

OK SYD

Aabenraa og Sønderborg

25. ÅRGANG 2017
NUMMER 2



Jørn Clausen løber i mål ved Påskeløbet.

Bestyrelsen i OK Syd

Formand:	Birger Jønsson Blomstergade 32 st. tv. 6400 Sønderborg Tlf. 53 37 18 44 / 88 19 44 16 b.joensson@stofanet.dk
Næstformand og Ungdomstræning:	Rasmus Ejlersen Rådyrvej 22, 6400 Sønderborg Tlf. 51 29 63 11 r.ejlensen@gmail.com
Kasserer og kortudvalg:	Svend Erik Bertelsen Skovvej 23, 6400 Sønderborg Tlf. 74 43 12 25 Skovvej23@gmail.com
Bestyrelsesmedlem og Kortudvalg:	Bent Petersen Uglekær 91, 6200 Aabenraa Tlf. 30 51 63 67 bentrandi@gmail.dk
Bestyrelsesmedlem og SI koordinator:	Michael Termansen Lærkeparken 7, 6230 Rødekro Tlf. 98 32 39 35 Termansen5@bbsyd.dk
Bestyrelsesmedlem og Tilmelder:	Hanne Ljungberg Skovvej 21, 6400 Sønderborg Tlf. 74 42 14 02 / 28 37 20 80 Lju21@stofanet.dk
Bestyrelsesmedlem:	Ove Petersen Søgård Ringvej 3, Søgård 6200 Aabenraa Tlf. 74687412 mobil 30947662 amkuhl@bbsyd.dk
Ungdomstræning:	John Bargmeyer Brombjerg 49, 6410 Broager Tlf. 74 44 01 00 / 51718294 Brombjerg49@gmail.com
Webmaster:	Karsten Jøhnk Skovvej 21, 6400 Sønderborg Tlf. 74 42 14 02 Kj21@stofanet.dk
Materiel:	Hans Moos Pytgade 18 Vollerup, 6400 Sønderborg Tlf. 20 16 59 52 hans.moos@get2net.dk

FORMANDEN HAR ORDET

Påsketuren til Thy

Påskeløbet var i år henlagt til skovene omkring Thisted, så det var et godt stykke hjemmefra. Vi havde allerede året før reserveret 9 luksus hytter på Krik Camping, de var til rådighed fra onsdag aften, hvor næsten alle 39 valgte at møde op, Kristian kom først dagen

efter. Den hemmelige gæst var i år Dorte Kühl fra den norske klub Lillomarka o-lag.

Det var fantastisk, at der kunne samles så mange til et løb så langt væk, når man tænker på, at der med møje og besvær kun kan samles to hold a. 4 deltager til Vejle stafet.



Ved hytterne på campingpladsen

Den første dag havde vi næsten en times kørsel til startstedet i Tved Plan-tage imellem Thisted og Hanstholm. Da vi ankom til stævnepladsen star-tede jeg med at købe et par nye sko og en holder til post definitioner. Jeg har i flere år været i tvivl om, om det var værd at købe nyt udstyr, efter jeg har fået to nye knæ, men nu skulle det være. Det er lige som at tage beslutning om at købe en ny bil

når man er fyldt 80 år, så jeg tror, at jeg køber en ny bil inden jeg når den alder.

I nye sko og med en ny definitions holder bevægede jeg mig til start, efterhånden havde jeg snart gået lige så langt som min bane var (3,8 km.).

Det gik fint med de første 4 poster, men på vej til post 5 gik det helt galt, jeg glemte helt, at de nye sko ikke kunne finde vej af sig selv, så det tog mig over 18 min. at finde posten og Hanne havde kun brugt 9 min. på samme stræk. Det er lige det med at komme ned i tempo, når jeg kommer ind i det tætte og skal fin orientere. Nu gik det egentlig okay resten af banen, det var kun små bom i forhold til post 5.

Efter alle var kommet i mål, var det retur til campingpladsen og få et bad og en kop kaffe, godt med noget at varme sig på, det var en kold dag, men heldigvis ingen regn, men lidt sol.

Nu skulle der laves aftensmad, som Pia stod for. Der blev sendt kartofler og hamburgergry rundt til hytterne, for at blive varmet i de mange ovne. Imens var vi nogle stykker der i camping pladsens

fælles køkken snittede salat, jeg tror aldrig jeg har oplevet så meget salat blive snittet på så kort tid.



Fælles spisning

Vi havde fået stillet et fællesrum til rådighed, hvor vi alle kunne være. Omkring kl. 19.30 var vi klar til at spise og der blev taget fra, alle var sultne efter en dag i frisk luft. Jeg ved ikke hvornår de sidste gik i seng, men da jeg gik, sad de store drenge og spillede et brætspil, jeg fandt ikke ud hvad det gik ud på og jeg har ikke hørt hvem der vandt.

På 2. dagen skulle vi ikke køre så langt, men til gengæld skulle vi starte noget tidligere. Skoven vi skulle til var Tvorup Syd, som ligger lidt nord for Vorupør og tæt på vestkysten.

