

# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Drømmen om et stærkt fællesskab

Jeg hedder Laura, er 14 år og løber orienteringsløb på forholdsvis højt plan. Ikke nok med at jeg har en kæmpe passion for selv at blive en dygtigere løber, så har jeg også en kæmpe passion for fællesskab og samvær. Jeg er som person meget social, elsker at snakke og grine, og det vil jeg gerne give videre til andre. Orienteringsløb er en meget oplagt sport til netop dette. Her er plads til alle og sådan er det bare. Jeg vil derfor gerne gøre klubbens fællesskab endnu bedre.



### Vild vækst, men der mangler noget

Rold Skov Ok har de seneste år vokset helt vildt meget, og har dermed fået utrolig mange løbere, men vi mangler én ting. Fællesskabet. Her vil nogle måske sige, ja men det har vi da? Ja, det har vi, men det skal være endnu bedre.

Jeg har selv gennem mine 5 år i klubben som ungdomsløber, haft et rigtig godt fællesskab med mine jævnaldrende, men ikke med andre løbere. Derfor tager jeg nu teten, sammen med min far, for at skabe et endnu bedre, stærkere, trygt og behageligt fællesskab hvor der er plads til alle.



Det er lige meget om du "kun" kan gå en let-bane

eller om du kan løbe en ultra-svær bane, uden kompas, i et sindssygt svensk terræn, for i o-løber-verden er der plads til alle. Orienteringsløb kan nemlig skabe bånd på tværs af niveau. I fx fodbold eller håndbold bliver man hurtigt delt op i et første og et 2. hold, men i orienteringsløb er niveau, alder, klub, sprog, køn osv. fuldstæn-

dig lige meget. Er du orienteringsløber, så er du orienteringsløber.

### Det første skridt

Første skridt på vejen til et stærkt fællesskab er en Facebook gruppe. Jeg har oprettet en Facebook gruppe, ved navn; Rold Skov Ok. Det er en lukket gruppe, så du skal lige godkendes for at være medlem. Hvis det driller er du mere end velkommen til at skrive eller spørge mig eller min far om hjælp.

Formålet med gruppen er, til at starte med, primært at koordinere samkørsel til løb.

Har du lyst til at løbe et løb?

Spørg! For der er helt sikkert en

der har plads i bilen eller gerne vil køre hvis du vil med. Det er fuldstændig lige meget om du er en erfaren o-løber, eller du er helt ny i sporten. Du kan komme med uanset hvad, og folk skal nok vente på at du kommer i mål. For her er plads til alle. Store som små.

Er det ikke dig, men dit barn der er medlem af klubben, eller har du ikke tid eller lyst til at køre, så må ungdomsløbere mere end gerne komme med uden mor eller far. Derfor vil jeg opfordre jer til at melde jer ind i gruppen, så vi kan få flere med ud til løb og vise vores klub frem. Jeg regner med at være god til at få smidt et opslag op, omkring diverse løb, så man ikke selv skal ind i o-service at kigge.

Jeg tænker også sagtens gruppen kan bruges til meget andet. Mangler du noget, har du fået byttet noget tøj, eller står du med en fed idé om et arrangement, så smid gerne et opslag op i gruppen.

### Og videre derfra...

Det næste skridt på vejen kunne være fx fællesspisning, men det tænker jeg først bliver rigtig aktuelt, når vi får et nyt klubhus.

*Fortsættes på næste side ...*



# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Drømmen om et stærkt fællesskab, fortsat ...

En måde at køre fællesspisning kunne være, at der hver første tirsdag i hver eller hver anden måned var fællesspisning efter træning. Det skulle måske koste 20-30 kr. pr næse. Man ville så skulle byde ind som kok. Kokken/kokkene må selv vælge menu og får selvfølgelig udgifterne dækket.

Har du en bedre idé eller noget helt andet, så er du meget velkommen til lige at tygge lidt på det, og evt. sende mig en besked, med hvad du tænker, om fælles hygge i fremtiden.

Har du spørgsmål, er nysgerrige, har brug for hjælp, er du mere end velkommen til at kontakte mig eller prikke til mig til en træning.

Jeg håber at du vil være med til at skabe et helt fantastisk fællesskab i klubben!

**Laura Bobach**

[Laura@bobach.name](mailto:Laura@bobach.name) +45 2233 5302





# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Hvor skal vi hen - RSOK?

Klubbens bestyrelse og udvalg samles sidst i oktober til et udviklingsseminar. Som oplæg hertil og til almindelig orientering vil jeg prøve at sætte nogle ord på, hvad baggrunden er for dette initiativ, ligesom det er fint at sætte en forventningsramme op for, hvad der kan komme ud af sådan et seminar.

### Det går fantastisk – eller gør det...??

Det går rigtigt godt i Rold Skov OK, og det har det faktisk gjort længe. Men det forekommer alligevel som om der er noget der halter. På nogle områder kan der endda iagttages en vis frustration eller mathed. Det er som om begejstringen er ebbet lidt ud. Klubbladets redaktør har tidligere i dette blad beskæftiget sig med begrebet bølgetoppe og bølgedale, som i øvrigt er ganske almindeligt i enhver organisation uanset om den er professionel eller frivillig.

