

Snitzlingen

Medlemsblad for Orienteringsklubben



August 2007 Nr. 5

Divisionsmatcher—det er NU det gælder

Efterårets træningstilbud

Ungdomsguf

Beretning fra U1 sommerlejren

O-ferie i Sverige

3 dage i Halland

O-ringen

Telefonbogsuddeling

**Orienteringsklubben Roskilde**

Bjæftevej 20
4000 Roskilde
Giro 2 17 03 02
Bank 6 160-1831004
e-mail : okroskilde@okr.dk
Hjemmeside : www.okr.dk

Kontingent

Senior 550 Kr/år
Junior 400 Kr/år
Familie 1.000 Kr/år
Passiv 250 Kr/år

Deadline for Snitzlingen nr. 6 er
den 14. oktober 2007

Forretningsudvalg :

Formand :	Ander Kragi	Spøtten 8	4000 Roskilde	46 38 37 51
Næstformand	Eva Grønberg	Højbyvej 23	4370 Lejre	46 48 13 83
Kasserer	Søren Borberg	Lundemarken 10	1000 Roskilde	20 93 28 87
Sekretær	Gert Petersen	Jerisinosavej 150	2670 Greve	43 90 00 66

Løbstilmelding : Morten Jensen Østergade 137 4340 Tøllase 59 940 87
E-mail : ravnholt@dlgpost.dk

Indmeldelser: Søren Borberg Lundemarken 10 4000 Roskilde 20 93 28 87
E-mail : sborberg@gpt?net.dk

Træningsudvalg :

tru@okr.dk			Kursus og kommunikation	
Ann-Marie Hansen	46 59 02 51		Trine Madsgaard	45 33 77 32
Mogens Hald Kristensen	46 32 62 12		Cup & Stævner	

Medlemspleje, fest og kultur :

Hanne Pedersen	46 49 81 85		Kent Pihl	43 52 72 36
Ane Vererstov	46 48 12 30		Morten Jensen	59 19 40 87
Is Møntzen	46 36 89 96		Hanne Pedersen	45 19 81 85

Ungdomsudvalg

Jan Frederiksen	27 57 06 91		Eliteudvalget	
Claus Pedersen	46 35 18 90		John Tripas	59 44 44 87
Johr Blasse Pedersen	46 40 12 48		Lars Vindegaard	45 48 13 83
Lars Vindegaard	46 48 13 83		Sofie Sørensen	45 38 39 44
Jette Kreiberg	46 36 37 31		Redaktion Snitzlingen :	
Janne Brunsted	46 36 37 31		snitzling@okr.dk	

Lokale og matrikler

Pet Tripas	46 36 60 60		Webgruppen:	
Freben Kristensen	44 66 41 13		Janne Brunsted	45 36 37 31
			Finn T. Petersen	45 32 29 37
			Birthe Nielsen	33 19 94 13

Formanden har ordet

Nordpilen—vores fælles mødested

Det er nu godt 10 siden vi flyttede fra Rørmosen til Bjældevej. Den gang havde vi nogle forsigtige mål om hvor meget klubhuset ville blive brugt. Historien har vist, at den forsigtighed heldigvis blev gjort til skamme. Klubhuset bruges rigtig meget og der er dage, hvor rammerne bliver sprængt. Derfor besluttede vi på årets generalforsamling at undersøge mulighederne for at udvide klubhuset for at få mere lagerplads og større bade / omklædning faciliteter. Projektet er kommet i gang med en lille arbejdsgruppe (Peter Jensen, Per Tripax, Henning Rasmussen og undertegnede) og ”vores husarkitekt” (Henning Rasmussen) har lavet forslag til hvordan vi på en elegant måde kan udvide klubhuset og opnå den ekstra plads, vi gerne vil have.

I arbejdsgruppen har vi også drøftet hvorledes planerne kan realiseres og vi er blandt andet kommet til den konklusion, at vi ikke vil satse på at gennemføre byggeriet ved frivillig arbejdsindsats fra klubbens medlemmer – et klubhus byggeri må være tilstrækkelig. Derfor regner vi med at få udefrakommende håndværkere til at lave udvidelserne.