Her fik vi klubbeltene presset ned mellem nogle fyrtræer tæt ved mål. Det tegnede godt, vejret var fint med dejlig solskin og læ, så der var mulighed for at nyde solen før og efter løbet.

Der var igen et godt stykke ud til start og det var der for øvrigt også fra parkering til stævneplads, så det blev igen til næsten 3 km. inden jeg stod ved start for at begive mig ud på de 3,5 km..

Det blev en rigtig god dag ingen større bom og næsten heller ingen små bom. Det var derfor en glad deltager der vendte tilbage til klubbeltene, hvor der var masser af kage og kage, det havde der været lige siden vi kom herop, der var mange der havde kage med, så det ville næsten ingen ende få.

Dertil et par grillpølser i kiosken, så var man velforsynet og klar til at vende tilbage til camping hytten. Inden vi forlod pladsen, tog vi teltdugen af og lod stængerne stå, da vi skulle være på samme stævneplads til 3. etape.



Tanja på vej i mål

Vi var tidligt hjemme på campingpladsen, så der var tid til afslapning indtil vi så alle vandrede afsted. Nu skulle børnene ud og finde påskeharen også de lidt større børn, det bliver man nok aldrig for gammel til. Da vi kom tilbage til hytterne, fandt vi også påskeharen på terrassen, det var choko-lade haren til de voksne.

Det var sidste aften på campingpladsen og vi havde bestilt mad til kl. 18,30, tilberedt af selveste campingmutter- og fatter. Vi fik igen et rigtig lækkert måltid, med to slags kød og masser af tilbehør og afsluttende med en dessert. I aften måtte vi ikke have egne drikkevarer med, men kunne købe dem til rimelige priser.

Godt mætte kunne vi kravle til køjs, i morgen skulle vi op og pakke samt gøre hytter rene, men den hytte hvor jeg boede, besluttede vi at betale os fra rengøringen.

De havde lovet regn om lørdagen og det kom til at holde stik. Vi skulle tidlig afsted, for alle dem som ikke var med i jagt start skulle starte inden 09,45 og det

var nok de fleste af os. Enkelte valgte at køre direkte hjem fra campingpladsen, om det var regnen eller et eller enden fysisk handicap der gjorde at de ikke stillede op til 3. etape ved jeg ikke.

Alt var vådt, vi startede med at få teltdugen på, så vi kunne være i tørvejr. Igen måtte jeg handle ind, nu var det en skærm jeg havde brug for til at holde regnen væk fra brillerne.

Nå man kunne jo ikke trække den længere, når man skulle starte inden 09,45. Jeg fik startet godt nok ud og allerede på vej til post 1 mødte jeg Ulla, som gerne vil vide hvor hun var på kortet. Efter at have fundet post 1 uden problemer, de kom senere, mødte jeg igen Ulla, som gerne ville vide hvor hun var, hun havde stadig ikke fundet sin post 1. Jeg fandt senere ud af at hendes post 1 lå tæt på den post jeg havde, så hun skulle bare have fulgt med mig første gang vi mødtes. Men jeg er imponeret over hun kom igennem, for det blev meget sværere senere på banen og så slæbte hun endda en opsats fra en kronhjort med hjem.



Malthé i fuld fart

Allerede ved post 4 tog jeg fejl af to stier og ledte efter posten det forkerte sted, det tog noget tid inden jeg kom på rette spor, måtte tilbage til post 3 og starte forfra.

Efter post 6 gik det igen galt, jeg fandt først post 8 uden at have været ved post 7. Da jeg endelig fandt post 7 kunne jeg ikke finde post 8 igen, da jeg endelig fandt den måtte jeg ned i gå tempo resten af turen, men igennem kom jeg og fik løbet mig et godt stykke ud af top 30.

Tilbage i klubteltet var det dejligt, at få noget tørt tøj på og igen var der masser af kage, samt pølser i kiosken.

Efterhånden kom alle i mål og fik klædt om. Medens Svend Erik hentede bilen pakkede vi teltet sammen og slæbte det ud til vejen, for at blive samlet op. Her stod jeg sammen med Jørn i lang tid og vi begyndte at tænke, om Svend Erik var kørt fast, der kom biler hele tide. Det viste sig, at der var kø for at komme ud fra pladsen på grund af mudrede veje. Endelig blev vi samlet op og vendte snuden hjem ad, vi var hjemme sidst på eftermiddagen. Det var synd, at det hele sluttede af med dårligt vejr, men når det skulle være, var det godt, at det var på sidste dagen, det havde ikke været sjovt, at komme tilbage til hytterne med alt det våde tøj.



Aske og den hemmelige gæst

Findvej Dagen

Vi havde valgt, at holde årets Findvej Dag i Kelstrup Plantage på de faste poster, som godt nok er langt væk fra de store byer. Vi var derfor meget spændt på hvordan fremmødet ville være, men det blev en rigtig positiv oplevelse.

