



ORIENTERINGSKLUBBEN HTF HADERSLEV

44. Årgang, juni 2006, nr. 3



Redaktion Søren Kjær (ansv.) og Inge Grarup Kontakt: soren.kjaer@mail.dk		Næste deadline: 01-09-06 (udkommer ca.14-09-06) Oplag : ca. 230 stk.	
HTF' S BESTYRELSE :			
POST	NAVN / ADR.	TELEFON	E-MAIL
Formand og kort	Jørn F. Andersen Tågerupvej 42, 6560 Sommersted	7450 4263 4082 3503	Jfa@adr.dk
Næst-formand	Guri Alm Rugmarken 40, 6230 Rødekro	7469 4663 6169 4663	Sogma@roedekro.dk
Kasserer	Ingelise Baden, Lyngtoft 6, 6760 Ribe	7544 5222	ingelise.baden@mail.tele.dk Bankkonto: reg.nr.4671, Konto 4671500490.
UDVALG:			
Ungdomsformand	Jette Honoré Jensen Kærsmіндеvej 2, Marstrup, 6100 Haderslev	7457 5094	jettehonore@jensen.tdcadsl.dk
Træningsformand	Jens Jørgen Andersen Dyssebakken 8, 6500 Vojens	7454 0716	Jband@webspeed.dk
Træner	Jens Peder Jensen Kærsmіндеvej 2, Marstrup, 6100 Had.	7457 5094	jenspeder@jensen.tdcadsl.dk
Kommunikation	Søren Kjær Rosenvænget 33, 6100 Haderslev	7453 2749	soren.kjaer@mail.dk
Andet / andre funktioner			
Annoncer	Ove B. Therkildsen Fjordagerring 66, 6100 Haderslev	7453 3467	Ovebrixtherkildsen@yahoo.dk
Materielmester	Vagn Hansen Hjejlevej 3, 6500 Vojens	7459 0636 4017 1434	Vagn.annelise@webspeed.dk
Tilmelding: løb	Guri Alm (se næstformand)		Gma@roedekro.dk
Klubhjemmeside	http://www.okhtf.dk	E-mail : htf@okhtf.dk	
DOF's hjemmeside	http://www.dk.orientering.org/	E-mail : dof@do-f.dk	

Forsidebillede :

Så er der start i HTF-klassen i Café Noir-stafetten

Formandsord sommeren 2006.



Selvom jeg siden sidst ikke er "arbejdsramt længere", synes jeg tiden flyver af sted med diverse gøremål for HTF og det haster nu med mine formandsord til sommerens klubblad.

Ja, det har været en meget hektisk tid for HTF, hvor vi først og fremmest har afviklet Påskeløbene på RØMØ med succes!

En enkelt lodsejer på RØMØ har voldt os en del kvaler, men tilsyneladende står han meget alene med sine falske anklager imod orienteringssporten og Lindet statsskovdistrikt.

Men det ligger stadig et stort diplomatisk arbejde foran os, med at skabe den gensidige tillid imellem de andre lodsejere og HTF.

Det er ikke nemt, at være alle steder på én gang, når den pågældende ringer rundt til de andre lodsejere for at få dem til, "at hoppe på SEXTUS- vognen", men heldigvis er flertallet i besiddelse af sund fornuft, således vi kan være VELKOMMEN igen en anden god gang på RØMØ.

I går mødtes vi så ved "Langbordet" i Soldaterskoven til Brugerrådsmøde.

Her havde "SEXTUS" og vi andre mulighed for, at komme med vore synspunkter i en åben dialog under punkt 5, som var vores påskeløb!

God fornemmelse, at tage fra sådant et møde, hvor absolut flertallet var fornuftige og besindige mennesker, at samarbejde med og sådan må demokratiet nu engang udfolde sig i et demokratisk samfund, som Danmark.

TAK til vores Generalsekretær Preben Schmidt for støtte i ovennævnte.

På hjemmesiden "orientering.dk" fik vi følgende prædikat "Service over hele linien" og et andet sted på DOF's hjemmeside har jeg set 5 stjerner for vores påskeløb på RØMØ!