Bliver det dyrt? Det ved vi ikke endnu, men heldigvis har Peter Jensen i kraft af sin uddannelse og arbejde de bedste forudsætninger for at regne på hvad en sådan udvidelse skal koste. Så må vi bare håbe at kasserer og bror Søren Jensen har pengene! Det er ikke nogen stor hemmelighed, at klubben har en pæn formue, en del af denne er placeret i aktier i Roskilde Bank. Dette har indtil sommeren været en ganske god forretning, men lige som aktier kan stige meget så kan de også falde og ingen kan vide hvornår det er det rette tidspunkt at købe eller sælge. Bestyrelsen har drøftet dette og vil gøre hvad

vi kan for at sikre vores aktiver. Forhåbentlig kan vi sælge vores aktier med en god for tjeneste og sikre penge til at gennemføre klubhusudvidelsen.

For en god ordens skyld skal jeg nævne, at det ikke er besluttet at udvide klubhuset – alt hvad der sker nu er undersøgelser, der skal laves for at vi kan træffe en beslutning på vinterens generalforsamling. Vi glæder os til at præsentere vores ideer.

Sommeren har også budt på forandringer på det sportslige plan. Vi har gennem nogen tid drøftet mulighederne for at indgå i et klubsamarbejde med andre klubber for at vores ældste ungdomsløbere kunne deltage i større internationale stafetter og løb. Dette samarbejde har vi gerne villet, fordi vi har konkluderet, at vi ikke selv har erfaringerne med deltagelse i sådanne løb og heller ikke tilstrækkelig mange løbere. Vi har derfor været i kontakt med og blevet kontaktet af henholdsvis Farum-Tisvilde Hegn OK og Spring Cup OK. Valget er faldet på den sidste klub, Spring Cup OK, idet vi har vurderet at denne klub (der består af FIF, OK Øst og Søllerød) samlet set bedst matchede vores ungdomsløbere. At vi så også arrangerer Spring Cup med 2 af klubberne gør så heller ikke noget, men Spring Cup OK og stævnet Spring Cup er to forskellige ting.

Med håbet om en god efterårssæson til alle

Anders

Havedag i Nordpilen

Alle indbydes til at fjerne ukrudt, klippe hæk, og andre vigtige opgaver ved vores klubhus.

Vi mødes lørdag 15-9 kl 9.30 og slutter med Boserupløb for dem der har lyst til et O-løb.

Der vil være morgenmad til de fremmødte så giv mig besked hvor mange fra din familie der kommer, så vil der være nok til alle!

På gensyn! Eva Grønberg vindegaard-groenberg@mail.dk



Divisionsmatch:

2. division - 2. runde



lørdag den 22. september i Hornbæk Plantage.

Arrangør: FIF HillerødKort: Hornbæk Plantage 1:10.000 fra 2005.

Modstandere: Allerød OK, Ballerup OK og Søllerød OK

1. start klokken 10:00

Mulighed for samkørsel i private biler. Mødetid ved klubhuset 08:15.

Man afregner selv med chaufføren.

P-plads umiddelbart øst for 11-km-stenen på nordsiden af vej 237 i Hornbæk Plantage. Skærm ophængt. Stævneplads umiddelbart øst for parkeringen (max 600 meter).

Afstand fra stævneplads til start: 200 meter

Der er gratis børnebane på stævnepladsen.

Der er mulighed for bad i Kattegat (50 meter fra stævneplads).

Tilmelding via O-service eller til undertegnede senest fredag den 14. september klokken 19:00.

Klubben betaler din startafgift.



Om aftenen er der fællesspisning i klubhuset.

Morten Jensen



Praktisk information for begyndere

Er du lige startet med at løbe orienteringsløb, er disse sider måske noget for dig. Læs om de forskellige løbsformer og om hvordan du kan finde information om de mange aktiviteter i OKR. Vi glæder os til at se dig i skoven og i klubben.

