



Klub-Nyt

Herlufsholm Orienteringsklub

April 2026



Merete der vinder D75 til påskeløbet

Klubbens bestyrelse 2025



Formand
Hjemmeside
Mini-træner

Anders Knudsen
Heimdalsvej 30
4700 Næstved
42 70 01 79
E-mail: a.j.knudsen@mail.tele.dk



Næstformand

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



Kasserer

Lykke Berg Mathiesen
Kuhlaus Vej 41
4700 Næstved
25 56 61 80
E-mail: lykke@lykkebm.dk



Bestyrelsesmedlem

Helle Hansen
Abrikosvej 49
4700 Næstved
30 59 20 48
E-mail: h.abrikosevej@gmail.com



Bestyrelsesmedlem

Henrik Mathiesen
Kuhlaus Vej 41
4700 Næstved
20 64 78 19
E-mail: henrik@lykkebm.dk



Sekretær

Lise Ravnshøj Andersen
Lupinvej 13, 2. tv.
4700 Næstved
31 69 29 66
E-mail: ravand@godmail.dk



Træningsudvalg
Klubblad

Sebastian Hansen
Østerled 131
4684 Holmegaard
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

Så er der et nyt klubnyt på gaden, dog lettere forsinket, da redaktøren har haft travlt med at flytte. ☺ Husk endelig, at komme med indlæg til klubbladet. Mail dit indlæg til næste udgivelse senest 10/8 2025 på s.abrikosvej@live.dk, 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
1/2025	7/1 2025	14/1 2025
2/2025	7/3 2025	14/3 2025
3/2025	10/8 2025	14/8 2025
4/2025	1/10 2025	7/10 2025

Oprydning i Stenskov

Skovfoged John Hansen fra Herlufsholm skovdistrikt har spurgt os, om vi kan hjælpe med at rydde op i Stenskov.

Har du derfor mulighed for at hjælpe klubben

Søndag d. 19.04 kl. 9 -12.

Så meld dig til undertegnede.

Mødested: Brændeskuret ved Stenskovvej.

Opgaven går ud på at samle affald langs de store veje som gennemløber Stenskov. Der vil være behov for minimum 16 hjælpere, men jo flere jo bedre. Vi vil gå i hold af 2.

Undertegnede koordiner affaldssække m.m. Medbring selv morgenkaffen og arbejdshandsker.

Har du mulighed for at lægge trailer til? Vi får brug for 2 stk.

Jesper Børsting

Tlf. 55739085 Mail: jesperborsting@post.tele.dk

Oprydningskoordinator



Oprydningsholdet anno 2024.

Tirsdagstræningsløbene 2026

Vi arrangerer igen i år træningsløb hver tirsdag i forskellige af omegnens skove eller i Sorø. Om du er nybegynder, øvet og erfaren løber, ung eller gammel gør ingen forskel. Det er skoven, samværet og lysten til at løbe der bringer os sammen.

Til hvert tirsdagstræningsløb skaffer vi en banelægger til følgende baner:

2 - 3 km let

3,5-4,5 km mellemsvær

5,5-6,5 km svær

Banelæggeren står for banelægning, postudsætning, registrering af løbere og postindsamling, hvor vi appellerer til at de aktive løber igen i år tilbyder sig både som banelægger og hjælpere på selve løbsdagen.

Løbskalender – forår & efterår 2026

Bemærk, at ikke alle løbstilladelser er endelig på plads!!!

Dato	Terræn	Startsted	Bemærkninger
07.04	Kohaven	Tvedevængevej 6	
14.04	Herlufsholm	Slagelsevej 163	
21.04	Stenskov	Stenskovvej 66	
28.04	Herlufsholm	HG Stadion	Besøg af OKS
05.05	Musikbyen	Holdsted Alle 30	Sprint
12.05.	Næstved City	Ringstedgade 4	Sprint Besøg af OKS
19.05	Broby Vesterskov		OKS
25.05	Vesterlyng	Lyngvej 1	Pinseløb
Ons. 27.05	Nisseringen	Garmbakkevej 14	Sprint
02.06			OKS
09.06	Sjølundssletten/ Hovedmosen	P - Ved Åsen 2	Sct. Hans løb
	SOMMERFERIE		
18.08	Stenskov	Ringstedgade 528	
25.08	Herlufsholm	HG Stadion	
01.09	Kristiansholm Plantage	Gl. Strandvej 135	Besøg af OKS
08.09	Fruens Plantage	Englebjergvej 12	

15.09	Fruens Plantage	Ny Præstøvej 304	
22.09			OKS

Start mellem kl. 17.30 -18.00.

