

# *Snitzlingen*

Medlemsblad for Orienteringsklubben Roskilde



**Oktober 2007 Nr. 6**

**Tilbage i 1. division**

**Reportager  
fra divisionsmatcher**

**Vintersæson**

**WWW.OKR.DK**

**Orienteringsklubben Roskilde**

Bjældevej 20  
 4000 Roskilde  
 e-mail : okroskilde@okr.dk  
 Bankkonto: 6160-1821004  
**Hjemmeside : www.okr.dk**

**Kontingent**

Senior 550 kr./år  
 Junior 400 kr./år  
 Familie 1.100 kr./år  
 Passiv 250 kr./år

<b>Snitzlingen:</b>	Deadline	Udkommer
Nr. 7	9. december	22. december

**Forretningsudvalg :**

Formand :	Anders Kragh	Søtoften 8, 4000 Roskilde	4638 3751
Næstformand	Eva Grønberg	Højbyvej 23, 4320 Lejre	4648 1383
Kasserer	Søren Borberg	Lundemarken 10, 4000 Roskilde	2093 2887
Sekretær	Gert Petersen	Jerimosevej 190, 2670 Greve	4390 0066

**Løbstilmelding**

Morten Jensen	Østergade 137, 4340 Tølløse	59 19 40 87
	E-mail: ravnholt@dlgpost.dk	

**Indmeldelse**

Søren Borberg	Lundemarken 10, 4000 Roskilde	2093 2887
	E-mail: s.borberg@get2net.dk	

**Træningsudvalg :****tru@okr.dk**

Formand	Vakant
Mogens Hald Kristensen	4632 6212

**Medlemspleje, fest og kultur**

Hanne Pedersen	4649 8185
Ane Veirskov	4648 1230
Ib Mortensen	4636 8996

**Ungdomsudvalg**

Jan Frederiksen	2757 0691
Claus Pedersen	4635 1890
John Blaase Pedersen	4640 1248
Lars Vindegaard	4648 1383
Jette Kreiberg	4636 3731
Janne Brunstedt	4636 3731

**Lokale og materialer**

Per Tripax	4636 6060
Preben Kristensen	4466 4113

**Kursus og kommunikation**

Trine Midtgaard	4632 7732
-----------------	-----------

**Cup & Stævner**

Kent Pihl	4352 7238
Morten Jensen	5919 4087
Hanne Pedersen	4649 8185

**Eliteudvalg**

John Tripax	5944 4487
Lars Vindegaard	4648 1383
Sofie Sørensen	4638 3944

**Redaktion af Snitzlingen**

Henrik Skovmark	4619 3380
E-mail: snitzling@okr.dk	

**Webgruppen**

Janne Brunstedt	4636 3731
Finn T. Petersen	4632 2937
Birthe Nielsen	3819 9413

## Strukturreform i OK Roskilde?

I politiske kredse er det meget oppe i tiden at tale om og vedtage reformer, i flæng kan nævnes velfærdsreform, strukturreform for kommunerne, kvalitetsreform med mere. Alt efter politisk ståsted kan man være enige eller uenige i indholdet af disse reformer.

”Reformbølgen” har også ramt OK Roskilde nu. Vi har gennem lang tid haft den samme organisation med en stor hovedbestyrelse, der ideelt set skulle bestå af formændene for en række underudvalg. Imidlertid har kunne meget få af disse udvalg fungeret som udvalg med mere end forkvinden som medlem. Ligeledes har en række udvalg med tiden fået et overlappende arbejdsområde. Herudover har det været svært at finde frivillige til en række opgaver, vores løbstillmelder Morten Jensen har gennem et helt år ønske at stoppe men været så venlig at fortsætte indtil vi kunne finde en afløser, hvilket vi indtil videre ikke har kunnet. Ligeledes halter vores korttegning og Kent havde også visse udfordringer ved at bemande divisionsmatchen vi arrangerede i begyndelsen af oktober. Der er altså visse udfordringer med at få organisationen til at fungere.

På trods af ovenstående skal vi dog ikke glemme, at der er rigtig meget der fungerer rigtig godt i OK Roskilde. Vi er mange der kommer til løb, vi har et velfungerende klubhus og godt klubliv og en ungdomstræning, der bare fungerer.

Ovenstående har ført til, at vi i hovedbestyrelsen har besluttet at se på hvordan vi er organiseret. Gør vi tingene på den rigtige måde? Er opgaverne fordelt optimalt? Gør vi de rigtige ting – er der noget vi gør nu som vi skal undlade at gøre og omvendt, forsømmer vi noget?

Det er store spørgsmål som ikke lader sig besvare uden længere tids tænkepause og fundering. Denne proces starter vi den 29 oktober hvor hovedbestyrelsen holder et ekstra ordinært møde med disse emner som eneste punkt på dagsorden. Der er ikke sat deadline for dette arbejde og da det meget vel kan tænkes, at det vil betyde vedtægtsændringer, så er min vurdering, at det først endelig er på plads ved generalforsamlingen 2009.

Parrallet hermed i processen med at formulere nye mål for klubben startet med et lille udvalg bestående Kirsten Juda, Claus Pedersen og undertegnede, da de nuværende udløber med dette år. Mål og organisation hænger sammen og forhåbentligvis kan de to processer inspirere hinanden.

Har du løst til at medvirke til noget at ovenstående så er du selvfølgelig meget velkommen, også bare for en kommentar. Der foregår derfor rigtig meget for tiden med at fundere over hvor vi skal hen og hvordan – ganske som i vores sport: vejvalg og kortlæsning.

På gensyn i efterårsskoven

Anders

# TILBAGE TIL 1. DIVISION

## *rapport fra oprykningsmatch 13. oktober*

Efter kun en enkelt sæson er vi nu tilbage i 1. division. I Kongsøre Skov blev det afgjort, at Farum OK og OK Roskilde skal bytte plads mellem de to øverste divisioner. Dette blev behørigt fejret med champagne.

Holbæk OK var glimrende værter i Kongsøre Skov. Stævnepladsen var ideelt placeret ned til Isefjorden. Banerne fik mange rosende ord med på vejen - de var i hvert fald knapt så lange og anstrengende som tre uger tidligere i Hornbæk Plantage.

Vi var den klub, der havde flest startende. Af 211 deltagere var 73 løbere fra OK Roskilde Et forholdsvis lavt deltagerantal, hvor efterårsferien må tage sin del af skylden. 42 klubmedlemmer har deltaget i alle årets tre matcher.

Selvom det kun var tre uger siden, vi sidst løb, så var der alligevel tre debutanter: **Katrine Borberg Aaby** (6 år!), **Jacob Larsen** og **Henrik Boesen**.

Tre løbere deltog på holdet for 25. gang. Det var **Kim Baunehøj Pedersen**, **Henrik Torp Andersen** og **Birthe Nielsen**. Kim debuterede i foråret 1996 og har kun misset en enkelt gang siden. Både Birthe og Henrik debuterede i 1994.

Fem løbere deltog for 10. gang: **Michael Andersen**, **Runa Ulsøe**, **Ida Sander**, **Katie Sørensen** og **John B Pedersen**.

**Ane Veierskov** blev valgt som ”dagens løber”. Hun blev takket for indsatsen med at finde passende overnatningssteder til klubben ved de årlige Påskeløb. Det er ikke nogen let opgave! Ikke nok med hun finder stederne, hvor vi bor - hun sørger også for, at det hele fungerer, mens vi er der. Desuden har Ane altid været en flittig deltaget ved divisionsløbene - 30 deltagelser - og scorer ganske ofte point.

”Firlingerne”, der er blevet til ”trillinger”, blev uddelt til **Anita Nøhr-Nielsen**, **Lisbet Radisch** og **Maud Søderholm**. Alle tre var lang tid ude i skoven i Hornbæk - men kæmpede bravt og gennemførte. Så bamsen blev uddelt som en anerkendelse for ikke at give op.

I den efterfølgende gennemgang bane for bane nævnes alle løbere fra OK Roskilde, der tog point med hjem fra Kongsøre Skov. Det var der denne gang 36 løbere, der gjorde. Pointene efter løberen er angivet i alfabetisk rækkefølge: Farum OK, Søllerød OK og OK Øst Birkerød

### **BANE 1 \* \* \* H 17-39**

For tredje gang i træk blev **Martin Laage Kragh** (9-10-9) bedste herreløber fra OK Roskilde - og i Kongsøre Skov blev det til en meget fornem tredjeplads. Den bedste Roskilde-placering siden efteråret 2002, hvor finnen Jens Perus blev nummer to.

**Kim Baunehøj Pedersen** (7-9-7) løb et fremragende løb - og fjerdepladsen er Kims fornemste resultat. De to Michael'er var meget jævnyrdige, da kun to sekunder skilte dem. **Michael Kreiberg** (4-6-3) blev otter og **Michael Andersen** (3-5-2) nier.

Vi skal tilbage til efteråret 1998 (3. division) for at finde alle vore fire pointtagere i TOP 9.

To flotte sejre over OK Øst og Farum OK - og en sejr uden kamp over Søllerød OK.

OK Roskilde - Farum OK	23 - 16
OK Roskilde - Søllerød OK	29 - 0
OK Roskilde - OK Øst	21 - 18

*banevinder: Jens Knud Maarup, Farum OK*  
*stærkeste klub: OK Roskilde*  
*1996-2007: 31 sejre - 1 uafgjort - 46 nederlag.*

### **BANE 2A \* \* \* H -16, H 40-54**

**Andreas Boesen** (10-10-8) løb atter et fantastisk divisionsløb og besatte andenpladsen. Det var Andreas sidste løb på bane 2A - næste år gælder det bane 1. **Kent Pihl** (6-7-5) leverede atter en god præstation, og endte som nummer fem. I de ni seneste divisionsmatcher har Kent følgende flotte serie på bane 2A: 1 - 6 - 7 - 8 - 6 - 3 - 3 - 4 - 5. Det er vel og mærke på en bane med meget hård modstand.

**Anders Laage Kragh** (4-6-3) blev nummer otte og har taget point i alle årets tre matcher. Endelig var der kærkomne point til **Claus A Pedersen** (1-5-1). Senest at Claus fik point var i 2004.

Sejr over Farum OK - nederlag til OK Øst. Vi besejrede Søllerød OK stort, da deres tre (!) startende løbere var (langt) efter vore fire pointtagere på banen.

OK Roskilde - Farum OK	21 - 17
OK Roskilde - Søllerød OK	28 - 9
OK Roskilde - OK Øst	17 - 22

*banevinder: Marius Thrane Ødum, OK Øst*  
*stærkeste klub: OK Øst*  
*1996-2007: 42 sejre - 6 uafgjorte - 30 nederlag.*

### **BANE 2B \* \* \* D 17-39**

**Sofie Sørensen** (4-6-4) blev nummer seks og **Anne-Mette Jansen** (2-5-2) nummer ti. Normalt er der en tredje løber, der også kan opnå point på banen - men det kræver at vi stiller med enten en D17-20 løber eller en D35-løber. Det gjorde vi ikke - så vi smed, meget mod sædvane, nogle "gratis point" væk. Så nederlag mod både Farum OK og OK Øst.

