

O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Her er den nye retning på RSOK!

Lørdag den 26. oktober silede regnen ned. Også indendørs i mødelokalet på Skørping Idrætscenter flød det i stridende strømme, men her var det heldigvis med gode ideer for udviklingen af RSOK.

Bestyrelsen og en række udvalgsmedlemmer havde nemlig sat hinanden stævne, for sammen med Walther Rahbek, at facilitere en ny strategi og på den lidt længere bane, også skabe en udviklingsplan for klubben.

Først slog man lidt begreber fast blandt andet, at en strategi er en langsigtet plan, der orienterer klubben

mod et fælles mål.

Derved bliver den det fixpunkt, som bestyrelse, udvalg og aktiviteter retter sig mod.

Dette kunne være følgende, som blev formuleret over morgenkaffen blandt seminardeltagerne:

- *En klub i vækst med +220 medlemmer, som fortsat tiltrækker flere nye medlemmer*
- *Indeholder ressourcer til at drive og gennemføre en bred række af aktiviteter*
- *Har en ungdomsafdeling, der vinder medaljer ved DM'er og har talenter, der er på vej ind i juniorrækkerne.*
- *Med styr på driften og en velfungerende organisation der gennemfører aktiviteter af høj kvalitet*
- *Balance mellem dem der udfører arbejdet og det udbytte, det giver for medlemmerne*
- *Et klubhus som en velfungerende ramme for aktiviteterne*
- *Gennemfører et antal stævner og arrangementer på højt niveau*
- *En aktiv forening med masser af trænings- og aktivitetstilbud til medlemmer i alle aldre*



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Her er den nye retning på RSOK, fortsat ...

Omsat til 4 hjørnesten i en strategi 2025 kunne disse sammenfattes til hhv. **rekruttering, uddannelse, børn og unge samt klubhus.**

Det er da mål, der vil noget, og som kan gøre op med situationen i dag, hvor der tydeligvis spores en træthed i bestyrelse og udvalg, behov for et generations-

skifte og en udbredt mangel på specialister indenfor korttegning, stævner og andre områder.

Men som formiddagen skred frem, kom der gang i både visioner og ambitioner for, hvor vi gerne ser klubben være i 2025. Disse kan bedst opstilles lidt i punktform for en række indsatsområder:

Børn og Unge:

- +50 deltagere på bruttobasis, hvoraf +30 deltager i træningstilbud
- Træning tilrettelagt på 4 niveauer med mindst 5 deltagere i hvert
- 75% af ungdomsgruppen deltager i åbne løb og eksterne kursustilbud/ sommerlejre samt KUM
- Trænergruppe i Børn og Unge udgør mindst 8 trænere
- Klubbens unge udgør kernen i TopNord, og klubben er tovholder på dette træningskoncept



Stævner:

- Der afholdes Danmarksmesterskab i skiftende format hvert 2-4 år
- Klubben afvikler en divisionsmatch samt et nordjysk mesterskab hvert år
- Stævneledergruppen består af 10 personer, hvoraf 2-3 kan håndtere DM'er



Træning:

- Lørdags t-løbene udbydes 35 lørdage om året med et **gennemsnit** på 50 deltagere pr. gang
- RSOK konsoliderer sig i toppen af 2. division, og deltager med min. 70 løbere hver gang
- Mindst 20 deltagere i snit til andre åbne løb
- Der etableres et voksentræningstilbud evt. niveauopdelt



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Her er den nye retning på RSOK, fortsat ...

Skov og Kort:

- Skovadgangen ajourføres med skovområder og ejerskab samt mulighed for o-løb
- Kort over mødesteder for træningsløb vedligeholdes
- Klubbens store kortbeholdning oplistes med plan for revision, kortansvarlige m.v.
- Uddannelse af en kreds af korttegnere som delegeres til forskellige kort og tilhørende stævner
- Skovtilladelser og planlægning af især t-løb på plads i langt bedre tid end nu



Frivillige:

- Der udpeges en gruppe af frivillig-koordinatorer – evt. i samarbejde med seniorgruppen
- Crewforplejning til alle stævner
- Klubture, sociale begivenheder og sammenkomster arrangeres



Kommunikation:

- Redaktionsgruppe der sikrer fortsat udgivelse af O-Brevet
- Rekrutteringsaktiviteter – i samarbejde med Børn og Unge
- Fastholdelsesaktiviteter
- Markedsføring af RSOK gennem omtale, presse og sociale medier



Klubhus:

- Klubben har et nyt klubhus
- Klubbens udstyr er opdateret, ajourført og vedligeholdt



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Hvor skal vi hen, RSOK - fortsat ...

Seniorafdelingen:

- En **velfungerende** seniorafdeling med mindst 30 medlemmer
- Afholdelse af social aktivitet – RSOK'erne – en gang månedligt
- Hjælper frivilligkoordinatorer med aktiviteter og sociale begivenheder
- Fastholdelse af ældre medlemmer i klubben gennem tilpassede tilbud



Alt dette er samlet set noget, der vil bringe klubben op i et langt højere gear, og gøre den endnu mere attraktiv at være medlem af. Lykkes det, vil der i den grad være noget for alle aldre, ambitioner og fysisk formåen.

