



Klub-Nyt

Herlufsholm Orienteringsklub

Januar – nr. 1/2023



Nytårsstafet 8. januar 2023, Kårup skov

Klubbens bestyrelse valgt på generalforsamling 8/2 2022



Formand
Hjemmeside

Anders Knudsen
Heimdalsvej 30
4700 Næstved
42 70 01 79
E-mail: A.J.Knudsen@gmail.tele.dk



Næstformand

Stig Andersen
Herluf Trolles Vej 57
4700 Næstved
31 77 67 98
E-mail: Stig1806@icolud.com



Kasserer

Lykke Berg Mathiesen
Kuhlaus Vej 49
4700 Næstved
25 56 61 80
E-mail: Lykke@lykkebm.dk



Bestyrelsesmedlem

Torben Kristensen
Danavej 33
4700 Næstved
27 19 21 54
E-mail: torben213f@gmail.com



Ungdomskontakt

Henrik Mathiesen
Kuhlaus Vej 49
4700 Næstved
20 64 78 19
E-mail: henrik@lykkebm.dk



Sekretær
Klubtøj

Henriette Hansen
Lupinvej 11, 1.tv.
4700 Næstved
E-mail: runningiscool4u2@gmail.com



Træningsudvalg

Sebastian Hansen
Abrikosvej 49
4700 Næstved
21 56 73 37
E-mail: s.abrikosvej@live.dk

Klubhus adresse:

Herlufsholm Alle 227A, 4700 Næstved

Klubbens hjemmeside:

<http://www.herlufsholm-orientering.dk>

Klubbens konto i Spks Sjælland: 6070-1216412. Mobilpay 99422

Redaktørens spalte

Klubnyt nr. 1 i 2023 er på gaden ☺ husk endelig, at komme med indlæg til klubbladet. Mail dit indlæg til mig senest 11/4 2023 på lone213f@gmail.com så kommer det med i næste klubblad. Send også gerne billeder og kort til jeres fortællinger.

Vi ses i skoven ☺

Udgivelsesplan for Klub-Nyt:

Nummer	Deadline	Udkommer
2/2023	11/4 2023	14/4 2023
3/2023	1/7 2023	6/7 2023
4/2023	1/10 2023	8/10 2023

Indholdsfortegnelse:

s.4-5	Aktivitetskalender
s. 6	Formandens Klumme
s. 7-8	Indkaldelse generalforsamling
s. 9-10	Eventyret om den lille nisse
s. 11	Banelæggekursus
s. 12	Påskeløb
s. 13-14	Vintertræningsløb
s. 15	Træningsudvalget
s. 16	Sommertilbud – Hallands 3 dages
s. 17-18	Årets Juleløb 2022
s. 19	Annonce - Sjællandssprinten
s. 20	Træner til Ungdommen
s. 21	Kontingent
s. 22	Sponsorer



Aktivitetsoversigt

Januar			Februar		
	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1			1		
2			2		
3			3		
4			4	Lørdagstræning	Klubhus
5			5	Ny Tolstrup	OKR/VTR
6			6		
7			6		
8			8	Generalforsamling	Klubhuset
9	Kårup Skov, Nytårsstafet	HOK/VTR	9		
10			10		
11			11	Lørdagstræning	Klubhus
12			12	Glumsø Østerskov	Haslev/VTR
13			13		
14	Lørdagstræning	Klubhus	13		
15			15		
16			16		
17			17		
18			18	Lørdagstræning	Klubhus
19			19	Harrested	HG/VTR
20			20		
21	Lørdagstræning	Klubhus	21		
22	Hannenov-Oustrup	063/VTR	22		
23			23		
24			24		
25			25	Lørdagstræning	Klubhus
26			26	Magleby skov	Køge/VTR
27			27		
28	Lørdagstræning	Klubhus	28		
29	Korsør Lystskov	Sorø/VTR	29		
30			30		