OK Roskilde - Farum OK	6 - 14
OK Roskilde - Søllerød OK	11 - 6
OK Roskilde - OK Øst	6 - 14

*banevinder: Elena Zabrodka, Farum OK*  
*stærkeste klub: Farum OK*  
*1996-2007: 40 sejre - 3 uafgjorte - 35 nederlag.*

### **BANE 3A \* \* \* H 55-64**

Flot tredobbelt sejr på bane 3A. **Aksel Andersen** (6-6-6) løb et fejlfrit løb og vandt banen efter to andenpladser tidligere på året. På de efterfølgende pladser kom **Janne Brunstedt** (5-5-5) og **John Tripax** (4-4-4). Og for at fuldende triumfen, så havde vi også løberen på femtepladsen: Ole Svendsen. Det kan bare ikke blive bedre. Tre sejre med maksimumpoint - og et årsresultat på ni sejre i ni kampe.

OK Roskilde - Farum OK	15 - 6
OK Roskilde - Søllerød OK	15 - 6
OK Roskilde - OK Øst	15 - 6

*banevinder: Aksel Andersen, OK Roskilde*  
*stærkeste klub: OK Roskilde*  
*1996-2007: 46 sejre - 16 uafgjorte - 16 nederlag.*

**BANE 3B \* \* \* D -16, D 40-49**

**Runa Ulsøe** (4-6-4) blev bedste roskildeløber med en femteplads. Dette er faktisk Runas bedste placering på denne bane. **Kirsten Juda** (3-5-2) blev nier - to pladser bedre end **Hanne Pedersen** (2-1-4), der senest tog point i foråret 2003. Vi har ikke været så stabile på bane 3B dette år - syv forskellige løbere har taget pointene i år - og heriblandt har der ikke været en eneste fra D15-16. Men vore modstandere har heller ikke kunnet stille med nogen fra denne ungdomsklasse.

Et knebent nederlag til Farum OK - og et lidt større til OK Øst.

OK Roskilde - Farum OK	9 - 11
OK Roskilde - Søllerød OK	15 - 5
OK Roskilde - OK Øst	7 - 14

*banevinder: Mette Steffensen, OK Øst*

*stærkeste klub: OK Øst*

*1996-2007: 46 sejre - 3 uafgjorte - 29 nederlag.*

**BANE 4A \* \* \* H 65-**

Vore to pointtagere blev **Bjarne Pedersen** (3-4-4) og **Gert Pedersen** (1-2-3). De blev nummer to og seks. Bjarne har haft en meget flot sæson med mange flotte placeringer. Gert tog senest point i 2004. Resultat: to sejre og et lille nederlag.

OK Roskilde - Farum OK	4 - 6
OK Roskilde - Søllerød OK	6 - 4
OK Roskilde - OK Øst	7 - 3

*banevinder: Henning Nielsen, Farum OK*

*stærkeste klub: Farum OK*

*2007: 6 sejre - 1 uafgjort - 2 nederlag.*

**BANE 4B \* \* \* D 50-**

**Inge Jørgensen** (4-4-3) præsterede atter et godt løb og blev nummer to - og kilede sig dermed ind mellem de to stærke Øst-løbere, så de ikke kunne vinde med maksimumpoint. Inge er den løber i klubben, der suverænt har løbet flest point hjem gennem årene. Totalen er nu oppe 446,5 point i 39 starter. Hun har således kun meldt afbud tre gange på 20 år. Tidligere på efteråret vandt hun det danske mesterskab i D60. Point var der også til **Ane Veierskov** (1-1-1). Ane har taget point i samtlige sæsoner siden 1996.

Men ingen sejre til Roskilde på bane 4B i denne omgang.

OK Roskilde - Farum OK	5 - 5
OK Roskilde - Søllerød OK	5 - 5
OK Roskilde - OK Øst	4 - 6

*banevinder: Ellis B Sommer, OK Øst*

*stærkeste klub: OK Øst*

*2007: 5 sejre - 3 uafgjorte - 1 nederlag.*

**BANE 5 \* \* \* H -14, HB**

**Martin Midtgaard Frich** (3-3-3) blev denne gang nummer tre, efter en anden- og en førsteplads tidligere på sæsonen. Da Martin har været bedste ungdomsløber alle tre gange, slutter han med maksimumpoint 27. **Morten Jensen** (1-1-1) var vor hurtigste B-løber på en femteplads - blot to sekunder foran **Jacob L Kragh** (2-2-2). Jacob blev næstbedste ungdomsløber - og hermed var vejen banet for tre sikre sejre. Det var 11. gang i træk, at Jacob scorede point. Fra næste år løber både Martin og Jacob på bane 2A. Det gode baneresultat blev fuldendt af debutanten **Jacob Larsen** (1-1-1).

Tre sejre på bane 5, der således stadig er vor stærkeste bane gennem de 12 sæsoner, hvor de nugældende regler har været i brug.

OK Roskilde - Farum OK	7 - 2
OK Roskilde - Søllerød OK	7 - 2
OK Roskilde - OK Øst	7 - 2

*banevinder: Jesper Groos, OK Øst*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*1996-2007: 52 sejre - 11 uafgjorte - 15 nederlag.*

**BANE 6 \* \* \* D -14, DB**

**Ida Sander** (3-3-2) har været bedste roskildeløber på denne bane alle tre gange i år - som førsteårsløber, hvilket betyder at hun også kan løbe på bane 6 næste år. I Kongsøre blev hun nummer seks. De øvrige point blev snuppet af **Anne-Marie Hansen** (1-1-1) og **Katie Sørensen** (1-1-1). At hun er nødt til at holde formen ved lige hos konkurrenterne i atletikklubben - er ikke nogen reklame!!!

To sejre og et lille nederlag.

OK Roskilde - Farum OK	5 - 2
OK Roskilde - Søllerød OK	5 - 1
OK Roskilde - OK Øst	4 - 5

*banevinder: Ida V Jørgensen, Farum OK*

*stærkeste klub: OK Øst*

*1996-2007: 47 sejre - 6 uafgjorte - 25 nederlag.*

**BANE 7A \* \* \* H -12, H let**

**Henrik Boesen** (1-1-1) havde jeg overtalt til at løbe efter ”chauffør-pointene”. Det blev til en fjerdeplads i debutdeltagelsen. Endelig var der også en enkelt pind til **Jeppe Kolbach Hansen** (0-1-0) for anden gang i træk.

Bane 7A var den eneste bane, hvor vi blev besejret af Søllerød OK!

Sæsonen har budt på en sejr og otte nederlag - så vi venter på turbodrengene på bane 8.

OK Roskilde - Farum OK	1 - 6
OK Roskilde - Søllerød OK	2 - 3
OK Roskilde - OK Øst	1 - 6

*banevinder: Mikkel Aaen, Farum OK*

*stærkeste klub: Farum OK*

*1996-2007: 46 sejre - 2 uafgjorte - 30 nederlag.*

**BANE 7B \* \* \* D -12, D let**

**Isabella Sihm** (3-3-3) vandt for tredje gang i år denne bane. Isabella, der som bekendt er dansk mester i orienteringsløb, er også nået ganske langt i kampen om det danske mesterskab i oplæsning!

**Amalie Tripax** (2-2-1) blev nummer tre og **Melissa Ulsø Jessen** (1-1-1) kom lige efter. Hvor Amalie tog point for tiende gang i træk - så var det første gang at Melissa fik point. Endelig var der igen point til **Jytte Hougaard** (1-1-0).

Tre store sejre denne gang - og ni sejre af ni mulige i år.

OK Roskilde - Farum OK	7 - 0
OK Roskilde - Søllerød OK	7 - 0
OK Roskilde - OK Øst	5 - 2

*banevinder: Isabella Sihm, OK Roskilde*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*1996-2007: 45 sejre - 9 uafgjorte - 24 nederlag.*

**BANE 8 \* \* \* D/H -10, D/H beg.**

**Mads M Frich** (1-1-1) sørgede for den bedste placering til OK Roskilde på bane 8 i år. Det skete med en flot andenplads. Mads var kun 17 og et halvt minut om at komme igennem 2,5 km. **Alexsander Ulsø Jessen** (1-1-1) løb sin fjerde divisionsmatch - og opnåede det hidtil bedste resultat ved at blive nummer fire. Det var første gang, at Alexander tog point. Derimod tog **Rasmus Mørup Jansen** (1-1-1) point for sjette gang. Rasmus tangerede sin hidtil bedste placering fra sidste år - nemlig en femteplads. Tre hurtige drenge i TOP 5.

OK Roskilde - Farum OK	3 - 3
OK Roskilde - Søllerød OK	3 - 2
OK Roskilde - OK Øst	3 - 3

*banevinder: Jesper Kristensen, Farum OK*

*1996-2007: 17 sejre - 61 uafgjorte - 0 nederlag.*

**ALLE BANER**

Det gav følgende slutresultater:

OK Roskilde - Farum OK	106 - 88
OK Roskilde - Søllerød OK	133 - 43
OK Roskilde - OK Øst	97 - 101

De tre andre klubbers interne opgør endte:

OK Øst - Farum OK	100 - 88
OK Øst - Søllerød OK	123 - 49
Farum OK - Søllerød OK	111 - 51

Slutstilling:

1. OK Øst Birkerød	6 mp.	324 løbsp.
2. OK Roskilde	4 mp.	336 løbsp.
3. Farum OK	2 mp.	287 løbsp.
4. Søllerød OK	0 mp.	143 løbsp.

OK Øst bliver i 1. division - OK Roskilde rykker op - Farum OK rykker ned - Søllerød OK bliver i 2. division.

Bemærk at vi vandt større over Farum OK og Søllerød OK end OK Øst gjorde - og alligevel taber vi til OK Øst. Pointsystemet er finurligt.....

## BONUSPOINT

I reglementet for divisionsturneringen indgår nogle bonuspoint, som kan erobres af ungdomsløbere i otte klasser.

Der er 18 point at kæmpe om i hver klasse, hvor en klub maksimalt kan optjene 9 bonuspoint (3 i hver match) - hvilket sker hvis man får placeret to løbere bedre end de andre klubbers ungdomsløbere.