Det gør bestemt ikke noget, at overliggeren er sat højt. Det er langt sjovere, at være en del af en succes, frem for en afvikling. Og husk at vedligehold og fastholdelse af nuværende niveau altid fører til afvikling. Den vej skal vi ikke betræde!

Men det står også lysende klart, at der skal en meget aktiv indsats til, at opfylde sådan en udviklingsplan. Kravene til især bestyrelsen og tilhørende udvalg/ressourcepersoner vil være store, ligesom det i den grad

vil kræve et både stærkt og synligt lederskab af klubben, især fra formandens side, understøttet af en velfungerende kommunikation og koordination mellem bestyrelse og udvalg i langt højere grad end tidligere.

Lige nu er opgaven at lade udviklingsstrategien bundfælde sig hos bestyrelsen og deltagerne på seminaret. Men samtidigt er det faktisk også planen, at arbejde med præsentationen af mere konkrete handlingsplaner for alle de nævnte indsatsområder – som i øvrigt blev præsenteret på Klubeftersynet, der blev afholdt sidst i november.

Walther Rahbek

Orla's Vinterfornøjelse

I lighed med tidligere inviterer Orla Vitting til et vintertræningsløb med et særligt serviceniveau.



Det er en god lejlighed til at røre både bentøj og kompas – i en ellers o-mæssig stille tid på året.

Dato: Lørdag den 1. februar.

Start: Fra klubhuset – hvor der er sat varme på radiatorerne.

Tidspunkt: Start mellem 13:00 og 13:30

Ekstra: Der vil være varm kaffe og the på kanden, når du kommer i mål.

Tak til Orla, for igen at tage et godt vinterinitiativ. Billedet af Orla er taget mens skoven stadig var grøn!

Orla Vitting



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Rold Skov OK etablerer sig i Sverige

RSOK har startet en filial i vort svenske broderland. Nåehh – ikke helt, men i efterårsferien så det faktisk sådan ud, for det myldrede med grønne klubjakker i området omkring Göteborg. Vi har bedt TOP NORD træner Johan MacLassen lave en lille rapport fra turen.

TOP Nord i Sverige

I efterårsferien rejste 10 unge orienteringstalenter til Göteborg i Sverige for at få udfordringer hos vores nordiske nabo. Sverige byder, til forskel fra Danmark, på vild natur med en langt større mængde sten og klipper - terrængenstande man som orienteringsløber i Danmark kun sjældent møder. Klippeskrænter og sten giver en ekstra udfordring, da passagen af især førstnævnte kan være en mental udfordring med lodrette fald på over 10 meter, som man på den ene eller anden måde skal navigere nedover eller udenom.



Skovene er desuden ofte meget mere uberørte og nogen steder med ganske få stier. Sammenlagt tvinges løberne

til at finde alternative vejvalg hvor brug af ledelinjer i form af moser, bevoksning og ikke mindst brug af kompas bliver langt vigtigere, end når man løber i Danmark. Derfor er det god teknisk træning at løbe i Sverige.

De 10 talenter var assisteret med en håndfuld voksne, som kunne se frem til 4 dage med træning (2 gange dagligt) og en enkelt lokal konkurrence.

Top Nord løberne var i alderen 12-18 år, så deres tekniske udvikling spænder vidt. Fra dem der kun har løbet ganske få år og fortsat har meget at lære, til andre som er godt på vej mod ungdomslandsholdet. Det betød naturligvis at vi afpassede både momenter og sværhedsgrader efter niveau. Men en fællesnævner var, at kun få deltagere havde løbet i udlandet. Netop Göteborg byder

på mange forskellige terræntyper, og er generelt et populært område for danske orienteringsløbere. Göteborg har nemlig noget af det fysisk hårdeste og teknisk sværeste terræn, og så er det let tilgængeligt – set fra et dansk synspunkt!

Alternativ træning og mose-rugby

På turens 4. dag var løberne ved at være godt slidte, så lidt alternativ træning blev fremtryllet. Først en kort løbebane i terræn og på små stenede stier, hvor løberne udover at koncentrere sig for ikke at træde forkert, skulle læse en tegneserie som efterfølgende blev testet i "tip-en-20'er". Efterfølgende blev bolden fundet frem, og så gik turen mod områdets vådeste mose, hvor dagens hovedtræning stod på mose-rugby. Formålet er her, udover at have det super sjovt (og det er virkelig MEGA sjovt), at lære ikke at blive bange for at blive våd, hvilket ofte er en naturlig følge, når man løber orienteringsløb. En tur på ski blev det også til på turen.



Om eftermiddagen blev computer og projektor fundet frem og der blev derefter kæmpet i Virtual-O, som er en simulator hvor man løber o-løb i en 3D verden med alle de samme udfordringer – perfekt mental træning. Turen blev afsluttet med en konkurrence i Göteborgs udkant, hvor både løbere, træner og forældre var i skoven, for at give svensken lidt kamp.

Man lærer ikke alt på en tur på 4 dage, men løberne mødte nye udfordringer og gjorde sig erfaringer, som de kan tage i brug, næste gang de skal i skoven.