TM = Tilmelding

KH = Klubhuset

TR = Træningsløb – start ml. kl 17.45-18.30

Fed skrift = arrangement af HG

FK = Fælleskørsel fra klubhus

VTR-løb start mellem kl. 10-11

Aktivitetsoversigt

Marts			April		
	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1			1	Lørdagstræning	Klubhus
2			2		
3			3		
4	Lørdagstræning	Klubhus	4		
5	<i>Roskilde Vest</i>	Barske	5	Påskeløb	
6			6	Påskeløb 6-8/4	
7			7	Påskeløb 6-8/4	
8			8	Lørdagstræning	Klubhus
9			9		
10			10		
11	Lørdagstræning	Klubhus	11		
12	<i>Vallø Storskov</i>	Køge/afslut	12		
13			13		
14			14		
15			15	Lørdagstræning	Klubhus
16			16		
17			17		
18	Lørdagstræning	Klubhus	18		
19	Banelæggekursus	Klubhuset	19		
20			20		
21			21		
22			22	Lørdagstræning	Klubhus
23			23		
24			24		
25	Lørdagstræning	Klubhus	25		
26			26		
27			27		
28			28		
29			29	Lørdagstræning	Klubhus
30			30		
			31		

TM = Tilmelding

KH = Klubhuset

TR = Træningsløb - start ml. kl 17.45-18.30

Fed skrift = arrangement af HG

FK = Fælleskørsel fra klubhus

VTR-løb start mellem kl. 10-11

Formandens klumme

Januar måned; hmmm dagene bliver længere men når jeg i skrivende stund kikker ud ad vinduet, ligner mest efterår med regn og blæst. Heldigvis kan man stadig løbe o-løb i regnvej, man skal bare nå ud til startpunktet og så har vi jo en fest alligevel. :-)

Ved den nyligt afholdte Nytårsstafet deltog HG med 25 tilmeldte til endnu et godt arrangement. Desværre blev det uden placeringspræmier til HG men vi stiller op igen til næste år. :-)
(Henrik og jeg sørgede for at vores hold ikke fik podiepladser)

Lidt senere på foråret skal vi arrangere Sjællandssprinten og i den forbindelse har Østkredsen ønsket at vi skal opgradere den ene afdeling til Sjællandsmesterskabet. Det har vi sagt ja til, men det kræver lidt mere af arrangementet og lidt flere hjælpere end normalt. Derfor opfordrer jeg hermed til at melde sig som hjælper til arrangementet d. 20/5-23. :-)

Husk: at der er generalforsamling d. 8/2-23 i klubhuset.
Det er her man kan få indflydelse på klubben og vores aktiviteter.

Vi ses i skoven

Mvh

Anders Knudsen

Generalforsamling 8/2 2023

Hermed indkaldes til ordinær generalforsamling i Herlufsholm Orienteringsklub i klublokalet. Onsdag d. 8. feb. 2023 kl. 19.00.

Dagsorden:

1. Valg af stemmetællere

2. Valg af dirigent

3. Formandens beretning

4. Udvalgenes beretning:

Skovudvalg (Jesper)

Træningsudvalg (Sebastian)

Kortudvalg (Svend-Erik)

Ungdomsudvalg (Henrik og Sebastian)

Matriel- & klubtelte (Peter K. og Henrik)

Sportident-udstyr (Frede)

Hjemmeside og natløbsudstyr (Anders)

Klubtøj (Henriette)

Scrapbog (Ruth)

Festudvalg (bestyrelsen)

Skoleudvalg (Stig)

Find-Vej-i udvalg (Poul og Niels)

5a. Fremlæggelse og godkendelse af det reviderede regnskab 2022

5b. Budget 2023 til orientering

6. Evt. indkomne forslag

7. Evt. forslag til vedtægtsændringer

8. Kontingent 2023

9. Valg af

Næstformand: (Stig Andersen modtager genvalg)

Kasserer (Lykke Berg Mathiesen modtager genvalg)

Bestyrelsesmedlem (Sebastian Hansen modtager genvalg)

Bestyrelsesmedlem (Henriette Hansen modtager ikke genvalg)

1 suppleanter - (nuværende Helle og Arne)

1 revisorer - (nuværende Lone og Peter)

1 revisorsuppleant - (nuværende Jesper B.)