Pointene blev denne gang fordelt således:

	OK R	ØST	FOK	SOK
H 17-20 A	9	-	-	-
D 17-20 A	-	-	-	6
H 15-16 A	5	6	4	-
D 15-16 A	-	-	-	-
H 13-14 A	9	4	-	-
D 13-14 A	5	6	-	-
H 11-12 A	-	6	7	4
D 11-12 A	8	5	-	-
<b>i alt</b>	<b>36</b>	<b>27</b>	<b>11</b>	<b>10</b>

Det var i øvrigt 17. gang i træk, at OK Roskilde erobrede det højeste antal bonuspoint.

## FARUM OK

Nøglematchen var mod Farum OK. Det var udfaldet her, der skulle afgøre, hvilken af de to klubber, der skal løbe i 1. division næste år. Med sejren på 106 - 88 fik vi revanche fra sidste års nederlag på 82 - 99. Nederlaget der betød, at vi rykkede ned i 2. division.

Vi har nu løbet fire gange mod Farum OK - og vi har vundet de tre. Vi er eneste klub, som Farum OK har en negativ statistik imod (flere nederlag end sejre).

Det er blot anden gang, at Farum OK skal løbe i 2. division - ellers har de altid tilhørt 1. division.

## SØLLERØD OK

Det var så vores 10. sejr i træk over Søllerød OK. Men klubben var slet ikke indstillet på at yde modstand. Således er vores sejr på 133 - 43 det største vi nogensinde har vundet.

Søllerød OK løber næste år i 2. division for 11 år i træk.

## OK ØST BIRKERØD

Det blev til et ganske knebent nederlag mod OK Øst. Jeg havde på forhånd troet, at vi kunne have slået OK Øst også - men især på bane 2A var min prognose forkert.

Med til historien hører, at OK Øst manglede 14 løbere på dagen, som samme dag foretrak at deltage i DM i MTB-o-løb. Et DM som vi ikke var repræsenteret i.

Næste år får vi så fornøjelsen af OK Øst igen. OK Øst har løbet i 1. division uafbrudt siden 1990.

## OK ROSKILDE

Vi har i år deltaget i tre divisionsstævner. Vi har løbet ni matcher, hvoraf vi har vundet de otte ganske overbevisende og tabt en med kun fire løbspoint. Vi vandt 2. division for anden gang (også i 2004) - og skal nu løbe i 1. division for tredje gang (også 2005 og 2006).

En ganske succesfuld sæson er overstået - men hvad med næste år?

Modstanderne bliver Tisvilde Hegn OK, FIF Hillerød og OK Øst Birkerød. De samme tre modstandere som vi dystede imod i 2006 - og hvor vi tabte alle seks matcher.

Tag jer i agt - vi stiller op for at vinde!

*Morten Jensen*



## I landsholdsdragt for første gang

En stor drøm gik i opfyldelse, da U16-landstræner Michael Sørensen ringede mig op tirsdag efter udtagelsesløbene i Ulfborg i maj og fortalte mig, at jeg skulle med til EYOC (Ungdoms EM) i Ungarn. Bare, at jeg tidligere på året kom på U16-landsholdet, var stort for mig.

Vi fløj derned torsdag, hvor vi blev indlogeret i et stort vandrerhjem i værtsbyen Eger, ca. 150 km fra hovedstaden Budapest. Temperaturen var på dette tidspunkt cirka 40 grader – modsat de 15 i DK!! Så det var af med det varme kluns. På vandrerhjemmet fik vi tildelt landsholdsdragterne. Ellers var det fedt at møde en masse andre jævnaldrende o-løbere fra alle de andre europæiske lande.

Fredagen startede med lidt løb i terrænet. Let gennemløbelige skove med god bund. Vi skulle ud og tjekke de ungarske såkaldte "kolbuttons" - eller sådan noget i den stil. Højdepunktet om fredagen stod dog på sprinten i Eger by. Vi startede med at gå optog ind til målpladsen, hvor der var lidt ungarsk fægtning, diverse taler og en kanonsalut, der fik vækket alt og alle. Derefter gik turen tilbage til et karantæne-område, en skole med gymnastiksal og få toiletter, hvor man så kunne vente til 30 min. før sin start.



### **Bedste danske placering**

Starten gik oppe fra borgen i Eger – en meget detaljeret borgruin dog med få poster. Eller gik det ned gennem byen. Jeg havde et rigtig godt løb og valgte bl.a. det rigtige vejvalg ved post 4, hvor mange andre inkl. mine landsholdskammerater mistede ca. 40-50 sek. Kun fra post 15-16 mistede jeg cirka 20-30 sek. ved at tage et vejvalg med for mange trapper. Alligevel blev jeg nr. 13 ud af 95, den bedste danske placering. Jeg var superglad for dette resultat.

Lørdagen bød på langdistance i Bükk-bjergene, 1½ times kørsel fra Eger. Igen kom vi i karantæne og skulle løbe langt for at komme til start. Jeg var meget nervøs for, hvad der ventede mig, men heldigvis var det meget fint terræn. Bakkerne fik vi dog at smage ved post 13, da man var tvunget til at løbe op ad en MEGET stejl bjergside fyldt med sten. Jeg blev nr. 38 og var ganske tilfreds. Den bedste placering blev dog Camilla Søgaards fornemme 4. plads i dameklassen. Vi fejrede det med champagne om aftenen og var alle meget tilfredse med vores resultater. Om eftermiddagen var der sågar tid til at flade ud i Egers varme kilder. Selvom temperaturen i luften stadig lå helt oppe omkring de 30 grader, var det stadig skønt. Dagen sluttede af med et ”EYOC-party.” Lidt opvisning af dans, præmieoverrækkelse og derefter party!

### **Tab på 11 minutter**

Søndagen bød på stafet. 4,7 km med 270 m stigning ventede. Jeg spekulerede mest på, om jeg kunne holde til dette, men efter Henrik Bendt (Allerød OK) havde sendt mig ud på 2. turen, og jeg var kommet op ad den første bakke, kunne jeg mærke, at bakketræningen i Hedeland havde hjulpet.

Det gik rigtig godt i starten, men desværre gik det meget galt. Post 7 forvoldte mig enormt store problemer, og jeg tabte næsten 11 min. på posten. Heldigvis fandt jeg ud af, at mange andre havde ligeså store problemer, så vi tabte kun en enkelt plads. Jeg sendte Marius Ødum (OK Øst) af sted, som sluttede fint af, men jeg var meget irriteret over mit bom, der uden dét kunne have rakt til en 6. plads. Nå, vi kom hjem samme dag meget glade og tilfredse med vores præstationer, og Michael Sørensen mente også, at vi var med.

**Til slut vil jeg gerne takke alle for den hjælp, jeg har fået til turen, til træning og stævner.**

Resultater og andet kan ses på [www.do-f.dk](http://www.do-f.dk) og [www.eyoc2007eger.hu](http://www.eyoc2007eger.hu)

Alle billeder fra turen kan ses på <http://picasaweb.google.co.uk/mhsfotos/EYOC2007>

*Andreas Boesen*

# Stævneorganisation søges til afvikling af Nat- Cup                      onsdag d. 9. januar 2008

Så skal vi til den igen. Efter vores store succes ned divisionsløbet d. 6. oktober skal vi til at kigge fremad.

NatCup konceptet består af følgende:

8 natløb afviklet henover vinteren.

Ca. 100 løbere deltager hver gang.

Løberne skal have mad og drikke efter løbet.

Der skal tilbydes 3 baner på hhv. 9, 6 og 4 km opdelt i damer og herrer.

Alle baner skal være svære.

Selve løbet afvikles som en samlet start. Start kl. 1830.

Banerne kreeres med gaflinger således, at alle løbere får løbet de samme stræk, men i forskellig rækkefølge. (Det er faktisk sjovt at kreere disse baner.)

Der benyttes SportIdent.

Der skal være resultatformidling på dagen.

Herudover er det allerede planlagt at løbet afholdes i Boserup, og Nordpilen bliver stævnecenter med IT og mad/kiosk.

Herunder kan I se, hvilke poster der skal besættes for at løse opgaven. Det er naturligvis stævnelederens suveræne ret at tilpasse organisationen efter eget ønske.

## **Stævnelederens opgaver**

Udsende invitation (en fælles invitation er allerede på nettet).

Planlægge og koordinere de enkelte funktioner i samarbejde med funktionslederne.

Udsende Instruktion på vores hjemmeside.

Modtage tilmeldinger. (Denne funktion kan evt. lægges sammen med IT.)

## **Banelæggersens opgaver**

Kreere baner.

Kontrollere skoven i forhold til banerne.

Trykke kort og pakke disse. (Ingen løse postdefinitioner.)

Udsætte poster (med hjælpere).

Indsamle poster (med hjælpere).

Følge løberne til start.

Starte løberne i fællesstart.

## **Kioskens opgaver**

Indkøbe til mad, drikke og kioskvarer.

Klargøre mad, drikke m.m. så maden og kiosken er klar inden løberne kommer i mål.

Oprydning.

## **ITs opgaver**

Modtage tilmeldingerne.

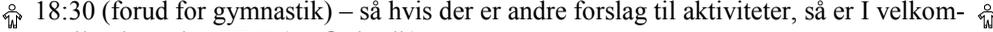
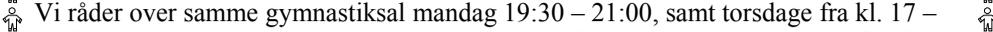
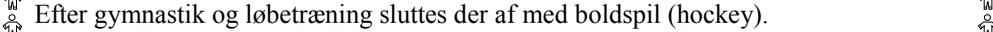
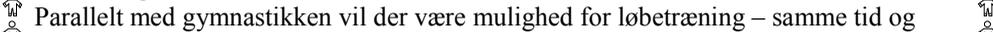
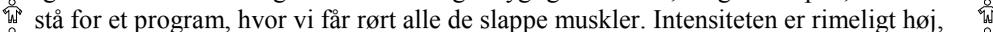
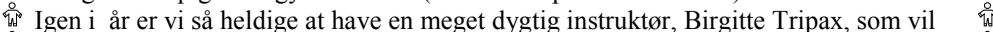
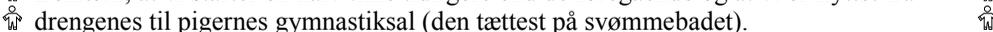
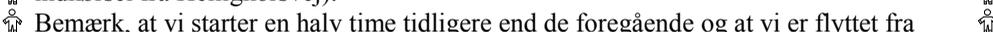
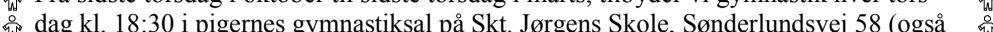
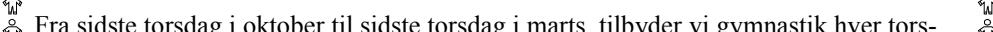
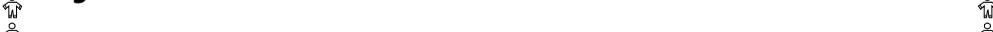
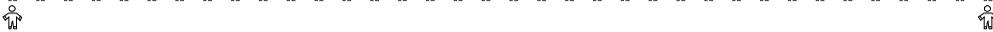
Klargøre IT.