Dette kan alle jer, som hjalp med påskeløbet glæde jer over og ikke mindst den gode service vores hjemmевærnsfolk ydede til arrangementet.

Med hjemmевærnet var vi ca. 100 officials til, at dele æren – TAK skal i have alle sammen, uanset hvor stor en indsats, hver især har bidraget med!

Divisionsløb i Sollerup den 9. april: Søndagen før påsken var vi til 2-afd. af førstedivisionsopgøret og heldigvis sejrede vi over Esbjergs tropper, således vi kan tage den lidt mere med ro søndag den 13. august i Bommerlund. Det var dog lidt dårlig planlægning, at vi skulle "mønstre" så tæt på påskeløbet.

SM.-indv. Den 20. maj afviklede vi SM-indv. I Vesterskoven, hvor Søren Kjær var stævneleder, Finn Jørgensen lavede nogle super baner og Eva og Michael Christensen stod for kiosk og EDB, samt Kirsten Hansen og Kirsten Quist som gode hjælpere. Det eneste problem var, at HTF næsten ryddede hele bordet for medaljer, hvor kun vort gamle medlem Karsten Jøhnk formåede, at give HTF modstand.

Det samme gentog sig næsten ved **Grænsedysten** Kr. Himmelfartsdag, hvor vi har domineret siden 1992 og hvor vi denne gang stillede med det største antal løbere nogensinde, nemlig 47 HTFer!

Glæder: Ja, det er for tiden mange ting, at glæde sig over i HTF!

Vi har fået udtaget Daniel Honoré Jensen til U-16 landsholdet og Maja Alm til juniorverdensmesterskaberne i Litauen fra den 2 – 9. juli.

Et stort TILLYKKE til jer begge to!

Rekruttering: Jette er blevet uddannet klubtræner – TILLYKKE!



Jette er i samarbejde med andre HTFere ved at søsætte et nyt rekrutterings-program i HTF, hvor vi starter ud fra "Det grønne Forsamlingshus" i Dyrehaven og hvor Jens Peder tegner et nyt kort hertil.

Det er vort håb, at dette tilbud også kan inspirere de lidt mere passive HTFere til, at få kvalificeret undervisning udi orienteringssporten, således i også kan få de samme glæder, som "vi gamle føler, at vi har"!

Se nærmere på programmet andet sted i klubbladet og på vores nye hjemmeside!

Klubtur: Ved sidste bestyrelsesmøde besluttede vi, at arrangere klubtur til DM-weekenden på Sjælland den 9-10. september, som TAK for jeres hjælp ved påskeløbet, men således, at vi får bredden med til Sjælland!

Stafetter: Ja, det er rigtig stor aktivitet i HTF for tiden, hvor vi toppede i deltagere ved Vejle-stafetten i søndags med 32 løbere fordelt på 8 hold og hvor vi på søndag også topper deltagerlisten med 12 hold med i alt 36 løbere til "Café-Noir-stafetten i Kolding!"

WOC-TUR: Ved WM-ugen i Århus først i august er vi ikke mindre end 40 HTFere med og det kan stadig nås, at komme med til dette gigant-stævne, hvor der ikke siden 1974 har været WM i Danmark og hvor stævnet bliver åbnet den 1. august af vores Kronprins Frederik. Ingerlise og jeg glæder os gevaldigt til, at afholde aktiv ferie!

Nyt Reglement i DOF: I mandags var Jens Peder og undertegnede til klubledertræf i kredsen, hvor det væsentlige var debatten om det nye reglement, som er på vej.

Hvis det bliver vedtaget i den tredje version, som i kan se på forbundets hjemmeside, betyder det, at pointfordelingen ved divisionsturneringen får mere "bredde", således det bl. a. på min

egen bane bliver 3 tællende i stedet for de nuværende 2 og sådan fremdeles! Af andre ting, som bliver ændret er bl. a. de "løse post beskrivelser", som kun skal forefindes ved mesterskabsløb. Det er også et dårligt visit-kort, at have liggende i skoven!