Repræsentanter til HG hovedbestyrelse.

10. Valg til udvalgene

Skovudvalg – Jesper

Træningsudvalg - Sebastian

Kortudvalg – Svend-Erik

Ungdomsudvalg – Henrik + Sebastian

Materiel- & klubtelte – Peter K. og Henrik

Sportident-udstyr - Frede

Hjemmesiden og natløbsudstyr – Anders

Klubtøj – Henriette

Scrapbog – Ruth

Festudvalg – bestyrelsen

Skoleudvalg – Stig

Find-Vej-i udvalg – Poul + Niels.

11. Eventuelt

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest 10 dage før generalforsamlingen. E-mail: a.j.knudsen@mail.tele.dk



Eventyret om den lille



O-nisse

Det var en meget kold og mørk lørdag i december. Den lille O-nisse lå i sofaen, hvor han guffede pebernødder og julekonfekt i sig. Han var træt efter lang orienteringssæson. Rundt omkring i stuen hang alverdens kravlenisser, og der var tændt LED lys over det hele, man var jo med på noderne.

"Åh, hvor har jeg det dog hyggeligt." tænkte O-nisse og gabte et par gange. Det var den form for idræt og motion han kunne komme i om.

"BLING" sagde det så fra mobil-telefonen. endnu en af de uendelige notifikationer, man får er en "vigtig" besked på FaceBook eller en mail. må jo hellere checke, hvad det er, det kunne jo være vigtigt, tænkte han og rejste sig, for at få fat i telefonen. Jamen dog det var mailboksen, der havde giet lyd fra sig. Der var kommet en månedsmail fra Orienteringsklubben. Hvor bl.a. det nye nr. af Klub-nyt, var vedhæftet som en fil. "Fedt nok" så må jeg vist hellere få tændt PC'en så jeg kan se det på en stor skærm.

Ja for O-nissen havde stadigvæk en stationær PC, mere med på noderne var han dog trods alt ikke. Mens han ventede på at den skulle starte, tænkte han



på den gang hvor Klub-Nyt udkom trykt på papir og blev leveret af Postmand Per sammen med resten af posten. I dag skal man jo ind og checke MIT.dk, Borger.dk eller E-Boks hvis man får et brev. Men der er vist noget om, at man godt kan få det i en trykt udgave, hvis man spørger pænt.

Men så var PC'en klar og som han regnede med, var det dugfriske nummer af "KLUB-NYT" smækfyldt med spændende læsestof, historier og en masse tilbud lige for ham.



Ægh! nåede han lige og tænke, nu havde jeg jo lige fundet mig til rette her på sofaen, for sæsonen var jo ovre for i år. Nisseløbet midt i december, havde været afslutningsløbet for sæsonen.

Et par timer senere var O-nissen kommet igennem bladet, jule og nytårs dvaskheden var pistvæk forsvundet. O-nissen



den lille
bedste
tanke

Argh!
når der
Nå jeg

havde atter fundet gejsten for at løbe. Han slog hurtigt op i bladet, for at se hvor Vintertræningsløbet, var om søndagen. Men for lige at få rusten banket af, skulle jeg måske tage til Lørdagstræningen først, den er jo startet.

"Måske skulle jeg tage løbetøj på nu og jogge en tur allerede i dag. Nej jeg må hellere spare på kræfterne, til weekenden, jeg skulle jo gerne slå....."

"Det blad må have magiske kræfter", tænkte O-nissen, som ellers havde ladet sig følge med af juleræset og helt glemt, hvor dejligt det er at løbe orienteringsløb.



Vi ses til Lørdagstræning og VTR-løb
Sætternissen

Banelæggerkursus søndag d. 19.03 kl. 13 – 16 i Klubhuset

Søndag d. 19. marts afholdes internt banelæggerkursus, hvor du har mulighed for at få hjælp og gode råd med hensyn til banelægning og det tekniske med pc, print m.m.

