



Klub-Nyt

Herlufsholm Orienteringsklub
Juli – nr. 3/2018



Stemningsbillede fra grillhyggen efter Sct. Hans løbet

Klubbens bestyrelse valgt på generalforsamling 5/2 2018



Formand

Stig Andersen
Herluf Trolles Vej 57
4700 Næstved
31 77 67 98
E-mail: stig1806@icloud.com



Næstformand

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



Kasserer

Lone Jørgensen
Præstøvej 99, st.th.
4700 Næstved
22 67 90 63
E-mail: lone@realregnskab.dk



Sekretær

Sandra Mundus
Skovvej 32
4700 Næstved
61 31 02 58
E-mail: sds.mundus@gmail.com



Ungdomskontakt

Henrik Mathiesen
Kuhlaus Vej 49
4700 Næstved
20 64 78 19
E-mail: h-mathies@godmail.dk



Hjemmeside

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



Træningsudvalg
Løbstilmelder

Jesper Børsting
Fællesejevej 16
4700 Næstved
55 73 90 85
E-mail: jesperborsting@post.tele.dk

Klubhus adresse: Herlufsholm Alle 233, 4700 Næstved
Klubbens hjemmeside: <http://www.herlufsholm-orientering.dk>
Klubbens konto i Spks Sjælland: 6070-1216412

Redaktørens spalte

Klubblad nr. 3 er på gaden ☺ Har du noget på hjertet, så husk at maile til mig senest 4/10 2018 på Lykke@realregnskab.dk så kommer det med i næste klubblad. Jeg vil opfordre klubbens medlemmer til at sende materiale til bladet – er der o-sjov i ferien? – så tør ikke med at sende billeder, kort og også gerne fortællinger – korte som lange. ☺

Udgivelsesplan for Klub-Nyt:

Nummer	Deadline	Udkommer
4/2018	4/10 2018	7/10 2018
1/2019	6/1 2019	10/1 2019
2/2019	4/4 2019	7/4 2019

Indholdsfortegnelse:

s. 4-5	Aktivitetskalender	s. 17-18	Rigtige mænd dyrker sprint
s. 6	Næstformandens klumme	s. 19-20	DM Sprint
s. 7-8	Tirsdagstræningsløb	s. 21	SM Sprint
s. 9-10	VTR-nat 2/10 indbydelse	s. 21	Sjællands-Sprinten
s. 11-12	Nat-O	s. 22	Klubben afholder stævne
s. 13	Erimitageløb	s. 23	Klubbetøj
s. 14-15	Divisionsmatch 8/4	s. 23	Kontingent
s. 15-16	Kom med til påskeløb	s. 24	Støt klubbens sponsorer
s. 16	Oprydning i Stenskov		



Aktivitetsoversigt

Juli

August

	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1	Sommerferie		1		
2	Sommerferie		2		
3	Sommerferie		3		
4	Sommerferie		4		
5	Sommerferie		5		
6	Sommerferie		6		
7	WMOC	TM Eventor	7		
8	WMOC	TM Eventor	8		
9			9		
10	WMOC	TM Eventor	10		
11	WMOC	TM Eventor	11		
12			12		
13	WMOC	TM Eventor	13		
14	Sommerferie		14	Stenskoven-brændeskuret	TR
15	Sommerferie		15		
16	Sommerferie		16		
17	Sommerferie		17		
18	Sommerferie		18		
19	Sommerferie		19		
20	Sommerferie		20		
21	Sommerferie		21	Herlufsholm-Slagelsevej	TR
22	Sommerferie		22		
23	Sommerferie		23		
24	Sommerferie		24		
25	Sommerferie		25		
26	Sommerferie		26		
27	Sommerferie		27		
28	Sommerferie		28	Stenskoven-Gulerodsuset	TR – OK Sorø
29	Sommerferie		29		
30	Sommerferie		30		
31	Sommerferie		31		

