har vi mange af i RSOK, og en af dem er tilsyneladende at det skal dryppe lidt fra oven, når klubmestrene skal kåres. Sidste års videre, Elizabeth Borchorst og Lasse Svenningsen havde, som en del af æren ved at vinde, fået tjansen med at arrangere denne udgave af den drabelige dyst. Stævnepladsen var ved Vedsted Skovhus, hvilket ca. 100 andre skovtursgæster også havde planlagt. Så der var godt fyldt op i lokalet med frokostspisende folk, da de limegrønne o-løbere holdt deres indtog. Det gik trods trængsel og efter en kort instruktion fra Lasse gik starten. Også i år gjaldt det om at besøge så mange poster som muligt, og dermed samle så points, men som noget nyt år blev pointtallene korrigeret for alder, skostørrelse, aktuel kampvægt og styrke i brilleglassene – forlød det på stævnepladsen! Lasse havde nemlig lavet et smart system, der med afsæt i folk alder gjorde det endnu mere tæt i afgørelsen om, hvem der løb med de eftertragtede klubmestertrold.

Vinderne blev nærmest et familiedynasti, i det Matilde Riis Madsen vandt i MINI, Ida Riis Madsen i UNGDOM, Anne Riis i DAMER og Simon Reimers i HERRE. Sidstnævnte er endda kun juniorløber, så klubbens herreløbere må hellere intensivere træningen.

Efter præmieoverrækkelsen havde Hanne Veggerby og Mads Kappel med vanlig sikker hånd planlagt et super traktement af pølser og baconsvøbt mørbrad på grillen med tilhørende spændende salater og lækre brød. Og regnen, ja den forsatte, men så holder man jo bare en paraply over de lækre ting på klubbens nye Roll-Royce af en selvkørende gasgrill med kvadrofonisk tænding og sidegas. Udstyr – det går vi altså ikke ned på her i klubben!



Mini (< 10 år)

Navn	Alder	Klasse	Faktor	Point (rå)	Point (korr.)	Placering
Mathilde Riis-Madsen	7	Mini	1.60	60	96	1
Asta Kappel	9	Mini	1.50	60	90	2
Gry Gammelmark	8	Mini	1.55	50	78	3
Aksel Kappel	7	Mini	1.60	40	64	4
Kristian Veggerby	8	Mini	1.55	40	62	5
Lea Rye Madsen	6	Mini	1.65	30	50	6
Jonatan Svenningsen*	4	Mini	1.75	50	88	-

* Udenfor konkurrence, da faren styrede kortet.

Ungdom (>= 10 år, < 19 år)

Navn	Alder	Klasse	Faktor	Point (rå)	Point (korr.)	Placering
Ida Riis-Madsen	13	Ungdom	1.30	320	416	1
Gertrud Riis-Madsen	13	Ungdom	1.30	310	403	2
Anna Flyvbjerg	12	Ungdom	1.35	160	216	3
Mathilde Andersen Otte	12	Ungdom	1.35	160	216	3
Andrea Svenningsen	10	Ungdom	1.45	110	160	4
Ida Rye Madsen	10	Ungdom	1.45	100	145	5
Signe Veggerby	15	Ungdom	1.20	110	132	6
Silja Svenningsen	13	Ungdom	1.30	100	130	7
Mathias Veggerby	13	Ungdom	1.30	100	130	8

Dame (>= 19 år)

Navn	Alder	Klasse	Faktor	Point (rå)	Point (korr.)	Placering
Anne Riis	41	Damer (>=19)	1.02	290	296	1
Hanne Veggerby	40	Damer (>=19)	1.00	250	250	2
Mette flyvbjerg	45	Damer (>=19)	1.10	220	242	3
Mette Kappel	37	Damer (>=19)	1.00	190	190	4
Karen Somerset	54	Damer (>=19)	1.28	130	166	5
Vibeke Reimers	52	Damer (>=19)	1.24	130	161	6
Minna Hald Andersen	50	Damer (>=19)	1.20	130	156	7
Emily Somerset	19	Damer (>=19)	1.00	150	150	8
Sannie Jacobsen	45	Damer (>=19)	1.10	130	143	9

Herrer (>=19 år)