Vikingedysten: De næste uger bliver også intense, hvor vi skal have afviklet vores 30-års Vikingedyst til alles tilfredshed og med de fine stævnepladser de 2 skovdistrikter har stillet til rådighed skal dette også nok lykkes. Stævnepladsen om søndagen er i haven hos Skovfoged Svend Hansen i Jels. Deltagerne får nye opdaterede kort, at løbe efter trykt på grafisk forum i Horsens, som også trykte vores nye påskekort.

DGI-landsstævne: Her har vi også folk i sving ved nogle aktiviteter i Vesterskoven.

Gamle løbere tilbage i HTF: Min gamle nabo Flemming D. Andersen har lige ringet og sagt, at han her den 1. august er tilbage i det sønderjyske efter nogle år i det Nordsjællandske og Tisvilde O-klub, ligesom Tina Brøchner Nielsen vender tilbage med familien fra Schweiz for at bosætte sig og arbejde i Haderslev efter at have været meget aktiv sammen med sine børn i en klub i Schweiz.

Nye start- og målflag: Vores hjemmesidefolk Tanya og Jørgen har også fået lavet nye startflag og målflag, som kan ses under billeder fra påskeløbet. TAK for dette.

Hjemmesiden: Vi er meget stolte af vores nye hjemmeside, hvor der nu er sat "tælleapparat" på, således vi kan se, hvor meget denne bliver besøgt.

Jeg vil slutte med, at sige tusind TAK for den store opmærksomhed der blev mig tildelt, da jeg fyldte "trende snese" på Bededagen – det var helt overvældende!

Orienteringsløb er en motionsform der giver "MENING"!

"God sommerferie"!

Jønne

Der kom et brev fra forbundets breddekonsulent:

Skal I have succes efter VM?

Vi nærmer os hastigt VM i orientering. Det er den første uge i august. Det er der vi får den største mediedækning i rigtig mange år. DR 1 bringer efter hver af de fire finaler et sammendrag med højdepunkterne. Sammendraget bliver på 45 minutter, hvor DR-medarbejderen støttes af mindst én orienteringsekspert i studiet. Herudover kommer nyheder, og avisartikler.

Det skal vi simpelthen udnytte så godt som overhovedet muligt.

Om to – tre uger begynder sommerferien. Så er der stille og klubmedlemmerne er rejst på ferie. Så hvis forberedelserne ikke allerede er gjort til efterårets kampagner, så er det nu, der er sidste udkald.

Forårets kampagner har flere steder været en stor succes. Viborg OK har ved at gennemføre et kursus over 4 dage med efterfølgende træningsløb ugerne efter, samme tid og sted, fået

ca. 25 nye medlemmer. Århus 1900 har efter konceptet 'samme sted, samme tid' fået 19 nye medlemmer.

I efteråret er anbefalingen at begynde med kampagnen i uge 32 eller 33. Ugerne umiddelbart efter VM. Skabelonen til kampagnen kan se således ud:

- Lav en plan og få aktiveret så mange i klubben som muligt i kampagnen. Det betyder at mange får ejerskab til projektet, og vil interessere sig for de nye.
- Fokusér på kampagnen i efteråret. Mange medlemmer, der er med i et udvalg eller andet, kan godt føle sig fredede. De hjælper jo til med et eller andet. Men sørg for at 'danne tyngde', som de siger ved militæret. Fokusér alle medlemmer på denne opgave. Andre opgaver kan formentlig bedre tåle at vente lidt i efteråret.
- Uddeling af foldere, annoncering og øvrig synliggørelse i uge 31, 32 og 33. Her kommer det i forlængelse af TV og andre medier og har den største effekt. Se kampagnematerialet for inspiration. <http://www.dk-orientering.dk/bredde/breddemateriale.asp>
- Brug ca. 4 gange til et orienteringskursus. Lær de nye noget om signaturer, orientering af kortet, kompas mm. Der skal ikke være for meget teori ad gangen. Hellere komme i skoven, nyde skoven i august, og løbe en tur på en let bane, der understøtter den gennemgåede teori. Ideer kan fås i idekataloget: <http://www.dk-orientering.dk/ide/> Brug den samme skov, og det samme tidspunkt hver gang.
- Følg op med træning, mulighed for skygning og mentorordning de følgende uger. Vælg gerne den samme skov og samme tidspunkt som de første 4 gange. Vælges et andet sted, og nye potentielle medlemmer selv skal finde dertil, med usikkerhed for hvornår de skal af sted og kommer hjem igen, kan betyde at man ikke dukker op.
- Sørg for at sælge medlemskabet. Sig til de nye at nu skal de være medlemmer, og fortæl hvad de får for det. Hav gerne en 'salgstale' forberedt. Øv dig i det.
- Få aktiveret de gamle medlemmer i klubben. Det kan være en af de sværeste opgaver, for de har det jo egentligt ganske mageligt og godt, og de vil jo i mange tilfælde bare gerne ud at løbe en tur, når de har lyst. Jeg håber at dette kan provokere lidt ☺

