



# Orienterings Clubben, Slagelse

## NYHEDSBREV NR 7

### OKTOBER 2009



Slagelse 19. oktober 2009

#### **Kære O- løber:**

#### **Juleløb-klubften med et lille byløb:**

Foregår tirsdag d 1. december ligesom de sidste år fra Spejderhuset på Teglværksvej nr. 11, sidevej til Slotsalleen.

Program:

Kl. 18.45	Mødetid omklædt. Fælles instruktion.
Kl. 19.00	Samlet start på O- løbet.
Kl. 19.45	Alle i mål.
Kl. 20.00	Julehygge med gløgg og æbleskiver. Herunder uddeling af præmier for løbet.

Det vil være en form for fidusløb, så medbring gerne noget at skrive på og med, samt selvfølgelig en lygte, selvom det foregår i byen.

Vi kan så benytte lejligheden til at ønske hinanden en fortsat god løbe sæson, og ønske god jul.

Som tidligere år, vil vi prøve at sætte hold til Nytårsstafetten, et spændende løb d. 10. jan. Arrangeret af Holbæk.

Vi håber at mange vil finde vej til dette hyggelige julearrangement.

Vi har jo et godt samarbejde med Sorø, så de inviteres også med her.

Af hensyn til gløgg og æbleskiver bedes om tilmelding

#### **Samarbejde med Sorø OK:**

Vi har nu aftalt større samarbejde med Sorø OK, og opfordrer alle til at deltage i de mange kurser de for tiden laver. Det er gratis for medlemmer af OCS.

Se nærmere herom på: [www.oksorø.dk](http://www.oksorø.dk)

#### **Aften/natløb:**

Der er stadig et par natløb tilbage i år og de der prøver det for første gang synes det er sjovt. Det er som meget andet man skal "kaste" sig ud i det.

#### **Aftenorienteringsløb tirsdag den 27. oktober**

Fra spejderhuset Teglværksvej 11, Slagelse.

Klubben arrangerer et aftenorienteringsløb i området omkring Frederikshøj, boldbanerne, Anlægget og sygehuset (og østbyen for den lange bane) tirsdag den 27. oktober med start mellem kl. 19 og 19,30.

Du kan vælge mellem følgende baner:

Let bane	ca. 3,8 km.
Mellemsvær bane	ca. 4,3 km.
Svær bane – kort	ca. 5,0 km.
Svær bane – lang	ca. 7,0 km.

Selv om der er gadelys i en stor del af området, så skal du medbringe enten en pandelampe eller en god lommelygte.

Posterne er markeret med plastrør med refleksbånd.

Se øvrige aften/natløbløb på Sorø OK.



# Orienterings Clubben, Slagelse

## NYHEDSBREV NR 7

### OKTOBER 2009



#### Vintertræningsløb 2009 – 2010

Glæd jer: Til november starter vintertræningsturneringen, VTR. Der er løb hver søndag fra 8. november til 28. februar (dog med en pause omkring jul og nytår) i forskellige skove på Vest-, Midt- og Sydsjælland. Klubberne i området skiftes til at arrangere.

Her er hele oversigten:

#### Lige til at hænge på opslagstavlen

Dato	Klub	Skov	Startsted	Point/bem.
31.10	Vestsj.	<a href="#">Kårup</a>	Vindkilde Strandvej	Åbent træningsløb
08.11	Sorø	<a href="#">Kongskilde friluftsgård</a>	P-plads 300 m NØ for friluftsgård	X
15.11	Hvalsø	<a href="#">Ny Tolstrup</a>	Savværket	X
22.11	HG	<a href="#">Fruens Plantage</a>	Bents Hoved	X - SI
29.11	Sorø	<a href="#">Sorø Sønderkov N</a>	Skolevej	X
06.12	O-63	<a href="#">Hannenov-Oustrup</a>		X
13.12	OKR	<a href="#">Valborup S</a>	Lerbjerg	X
26.12	OKR	<a href="#">Boserup</a>	Høje P-Plads	Juleløb
10.01	HOK	<a href="#">Jyderup</a>	?	Nytårsstafet
17.01	Haslev	<a href="#">Rønnebæk Overdrev</a>	Rønnebæksholm	X
24.01	OKR	<a href="#">Ny Tolstrup</a>	Avnstrup	X
31.01	HG	<a href="#">Enø</a>	Dansk Folkeferie	X - SI
07.02	O-63	<a href="#">Oremandsgård</a>	Husflidsskolen Afm. Præstø – Kalvehave	X
14.02	Køge	<a href="#">Lellinge</a>		X
21.02	OCS	<a href="#">Slagelse skovene</a>	Askvej, Rosted	X
21.02	Barske	<a href="#">Tisvilde Hegn</a>	?	Troldens Fodspor
28.02	HOK	<a href="#">Eriksholm</a>	Munkholmsbroen	X - SI
07.03	O-63	<a href="#">Viemose</a>	Skovfoged huset	Div. 2-3-4 Ingen åbne baner
13.03	Sorø	<a href="#">Sorø Sønderkov S</a>	Skolevej	Afslutningsløb
14.03	HG	<a href="#">Vintersbølle</a>	Vintersbølle skole	Kredsløb

Ved hvert løb er der disse 7 baner at vælge i mellem:

Svær	Sort, lang	7½-10 km.
-	Sort, mellem	6-7 km.
-	Sort, kort	4-5 km.
-	Sort, mini u. 50 år	3-4 km.
-	Sort, mini o. 50 år	3-4 km.
Mellemsvær Gul		4-5 km.
Let	Hvid	3-4 km.
Begynder	Grøn	2-3 km.