Lad mig tage denne tråd op, for det er rigtigt set. På vej op ad bølgen går det fantastisk, alle er glade og det kører "der-ud-af". Oppe på bølgetoppen hersker den samme fantastiske stemning, men samtidigt er der en indbygget risiko for, at succesen hurtigt afløses af stagnation, udrændthed og tilbagegang. Det er der ikke noget usædvanlig i, for kunsten i enhver organisation er, at slå bro over til den næste og forhåbentlig højere bølgetop. Kun herved kan man sikre forsat udvikling. Hvis det altså er ambitionen?

Et konkret eksempel er divisionsturneringen. Et fejende flot indtog, hurtig opstigning til 2. division, hvorefter vi hænger i bremsen. Ingen klubbelt eller klubbanner med til matchen i Sjørup primo september, manglende eller meget sene opråb og



kampagner for at stille flest muligt, med endog meget stor risiko for, at vi fik sparket ned i 3. division. Det der engang var fantastisk var lige ved at blive en "taber-sag", hvis ikke vi havde samlet 60 løbere i den afgørende match. Sat på spidsen – naturligvis!

### Nødvendighed af strategiske overvejelser

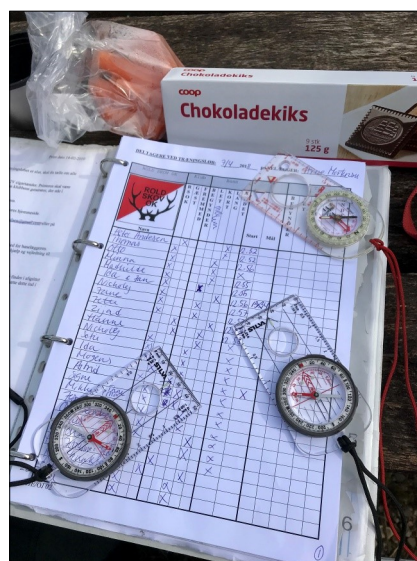
Med en klub af RSOK's størrelse og med det vækstpotentiale som vi råder over, er det nødvendigt, at vi går lidt professionelt til værks. Vi bygger på frivillige kræfter, men frivillighed, i det omfang som klubbens mange aktivitetssområder dækker, kalder på en mere forpligtende frivillighed fra ledelse og udvalgs personer. Og lad mig slå fast, at det bestemt ikke

bliver mere slidsomt eller "træls". Tværtimod – det er jo langt sjovere, at være en del af en fortsat succes. Et par gode eksempler herpå er det engagement som ungdomsudvalget udviser eller den professionalisme, som bærer vort klubblad.

Klubben er ganske enkelt blevet for stor til, at vi kan klare tingene på køkkenbordet eller gennem en, ellers på alle måder fornøjelig, snak ved træningsløbet på lørdag!

Derfor er det planen, at bestyrelsesseminaret skal tage udgangspunkt i en strategiproces. Hvilke lag som vision, strategi, målsætninger og handlingsplaner består den af, og hvor meget skal de fylde. Bestyrelsen har formentligt allerede nogle seriøse bud herpå? Eller tænker man i "business as usual" og alene frem til træningsløbet på lørdag??

Fortsættes på næste side ...



# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Hvor skal vi hen, RSOK - fortsat ...

### Organisering og indhold

Et andet spændende område er organiseringen af klubben. Hvilke udvalg skal vi have og hvordan sikrer vi samholdighed, fælles retning og kommunikation mellem udvalg og bestyrelse. Ingen bryder sig om at stå alene, og kun gennem hyppig koordination sikrer vi retning og udvikling.

Nogle eksempler på nye strategiske overliggerer for RSOK kunne være:

- En attraktiv og synlig klub, der skaber stærke resultater i alle løbsklasser og aldre.
- Et fællesskab hvor vi er inkluderende for såvel nye, mangeårige og mere perifere medlemmer. Hvor vi er opmærksomme på hinanden og skaber et socialt frirum, hvor der kan vælges til og fra efter ønske og behov
- Et forum hvor vi tydeligt anerkender indsatser og engagement. Det være sig store som små, dem der er meget synlige og dem der står mere i baggrunden. Et forum hvor vi forstår betydningen af nye input i harmoni med mangeårig erfaring.
- Hvor vi tilbyder sjove, meningsfyldte aktiviteter som ungdoms- eller voksentræning, udvikler tekniske færdigheder eller sociale fora, hvor man har det rart med ligesindede.

Der er mange og meget interessante drøftelser forude, og vi bliver sikkert ikke færdige på det kommende bestyrelsesseminar. Men processen skal i gang nu. Jeg både glæder mig og ser rigtigt meget frem til dette seminar med klubbens ledelse.

Vi har nemlig rigtigt meget at bygge på – og dermed ligger vejen åben for, at RSOK kan udvikle sig til en endnu større, bedre og endnu mere attraktiv klub at være en del af.

På gensyn den 26. oktober!

**Walther Rahbek**





# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Hvordan er det at gå til orientering?

Rold skov OK har en stor og aktiv ungdomsafdeling, som hver tirsdag sidst på eftermiddagen træner forskellige steder i skoven. I Rebild kommune er der mange tilbud på fritidsaktiviteter for unge, så hvad får nogen til at vælge orienteringsløb.



På en træningsdag mødte jeg Sarah og Selma, som er blandt klubbens yngste medlemmer, for at få en snak om hvordan det er at "gå til orientering".

De er begge 8 år og går i 2. klasse på Skørping Skole.

måde bliver man bedre og mere modig til at løbe. De er nu så dygtige, at de også løber til stævner andre steder, som f.eks. divisionsmatch.