I foråret blev lavet en hjemmeside med en database over klubbernes aktiviteter i foråret og efteråret. Du kan se om jeres klub er med her, og om oplysningerne ikke trænger til at blive revideret til efterårets kampagne. Hjemmesiden er nu rettet mod efterårets kampagne.

Hjemmesiden kan ses på <http://www.dk-orientering.dk/bredde/klubkampagn.asp>

Har I rettelser, eller ønsker I at jeres klub også skal med på oversigten, så udfyld vedlagte skema og returnér det til mig på jl@do-f.dk. Skemaet returneres så hurtigt som muligt, og helst inden den 1. juli 2006.

Rigtig meget held og lykke med efterårets kampagner.

Med venlig hilsen
Jesper Lysgaard
Breddekonsulent

Og HTF får også sin egen breddesatsning – se her:

I tilslutning til afholdelse af WOC i Danmark vil HTF holde nogle rekrutteringsaftener i forbindelse med de ordinære træningsløb. Dette vil ske i Pamhule Skov ved Dyrehaven og i Vesterskoven, nær Idrætscenteret. Jens Peder har lovet at tegne et skolekort over Nørbygård og Dyrehaven her i sommerferien, og så går det løs lige efter WOC. Jette vil prøve at udnytte den nys indvundne klubinstruktøruddannelse og lave små lette øvelser på stedet og og... Jeg beder alle gamle garvede være behjælpelige med at løbe skygge og hjælpe evt. nye børn/voksne.

For at de nye kan opleve en slags klubhus, vil Jens Andersen og jeg derfor planlægge ca. 10 af de kommende træningsløb i disse to bynære skove, og enten ud fra Det grønne Forsamlinghus på Nørskovgård eller ud fra lejede lokaler i Idrætscenteret. Jeg vil gerne være der hver gang, men alle interesserede bedes melde sig for hjælp med udsætning af poster m.v. I Kolding varetager et fast pensionisthold udsætning og indtagning af poster, hvilket vi også kunne gøre her i HTF.

Se listen over vores tilbud på næste side. Der vil også komme plakater op på udvalgte skoler, biblioteker og arbejdspladser. Hvis I har ideer til ophæng, så sig endelig til. Jeg håber så, de erfarne løbere vil bære over med de samme skove nogle gange i den kommende sæson, men prøv evt. et kurvekort over Pamhule eller leg med i de nyes øvelser.

Hilsen Jette Honoré Jensen



**Sponsorgave til klubben fra Jettes
arbejdsplads – tandlægeklinikken i Gram**

Datoer for breddesatsning/rekruttering.

