



Nyhedsbrev – OK HTF

JANUARY 5, 2019

ÅRGANG 57, NUMMER 1

Lise Termansen Junior kursus

Hej HTF

Jeg har været afsted på juniorkursus på Fanø med forbundets juniorgruppe, og det har været super fedt! Nu skal I høre;

Fredag

Jeg drog afsted fredag eftermiddag i en minibus fra Aarhus, hvor jeg bor, sammen med en håndfuld andre løbere fra Aarhus. Køreturen tog godt 3 timer, men det var ingen sag når vi kunne høre musik, spise køreslik og selvfølgelig få vendt verdenssituationen og diskuteret orienteringsløb, skolearbejde og løst og fast hele vejen til Esbjerg. På færgen mod Fanø mødte vi de andre mini-busser, og det var et glædeligt gensyn med alle mine gode orienteringsvenner fra hele landet.

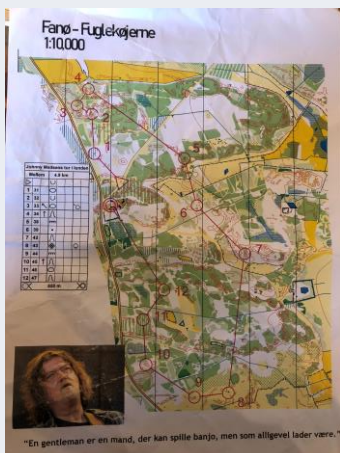
Da vi var blevet indkvarteret i en hytte i Nordby, tog de fleste afsted til weekendens første træning, natløb i fanø's klitplantager. Jeg blev hjemme i hytten og hjalp med at bage boller, til når løberne kom sultne hjem fra skoven. Ellers stod fredag aften på snak, kortspil og masser af grin og glæde – indtil man dejsede omkuld i sin seng ved midnatstid.

Lørdag

Lørdag formiddag løb vi en sprint i Nordby – en spændende by som nogle af klubbens medlemmer måske husker fra DM sprint i 2013? Vi løb H-20 banen fra det DM, så det var top-kvalitetstræning, og der blev givet max gas. Vi startede med 30 sekunders startinterval, og jeg blev hurtigt overhalet af de hurtige juniordrenge, som drønedede derudaf. Det var super intenst, når vi var 30 juniorløbere der løb på kryds og tværs af de smalle stier og passager i den gamle by, og en super sjov træning. Også sjovt at kunne sammenligne sin egen tid, med de tider der blev løbet på banen dengang – min tid havde rakt til 16.plads i H-20.

Efter de hårde anstrengelser tog vi tilbage til hytten for at få fyldt depoterne op med leverpostejmadder og saftvand. Herefter snørede vi igen løbeskoene, for nu skulle vi ud i et af Danmarks sværeste og fedeste terræner; Paradisdalen. Her løb vi en kriger-træning med fællestart, hvor man skulle finde sin indre kriger frem, for at mase igennem diverse udfordringer som moser og tæt nåleskov. Jeg løb sammen med 3 andre piger, og det var virkelig fedt at ligge og presse hinanden i et så svært terræn – jeg lavede et par fejl som jeg helt sikkert har lært af, til næste gang jeg skal løbe i et lignende terræn.

Da vi kom hjem til hytten igen, var det med at komme ind under den varme bruser, og så kunne vi lige nå et smut forbi den lokale spar og købe proviant til aften-hyggen, inden der var aftensmad. Når vi er afsted på ture med juniorgruppen, er der tradition for at vi "hugger" om opvasken, og denne aften var ikke undtagelse. Det vil altså sige at vi slår "sten, saks, papir", og den som taber, skal tage alle de andres opvask. Jeg tabte "huggeren" ved mit bord, så jeg brugte lige lidt tid i køkkenet efter maden på at vaske op for 7 personer – i hånden vel at bemærke.





Resten af aftenen stod på hygge og sjov. Lederne havde forberedt lidt underholdning, hvor vi blev testet i alle mulige prøvelser og konkurrencer. For at nævne et par enkelte, så skulle vi blandt andet se hvem der hurtigst kunne rulle en hel rulle toiletpapir ud, og selvfølgelig rulle den sammen igen – uden den gik i stykker, hvem der var bedst til at bygge og kaste papirflyvere og hvem der kunne have flest stykker pære i munden. Jeg sluttede aftenen af med et hyggeligt spil hjerter-fri med 3 gode venner, inden jeg faldt omkuld i min sovepose.