Udsende startliste.  
Forberede labels til at sætte på kort.  
Klargøre SI enheder til banelægger.  
Forberede leje og reserve SI-brikker.  
Aflæse SI brikker på dagen.  
Opsætte resultater løbende på dagen.  
Indsamle og kontrollere SI enheder fra banelægger.  
Udsende endelig resultatliste på vores hjemmeside.

**Trine Midtgaard og Mads Midtgaard Frich har allerede besat kiosken, så skynd dig at tilmelde dig til mig inden de øvrige pladser er taget.**

Med 1. divisionshilsen

Kent Pihl  
[Kent.pihl@sport.dk](mailto:Kent.pihl@sport.dk)  
Mobil: 6155 5803  
Privat: 4352 7238



## Gymnastik 25. oktober – 27. marts

Fra sidste torsdag i oktober til sidste torsdag i marts, tilbyder vi gymnastik hver torsdag kl. 18:30 i pigernes gymnastiksal på Skt. Jørgens Skole, Sønderlundsvej 58 (også indkørsel fra Helligkorsvej).

Bemærk, at vi starter en halv time tidligere end de foregående og at vi er flyttet fra drengenes til pigernes gymnastiksal (den tættest på svømmebadet).

Igen i år er vi så heldige at have en meget dygtig instruktør, Birgitte Tripax, som vil stå for et program, hvor vi får rørt alle de slappe muskler. Intensiteten er rimeligt høj, men stadig så alle kan være med.

Parallelt med gymnastikken vil der være mulighed for løbetræning – samme tid og sted.

Efter gymnastik og løbetræning sluttet der af med boldspil (hockey).

Vi råder over samme gymnastiksal mandag 19:30 – 21:00, samt torsdage fra kl. 17 – 18:30 (forud for gymnastik) – så hvis der er andre forslag til aktiviteter, så er I velkomne til at kontakte TRU ([tru@okr.dk](mailto:tru@okr.dk)).

Mvh  
Træningsudvalget

# En hyldest til Spring Cup

Af Mette Steffensen, OK Øst

*Dette indlæg er skrevet til klubbladene for de tre arrangørklubber af Spring Cup: O-FIF, Snitslingen og Skovtrolden.*

Som det er bekendt for nogle har jeg meldt mig som stævneleder for Spring Cup i 2008. Som om jeg ikke havde nok at lave med job, børn og andre sysler. Men det er vel egentlig bare kronen på mange års skjult kærlighed til arrangementet.



Det er virkelig et flot flagskib, brdr. Simonsen og 2xSøndergaard fra FIF satte i søen dengang i 1991. De første år var jeg deltager og interesserede mig ikke for at arrangere særlig meget. Men siden 1997, hvor OK Øst kom med som arrangør, har jeg helt frivilligt næsten hvert år haft en funktionslederpost. Fra visumansøgninger til østeuropæerne (og det var mange i slutningen af 90'erne) over to år med marketing i stævneledelsen til fire år som etapechef. Ja arbejdet i stævneledelsen gav endda anledning til at møde min helt store kærlighed, som jeg nu er gift med på 8. år!

To helt afgørende årsager til min entusiasme ved Spring Cup er det internationale og det professionelle ved stævnet. Når jinglen lyder og vores klingende britisk-engelske speaker Clive byder velkommen, bliver jeg høj. Det er en rigtig god legeplads til at afprøve sig selv af med ting, der ligner rigtigt arbejde uden at være det. Det er fascinerende at arbejde i en organisation af frivillige, som er med af lyst snarere end af nød.

Efter mange års tro medlemskab af min barndomsklub i Birkerød var det berigende at lære FIF'erne at kende gennem arrangementet. Når vi mødtes ved stævner rundt omkring i landet var der pludselig dobbelt så mange at hilse på. Derfor ser jeg nu også frem til at lære Roskilde bedre at kende. Det er allerede begyndt i år, hvor jeg var etapechef med Michael Leth og Claus Rasmussen fra OKR og via praktisk overnatning i nærheden af stævnepladsen i Hvalsø fik nye store og små venner hos familien Leth. Trods hårdt arbejde i løbet af dagen var der tid til aftenhygge til sønnen overmandede os, og de varme tebirkes fra bageren tidligt om morgenen på vej til skoven er uforglemmelige.

Næste års stævne finder sted efter påske, nemlig den 28.-30. marts. Stævnecentret er i Hillerød og der løbes Gadevang (nat) og Gribskov Syd (klassisk og stafet). Stævneledelsen har holdt sit første møde og går for alvor i gang med planlægningen nu efter sommerferien.

De seks i stævneledelsen er Erling Skov Nielsen, FIF (sekretariat), Aage Damsgaard, FIF (løb), Ane Veierskov, OKR (service), Gert Pedersen, OKR (stævneplads), Tage V. Andersen, Øst (marketing) og mig selv, Øst (stævneleder). Tilsammen repræsenterer vi mange års

erfaring med både at løbe og arrangere stævner samt forskellige faglige specialer. Jeg har gennem flere år arbejdet med HR, ledelse og coaching af forskellig slags og kan nu prøve min egen medicin af i praksis. Forhåbentlig på en måde, så alle tre klubber føler sig godt tilpas med stævnet og har lyst til at lægge kræfter i at holde flagskibet kørende i mange år fremover.

Har du spørgsmål til stævnet kan jeg kontaktes på mail: [mette@steffensen-dk.dk](mailto:mette@steffensen-dk.dk) eller på tlf. 4585 5056 (aften).



## Byorienteringsløbens jubilæumssæson 2007/2008

Byorienteringsløbene har 20 års jubilæum, og som sædvanlig med en gennemgående konkurrence for de 5 løb, der ligger på 1. tirsdag i hver af månederne november – marts (bemærk dog 8. januar).

### TRU søger banelæggere til løbene i december, januar, februar og marts.

Som udgangspunkt vil løbene have start/mål i klubhuset, men kan også placeres andre steder i området – som det er sket flere gange i de foregående år med start/mål i f.eks. Svogerslev og Himmelev. Nedenfor er nævnt TRU's forslag til løbsområder for de enkelte, men vi er åbne for andre muligheder. Husk blot at finde et passende start-sted – helst indendørs.

De 5 løb:

<b>Dato:</b>	<b>Startsted:</b>	<b>Kort:</b>	<b>Banelægger:</b>
6/11-07	Klubhuset	Hyrdehøj/Roskilde Syd	Mogens H. Kristensen
4/12-07	???	???	???
8/1-08	???	???	???
5/2-08	???	???	???
4/3-08	???	???	???

Se de næste numre af Snitzlingen eller hjemmesiden for startsteder fra dec. - marts.

Der vil til alle løb være 3 baner – lang, mellem og kort – på hhv. ca. 8, 5 og 3 km. Bemærk at banelængderne er afkortet i forhold til de foregående år – efter mange opfordringer. Ingen af banerne indeholder svær orientering, men det tilstræbes at den korte bane er lidt lettere end de øvrige. Begyndere kan sagtens være med.

Start mellem kl. 19:00 og 20:00.

Husk: Lygte, da det er mørkt mange steder i byen. Det er tilladt at bruge pandelampe.

Den gennemgående konkurrence er ligesom tidligere år et snedigt og udspekuleret pointsystem:

Banelægger:	25 point	Debutant i byløb	5 point
Alle startende	15	Benytte gammelt kort	3
Kvinder	3	Samle min. 5 poster	3
Ungdom u. 20	1	Samle min. 1 post	1
Løbere o. 39	1	Medbring familiemedlem	2
Nr. 1	5	Gennemfører alle etaper	3
Nr. 2	3	Gennemfører 3 etaper	1
Nr. 3	2	Gennemfører 2 etaper	1
Nr. 4	1	Udgår/fejlklipt	-5
Nr. 8	2	Max Point pr. etape	28

Point fra de forskellige baner kan kombineres.

Den samlede vinder vil foretage et avancement på 20 pladser på udfordringstavlen.

Vel mødt

TRU (Træningsudvalget)

## Klubmesterskab og klubfest lørdag den 3. november

**Mesterskabsløb** i Brødeskov ved Hillerød. Se indbydelse og  
**tilmelding på [www.okr.dk](http://www.okr.dk) / O-service.**

### Klubfest

Klokken 18.00

I Nordpilen, Bjældevej 20

Hver familie eller person medbringer en ret til den fælles buffet. Øl og vand kan købes. Vin medbringes. Festudvalget giver kaffe og kage.

Tilmelding til Hanne Pedersen senest 1. november.

*Festudvalget*



## Møde om klubhusudvidelsen



den 13 november.



En lille gruppe har siden sommer arbejdet med hvordan vi kunne udvide vores klubhus, så vi kan få mere depotplads og mere omklædningsplads. Kom og hør



om vores ideer den 13 november efter fællesspisningen, dvs kl ca 20.15



Anders



## Hvad skal man bruge når man sætter poster ud?

Det kan vel næppe være så svært at svare på, men som den lille historie viser svære at huske alligevel. Den 30 august arrangerede Martin Østberg, Martin Laage Kragh og jeg sidste etape af Roskilde 3 dages. Planen var at Martin Ø skulle sætte mål med mere op mens Martin K og jeg satte poster ud og så skulle vi støde til hjælp. Martin og jeg havde gennemløbet banerne ugen forinden, pakket bilen med stativer, SI enheder skærme, løbskort altså alt det vi skulle bruge. Jeg sætter Martin af i den nordlige del af skoven og fortsætter til den sydlige del af skoven hvor jeg begynder at finde mine stativer, SI-enheder og skærme frem – SKÆRME – hjælp Martin fik jo kun stativer og SI enheder!!!

Hurtig må jeg vende tilbage til hvor Martin var blevet sat af – der var ingen Martin. Hvilken rækkefølge er den mest logiske at sætte posterne ud i? Ind og køre langsomt på skovvejen gennem skoven i håb om at finde ham. Heldigvis mødes vi rimelig hurtigt så Martin kan få sine skærme og sætte dem ud og resten af posterne og jeg kunne vende tilbage tilbage og begynde min postudsætning.

Vi nåede at sætte posterne ud inden start, men al den tid vi skulle bruge til at gøre mål, start med mere klar, var gået ....