Skygning tilladt på banerne Grøn, Hvid og Gul.

For alle de almindelige VTR løb (de er mærket med et X i oversigten) gælder, at starten går mellem kl. 10 og 11. Der er ingen forhåndstilmelding, bare mød op på startstedet. Hvis du klikker på skoven, så kommer der er et Google-kort, som viser startstedet (hvis det virker). Startgebyret for børn og unge under 16 år er sat til kun kr. 10,-. Øvrige betaler kr. 25,-, men det er stadig billigt. Der er efterhånden blevet standard, at kortene udleveres med fortrykte baner. I de fleste løb anvendes Sport Ident til tidstagning, så husk din brik, hvis du har. Ellers kan du låne en i klubben, men sørg selv for en aftale med et bestyrelsesmedlem på forhånd. Der koster ekstra at låne på startstedet.



# Orienterings Clubben, Slagelse

## NYHEDSBREV NR 7

### OKTOBER 2009



Der er en gennemgående konkurrence, hvor du får point efter, hvor længe du er efter vinderen i klassen. Hele turneringen afsluttes med et afslutningsløb med præmieuddeling lørdag den 13.03.2010. Du kan følge med i stillingen på OK Roskildes hjemmeside på adressen [www.okr.dk](http://www.okr.dk). Her kan du også se de præcise regler og evt. sidste øjeblikks aflysninger, f. eks. på grund af vejret.

Jeg har før skrevet om vintertræningsløbene, men det har ikke de senere år, trukket så mange OCS'ere af sted til vinterskovene. Det er synd og skam, for **vintertiden er en perfekt årstid til o-løb**. Temperaturen er passende lav, og der er ingen generende insekter eller brændenælder. Turneringen har et godt ry. Gode baner og hurtig afvikling. Det passer fint til en søndag formiddag.

I oversigten er anført flere andre løb, som ikke er almindelige VTR løb, men løb i samme område. Disse løb har speciel tilmelding og andre klasser. Her er et link til indbydelsen for løbet den 31. oktober i Kårup skov: [www.vestsjaellands-ok.dk/traeningsloeb.htm](http://www.vestsjaellands-ok.dk/traeningsloeb.htm). Nogle klubber bruger dette løb til klubmesterskab, men alle løbere kan deltage fra kl. 12 - 12.45. Se selv indbydelsen.

Jeg tilbyder at organisere samkørsel til VTR-løbene. Sendt en mail til mig senest fredag kl. 20 før løbet om søndagen. Skriv evt. om du kan lægge bil til. Så vil jeg, så vidt muligt, vende tilbage lørdag formiddag med info om samkørslen.

Steen

Mail: [annemarieogsteen@mail.dk](mailto:annemarieogsteen@mail.dk)

Evt. tlf 5885 5564, mob: 61275564

#### **Divisionsturnering:**

Vi løber jo divisionsturnering under navnet Midtvest sammen med Sorø og Haslev. I efteråret **lykkedes det at rykke op i 2. division** af 6 mulige så det er flot og vi må prøve at leve op til det.

Næste gang vi skal løbe er **søndag d 7. marts 2010**, så sæt allerede nu dagen af.

#### **Generalforsamling:**

Vi har lige haft bestyrelsesmøde og her planlagt at afholde generalforsamling

#### **MANDAG d. 8. februar 2010.**

Så sæt allerede nu aftenen af. Det er her DU kan være med at påvirke arbejdet.

**Alle åbne løb** kan ses på [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)

Vil du tilmelde dig her, så kontakt bestyrelsen.

Du kan også se hvad der sker på vores naboklubs hjemmeside: [www.oksorø.dk](http://www.oksorø.dk)

Bestyrelsen:

Formand: Hans Vallentin Stoltz

4081 8554 mail: [hans@stoltz.dk](mailto:hans@stoltz.dk)

Medlem: Steen Lund

5885 5564 mail: [annemarieogsteen@mail.dk](mailto:annemarieogsteen@mail.dk)

Medlem: Asger W. Rasmussen

5850 4732 mail: [sanne-asger@mail.dk](mailto:sanne-asger@mail.dk)

Medlem: Birger Rasmussen

2925 1270 mail: [birger-rasmussen@get2net.dk](mailto:birger-rasmussen@get2net.dk)

Kasserer: Ebbe Kajberg

5853 2091 mail: [e.kajberg@post.tele.dk](mailto:e.kajberg@post.tele.dk)

Konto:

0570-0000-584088 Hjemmeside: <http://www.ocslagelse.dk>

Hans Vallentin Stoltz