

Nyhedsbrev

Orienteringsklubben Roskilde

Kære sponsorer og samarbejdspartnere

Det er blevet tid til at sige tak for et år, der har budt på overvældende succes for OK Roskilde. Medlemmerne har vundet 10 guldmedaljer, 7 sølvmedaljer og 6 bronzemedaljer ved årets DM. Det placerer klubben som nummer 8 af 35 danske klubber, der vandt medaljer. Dertil kommer de 3 flotte medaljer fra veteran VM i Brasilien. Glædeligt er det, at vores børneprojekt "Mini ORK" viser stabilitet, sådan at vi også i årene fremover kan sikre tilgangen til klubben og et godt socialt miljø for unge og ældre. I 2015 vil OK Roskilde være arrangør af DM Sprint d. 30. og 31. maj i Roskilde by. Løbet er et såkaldt World Ranking Event, og vi vil for første gang nogensinde have danske VM-medaljetagere - og en dansk verdensmester - til start på sprintdistancen i et nationalt mesterskab. En spændende udfordring for klubben, men også et arrangement vi håber sponsorer og samarbejdspartnere vil bakke op, så vi får skabt en stor sportslig oplevelse for hele Roskilde by.

Venlig hilsen Michael Leth Jess, formand.



Nummer 16

December 2014



Juleløb i flot frost- og sneklædt Boserup Skov



2. juledag var der juleløb i en smuk Boserup Skov klædt i hvidt og højt flot solskin med start fra Boserupgård. Julenissen alias Asger Jensen udfordrede de mange deltagere med kort over de faste poster, som var vendt på hovedet, og hvor banen var forskudt - til stor forvirring for mange! Vinderen blev Andreas H. Boesen, som fandt alle poster på under 50 min.

Tre VM-medaljer ved WMOC i Brasilien

For første gang i klubbens historie lykkedes det for OK Roskilde at vinde VM-medaljer til Veteran-VM (WMOC) og så blev det endda tre stk. I Brasilien sikrede Inge Jørgensen sig gullet på langdistancen i D65—og dermed verdensmesterskabet—samt en sølvmedalje på sprintdistancen. Janne Brunstedt kæmpede sig i den hårde H65-klasse til en fantastisk flot bronzemedalje på langdistancen.



Janne og Inge med deres flotte medaljer fra langdistancen ved WMOC i dejlig sommertemperatur i Brasilien.

Portræt af en verdensmester

Med de fantastisk flotte VM-medaljer af guld og sølv ved Veteran-verdensmesterskabet i Brasilien nåede Inge det ubetingede højdepunkt i sin lange o-karriere.



Inge har i flere år deltaget i WMOC i forskellige lande, men i de foregående tre år er det blevet lige ved og næsten, nemlig en perlerække af fjerdepladser - én af dem blot et sekund fra bronze.

Evnen til at løbe stærkt og viljen til sejr stikker dybt i sportskvinden med rødder i den jyske hede. Inge Jørgensen løb sit første orienteringsløb som 30-årig i 1975 og var derefter "solgt" til sporten, som lige siden har fyldt

hendes liv med aktiv glæde. Sammen med Ole kører hun landet og det øvrige Europa tyndt i autocamperen for at løbe og konkurrere med kort og kompas.

Intet andet medlem i OK Roskilde har sammenlagt vundet så mange medaljer ved danske mesterskaber som Inge. I perioden fra 1986, hvor hun blev medlem af klubben, til i år har hun vundet 48 medaljer, heraf 19 af guld, 16 af sølv og 13 af bronze. Alene i 2014 er det blevet til tre ud af seks mulige guldmaljer.

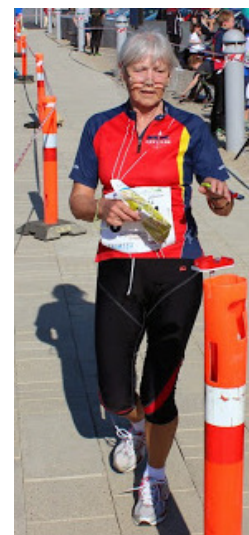
Da Inge i 1986 kom til OKR fra sin jyske klub, havde hun fem danske mesterskaber med i tasken. Ud over DM-medaljer har Inge været på podiet et utal af gange ved andre stævner i ind- og udland.