Søndag

Søndag morgen startede jeg dagen med at lave morgenmad, som var min køkkentjans denne weekend. Alle løbere bliver delt ind på madhold, og skal lave mad én gang i løbet af turen. Da morgenmaden var blevet spist, tog vi afsted til turens sidste træning. En rolig orienteringsbane i et terræn der kaldes "fugle-køjerne". Inden start lavede vi selvfølgelig lidt klassisk opvarmning, og legede kæde-tagfat og "alle mine kyllinger kom hjem", så vi var helt varme og klar til at løbe i skoven. Det var et lækkert terræn, hvor man kunne se langt og løbe hurtigt, ren forkælelse! Efter den sidste træning, nåede vi både at komme under bruseren, spise frokost og gøre hele hytten ren inden der blev sagt farvel og uddelt krammere.

Alt i alt en kanon god weekend, med en masse orienteringsglade unge mennesker, hvor jeg både fik løbet nogle udfordrende træninger og mødt en håndfuld nye venner, som jeg allerede glæder mig til at se til næste juniorkursus!

Lise Termansen



Mads Juhl's ide til logo



Logo vi kommer til at bruge



Påske klubtur 2019

Som tidligere meldt ud, så arrangerer klubben fælles overnatning og hygge til påskeløbet i 2019, hvilket foregår i Holstebro og omegn. Klubturen går til Holstebro vandrehjem og på nuværende tidspunkt er der tilmeldt 38 fra klubben. Så der er stadig plads til flere af Jer. Husk klubben betaler startafgiften til påskeløbet. Tilmelding skal stadig ske til larsklogborg@hotmail.com, se tidligere udsendte mail omkring priser og muligheder.

Lars Klogborg

Påskenen 2020 på Rømø

Vi sendte en lille konkurrence ud omkring et logo til vores kommende påskeløb på Rømø i 2020 og der er kommet 6 forslag ind. Det forslag som Mads Juhl har sendt ind, er vinderen. Vi har dog valgt at gøre Mads's nye logo til en del af det gamle logo, som blev brugt i 2012. Så Mads Juhl vil modtage en lille præmie, for bedste ide, på vores generalforsamling.

Tak for de indsendte forslag og dejligt, at så mange synes det var sjovt at være med.

Lars Klogborg



Klubbens generalforsamling (ændring)

Klubbens generalforsamling bliver tirsdag den **26. februar** kl. 17.30 og sandsynligvis i Haderslev Idrætscenter. Indkaldelse/dagsorden tilgår via mail senest i henhold til vores klubvedtægter.

Klubhusprojektet

Klubhusprojektet kører fortsat og det er nu nået til Idrætssamvirke i kommunen og den 8. februar 2019, kommer det igen på dagsorden i kultur- og fritidsudvalget, for godkendelse efter idrætssamvirkes anbefalinger. Så projektet kører, men arbejdet går langsomt grundet kommunens lange beslutningsprocesser. Vi må bare have tålmodighed.

Der er desuden sendt en masse ansøgninger, til forskellige fonde, som i løbet af 2019 vender tilbage, om de vil støtte os. Der vil blive givet mere information på generalforsamlingen.

Hjemmeside

Christian Schrøder og Ulla Arreborg arbejder stadig ihærdigt med en ny hjemmeside og vi håber alle den kommer op og kører her i januar måned.

Korttegning

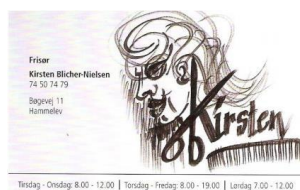
Alle klubbens korttegnere har i 2018 fået nyt korttegningsprogram installeret og de er meget aktive, hvilket klubben gerne vil takke Jer for. Jens Peter Jensen er desuden gået i gang med, at lave vores nye kort over Brogård, som vi skal bruge til Vikingedysten.

Indlæg til nyhedsbrevene

Husk alle medlemmer er meget velkommen til, at sende indlæg til nyhedsbrevene. Det gøres til formand@okhtf.dk.

Orienteringsklubben OK HTF

Medlem af DOF



SKODA HADERSLEV
Centrum Biler Tlf. 74523323
VI ER TIL AT HANDLE MED !!
www.nottelmann.dk