Træningsløb	Fra Lørdag den 18-8-07 vil der være baner i Boserup, hvor du kan lære noget mere om orientering. Startpersonalet vil være der til at hjælpe dig. Du kan læse mere på vores hjemmeside ”under træning”.
Kredsløb	Når der på kalenderen står kredsløb, kan du også deltage. Her er banerne opdelt i klasser efter alder og evner. Du får fast starttid og du løber med en sportidentbrik, som en chip, der registrerer de poster du finder undervejs.
Divisionsløb	Er et løb hvor klubberne konkurrerer med hinanden efter et særligt pointsystem. Alle løbere kan deltage , og du skal allerede nu sætte kryds i din kalender den 22-9 og den 13-10, for der skal alle fra klubben ud og løbe. Du kan roligt tilmelde dig. Der er klasser for alle, og det er jo lidt af en pligt at repræsentere sin klub. Efter løbet har vi fællesspisning i klubben, hver familie tager en ret med og så laver vi byens bedste ” tag selv bord”. Læs mere om divisionløbet et andet sted i bladet.
Kredsløb den 30/9 i Valbo- rup	Kom og deltag i dette løb. Det forgår i skoven nær Hvalsø, så det er næsten hjemmebane. Du skal tilmelde dig til vores løbstilmelder inden den 23-9. Er du i tvivl med hvilken bane du skal løbe og hvordan du kommer derud så ring til mig.

Fællesspisning	Her er du også velkommen til at komme og være med Du kan på hjemmesiden se hvornår det er, og hvem der er kok den dag. Er du i tvivl kan du altid ringe eller sende en mail til mig. Men tilmelding er nødvendig pga. indkøb.
Intern mailliste	Vi har i klubben en intern mailliste, kaldes ”okrlist ” hvor vi hurtig kan sende information ud til medlemmer som er med på listen. Her kan der hurtigt aftales en tur til et træningløb, eller mangler man kørelejlighed til et løb er det også en hurtig måde. Du kan komme med på listen ved at kontakte web-gruppen på webteam@okr.dk.
Kalenderne på www.okr.dk	Her kan du se hvile tilbud der er vedr. løb, træning o.l. På kalenderne er der sat nogle små røde cirkler. Der hvor de er sat, er der mulighed for at komme ud at løbe selvom man ikke har prøvet det så meget.
Kontaktperson	Er du tvivl eller du har brug for at vide mere kan du kontakte mig, på telefon 46 49 81 85. Hanne Pedersen

Gå ind på www.okr.dk og læs om klubben og dens aktiviteter.





Ungdomssiderne



HUUURAAH!

- * 7/9: *MELISSA ULSØE JESSEN* 11 ÅR
- * 11/10: *SIGNE NØHR-NIELSEN* 15 ÅR
- * 23/10: *MADS MIDTGAARD FRICH* 10 ÅR
- * 24/10: *CAMILLA MEYER* 17 ÅR

HUUURAAH!





Ungdomssiderne

UNGDOMSTRÆNING!

TIRSDAGE: KL. 17.30 – 19.00

MØDESTED: ALTID KLUBHUSET—

MED MINDRE ANDET OPLYSES.

LØBE— ELLER O-TRÆNING FOR

ALLE U-LØBERE

TORSDAGE: KL. 19.00

MØDESTED: ALTID KLUBHUSET—

MED MINDRE ANDET OPLYSES.

LØBE— ELLER O-TRÆNING HVIS

DU ER FYLDT 12 ÅR!



Ungdomssiderne



**ET
STORT
VELKOMMEN**

I ORIENTERINGSKLUBBEN ROSKILDE

SIGNE NØHR-NIELSEN





Ungdomssiderne

2. del af O-sæson 2007

25.8.: Mini kursus - Ravnsholt Skov

25.8.: JyskFynskMesterskab - Stafet - Stenderup

26.8.: JyskFynskMesterskab - Lang - Stenderup

2.9.: Kredsløb - Grib Skov

8.9.: DM - Stafet, Klinteskoven

10.9.: DM - Lang, Klinteskoven

16.9.: Kredsløb - Tisvilde Hegn Vest

22.9.: Skovcup - Rude Skov

22.9.: Divisionsmatch (2. div.), Hornbæk Plantage

26.9.: SM Nat - Græsted-Aggerbo Hegn

29.9.: Mini Kursus - Præstevang

30.9.: Kredsløb - Valborup

7.10.: Kredsløb - Gribskov Syd

10.10.: SM Nat - Klosteris Hegn

13.10.: Divisionsoprykningsmatch (til 1. div.), Kongsøre Skov

De fleste af ovenstående "løbstilbud" er hentet fra O-service - Husk at tjekke den for at finde lige de løb du syntes kunne være spændende. Tal eventuelt med en af de øvrige u-løbere eller en af os i UU og hør nærmere.