30.august 2006	ons	PAMHULE/ Det grønne forsamlingshus
6.september	ons	PAMHULE/Det grønne Forsamlingshus
16.september	lør	PAMHULE/ Det grønne Forsamlingshus
23.september	lør	VESTERSKOVEN/ Idrætscenteret / alm. træningsløb
30. september	lør	PAMHULE/ Det grønne Forsamlingshus
7. oktober	lør	PAMHULE/ Det grønne Forsamlingshus
14. oktober	lør	PAMHULE/ Det grønne Forsamlingshus og desuden alm. træningsløb (<i>gentag</i>)
21. oktober	lør	Efterårsferie/VESTERSKOVEN/ Idrætscenteret/ kun alm.træningsløb,
28. oktober	lør	VESTERSKOVEN/ Idrætscenteret
4.november	lør	VESTERSKOVEN/Idrætscenteret(Voksentræf i Sydkredsen samme dato)
11. november	lør	KUN alm. træningsløb, Jette på kursus.
18. november	lør	VESTERSKOVEN/ Idrætscenteret
25. november	lør	VESTERSKOVEN/ Idrætscenteret (Voksentræf i Sydkredsen samme dato)
2. december	lør	PAMHULE/evaluering



ROAGER
KLOAKSERVICE ApS
.....
N.C. NIELSEN
AUTORISERET KLOAKMESTER
ROAGER ØSTERMARK 5
6760 RIBE
TLF. 75 44 31 71 · FAX 75 44 30 58
BILTLF. 20 74 97 10

Velkommen til nye medlemmer

Bjarne Bomskov
Jens Jørgen Kramer
Hanne Hyldelund
Flemming D. Andersen

Vi håber I må trives i klubben

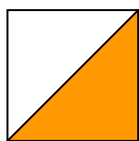


HOLMBERG

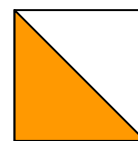
RådhusCentret 25 · 6500 Vojens
74 54 11 07 · www.mr-holmberg.dk · 74 59 12 16
E-mail: mr.holmberg@post.tele.dk · Fax 73 54 13 06



***Arne, Anne og Marie
Bertelsen fik en flot
fjerdeplads ved Café Noir-
stafetten i Kolding***



TERMINSLISTE



Dato	Type	Kl.	Sted	Arrangør	Bemærkn.
------	------	-----	------	----------	----------

08.-09.	Vikingedysten 30 års jubilæum		<u>Juli:</u> Stensbæk + Jels skovene	HTF	
Søn 30.	WOC – 6 dage		Midtjylland	WOC-arr.	

Tirs 01.	WOC – 4 dage		<u>August:</u> Midtjylland	WOC-arr.	
Tirs 08.	Dammen rundt	19.00	Søsportscentret, Hds.	HTF	
Søn 13.	1. divisionsmatch	10.00	Bommerlund	AaIG	
Lør. 19.	JM-stafet	10.00	Hjermind		
Søn 20.	JM-lang	10.00	Houlbjerg/Toholt		

Søn 3.	KM-lang		<u>September:</u> Frederikshåb		
Søn 17.	3. afd. klubmest.		Treldenæs	Fros	
Søn 24.	DM ultralang	10.30	Als Nørreskov	SOK	

SM=Sønderjysk Mesterskab
KM=Sydkredsens Mesterskab
JM= Jysk/fynsk Mesterskab
DM=Dansk Mesterskab