Vejret var med os, det holdt tørvejr og inden vi var færdig skinnede solen. Der var 71 deltagere hvoraf de 11 var medlem af klubben. Det hele forløb uden problemer, Anna-Marie Kühl og Bent Pedersen stod for registrering af deltagerne og udfyldelse af diplom til børnene. Når de var registreret fik de instruktion af Hanne, Karsten, Rasmus eller Bjarne inden de blev sendt ud i skoven med kort og nogen også kompas..

Da de kom tilbage fra skoven, var Svend Erik klar til at udlevere medaljer og diplom, samt noget materiale om klubben og reklamer for kommende løb. Deltagerne kunne så forsyne sig i Sten Olofs og Hans Henriks frugtbo. Børnene var derefter ude på en bane

hvor de skulle finde 10 figurer i den rigtige rækkefølge og på tid, det stod

Frede for, her fik de så et Find vej puslespil for at gennemføre. Arrangementet startede kl. 13 og kl. 16 var vi klar til at forlade skoven igen.

Nu kan vi så begynde og tænke over hvor næste års Findvej dag skal afholdes.

Faste poster i Als Nørreskov

Grænsedyst

Løbet skulle have været i Lerskov, men på grund af nogle ynglende fugle, kunne vi ikke bruge hele skoven, vi valgte derfor at flytte løbet til Kelstrup Plantage med samme stævneplads, som sidste års C-løb. I skrivende stund er planlægningen i fuld gang og når I læser dette, er løbet formentligt afholdt.

Klubmesterskab

Bestyrelsen har valgt, at afholde årets klubmesterskab over tre løb, hvor de to bedste er gældende, banelæggerne til et

løb kan deltage i de to andre og på den måde kan alle deltage.

Første afdeling bliver holdt i Als Nørreskov Nord med start fra Fladbæk Strand og det er Jørn Klausen og Kristian Toustrup der er banelægger. Det bliver med SI.

De to sidste etaper bliver i efteråret. Det vil blive annonceret på hjemmesiden.

Faste poster i Als Nørreskov

Siden starten af 2016 har vi arbejdet på et Findvej projekt i Als Nørreskov i samarbejde med Naturskolen, som havde skaffet pælene. Men da vi skulle

være enige med lederen af Naturskolen om hvor posterne skulle placeres, tog det ret lang tid at få aftalen på plads.

Men her i foråret kom vi i gang og så gik det stærkt. Vi kan sætte tre poster ud i timen og i løbet af april har Frede og formanden sat 32 pæle ud. Da jeg stadig har skilte til 6 pæle, vil vi prøve at skaffe dem, så kan vi komme op på 38 og flere af dem er placeret væk fra stierne og kan derfor bruges til træningsløb. Alle pæle har fået monteret en krog, således der kan hænges en SI enhed på pælen.

Medaljer ved DM.



Vinder DM nat og nr. 3 ved DM sprint på vej i mål ved påskeløbet

Hanne Ljungberg har brugt et par dage af foråret til at deltage i Danske Mesterskaber. Først blev det til en flot guldmedalje ved DM nat i Nordsjælland, så det var ikke fordi hun var stedkendt, at hun vandt.

Ved DM sprint i Skørping blev det til en bronzemedalje kun 2 sekunder fra en sølvmedalje.

Godt gået Hanne og tillykke.

Indbydelse til første afdeling af årets klubmesterskab i Als Nørreskov onsdag den 7. juni 2017

Stævneplads: Fladbæk Strand i Als Nørreskov

Start: Første Start kl. 18.30

Kontrol: Der anvendes SI

Postbeskrivelser: IOF-Symboler, Ingen løse postbeskrivelser

Kort: Als Nørreskov 1:10.000 årgang 2013

Klasse og Banelængder:

Bane 1 ca. 6 km. svær klasse H17-20, H21, H35-44 D17-20,
D21, D35-44, H45-54 og H55-64

Bane 2 ca. 4 km. svær klasse D45-54, D55-64 og H65-74

Bane 3 ca. 3 km. svær D65 og H75

Bane 4 ca. 4 km. MS klasse D13-16 og H13-16

Bane 5 ca. 3 km. let klasse D12 og H12

Tilmelding: Ingen tilmelding, mød op og opgiv klasse.

Banelægger: Jørn Klausen og Kristian Toustrup

Hvis man ikke ønsker at deltage i klubmesterskabet, er der mulighed for at løbe almindelig træningsløb.

De sidste to afdelinger af klubmesterskabet vil blive afholdt i efteråret.

Hvis man deltager i dem alle tre er det de to bedste resultater der tæller.