Anders Laage Kragh



## Ungdomssiderne



# HuuuRaah!

- \* 7/10: Andreas Halkjær From 12 år
- \* 13/11: Nikolaj Nielsen-Friis 9 år
- \* 16/11: Nichlas Langhoff Rasmussen 11 år
- \* 19/11: Rasmus Møller Jess 9 år
- \* 23/11: Lærke Sørensen 18 år



**ET STORT**

**VELKOMMEN**

**I ORIENTERINGSKLUBBEN ROSKILDE**



# Ungdomssiderne

## **UNGDOMSTRÆNING!**

**TIRSDAGE: KL. 17.30 – 19.00**

**MØDESTED: ALTID KLUBHUSET**

**LØBE- ELLER O-TRÆNING FOR ALLE U-LØBERE  
(HUSK LOMMELYGTE HVER GANG)**

**SIDSTE TIRSDAG I HVER MÅNED:**

**SVØMNING I ROSKILDE BADET**

**TORSDAGE: KL. 18.30**

**MØDESTED: SKT. JØRGENS SKOLE**

**(I PIGERNES GYMNASIKSAL) TIL:**



## Ungdomssiderne

### DM Stafet og Lang 2007

Lørdag d. 8. september var der dømt DM Stafet på Møn, i Klinteskoven. Jeg ankom sammen med min mor, far og Andreas, der var vendt hjem fra efterskole (sammen med mange andre!) for at deltage. Lørdag morgen var det køligt, og det var småt med mennesker klokken ti på stævnepladsen. Græsset var højt og vådt, så mange trampede et lille område ned, før de slog deres telt op.

Og hvad gør man, når man går rundt og små-keder sig? Tja, de voksne slår teltet op, imens jeg selv bliver sulten. Det kan ikke anbefales at spise peberfrugt kort før man skal løbe!

Allerede ved 11 tiden, var der kommet mange mennesker. Ikke sært, for første start var klokken 11.00. Vi deltog med 12 hold, hvor vi fik en sølvmedalje i H16 (Christian Vindegaard, Martin Frich og Andreas Boesen), to bronzemedaljer i H/D 43 (Casper Meyer, Rolf Pihl og Mathilde Boesen) og H55 (John Tripax, Aksel Andersen og Janne Brunstedt). Drengene i H16 var kun 1 sekund fra en første plads, da Marius og Christian kom op og lagde tætt (se mere på okr.dk). Jeg syntes også selv det var hårdt, og efter at havde løbet usædvanligt hurtigere, end

jeg nogensinde har gjort, var jeg godt træt, og lige så snart Rolf fik sit kort, smed jeg mig i græsset - hvilket en fotograf fangede, for mandag lå jeg på DOF's hjemmeside. Billedet var nu ret godt.. >>>

Efter et godt løb og præmieoverrækkelse tog man hver sit sted hen for at sove for natten, nogen på vandrehjem, nogen på Bed & Breakfast, og andre i sommerhus (os!).

Min mor (Jytte Hougaard) kunne igennem sit arbejde leje et sommerhus til otte personer, men ved hjælp af en sofa og madrasser lykkedes det os at være fjorten personer i huset.





## Ungdomssiderne

Om aftenen var vi (børnene) godt trætte, så der blev snakket efterskole, og de voksne sad og snakkede om noget helt uinteressant for børnenes vedkommende. Derfor valgte Isabella Sihm og jeg at gå ud i haven med gynger og en græsplæne. Der morede vi os ved at sætte os to på én gyng, hvilket resulterede i, at vi skreg - som vi senere fandt ud af, at man kunne hører helt ind i stuen ☺

Dog var vi alle ved 22-23 tiden så trætte, at vi søgte i ly under dynerne. Næste morgen stod størstedelen af os tidligt op, da vi skulle starte tidligt. At Per Tripax var træt, var der ingen tvivl om. Han havde nemlig smurt en leverpostejmad og en ostemad, og for at gøre ostemaden lidt mere sukkerfyldt, ville han, som så mange andre, havde lidt marmelade på. Måske burde man starte med én mad ad gangen, når man er træt, for marmeladen endte på leverpostejmaden - Puh!

Men resten af morgenen forløb godt, og ca. klokken ni var første bil af sted. Der var 500 m ud til start, og det gik godt nok opad! Når man så endelig var kommet op til start, stod man på Aborrebjerg - Danmarks tredje højeste "bjerg," 143 m over havets overflade. Der kunne nogen nyde udsigten og hvile på en bænk, mens andre kæmpede med at finde deres nummer og få det af - med alle fire sikkerhedsnåle. For nogen var det nemt, især hvis man havde nummer 217, som hang som det eneste for sig selv.

Heldigvis kom alle af sted med et nummer efter at have lånt sikkerhedsnåle af andre, og fundet nogle frem fra gårdsdagen.

Terrænet var bakket, og den her del var mere våd end om lørdagen. Men alle kom igennem, og vi fik da også tre guldmedaljer (Isabella Sihm D12, Andreas Boesen H16, Inge Jørgensen D60). Når præmieoverrækkelsen var slut, søgte man hver især hjemad, vi, fordi Andreas skulle med toget til efterskolen, andre fordi der var en dag i morgen.

Faktisk havde vi en god weekend, og man er da også lidt stolt over vores medaljer ☺

**Af Mathilde Hougaard Boesen ☺☺☺**



# Ungdomssiderne

## DM Lang 2007

**Søndag den 9/9 var der DM lang i Klinteskoven på Møn.**

**Jeg overnattede i en hytte sammen med en masse andre fra orienteringsklubben. Jeg startede dagen med at få havregrød som Henrik havde lavet specielt til mig.**

**Derefter kørte vi ud til stævnepladsen som lå i et åbent område på en lille bakke hvorfra man kunne se hele løbet.**

**Så gjorde jeg mig klar til at gå ud til start, hvor jeg tog mit nr. og satte fast. Lige da jeg var kommet i mål blev jeg speaket og der blev sagt at jeg lå på en foreløbig første plads.**

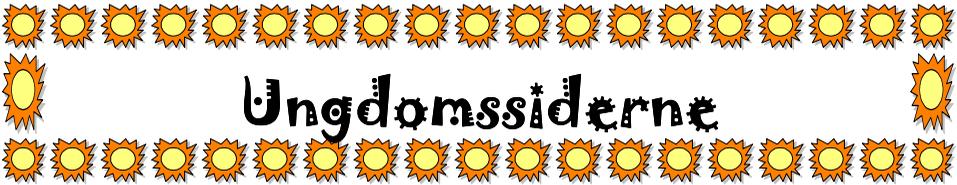
**Så blev jeg jo selvfølgelig rigtig glad og første pladsen varede ved indtil alle på banen var kommet i mål.**

**Banen var 3,5 km med 11 poster og den løb jeg på 27,41 min. en suveræn vindertid.**

**Nogle timer senere ved præmieoverrækkelsen fik jeg en medalje, en vandrepokal og en mappe hvori jeg skal skrive hvordan løbet gik. Næste år skal så aflevere pokalen og mappen tilbage, men medaljen, den beholder jeg!**

☺ Skrevet af  
Isabella Sihm ☺





## **4. del af O-sæson 2007**

**26.-27.10.:** *U1-kursus - Tisvilde Hegn  
Bornholm Høst-Open*

**27.10.:** *Mini kursus - Tisvilde Hegn  
Kredsløb - Kårup Skov*

**3.11.:** ***Klubmesterskabsløb - Brødeskov***

**7.11.:** *NatCup - Egedam*

**11.11.:** *Jættemilen - Gribskov Mårum*

**21.11.:** *NatCup - Tokkekøb Hegn*

**23.-25.11.:** *U2 kursus - hvor vides endnu ikke  
U3/Junior kursus - Tisvilde Hegn*

**1.12.:** *Vintercup - Ll. Hareskov/Jonstorp Vang*

**5.12.:** *NatCup - hvor vides endnu ikke*

**12.12.:** *NatCup - Hareskovene*

**15.12.:** *VinterCup - Aldershvile/Bøndernes Hegn*

*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



## Kqviiitzzz'en!!

Kqviiitzzz'en i Snitzlingen nr. 5-2007 gav stof til eftertanke . .  
.. hmmmmmm!

Den heldige kqviiitzzz'vinder blev:

*Mads Midtgaard Frich!*

For sit åbne, ærlige og hurtige svar!

Ng Kqviiitzzz: Hvad smurte en søvrig Per Tripax på sin lever-  
postejmad???????

Sms/ring svaret til. 27 57 06 91

eller

send en mail til. janbirthe2005@yahoo.dk



# 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/Junior: 15 – 20 år = Født 87–92

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.	Er afholdt
U3	23.-25. november.	Er afholdt
U2	23.-25. november.	Er afholdt
U1	26.-27. oktober	Er afholdt
Mini	27. oktober	Ingen

## VTR - Vintertræningsløb 2007-08

Som de tidligere år afvikles der en serie af 14 vintertræningsløb i det midt- og syd-sjællandske. Der er en gennemgående konkurrence, som lægger op til et finaleløb 1. marts - se regler for dette på [www.okr.dk](http://www.okr.dk)

Listen indeholder også nogle andre "specielle" løb, som løbes efter helt andre regler - fx vores eget juleløb 2. juledag.

Løbene giver gode muligheder for at holde formen ved lige og få løbet i andre skove, selv om nogle af dem ligger langt fra Roskilde, men der er jo altid mulighed for at arrangere fælles-transport.

Der er ingen tilmelding til løbene. Du møder blot op mellem 10 og 11 pågældende søndag og vælger en af de 7 baner. Prisen er 25 kr pr løb, dog gratis for det løb, som OKR selv arrangerer.

Løbene er velegnede for både begyndere og øvede. Kontakt en af de "gamle" i klubben, hvis der er spørgsmål.

Dato	Klub/ Resultater	Skov	Startsted	Point/Bem.
<b>Oktober</b>				
28	<a href="#">Vestsj. OK</a>	Kårup	Afm. vej 225	<i>Kredsløb</i>
<b>Nov.</b>				
4	<a href="#">Sorø</a>	Grydebjerg	Parnasvej	x
11	<a href="#">Haslev</a>	Korsør Lystskov	Skovlyst	x
18	<a href="#">HG</a>	Rønnebæk Overdr.	Rønnebæksholm Gods	x-SI
25	<a href="#">Holbæk</a>	Annebjerg	Skaverupvej S i skov	x-SI
<b>Dec.</b>				
2	<a href="#">O-63</a>	Møns Klint		x-SI
9	<a href="#">Sorø</a>	Sorø Sønderskov	Skolevej	x
16	<a href="#">Vestsj. OK</a>	Brorfelde		x-SI
26	<a href="#">OKR</a>	Boserup	Høje P-Plads	<i>Juleløb</i>
<b>Januar</b>				
6	<a href="#">Holbæk</a>	Eriksholm	Bredentved skydebane	<i>Nytårsstafet</i>
13	<a href="#">OKR</a>	Tølløse	Rensningsanlægget	x
20	<a href="#">HG</a>	Glumsø Østerskov	N i skov	x
27	<a href="#">Hvalsø</a>	Ny Tolstrup	Gl. skovridergård	x

Dato	Klub/ Resultater	Skov	Startsted	Point/Bem.
<b>Februar</b>				
3	<a href="#">OCS</a>	Slagelsesskovene	Arne Have Hus	x-SI
10	<a href="#">OKR</a>	Åstrup	Nr. Hvalsø-Vester Såby	x
17	<a href="#">Køge</a>	Lellinge		x
24	<a href="#">O-63</a>	Stensby	Peders Værfts	x
<b>Marts</b>				
1	<a href="#">Holbæk</a>	Holbæk Fælled	Bjergmarkskolen	<i>Finaleløbet</i>
2	<a href="#">HG</a>	Hedeland		<i>Troldens fodspor</i>

Kun de med x-point markerede løb er tællende i den gennemgående konkurrence.