TM = Tilmelding

KH = Klubhuset

TR = Træningsløb – start ml. kl 17.45-18.30

VTR = Vintertræningsløb start ml. kl 10-11

Fed skrift = arrangement af HG

FK = Fælleskørsel

UT = Ungdomstræning 17-19

Aktivitetsoversigt

September

Oktober

	Akt. – Art og Sted	Bemærk		Akt. – Art og Sted	Bemærk
1			1		
2			2	Herlufsholm-klubhuset	Natløb
3			3		
4	Herlufsholm-klubhuset	TR	4		
5			5		
6			6		
7			7	E-løb HG Stadion kl. 11.00	TM 1/10 Jesper
8			8		
9			9	Holbæk OK-sted kommer	natløb
10			10		
11	Fruens Plantage	TR – OK Sorø	11		
12			12		
13			13		
14			14		
15			15		
16	Vi afholder stævne	Boserup Skov	16		
17			17		
18	Bøgeskov-Sorø	TR + FK	18		
19			19		
20			20		
21			21		
22			22		
23	Divisionsmatch	TM 14/9	23	Grydebjerg Sorø	Natløb
24			24	Indendørstræning 17.30-19.00	Holsted Skole
25	Sorø Sønderkov-Sorø	TR + FK	25		
26			26		
27			27		
28			28		
29			29		
30			30		
			31	Indendørstræning 17.30-19.00	Holsted Skole

TM = Tilmelding

KH = Klubhuset

TR = Træningsløb - start ml. kl 17.45-18.30

VTR = Vintertræningsløb start ml. kl 10-11

Fed skrift = arrangement af HG

FK = Fælleskørsel

UT = Ungdomsstræning 17-19

Næstformandens klumme

... i mesterskabernes tegn.

Så er sommerferie for alvor over os, men frygt ej - der er masser af løbemuligheder.

Eksempelvis deltager vi 10 fra klubben i veteran-VM i skrivende stund.

Dagens lærdom: Løb stærkt og sikkert, så du havner som nr 7 i dit heat, og sikrer dig en plads i A-finalen. Det klarede Merete, og vi er mega stolte.

Næste lærdom: Kontrollér postnumre, så du ikke får fejlklip... lur en kvajepokal... Man ved det ikke...

For mit eget vedkommende var det debut ved WMOC, og en god debut.

Og nu tænker du måske " jeg vil da også ud at løbe o-løb!"

Meget nemt: Www.o-service.dk er din ven. Har du ikke kode dertil, kan du få en hos Lone, vores kasserer.

Og så kan du allerede nu smugtræne, så du kan give klubkammerater baghjul i efterårets træningsløb, deltage DM Mellem 25. August, i DM stafet og lang 8.-. 9. September.... og vigtigst: divisionsmatch 23. September, hvor vi har brug for alle, ung som ældre, formstærk som i kageform. Vi vil op i 3. Division, og har brug for din hjælp.

Sidst vil jeg blot nævne at de mørke vinteraftener heller ikke behøver at være kedelige: Ses vi i uge 43 og frem til indendørstræning onsdage kl 17.30- 19?

Vi ses ude i skoven

O- hilsner Henriette

Tirsdags trænings løb sensommer 2018

Foråret er afløst af sol og varme, og sommerferien nærmer sig. Efter ferien fortsætter træningsløb hver tirsdag i forskellige af omegnens skove eller i Sorø.

Konceptet er det velkendte, hvor du løber og banelæggeren står for banelægning, postudsætning, registrering af løbere og postindsamling. I foråret gik det rigtig godt med at gennemføre løbene med efterfølgende indsamling af posterne, hvorfor vi håber at de aktive løber fortsat tilbyder sig både som banelægger og hjælpere på selve løbedagen, herunder indsamling af poster efter løbet.

Løbskalender – sensommer 2018

Efter sommerferien starter tirsdagsløbene op igen, og til det første løb d. 14/8 mangler vi en banelægger - det samme er tilfældet for d. 28/8!