Navn	Alder	Klasse	Faktor	Point (rå)	Point (korr.)	Placering
Simon Reimers	17	Herrer (>=19)	1.10	540	594	1
Nicolaj Vangsgaard	28	Herrer (>=19)	1.00	490	490	2
Mads Kappel	41	Herrer (>=19)	1.02	420	428	3
Michael Niss	33	Herrer (>=19)	1.00	410	410	4
Morten Kappel	43	Herrer (>=19)	1.06	310	329	5
Helmut Hilden	63	Herrer (>=19)	1.46	200	292	6
Peter Sand	48	Herrer (>=19)	1.16	250	290	7
Arne Mortensen	61	Herrer (>=19)	1.42	150	213	8
Heins Rye Madsen	42	Herrer (>=19)	1.04	60	62	9
Anders Gammelmark*	32	Herrer (>=19)	1.00	0	0	10
Martin Baade*	37	Herrer (>=19)	1.00	0	0	11
Bo Rosberg	74	Herrer (>=19)	1.68	-60	-101	12

* Ej startet.



TAK for gode baner, lækkert traktement og en super dejlig dag.

HSØ





Rold Skov Orienteringsklub (RSOK)

O-brevet nr. 28 – September 2017



Klubmesterskaberne



Om søndagen blev der løbet i Pamhule. Også her mange grøfter og dertil stejle og mudrede skrænter, så en af udfordringerne var ikke at tage den på

bagen ned af dem.

Resultatmæssig gjorde ungdomsløberne det igen godt.

Løbeskoene nåede dårligt at blive tørre inden det den efterfølgende

fredag var tid til at tage til Skawdysten. En del medlemmer overnattede på Bunken Campingplads, mens andre slog telt op ved Skagen OK's klubhus, hvor klubhusets bad og køkken samt et stort partytelt kunne benyttes. Under løbene samledes vi alle på stævnepladsen.

Fredag aften var der sprint i Skagen by med start og mål ved Skagen kirke.

Lørdag og søndag løb i Bunken Klitplantage. Spændende baner med masser af sand, fyrplantage og indlandsklitter.

I løbet af lørdagen begyndte det at blæse noget op, og det blev efterhånden nærmest til storm, så de, der overnattede i telt, fik vist ikke sovet særlig meget den nat. Det er utroligt, som sådan et telt kan blafre og larme.

Ikke alle havde fået o-løb nok med disse 2 løb, men tog senere på måneden til O-Ringen i Sverige. Det fortæller Mathilde mere om senere i O-brevet.

Jonna

Fra mudder til sand og storm

Årets 2 sommerferie o-løb, Vikingedysten i Jels 30/6 – 2/7 og Skawdysten 6-9/7, bød på stor variation både i løbsterræn og med hensyn til vejr.

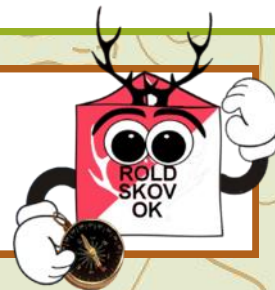
Turen til Jels var planlagt til at starte fredag med sprint i Starup Hede, men et blik ud af vinduet fredag morgen fik os på andre tanker, så efter lidt snak i telefonen blev det besluttet at droppe Sprinten og vente til lørdag med at tage afsted. Kun Minna og Mathilde trodsede regnen og drog afsted med deres flotte nye telt.

I Jels overnattede vi på vores sædvanlig plads ved skolen, men da teltet skulle rejses, måtte vi konstatere at barduner og pløkker stadig befandt sig i Skørping. Ved hjælp af en indkøbt tørresnor og overskudspløkker fra de andre telte lykkedes det alligevel at få teltet op at stå.

Senere på dagen blev det afsløret, at andre også var kommet lidt hurtigt afsted og havde glemt vigtigt udstyr (campingbord). Men ved at rykke lidt sammen blev der plads til alle ved det fælles aftensbord i klubbeltet.

Lørdagens løb foregik i Haderslev Vesterskov. En skov der i høj grad er præget af grøfter og moser, og de foregående dages regn havde nærmest fået grøfterne til at ligne floder, sådan føltes det i hvert tilfælde når de skulle forceres, så flere gange lykkedes det ikke at komme tørskoet over.