Terminliste for OK Syd

Marts - Oktober 2017

Dag	Dato	Type	Tid	Sted, Tilmelding (T)	Arr.
Lør	0403	Tr	1330	Søgård Skov, P-plads midt i skoven	Aabenraa
Lør	1103	Tr	1330	Kelstrup Plantage, afm. på Holbøl-Hønsnapvej	Sønderborg
Lør	1803	Tr	1330	Hjelm Skov, Aab. Stadion, ved Vestvejen	Aabenraa
Ons	2203	SM-nat		Haraldsholm, T-	HTF
Lør	2503	Tr	1330	Blommeskobbel, afm. på Fynshav-Mommarkvej	Sønderborg
Lør	2503	Tr	1330	Revsø Skov, start fra Holbækgård	HTF
Lør	0104	Tr	1330	Stursbøl Plantage, P-plads Troldeskoven	HTF
Søn	0204	C-løb 2. + 3. div.	1000	Hastrup Plantage, T-	OK Gorm
Lør	0804	Tr	1330	Bommerlund Plantage, P-plads ved stenen	Aabenraa
Ons	1904	Tr	1830	Rode Skov, P-plads ved Felstedvej	Sønderborg
Ons	1904	Tr	1830	Pamhule Skov, P-plads Christiansdal	HTF
Ons	2604	Tr	1830	Jørgensgård Skov, P-plads midt i skoven	Aabenraa
Lør	2904	Find vej	1330	Kelstrup Plantage, P-plads midt i skoven	OK Syd
Tir	0205	Sprint		Haderslev	HTF
Ons	0305	Tr	1830	Kelstrup Plantage, P-plads midt i skoven	Sønderborg
Ons	0305	Find vej følgeløb	1830	Kelstrup Plantage, P-plads midt i skoven	OK Syd
Ons	0305	Tr	1830	Stensbæk Plantage, Gelsbro	HTF
Tir	0905	Sprint		Haderslev	HTF
Ons	1005	Tr	1830	Søgård Skov, P-plads midt i skoven	Aabenraa
Tir	1605	Sprint		Haderslev	HTF
Ons	1705	Tr	1830	Gråsten Skov, start fra Ringriderpladsen	Sønderborg
Ons	1705	Tr	1830	Tange Bakker, spejderhytten	HTF
Tir	2305	Sprint			
Tor	2505	C-Græsedysten	1000	Rugbjerg Plantage, T-	Aabenraa
Ons	3105	Tr	1830	Årup Skov, P-plads Årup Skovvej	Aabenraa
Ons	0706	Tr	1830	Als Nørreskov, Fladbæk Strand	Sønderborg
Ons	0706	Tr	1830	Hønning, Stævnepladsen, afm. Toftlund-Rømmøvej	HTF
Ons	1406	SM-lang		Aab. Nørreskov, T-	Aabenraa
Ons	2106	Tr	1830	Als Nørreskov, Taksensand Fyr	Sønderborg
Ons	2106	Tr	1830	Jels Skovene, P-plads Jels Voldsted	HTF
Fre	2306	Skt. Hans-løb		Als Nørreskov, P-plads ved Nygård, T-	Sønderborg
Ons	2806	Tr	1830	Aab. Nord, P-plads Ravnholt, skærm på vej 24	Aabenraa
Ons	0507	Tr	1830	Gråsten Skov, P-plads ved Buskmosevej	Sønderborg
Ons	0507	Tr	1830	Lindet Skov, skærm på Arnum-Arrildvej	HTF
Ons	1207	Tr	1830	Lerskov Plantage, P-plads og kant-P på Tingvej	Aabenraa
Ons	1907	Tr	1830	Gråsten Skov, P-plads ved Ravnsbjergvej	Sønderborg
Ons	1907	Tr	1830	Gram Slot, stadion	HTF
Ons	2607	Tr	1830	Aab. Sønderskov, P-Sdr.hesselvej, afm. Tøndervej	Aabenraa
Ons	0208	Tr	1830	Kelstrup Plantage, P-plads ved vej nr. 170	Sønderborg

Ons	0208	Tr	1830	Sdr. Farup, P ved spejderhytten på Degnetofte	HTF
Ons	0908	Tr	1830	Jørgensgård Skov, P ved stranden	Aabenraa
Ons	1608	Tr	1830	Als Nørreskov, P-plads Nygård Strand	Sønderborg
Ons	1608	Tr	1830	Haraldsholm, Jels Skovvej	HTF
Ons	2308	SM-sprint		Sønderborg, T-	Sønderborg
Ons	3008	Tr	1830	Kær Vestervej, P under broen	Sønderborg
Ons	3008	Tr	1830	Tormaj Skov, P-plads ved stranden	HTF
Ons	0609	Tr	1830	Flyvestation Skrydstrup	HTF
Lør	0909	Tr	1330	Rugbjerg Plantage, P-plads østkant	Aabenraa
Lør	1609	Tr	1330	Revsø Skov	HTF
Søn	1709	C-løb + 2. div.	1000	Munkebjerg, T-	OK Snab
Lør	2309	Klubmatchen		Als Nørreskov, indkørsel Østerholm	Sønderborg
Lør	3009	Tr	1330	Vesterskoven, P-plads Thomashus	HTF
Søn	0110	C-løb 2.+3. div.	1000	Gyttegård, T-	OK Gorm
Lør	0710	Tr	1330	Hjelm Skov, P-Enemarksvej, afm. på Tøndervej	Aabenraa

Der er yderligere løbstilbud på terminslisten på O-service.