Ungdomssiderne

Efter morgenmaden fik vi lidt tid til at børste tænder og hår, og så skiftede vi til løbetøj. Vi skulle køre i mini busserne (som vi havde lejet) ud til det første løb. Det var et tørt og fint løb for mig, og så snakkede vi hele vejen hjem til gården.

Efter vi havde været i bad gik nogle piger og jeg længere ned af vejen til nogle store halmballer som vi hoppede rundt på i timevis, det var skide skægt.

Imens vi fik lidt mad at spise fik vi også en besked fra en af lederne om at der var en oprydning konkurrence hvor at lederen (Gunnar) kom rundt på værelserne 3 gange og gav os karakter. Præmien var en pakke kager.

Efter maden gik alle over på værelserne og ryddede op, om aftenen kom Gunnar så ind og gav os en karakter, pigerne fik et 9-tal og drengene 8.

Næste morgen var der allerede rodet igen, og den 2 inspektion var lige efter morgenmaden. Så vi skyndte os at spise og så op at rydde op, vi havde kun 10 minutter. Vi havde formet vores tasker så der stod: O-Løb, og det fik vi 8 for. Og drengene fik denne gang 9 point, så det stod lige med pointene. Den sidste inspektion var om aftenen, så vi havde masser af tid til at forberede os efter det andet løb, hvor vi igen kørte i busserne til. Der var to baner man skulle løbe, en almindelig bane og et linie-løb. Og vi fik lov til at løbe sammen to og to, det var hyggeligt. Da vi så kom hjem lagde vi en stor plan for hvordan vi skulle indrette værelset, vi gjorde det sådan så at der var 4 som sad på orienteringsstole og spillede kort på det som vi lejede var stævnepladsen.>> >> >> >> >> >>



Ungdomssiderne

Så var der en som skulle løbe rundt i værelset og finde forskellige poster som vi selv havde lavet, vi havde gemt under gran som vi havde taget ind så det lignede en skov. Hun løb med et kort og et kompas og så havde vi skrevet start og mål på noget papir som vi hængte op. Vi havde også lavet en sang om en orienteringsløber ude i en skov, og den var der 2 som sad og sang nede i hjørnet. Det var rigtig sjovt at lave et helt teater stykke, og vi vandt stort over drengene.

Samme dag skulle vi også løbe en slags stafet hvor vi blev delt op i hold og så skulle vi løbe så mange baner på cirka 1,5 km, som vi kunne nå på en time, og jeg var hurtigst på den første runde.

Næste morgen skulle vi bare pakke sammen og gøre rent og så havde vi lidt tid til at løbe rundt og lege. Men vi kunne ikke køre hjem på det tidspunkt som vi skulle, for vi brugte 1 time på at få en dyr bold ned fra et træ. Men vi nåede heldigvis færgen hjem, og det var dejligt at komme hjem og holde sommerferie.

☺ Skrevet af Isabella Sihm ☺



Ungdomssiderne



Kqviiitzzz'en!!

Kqviiizzz'en i Snitzlingen nr. 4-2007 var yderst skræmmende!

Den heldige kqviiitzzz'vinder blev: retfærdigt og for det hurtigste svar:

Rasmus Leth Jess!

Ny Kqviiitzzz: Hvorfor er der ikke flere u-løber som skriver historier til ungdomssiderne?

Sms/ring svaret til: 27 57 06 91

eller

send en mail til: janbirthe2005@yahoo.dk



Ungdomssiderne

U-KURSER & SOMMER- LEJR 2007

Mini: (8) 9 – 10 år = Født 97–98 (99)

U1: 11 – 12 år = Født 95–96 U2: 13 – 14 år = Født 93–94

U3: 15 – 16 år = Født 91–92 Junior: 17 – 20 år = Født 87–90

HUSK!! I er altid velkommen til at kontakte enten trænere eller en i u-udvalget og høre nærmere om, hvad kurser og sommerlejr er for noget, eller hvis der er andet I ønsker en nærmere forklaring på. Eller spørg en af de andre U-løbere i klubben (de ved jo alt....).

PRIORITER AT TAGE PÅ DISSE KURSER OG SOMMERLEJR'N, HVOR DU MØDER/TALER/LEGER/O-HYGGER DIG MED LØBERE - OGSÅ FRA DE ANDRE KLUBBER!