Kurset afholdes af Jesper, som er en af vores mest erfarne banelæggere. Desuden er Sebastian med som hjælpeinstruktør.

Tanken er, at vi sætter os i små grupper og arbejder med konkrete baneforslag til de kommende tirsdagstræningsløb. Forhåbentlig når vi at færdiggøre et endeligt baneudkast incl. IOF-postbeskrivelse og pænt print layout.

Husk: Tilmelding senest d. 12.03 til Jesper.

Dine baneudkast til dit tildelte tirsdags træningsløb.

Vi ses til en spændende læringsdag.

SKAL DU MED TIL PÅSKELØB?

Klubben har lejet Mølkaer-lejren hvor vi kan være 40 personer – og vi håber at mange vil være med på en fælles overnatning.

Vi plejer at hygge, spise og ikke mindst grine og græde sammen over vores løb 😊

Prisen er kr. 350,- pr. næse for personer over 15 år og kr. 200,- pr. næse for børn og unge på 15 år og derunder.

Beløbet er for overnatning 5-8/4 2023. (Beløbet opkræves via løbskonto)

Herudover splejser vi om mad og drikke.

Se mere på <https://moelkaer.dk>.

Tilmelding til Lykke på lykke@lykkebm.dk – gerne hurtigst muligt 😊



VINTERTRÆNINGSLØBENE 2022-23

Dato	Klub	Skov	Startsted	Tekst
09.01	HOK	Kårup skov	Næsvej 3	Nytårsstafet
22.01	O-63	Hannenov Oustrup	Hannenovvej 22	X
29.01	Sorø	Korsør Lystskov	Skovåsen 230	X
05.02	OKR	Ny Tolstrup	Avnstrup	X
12.02	Haslev	Glumsø Østerskov	Åsø Mosevej	X
19.02	HG	Harrested	Harrested Skovvej 19	X
26.02	Køge	Magleby skov	Skæppelundsvej 5	X
05.03	Barske	Roskilde Vest	?	Troldens Fodspor
12.03	Køge	Vallø Storskov	Vordingborgvej 169	Afslutningsløb

Kun de med x-pointmarkerede løb er tællende i den gennemgående konkurrence.
Alle speciel løb har andre baner.

Baner

Svær	Sort, lang	7½-10 km.	
-	Sort, mellem	6-7 km.	
-	Sort, kort u. 60 år	4-5 km.	
-	Sort, kort o. 60 år	4-5 km.	1:7.500
-	Blå, mini u. 60 år	3-3,5 km.	
-	Blå, mini o. 60 år	3-3,5 km.	1:7.500
Mellemsvær	Gul	4-5 km.	
Let	Hvid	3-3,5 km.	
Begynder	Grøn	2-3 km.	

Pris

Kr. 15,- for løbere under 16 år og kr. 30,- øvrige.

Start

Indskrivning fra kl. 9.45

Søndage mellem kl. 10.00 – 11.00.

Resultater

Resultater ophænges. Alternativt lægges på nettet samme dag.

Generelle bestemmelser for VTR-løbene

Der er fri startret på alle baner.

Dog opfordres løbere der enkelte løb vælger løbe kortere bane, at deltage u.f.k.

Point

I alle løb får vinderen af en bane 100 point.

De efterfølgende løbere får fratrasket 1 point pr. minuttal, de er langsommere.

På alle baner opdeles resultaterne i dame og herre, og de får point hver for sig.

De 6 bedste løb er tællende i den gennemgående konkurrence

- for Hvid og Grøn bane afgøres samlet placering på baggrund af de 6 bedste løb.

Afslutningsløbet er ligeledes tællende.

- for Sorte, Blå og Gul baner er de 6 bedste løb alene afgørende for startrækkefølgen til afslutningsløbet. Endelig placering udregnes som pointgennemsnit 6 bedste løb omregnet til tidshandicap + tid afslutningsløb.

Hvert mistet point i forhold til de maksimale 600 straffes med et tidshandicap på 10 sek.