Da jeg spørger, hvad der er særlig godt ved at gå til orientering, svarer de, at det er dejligt at komme ud i naturen, og at de ofte ser noget spændende på turen. Selma havde f.eks. den aften set et stort område med mange flotte RØD FLUESVAMP.

Det er godt at være sammen med hele gruppen efter træningen, og så synes de, det er hyggeligt, når hele familien tager afsted sammen, både til træning og til løb andre steder.



## Hvordan startede de med orienteringsløb?

De fortæller begge, at flere i deres familie løber orienteringsløb, og at de fik lyst til at prøve det også, så for 1-2 år siden begyndte de så småt at være med til træning. I starten løb de sammen og havde en voksen løber med, men efterhånden som de har fået mere erfaring, løber de nu hver for sig med en til at "skygge", så de kan få hjælp, hvis det er nødvendigt. De er enige om, at på den

## Og hvordan er det at være 60<sup>++</sup> i RSOK?

I den anden ende af aldersskalaen findes i RSOK en temmelig stor gruppe 60<sup>++</sup>.



Det er medlemmer, som for de flestes vedkommende har været med i mange år, men som efterhånden ikke er så aktivt løbende mere.

## Hvad får dem til at blive i klubben?

Der enighed om, at det sociale samvær, især til lørdagsløbene hvor man kan få en god løbetur og en hyggesnak bagefter, scorer højt.

Også oprettelsen af RSOKkerne for et par år siden er et stort plus. Her mødes man en gang om måneden til en

travetur eller anden aktivitet.

En gruppe er gået ind i ungdomstræningen, idet de søger for postudsætning og inddragelse til træningen om tirsdagen, det får man også lidt orienteringstræning ved. Ved afvikling af stævner er der som regel masser af opgaver til gruppen, som nogen udtrykker det: "klubben kan slet ikke undvære os, så vi bliver bare ved."

Jonna



# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Så er julegaverne reddet! – det er nemlig tid til genbestilling af klubbtøj

Vanen tro bestiller vi klubbetøj i efteråret, men i år gør vi det lige lidt tidligere, således vi forhåbentlig kan have det i hænde inden jul. Og igen i år er der kommet nyheder i shoppen:

Tights i team-design (Designer: Laura og Peter Bobach) – fås i kort, ¾ og lang udgave



Extreme O-bukser i Team design (Designer: Johan MacLassen og Laura Bobach)



Alle design kan ses på <https://preview.trimtex.ee/project/5d88a57987418/5d8c7efd26654>

Der er hjemkommet et begrænset parti til afprøvning, men hvis der er tvivl om hvilken størrelse der er din, så prøv hos hinanden og ellers er tøjstørrelserne fra Trimtex ret lige til og ikke divergerende fra typisk størrelsesbrug.

Der vil være afprøvning til alle ungdomstræninger de næste 14 dage efter dette blad er udkommet, og derudover laves der en enkelt kom-og-prøv-aften i klubhuset – nærmere information herom på klubbens facebookside.

Bestilling sker ved at udfylde en fysisk seddel placeret sammen med prøvetøjet eller ved at udfylde et lignende skema på google docs: <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1hidVf0yiO8zk1n6EI5f3XyMQWUYMPMAKQM3vo3eh1ZY/edit?usp=sharing>

Tilmeldingen **lukkes den 24. oktober 2019, kl. 24.00**

Bemærk der er 3 ark: 1 til Herre/Unisex, 1 til damer, og 1 til Børn, skal man bruge forskellige størrelser af samme type laves der flere linjer.

Størrelser:

Herre: S, M, L, XL, 2XL, 3XL

Damer: XS, S, M, L, XL, 2XL

Børn: 130, 140, 150, 160

Der er p.t. fortsat nogle priser som er ukendte, men de skulle gerne tilføjes i løbet af første uge af oktober – også via annoncering på Facebook.

I tillæg til den RSOK-designede del har klubben lavet en aftale med Trimtex, som giver klubbens medlemmer (kun klubmedlemmer) 25 % rabat på alt i den ordinære webshop, så her kan man supplere hvis man mangler noget – der vil blive udsendt rabatkode på e-mail så snart denne haves og vilkår omkring anvendelse er kendt.

Spørgsmål til ovenstående bedes rettes til:

Johan MacLassen, mobil 2967 8770 eller mail [bio-mac2@outlook.com](mailto:bio-mac2@outlook.com)

**RSOK klubbetøjsudvalg/Laura Bobach og Johan MacLassen**



# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Portræt af en koordinator

Det dufter af kaffe og der er en hyggelig stemning, straks jeg bliver budt indenfor i Annelise og Torben Elins stue.



Vi skal jo tale om portrættet af en koordinator, som Torben fra starten af var lidt skeptisk over, da jeg præsenterede ham for ideen til denne artikel. Men det skal altså frem, for med Torben er der i den grad tale om en koordinationens mester, som man altid kan regne med. Faktisk begyndte det der med

orienteringsløb med en juleafslutning, hvor man slet ikke skulle ud i skoven med kortet i hånden, men den historie vender vi tilbage til lidt senere.

Torben Elin er 72 år og har været medlem af klubben siden starten af 1980'erne. Oprindeligt uddannet gymnasielærer med speciale i fysik og matematik, som via en universitetsuddannelse i datalogi og et par jobs i den private sektor førte til lederstillingen som chef for it-afdelingen i Aalborg Kommunes Forsyningsvirksomheder.

