



Uge 42/2023

NYT FRA ROLD SKOV OK

Næste træningsløb

Glæd dig til på lørdag, for der kan du komme til træningsløb i en smuk efterårspyntet Rold Skov. Vælderskoven står klar til at tage imod os. Her finder du de store graner og flotte høje bøgetræer, som præsenterer sig med lækre detaljer og en blød og løbevenlig bund. Det bliver ikke bedre – jo, da lige at banelæggeren er Ole Thy, der har lagt sig i selen for at præsentere de fineste baner.

Mødestedet er nr. 10: For enden af Rebild Skovhusevej (Parkeringspladsen og den lille bålplads)

se nærmere på klubbens website <https://www.roldskovok.dk/index.php?page=sider/kort.php#>



Ole Thy – klar til at gå i skoven



Vælderskoven i efterårspragt

Nyt fra klubben og bestyrelsen

Nu kan det kun gå fremad - divisionsturnering OP/NED match i Marselisborg

Efter en heroisk indsats fra alle til OP/NED matchen i Marselisborg, så vandt vi muligheden for, at det nu kun kan gå fremad!

Nu rykker RSOK ned i 3. division hvorfra vi det kommende år med massivt fremmøde til divisionsturneringerne kan lammetæve konkurrenterne og stryge op i 2. division igen. Det må være udgangspunktet og målsætningen for sæson 2024. Første match er søndag den 28. april på "Sukkertoppen" – et tillukkende sted i Nord kredsen. Sæt allerede kryds der!

Andre skarpe klubmedlemmer vil måske tænke, at vi tabte med et brag trods flotte indsatser mod overmagten, men her i klubbens afdeling for markedsføring beskæftiger os ikke med den slags demotiverende synspunkter.

TAK for indsatsen til alle i en smuk Marselisborg Skov – nu skal de have bøllebank i det nye år.

Øl-smagning, den 27. oktober

Har I set indbydelsen til øl smagning med øl-specialist og øl-entusiast Jens Søndergaard. Det er på Kulturstationen i Himmerlandsstuen. Vi håber at rigtig mange vil være med til en hyggelig fredag aften, hvor man kan blive klogere på øl, mens man smager på det. **HUSK – tilmelding senest torsdag, den 19. oktober** på wm@hasseris-gym.dk Det koster kun kr. 120,00



I skrivende stund er der
14 tilmeldte – vi skal
gerne være lidt flere.
MELD dig til nu!

NJ-Dag i Svinkløv

Sæsonen er på ingen måde slut endnu. Søndag, den 29. oktober kan du nemlig komme ud og løbe i Svinkløv Klitplantage, hvor der afvikles Nordjyske Mesterskaber. Svinkløv er en af de flotte plantager langs med kysten i Jammerbugten. Den indeholder mange fine kurvedetaljer og er en fin skov hovedsageligt bevokset med høje gran- og fyrretræer.

Tilmelding via o-service senest den 20.oktober. Læs mere om arrangementet her:

https://www.aalborgorienteringsklub.dk/aabneloeb/lister/2023-10-29%20NJDag%20Svinklov/NJDag2023_Indbydelse.pdf

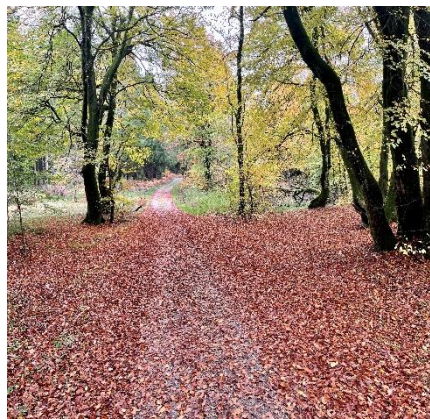
Ny trailer i klubben

Orla Vitting, der er medlem af bestyrelsen og formand for udvalget der varetager hus, materiel og logistik har netop indkøbt en fin ny trailer til klubben, som vi skal bruge til transport af materiel m.v., til små og store arrangementer. Traileren er forsynet med trailerlås. Nøgle hertil er samme nøgle som til klubhuset, for dem der har en sådan, ligesom der lægges en nøgle i nøgleboksen ved depotet.



Efterårsferie – og noget om kvalitetstid og kvalitet i orienteringsklubben

Efterårsferien er i fuld gang, og det er tid til aktiviteter i naturen sammen med familien, børn eller børnebørn. Der kan samles kastanjer og laves kastanjedyr, laves aftryk af svampesporer eller man kan gå på jagt i skovbunden efter tragtkantareller, der er rigtigt gode i saucen til efterårsmåltiderne. Det er kvalitetstid.



Efterårsskov og løvfald

OBS: Ikke tragtkantareller!

Kvalitet er mange forskellige ting. I orienteringsklubben er det for eksempel, at vi gør os umage for at lave et super godt natløb i starten af oktober, hvor der var lagt vægt på at gøre lidt ekstra, parkering tæt ved det hele, kort afstand til start og muligheden for eftertilmelding. Alt sammen faktorer, som trods silende regn, betød at mange fik en god oplevelse. Det kan også være en spændende øl smagning, eller at vi er gode til at vælge startsteder med nem parkering og fin skov, når vi laver træningsløb eller at vi forsøger at tegne et billede af stort og småt i klubben med dette ugebrev, som du lige nu læser.



I bestyrelsen og i klubbens udvalg arbejder vi på at sætte barren højt – hele tiden, og at præsentere gode, kvalitetsfyldte og spændende tilbud til klubbens medlemmer. Ungdomstræningen hver tirsdag, det ugentlige træningsløb og mange andre tilbud her i efteråret og henover vinteren, som blandt andet byder på:

Kommende aktiviteter

- 27/10 Ølsmagning med øl-entusiast Jens Søndergaard (sidste tilmelding tors. 19. oktober kl. 24)
- 4/11 Trailløbet Kildeløbet
- 18/11 Sæsonafslutning med gløgg/æbleskiver (indbydelse følger i uge 43)
- 9/12 Jule-familie-gåtur med røverhistorier, bål, juletræ og mere gløgg og flere æbleskiver
- 1/1 Tømmermændsløb med suppe og grillpølser (Indbydelse kommer i god tid..)
- 27/1 En spændende RSOK-dag + et træningsløb, hvor vi tager temperaturen på klubben og taler om mere udvikling og kvalitet i klubbens (Sæt kryds i kalenderen NU)

Så kom bare ind i den butik, der hedder Rold Skov OK og tag de gode tilbud ned fra hylderne!

På gensyn til træningsløb i Vælderskoven på lørdag kl. 13

Rold Skov OK

Helge & Walther

Nyhedsbrevet udkommer de uger, hvor der er træningsløb om lørdagen og i øvrigt efter behov. Det skrives af Walther Rahbek wm@hasseris-gym.dk og Helge Søgaard hanebuen23@gmail.com. Har du gode idéer til fremtidige indlæg, så kontakt os gerne. Der bliver anvendt fotos af personer i forbindelse med klubbens aktiviteter i disse nyhedsmails fra Træningsudvalget. Såfremt du ikke ønsker at medvirke, bedes du/I meddele dette på hanebuen23@gmail.com