I sæsonen 2022-23 er der i alt 12 tællende løb.

Banelæggere (max. 2 pr. løb) får tildelt 100 point.

Afslutningsløb - Program/Præmier

Hvid, Grøn, øvrige under 6 løb og ikke forhåndstilmeldte samlet start kl. 10.30

Sorte, Blå og Gul baner omvendt jagtstart. Løberne startes med 2 min. startinterval afhængig af deres pointplacering, og med den bedst placerede til sidst.

Program

kl. 09.45-10.15 Indskrivning

kl. 10.30 Samlet start (Hvid, Grøn, øvrige/under 6 løb og ikke forhåndstilmeldte)

kl. 10.40 1. start (Sorte, Blå og Gul baner)

kl. 13-14.30 Bad/Omkl., Kaffebord & Præmieoverrækkelse.

Husk tilmelding til afslutningsløbet via din klub 8 dage før løbet.

Træningsudvalget

Vi står til rådighed, når du har spørgsmål, forslag til træningsløbene, brug for en hjælpende hånd eller selv kan bistå med assistance. Du er ligeledes velkommen til at rette henvendelse, hvis du bare vil være med og se hvordan andre planlægger og gennemfører et træningsløb.

Banelæggere søges – forår & efterår 2023

Skulle du have lyst og mulighed for at tilbyde dig som banelægger eller hjælper til udlægning og indsamling af poster med videre, kan du kontakte Tine. Vi ses i skoven.

TRU v/Sebastian, Tine og Jesper

Jesper Børsting	jesperborsting@post.tele.dk	55739085
Tine Meyhoff Petersen	tine-mp@live.dk	28432131
Sebastian Hansen	s.abrikosvej@live.dk	21567337

Sommertilbud - Halland 3-dages

Klubbens sommer tur 2023 går til Halland 3-dages i dagene fra fredag d. 14.07 til søndag d. 16.07.

Så har du lyst, at deltage sammen med din klub til 3 super spændende o-løb i Sverige, så sæt allerede nu kryds i kalenderen og meld dig til via undertegnede.

Der er ca. 60 forskellige løbsklasser af forskellige sværhedsgrader og længder. Dermed vil der også være en bane, som passer dig og resten af din familie.

Vi vil bo i telt på o-campen, som er en primitiv campingplads, alene med vand og toiletforhold. Indkøb mm kan gøres i nærliggende by, cykelafstand.

Foreløbig program:

Fr. 14.07 kl. 10 Afgang fra Næstved
Fr. 14.07 kl. 16 1. etape
Lø 15.07 kl. 10 2. etape
Sø. 16.07 kl. 10 3. etape
Sø. 16.07 kl. 14 Afgang fra Halland

Ca. Priser:

Startafgift 3 løb kr. 300,-
Camping 2 nætter, telt - 400,-

Bindende tilmelding senest d. 01.06 via undertegnede eller direkte via Eventor.

Du kan se yderligere oplysninger på hjemmesiden: www.hallands3dagars.se
Oplysninger om årets Halland 3-dages forventes tilgængelige ca. 01.03, men indtil da, kan du læse om tidligere års afholdelse på hjemmesiden.

Jesper
Turkoordinatorer

Det bliver sommer igen !





Årets Juleløb 2022

Eller løbet hvor posterne blev
på kortet



væk

Det var en lørdag i december måned sidste år. Pludselig begyndte der at blive rapporteret om stort leben i Rådmandshaven. Flere af Næstveds borgere, havde observeret at der var et stort sammentræf af nisser i skoven. Der var jo både stornisser og smånisser.

Folk kunne dog beroliges med, at det bare var Herlufsholm orienterings klub der havde sit årlige juleløb i skoven.

Grunden til at folk og fæ og andet godtfolk, der bare var på en hyggelig skovtur på lørdag formiddag, blev forvirret, var at af løberne havde i ført sig den klassiske hovedbeklædning for Kl. 10 var der fælles trav fra klubhuset over til skoven, hvor skulle foregå. Først blev det obligatoriske nissefællesbillede Så begyndte instruktionen af overnissen Helle. Man havde 45 minutter til at finde så mange poster som muligt. Posterne gav forskellige point alt efter hvor de stod placeret. Hvor svært kunne det være tænkte de fleste. Der skal jo kun løbes i den øverste del af Rådmandshaven. "Piece of cake"



fleste
nisser.
løbet
taget.