Tilmelding (T) via O-service eller kontakt Hanne Ljungberg 74421402

Der er ingen tilmelding ved træningsløb (Tr)

OK Syd fik fire Sønderjyske mestre i natløb

SM-nat blev afholdt af HTF i Haraldsholm ved Jels. OK Syd fik fire titler ud af de 10 der blev løbet om:

H-35-44 Jonas Hekman, H-45-54 Bjarne Johansen, H 55-64 Karsten Jøhnk, H-65-74, Kristian Toustrup.



Hanne blev Danmarksmester til DM nat

Lørdag aften afvikledes årets første danske mesterskab. Pandelampeklædte orienteringsløbere begav sig ud i Jægersborg Hegn i Nordsjælland.

Jægersborg Hegn er en utrolig varieret skov med mange forskellige typer af terræn: Hurtigt, åbent, flad bøgeskov, tættere områder med lysninger og områder med mere diffus bevoksning. Desuden er der områder i skoven med moderat kupering.

Ud af de to deltagere fra OK SYD lykkedes det Hanne Ljungberg at blive danmarksmester i Dame 60-64.

Hanne løb et flot og stabilt løb med højt tempo og havde et godt forspring indtil sidsteposten, hvor hun med en fejl var lige ved at smide DM'et væk. Heldigvis havde flere af konkurrenterne også problemer med posten. I mål var hun 50 sekunder foran nummer to.



Hanne fik en bronzemedalje til DM sprint

Der blev afholdt DM-weekend med sprint-orientering i Støvring By om lørdagen, et spændende terræn med både åbne parkområder, skov, tæt bebyggelse, institutioner og uddannelsescentre og lidt let industri i udkanten, altså spændende og afvekslende sprintterræn.

Hanne fik en bronzemedalje kun 2 sekunder fra 2. pladsen. Der var 4 deltagere fra OK Syd med.

Om Søndagen blev der så afholdt DM-ultra i Rold Vælderskov Rebild bakker ved Skørping syd for Aalborg. Her var der ingen medaljer til OK Syd denne gang.



Klubmesterskab 2017

Da der har været meget få deltagere til klubmesterskab de senere år, forsøger vi i år med en ændring. Klubmesterskabet afvikles over 3 løb. 1. afdeling løbes i Als Nørreskov 7/6. De to øvrige afdelinger afvikles i efteråret. Det er det bedste samlede resultat af de tre løb der afgør, hvem der er klubmestre.

Henrik hædret til mestrenes store fritidsfest i Sønderborg

Sportsudøvere og kulturfolk, der har hentet mesterskaber og pokaler hjem i hobetal blev hædret i Humlehøj Hallen.

- Sportsfolkenes store mesterskabs og pokalfest løb fredag af stablen i Humlehøj Hallen. Her mødtes alle dem, der i sæsonens løb har hentet pokaler, medaljer og mesterskaber i forskellige former for sport og kultur til en slags fagenes fest for sportsfolk.



Statistik over træningsløb 2016

Oversigt over antal træningsløb og kilometer løbet.
Banelæggere (BI) får et løb tilskrevet men ingen kilometer.

Navn	Tr	Km	BI
Jørn H. Klausen	38	210	3
Karsten Jøhnk	38	203	3
Hanne Ljungberg	38	166	3
Hans-Henrik Hvelplund	37	170	2
Sten Olof Jansson	34	101	5
H.C. Sørensen	28	95	0
Jon Matthiesen	23	94	3
Birger Jønsson	22	60	6
Hans Moos	21	116	2
Ove Petersen	21	95	3
John Bargmeyer	20	86	4
Tina Nissen	20	86	1
Mogens E. Thomsen	19	77	1
Ulla Pallesen	18	90	1
Finn Hove	18	57	3
Bjarne Johannsen	17	93	2
Kristian Toustrup	17	67	4
Rasmus Ejlersen	16	59	5
Asger Rarup	16	57	1
Svend Erik Bertelsen	16	55	4
Helle Termansen	16	52	3
Peter Pallesen	15	82	1
Kurt Harck	15	66	1
Birte Hove	15	55	2
Hans Kammann	15	48	1
Edit Thomsen	15	48	0
Anna Marie Kühl	15	46	0
Pernille Rarup	14	53	1
Michael Termansen	13	50	4
Anne-Marie Jensen	13	47	1

Navn	Tr	Km	BI
Frede Jacobsen	13	29	6
Maria Bargmeyer	12	43	1
Martin Thorwest	11	44	0
Kathrine Lundstrøm	10	37	0
Erling Petersen	10	33	2
Peter Nikolajsen	9	36	0
Henrik Justesen	9	33	0
Harald Schultz	9	30	2
Bente Honnens	9	23	1
Malte Johannsen	8	37	1
Bente Christiansen	8	30	0
Michael W. Nielsen	8	27	2
Erik Skifter Andersen	8	25	2
Susanne Rarup	8	23	1
Silke Bolbro	7	26	0
Sarah Bargmeyer	7	23	1
Dorthe Kühl Petersen	6	27	0
Susanne Bargmeyer	6	22	0
Søren Jensen	5	21	0
Mette Marie Jacobsen	5	18	0
Martina Nielsen	5	15	0
Ole Tønder	4	16	0
Benta Tønder	4	14	0
Anders Kristensen	4	13	0
Per Knudsen	4	12	1
Anders Termansen	3	14	0
Jonas Hekman	3	13	0
Susanne Holst	3	12	0
Dorthe Larsen	3	12	0
Bent Valeur	3	10	0