I 2013 var det den spændende og frie tilværelse som aktiv pensionist, der kaldte – mest fordi det følte sig rigtig og fordi livet byder på så mange andre gode oplevelser, når man ikke lige er bundet op på mange arbejdstimer på jobbet længere. *"Jeg var faktisk ikke i tvivl om at det var det, som jeg nu skulle i gang med"*, udtaler Torben med glæde. *"Det har medført muligheden for mange både korte og lange rejser, senest en rundtur til nogle af USA's nationalparker, mere tid i sommerhuset og fortsat orienteringsløb, når der er tid hertil"*.

Det var genboerne Lone og Bent Trangbæk (begge i øvrigt tidl. formænd for RSOK), der lokkede Torben og Annelise med til o-løb engang i december engang i 1984-

85. Som nye i sporten mødte de op iført tøj og sko til en tur i skoven og tænkte ikke nærmere over, at mødestedet var ved et af medlemmernes jagthytte, i området hvor kulsvieren holder til i nordkanten af Nørreskoven.

Det viste sig imidlertid, at være den årlige, festlige og noget "overrislede" julekomsammen de kom til at deltage i. Den, hvor Otto trakterede med hjemmebrygget gløgg i så rigelige mængder, at begivenheden har skrevet sig ind i klubbens jubilæumsbog. Således opmuntret besluttede Torben sig for at o-løb – det var da lige sagen! – og genoptog aktiviteten, da det atter blev forår.

Sidenhen er det blevet til mange træningsløb. *"Jeg er ikke konkurrencemenneske"*, siger Torben, *"så derfor passer t-løb om lørdagen lige til mig. Engang var det med håndindtegning af banen, definitioner i klar tekst, men heldigvis er der også på dette område sket meget i den engang lille klub, der nu er blevet stor"*.

Konceptet med en hyggesnak med vennerne, en tur i skoven og lidt eftersnak er lig med en god lørdag, selv om sommerhuset, der kom til i 2004, også trækker lidt i kalenderen.

Oftest finder vi Torben på sin næsten faste plads i stævnekontoret, hvor han danner makkerskab med Mette Håkansson. *"Vi er på mange måder ens, for vi kan begge lide at have styr på den opgave, som vi skal løse"*. I det hele taget så er det evnen til at koordinere og det at have tjek på tingene, der præger Torben i alt hvad han foretager sig.



*"Ved det nyligt afholdte DM-Mellem, hvor vi nærmest havde en orkesterplads med*

# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Portræt af en koordinator, fortsat ...

*udsigt til stævnepladsen, var det en fornøjelse at se dels de mange deltagere, men dels især hvor roligt alt foregik, selvom man nok kunne forventet at et DM ville sætte folk lidt op på dupperne. Det var en fornøjelse at være med til”, fastslår Torben med et smil.*

I det hele taget glæder det Torben, som mangeårigt medlem, at se hvordan klubben har udviklet sig. Dengang vi kun var cirka 30 medlemmer, og da klubben reelt set var i krise, blev der drevet rovdrift på mange, for at holde liv i foreningen. Den tid er forbi og i dag myldrer det med aktive folk, der kan deles om de mange aktiviteter, som klubben byder på i dag. Heldigvis var der nogle få som tog stærke initiativer, noget som Torben i øvrigt selv var en stor del af, da det gjaldt aktiviteter som at tiltrække flere medlemmer og især at tage godt imod dem. *”For mig er det vigtigt at klubbens tilbud rummer noget for både børn, unge, familier og ældre, såvel motiver som konkurrenceløbere. Og det gør de faktisk, så det glæder mig rigtig meget”,* siger han.

I dag er Torben koordinator for RSOKker-initiativerne på andet år. Det er en opgave der skal gå på skift mellem deltagerne, men foreløbigt er det altså blevet til et par år for Torben. Han ser i øvrigt gerne at disse glimrende initiativer for klubbens seniorer udvides med andet end blot at gå en tur med indlagte ”røverhistorier”. Tankerne går i retning af besøg på relevante udstillinger eller noget helt andet, som eksempelvis en tur hvor deltagerne skal besigtige et naturplejeprojekt, som han selv er arrangør af. Udover jobbet som RSOKker-koordinator kommer en fast tjans med at sætte poster ud – og samle dem ind igen – for ungdomsafdelingen. Og mon ikke vi også ser Torben sidde i stævnekontoret i løbet af det kommende års tid, for Torben er en af klubbens værdifulde ressourcer, der altid siger ja til at give en hånd med – hvis der ellers er plads i den travle pensionistkalender.

**HSØ**

## Yes - we can!

Sammen har vi gjort det igen. Gennemført 2 store stævner med kun 4 ugers mellemrum, tilsammen med over 1.000 deltagere plus alle medrejsende tilskuere og hepere. Vi har haft over 100 klubmedlemmer i sving, nogle af jer har endda været gengangere, for at gennemføre de 2 perfekte stævner.

Vi har tjent en hel del penge, som vi nu sammen kan bruge på uddannelse, ungdomsløbere, stævnedeltagelse og sociale arrangementer som eksempelvis afslutningsmiddagen efter Rebild2Dages.