Gruppe Kursusweekender

Sommerlejr

Junior	23.-25. november.	Afholdt
U3	23.-25. november.	Afholdt
U2	23.-25. november.	Afholdt
U1	27.-28. oktober.	Afholdt
Mini	29. september + 27. oktober.	Ingen

Fællesspisninger i efteråret 2007

Her er datoerne for dette års fællesspisninger. Hvis der er nogle der kunne tænke sig at være med til at lave mad, eller at stå for et måltid, så meld tilbage til mig hvilken dag der passe dig/jer.

Du kan se hvem der skal have tilmelding de forskellige dage på www.okr.dk, eller du kan ringe eller sende en mail til mig.

Hanne

Dato	Tilmelding	Chefkok
14-8	11-8	Hanne
28-8	25-8	Ib
11-9	8-9	Ib
25-9	22-9	Hanne
9-10	6-10	Kirsten
23-10	20-10	Ib
13-11	10-11	
27-11	24-11	
11-12 julemiddag	8-12	Hanne / Ib

Tilbud fra træningsudvalget

Månedens løb

- September: Divisions match den 22.9.2007
- Oktober: Divisions match den 13.10.2007
- November: Klubmesterskab ikke fast endnu

Træning:

Der vil her i efteråret være træning sammen med ungdommen om tirsdagen, når det er muligt.

Træningsudvalget vil endvidere gerne opfordre alle til at deltage i så mange løb som muligt. Nu varer det ikke længe før bladene falder af træerne

og vinteren står for døren og dermed også VTR løbene som er en rigtig god vintertræning for de rigtige gode, de gode, de mindre gode og til sidste alle os der vil have en lang tur i skoven. Se www.okr.dk med hensyn til tid og sted.

På med pandelamperne og ud i den mørke skov.

Træningsudvalget har planlagt natløbstræning tirsdagene den 2. og 23. oktober.

Nærmere information følger

Vi ses i skoven

Træningsudvalget



3 dage i Halland i juli måned



Lokket af en farvestrålende brochure med flotte billeder af åben bøgeskov, sten så store som biler, mennesker, der bader ved en sandstrand i strålende solskin lod vi os lokke til Halland 3-dagars. Nu skulle det være en smule luksus, så vi ville gerne leje en campinghytte, men de lejes kun ud i hele uger og var i øvrigt allerede udlejet, da vi surfede rundt i maj måned for at finde en hytte. Nå' - det bliver jo alligevel solskin, så vi kan bare taget teltet med i stedet! Det blev det ikke helt. Men til gengæld fik vi selskab af Lars og Eva samt 3*C (Carina, Casper og Claus), så det mere end opvejede den manglende luksusindkvartering.



Hallands 3-Dagars er et "lille" stævne, der var kun ca 2.000 løbere, men ellers arrangeret lidt som O-ringen. En stor fælles campingplads med det man kunne forvente. dog intet salg af mad – lidt et problem, når man ikke lige har tænkt sig om. Arrangørerne trøstede os dog med, at den nærmeste købmand lå meget tæt på, nærmeste by. Det viste sig at være 12 km fra campingpladsen – Sverige er et stort land, selv i Halland, men heldigvis har de ingen lukkelov, så der er jo åbent når man brug for det.



Stævnet var et klassisk 3 dages løb med jagtstart sidste dagen. Første etape blev afviklet fredag aften og var derfor et mellemdistance løb, ikke alle løbstider afspejlede dette – men der var jo også mange sten i skoven. De to næste løb var klassiske løb (distancer) men der havde vi jo også hele dagen! Vi vandt ikke men havde nogle gode løb i spændende terræner. Det var ikke rigtig svært, men udfordrende. Stævnepladsen var den samme for alle 3 dage og lå i behagelig gangafstand fra campingpladsen. Alt i alt et godt stævne, som jeg varmt kan anbefale. Forhåbentlig bliver det i 2008 koordineret med junior VM, der afvikles i Göteborg i juli måned, så bliver der to gode stævner at tage til.



Hilsen

Anders (Jacob & Leni)



Læs nedenstående spændende beretning fra O-ringen. Jeg har tilladt mig at forkorte indlægget. Indlægget i sin fulde længde og med alle billeder kan læses på www.okr.dk.

Henrik Skovmark – redaktør.

O-ringen – oplevelser i verdensklasse...