I statistikken er medregnet: 39 træningsløb
Fordelt med **18 AAIG løb** og **21 SOK løb** heraf **1 løb lavet både i Aabenraa og Sønderborg**
+ Sankt Hans-løb, klubmesterskab, klubmatch, 4 SM'ere, Juleløb. **I alt: 47 løb**
Seddel til træningsløbet den 23/1 mangler.

Navn	Tr	Km	Bl
Lucas Kammann	3	10	0
Allan Jensen	3	9	0
Bent Lauridsen	3	4	2
Peter Callesen	2	11	0
Martin Skivild	2	11	0
Michael Jensen	2	9	0
Henrik Moos	2	9	0
Nelly Larsen	2	8	0
Max Bech	2	8	0
Lise Termansen	2	6	1
Bent Petersen	2	0	2
Hans Renkwitz	2	0	2
Johnni Perschke	1	6	0
Kasper Kellmann	1	5	0
Brian Kock	1	5	0
Kjellø Mønnich	1	5	0
Rene Birkemose	1	5	0
Jette Harck	1	5	0
Maria Harck	1	5	0
Susanne Moos	1	5	0
Oliver	1	5	0
Lene Nielsen	1	5	0
Nils-Jørn Fogh	1	5	0
Preben Palsgaard	1	5	0
Tom Reersdorff	1	5	0

Navn	Tr	Km	Bl
Sidsel Pallesen	1	5	0
Torben Kobberø	1	5	0
Bjarne Bang	1	4	0
Jens Erik Bolbro	1	4	0
Jesper Rarup	1	4	0
Karoline Vinther	1	4	0
Rasmus Wrang Andresen	1	4	0
Rasmus Overgaard	1	4	0
John Lundstrøm	1	4	0
Linda Morell	1	4	0
Boris	1	3	0
Allan Sørensen	1	3	0
Alexander Heckman	1	3	0
Philip Heckman	1	3	0
Tanja Johannsen	1	3	0
Michael Kjer	1	3	0
Malene Kjer	1	3	0
Marina	1	3	0
Emmili	1	3	0
Aske Johannsen	1	3	0
Birgit Kjer	1	3	0
Claus Schmidt	1	3	0
Jacob Schmidt	1	3	0
Kamma Termansen	1	2	0
Allan Høeg	1	0	1

Antal forskellige løbere til træningsløb og hvor mange starter de har haft.

OK SYD	110 (+ 5)	892 (- 22) starter
Sønderborg	68 (+12)	628 (+59) starter
Aabenraa	42 (- 7)	264 (- 81) starter

Tallet i parentes er frem/tilbage-gang i forhold til sidste år.

TOP 8 over aktive banelæggere

Birger Jønsson	6
Frede Jacobsen	6
Sten Olof Jansson	5
Rasmus Ejlersen	5
John Bargmeyer	4
Kristian Toustrup	4
Svend Erik Bertelsen	4
Michael Termansen	4

Andre klubber mm. til træningsløb

Antal starter

HTF	286	Ribe	5
Find Vej i	99	West	4
Asyl Center	51	GORM	3
KOK	30	Århus	2
Adventure klub Als	21	Viborg	2
Søgård	14	Allerød	1
OO/FPI	11	Ballerup	1
Silkeborg	6	Finland	1
SNAB	6	Rødekro	1
Melfar	6		

Statistik over Åbne løb 2016

Oversigt over antal åbne løb og I alt (åbne løb + træningsløb)