Jeg har altid helst ville rose alle involverede kollektivt, så jeg vil her på bestyrelsens vegne sige alle stor tak for jeres indsats stor som lille og uanset, hvor i stævnerne I end har været aktive.

Men jeg dog gøre en undtagelse fra det kollektive. De 2 stævner, DM Mellem og Rebild2Dages, som vi lige har afsluttet, har nødvendiggjort en ekstraordinær stor indsats fra stævnelederne Helge Søgaard og Otto Møller.

De har løst talrige udfordringer undervejs, og har nu begge besluttet, at det var deres sidste tørn, efter mere end 10 år på denne post. Det samme gælder kiosken,

hvor den altid smilende Jette også har taget sin sidste tørn som kioskechef.

Det skylder vi dem alle en stor tak for, derfor vil jeg ud nævne dem alle 3 til konsulenter, som man kan spørge til råds og få vejledning hos. Mon ikke de tager imod deres nye titler?

## Efterårsløbene venter

Foran os har vi alle nogle dejlige efterårsløb som Mariagerfjord OKs Efterårsstafet, Nordjysk Dag og Nordjysk Klub. Det vides ikke i skrivende stund om vi har Nordjyske mestre på natbanerne, men mon ikke.

**Vi ses i skoven og andre steder**

*Ole Jensen*







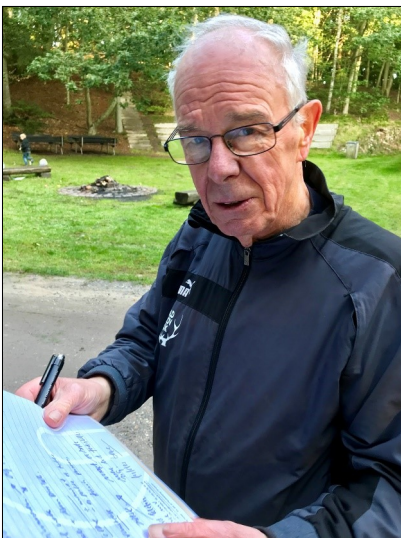
## Rebild 2-Dages bag kulissen

Den sidste weekend i september stod den atter på et arrangement i RSOK. Rebild 2-Dages i sin 10. version, i år dog en anelse reduceret til et træningsløb lørdag, men til gengæld fuld skrue om søndagen med match for alle 3 divisioner.

Bag det hele stod en af klubbens mest erfarne stævneledere Otto Møller. Han har været i gang det meste af et års tid. Vi talte med ham inden det gik løs, og spurgte blandt andet om hvad der har været den største udfordring.

*"Helt klar at få mandskabskabalen til at gå op. Forståeligt nok har mange været i sving ved DM Mellem kun få uger forinden, og mange har derfor haft brug for en pause. Men også det faktum, at klubben gerne vil have så mange medlemmer ud at løbe divisionsmatch samme dag som vi selv arrangerer, er en stor udfordring", understreger Otto Møller.*

*"Som noget nyt har vi i år henvendt os til mange af de unge og de har sagt ja til at give en hånd med i stor stil. Også nogle af deres forældre, og det endda selvom de ikke selv står som medlemmer af klubben. Mange af de unge har ligefrem været både glade og stolte over at blive spurgt, så det lover godt for fremtiden."*



Men bortset fra den mandskabsmæssige kabale, så er det nu en både spændende og sjov opgave at være stævneleder, selvom man skal regne

med at bruge lang tid på det.

Selvom om man begynder i god tid, så skal der bruges en del tid i mobiltelefonen, bag computeren med

indbydelsen, løbsinstruktionen og forberedelse af crewmøder. Hertil kommer mange timer med at besigtige stævneplads, parkering og at tale med alle dem, som vi skal have til at hjælpe os på dagen med arealer og andre praktiske forhold.

*"Mange ting er er blevet lettere i dag, takket være teknologien" udtaler Otto. "Eksempelvis brugte vi tidligere dage og aftener på at trykke kort og pakke disse i plastlommer, men det går langt hurtigere i dag. Til gengæld så er kravene til alt det tekniske som informationer til website, resultatformidling, reglement m.v. blevet langt mere omfattende end tidligere", understreger Otto, der har lavet o-løbsarrangementer siden midt i 1970'erne, så det er virkelig erfaringen, der taler her.*

*"Nå, der er heldigvis (i skrivende stund) et par uger endnu, hvor vi skal have tjek på alt det sidste", slutter Otto Møller – inden han også lige skal ud og samle poster ind efter tirsdagens ungdomstræning i Bælum Sønderskov.*

Opgaver – dem er der heldigvis nemlig nok af! I øvrigt så gik arrangementet rigtigt fint – takket være Ottos og funktionschefernes omhyggelige planlægning.

**HSØ**

# REBILD 2 DAGES

# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



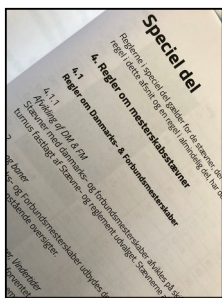
## Vi har brug for en "Forenklingskommission"!

Den sidste lørdag i august kulminerede 2 års arbejde med at planlægge DM Mellem, der er et af de største landsdækkende o-løbsarrangementer i terminslisten. Selve arrangementet forløb fint og blev gennemført på "fornuftig vis", som vi beskedent siger på nordjysk. Der er naturligvis en lang række praktiske og administrative forhold og opgaver der skal løses når sådan en logistisk opgave skal på plads. Fred være med dem, for de er en naturlig del af arrangementet, hvor man vurderer og beslutter omkring de givne forhold som afmærkning, parkeringsfaciliteter, stævneplads, kort, baner, start, mål og servicefunktioner.