Johan MacLassen, TOP NORD træner

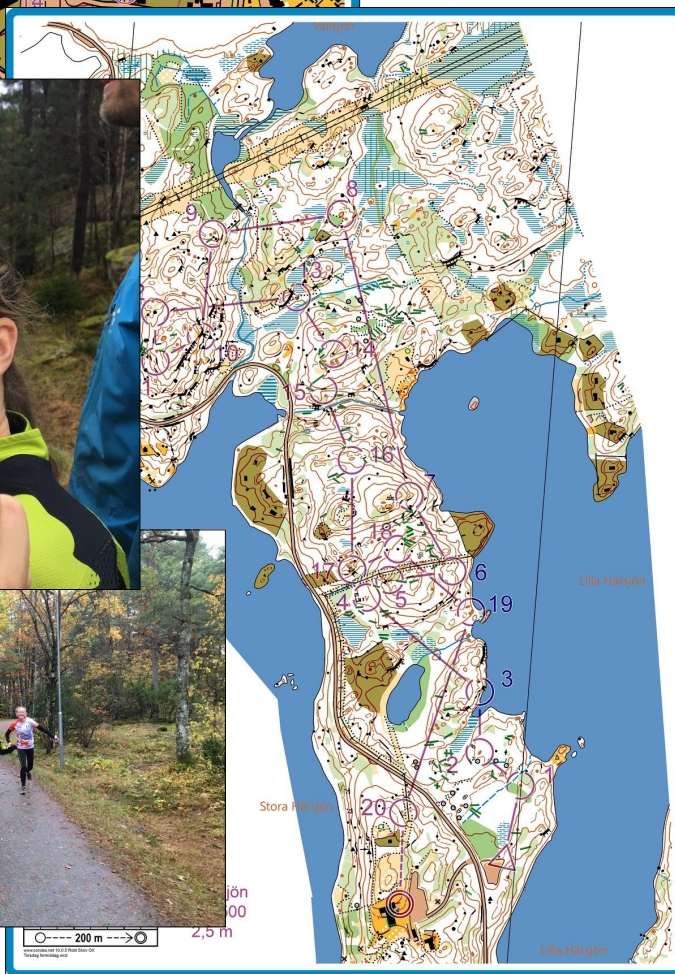
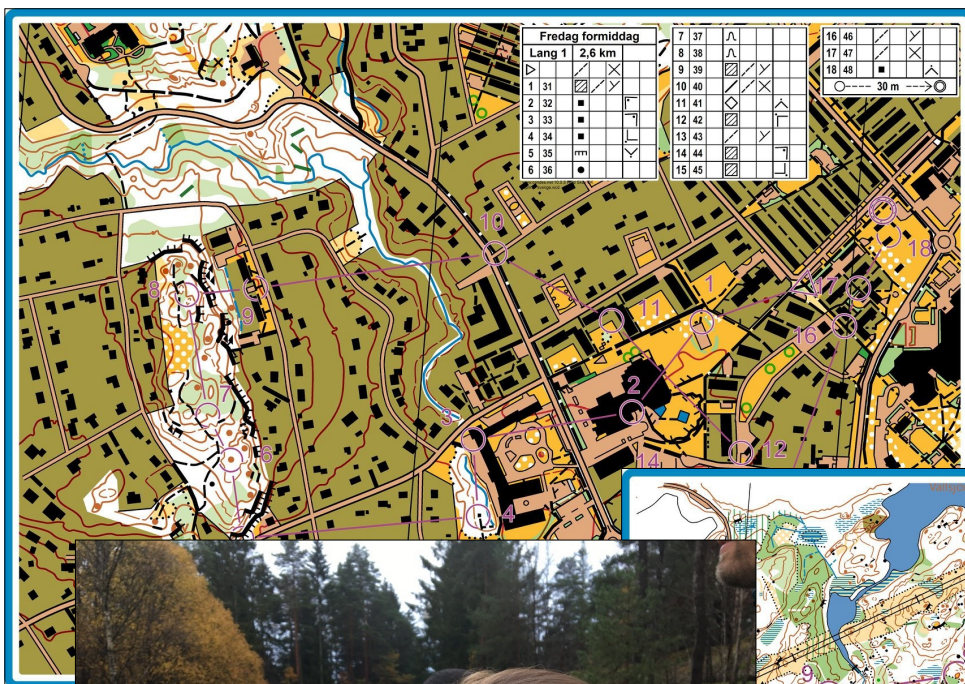