Nedenfor kan du se sensommerens løb i skoven:

Dato	Terræn	Startsted	Banelægger	Bemærkninger
14.08	Stenskov - Nord for Stenskovvej	Brændeskuret	?	
21.08	Hertufsholm	Slagelsevej	Rita Christensen og Morten Løjmand	
28.08	Stenskov - Nord for Stenskovvej	Gulerodshuset	?	OK Sorø
04.09	Hertufsholm	Klubhuset	Jan Bigler og Sebastian Hansen	
11.09	Fruens Plantage	Ny Præstøvej 304	Frede Schæve	OK Sorø
18.09	Bøgeskov	Sorø	-	OK Sorø. Fælleskørsel 17.
25.09	Sorø Sønderkov – Skolevej	Sorø	-	OK Sorø. Fælleskørsel 17.
02.10	Hertufsholm	Klubhuset	Jesper Børsting	Natløb - start kl. 19-19.30
07.04	Stenskov	Brændeskuret	-	Oprydning, kl. 9.00
07.10	Næstved	HG Stadion	-	E-løb, kl. 11.00
04.11			-	Klubmesterskab, kl. 11.00
15.12	Rådmandshaven	Klubhuset	Fam Hansen	Juleløb, kl. 13.00

Træningsudvalget arbejder hårdt på at finde banelæggere, så hold øje med opdateringer på hjemmesiden, Facebook eller i din mail. Skulle det mod forventning ikke lykkes, kan aflysninger være sidste udvej.

Har du lyst og mulighed for at tilbyde dig som banelægger eller hjælper til udlægning og indsamling af poster med videre, kan du kontakte undertegnede.

God sommer - vi ses i skoven.
Morten Løjmand



**Skolernes find vej i hvor vi havde 230 børn i skoven.
Tak til alle hjælperne ☺**

Indbydelse/Instruktion til VTR-nat d. 02.10.2018 i Rådmandshaven

Mødested/Parkering/SP: Klubhuset på Herlufsholm stadion.

Afstand til start: P – start 300 m. Personlig fremvisning.
Fælles afgang kl. 19.05 PRÆSIS.

Kort: Rådmandshaven, rev. 2017. Ækv. 2,5 m. 1:7500.

Terræn: Åben blandingsskov med god gennemløblighed
og mange veje/stier og detaljer i øvrigt.

Baner:

Bane	Længde	Poster
Sort, Lang	6,7	23
Sort, Mellem	5,1	18
Hvid	3,4	11

Gaflinger: Alle baner er gaflede.
Stjerneposten skal klippes ved alle passager.

Kontrolkort: Sport-Ident.

Postbeskrivelse: IOF. Er påsat løbskortet.

Tidsprogram: Kl. 18.45 løbsregistrering/betaling.
- 19.05 fælles afgang til start.
- 19.15 fællesstart.

Væske: Forefindes kun ved mål.

Postmarkering: Der benyttet SI-spyd. Eksempel er opsat ved start.

Målprocedure: Efter klip af målpost fortsættes til klubhuset, hvor tid
aflæses. Løbskortet kan beholdes.

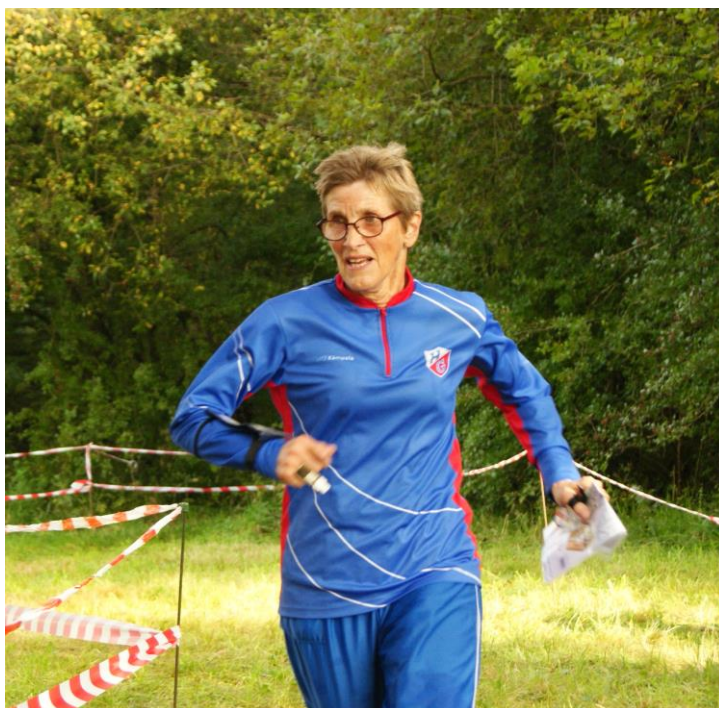
Omkł/bad/toilet Adgang til omklædningsrum A-B-C-D
i tidsrum kl. 18.30-21.00.