*Specielle løb* har anderledes baner.

Eventuelle ændringer kommer på [www.okr.dk](http://www.okr.dk)

### Baner

Sort, Lang	7½-10 km svær
Sort, Mellem	6-7 km svær
Sort, Kort	4-5 km svær
Sort, Mini	3-4 km svær
Gul	4-5 km mellemsvær
Hvid	3-4 km let
Grøn	2-3 km begynder

Skygning tilladt på banerne Grøn, Hvid og Gul.

Der er fri startret på alle baner.

### Point

I alle løb får vinderen af en bane 100 point.

De efterfølgende løbere får fratrukket 1 point pr. minuttal, de er langsommere.

På alle baner opdelles resultaterne i damer og herrer, og de får point hver for sig.

De 6 bedste løb er tællende i den gennemgående konkurrence:

- for Gul, Hvid og Grøn bane afgøres samlet placering på baggrund af de 6 bedste løb.

- for Sorte baner er de 6 bedste løb afgørende for startrækkefølgen til finaleløbet.

Endelig placering udregnes som pointgennemsnit 6 bedste løb nedrundet til heltal + point finaleløb. I tilfælde af point lighed er finaleløb afgørende.

I sæsonen 2007-08 er der i alt 14 tællende løb.

Banelæggere (max. 2 pr. løb) får tildelt point svarende til gennemsnittet af deres 5 bedste løb.

Vel mødt til træning

TRU (Træningsudvalget)

## Orientering når det er bedst - Hungária Kupa 2007

I rækken af beretninger om Orienterings-oplevelser udenfor landets grænser har Janne Brunstedt skrevet en spændende artikel om sommerens udfordringer ved Hungária Kupa 2007.

Stævnet er et 5-dages stævne med en gennemgående konkurrence. Der bliver budt på terræner og banelægning, som vi ikke er vant til på vores breddegrader.

Læs om Karst-terræn, hvor kurvebilledet er omvendt af hvad vi er vant til. I stedet for bakker er der masser af dybe lavninger. Det er ikke usæd-vanligt at de er mere end 25 meter dybe. Se kortudsnittet.



Læs også om en anderledes sprintetape, gennem et badeland, en campingplads og gennem en markedsplads, hvor hurtigste vejvalg var gennem en bod.

Janne fortæller om sine vejvalg, konkurrenter og om hvordan han vandt sin første sejr i et internationalt løb. Ja, det blev faktisk til flere.

Der var i alt 7 OKR-løbere der deltog i stævnet. Det vidner om, at rigtig mange medlemmer kombinerer sommerferie og Orientering.

Næste år er der også Hungária Kupa. Det foregår i den nordlige del af Ungarn mellem Budapest og Győr. Se [www.hungariacup2008.hu](http://www.hungariacup2008.hu).

Janne afslutter med at skrive "Ungarn kan absolut anbefales som ferieland. Selvom Ungarn er kommet i EU, er prisniveauet stadig meget rimeligt"

***Hele artiklen med kortudsnit og vejvalg kan læses på [www.okr.dk](http://www.okr.dk).***

*Henrik Skovmark  
Redaktør*

# STORE SEJRE I HORNBÆK

## *rapport fra 2. division 2. runde*

Helt oppe i Hornbæk Plantage - langs Kattegatkysten og med udsigt til Kullen - havde FIF Hillerød indbudt til divisionsmatch. Det var lørdag den 22. september, at vi skulle forsvare vort store forspring fra den 1. runde. Det blev ganske problemfrit - tre sikre sejre og dermed blev vi en meget sikker vinder af årets 2. division. Desværre gav dette ikke en direkte oprykning til den forjættende 1. division - men herom senere.

FIF Hillerød lavede et godt stævne - og banerne var ganske krævende i den lille plantage. En del roskildebøbere fik rigtig meget tid til at gå i skoven. Men heldigvis var vi begunstiget af et flot sensommervej - så humøret var højt i vor lejr - især når man lige havde været henne at kigge på den meget lille resultatavle. Var resultatavlen uhørt lille - så var indholdet stort.

79 løbere startede ud for OK Roskilde - og vi var atter den største klub. Fra 1. runde i Slagelseskovene var der 57 gengangere. Sammenlignet med den tilsvarende match sidste år var der tale om en fremgang på fire løbere. Seks var med for første gang - 3 ungdomsløbere og 3 voksenløbere: **Magnus Mørup Jansen, Mathilde H Boesen, Jeppe Kolbach Hansen, Anita Nøhr-Nielsen, Lars Nøhr-Nielsen og Jytte Hougaard**. Hermed har 347 forskellige løbere startet ud for OK Roskilde i 41 divisionsmatcher siden 1988.

**Steen Baunehøj** rundede et lille jubilæum - han deltog for 40. gang. Typisk for Steen, så husker han bedst den ene match, hvori han ikke kunne deltage .....

Som dagens løber blev **Anne-Mette Jansen** hyldet. Anne-Mette er stort set med hver eneste gang (38 gange af 41 mulige). Siden hun startede som ungdomsløber i klubben har hun fået mand og to børn, der alle er blevet aktive løbere i klubben. Trods denne "husmor-status" er hun altid oppe mod de bedste dameløbere på bane 2B. Anne-Mette er nok en af de få, der ikke har brokket sig over de nye lange baner til stævnerne - for hun elsker lange baner. Hun har blandt andet prøvet Wild-East og Jættemilen. Endelig skal det nævnes, at hun blev 33 år samme dag. En fødselsdag kan jo ikke holde en væk fra en divisionsmatch!

"Firlingerne" blev uddelt til fire af dagens seks banevindere: **Isabella Sihm, Andreas Boesen, Janne Brunstedt og Martin M Frich**.

I gennemgangen bane for bane nævnes alle løbere fra OK Roskilde, der tog point med hjem fra Hornbæk Plantage. Det var der denne gang 39 løbere, der gjorde - det højeste antal nogensinde. Pointene efter løberen er angivet i alfabetisk rækkefølge: Allerød OK, Ballerup OK og Søllerød OK.

### **BANE 1 \* \* \* H 17-39**

Her gentog historien sig fra 1. runde i Slagelse. Fire Søllerød-løbere på de fire første pladser - og så **Martin Laage Kragh** (10-10-5) på en meget flot femteplads. Næstbedst fra OK Roskilde blev denne gang **Kim Baunehøj Pedersen** (7-5-3) på en 11. plads (Kims højeste placering til en divisionsmatch) - en plads bedre end **Tobias Midtgaard Frich** (5-3-2). Endelig var der point til **Michael Kreiberg** (4-2-1), der deltog for 20. gang i træk - og tog point for 20. gang i træk.

Søllerød OK var helt suveræne - men vi kan glæde os over, at vi atter slog Ballerup OK. Godt klarert af vore ungdomsløbere.

OK Roskilde - Allerød OK	26 - 10
OK Roskilde - Ballerup OK	20 - 19
OK Roskilde - Søllerød OK	11 - 28

*banevinder: Rasmus Thrane Hansen, Søllerød OK*

*stærkeste klub: Søllerød OK*

*1996-2007: 28 sejre - 1 uafgjort - 46 nederlag.*

## **BANE 2A \* \* \* H -16, H 40-54**

Sådan **Andreas Boesen** (10-10-10)!

Sikke en fantastisk sæson den unge mand har haft. Har kun løbet orientingsløb i tre år - var stort set ukendt i orienterings-Danmark da sæsonen startede - nu er han den store stjerne. To danske mesterskaber i år (mellem og lang) indtil videre - og kun et sekund fra det tredje (stafet). Udtagelse til ungdoms-EM, hvor han imponerede i sprinten.

Så at vinde bane 2A til en match i 2. division blegner måske i sammenligning - men det er faktisk også en stor præstation at vinde denne bane med to minutters forspring til Steen Olsen fra Søllerød OK, der vandt banen i forårets match. I øvrigt var det første gang at en roskildeløber hentede 30 point til en divisionsmatch.

Senest, at en papegøje-farvet løber vandt bane 2A, var **Kent Pihl** (7-6-6) i 2004. Nu blev han en flot nummer 4. Kent har en evne til altid at løbe godt til en divisionsmatch. At der var otte minutter op til Andreas, fortæller dog mere om Andreas end om Kent. Ligesom sidste gang blev **Claus M Sihm** (5-3-5) tredjebedste fra OK Roskilde - på en ottendeplads og bare 28 sekunder foran formanden, **Anders Laage Kragh** (4-2-4).

Med fire mand blandt de ni bedste blev det til tre sikre sejre.

OK Roskilde - Allerød OK	26 - 12
OK Roskilde - Ballerup OK	21 - 17
OK Roskilde - Søllerød OK	25 - 13

*banevinder: Andreas Boesen, OK Roskilde*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*1996-2007: 40 sejre - 6 uafgjorte - 29 nederlag.*

## **BANE 2B \* \* \* D 17-39**

En anden meget stor præstation i Hornbæk stod **Lærke Sørensen** (6-8-8) for. Nok blev hun "kun" nummer to - men det var trods alt supertalentet Camilla Bergmann fra Allerød OK, der vandt banen. Da bane 2B var den samme som bane 2A - kunne tiderne sammenlignes, og her havde Lærke den samme tid som formanden havde på bane 2A! Lærke er desværre forhindret i at deltage i den næste match, da hun ganske fortjent er udtaget til juniorlandsholdet.

Dagens løber **Anne-Mette Jansen** (4-4-6) leverede sit livs bedste resultat til en divisionsmatch - en flot fjerdeplads på damebanen. På plads otte havde vi **Signe Petersen** (3-1-4), der også tidligere har været en vigtig brik på vort divisionshold. Da Signe var ungdomsløber, var hun stort set den eneste af slagsen i klubben, og i 1998 - 1999 var hun vor stærkeste dameløber. Efter en pause har Signe nu igen meldt sig under fanerne.

Vi blev bedste klub hos dame-elite - akkurat som i 1. runde.