O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Fotokavalkade fra Sverige

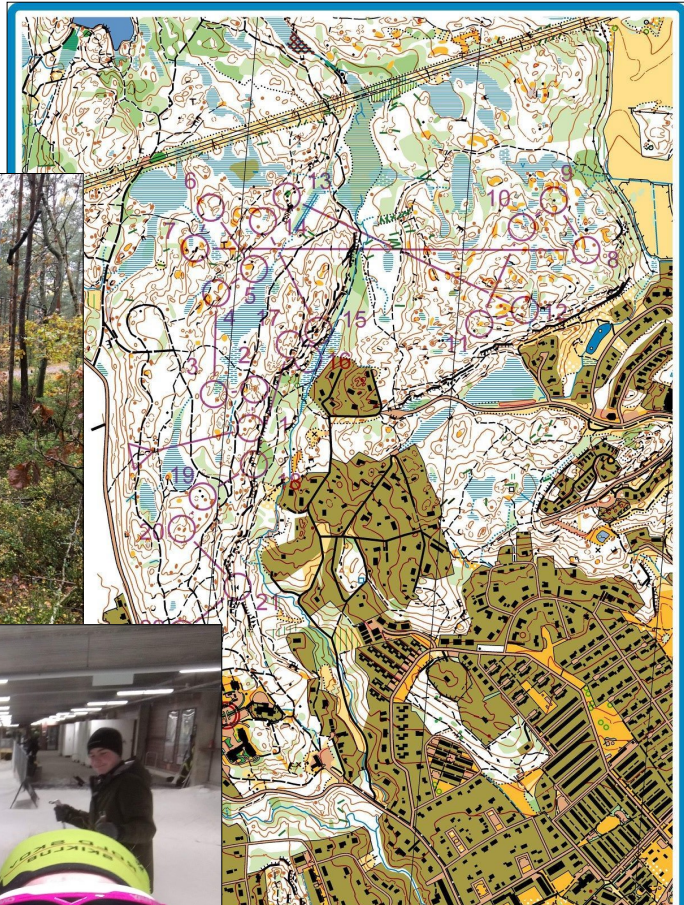


O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Fotokavalkade fra Sverige, fortsat ...



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Banelæggerpris til Jan Scheel

Han lavede verdensklassebaner til dette års udgave af DM Mellem, som RSOK arrangerede den 31. august 2019. Nu er han blevet belønnet for sit store arbejde med den nordjyske banelæggerpris.



DM-baner er altid en udfordring, for her møder hele Danmark op med super skarpe løbere i alle klasser. Det stiller naturligvis store krav til banelægningen. Samtidigt er specielt DM-Mellem særligt krævende at lægge baner til, fordi mellemdistancen især afgøres på løbernes tekniske færdigheder.

Nøgleordene er derfor variation, optimal sværhedsgrad, masser af tekniske finesser i forhold til kort og postpla-

ceringer og mange skift mellem retning og længden på delstrækkene.

Jan løste opgaven til fuldkommenhed, og på stævnedagen faldt der usædvanligt mange rosende ord til Jans baner. Der er lagt mange hundrede timer i arbejdet i form af ture i skoven og hjemme foran computeren med banelægningsprogrammet på skærmen. Selvom det er tre måneder siden stævnet foregik, er det alligevel en ekstra glæde med sådan en påskønnelse af ens arbejde, siger Jan Schell, der er både glad og stolt over, at have modtaget årets banelæggerpris.

Og så er Jan en af de ganske få i Nordjylland, der har modtaget prisen 2 gange. Han fik den også, da han lavede baner til Junior-VM i 2010.

HSØ



Sølv og guld til Nordjyske Mesterskaber

Anton Agerholm og Valdemar Giltoft slog til ved de Nordjyske Mesterskaber sidst i oktober. Med sikre løb i klassen H13-14 satte de sig nemlig på henholdsvis sølvmedaljen og guldmedaljen i det vanskelige terræn i Tversted Klitplantage.

På billedet ses fra venstre Valdemar og Anton der stolt fremviser det ædle metal.

HSØ



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Hvad sagde jeg!

Denne artikel indeholder stof til både forargelse og forstyrrelse af julefreden. Jeg vælger alligevel at skrive videre, men nu er i advaret!

For en del numre siden bragte O-Brevet en artikel om det nye rædselsfænomen i dansk natur – nemlig ulven. Hovedbudskabet i den artikel var, at ulve er langt bedre end deres rygte og temmelig plettede image. Et faktum, som blandt andet folkekære Disney, og andre inden for underholdningsbranchen rettet mod børn, delvist bærer skylden for.

Budskabet var dengang, at især løse og delvist vilde hunde er langt værre til at angribe sagesløse husdyr og såkaldte mindre "græssere", der uskyldigt tuller rundt på markerne i det danske landskab. Dokumenteret af undersøgelser i blandt andet USA, hvor man jo har ulve i en helt anderledes målestok, end i det nuttede Danmark.

Derfor var det også befriende, at læse i Nordjyske torsdag den 17. oktober 2019, at en nordjysk naturplejer havde oplevet alvorlige problemer med



hunde, der har angrebet får og lam i stor stil. Desværre er det langt mere vanskeligt, at adressere problemet med disse blodtørstige hunde, frem for ulvene. De sidste tager selvfølgelig også et lam i ny og næ, men det er anderledes spektakulært at råbe op, når ulven kommer. Hunde har spredt skræk og rædsel blandt andet i Rebild, omkring Aalborg og Nørresundby og ved Kandestederne længere oppe i Vendsyssel. Flere medlemmer af Agri-Nord har meldt om tilsvarende problemer med hunde.



Din hund kan være et rovdyr!

Den pæne og søde hund, der ligger foran pejsten derhjemme, kan altså godt forvandle sig til et rovdyr, der gerne jager heste, kvæg, får og deres afkom til døde. Der er faktisk eksempler på at flere hunde i flok kan gejle hinanden op, så det ligner en decideret blodrus.