Resultater: Live opdateres og offentliggøres efterfølgende
på holbaekorienteringsklub.dk.

Startafgift: Over 16 år kr. 30,-
Under 16 år kr. 15,-
Leje SI-pind kr. 10,-

Tilmelding: På dagen i klublokalet.

Banelægger, stævneleder Jesper Børsting, Fællesejevej 16,
& overdommer: 4700 Næstved Tlf. 55739085
E-mail: jesperborsting@post.tele.dk



Merete deltog i WMOC sprint og blev som den
eneste fra klubben kvalificeret til A-finalen.
(Billedet er fra et andet løb)

Nat-Orienteringsløb på Syd & Vestsjælland

-> 3 tirsdage i efteråret 2018



Dato	2. oktober	9. oktober	23. oktober
Skov	Herlufsholm skovene	?	Grydebjerg
Klub	Herlufsholm OK	Holbæk OK	OK Sorø
Startsted	Herlufsholm stadion	?	?
Kontaktperson	Jesper Børsting 55739085	Jan Thisen 29690642	Jesper M Jespersen 30252170

Baner (ej kønsopdelt)

Svær, Sort. 6-7 km

Svær, Sort. 4-5 km

Let, Hvid. ca. 3km (skygning tilladt)

Starttid

Tirsdage kl. 19.00-19.30. Fællesstart kl. 19.15. Poster indsamles fra kl. 21.00.

Starttiden er fastsat af hensyn til hjemtransport på en hverdagsaften for løbere og arrangører.

Startgebyr

30 kr. - dog kun 15 kr. til og med H/D -16, inklusive hele det kalenderår, hvor man fylder 16 år.

Resultater og tidtagning

Resultater sendes til Anton Lauritzen, HOK (anton@teamlauritzen.dk) og offentliggøres på holbaekorienteringsklub.dk.

Tidtagning med sportident, evt blot strimmelprinter.

Der er indskrivning fra kl. 19.00, og mulighed for samlet fællesstart kl. 19.15 for alle tre baner. De sorte baner er gaflede eller har valgfrie poster, så løberne spredes.



Klubaften hvor Søren Bobach kom forbi og fortalte om sin karriere

Næstved Erimitageløb

Er du til lange løbeture, skal du læse videre her. For du inviteres herved til at deltage i ”det alternative (E) løb”,

søndag d. 07.10 med start kl. 11.00

Løbet er på 13,3 km ligesom den Københavnske udgave. Der er desuden mulighed for at løbe halv distance svarende til 6,5 km.

Ruten er afmærket, og der vil være væske udsat halvvejs.

Deltagerantallet ligger normalt på ca. 40 løbere, som med forskellige forudsætninger præsterer kilometertid på 4,00 til 7,00. Dermed skulle der være en og følges med uanset niveau.

Efter løbet er der fælles spisning i klubhusene ved HG, hvor luksus platte indtages. Vand, øl og vin medbringes selv.

Vandrepræmie til hurtigste mand og kvinde foruden masser af lodtrækningspræmier.

Diplom til alle gennemførende.

Pris for deltagelse incl. luksus platte, præmier mm kr. 150,-, som afregnes kontant på dagen.

Tilmelding: Senest d. 01.10 til Jesper Tlf. 55739085

E-mail jesperboersting@post.tele.dk

Løbet arrangeres af den lokale løbeklub under HG-floorball.

Her ses en del af klubbens deltagere fra et tidligere E-løb i hyggeligt selskab.



Resultatet ved divisionsmatchen d. 8 april i Teglstrup Hegn

Det blev til 3 sejre i 1. runde af årets divisions turnering. Dermed har vi sikret os et rigtig godt udgangspunkt til efterårets match, idet blot 2 point vil sikre os ret til oprykningsmatchen til 3. division. Det er derfor vigtigt, at vi til næste match igen stiller med et fornuftigt hold, og med så stærke løbere som muligt.