Så fik vi at vide at målposten er den post der står der, og der blev peget posten der stod ved stikrydset. Hvorfor skal vi have det at vide tænkte de erfarne. Målet er jo altid tegnet ind på kortet, som afslutning på banen.

Så var det, at det hele begyndte at køre af slædesporet. For overnissen gjorde opmærksom på at de havde haft problemer med trykningen af løbskortet. Drillenisserne havde været i gang, så banen var blevet stjålet, der var simpelthen ingen poster på kortet.



Neej! Begyndte nogen af smånisserne, så kan vi jo ikke komme ud at løbe. Men så beroligede ovenissen dem med, at de havde nået få trykt nogen kort med poster på, inden drillenisserne var kommet. Stor var lettelsen blandt smånisserne. Men hvad med os? begyndte stornisserne så. Jaa i må jo klare jer, var svaret fra ovennissen. Hvor mange poster er der derude? Jaa det kan jeg ikke lige huske, er svaret fra ovennissen.

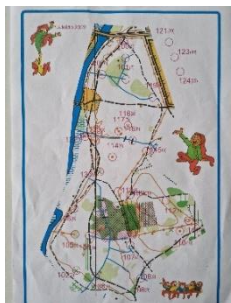
Og lige en sidste ting inden løbet starter. Drillenisserne har fået fat i tre af posterne og bevæger sig rundt i terrænet med dem. Pas på når i møder en af dem. Det kan være godt, men

det kan også være skidt. Kryptisk meddelelse tænkte de erfarne igen.

Nå men så blev det tid til dele kortene ud og få startet ganske rigtigt der var ingen bane eller poster på kortet. gik og så gik det over stok og sten. Man kunne tydelig nogen var mere erfarne i den disciplin, som det er at forvirret rundt og klippe en post når man tilfældigvis på en. Mens at undertegnede selvfølgelig planlagde man nemmest og hurtigst får løbet området igennem og for poststativer med skærme og enheder.



løbet. Og Starten se, at løbe støder hvordan skannet



Nede i bunden af kortet møder jeg den første postdrillenisse og finder ud af hvad der menes med godt eller skidt. Det var formandsnissen Anders og han havde 2 enheder i hænderne, en der giver bonuspoint og en der sletter alle dine point. Heldigvis får jeg valgt den med bonus, men andre var ikke så heldige og fik slettet deres hårdt tilkæmpede point.

Jeg hørte rygter om at nissen Merete, kun havde fået sletteenheder. Heldigvis mødte jeg ikke hende.

Videre gik det så i skoven, hvor jeg mødte ovennissen Helle, der kun en enhed med bonuspoint. Derefter var det bare i mål.

Efterhånden kom alle i mål og dryssede over til klublokalet, for checket sin enhed. Resultatet er ingen der kan huske, men det er også lige meget, de fleste havde hygget sig derude i skoven

Bagefter var der traditionen tro varme Æbleskiver og drikke, som kunne være gløgg eller saft eller kaffe eller the. Der blev hygget indtil alle gik trætte hjem, men nu klar



til sidst havde

at få der vist



til at møde julens strabadser.