Problemet stammer fra hundeejerne der ikke respekterer, at deres hund skal være i snor, eller på anden måde ikke har styr på hunden.

Heldigvis var der, ca. 14 dage efter publiceringen af denne overraskende artikel i Nordjyske, en ulv der havde fornøjet sig med en pony til aftensmad. Så kunne medierne og befolkningen igen høste næring til ulvens dårlige og til en vis grad uretfærdige image.

Kilde: Nordjyske 17/10-2019. Artiklen beror på O-Brevets redaktion.

HSØ



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Hvad ønsker du dig til jul – Årets julehistorie



Julen nærmede sig i den gamle orienteringsklub i den store skov. Julesneen var allerede dalet ned fra englenes skjul i himlen, og havde lagt sig som et tyst, smukt og hvidt vattæppe over skov og land. Isblomsterne stod i fuldt flor på vinduerne i det gamle klubhus, der trykkede sig i skovkanten ved stationsbyen. O-løberne var gået i vinterhi og sad hjemme i lænestolene, hvor de studere fordums fejlslagne verdensklasse-vejvalg på gulnede o-

kort, mens de med salige smil drømte om nye triumfer ved de rød/hvide skærme til næste års sæson. Overalt herskede der ro og julefred, stearinlysene blafrede hyggeligt og fra de varme ovne i de små o-løberhjem duftede der af flæske- og andesteg.

Men nede i det gamle og veltjente klubhus rumsterede det, og der var tændt lys i samtlige adventskranser og kalenderlys. Her sad den lille klubmascot Rolf og granskede alle de julegave-ønskelister, som mange af klubmedlemmerne havde afleveret i den store julesok, som hang på klubhusets dør. Rolf gjorde ikke meget væsen af sig resten af året, hvilket han var noget utilfreds med. *"De der gumpetunge løbere, var jo lige ved at misse divisionsturneringen i år"* fnyste den lille Rolf. *"De kunne nu godt trænge til, at jeg nappede dem lidt i haserne!"*

Den første ønskeseddel han fandt i julesokken, var fra selveste formand Ole. *"Lad os se hvad han ønsker sig"* sagde Rolf, mens han gumlede på en brunkage. Et livsvarigt medlemskab af bestyrelsen! *"Næ, det går ikke"*, tænkte Rolf. Nu må de der unge knægte og tøser i klubben da snart være



flyvefærdige, så de kan overtage butikken. *"Han kan få de seneste 10 års bestyrelsesreferater i læderindbinding med guldtryk i stedet for, så kan han fornøje sig med dem"*.

Den næste ønskeseddel var fra Helmut Hilden. Hans allerstørste juleønske, og dermed det der stod øverst på ønskelisten, var: Bare jeg kunne finde posterne! *"Det bliver svært at opfylde"*, tænkte Rolf, og greb en ny ønskeseddel.

Den var fra Walther Rahbek. Rolf kunne næsten ikke læse Walther håndskrift – *"han har sikkert kradset det ned mellem udsætningen af et par sprintposter"*. Men pludseligt kunne Rolf se, at Walther ønskede sig et par gode makkere til et stafethold. *"Dem må han importere fra nogle af vores naboklubber, med det tempo han har på i skoven"*, konkluderede Rolf og sukkede. Ude fra køkkenet duftede det af risengrød, og smilet bredte sig på Rolfs lille ansigt, derunder nissehuen, som han bar i dagens anledning.

En ny ønskeseddel kom på bordet. Den var sandelig fra Carina Gammelmark, der brændende ønskede sig hjælp til at skygge alle hendes piger, når der var stafetløb. *"Det må godt nok også være hårdt"* tænkte Rolf, *"med alle de pigebørn, der skulle følges rundt på banen igen og igen"*.

Rolf rystede julesokken, og ud faldt endnu et par ønskesedler. Den første var fra Torben Elin, der bare ønskede at nogle flere RSOK'ere ville påtage sig at arrangere en gåtur, *"men de dovne pensionister vil jo bare underholdes igen og igen"*, fnøs Rolf. *"Nix – bix – de må til at stille op, så stakkels Torben"*



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Hvad ønsker du dig til jul – Årets julehistorie, fortsat ...

kan få ro på sin koordinatorfunktion for RSOK'kerne, ellers tager han jo ikke en 3. sæson".



Den anden ønskeseddel var fra Kjeld Thomsen, som bare så gerne vil være med til at lave orienteringsløb. "Ja", tænkte Rolf, "men det er nu nok kun dem, hvor han kan få lov til at køre med den der larmende buskrydder eller motorsaven".

Endnu en ønskeseddel kom frem, og den var fra Otto. Han ønskede sig rigtig meget, at deres nye hus var færdigt til jul. "Det skal det nok blive", tænkte Rolf, der tit gik aftentur til byggepladsen. Hver gang havde han tænkt, at det var da et mærkeligt klubhus, Otto byggede, for der var jo hverken omklædningsrum eller sauna, og hvor skulle al klubbens materiel være – da ikke i den der bette carport?