2.runde matchen løbes søndag d. 23.09 i Sorø Sønderskov. Her bliver vores modstandere på ny PI, Amager OK og Køge OK.

Finalerunden løbes søndag d. 04.11 i pt ukendt skov.

Stillingen efter 1. match:

HG	6 matchpoint
PI	3 matchpoint
Amager OK	3 matchpoint
Køge OK	0 matchpoint

Klubresultater:

HG –Amager OK	65-53
HG – PI	59-56
HG – Køge OK	66-50

Klubben havde tilmeldt 40 løbere, hvoraf 39 stillede til start. Rigtig mange af vores løbere gjorde det rigtig godt, som det kan ses nedenfor.

Følgende placerede sig i top 3 på de forskellige baner:

Bane H1	H17-39	Ole	Nr. 2
Bane H2	H40-54	Arne	Nr. 2
Bane H3	H50-59	Jesper	Nr. 1
Bane H7	HB	Lars	Nr. 1
Bane H8	HC, H14B	Emil	Nr. 2
Bane D2	D40-49	Helle	Nr. 2
Bane D3	D50-59	Birgit	Nr. 1
Bane D3	D50-59	Lykke	Nr. 2
BaneD4	D60-69	Merete	Nr. 2
Bane D4	D60-69	Lene	Nr. 3
BaneD7	DB	Mia	Nr. 3
Bane D8	DC, D12	Emma	Nr. 1
Bane 9	Begynder	Stig	Nr. 2

Sebastian vandt igen Henriette Sprinten på blot 19 sek.

Tak til kagebagerne, som gjorde det muligt at hygge efter løbet før det traditionelle holdfoto m.m.



Ovenfor ses en del af holdet til matchen d. 08.04.2018.

Kom med til næste års Påskeløb sammen med klubben!

Klubben er ved at arrangere en fællestur til Påskeløbet 2019.

Vi synes, at det kunne være hyggeligt at arrangere en fællestur, så vi får endnu mere sjov og hygge ved at være sammen med vores klubkammerater.

Alle sovesteder bliver hurtigt booket, det er derfor vigtigt at du/I melder tilbage senest d 12 september, så vi kan booke sovesteder i nærheden af hinanden. Vi påtænker at booke fra skærtorsdag til påske søndag.

Om du skal af sted alene eller I skal af sted hele familien er ligegyldigt. Jo flere der kommer med desto hyggeligere bliver det. Vi tænker at vi booke sommerhuse, enten en familie i eget sommerhus eller nogle stykker, der går sammen og bor i et sommerhus.

Meld tilbage til Lone (tlf 22 67 90 63) eller Sandra (tlf 61310258) i klubben, hvis I kunne tænke jer at være med til en masse hygge mellem løbene.

Husk at sige, om I ønsker eget sommerhus eller I gerne vil gå sammen med flere for at booke et sommerhus. Så får vi et overblik og undersøger mulighederne.

Hilsen Lone og Sandra

Oprydning i Stenskov

Tak til alle, som hjalp til med oprydning af affald i Stenskov lørdag d. 7. april.

Vi fik fyldt 2 trailerlæs, og havde 3 travle timer i skoven med bukken og slæbben.

Nedenfor ses de fleste af hjælperne på dagen.

En særlig tak til Sandra og Simon, som efter oprydningen havde inviteret os alle til snobrød og pølser i deres dejlige have. Dette var en stor succes og en perfekt afslutning på en god dag i det gode forårsvejr.



Jesper Børsting
Oprydningskoordinator

Rigtige mænd dyrker sprint

Her kan du læse om de gamle drenges tur til Fynsk Sprint Cup.

Deltagelse i Fynsk sprint har udviklet sig til en fast tradition, idet det i år var 4. gang, at de gamle drenge drog ud på oplevelser med sprint på Fyn.

I år løb man først 2 afdelinger i Middelfart søndag d. 20. maj, og dagen efter 2 afdelinger i Faaborg.

Fynsk sprint lå i år som en god fortræning til DM sprint der afholdtes ugen efter.