**Salg og montering af:
Termoruder · Vinduer og døre
Isolerings-opgaver**

Få klar besked

GLAS MONTØREN
tlf. 7453 2996
Sandefjordvej 5 · 6100 Haderslev

Træningsløb

Ons	05/07 18:30	Jørgensgård	skærm på vej gennem skov	AAIG
Ons	12/07 18:30	Rønshoved	P-Fjordvejen	SOK
Ons	12/07 18:30	Pamhule	P-Christiansdal	HTF
Ons	19/07 18:30	Frøslev Nord	nord for lejren	AAIG
Ons	19/07 18:30	Vojens Fritidscenter	skærm på Billundvej	HTF
Ons	26/07 18:30	Kathrinelund	P-midt i skoven	SOK
Ons	26/07 18:30	Rømø Nørreland	P-plads Vesterhavsvej	HTF
Ons	02/08 18:30	Årtoft	skærm ved Torp på Tinglevvej	AAIG
Ons	09/08 18:30	Hjelm Skov	P-Stadion	AAIG
Ons	16/08 18:30	Aab. Nørreskov	P-Høje Kolstrup Skole	AAIG
Ons	23/08 18:30	Aabenraa Nord	vestligste P ved Ravnholt	AAIG
Ons	23/08 18:30	Kathrinelund	P-ved tidligere Kathrinelund Kro	SOK
Ons	30/08 18:30	Jels Skovene	P-plads Jels Voldsted	HTF
Ons	30/08 18:30	Jørgensgård	stranden ved Åbæk	AAIG
Lør	02/09 13:30	Als Nørreskov	startsted Østerholm	SOK
Ons	06/09 18:30	Stensbæk	P-plads Mølbyvej	Ribe OK
Ons	06/09 18:30	Gråsten	P-Ravnsbjergvej	SOK
Lør	16/09 13:30	Revsø	Indkørsel Revsøgaard	HTF
Lør	16/09 13:30	Bommerlund	stenen	AAIG
Lør	23/09 13:30	Haderslev Vesterskov	Haderslev Idrætscenter	HTF
Lør	30/09 13:30	Bevtoft	P-plads midt i skoven	HTF
Lør	30/09 13:30	Arnkil	NV for Sønderborg Lufthavn	SOK

Er du i tvivl om startstedet, så kan du gå ind på www.okhtf.dk og se en del af startstederne under træningsløb. Endvidere er der fremstillet et lidt ældre oversigtskort, som kan fås ved henvendelse til TRU-formanden Jens Andersen på tlf. 74540716. AAIG har et tilsvarende oversigtskort over deres skove – ring til Jon Mathiesen på tlf. 74694576.

Kortpris: Gratis for HTF's medlemmer. For ikke medlemmer er prisen 10 kr. for alle kort. Men kort fra før orkanen i 1999, er gratis så længe lager haves.

Posterne bliver inddraget 2 timer efter første start. Banelæggermappe er i træningskuffert.

Brikker og kompas:

Alle HTF's træningsløb er brikkeløb. Det er frivilligt om man vil deltage i dette. I kiosken ved træningsløbene sælger og lejer Eva Christensen både brikker og kompas ud.

Brikker kan lejes for 5 kr, men man må gerne bruge sin egen. Nye brikker kan købes for 320 kr. for version 2 og 565 kr. for version 3 (med display)

Man kan leje et kompas for 5 kr. Hvis man vil købe et kompas, koster det 120 kr.

TOP 10 over point tildelt ved HTF træningsløb 2006

Indtil d.21/6/2006

Jens Jørn Andersen	OK-HTF	16
Peter Sebelius	OK-HTF	16
Christian Schrøder	OK-HTF	16
4 Michael Christensen	IFS	15
Søren Bertelsen	OK-HTF	15
6 Heinz Schneider	OK-HTF	13
Henry S. Jacobsen	OK-HTF	13
8 Maria Christensen	OK-HTF	12
Søren Dall	OK-HTF	12
10 Keld B. Nielsen	OK-HTF	10
Solveig Nielsen	OK-HTF	10
Kaj Ove Rasmussen	OK-HTF	10

Flotte resultater

Marie B. Bertelsen og Daniel Honoré Jensen vandt det Jysk/fynske mesterskab i Sprint i Brande. TILLYKKE.



Hennings Hvidevareservice

Salg, reparationer og udlejning til Danmarks billigste priser

Tågerupvej 41 . Postboks 5 . Stepping . 6070 Christiansfeld
Tlf. 74 50 40 50 . Biltlf. 30 74 35 63

Belgien igen

Også i år tog op til flere bilfulde htf'ere til belgisk tredages. Her er lidt billeder – i næste nummer følger måske lidt mere tekst.



**Tina Haarup kom
selvfølgelig på podiet...**

Salg af HTF's klub-løbetøj

Løbetøj i klubbens farver
(bukserne med dobbelt front)

Prisen er kr. 220,- for bukser og
kr.220,- for overdelstrøjen.

Tøjet kan bestilles og købes hos
Eva i kiosken

Desuden har Eva også brikker
og kompas (se pris under
"træningsløb")

Husk Dammen Rundt Tirsdag, d. 8. august 2006 kl. 19.00 ved Søsportscentret på Erlevvej.