DM mellem og Midgårdsormen

Tidligt lørdag d. 19 august sidder en flok spændte ungdomsløbere i grønt på vej til Sjælland. Forude venter nogle udfordrende baner. Både de seks ungdomsløbere og de fire voksne løb rigtig flot, og alle havde en god tur i skoven. Specielt godt gik det for Sofie Flyvbjerg. Sofie løb et rigtig flot løb og endte som danmarksmester i D10 - 2 sekunder foran nummer to!

Vejret var i top og stemningen var god, så mere kunne man ikke ønske sig. På stævnepladsen var der alt hvad man havde brug for, dog skulle man ud at køre efter et bad.

Klokken 22 lørdag aften løber Ida ud på den første tur i Tjalfe - ungdommens stafet i Midgårdsormen. Laura løber anden tur, og kommer ind 3 minutter efter det førende hold. Søndag morgen klokken 9:30 starter Ida igen, i en meget intens jagtstart. Hun bliver afløst af Matilde Otte og Gertrud tager sidste turen, og kan løbe i mål som nummer 4.

Alt i alt var det en rigtig hyggelig tur på sjælland, hvor der blev løbet igennem. Hele holdet er meget stolte af deres indsats og har fået meget blod på tanden til at løbe endnu mere. Næste år satser vi stærkt på at sætte et Thor og Tjalfe hold.

Ida Riis Madsen, Gertrud Riis Madsen og Laura Bobach



Foto: Ida og Gertrud Riis Madsen

Den ikke længere helt så lille klub i Rold Skov!

Tidligere omtale vi poetisk RSOK som "den lille klub i den store skov", men det holder altså ikke mere! Den seneste opgørelse over medlemstal på orienteringsklubberne i Danmark, viser at RSOK nu er rykket op på en 16. plads mod en 28-plads for et par år siden. Opgørelsen viser, at vi nu er 154 medlemmer iflg. Danmarks Idræts Forbunds opgørelse.

Der er ganske vist et stykke vej op til nr. 1, OK PAN med 412 medlemmer og nr. 2 som er Silkeborg OK med 345 medlemmer. Men i Nordjylland overgås vi kun af Aalborg OK, som har 198 på listen, så det er da indenfor rækkevidde.

Blandt de traditionelt store sjællandske klubber finder vi Søllerød OK som nr. 3, FIF Hillerød som nr. 5 og Tisvilde Hegn OK som nr. 8 på listen.

Til gengæld har vi for længst overhalet OK Vendelboerne med 121, Mariager Fjord OK med 82, Nordvest OK med 81, Randers OK med 49 og St. Binderup OK med kun 26 medlemmer på listen!

Indmeldelsesblanketten ligger på hjemmesiden, så spørg nu familien og dine naboer, om ikke det var noget for dem!

HSØ





Rold Skov Orienteringsklub (RSOK)

O-brevet nr. 28 – September 2017



Mit første møde med O-Ringen

Matilde drog i slutningen af juli måned til verdens største orienteringsløb – det navnkundige O-Ringen, sammen med flere andre fra RSOK. Læs her Matildes spændende beretning om "mødet med O-Ringen":

O-ringen 2017 blev afholdt i Värmland tæt på byen Arvika. Der er flot natur i Värmland, med masser af højdekurver, klippeskrænter og moser.

Det var første gang jeg løb orienteringsløb, hvor der var klippeskrænter. Klippeskrænterne var gode at orientere sig efter, men de var godt nok svære at komme op og ned af. Der var rigtig mange højdekurver, og det var hårdt at løbe op over en bakke. Men bortset fra det, var naturen vildt flot, og jeg håber, at jeg igen kommer til at løbe orienteringsløb i så fin natur.

Der var ca. 15.000 deltager til O-ringen i år. Man fornemmede ikke de mange deltagere, når man løb sine baner, men stævnepladsen var enorm stor. Der var hele tre kæmpe kiosker og man kunne tage bad i et stort badeområde, med plads til mange på en gang. Opløbsområdet var også stort med mange opløb.