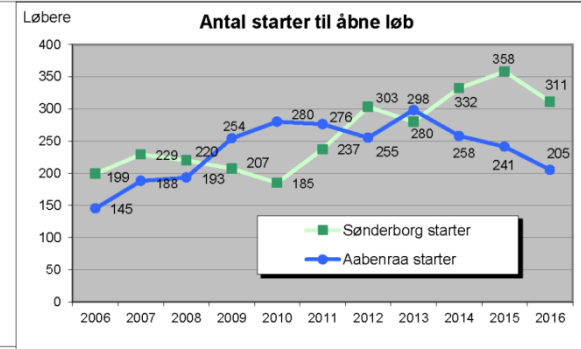
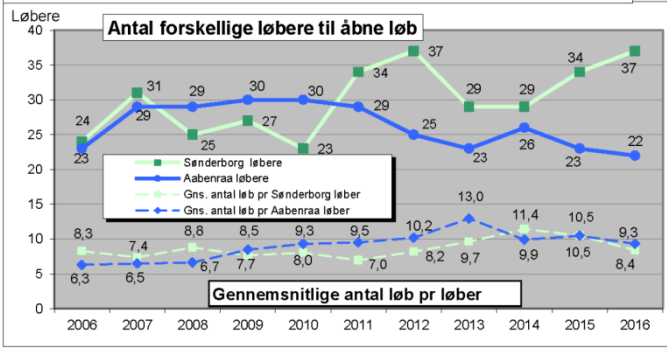
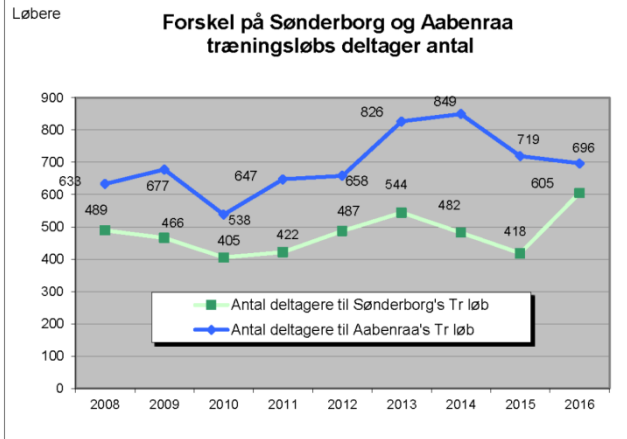
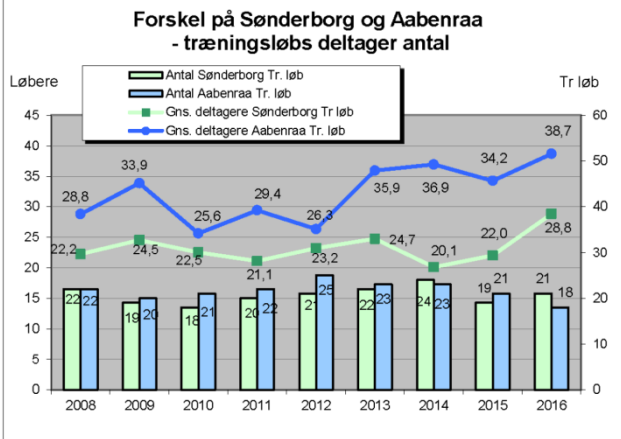
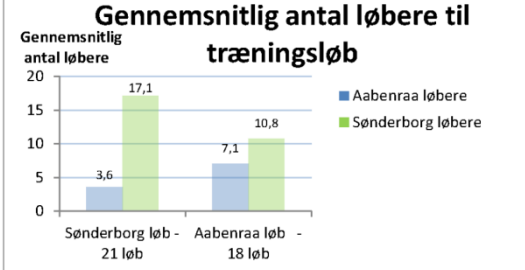
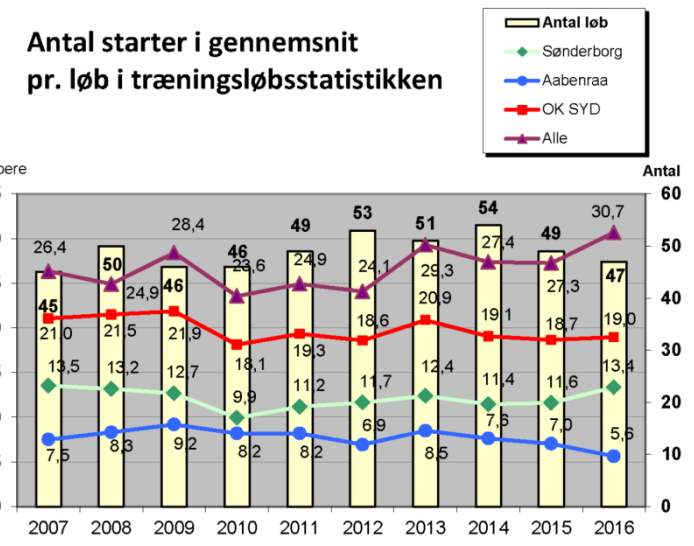
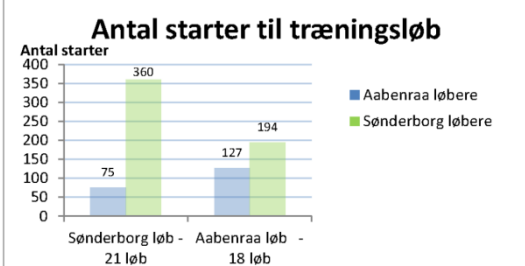
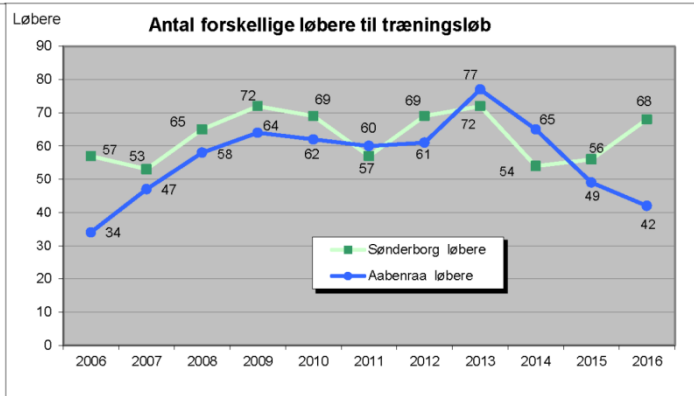
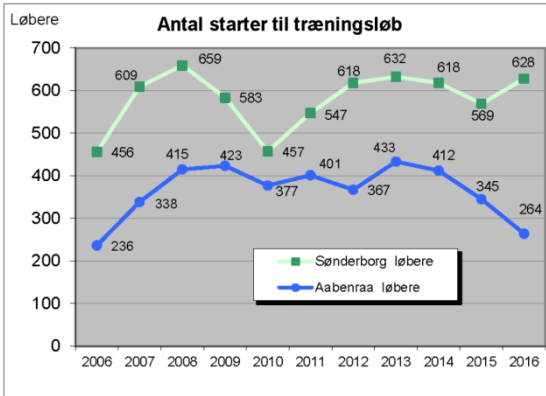
Navn	Åbne	I alt
Michael Termansen	37	50
Helle Termansen	36	52
Hanne Ljungberg	35	73
Karsten Jøhnk	33	71
Jørn H. Klausen	27	65
Ove Petersen	26	47
Bjarne Johannsen	23	40
John Bargmeyer	19	39
Malte Johannsen	19	27
Maria Bargmeyer	16	28
Frede Jacobsen	13	26
Mogens E. Thomsen	11	30
Ulla Pallesen	11	29
Peter Pallesen	11	26
Anne-Marie Jensen	11	24
Dorthe Kühl Petersen	11	17
Finn Hove	10	28
Anna Marie Kühl	10	25
Edit Thomsen	10	25
Anders Termansen	10	13
Susanne Bargmeyer	9	15
Rasmus Ejlersen	8	24
Birte Hove	8	23
Birger Jønsson	7	29
Kristian Toustrup	7	24
Sarah Bargmeyer	7	14
Jon Matthiesen	6	29
Bente Honnens	6	15
Hans-Henrik Hvelplund	5	42
Svend Erik Bertelsen	5	21