Pris: Gratis for klubbens medlemmer. Øvrige kr. 15,-.

Vi ses i skoven.

TRU v/Sebastian, Tine og Jesper



Teknikeventyr d. 13-14. juni i Olofström

Arrangeret af OK Sorø for alle VTR-klubber



TEKNIKTUREN til Olofström

Teknikturen er en lejlighed til at afprøve grænserne for, hvor svære baner du kan løbe.

Turen til Blekinge har kørt igennem en årrække, og i år bliver der også mulighed for en tur til Olofström. For teknikturen gælder:

Afgang fra Sjælland lørdag morgen ca. kl. 8, hjemkomst søndag eftermiddag senest kl. 16.

Afprøv grænserne for, hvor svære baner du kan løbe, med brug af teknikker fra lørdagene

Vælg mellem 3 / 5 / 7 km SUPER SVÆRE/SORTE normale orienteringsbaner (ikke teknikbaner)

Vi løber sammen i smågrupper på 2-3 løbere. Grupperne er matchet hjemmefra, og vi hjælper hinanden igennem banen og diskuterer teknikken undervejs (sololøb er også tilladt).

Ingen tidtagning, der er fokus på teknik - dog om muligt gps-sporing til o-track eller lignende.

Fælles overnatning og mad, som klubberne hjælpes ad med at arrangere.

OK Vilse ligger i Olofström og har Blekinges lækreste orienteringsterræn, og tidligere O-ringen-banelægger Thomas Henmyr ruller baner ud til os. Vi overnatter i Ødegården Boafall. Udgift per deltager ca. 800 kr. inklusive alt: biltur, fælles forplejning, overnatning, og naturligvis de 2-3 træninger. **Tilmelding og betaling før 15. maj** til jesperborsting@post.tele.dk

Sct. Hans Løbet

Årets Sct. Hans løb tirsdag d. 9. juni på Sjøllundsletten/Nissehøjen/Hovedmosen med start kl. 17.45 udgår igen i år fra Abrikosvej 49. Her løbes på kort som dækker den sydøstligste del af byen incl. Hovedmosen.

Parkering bedes ske Ved Åsen.

Efter løbet er der mulighed for at grille i Helle & Peters have.

Husk derfor medbringe bestik, service, drikkevarer og mad til grillen.

Forhåbentlig er vejret med os - IGEN, så vi kan få en hyggelig aften i det fri.

Dette er sidste tirsdags løb før sommerferien. Vi stater op igen tirsdag d. 18. august i Stenskov. Husk, at holde træningen ved lige hen over sommeren. Så bliver det meget sjovere og nemmere til efterårets o-sæson.

O-hilsen

Jesper, Tine & Sebastian. TRU

Igen i år bliver det en dejlig Sct. Hans aften:



VTR-afslutningsløbet d. 08.03 i Herlufsholm skovene

Herlufsholm arrangerede finalestævnet i VTR-serien, som har kørt hver søndag siden primo november. Efter en lang vinter med 9 gennemførte stævner rundt på hele Sjælland, blev det en flot afslutning i Herlufsholm skovene. I mange af klasserne var der hård og tæt kamp om podieplaceringerne, idet hele 61 løbere havde kvalificeret sig og valgt stille til start i afslutningsfinalen.

I årets vintertræningskonkurrence var der igen i år løbere fra Herlufsholm på præmieskamlen, idet følgende tog præmier i det samlede resultat:

Birgit nr. 1 på Sort Kort Dame under 60 år

Henriette nr. 2 på Sort Kort Dame under 60 år

Rita nr. 2 på Blå Mini Dame under 70 år

Claus M nr. 1 på Blå Mini Herre under 70 år

Helmuth nr. 3 på Blå Mini Herre over 70 år

Stig nr. 1 på Hvid Herre over 12 år

Alfred nr. 1 på Grøn Herre under 12 år



Tillykke til de 7 dygtige HG-er.

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!