Rolf gravede ned i sækken og trak endnu en ønskesed-

del op. Den var såmænd fra Anders Gammelmark, der brændende ønskede sig en plads i bestyrelsen. "Ja, det skal han have, så kommer der til at ske noget", sagde Rolf og satte en tyk streg herunder.

Rolf var nu ved at være træt efter alle de umulige ønsker, som klubmedlemmerne havde til deres julegave. Den sidste ønskeseddel han holdt i sin lille barke næve, var såmænd fra den gamle Redacteur af O-Brevet. Han ønskede sig bare, at læserne kunne holde sig vågne - hele vejen igennem årets julehistorie!

Glædelig jul.

HSØ



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Portræt af et kommende bestyrelsesmedlem

Det begyndte i gymnasiet. Både karrieren som læge på Aalborg Sygehus, men også det der med at læse o-kort og finde poster. Studentereksamen var naturligvis første skridt på vej til den plads på medicinstudiet på Aarhus Universitet, der nu er udmøntet i en stilling som læge på Aalborg Sygehus med speciale i rheumatologi. Speciallægetitlen nærmer sig og er på plads om planmæssigt tre år, hvis det ellers går, som Anders Gammelmark vil det.

Det gør det som oftest, for der altid mål med tingene, når det gælder Anders. Det samme gælder hustruen Carina, der er læge inden for psykiatrien, og også på vej til en speciallægestilling inden for børnepsykiatri. De tager begge smilende imod, da redaktionens udsendte opsøger dem en mørk aften i november. Der hersker en ro og afslappethed i deres smukke hus i kanten af Rold Skov, og man fornemmer, at deres 3 dejlige piger – Gry, Selma og Liv – er ved at gå til ro. Skoletaskerne står pakket ved entredøren og dermed klar til morgendagen.



Selvfølgelig taler vi fag med hinanden, smiler de begge over kaffen. Det kan de slet ikke undgå, når de er inden for samme branche, selvom

det er med hvert sit speciale. Men i de senere år er Carina og Anders faktisk også begyndt at tale om orienteringsløb der nu optager hele familien.

Carina blev vel nærmest lokket lidt med i det, nu da jeg og pigerne var begyndt. Mest som skyggeløber ved ungdomstræningen for Gry og Selma, da de startede, og nu også for Liv, der stadigvæk er skovtroll i ungdomsafdelingen, smiler Anders. Men jeg fik nu hurtigt smag for det, siger Carina, og det er fantastisk at vi alle kan deltage i den samme interesse og dermed dele oplevelser og fritid med hinanden.



Det startede i gymnasiet

Anders havde som ung løbet meget uden et kort i hånden, men da en af hans gymnasiekammerater introducerede ham for o-sporten, var han solgt. Det var familien Mogensen i St. Binderup, der blev hans mentorer, for ingen i Anders' egen familie havde en fortid i orienteringssporten.

Jeg havde, som mange andre, spillet fodbold, badminton og som nævnt løbet en del landevejssløb. Men med et kort og et kompas i hånden bliver det jo meget mere spændende. Deltog i de daværende Talent Kraft Center, men er reelt set autodidakt ud i teknikken som o-løber. Da jeg studerede i Aarhus, meldte jeg mig ind i OK PAN og deltog også i nogle af deres træninger, når studiet og opgaverne med at stifte familie levnedetid hertil, fortæller Anders.

I 2014 flyttede vi til Skørping, og her var det oplagt at melde sig ind i RSOK. Det var allerede dengang en meget aktiv klub med mange tilbud, så det føltes rigtigt, fremhæver Anders. Det var nemt, for der var et godt miljø i klubben, med mange åbne mennesker, der – selvom de tydeligvis kendte hinanden på kryds og tværs – alligevel tog sig tid til, at tage imod os som nye i klubben.

Både Carina og Anders er fascineret af naturen og det at være i det fri. Med nærheden til skoven er det oplagt at dyrke orienteringsløb, for det giver så mange små og store naturoplevelser, man ellers ikke kommer i nærheden af.

Ny mand i bestyrelsen

Til klubbens generalforsamling til januar finder man Anders på dagsordenen. Han kandiderer nemlig til at indtræde i bestyrelsen og meget tyder på, at han bliver valgt. Det var derfor nærliggende at spørge Anders om hans ambitioner og tanker om netop, at være en del af klubbens ledelse.

Der er helt sikkert meget jeg skal lære om alt det organisatoriske, er den første umiddelbare bemærkning. Men forhold, som at få flere ud at løbe til åbne løb,



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Portræt af et kommende bestyrelsesmedlem, fortsat ...

hvor divisionsturneringen er et kæmpeplus, har min interesse, fremhæver Anders. Herudover skal vi vedligeholde træningsløbene, vores solide base her i Rold Skov området, der helt sikkert kan udbygges, samt vores helt unikke ungdomsafdeling, der nu på 5-6 år er særdeles velfungerende.

Mine fokusområder vil helt klart være rekruttering og ungdomsarbejdet, for det er vigtigt at klubben fornyr sin medlemskreds – om jeg så må sige – nede fra de yngste rækker. Får vi fat i børnene, så følger forældrene med, fastslår Anders.