Campingpladsen var placeret på landingsbanen til Arvika flyveplads. Campingpladsen var næsten dobbelt så stor som stævnepladsen. Der var både et torv, mange vogne med toiletter, mange kiosker og gode brusebade. Torvet var kæmpe stort. Der var en masse små boder, en kæmpe

sportsbutik, hele 2 scener, mange spisemuligheder og masser af aktiviteter. Det var godt vejr hele ugen. Det var rigtig hyggelig hver aften, hvor vi grillede.

Jeg syntes, at det



var rigtig hyggelig hele tiden (undtagen når jeg bommede ude på banen). I 2018 afholdes O-ringen ved Høga Kusten, som er langt oppe i Sverige, så jeg ved ikke om jeg kommer med. Men i 2019 skal jeg simpelthen bare med! Så afholdes O-ringen ved Norrköping, kun ca. 300 km nordøst for Göteborg. Så skal jeg løbe for Team Sportia! Jeg glæder mig meget, og jeg håber, at mange flere fra klubben vil med til O-ringen i fremtiden, for det er super sjovt og hyggelig.

Matilde Andersen-Otte



Træningsløbsstatistik:

20/6 ca. 80 deltagere (PØLSESTAFETTEN)

24/6 30 deltagere

12/8 37 deltagere (Klubmesterskab RSOK)





Rebild2Dages

Igen i år blev Rebild2dages afviklet i fin stil. I år i en lidt slankere udgave end de sidste par år, idet MTB-delen var droppet. Stævnet bestod derfor af et mellemdistance-løb med indlagt labyrint om lørdagen og en 1.divisionsmatch om søndagen.

I år havde Henrik Houmøller påtaget sig jobbet som stævneleder. Henrik har stor erfaring med næsten alt i forbindelse med stævner. På andre poster var flere nye medlemmer med for første gang. Det var dejligt, og forhåbentlig har de fået lyst til at være med en anden gang.

Banelægger om lørdagen var Carsten Clemmensen. Desværre var der ikke særlig stor deltagelse til dette løb, men de der deltog havde en fin eftermiddag.

Ved søndagens divisionsmatch var der noget mere liv i skoven. Godt 500 løbere startede på spændene men fysisk krævende baner, som Helmuth Hilden var ansvarlig for. Derudover var der ca. 70 børn på børnebanen, som Sannie Ebert og Karen Sommerset bestyrede.

Sommeren i Danmark har jo ikke været noget særligt i år, men stævnet blev afviklet i flot sensommervej, og det gjorde sit til den gode stemning på stævnepladsen.

Fra flere sider blev der udtrykt stor tilfredshed med dagen.

Weekenden blev som sædvanlig afsluttet med et par hyggelige timer i et lokale på Kulturstationen i Skørping.

Jonna



**NÆSTE NUMMER UDKOMMER
PRIMO OKTOBER 2017**

Jysk Fynsk Mesterskab 2017

I weekenden d. 26-27. august blev der afholdt de Jyske Fynske Mesterskaber i Stenderup skovene ved Kolding. Lørdagen bød på disciplinen stafet, og her gennemførte Ida, Laura og Gertrud tre svære baner i klassen D16, og hentede bronzemedaljer med hjem til holdet.

Om søndagen gjaldt det disciplinen lang, og her vandt Ida guld i klassen D14.

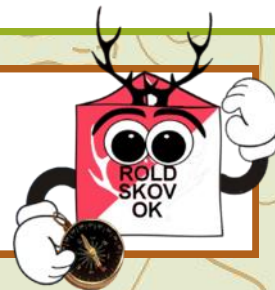
Anne Riis



Glæd dig til næste nummer....

Natløbssæsonen står for døren, og derfor slukker vi lyset her på **redaktionen**, mens vi planlægger reportagerne fra disse anderledes o-løb. Men i næste nummer gælder det også optakt til klassikeren – Efterårsstafetten, hvor vi plejer at have mange deltagere med til denne intense løbsform, hvor alle på holdet er ude at løbe samtidigt.

Og – så finder vi sikkert på flere andre spændende artikler, som I kan fornøje jer med, mens efteråret begynder at ruske lidt i postskærmene.