Men desværre opstår der faktisk mange andre problemstillinger og udfordringer, som opleves vanskelige og til dels urimelige for en travl stævneledelse. De fik mig til at tænke over om vi – og det er altså hele orienterings-Danmark, jeg tænker på – nu også gør vores, for at lette arrangørerne i deres arbejde. For 10-15 år siden havde vi et slogan i DOF, som hed "Det skal være LET". Desværre forekommer det som gledet i baggrunden i dag. Lad mig komme med nogle få eksempler:

### Tilmeldingsfristen

Tilmeldingsfristen til et DM er sat ekstra lang med næsten 2 ugers frist, således at arrangørerne kan arbejde i fred og ro med startlisten, seedning og andre forhold omkring de mange tilmeldinger. Men det stresser altså gevaldigt, når man i reglementet fuldstændigt smadrer den ro og tid, der herved er skabt, ved at tillade eftertilmeldinger frem til 4 dage for løbet. *Urimeligt – JA, helt afgjort!*



### Lånebrikker

I orienterings-Danmark har vi 2 tidtagningssystemer, Emit og Sport-Ident. Sådan er det, ganske som der også findes flere producenter af kompasser. Den fri konkurrence råder, selvom begge systemer har deres hengivne disciple. Det medfører imidlertid et kæmpearbejde for arrangørerne, med talrige fejlmuligheder, at skulle håndtere begrebet lånebrikker. Til DM Mellem i år hav-

de vi næsten 300 lånebrikker at holde styr på. Det bør derfor være et krav til klubber og løbere, at man selv har den brik med, som der skal anvendes til løbet. *Man kan jo heller ikke ved tilmeldingen sætte flueben ved, at man ønsker et lånekompass eller et par låne-løbesko – VEL!*

### Reglementet

Dybest set så tror jeg, at tinglysningsloven er lettere at læse. Som stævneleder, og jeg er vant til at læse både tekster og regelsæt, oplevede jeg store vanskeligheder med at finde rundt i reglementet og dermed få svar på



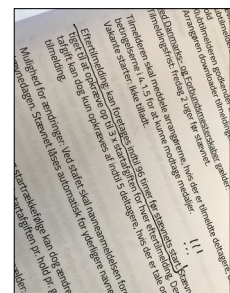
spørgsmål der opstod undervejs. Hertil kommer at rigtig mange regler er sat op for at undgå "snyderi", hvad der kun sker uendeligt sjældent. *Jeg har løbet o-løb siden 1973 og har ALDRIG oplevet, at*

*deltagerne snyder bevidst. Bevares de kan gøre noget forkert, fordi de ikke ved bedre, men dét findes der altid en løsning på.*

### Løsningen

Hvad kan vi gøre for igen, at gøre det LET? Svaret er simpelt: Nedsæt en "Forenklingskommission", der har et klart og skarpt mandat til at gøre det LET ved at rydde op i urimelige regler og besværligheder. Og som vel at bemærke kan fremlægge forslag til vedtagelse direkte hos Reglementsudvalg og HB, uden at disse skal maltrakteres ved utallige kreds- og klubledermøder, som – undskyld udtrykket – er regelrytternes og "nørdernes" legeplads!

Nødvendigheden heraf er åbenlys. Stævneledere hænger ikke på træerne, og vi skal gøre vejen lettere for disse arbejdsheste der sørger for, at alle vi andre kan komme ud og finde poster. For det er jo dybest set det, som orienteringsløb handler om!



**HSØ (stævneleder ved DM-Mellem)**



# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Har natløbene en fremtid?

September måned er natløbstid, ganske som det har været i utallige år. Alt er tilsyneladende ved det gamle, men alligevel ikke helt. Deltagerantallet ved natløb daler støt og roligt. Natløb havde en "storhedstid" i perioden 1996-2005, hvorefter det er gået støt ned ad bakke, bortset fra 2012, hvor der var en kort opblomstring i deltagerantallet.

Ved det nyligt afholdte natløb den 11. september i Alstrup Krat stillede kun 59 til start, hvilket er færre end til et almindeligt t-løb lørdag eftermiddag, og i 10 ud af 15 løbsklasser var der kun 3 eller færre deltagere. Det er bestemt ikke opløftende for udviklingen af nordjysk orientering.

Hvad kan man gøre for at puste liv i denne ganske sjove

Hvad med at åbne op for at flere må løbe sammen. Det vil givetvis opleves trygt for nye i natløbsdisciplinen, og der kunne sikkert også stables en form for en hold- eller familiekonkurrence på benene.

Lav introforløb til natløb i samarbejde med klubberne, hvor man afmystificerer og gør

det tilgængeligt at stifte bekendtskab med nattens udfordringer. Eller lav "skumringsløb" for de nye. Eller tag et par gængse markedsføringstricks i anvendelsen og omdøb løbene til noget mere nutidigt end "NJ-Nat", der lyder som noget oldnordisk, der er helt godnat! Det sælger altså ikke billetter i frikvarteret, at skulle berette om ens oplevelser i "NJ Nat", hvorimod deltagelse i "Nattens udfordringer", "Natræset" eller "Helt sort" lyder lidt mere spændende.