Navn	Åbne	I alt
Pernille Rarup	5	19
Michael W. Nielsen	5	13
Silke Bolbro	5	12
Aske Johannsen	5	6
Sten Olof Jansson	4	38
Kathrine Lundstrøm	4	14
Harald Schultz	4	13
Karoline Vinther	4	5
Susanne Holst	3	6
Pia Iversen	3	3
Mia Kragh	3	3
Tina Nissen	2	22
Martin Thorwest	2	13
Erik Skifter Andersen	2	10
Mette Marie Jacobsen	2	7
Benta Tønder	2	6
Paula Starke	2	2
Hans Moos	1	22
Asger Rarup	1	17
Hans Kammann	1	16
Kurt Harck	1	16
Henrik Justesen	1	10
Peter Nikolajsen	1	10
Bente Christiansen	1	9
Martina Nielsen	1	6
Ole Tønder	1	5
Per Knudsen	1	5
Martin Skivild	1	3
Martin Termansen	1	1

Antal forskellige løbere til Åbne løb og hvor mange starter de har haft.

OK SYD	59 (+ 2)	516 (-83) starter
Sønderborg	37 (+ 3)	311 (-47) starter
Aabenraa	22 (- 1)	205 (-36) starter

Tallet i parentes er frem/tilbage-gang i forhold til sidste år



Opslagstavlen

Følgende ønskes tillykke:

Aske Johannsen ønskes tillykke med konfirmationen den 12. maj

Helle og Michael Termansen ønskes tillykke med sølvbrylluppet den 6. juni

Pia Johansen ønskes tillykke med de 50 år den 8. juni

Bent Nymand ønskes tillykke med de 75 år den 11. juni

Stof til klubbladet kan mailes på nedenstående adresse:

Famja229@gmail.com

Udgivelsesterminer for klubblade.

Udgivelsestidspunkt Uge nr. Sidste frist for stof til Redaktøren.

Februar/marts	8	Fredag uge 6
Maj/juni	21	Fredag uge 19
August/september	35	Fredag uge 33
November/December	47	Fredag uge 45

Læs mere om de enkelte løb på:

DOF's hjemmeside <http://www.dk.orientering.org/loeb/> eller på orientering.dk
www.orientering.dk , hvor der også kan ses indbydelser til flere løb, end de her nævnte.

Hanne

OK- SYD

Ønsker du at blive medlem af OK-SYD, så udfyld venligst nedenstående tilmeldingsblanket, og send den til formanden for OK-SYD – adressen finder du på side 2.



Tilmeldingsblanket

Navn

Adresse

Post nr., by

Fødselsdato

Telefon nr.