OK Roskilde - Allerød OK	13 - 8
OK Roskilde - Ballerup OK	13 - 10
OK Roskilde - Søllerød OK	17 - 7

*banevinder: Camilla Bergmann, Allerød OK*  
*stærkeste klub: OK Roskilde*  
*1996-2007: 39 sejre - 3 uafgjorte - 33 nederlag.*

### **BANE 3A \* \* \* H 55-64**

Her kan teksten fra den sidste runde genbruges. Dobbeltsejr ved **Janne Brunstedt** (6-6-6) og **Aksel Andersen** (5-5-5). Eneste forskel var at, den tredjetællende løber **John Tripax** (4-3-3) forbedrede sidste rundes sjetteplads til en femteplads. En meget stærk trio som igen hjemtog tre store sejre.

OK Roskilde - Allerød OK	15 - 5
OK Roskilde - Ballerup OK	14 - 7
OK Roskilde - Søllerød OK	14 - 7

*banevinder: Janne Brunstedt, OK Roskilde*  
*stærkeste klub: OK Roskilde*  
*1996-2007: 43 sejre - 16 uafgjorte - 16 nederlag.*

### **BANE 3B \* \* \* D -16, D 40-49**

De tre løbere, som tog vore point i den forrige match meldte alle afbud - så det var op til afløserne at tage over. Bedst gjorde **Linda Østberg** (4-5-6) det ved at slutte på fjerdepladsen. Det var Lindas femte start for OK Roskilde siden skiftet fra Lyngby OK. Siden er Lyngby OK rutsjet fra 2. til 6. division. På ottendepladsen kom min tandlæge **Leni Møllsøe** (3-3-3), der i august optrådte på klubbens førstehold ved Midgårdssormen. Endelig var der gode point til **Bente Pihl** (1-2-2). Det var første gang, at Bente tog point på bane 2B. Ingen af de fire deltagende klubber var i stand til at stille med en D-16 løber.

Trods afbudene blev det egentlig til nogle ganske fine resultater, som gav sejr over Søllerød OK og to beskedne nederlag.

OK Roskilde - Allerød OK	8 - 13
OK Roskilde - Ballerup OK	10 - 11
OK Roskilde - Søllerød OK	11 - 9

*banevinder: Annette Bonde, Ballerup OK*  
*stærkeste klub: Allerød OK*  
*1996-2007: 45 sejre - 3 uafgjorte - 27 nederlag.*

### **BANE 4A \* \* \* H 65-**

**Bjarne Pedersen** (4-4-4) løb sit første divisionsløb på bane 4 - og vandt det i overbevisende stil. Det var de første point til Bjarne siden 2002. Tilbage i 1999 vandt Bjarne bane 3A i Grydebjerg. **Finn Olsen** (3-2-2) forbedrede sig med en enkelt plads i forhold til sidste gang - og endte denne gang på en fin fjerdeplads. Er der mon nogen tilbage i klubben, der kan huske at Bjarne og Finn var hhv. formand og kasserer tilbage først i 80'erne?

Tre sejre.

OK Roskilde - Allerød OK	7 - 3
OK Roskilde - Ballerup OK	6 - 4
OK Roskilde - Søllerød OK	6 - 4

*banevinder: Bjarne Pedersen, OK Roskilde*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*2007: 4 sejre - 1 uafgjort - 1 nederlag.*

### **BANE 4B \* \* \* D 50-**

**Inge Jørgensen** (4-4-3½) forsvarende sin førsteplads fra sidste gang med held. Nu måtte hun dog dele førstepladsen med en rival fra Søllerød OK **Annette Petersen** (3-2-2) gentog også sin placering fra sidst - en fjerdeplads (vi fik mange fjerdepladser!). Annette har løbet godt i år - og årets højdepunkt må være deltagelsen på Freja-holdet ved årets Midgårdsorm.

Tre sejre som hos herrerne på bane 4A.

OK Roskilde - Allerød OK	7 - 2
OK Roskilde - Ballerup OK	6 - 4
OK Roskilde - Søllerød OK	5½ - 4½

*banevinder: Inge Jørgensen, OK Roskilde og Vibeke Bøgevig, Søllerød OK*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*2007: 5 sejre - 1 uafgjort - 0 nederlag.*

### **BANE 5 \* \* \* H -14, HB**

I sidste runde blev han snydt for sejren af en fejlplaceret eliteløber - men denne gang var der ingen tvivl. **Martin Midtgaard Frich** (3-3-3) vandt suverænt og helt fortjent bane 5. Martin har tidligere vundet bane 8 (i 2003) som H-10 og bane 7A (i 2005) som H-12. Næste år gælder det så bane 2A (H-16). Sidst at en løber fra OK Roskilde vandt bane 5, var da Michael Andersen vandt to gange i 2003. For klubbens "bredde" er der også point at løbe om. Bedst blev **Henrik Torp Andersen** (1-1-1) på femtepladsen. Henrik tog sidst point i 2000 i Rørvig. De mange træningsture med Mogens Hald giver nu resultat. Kan dette inspirere andre til at løbe hver tirsdag? **Jacob Laage Kragh** (1-2-2) kan også være sin syvendeplads bekendt. Jacob har haft mange flotte løb i år. Endelig var der point til **Søren Tidmand** (1-1-1), der tog point for anden gang i seks forsøg.

Tre sejre på bane 5, der har været vor stærkeste bane i de 12 sæsoner, hvor de nugældende regler har været i brug.

OK Roskilde - Allerød OK	6 - 3
OK Roskilde - Ballerup OK	7 - 1
OK Roskilde - Søllerød OK	7 - 2

*banevinder: Martin Midtgaard Frich, OK Roskilde*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*1996-2007: 49 sejre - 11 uafgjorte - 15 nederlag.*

### **BANE 6 \* \* \* D -14, DB**

**Ida Sander** (1-3-3) forsvarede sin position som bedste roskideløber på bane 6. Sidst blev hun nummer fem - denne gang nummer tre. Ida var jo på det hold, der tilbage i juni vandt pigeklassen ved Parkstafetten i Roskilde Folkepark. Pladserne otte og ni gik også til os. **Katie Sørensen** (1-1-1) tog point for anden gang i træk og **Line Kreiberg** (1-1-2) snuppede tre løbspoint og et bonuspoint mod Søllerød OK. Line var, ligesom Ida, også med til at vinde Parkstafetten. Endelig blev der et enkelt trøstpoint til **Birthe Nielsen** (0-1-0). Ganske fortjent, for Birthe hører til de absolut mest trofaste.

To sejre og et nederlag. Bane 6 blev en af de kun fire baner, hvor vi ikke endte som stærkeste klub.

OK Roskilde - Allerød OK	3 - 6
OK Roskilde - Ballerup OK	6 - 3
OK Roskilde - Søllerød OK	6 - 3

*banevinder: Sidsel Dan Hull, Allerød OK*

*stærkeste klub: Allerød OK*

*1996-2007: 45 sejre - 6 uafgjorte - 24 nederlag.*

## **BANE 7A \* \* \* H -12, H let**

**Finn Nielsen-Friis** (1-1-1) sluttede som nummer to - og erobrede de såkaldte ”chauffør-point”. Men der var flere point til **Lasse Bjerregaard Nielsen** (3-2-0) på ottendepladsen. Lasse deltog for femte gang og har nu erobret 11 point. Der blev også et enkelt point til debutanten **Jeppe Kolbach Hansen** (1-0-0).

Sidste gang tabte vi alle tre matcher - men denne gang slog vi dog Allerød OK.

OK Roskilde - Allerød OK	5 - 1
OK Roskilde - Ballerup OK	3 - 4
OK Roskilde - Søllerød OK	1 - 6

*banevinder: Kaj Pedersen Maag, Søllerød OK*

*stærkeste klub: Ballerup OK*

*1996-2007: 46 sejre - 2 uafgjorte - 27 nederlag.*

## **BANE 7B \* \* \* D -12, D let**

Dagens sjette banevinder kom her. **Isabella Sihm** (3-3-3) genvandt banen og fortsatte sin gode stime af sejre. Her tænkes specielt på det lidt uventede (for mig) - man ganske overbevisende - danske mesterskab på Møn.

Bane 7B gav os faktisk en dobbeltsejr, da **Amalie Tripax** (2-2-2) forbedrede sidste rundes tredjeplads til en andenplads. De to piger er gode repræsentanter for OK Roskildes ungdomsafdeling. På fjerdepladsen kom debutanten **Jytte Hougaard** (1-1-1), der nok bedst er kendt som mor til Andreas, men hun er også mor til løberen, som blev nummer syv på denne bane. For her debuterede **Mathilde Hougaard Boesen** (1-0-0) og hev et enkelt point hjem. Mathilde må være en af de få, som når at vinde en DM-medalje inden man når at løbe den første divisionsmatch. Medaljen er fra DM-stafet i klassen D/H-43.

Tre store sejre.

OK Roskilde - Allerød OK	7 - 0
OK Roskilde - Ballerup OK	6 - 1
OK Roskilde - Søllerød OK	6 - 1

*banevinder: Isabella Sihm, OK Roskilde*

*stærkeste klub: OK Roskilde*

*1996-2007: 42 sejre - 9 uafgjorte - 24 nederlag.*

**BANE 8 \* \* \* D/H -10, D/H beg.**

Her stillede vi med fremtidens talenter. En frisk pige og seks raske drenge (det lyder som titlen til en gammel dansk film). Hurtigst var **Rasmus Mørup Jansen** (1-1-1), der tog point for femte gang. **Nikolaj Nielsen-Friis** (1-1-1) blev nummer ti - blot otte sekunder foran **Emil Østberg** (1-1-1).

OK Roskilde - Allerød OK	3 - 3
OK Roskilde - Ballerup OK	3 - 3
OK Roskilde - Søllerød OK	3 - 3

*banevinder: Asbjørn Thyregod, Søllerød OK*

*1996-2007: 16 sejre - 59 uafgjorte - 0 nederlag.*

**ALLE BANER**

Det gav følgende slutresultater (med første runde i parentes):

OK Roskilde - Allerød OK	126 - 66	(124 - 75)
OK Roskilde - Ballerup OK	115 - 84	(112 - 87)
OK Roskilde - Søllerød OK	112,5 - 87,5	(114 - 87)

De tre andre klubbers interne opgør endte:

Søllerød OK - Ballerup OK	95 - 91	(97 - 92)
Søllerød OK - Allerød OK	109 - 75	(106 - 88)
Ballerup OK - Allerød OK	106 - 73	(108 - 84)

2. rundes resultater ligger ganske tæt op af resultaterne fra 1. runde i samtlige seks kampe, selvom vi har løbet så forskellige steder som Slagelse og Hornbæk.

Slutstilling 2. division 2007:

1. OK Roskilde	12 mp.	703,5 løbsp.
2. Søllerød OK	8 mp.	580,5 løbsp.
3. Ballerup OK	4 mp.	567,0 løbsp.
4. Allerød OK	0 mp.	462,0 løbsp.