Nå, hvad skal alt det her nytte. Nordjysk Orienterings Udvalg holder jo med usvigelig sikkerhed fast i det uforanderlige og nægter stædigt at tage hverken dialog om fremtidsmuligheder eller beslutninger om fornyelse. Så måske skal vi bare læne os tilbage og se på, at de sjove, spændende og teknisk udfordrende natløb forsvinder helt i nattermørket – indtil de bliver helt væk!!!

**HSØ**



og udfordrende måde at løbe orienteringsløb på. Umiddelbart er der flere muligheder, som ligger lige for: Skab noget socialt omkring løbet, bål, hygge, gratis kaffe og kage, både før og efter, så det ikke bare bliver en ensom tur til en mørk parkeringsplads og en solotur i skoven.

## Seje natkvinder

Selvom vintermørket begyndte sit indtog allerede medio september, så forhindrede det ikke Laura Bobach i at

vinde NJ Nat i D15-16 og Hanne Veggerby i at vinde D40. Tillykke til jer begge.

**HSØ**

# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Hvilken division hører vi til i??

I 2018 meldte Rold Skov OK sig ind i kampen. Divisions-turneringen, hvor klubberne kæmper om at blive bedst målt på bredde og samlede klubresultater. Entréen på denne kampscene var formidabel. Man starter naturligvis nederst i hierarkiet i 3. og laveste division. Her bragede klubbens igennem og lammetævede samtlige konkurrenter, med det resultat at vi strøg lige op i 2. division, da året var omme. Både i det altid opportunistiske klubblad, men også på bestyrelsesgangen i klubben blev der drømt hede drømme om en oprykning til 1. division, når andet år i konkurrencen var tilendebragt.



Men drømme er gjort af et flygtigt stof, som nemt forsvinder op i den blå luft. Således også med RSOK og de indledende kampe i 2. division I første match i foråret blev vi nr. tre, kun en millimeter fra at ende på andenpladsen, men i anden match i september måned endte vi på fjerde og dermed sidstepladsen.

Heldigvis gik det hele langt bedre til op/nedrykningsmatchen. Her stillede RSOK stort set "fuldt hold" med 60 løbere på startlisten. Denne magtopvisning kunne de andre klubber i op/nedrykningslaget ikke modstå, og vi vandt suverænt over de andre 3 klubber, der var med i opløbet. Dermed forblev vi i 2. division i 2020.

Men det understreger betydningen af, at vi netop stiller fuldt holdt. Der var kun 20 deltageres forskel på RSOK-deltagerantallet i de indledende matcher og i den afgørende op/nedmatch. Og de point, som de skaffer på resultatlisten er altså udslagsgivende, især fordi vores løbe-

res fordeling på banerne var bedre spredt end i de indledende matcher.

Samtidigt var vi på hjemmebane, forstået på den måde, at alle vores deltagere havde kort afstand til stævnepladsen.

Nødvendigheden af mere fokus på deltagerantallet og spredningen på løbsklasserne er åbenlys, hvis vi skal blive i 2. division også efter 2020. Og især hvis vi ønsker at genoptage opstigningen til tinderne i 1. division. Der skal ganske enkelt mere internt fokus på de løb, hvor vi skal løbe division. Divisionsløbene skal "hypes", som det hedder på moderne dansk, holdsætningen skal startes flere måneder i forvejen og vores helt store styrke – ungdomsløberne – skal målrettes deltagelse i divisions-turneringen. Alt sammen således, at alle aflyser alt for at deltage i denne fantastiske fest med klubtelte, medbragt klubkage, bannere, teknisk oplæg om dagens terræn og hyldest af fællesskabet og den fælles indsats. Det du'r ganske enkelt ikke, at vi blot sidder en hyggelig mindre flok på en mark i Sjørup Plantage uden telte, bannere eller fælles kampånd ved en af de indledende matcher. Succes'en ved op/ned-matchen i Rold Skov dokumenterede, at der skal mere til.

En klub af RSOKs størrelse bør mindst være i 2. division, og have en målsætning om at komme i 1. division.

**HSØ**





# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Redaktørens klumme

Måske er det på mange måder opbrudstid i klubben. Dette O-Brev indeholder mange artikler om bestyrelsesseminar, perspektiver omkring divisionsturnering og besværligheder omkring løbsarrangementer, som alle signalerer, at der er altid er mange udfordringer forbundet med at få en stor og ellers velfungerende klub til – netop at fungere!

Men tag lige og læs Laura Bobachs indlæg øverst i bladet engang til. Og bemærk udsagnet: *Er du orienteringsløber, så er du orienteringsløber.* Tænkt over det – for Laura har jo ret. Og så er hendes visioner for klubben et stærkt indspil i debatten omkring klubbens udvikling. Så derfor ”ryst posen” til bestyrelsesseminaret, og sæt overliggeren højt!

### Heldigvis er det snart jul!

Når du læser disse linjer, er der kun godt et par måneder til juleaften!

Det er blevet tid til bestilling af klubbetøj, uldne trøjer og tændte stearinlys. Vejret har ændret sig til efterår med kølige dage og kolde nætter, og det svindende dagslys får træerne til farvesætte naturen i de mest fantastiske orange, røde og brune nuancer – inden det hele daler mod jorden. Jeg holder selv rigtigt meget af foråret, af sommeren, af vinteren – og:



Efteråret. For det er netop årstidernes skiftende gang over kalenderen, der giver variation og sætter scenen for forskellige aktiviteter og ikke mindst sindsstemninger.