O-ringen – eller 5-dagars - er svensk orienterings flagskib og verdens største orienteringsstævne. I år samlede arrangementet i Östergötland 14.300 deltagere fra alle hjørner af verden. Omkring 50 fra Danmark og under 10 fra OK Roskilde. De 3 indlagte worldcupafdelinger medvirkede til at gøre stævnet til den herlige blanding af folkefest og eliteidræt som er med til at gøre vores sport til noget helt særligt. Næste års O-ringen foregår i det de ursvenske landskaber i Dalarna og er af flere grunde et godt bud på en klubtur.

Ikke så snart var teltet rejst søndag aften før de første blygrå skyer samlede sig i horisonten. Fra kl 23 og til kl 18 næste dag regnede det i stænger. Det forvandlede meget hurtigt området i almindelighed til noget der bedst kan sammenlignes med Dyrskuepladsen derhjemme, og genboens lejr i særdeleshed til noget der bedst kan sammenlignes med Jagtvej 69 – efter rydningen.



Mandag: Da der jo sådan set var tale om en form for sommerferie overbeviste vejrudsigten og morgenregnets trommen på teltdugen os hurtigt om, at 4 dages orientering nok kunne være ligeså givende som 5 – den samlede førsteplads i vores respektive klasser var nok alligevel udenfor rækkevidde. Således forlod vi soveposerne og tilbragte dagen som Turist i Linköping.

Tirsdag var det så endelig tid til at komme i skoven. Stævnepladsen var den samme de tre første dage og de to sidste. Dagens løb var i svagt kuperet blåbær nåleskov med en del stormfald, moser og vandløb – nu med forhøjet vandstand. Banerne var tunge og resultaterne ikke noget at skrive hjem om. Rasmus var på forhånd blevet så betænkelig over en Sorø-mors fortælling om de særligt komplicerede svenske H10-baner, hvor man endnu ledte efter forsvundne børn fra de forrige år, at han i stedet løb en åben bane. Det gik rigtig godt! Men omklassificering foregik nogenlunde ligeså smidigt som at købe en togbillet i Indien.

Ude i skoven udspillede sig fantastiske scener hvor deltagere blev set dykke efter tabte kort eller SI-brikker i vandfyldte skovmaskinespor eller på vej op ad den samme stejle lerskråning som 10.000. par orienterings-sko havde masseret grundigt dagen før.



Onsdag stod den på korte baner i det samme område som tirsdag. Hele familien løb nu sin egen klasse – og det gik rigtig godt! Solen kiggede frem og alle var i den bedste tredjedel – så nu var der blod på tanden til de sidste to dage.

Torsdag var stævnepladsen så flyttet til en skoleidrætsplads tæt på E4. Banerne lå på den anden side af motorvejen. Men hvor skoven lå på ler de første dage var underlaget nu sand – d.v.s. tørt! Afstanden til start gav god anledning til at lade op til dagens løb: 2,6 km til stævnepladsen fra campingpladsen og dernæst 3,8 km til start. Drevene O-ringendeltagere har cykel med! Løbet gik over stok og sten i et meget letløbet og næsten parkagtigt terræn – bl.a. en stor grusgrav

– men også et snedigt område med smalle åse og dybe kløfter – ofte med en post i hver. Bare ikke din!

Om aftenen fik vi tid til at hænge ud på C-orten hvor man bl.a. kunne prøve O-skydning – en kombination mellem orientering og skiskydning som Rasmus bestemt viste talent for.



Fredag gik den vilde jagt i en bynær skov syd for byen, med motionsspor, en nedlagt jernbane, en fyldplads og en sportsplads. Indløbet til stævnepladsen var præget af at alle skulle gennem de samme tunneller under omfartsvejen. Opløb gennem villakvarter og op over en til lejligheden bygget bro på stævnepladsen. Linnea fik desværre den tvivlsomme fornøjelse at være alene i skoven i et kortvarigt, men heftigt tordenvejr.

Havde man nu mod på det kunne man blive til "6. etape" fredag aften, som indeholdt disciplinen "udslæbning af campingvogn fra pløjemark med bælteketøj".

Vi valgte i stedet at pakke teltet og køre "hjem" til Småland hvor vi havde forladt vores sommerhus en uge tidligere. Her kunne vi konstatere at vandet i "vores sø" var steget 50 cm i løbet af ugen – så meget regnede det trods alt ikke på O-ringen. Klokken 23 kunne vi gå til ro efter en fantastisk uge – en uge i verdensklasse, der virkelig giver mod på efterårets ture i skoven.