Men også ungdomsarbejdet i den anden ende af aldersskalaen har Anders' opmærksomhed. Når de unge bliver ældre, er det svært at fastholde dem. Derfor skal vi være opmærksomme på at lave andre aktiviteter, for langt de fleste unge fastholdes jo mest på grund af det sociale i sporten. Der skal også være plads til dem, der ikke står øverst på præmieskamlen hver gang, fastslår Anders.

Selvfølgelig har Anders også erindringer om sine egne løb. Det absolut fedeste løb var til et DM på Rømhø (hvor vi skal løbe Påskeløb i april 2020 – red.). Jeg blev bestemt ikke placeret i toppen af resultatlisten, smiler Anders, men det var en fantastisk o- teknisk naturoplevelse. Det absolut værste var engang, hvor jeg måtte opgive at gennemføre. Det var virkelig tungt at forholde sig til, at have opgivet.

Så der er ingen tvivl om, at vi har en både målrettet og vedholdende mand på vej ind i bestyrelsen, når kalenderen skriver januar 2020.

HSØ



Generalforsamling 2020

Årets klart vigtigste møde, selvom ordet generalforsamling ofte forbindes med en lidt kedelig aften. Men det behøver slet ikke at være sådan, og redaktionen bringer her tre små tricks til at undgå kedsommeligheden:

Allerførst skal du **skrive datoen i kalenderen** – og den er

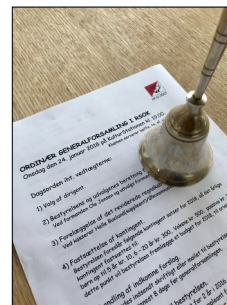
Torsdag, den 23. januar 2020 kl. 19:00
i lokale "Salonen" på Kulturstationen i Skørping.

Dernæst skal du **prioritere dette møde**. Dels fordi du med din tilstedeværelse signalerer opbakning til alle dem, der har arbejdet med at drive DIN orienteringsklub, og dels fordi du er part i klubbens fremtidige udvikling, uanset hvor aktiv eller passiv du er.

Til sidst skal du **ikke være bange** eller nervøs! Blandt andet for at blive valgt ind i "et eller andet", for det er der naturligvis helt styr på. I vores klub tvinger eller presser vi ikke opgaver ned over folk – for det er helt OK, bare at nyde og benytte klubbens mange tilbud. Og så kan vi oplyse, at Ole Jensen og Elizabeth Borchorst træder ud af bestyrelsen, men at Helmut Hilden og Anders Gammelmark er klar til at tage over som nye i bestyrelsen.

Så: **Selvfølgelig ses vi den 23. januar 2020.**

HSØ



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Mindeord for Peter Arildsen

Peter Arildsen, kendt og elsket af alle, er ikke mere. Peter døde pludseligt i en alder af 87 år, med orienteringsskortet i hånden, mens han var ved at finde poster i Tversted Plantage ved Nordjysk Mesterskab, den 27. oktober 2019. Det må have været sådan Peter ønskede det.

Peter har sat et markant aftryk på ikke bare vores gode naboklub OK Vendelboerne, som han var medlem af næsten siden klubbens start, men også i kreds- og forbundsregi. Altid aktiv, altid klar til at bære udviklingen af vores idræt og altid klar til at finde løsninger. Altid ordentlig, konstruktiv og iklædt et smittende humør og en

livsglæde, der bredte sig som ringe i vandet, når Peter var tilstede.

Det er ikke for stort at sige, at Peter med sin egen stilfærdige facon og vendelbo'ske lune var én af de helt store i dansk orientering. Alle kendte Peter, hans vidtrækkende resultater og alle vidste hvad han stod for. Peter vil blive savnet af mange.

Vore tanker går til Vivi, børn og børnebørn. Æret være Peters minde.

Helge Søgaard

Nytårsløbet med byjubilæum

Efter jul kommer nytår, og så skal vi heldigvis ud at løbe orienteringsløb igen. Og allerede 1. nytårsdag – hvor vi plejer tømmermændene – til Tømmermændsløbet. Den kreative afdeling bag dette traditionsrige løb har fundet på noget helt nyt. Vi skal nemlig løbe et helt anderledes 150-års jubilæums-foto-orienteringsløb i den gamle stationsby.

Først lidt fakta:

Dato: 1. januar 2020, med start mellem kl. 13:00 og 13:30.

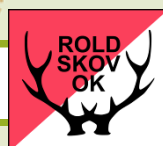
Mødested: På cirkuspladsen, lige over for OK-Tanken på Sverrigaardsvej i Skørping.

Det sædvanlige: Ja, ja – der er selvfølgelig både nytårs-suppe og grillpølser efter løbet. Suppen er gratis, men du må til lommerne vedr. grillpølserne.

Banerne: Her kommer det virkelig spændende. Der vil være almindelige poster markeret med en postcirkel på dit kort, men nogle af posterne er kun markeret med et lille foto af en terrængenstand, som kan være et hus, en plads eller et sted i byen – og vel at bemærke et gammelt foto. Vi fejrer jo byens 150 års byjubilæum. Så gælder det om at kende byen og dens hi-

storie for at finde posten!