Da Inge gik på efterløn fra sit job som receptionist, fik hun tid til at løbe o-løb på fuld tid! Det førte i 2012 til medaljer ved samtlige DM.

Ud over orienteringsløb finder Inge dog også tid til at være bedstemor for sine børnebørn.

I slutningen af 2012 blev Inge Jørgensen interviewet til Dagbladet. Hun fortalte, at det at løbe i skoven i ekstrem kulde, mørke, sne, regn og slud aldrig var noget problem. Der er kun én ting, hun frygter her i tilværelsen: Slanger! Derfor skulle Inge ikke til WMOC i Brasilien, sagde hun til journalisten. "Kan du forestille dig de slanger, man kan rende ind i i Brasilien?"

Heldigvis kom Inge på andre tanker! Mon det var de brasilianske slanger, som fik hende til at løbe endnu hurtigere på den lange distance?!



Inge i mål ved DM Sprint i 2014 i Lemvig.

Fantastisk o-week-end på Bornholm



Karoline klipper posten med Hammerhus i baggrunden.

Sidste weekend i oktober deltog 37 løbere fra OK Roskilde i årets Høst-Open på Bornholm - et 2-dages internationalt o-stævne.

Arrangørerne havde i år fundet to helt unikke løbsområder: Slotlyngen og Hammerknuden.

Der var flotte naturoplevelser i dejligt vejr -og store fysiske og tekniske udfordringer for deltagerne. På første etape havde Øløberne Østersøen og Hammerhus som en fantastisk kulisse og et meget kuperet terræn med spredte klippepartier, fugtige sprækkedale og store klippeflader.

Anden etape ved Hammerknuden var et stort klippeområde, som rejser sig 82 meter over havets overflade med store bare klippeflader. Terrænet var udfordrende og nogle havde en del vanskeligheder med at finde rundt.

OK Roskilde kom hjem med fire medaljer: Inge Jørgensen fik sølv i D65, Karoline Fonaager Ulsøe Johansen fik bronze i D11-12, Jakob Weigelt Svendsen bronze i H13-14 og Rolf Pihl bronze i H 17-20.

Casper Lindemann

Præcisions-orientering for alle

Hvad gør man, når benene ikke mere kan "finde vej" gennem skovbunden på betryggende vis! Ja, så må man jo finde en anden sportsgren, men når sport siden 1957 har været o-løb, er det svært! Heldigvis findes Præ-O-løb, hvor man fra stien skal vælge den rigtigt placerede post af flere mulige og på kortest tid!

Først var jeg skeptisk, men så deltog jeg i foråret 2013 i et sådant løb ved et Skovkarletræf i Sverige. I august deltog jeg i et træningsløb på Sletten ved Himmelbjerget, hvor jeg blev nr. 2.

Jeg tilmeldte mig derefter Nordisk Mesterskab og Europa Cup i Præ-O-løb ved Silkeborg i september. Fredag aften var der natløb. Prøv at udpege en post blandt 3 - 5 stykker i mør-



Bjørn med sin trofaste motoriserede hjælper til juleløbet i Boserup.

ke, ja, måske var alle forkerte: Det var svært, og det blev en plads som nr. 35 (træerne vokser ikke ind i himlen!). Lørdag og søndag gjaldt det så mesterskabet med 76 startende, heriblandt 10 danskere. Lørdag blev jeg nr. 66 og 7. bedste dansker med 13 rigtige ud af 22 poster. Søndag var løbsområdet Silke-

borg Sønderskov, som er et ret kuperet område. Strækningen var en sti anlagt på en nedlagt jernbane. Det var svært at udpege posterne, så min taktik måtte laves om, såfremt jeg skulle op i placeringen. Jeg blev nr. 49 og sjette bedste dansker.

Samlet kom svenskernes hold på 1. og 2. pladsen, Norge blev nr. 3, Finland nr. 4, 5 og 6. Danmark blev nr. 9 og 13.

Jeg blev samlet individuelt nr. 59 som 6. bedste dansker. Selv om mit resultat måske ikke var helt i top, er det den vej min "løbebane" nu vil gå. Og jeg må sige, at det er ikke let at udpege den rigtige oskærm, selvom der måske kun er 10 meter ind til den fra standpladsen.