De store arrangementer og sommerens o-ferier ligger nu solidt på hylden med gode oplevelser, og det er tid til at nyde et lørdagstræningsløb, ganske som Torben Elin har beskrevet det i artiklen om ham. For det er hyggeligt at møde op til et t-løb, selvom vejret kan ruske lidt, og efter et varmt bad at sætte sig i sofaen med en kop kaffe. Med god samvittighed vel at bemærke. Efteråret er også tid for mere mødeaktivitet, og føromtalt bestyrelsesseminar, under ledelse af Walther Rahbek, er kun et af dem.

Hvor er det godt at klubben har folk, der har både energi og ambitioner for den fremtidige udvikling af dette helt unikke fællesskab. For nyligt var jeg part i indvielse af nye lokaler for et større undervisningsvirksomhed i Aalborg. Her udtalte hovedtalen, der er formand for kommunens sundheds- og kulturudvalg, at udvikling er en nødvendighed. For manglende udvikling og fremdrift har nemlig lighedstegn med udvikling.

Tankevækkende, sådan en hyggelig efterårsdag – sammen med stearinlysene.

**HSØ**



## Kontaktoplysninger

Klubbens hjemmeside: [www.roldskovok.dk](http://www.roldskovok.dk)  
Klubformand Ole Jensen: [joj@elvis.dk](mailto:joj@elvis.dk)  
Dansk Orienterings-Forbund: [www.do-f.dk](http://www.do-f.dk)  
Tilmelding til åbne løb: [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)

Redaktionen: [medlemsbrev@roldskovok.dk](mailto:medlemsbrev@roldskovok.dk)  
Jonna Møller, Michael Niss, Helge Søgaard  
og Kirsten Kjær Andersen

## GLÆD DIG TIL **JULE-NUMMERET**, DER UDKOMMER 8. DECEMBER

*O-Brevet er skrevet for at fornøje, underholde og oplyse. Holdninger og meninger i bladet udtrykker derfor ikke nødvendigvis klubbens officielle holdning, men står alene for indlægsholderens egen regning. Fotos er normalt taget af Helge Søgaard og Jonna Møller, med mindre andet er oplyst. Har man ikke lyst til at optræde på fotos i klubbladet, bedes man venligst kontakte redaktionen. Fotos opbevares af redaktionen på computere med kodeadgang og slettes inden 3 år.*

# O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 43 – Oktober 2019



## Kommende træningsløb, åbne løb og klubarrangementer

### 26/10 RSOK Træningsløb

Startsted 7 – Rebild Bakker P-plad  
(Nationalparken)  
Start mellem kl. 13:00 og 13:30  
Kort: Rold Skov Rebild Bakker og Vælderskoven

### 27/10 Nordjysk Dag-mesterskab

Tilmelding – senest 18/10  
Arrangør: OK Vendelboerne  
Kort: Tversted Klitplantage

### 2/11 Efterårsstafetten

Tilmelding – 25/10  
Arrangør: Mariager Fjord OK  
Kort: Hørby Plantage  
*Sjov stafet, hvor alle på holdet er ude at løbe samtidigt*

### 09/11 RSOK Træningsløb

Startsted 2 – Fruesko P-plads  
Start mellem kl. 13:00 og 13:30  
Kort: Rold Skov Nørreskoven

### 10/11 Nordjysk Klub-Dag-mesterskab

Tilmelding – senest 1/11  
Arrangør: Aalborg OK  
Kort: Tranum  
*Klubmesterskab for nogle klubber, men alle vi andre kan sagtens løbe med*

### 16/11 RSOK Træningsløb

Startsted 18 – Tveden P-plads  
Start mellem kl. 13:00 og 13:30  
Kort: Rold Skov Vælderskoven og Rebild Bakker

### 23/11 RSOK Træningsløb

Startsted 4 – Klubhuset  
Start mellem kl. 13:00 og 13:30  
Kort: Rold Skov Nørreskoven

### 30/11 RSOK Træningsløb

Startsted 4 – Klubhuset  
Start mellem kl. 13:00 og 13:30  
Kort: Rold Skov Nørreskoven

### 07/12 RSOK Juleafslutning

Mødested og nærmere informationer følger  
Mødetid kl. 13:00 – præcis  
Vi går en hyggelig tur med indlagte historier og skatte i skovbunden  
Et arrangement, hvor du tager hele familien med – intet løb, kun en skovtur.  
Efterfølgende samles vi et sted og spiser fælles aftensmad.

### 1/1-2020 Tømmermændsløbet

Tilmelding – ingen, bare mød op!  
Mødested – endnu ikke besluttet  
Arrangør: Rold Skov OK  
Kort: Endnu ikke besluttet  
*RSOK's traditionelle sæsonpremiere – hyggeligt!*

### Bemærk tilmeldingsfristerne.

Se mere om de åbne løb, arrangeret af andre klubber, og tilmeld dig på [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk) eller [www.do-f.dk](http://www.do-f.dk) via stævner og kalender.

Er du ikke oprettet i o-service, eller ny i klubben, så kontakt Ole Jensen på [joj@elvis.dk](mailto:joj@elvis.dk)

Se også *træningsløbskalenderen* på klubbens hjemmeside for alle vore lørdagsløb.