I kan løbe hele vejen rundt (12,3 km) eller nøjes med 6 km. Det koster 40 kr. hvis du er over 18, 30 kr. hvis du er under.

Det er vores eget løb, så kom og vis hvad I dur til!!

Tilmelding pr. e-mail til lauesen@hansen.mail.dk eller på løbsdagen inden kl. 18.30.

...men det gjorde
Anne også!



Og dether blev der også tre til...



**HTF ØNSKER NEDENSTÅENDE
MEDLEMMER
HJERTELG TILLYKKE
MED DEN RUNDE
FØDSELS DAG.**

Jimmy F.Roelsgaard. Han bliver 30 år
d.4 august.

Jørgen Thingvad. Han bliver 70 år d.8
august.

Keld B.Nielsen. Han bliver 70 år d.24
august.

Finn P.Pedersen. Han bliver 50 år d.1
september.

DAVIDSEN

- alt til byggeri



Agerskov · Christiansfeld · Haderslev · Tøftlund · Vojens

Byggehjørnet
mail@davidson.as · www.davidson.as



Gør det
du er bedst til

det gør vi

Danske Bank

Tak til HTF for den sidste hilsen ved begravelsen af min Inga, Niels's mor. Den 31.maj faldt hun pludselig sammen i hjemmet, og døde dagen efter af følgerne fra en hjerneblødning.

Til alle jer derude og delvis fra Pjet Hein:

*Husk at løbe
mens du tør det.
husk at leve
mens du gør det.*

Niels og Jørgen Thingvad.



