



Orienterings Clubben, Slagelse

NYHEDSBREV NR 6

JUNI 2009



Slagelse 20. juni 2009

Kære O- løber:

Medlemsnyt:

Vi siger velkommen til:

Kenneth Nyland og Kristina Laugesen

Poul Niemann Nielsen

Niels Bagge

Carsten Egeriis

Allan Riisgaard Pedersen, genoptaget.

Løb i sommerferien:

Der er altid mulighed for at løbe efter FASTE POSTER, LAV SELV DIN BANE:

Gå ind på www.oksorø.dk under faste poster og find:

KONGSKILDE
FELDSKOV
SORØ STORKRO/COMWELL

Print kortet ud og lav din egen bane! Tag evt. andre med til at dyste imod.

Kom godt i gang efter ferien:

I foråret havde vi en dag med lidt kursus og opdatering af mange sider af det at løbe orienteringsløb.

Her efter ferien vil vi igen lave en lørdag hvor vi håber at så mange af de nyere løbere og også gerne "gamle" løbere får lyst til at deltage.

Ebbe har lovet at lave lidt øvelser i skoven for netop dig.

Det er: **Lørdag d 15. august. Kl 13 – ca 15.**

Det foregår fra klubhuset, og kom i løbetøj.

Orienteringsløb er jo meget at man løber alene og her kan du også tale med de andre både nyere og gamle løbere.



Orienterings Clubben, Slagelse

NYHEDSBREV NR 6

JUNI 2009



Sommertræningsløb EFTERÅR 2009

Dato	Skov	Mødested og andet	Arrangør
11. august	Slagelse bykort	Teglværkssvej	OK Sorø / Claus
15. august	Slagelse Lystskov	Klubhus, kl 13 – ca 15 KURSUS for alle! Mød i løbetøj.	OCS Ebbe
18. august	Korsør Lystskov	Stranden, Derefter grillpølser til alle løbere.	OCS Steen m.fl.
25. august	Broby Vesterskov		OK Sorø
1. september	St. Bøgeskov		OK Sorø
8. september	Slagelse Lystskov	Klubhus	OCS Birger m.fl
15. september	Tersløse Bøgeskov		OK Sorø
22. september	Sorø Sønderskov	Sorø klubhus, fest efter løbet	OK Sorø
			NATLØB:
29. september	Sønderskov Nord		OK Sorø
6. oktober	Horsebølg		OK Sorø
13. oktober	Kongskilde N		OK Sorø
20. oktober	Bulbro		OK Sorø
27. oktober	Slagelse bykort		OCS Ebbe
1. december	Slagelse bykort	Juleløb med gløkk og æbleskiver også Sorø. Klubmester, Slagelse	OCS Hans
DER KAN SKE ÆNDRINGER: SE PÅ: www.ocslagelse.dk eller www.oksorø.dk			

**Alle træningsløb foregår om tirsdagen med start mellem 18.00 og 18.30
(NATLØB DOG ANDEN TID)**

Max.tid på 1 time 15. min, således at alle er i mål senest kl. 19.30

Der er 4 baner: lang svær ca. 7 km, kort svær ca. 4 km,

kort mellemsvær ca. 3 km og begynder 2-3 km.

Der anvendes store skærme og klippetænger
og så vidt muligt anvendes IOF-symboler.

Der vil være væske.

Det er gratis for klubbens medlemmer, øvrige betaler kr. 15,- for kort

NB: Som alle kan se er der kun sat én person til de løb som Slagelse skal lave.

Har du lyst til nye udfordringer kan du melde dig til at hjælpe til.

Der er både mulighed for at være med at lave baner, men også udlægning og indsamling af poster.

**DET ER SKULLE PLACERE EN POST RIGTIGT ER EN GOD ØVELSE OG DOBBELT SÅ
SVÆRT SOM AT SKULLE FINDE EN DER ER UDLAGT!**



Orienterings Clubben, Slagelse

NYHEDSBREV NR 6

JUNI 2009



Åbne løb i efteråret:

- Søndag d 16. august: Løb i Tokkekøb hegn. Det er 2 mands stafet, men der er også almindelige åbne baner.
- Søndag d 23. august: Kredsløb i Grøntved Overdrev, lidt syd for Holbæk. Et maget kuperet og spændende område, tæt på.
- Søndag d 6. september: Kredsløb i Kongsøre Skov, nord for Holbæk. En spændende skov også ret tæt på os.
- Søndag d 27. september: Kredsløb i Jonstrup Vang og lille Hareskov.

Alle åbne løb kan ses på www.o-service.dk

Vil du tilmelde dig her, så kontakt bestyrelsen. Du kan få password fra Ebbe.

Du kan også se hvad der sker på vores naboklubs hjemmeside: www.oksorø.dk

Divisionsmatch:

Vi løber jo selv divisionsmatch sammen med Sorø i 3. division, under navnet MIDTVEST, og SØNDAG D 17. maj har vi løbet i Stenholt Vang
Her blev vi nr. 2 af de 4 klubber i 3. division

**Næste gang vi skal løbe divisionsmatch sammen med Sorø under navnet Midtvest, er søndag d 20. september i Store Dyrehave i Nordsjælland
Sæt allerede nu dagen af.**

Ved en divisionsmatch tæller resultater fra ALLE klasser.

Det er bredden der tæller, så selvom du er begynder kan du hjælpe med at få point.

Startafgift og kørsel i fyldte biler betaler klubben, (kørsel med 1 kr. pr km.)

Sæt derfor nu dagen af og meld gerne tilbage hurtigt om du kan komme.

Nyt fra bestyrelsen:

Korttegning: For at få så gode kort som muligt, har vi nu valgt at følge trop og anskaffe en GPS til dette formål og købe grundmateriale fra COWI. Først Korsør Skov og dernæst Slagelse.

Skoleorientering: 16. maj havde vi et stort stævne i Korsør Lystskov med 200 6. klasse elever. Dagen forløb vellykket.
Tak til Claus, Ester, Jørgen og Ebbe for hjælpen.

Bestyrelsen:

Formand: Hans Vallentin Stoltz	4081 8554	mail: hans@stoltz.dk
Medlem: Steen Lund	5885 5564	mail: annemarieogsteen@mail.dk
Medlem: Asger W. Rasmussen	5850 4732	mail: sanne-asger@mail.dk
Medlem: Birger Rasmussen	5852 3466	mail: birger-rasmussen@get2net.dk
Kasserer: Ebbe Kajberg	5853 2091	mail: e.kajberg@post.tele.dk

Konto: 0570-0000-584088

Hjemmeside: <http://www.ocslagelse.dk>

Hans Vallentin Stoltz