Kommende træningsløb, åbne løb og klubarrangementer

- 9/9 Træningsløb**
Mødested: 2 – Fruesko P-plads
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Nørreskoven
- 9-10/9 DM Stafet og DM Lang**
Tilmelding er udløbet
Arrangør: Faaborg OK
Kort: Stafet i Langesø Syd, Lang i Krengerup-skovene
- 16/9 Træningsløb**
Mødested: 16 – St. Økssø P-plads
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Mosskov
- 17/9 2/3 Divisionsløb – åbent løb**
Tilmelding senest 8/9
Arrangør: Aalborg OK
Kort: Svinkløv
- 20/9 Nordjysk Natløb – 1. løb**
Tilmelding senest 15/9
Arrangør: Mariager Fjord OK
Kort: Hobro Østerskov
Første etape af de nordjyske natløb. Kuperet terræn ved Mariager Fjord
- 23/9 Træningsløb**
Mødested: 7 – Rebild Bakker P-plads
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Rebild Bakker/Vælderskoven
- 24/9 Divisionsfinale – åbent løb**
Tilmelding senest 18/9
Arrangør: Viborg OK
Kort: Finderup/Morville plantager
Lækre midtjyske plantager med åbne arealer
- 27/9 Nordjysk Natløb – 2. løb**
Tilmelding senest 22/9
Arrangør: St. Binderup OK
Kort: Skatskov
Anden etape af de nordjyske natløb. Helt nyt terræn, hvor vi ikke har løbet før!
- 30/9 Træningsløb**
Mødested: 6 – Møldrupsvej N-ligste P-plads
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Mosskov
- 1/10 Divisionsløb op/nedrykning – åbent løb**
Tilmelding senest 22/9
Arrangør: Karup OK
Kort: Stendal Ulvedal—Dejlig løbsområde!
- 4/10 Nordjysk Natløb – 3. løb**
Tilmelding senest 29/9
Arrangør: Aalborg OK
Kort: Hammer Bakker Syd
Tredie etape af de nordjyske natløb. Hammer Bakker – om natten – spændende!
- 7/10 Træningsløb**
Mødested: 12 - Røverknolden
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Nørreskoven
- 7-8/10 Kredsungdomsmatch – KUM**
Kun for ungdomsløbere – separat indbydelse udsendes
Løbsområder: Munkebjerg Vest, Travebaneparken og Engelsholm
- 11/10 Nordjysk Natløb – 4. løb**
Tilmelding senest 6/10
Arrangør: OK Vendelboerne
Kort: Bøgsted
Fjerde etape af de nordjyske natløb. Bøgsted Skov – vest for Hjørring
- 14/10 Træningsløb**
Mødested: 3 - Havdalspladsen
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Nørreskoven
- 14-15/10 DM MTBO Mellemdist. og alm. MTBO løb**
Tilmelding senest – uoplyst p.t.
Arrangør: Silkeborg OK
Kort: Silkeborg-skovene
Danmarks mesterskab i MTBO Mellem i sammenhæng med Løvfaldsløbet - nedenfor!
- 15/10 Løvfaldsløbet**
Tilmelding senest – uoplyst p.t.
Arrangør: Silkeborg OK
Kort: Silkeborg-skovene
Prøv kræfter med bakkerne ved Silkeborg
- 21/10 Efterårsstafetten**
Tilmelding senest – uoplyst p.t.
Arrangør: Mariager Fjord OK
Kort: Rold Skov Hesselholt.
Efterårets sjove stafet, hvor alle på holdet er ude at løbe samtidigt! En klassiker, som du skal deltage i!
- 28/10 Træningsløb**
Mødested: 15 - Stendalen
Start: kl. 13-13:30
Kort: Rold Skov Vælderskoven/Rebild Bakker

Bemærk tilmeldingsfristerne

Se mere om de åbne løb, arrangeret af andre klubber, og tilmeld dig på www.o-service.dk eller www.do-f.dk via stævner og kalender.

Er du ikke oprettet i o-service, eller ny i klubben, så kontakt Anne Riis eller Ole Jensen. Se mailadresserne på klubbens hjemmeside.

Se også træningsløbskalenderen for alle vore lørdagsløb og ungdomstræning på klubbens hjemmeside.