Prologen om formiddagen i Middelfart foregik i bycentrum med kringlede vejvalg ind og ud af diverse gårdspladser og med en labyrintisk afslutning i et 5 etage P-hus, hvor de sidste 7 poster lå spredt på de forskellige etager. Især afslutningen i P-huset gav mange udfordringer for løberne. Pludselig blev der mørkt, da man løb ind i bygningen, og hvilken etage var man egentlig på? Og hvilken etage lå den næste post på?

Finalen om eftermiddagen foregik i Teglgårdsparken i Middelfart. Her kunne der løbes meget stærkt hen over de mange store græsarealer. For at krydre sprinten var der hele 3 stjerneposter, som skulle opsøges flere gange. Så det var med at holde styr på, hvor langt man var kommet, og hvilket postnummer der herefter skulle opsøges.

Resultatmæssigt klarede vi os fornuftigt, idet de 4 drenge i H55 blev hhv:

Arne nr. 5 samlet

Morten, OKR nr. 7 samlet

Jesper nr. 8 samlet

Claus nr. 16 samlet. Ud af de 19 startende.

Torben løb i H60, og lå i den tunge ende i det hurtigløbende terræn.

John, OKR missede desværre en post og udgik på prologen. Dermed blev der ikke noget samlet resultat til ham.

De 2 etaper i Faaborg var teknisk mere krævende, især afslutningen i byens centrum gav store udfordringer. Her galdt det om, at se hvor man kunne komme ind til posterne, så man ikke stod på den forkerte side af et plankeværk eller en mur, måske blot 40 cm fra posten, men uden mulighed

for at nå ind til enheden. Tidstabet ved, at løbe forkert ind i nabogården, kunne koste op til 2 min. Og det er en evighed i sprint.

Resultatmæssigt løb alle 4 H55 drenge sig op i den samlede stilling, idet Arne endte som nr. 4 blot 2 min efter den samlede vinder

Jesper endte som nr. 6 yderligere 4 min efter

Morten endte som nr. 7 yderligere 2 min efter

Claus endte som samlet nr. 14.

Torben rykkede ligeledes frem i stillingen i det tekniske terræn

John, OKR havde 2 flotte løb, som desværre ikke kunne give et samlet resultat pga manglende post om formiddagen.

Praktisk drog vi afsted fra Næstved søndag kl. 8. 1. start gik kl. 11 i Middelfart. Vi var retur i Næstved mandag kl. 17 efter 4 vellykkede sprintløb.

Vi overnattede på Faaborg vandrehjem, hvor vi havde bestilt forplejning til søndag aften og mandag morgen. Et dejligt sted med god atmosfære og et hyggeligt værtspar.

Næste år er vi helt sikkert med igen, når der afholdes sprint på Fyn, og har du lyst at drage med os ud på oplevelser, skal du være meget velkommen. Det kunne også være sjovt med noget kvindeligt selskab!



Sprint-hilsen ”De gamle drenge”

DM i sprint - individuelt og stafet

Til årets DM i sprint lørdag d. 26. maj i Hillerød deltog 2 fra Herlufsholm.

Arrangementet afholdtes i smukke opgivelser fra Fredensborg Slot, og banerne var lagt i hjertet af Hillerød. Her havde banelæggeren lavet nogle udfordrende vejvalg, hvor det især inde i gågaden galdt om at få læst detaljerne rigtigt.

Super arrangement med 400 deltagere og godt sommervejr.

De 2 gamle drenge klarede sig flot og blev hhv:

H50 Anders nr. 13 blot 4.13 efter vinderen

H55 Jesper nr. 9 blot 3.19 efter vinderen.



Dagen efter afholdes for første gang DM Sprint-stafet. Her deltog klubben med et 4 mands hold i klassen H/D45-.

Igen løb vi i hjertet af Hillerød, og nok en gang havde banelæggeren formået at krølle nogle super baner rundt i bykernen. Faktisk var banerne endnu mere udfordrende end om lørdagen, idet vi både skulle løbe indendørs i indkøbscenter og i et 2 etage P-hus, hvor det galdt om at få læst, hvilke trapper der kunne benyttes op og ned. Rigtigt spændene og sjovt løb.

