

Nyhedsbrev

Orienteringsklubben Roskilde

Kære sponsorer og samarbejdspartnere

Selv om mudder, regn og blæst er i høj kurs blandt orienteringsløbere, har det været et dejligt forår i OK Roskilde. Solen har skinnet, og klubben har vundet i alt 16 DM medaljer i de 3 DM discipliner der er afviklet i 2014 - Nat, Sprint og Ultralang. Aldrig før har klubbens medlemmer vundet så mange medaljer så tidligt på sæsonen og 3 mesterskaber følger til efteråret - Mellem, Lang og Stafet. Succesen har en imponerende aldersmæssig spredning og er tegn på, at vi gør vores grundarbejde godt i klubben med vores terrænmæssige forudsætninger og trænermæssige ressourcer. Vel at mærke når vi flytter os rundt i landet og udnytter de mange tilbud som gives dér. Det trækker nogle gange store veksler på familiernes transportlogistik. Vores mål er fortsat at stable sammenhængende hverdagstilbud på benene til børn og deres familier, som burde være tiltrukket af det gode klubmiljø og orienteringssportens unikke kombination af natur og motion. Igen i foråret har OKR tilbudt smagsprøver på sporten til bl.a. 300 skoleelever fra 4.-6. klasse ved "Natur-løbet", til 75 skoleelever ved amtsmesterskab i Boserup Skov og til omkring 100 personer ved klubbens to Find Vej- arrangementer.

God sommer og venlig hilsen Michael Leth Jess, formand.

Fem flotte medaljer til DM Sprint



OK Roskilde tog fem medaljer med hjem fra DM Sprint i Lemvig. Fra højre: Andreas H. Boesen sikrede sig sin første DM Sprint-medalje i H21, og den blev af sølv. Rasmus Møller Jess fik også sølv i H16, og Anders Krogh-Madsen løb sig til en flot guldmedalje i H12. En lidt overrasket Ane Veierskov tog sin første DM-medalje nogensinde: bronze i D65. Janne Brunstedt er noget mere vant til at bestige sejrsskamlen til DM. Han vandt lige som sidste år guldmedaljen!

"Mini-ORker" til træning i OKR

OK Roskilde forsøger under kyndig styring af John Tripax at skabe interesse for orienteringssporten hos de yngste skolebørn ved at tilbyde særlig træning tirsdag eftermiddage i juni. John har to gange været i SFO-en på Sct. Jørgenskolen og introduceret ca. 150 skolebørn til sporten. Efterfølgende har ca. 50 børn besøgt OKRs klubhus og prøvet o-løb på "udebane". Flere børn har nu været til MiniORK-træning på baner med og uden afmærkning, så alle kan være med og få noget ud af det.



Nummer 14

Juni 2014



OK Roskilde tilbyder den første lørdag i måneden o-løb til alle fra det smukke Boserupgård Naturcenter. OKR var også med på Skovens Dag i maj, hvor deltagerne kunne finde poster rundt om den nye sø nord for Naturcentret



Tre søde Mini-ORker, Liva, Lærke og Kathrine kan andet end at løbe o-løb, nemlig lave danseopvisning!

6 medaljer ved et varmt DM Ultralang på heden i april

DM Ultralang blev i år arrangeret af Herning Orienteringsklub. På en dejlig solfyldt stævneplads, der var placeret imellem Nørlund Plantage og Harrild Hede kunne opløbet følges på tæt hold. Og der var bestemt noget af følge med i, da det blev til i alt 6 medaljer til OK Roskilde.



Fem af medaljetagerne fra venstre: Andreas Hougaard Boesen, Anders Krogh-Madsen, Inge Jørgensen, Karoline Ulsøe Johansen, Janne Brunstedt.

Andreas Hougaard Boesen fulgte op på sin sølvmedalje fra lørdagens sprint og løb sig til endnu en flot 2. plads og en sølvmedalje. Banen i H21 var på 25,4 km og foregik delvist på de åbne hedearealer, hvor solen bagte ned, hvilket yderligere bidrog til strabadserne.

Inge Jørgensen løb sig også til en sikker sejr i D65, og Janne Brunstedt tog i H65 yderligere en guldmedalje til samlingen. I H60 vandt Gunnar Grue Sørensen bronze skarpt forfulgt af Aksel An-

dersen på en 4. plads kun godt og vel 1 minut efter Gunnar. Hos juniorer blev det til to sølvmedaljer. I H12 hjembragte Anders Krogh Madsen en sølvmedalje, og Karoline Ulsøe Johansen fik velfortjent også en medalje af sølv.

Gerda Marie Christensen endte på en flot fjerde plads i D60 kun 4 sekunder fra bronze.



Gunnar Grue-Sørensen med sin bronzemedalje i H60.

Fire guld og en bronze ved DM-Nat i marts



Medaljetagerne fra venstre: Janne Brunstedt, Anders Krogh Madsen, Inge Jørgensen, Aksel Andersen, Gerda Marie Christensen.