Med et vi ses i skoven slut herfra

Torben-nissen



Annonce Annonce



Sjællandssprinten Lørdag d.20 maj 2023

Hej jeg er stævneleder, til klubbens afdeling af Sjællandssprinten i år.
For dem der ikke ved det, er det by-sprint orienteringsløb, hvor vi arrangerer 2 løb om lørdagen og Køge OK 2 løb om søndagen.
Vi er så småt i gang med stævnet. Den ene etape vil have mål på Karrebæksvejens Skole, ved digterkvarteret. Den anden vil have mål på Gardehusar kasernen ved Skyttemarksvej. Hvor stævnepladsen skal være er ikke besluttet endnu.
Stævneleder er Torben Kristensen.
Banelæggere er Anders Knudsen og Henrik Mathiesen.
Og Svend-Erik Munck er i gang med at tegne eller opdatere kort.
Ud over de ovenstående, skal der bruges forskellige funktionsledere og hjælpere, som f.eks. til postvagt, kiosk, start, mål, beregning, postudsætning, forløbere, postindsamling og stævneplads.
Hvis det var noget du kunne tænke dig at høre mere om eller være med til, så henvender i jer bare til mig, på tlf.27192154 eller mail: Torben213f@gmail.com.



TRÆNER TIL UNGDOMMEN 😊

BESTYRELSEN I HERLUFSHOLM ORIENTERINGSKLUB VIL GERNE ØGE FOKUS PÅ TRÆNING AF UNGE O-LØBERE FRA CA 12 ÅR OG OPEFTER.

DERFOR SØGER VI EN TRÆNER SOM – I FØRSTE OMGANG – HAR LYST TIL AT LAVE UNGDOMSTRÆNING 1 GANG MÅNEDLIGT. DETTE KAN NATURLIGVIS ALTID UDVIDES HVIS DU HAR TID, LYST OG MOD PÅ MERE 😊

DER VIL OGSÅ VÆRE MULIGHED FOR AT SAMARBEJDE MED OK SORØ OMKRING UNGDOMSARBEJDE.

SOM TRÆNER SKAL DU HAVE GÅ-PÅ-MOD, ØNSKE AT TRÆNE OG MEST AF ALT MOTIVERE. UDOVER TEKNIKTRÆNING OG LØB, ØNSKER VI AT VÆGTE DET SOCIALE HØJT OG SKABE GODE TRYKKE RAMMER FOR VORES MEDLEMMER OG TRÆNERE.

DER ER INGEN KRAV OM UDDANNELSE, OG DU KAN FORVENTE EN BESTYRELSE SOM BAKKER 100% OP OMKRING TRÆNINGS-SESSIONER. VI HÅBER OG TROR DOG AT DEN RETTE TRÆNER HAR LYST TIL AT UDDANNE SIG SOM TRÆNER HOS DOF, OG DETTE BLIVER BETALT AF KLUBBEN EFTER NÆRMERE AFTALE MED BESTYRELSEN.

HONORAR I FORM AF PENGEBELØB KAN VI IKKE GIVE, MEN VI SØGER I VID UDSTRÆKNING AT DÆKKE VIDEREUDDANNELSE OG I SAMARBEJDE MED BESTYRELSEN KAN DER BLIVE TALE OM HONORAR I FORM AF KLUBTØJ OG MEDLEMSKONTINGENT. KLUBBEN GIVER 1,50 PR. KM. TIL DÆKNING AF KØRSEL MED UNGDOMSLØBERE. HAR DU ANDRE IDEER TIL "HONORAR" SÅ TØV IKKE MED AT KONTAKTE OS, VI ER ÅBNE FOR NYE IDEER 😊

BESTYRELSEN SKAL TIL ENVER TID KUNNE INDHENTE BØRNEATTEST PÅ DIG.

ER DU INTERESSERET ELLER HAR DU SPØRGSMÅL? SÅ SKRIV/RING TIL KLUBBENS FORMAND:

ANDERS – MOBIL: 42700179/MAIL: A.J.KNUDSEN@MAIL.TELE.DK

Kontingent

Der er sendt kontoudtog ud til alle medlemmer og har du ikke allerede indbetalt til klubben, bedes du gøre det snarest. Klubbens bankkonto er 6070-1216412.

Klubben har også fået mobilpay 99422. Hvis du betaler med mobilpay må du meget gerne skrive dit navn i beskedfeltet ☺

Har du spørgsmål af nogen art vedr. kontingent så kontakt klubbens kasserer Lykke på lykke@lykkebm.dk.

Støt klubbens sponsorer! De støtter os!