Bjørn Vognbjerg

Stejle klippevægge og (måske) vilde dyr til Blodslitet i Norge

Med en vis ængstelse meldte jeg mig til dette løb. Jeg har altid forestillet mig, at o-løb i Norge ville være i en kæmpestor skov, som man virkelig kunne fare vild i - og nu stod der i instruktionen, at hvis man så nogle vilde dyr, skulle man indberette det, når (hvis) man kom i mål!! På stævnepladsen var der et kort over skoven - og så faldt jeg noget til ro - for her skulle man være virkelig "dygtig" for at blive væk. Store veje og marker afgrænsede skoven!

I startfeltet blev der snakket svensk over hele linjen, men startskuddet var jo ikke til at tage fejl af. Over marken og så var vi i skoven - nogen løb til venstre og nogen løb lige op af en stejl bakke. Lynhurtigt var jeg som planlagt bagerst i flokken, så jeg kunne studere kortet i ro og mag. En flink svensker ventede på mig og spurgte om jeg var med på, hvor jeg var. Jeg beroligede hende med,

at jeg bare tog det stille og roligt - og så var hun også væk!

Hold da op et fedt terræn med stejle klippevægge, som man kan klatre op og ned ad, flade klipper til at løbe på, små moser og smattede markpassager. Vejen til post 1 gik fint, bortset fra en enkelt klippevæg der stod i vejen, og som jeg lige skulle udenom. Jeg lærte så, at gule områder med hvide prikker var klipper, som man kunne løbe på. Fra 6 til 7 kravlede jeg efter 2 gubber over klipperne, og de viste mig lige ned til posten - jeg sagde pænt tak for hjælpen! På et senere stræk havde jeg valgt, hvor jeg ville løbe ned ad klippeskrænten. Nogle løbere neden for skrænten fik mig til at tænke, at det sikkert var bedre at være der! Jeg valgte så det stejleste sted at kravle ned, hvilket ikke helt lykkedes, så jeg måtte lidt op igen. Havde jeg fortsat min oprindelige plan med at løbe 50 meter længere, havde jeg fulgt

den sti der viste vej ned ad klippen - men det havde sikkert ikke været lige så sjovt!!

Efter 11,3 km var eventyret slut, men det bliver ikke mit sidste Blodslitet. Alt i alt gik det egentlig meget godt, synes jeg selv! Jeg kom igennem og fik en flot sidste plads og en lille bitte nål med en hjerte, som symbol på gennemført løb.

Anne-Mette Jansen



www.okr.dk
E-mail: okroskilde@okr.dk



Redaktion:
Kommunikati-
onsudvalget

Formand: Michael Leth Jess
michael. leth.jess@gmail.com



Andreas Hougaard Boesen er udtaget til World Cup i Tasmanien i januar 2015.

Andreas sluttede som nr. 4 på årets senior-rangliste- Trimtex Senior Cup.



Anne Mette Jansen (tv:) Nr. 2 til Jættemilen i D40.

Th: Rasmus Krogh Madsen nr. 2 til Jættemilen i H14.



Anders Krogh Madsen (th) modtog årets ungdomspokal for sine sportslige og kammeratlige præstationer: 4 DM medaljer og for at være en ven i verdensklasse.



Uddrag af OK Roskildes historie

Fleste DM medaljer i OK Roskilde:

Inge Jørgensen: 19 guld, 16 sølv, 13 bronze-
i alt 48.
Janne Brunstedt: 21 guld, 16 sølv, 10 bronze-
i alt 47.

Uddrag af årets sidste resultater



Flotte placeringer til Jættemilen: Fra v: Gerda Marie Kristensen nr. 3 i D60, Aksel Andersen og Gunnar Grue Sørensen h.h.v. nr. 1 og 2 i H60.

Årets klubmestre 2014



Fra venstre: Martin Østberg, Rasmus Krogh Madsen, Kim Baunehøj, John Tripax, Anders Krogh Madsen, Arne Heydorn, Liva Heydorn, Amalie Tripax, Ane Veierskov, Inge Meidahl. Desuden blev Gerda Marie Kristensen og Gunnar Grue Sørensen også klubmestre i deres klasser.