Resultatet blev en samlet 12. plads blandt de 19 startende hold i klassen. Stort tillykke til Birgit, Jesper, Jan og Susanne for det fine resultat i det skrappe selskab.

Det var tydeligt, at det var landets skrappeste sprintløbere, som var samlet. Der var ingen kære mor, hvis man satte tid til, for de bedste løber stærkt og næsten uden fejl.

Det var en oplevelse, at møde de skrappeste i Danmark ud i disciplinen sprint.



Vi håber der kommer noget intern konkurrence fra øvrige Herlufsholm hold næste år.

Sprint-hilsen

”De gamle drenge” m. fl.



SM-Sprint

I år blev der for første gang afviklet SM på sprintdistancen. Løbet afholdtes af Køge søndag d. 3. juni om formiddagen i Hastrup.

Her deltog 10 Herlufsholmere, hvoraf Lise fik den bedste placering som nr. 3 i D35. Men faktisk fik vi 6 løbere i top 10 i de respektive klasser, idet Birgit blev nr. 7 i D45
Lykke blev nr. 9 i D45
Claus blev nr. 8 i H45
Arne og Jesper løb i samme tid som nr. 4 i H55

Desuden deltog yderligere en håndfuld HG-er på åbne baner både formiddag og eftermiddag.

Arrangementet var velafviklet med meget reelle baner. Nogen vil synes banerne var for nemme, men til gengæld blev der løbet stærkt.

Sjællandssprinten

Om eftermiddagen kunne der så deltages i 3. afdeling af Sjællandssprinten, hvor vi selv havde stået for de første 2 afdelinger om lørdagen i Næstved.

Det betød, at kun få HG-er kunne opnå et samlet resultat med 3 afdelinger. Dog havde vi 2 løbere i top 3. Lise blev nr. 2 i D35 og Merete nr. 1 i D65. Stort tillykke til de 2 piger.

Der blev løbet på en anden del af kortet over Hastrup, så der ingen sammenfald var fra formiddagens løb. Dog mindede terræntypen om formiddagens, idet dette udgjordes af nyere villakvarter og noget etagebyggeri. Endvidere en del grønne områder med søer og vekslende bevoksning. I hele bydelen et meget detaljeret gang- og cykelsystem.

Fra Herlufsholm deltog de samme 10 løbere, og på ny var det familien Andersen der blev de bedst placerede HG-er, idet Merete blev nr. 2 i D65 og Lise tog nok en 3. plads i D35. Vi fik hele 5 løbere i top 5 i deres løbsklasser.

Sprint-hilsen

”De gamle drenge” m. fl.

Klubben afholder stort stævne

Kære alle ☺

Søndag 16/9 afholder klubben stævne i Boserup Skov ved Roskilde.

Stævnet er en divisionsmatch for 1. og 2. division.

Vi håber på omkring 700 løbere i skoven ca.

Vi er nogle stykker som sætter stævneplads op om lørdagen og har du lyst – er der mulighed for overnatning lørdag til søndag i hytten vi har lejet. Men det er også helt fint at komme om søndagen. Der er brug for hjælp søndag mellem kl. 8-16 ca.

Har du lyst til at hjælpe til ved stævnet og/eller har du spørgsmål så henvend dig til Lykke på lykke@realregnskab.dk.



Stævnepladsen inspiceres

Klubtøj

Der er en del tøj på lager (mest langærmede løbetrøjer) - og resten bestilles løbende. Henvendelse til Henriette på mail runningiscool4u2@gmail.com).

Priser pr 1/1-2017:

Langærmet løbetrøje: 405,-kr

Kortærmet løbetrøje: 382,-kr

Overtræksjakke: 550,-kr

Vi afventer svar på tights og overtræksbukser.

Der kan være afvigelser i pris på børne- og ekstrastore størrelser.

=====

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.

Har du spørgsmål af nogen art vedr. kontingent så kontakt klubbens kasserer Lone på Lone@realregnskab.dk.



Hygge ved klubbetur til Hallands 3-dages

-Støt klubbens sponsorer!

Revisions-Centret.dk

"Fordi det er din virksomhed det handler om"



**SPAREKASSEN
SJÆLLAND**

Sønderup 
revisorer I/S

www.sonderuprevisorer.dk