Michael Leth Jess (Hanne, Linnea & Rasmus)



Välkommen till ett O-Ringen
du aldrig tidigare upplevt!
SÄLEN-DALARNA 21-25 JULI 2008

Næste år finder O-ringen så sted i Dalarna – nærmere bestemt omkring skisportsstedet Sälen fra d. 21.-25. juli 2008. Arrangørerne lover "det mest spektakulære O-ringen nogensinde". Det indebærer bl.a. at campingvogne og telte som udgangspunkt er aflyst. I stedet loves klubvis indkvartering i områdets sommerlige skihytter til en pris på 350-495 SEK pr. seng og uge. Til sammenligning var prisen i år 950 SEK for de billigste campingpladser. Orienteringsmæssigt byder området på helt særlige udfordringer de to første etaper foregår omkring Berga – der hvor Vasaløbet starter om vinteren. Tredje og fjerde etape foregår omkring Hundfjället. Fjerde etape med start på toppen, lifttransport derop og elementer af decideret fjeldorientering. Femte etape har mål ved Lindvallen og foregår i et skrånende skovterræn med start og mål i samme højde. Første tilmeldingsfrist er 1. november. Sidste tilmeldingsfrist er 1. juni 2008. Herimellem stiger prisen fra 980 til 1210 SEK.

Har man alligevel tænkt sig at give det skandinaviske sommervejr endnu en chance næste sommer synes jeg det er O-ringen 2008 er et rigtig godt tilbud på en sommerferieuge med vinterferiestemning og faktisk også et godt udgangspunkt for endnu en uges ferie i en spændende del af Sverige – eller for den sags skyld Norge (der er ganske få km til grænsen). Jeg har lagt 3 aviser om "O-ringen i Dalarna 2008" i Nordpilen, læs dem flittigt eller gå ind på www.oringen.se.

Måske ses vi?

Michael Leth Jess (Hanne, Linnea & Rasmus)



★ Oprykningsmatch ★



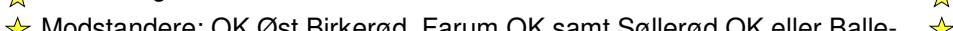
★ Lørdag den 13. oktober i Kongsøre Skov



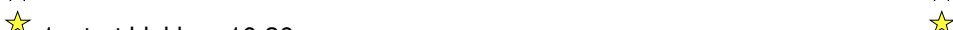
★ Arrangør: Holbæk OK



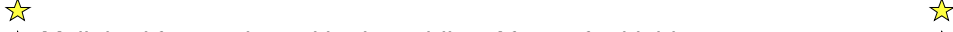
★ Kort: Kongsøre Skov 1:10.000 fra 2004 med enkelte rettelser 2007.



★ Modstandere: OK Øst Birkerød, Farum OK samt Søllerød OK eller Balle-
rup OK



★ 1. start klokken 10:30



★ Mulighed for samkørsel i private biler. Afgang fra klubhuset 09:00.



★ Man afregner selv med chaufføren.



★ Stævnepladsen er beliggende for enden af Sandskredsvej på
"Sandskredet", beliggende lige ud til Isefjorden.



★ Der er kantparkering på Sandskredsvej. Afstand til stævneplads er 100 -
500 meter. Afstand fra stævneplads til start: 200 meter



★ Der er gratis børnebane på stævnepladsen.



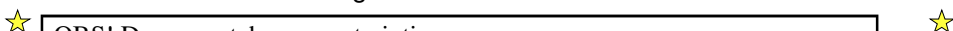
★ Der er mulighed for bad i Isefjorden.



★ Tilmelding via O-service eller til undertegnede senest fredag den 5. okto-
ber klokken 19:00.



★ Klubben betaler din startafgift



★ OBS! Denne match er meget vigtig -
for den afgør om vi skal løbe i 1. eller 2. div.n i 2008.



★ Rykker vi op, holder vi oprykningsfest i klubhuset samme aften.



★ Morten Jensen



Statistik for divisionsturneringen - del 1

Af Morten Jensen

Divisionsturneringen afvikles i år for 20. gang.