OK Roskilde og Søllerød OK skal løbe om oprykning til 1. division - og Ballerup OK og Allerød OK skal kæmpe om at undgå nedrykning til 3. division.

**BONUSPOINT**

I reglementet for divisionsturneringen indgår nogle bonuspoint, som kan erobres af ungdomsløbere i otte klasser.

Der er 18 point at kæmpe om i hver klasse, hvor en klub maksimalt kan optjene 9 bonuspoint (3 i hver match) - hvilket sker hvis man får placeret to løbere bedre end de andre klubbers ungdomsløbere.

Pointene blev denne gang fordelt således:

	OK R	AOK	SOK	BOK
H 17-20 A	7		8	
D 17-20 A	5	6	4	
H 15-16 A	6			
D 15-16 A				
H 13-14 A	8	7		
D 13-14 A	5	9	1	3
H 11-12 A	3		7	6
D 11-12 A	9			
<b>i alt</b>	<b>43</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>9</b>

Vi opnåede præcist det samme antal point som i første runde - hvorimod de tre andre klubber alle opnåede (markant) færre point end sidst. Det var i øvrigt 16. gang i træk, at OK Roskilde erobrede det højeste antal bonuspoint.

### **ALLERØD OK**

Det var 10. gang vi mødte Allerød OK - hvoraf vi har vundet de seks.

Allerød OK rykkede sidste år op fra 3. division - men opnåede ikke at vinde en eneste match i årets 2. division. Trods gode løbere som Camilla Bergmann (D-20), Stefan Frands Petersen (H-14) og Sidsel Dan Hull (D-14) mangler der bredde i klubben til at kunne begå sig i 2. division. På bane 1 stillede klubben eksempelvis kun med to løbere.

### **BALLERUP OK**

Det var 12. gang vi mødte Ballerup OK - og vi har stadig en negativ statistik med fem sejre og syv nederlag. Klubben slutter på tredjepladsen for andet år i træk. Ballerup OK er en stor klub med mange medlemmer - men kan godt virke en smule anonyme. Mon ikke klubben er at finde i 2. division de næste mange år?

### **SØLLERØD OK**

Det var vores 9. sejr i træk over Søllerød OK, der sidst slog os i 1994.

Via deres dominans på bane 1 kunne de slå Ballerup OK, og dermed ende på andenpladsen for andet år i træk. Umiddelbart tror jeg, at klubben er for lille til at have en chance i 1. division, men da de er inde i en positiv udvikling, vil det blive en stærkere modstandere de kommende år.

### **OK ROSKILDE**

Sidst vi løb i Hornbæk Plantage var i maj 2001 - det var det år vi vandt 3. division og begyndte vor opstigen til den bedste række. Efter godt seks år er vi så tilbage og vinder tre store sejre. Vi var ikke i stærkeste opstilling - men realistisk set, så vil det nok heller aldrig være muligt. Derfor er det vigtigt, at vor klub er "bred".

Når disse linjer er læst er oprykningsmatchen i Kongsøre Skov allerede afviklet. Uden at kende resultatet vil jeg dog godt sige: Jeg håber, vi er rykket op - for det bliver lidt kedeligt at skulle løbe mod Søllerød OK og Ballerup OK igen. Dertil er vi for stærke. Det vil være mere motiverende at skulle op mod OK Øst Birkerød, FIF Hillerød og Tisvilde Hegn OK til næste år!

*Morten Jensen*

## **Referat fra Hovedbestyrelsesmøde**

**Mandag d. 8. oktober 2007 kl. 19.00 i Nordpilen**

Mødedeltagere: Anders, Eva, Gert, Hanne, Henrik, John, Kent, Jan, John, Per, Søren og Trine.

### **1. Godkendelse af dagsorden**

*// Godkendt.*

### **2. Aktier i Roskilde Bank**

*// Det skal overvejes om vi på grund af de seneste måneders kursfald skal sælge aktierne nu eller se tiden an.*

*Søren og Henrik undersøger om der kan indgås en aftale med banken om at sælge, hvis kursen kommer under 425. I modsat fald sælges hurtigst muligt.*

### **3. Status klubhusprojekt**

*// Der er et halvt års ventetid på byggetilladelse, så byggeriet kan ikke igangsættes i begyndelsen af 2008.*

*Det blev aftalt:*

- *Henning Rasmussen indsender byggeandragende snarest.*
  - *Der afholdes klubaften d. 13. november.*
  - *Der afholdes ikke ekstraordinær generalforsamling, men endelig beslutning træffes på den ordinære generalforsamling i februar 2008.*
  - *Der indhentes med forbehold for byggetilladelse priser i januar-februar.*
- Anders og Søren undersøger mulighed for at søge tilskud fra diverse fonde m.m.*

#### 4. Bemanding i TRU

*// Anne-Marie har meddelt at hun på grund af store private tiltag ikke kan fortsætte som formand for TRU. Indtil videre gøres en aftale med Mogens og Asger om arbejdet i TRU indtil ny formand er fundet. Ny formand bør utvivlsomt have mere erfaring.*

*Det blev aftalt:*

*Der skal overvejes en strukturændring (en sådan kan næppe være klar til beslutning før på generalforsamling i 2009)*

*Der afholdes et møde for alle HB-medlemmer og alle udvalgsmedlemmer d. 29. oktober kl. 18*

*Eva indkalder til dette møde og sørger for lidt mad.*

*Alle udvalg beskriver og udsender inden dette møde en beskrivelse af udvalgets opgaver.*

#### 5. Arrangementer

*//Divisionsmatch 6.10.07*

*Arrangementet forløb fint, slev om der til det sidste var problemer med at få tilstrækkeligt mandskab til opgaverne. Det var dog næppe værre end normalt, men over for medlemmerne mere synligt på grund af mange mails om problemet. Der var flere af de nyeste medlemmer på opgaverne. Stævneleder var også banekontrol-lant, men det gik godt nok.*

*Ungdomsløbere bør fremover især bruges til IT-opgaver.*

*Materiel bør fremover koordineres bedre.*

*Der skal altid ved sådanne arrangementer være mad til hjælpere*

*Pas på DOF's regler kontra O-service*

*//DM ultralang 21.9.2008*

*Skovaftale er underskrevet*

*Aftale om skole i Jystrup er på plads*

*Banelæggere bliver Erich og Niels Petersen*

*Stævneleder og kontrollanter er endnu ikke fundet*

*//Spring Cup 2008*

*Der søges fortsat efter de sidste funktionsledere*

*Der afholdes stævnepladsbesigtigelse d. 10. november*

*Der er udbetalt a conto beløb (overskud) for løbet i 2007. Der mangler en enkelt regning.*

*FIF's undersøgelse blandt deres medlemmer viste fortsat opbakning til at være med i samarbejdet fremover*

*//Andre arrangementer*

*HB anbefaler at vi ikke i 2008 arrangerer mountainbikeløb*

*Eigil vil gerne afløses som arrangør af skole o-løb. Gert vil gerne overtage, men det bør ske i tæt samarbejde med UU.*

## 6. Generalforsamling 200

*// Det udsendte forslag til køreplan godkendt med en enkelt ændring, idet fremlæggelse af regnskab m.m. skal ske 22. januar 2008. Budgetønsker skal være velovervejede og begrundede. Alle som er på valg skal overveje om de ønsker at fortsætte.*

## 7. Ungdom U-3 kurser

*// Kurser afholdes nu samlet for U3 og junior (15-20 årige). Sommerlejr afholdes fortsat hver for sig. Der afholdes møde 29.11. i Espergærde om 2008-kurserne.*

*Store problemer med at skaffe tilstrækkeligt med arrangører/hjælpere til kursus i november 2007. HB anbefaler at kurset ikke gennemføres hvis der ikke bliver mindst 4-5 kompetente hjælpere.*

## 8. Huskeliste

*// Listen blev gennemgået og følgende aftalt/tilkendegivet:*

*Intet nyt om opdeling af hjemmeside i privat og offentlig.*

*Forsikringsdækning vurderes i forbindelse med tilbygning*

*"Professionel træner" slettes på listen*

*Der afholdes kortaften i januar 2008 hos OKR om ny teknik vedr. kurvetegning*

*Gruppen vedr. forskellige opgavetyper består fremover af Henrik og Trine. Opgaven bliver en del af forberedelserne til eventuel ny struktur i klubben.*

*Koordinering mellem Webgruppe og Snitzling er lige på trapperne*

*"Besøg af DOF's breddekonsulent" slettes på listen*

*"Ny løbstilmelder" drøftes i forbindelse med strukturovervejelser*

*Michael rykkes for visitkort*

*Intet nyt om brandslukningsudstyr*

*Gruppen vedr. nye målsætninger mødes 9. oktober*

*Ny klubstander og letopsætteligt telt undersøges fortsat af Eva*

## 9. Nyt fra udvalgene og formanden

*// Per:*

*Vi har fået regning på VVS-arbejde vedr. varmeproblemet. Der er stort set blot udskiftet nogle ventiler, men det virker åbenbart.*

*Stort arbejde med IT-enheder, som p.t. fungerer uden ret mange problemer*

*// Anders:*

*Der har været afskedsreception for Kaj Knudsen*

*RIU holder halvårsmøde ultimo oktober*

*// Kent:*

*Natcup afholdes primo januar 2008.*

*// Henrik:*

*Snitzlingen har deadline på søndag d. 14.10.*

*// Hanne:*

*Mange deltager de seneste gange i Boserup, men kun få 60+'ere.*

*Privat skole fra Høje Tåstrup har kontaktet os, og en lærer har afprøvet vore tilbud, og erfaret at løb for hans elever skal være meget lette. Janne hjælper skolen.*

*// John:*

*TKC har fået ny træner: Gert Nielsen, som kommer til os for at høre vore ønsker til træningen.*

*John opfordrer vore unge om at nu at være mere med.*

*John tager kontakt til Spring Cup OK om deltagelse i stafet ved Spring Cup 2008.*

*// Søren:*

*Regnskab pr. 8.10.2007 ser fint ud, og 2007 vil formentlig vise et pænt overskud.*

### 10. Eventuelt

*// Eva indkøber 2 stk. startbannere og 1 stk. målbanner.*

*Okrlist virker ikke mere, men der arbejdes på at genskabe den.*

# 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

TRIMTEX

ST

CRAFT



SPORT  ident

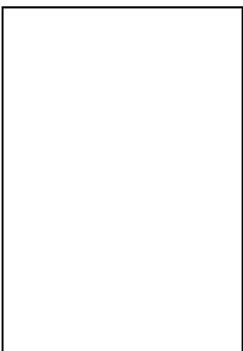
SPORT 

Kampela Sport



**PP**

DANMARK



OK Roskilde  
Bjældevej 20  
4000 Roskilde