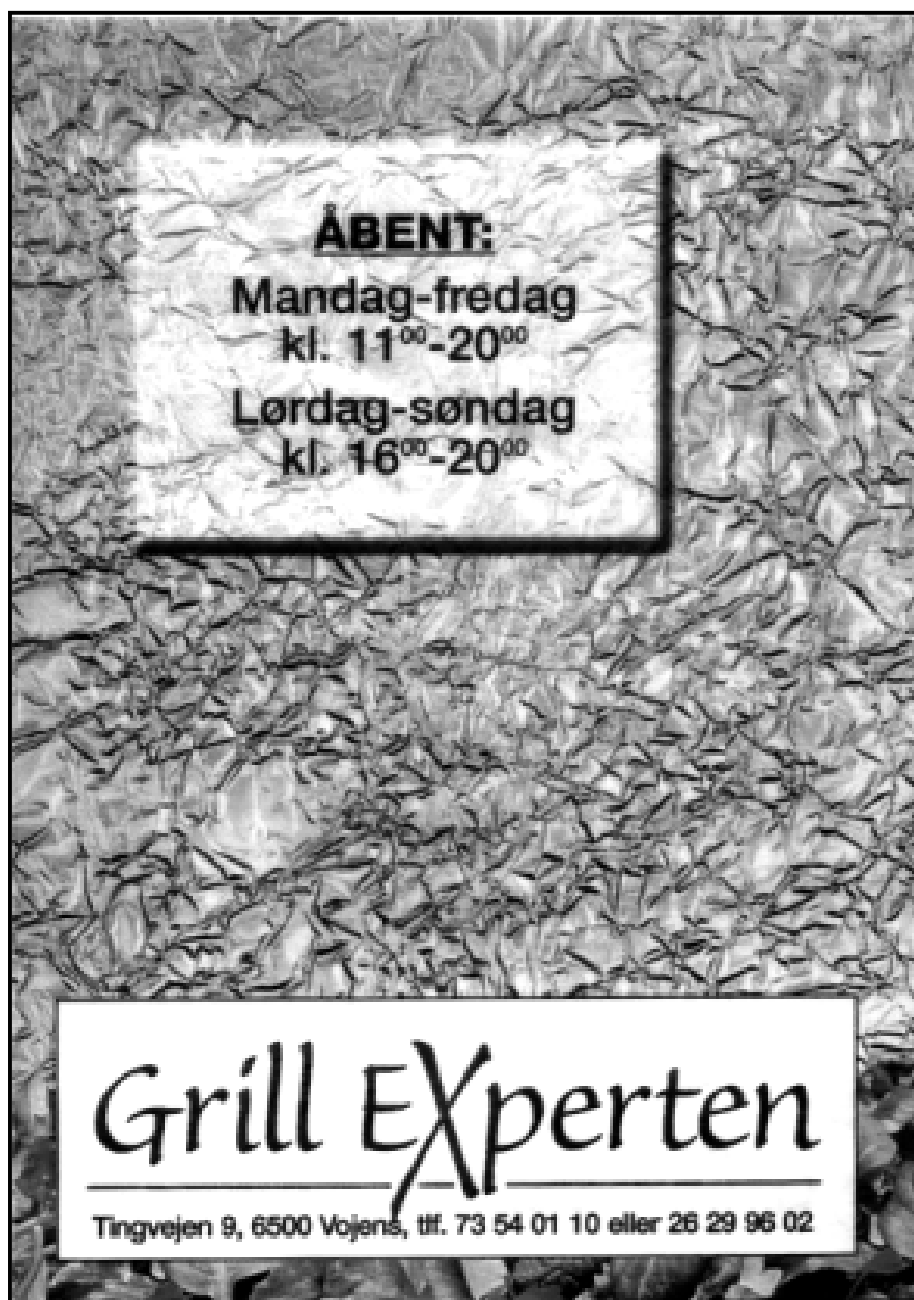
Hammelev

Damefrisør

**KIRSTEN
BLICHER-NIELSEN**

Bøgevej 11 · Hammelev · TLF. 74 50 74 79

Åben tirsdag formiddag, onsdag formiddag, torsdag, fredag & lørdag



ÅBENT:
Mandag-fredag
kl. 11⁰⁰-20⁰⁰
Lørdag-søndag
kl. 16⁰⁰-20⁰⁰

Grill EXPerten

Tingvejen 9, 6500 Vejens, tlf. 73 54 01 10 eller 26 29 96 02

STØT VORE ANNONCØRER, DE STØTTER OS!

LENE R. PETERSEN
Kunderådgiver



Der kan være
penge i at
skifte
til OSM

Fros

Herreds Sparekasse

Måske kan vi
gi' økonomien et
godt tilbud.

MOLTRUPVEJ 49 • HADERSLEV • TLF. 73 52 10 10 • WWW.FROES.DK - fri som fuglen...

I sidste nummer af bladet, nr. 2 i 2006, side 19, er der en rejsebeskrivelse fra vores sejlads i det fremmede. Flere O-løbere har spurgt til dette og tidligere rejsebreve med fotos. Disse findes på vores hjemmeside www.malte2.dk.

Mvh. Inger Marie Haahr og Per F. Henriksen

Tilmelding til åbne løb

Tilmelding til åbne løb bedes så vidt muligt foretaget på Internettet via hjemmesiden www.o-service.dk.

Har du ikke adgang eller kan du ikke huske din adgangskode til o-service, kontakt da venligst Guri Alm (se telefonnr. m.m. på side 2 i klubbladet).

Ved at anvende o-service formindskes fejlrisikoen, det letter betragteligt arbejdet for den arrangerende klub og for løbstilmelderen.

STØT VORE ANNONCØRER, DE STØTTER OS!

Centrum · Vestergade 8 · 6500 Vojens · Tlf. 74 54 15 51

Fuglsang
Den ka'
vi li' ...



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 prislister.

Salg og leje af **SPORT**ident

CASIO

STLYA

TRIMTEX

CRAFT





FALKE
ERGONOMIC SPORT SYSTEM

FALKE
ERGONOMIC
SPORT
SYSTEM
FORM
FOLLOWS
YOU.



langtidsholdbar friskhedsfølelse
i kraft af indlæg af sølv-ioner

effektiv støddæmpning
v.t.h. a tilpassede
stødzoner

siddet perfekt gennem
asymmetrisk L/R
facon og anatomisk
formet fodseng

optimal fugtighedstransport og
varmeregulering v. brug af
High Tech garnet

RU RUNNING

INTERSPORT®

AABENRAA