I Slagelseskovene i april scorede vi 350 point (rekord) - og totalen er nu oppe på 9413,5 point.

341 forskellige løbere har deltaget for OK Roskilde - 239 løbere har erobret point.

Flest antal deltagelser

1988 - 2007

Løbere der oftest har deltaget i en divisionsmatch for OK Roskilde.

1. Steen Baunehøj 39
2. Anders L Kragh 37
2. Inge Jørgensen 37
2. Anne-Mette Jansen 37
2. Eigil Sørensen 37
6. Finn Olsen 35
6. Gert Pedersen 35
1. 8. Hanne Pedersen 34
8. Robert Simonsen 34
8. Morten Jensen 34
11. Mogens Brun 33
12. Dagny Rasmussen 32
13. Asger Jensen 31
13. Ib Mortensen 31
13. Henning Rasmussen 31
16. Lars Olsen 30
16. Claus Rasmussen 30
16. Erich Petersen 30
16. Bjarne Pedersen 30

Meld dig som telefonbogsuddeler

Du kan direkte være med til at styrke klubbens økonomi, så vi kan opretholde det nuværende aktivitetsniveau. Det gør du ved at melde dig som uddeler ved den årlige telefonbogsuddeling.

OK Roskilde har gennem de seneste 17 år haft en god ekstraintægt ved at dele telefonbøger ud hvert efterår.

For at holde klubbens økonomi på det nuværende niveau, skal vi igen i år dele godt 37.000 telefonbøger ud i hele Roskilde-området. Igen i år vil vores gode venner fra Holbæk OK deltage i uddelingen.

Telefonbøgerne forventes i år at blive leveret i *uge 45* og *uddelingen skal afsluttes senest søndag den 25. november.*

Der vil som de tidligere år være en *uddelerpræmie til alle*, der deltager aktivt i uddelingen af telefonbøger.

Koordineringen af uddelingen vil igen i år blive varetaget af Erich Petersen, Anders Kragh og Annette Petersen. at vi kan planlægge i god tid, beder vi dig *melde dig allerede nu*, så vi kan fordele områderne så godt som muligt, så der ikke er nogen, der bliver overbelastede.

For jer, der tidligere har været med, vil I automatisk få samme område som I plejer, hvis ikke I udtrykkelig ønsker at skifte. Men husk, at vi gerne vil have et *positivt tilsagn om, at I også er med i år.*

Nye uddelere er meget velkomne. Alle kan være med! Vi forsøger at fordele det, så der er mindst én erfaren uddeler i hvert område.

Alle uddelere vil modtage en *grundig instruktion umiddelbart inden uddelingen.* Meld dig også til OK Roskildes mailliste (ved at sende en mail til webgruppen@okr.dk), hvor de seneste nyheder sendes ud, samtidig med at de sættes på hjemmesiden.

Meld dig senest 15. oktober 2007 til:

Annette Petersen, tlf. nr.: 46 32 29 37 eller e-mail: apetersen@post.cybercity.dk

www.o-butikken.dk

Højager 21
2980 Kokkedal
Tlf.: 49149809
Fax.: 49149801
E-mail: O-Butikken@mail.dk

Din O-butik
ved åbne løb,
mandag fra 17-19
samt efter aftale og postordre.
Vi sender gerne en prisliste.

Salg og leje af SPORT *ident*

CASIO



Husk at besøge vores hjemmeside :

www.okr.dk

Her finder du de aktuelle nyheder om klubben

Vær også med på vores mailservice :

okrlist@okr.dk

Her får du tilbud om samkørsel og meget andet

Tilmeld dig mailservicen hos web-gruppen :

webteam@okr.dk

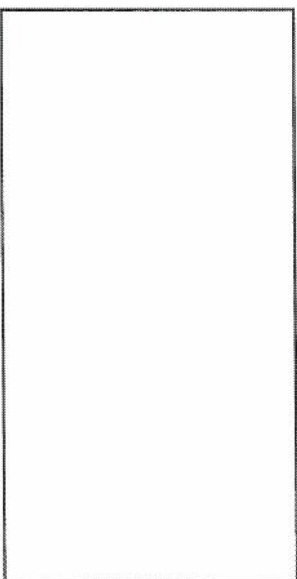


POST

B

PP

DANMARK



OK Roskilde
Bjældevej 20
4000 Roskilde