Det bliver garanteret både sjovt og hyggeligt – nærmere indbydelse udsendes medio december. Så sæt ikke løbeskoene alt for langt væk i juledagene. Vi krydrer denne historie med et par fotos fra det seneste velbesøgte nytårsløb – i Sekshøje. **HSØ**



O-brevet, Rold Skov Orienteringsklub

nr. 44 – December 2019



Redaktørens klumme: Tidsmaskinen!

Tid er relativt. På engang noget meget uvirkeligt, som man hverken kan se, røre ved eller holde om. Endsige standse, stoppe eller holde tilbage – for tiden går jo bare sin gang, uanset hvad vi foretager os. Sover, er vågne, arbejder, slapper af eller løber orienteringsløb.

Tiden går med samme hast – hele tiden. Og det kan man virkelig undre sig over, for nogle gange slæber tiden sig jo afsted – eksempelvis til et kedeligt møde, eller når man venter på grønt lys i en travl hverdag. Andre gange flyver tiden afsted. Det sidste især, når man er optaget af noget spændende, er fordybet eller bare beskæftiger sig med en interesse.



Her i december tænker vi alle: "Hvor er tiden dog bare fløjet afsted, det har jo lige være jul og nytår". Det er grundlæggende et mentalt sundhedstegn at tænke sådan, for det betyder at man har trængt de svære stunder, som året også har budt på, i baggrunden, og at vores vidunderlige computer – deroppe mellem ørerne – var valgt, at

lade alt det positive fra årets løb være i fokus.

Nu er det heldigvis juletid. Tid til at tænde lys omkring vore boliger, tid til at sætte træet ind i stuen, tid til at hygge sig indendørs, tid til at glæde sig til den hjemmelavede rødkål og tid til familie, børn og børnebørn.



Men også tid til at overveje, hvad det kommende år skal byde på. Ny udvikling for vores fælles orienteringsklub, konsolidering eller ændringer i privatsfæren eller realisering af en drøm eller to? Tiden i hele 2020 er helt din egen, også selvom din kalender eller andre forsøger at stjæle din tid. Bare du husker på, at tiden går hele tiden, så det gælder om at prioritere hvad du vil bruge tid på. Et år består af 12 måneder, 365 dage, 8.760 timer, 525.600 minutter eller 31.536.000 sekunder. Hvor meget tid vil du spilde i 2020?

Glædelig jul og især - Godt nytår.
HSØ

**GLÆD DIG TIL DET FØRSTE NUMMER I DET NYE ÅR
- HVIS VI ALTSÅ FÅR TID TIL AT SKRIVE DET!!!!**

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, Helge Søgaard
og Kirsten Kjær Andersen

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. 44 – December 2019



Kommende træningsløb, åbne løb og klubarrangementer

1/1-2020 Tømmermændsløbet

Tilmelding – ingen, bare mød op!
Mødested – Cirkuspladsen i Skørping
– se nærmere i dette klubblad!
Arrangør: Rold Skov OK
Kort: Måske fra år 1869?
RSOK's traditionelle sæsonpremiere – hyggeligt!

04/01 Nytårsløbet

Tilmelding – senest 27/12
Arrangør: Mariager Fjord OK
Kort: Mariager Byskove
*Endnu et sjovt nytårsløb
– der plejer at være suppe bagefter*

12/01 Vinterlang 2

Tilmelding – senest 8/1
Arrangør: Karup OK
Kort: Hastrup Plantage
Langdistance orientering på gammelt kort

19/01 Vinterlang 3

Tilmelding – tjek o-service
Arrangør: Ej oplyst
Kort: Viborg på Tværs
Langdistance orientering på gammelt kort

1/2 Orlas Vinterfornøjelse

Startsted: Klubhuset
Start mellem 13:00 og 13:30
Rold Skov Nørreskoven Syd

9/2 Vinterlang 4

Tilmelding – tjek o-service
Arrangør: Ej oplyst
Kort: Ejstrupholm
Langdistance orientering på gammelt kort

16/2 Vinterlang 5

Tilmelding – seneste 12/2
Arrangør: Karup OK
Kort: Lindet Krat/Hårsbjerg
Langdistance orientering på gammelt kort

07/03 RSOK Træningsløb

Startsted 14 – Statskovdistr. P-plads
Start mellem kl. 13:00 og 13:30
Kort: Rold Skov Mosskov

13/03 Nordjysk 2-Dages

Tilmelding – tjek o-service
Arrangør: Ok Vendelboerne
Kort: Bunken Klitplantage
Natprolog

14/03 Nordjysk 2-Dages

Tilmelding – tjek o-service
Arrangør: OK Vendelboerne
Kort: Højengran
Klassisk distance

14/03 RSOK Træningsløb

Startsted 1 – Blåkilde P-plads
Start mellem kl. 13:00 og 13:30
Kort: Rold Skov Nørreskoven

15/03 Nordjysk 2-Dages

Tilmelding – tjek o-service
Arrangør: Ok Vendelboerne
Kort: Kirkemilen
Mellem distance

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 Ole Jensen på joj@elvis.dk

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