Med høje knæløft over væltede træer i mørke i Jægerpris Nordskov lykkedes det for 5 af OKRs løbere at placere sig blandt medaljetagerne til DM Nat. Anders Krogh Madsen

sikrede sig sin første DM guldmedalje i H12. Inge Jørgensen var som altid sikker i natløb og løb sig til endnu en guldmedalje i D65. I H60 startede Aksel

Andersen som en af de sidste i klassen, men som en anden Pac-man hentede han de foran startende konkurrenter én efter én og vandt sin første guldmedalje i DM Nat. Det lykkedes ligeledes Janne Brunstedt at løbe med sejren i H65 og dermed sikre sig sin første DM-Nat guldmedalje. I D60 løb Gerda Marie Christensen ind på en sikker 3. plads og fik dermed en bronzemedalje.

Der var desuden flotte 4. pladser til Karoline Ulsøe i D12, Rasmus Krogh Madsen i H14 og Andreas Hougaard Boesen i H21.

Fyn var fin til Påskeløb

62 løbere fra OK Roskilde var med i dette års Påskeløb, der lidt utraditionelt foregik på Fyn. Nærmere bestemt i den sydvestlige del af øen – Svanninge Bjerger med første etape Skærtorsdag og omkring godserne Krengerup og Holstenshuus de følgende to påskedage.

Vejrmæssigt blev det meget blandet – som det jo ofte er i april. Første dag meget blæsende, på andendagen hundekoldt og med småregn, inden stævnet sluttede i strålende solskin.

Vi havde lejet en stor spejderhytte, Hylkedalslejren ved Gelsted, med masser af udenomsplads til aktiviteter for de, der ikke var blevet trætte efter o-løbet.



Rundbold med en fodbold for store og små!

For OK Roskilde var der både gode og dårlige oplevelser. Til de sidstnævnte hører fejlklip, EMIT-brik uden strøm, store bom og skader, men heldigvis også flotte resultater.

Janne Brunstedt vandt den store klasse H65 med 84 løbere. Janne blev nr.2 på første etape og vandt etappen dagen efter. Med et forspring på 4 min. inden jagtstarten var det ikke noget problem at holde føringen til mål.



Janne fik noget af det dejlige fynske øl med hjem for sin flotte placering. I OKR blev han hædret med årets Påskepokal for præstationen.

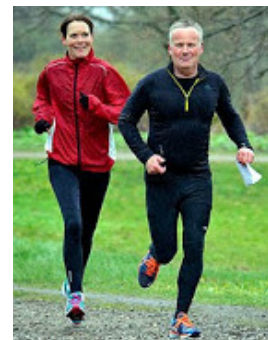
Find Vej -dag i skov og park i april

Omkring 100 store og små fandt vejen til OK Roskildes to Find Vej- arrangementer i hhv. Hvalsøskoven og i Folkeparken i Roskilde i begyndelsen af april. I Folkeparken var der opsat en bane specielt for børnene og tre øvrige baner af forskellig længde.

Formanden for Roskilde Kommunes Skole- og Børneudvalg, Claus Larsen, bød velkommen i Roskilde. "Tak til Orienteringsklubben for den store frivillige indsats, I gør for at udbrede kendskabet til jeres interessante sportsgren", sagde udvalgsformanden og fremhævede, at der bag et arrangement

som dette lå masser af frivillige arbejdstimer gemt. Derefter løb udvalgsformanden ud i regnen, som desværre tog lidt af oplevelsen i Roskilde. Alligevel var der en rigtig god stemning blandt de fremmødte, og børnene ville prøve banerne flere gange.

Larsen og frue glade på vej til målet efter at have fundet alle poster på banen!



"Hvordan skal kortet vende og hvad skal vi lede efter?"

60 børn og voksne prøvede orienteringsløb i Folkeparken på Find Vej-dagen i april.

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



Redaktion:
Kommunikati-
onsudvalget

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



Rasmus Krogh Madsen (tv) modtog Skovkarlenes Ungdomspokal for sine mange flotte resultater siden han startede med at løbe o-løb i 2011. Ud over de sportslige præstationer er Rasmus en rigtig god kammerat og er også flittig til at arrangere træningsløb og tegne baner til løb.

Andreas H. Boesen (th) kvalificerede sig ved EM i Sprint i Portugal i april sikkert til finalen. Her blev han nr. 36., ca. et minut efter vinderen. Andreas er udtaget til World Cup i Finland i juni.



Uddrag af OK Roskildes historie



Michael Jess Leth blev genvalgt som formand for OK Roskilde på Generalforsamlingen i februar.

Forårets flotte placeringer og kåringer



2. plads i Nytårsstafetten til Michael Kreiberg, Kim Baunehøj og Michael Andersen i Herreklassen.



Vindere af SM Stafet i maj i hhv. D/H 185 og DH 65. Fra venstre: Asger Jensen, Gerda Marie Christensen, John Tripax, Inge Jørgensen og Ane Veierskov

Skolemesterskaber i o-løb i Boserup



Ca. 75 elever fra 4. - 6. klasse fra Sct. Josef og Hedegårdenes skoler mødte op til en fantastisk dag i Boserup for at konkurrere i o-løb. 2 andre skoler meldte afbud. Der blev løbet i 3 klasser, begynder, let og mellemsvær, og børnene løb to og to. I år blev der anvendt Sportident til registrering for at gøre det lidt mere prof. Alle havde en god tur i skoven, selv de, der var "blevet væk" undervejs, kom i mål i godt humør!



Sparekassen Sjælland

LØBEREN
- Alt i udstyr til løb
www.loberen.dk

OK ROSKILDE
TEAM DANMARK ELITEKOMMUNE

