



december2015

Dette nyhedsbrev udgives for at give omgivelserne et indtryk af, hvad der rører sig i eliteafdelingen i FIF Hillerød Orientering. Kun sjældent har høsten af topresultater den skrevne presses interesse.

FIF Hillerød Orientering har, som sportsligt mål, til stadighed at have kvalificerede kandidater til et af verdens bedste orienteringslandshold. For at nå dette skal klubben have en ungdomsafdeling, der høster medaljer ved danske mesterskaber, bredt fordelt i alle aldersklasser.

Redaktion: Bo Simonsen
bosimfif@gmail.com

leder	1
Portræt af løber	2
DM Stafet	3
Portræt af sponsorer	4
Nyt om sponsorer	5
DM Mellem	6
DM Lang	7
DM Ultra Lang	8
Hillerødprisen	9
DM Live	10
For VM	11
Rasmus Djurhuus	13
World Cup	14
DM Hold Guld	15

Orienteringssporten har aldrig stået stærkere, og samtidig er elitesporten mere sårbar end før - det gælder nationalt og i Hillerød

Fantastisk sæsonfinale gjorde endnu et år FIF til dén orienteringsklub med flest vundne medaljer, og alligevel kan man ikke finde ny cheftræner!

Siden sensommeren har specielt klubbens unge elite høstet masser af metal ved de danske mesterskaber, og samlet set fik klubben flere medaljer end de konkurrerende danske klubber. Klubben var på sidste dag af oktober vært for de danske mesterskaber på Ultra Lang distancen, hvor stævneteamet både leverede sportslige udfordringer i særklasse, flotte rammer og ikke mindst en teknologisk præsentation af orientering på diverse sociale medier og webfladen, som løftede orientering ud fra skoven og tættere på tilskuerne. Samtidig har klubben, der hverken er størst på antal medlemmer eller størst på opland, formået at have et utrolig stort engagement hos medlemmerne. Dette var blandt andet med til at krone FIF Hillerød Orientering som dansk mester ved divisionsturneringen, hvor der kæmpes mod de bedste klubber fra hele landet. Orienteringsforbundets eliteløbere har høstet VM-metal

som aldrig før, og superstjernen Maja Alm er meget for-tjent indstillet til årets sportsnavn sammen med to stjerner fra de store sportsgrene. Det ser jo godt ud det hele, men alligevel kæmper det lille orienteringsforbund interne kampe på tværs af landet, hvor der lader til at være evige diskussioner omkring elitecenter-tanken, hvor alle seniorløbere samles i Århus, inkl. de unge stjerner fra Hillerød.

I FIF Hillerød Orientering kæmper vi også med at sikre fremtiden. Selv når det ser helt fantastisk ud, kan det - trods utrolig dygtige og flit-

den side kan det være svært at glædes over, at vi har fået besat sportschefstillingen, når ansøgerfeltet til klubbens cheftrænerpost næsten ikke er til stede. Ny kontrakt er ikke indgået bare 1 måned, førend vi står uden cheftræner.

Orienteringssporten i Hillerød er fuldt ud accepteret som en af få elitesportsgrene på højt plan i Hillerød og får på den måde en masse opmærksomhed og støtte fra en sportsglad kommune. Der skal dog fejdes for økonomisk at blive anerkendt som håndbold og fodbold, der uden de store sværdslag får

stillet baner til rådighed. Meget kan være op ad bakke, men så er det ikke så skidt endda. Cecilie Klysner er lige blevet valgt til Hillerødprisen; ny linie er fundet for talentarbejde i forbundet; klub-

bens hovedsponsor Adserballe og Knudsen har forlænget aftalen, og selv når sneen ligger som en dyne over skoven, og skoven vælter i storm, er der masser af aktivitet. Det skal nok gå - og mon ikke der ligger masser af succes derude. *bosim*



tige ledere, mange talenter, medlemsfremgang og rigtig god dialog med kommunen - fra styhuset være vanskeligt at se, hvorledes vi kommer igennem farvandet af udfordringer. På den ene side har vi den store fornøjelse af at have indgået aftale med Frederiksborg Gymnasium, orienteringsforbundet og Hillerød Kommune om et nyt regionalt juniorelitecenter for orientering med ansatte trænere fra orienteringsforbundet. På den an-



Guld næsten over hele linien var facit efter en fantastisk lørdag ved de danske mesterskaber i stafet. Herre-eliteholdet blev hårdt ramt af, at Søren Schwartz i ugen op til DM måtte melde afbud med en skade, men holdet sikrede alligevel bronze til Hillerød.

Målsætningen for FIF's stafethold var klar - guld. Med landets bedste ungdomsafdeling og topløbere i både herre- og dame-elite er meget muligt, men når et hold bestående af 3 løbere tilsammen skal finde 50-60 poster i skoven, er der mange steder det kan gå galt. På denne dejlige lørdag i Hjøllund Plantage var det sejren i kvindernes eliteklasse til Signe Klinting, Nicoline Klysner og Cecilie Klysner, der var prikken over i'et.

2 guld og 2 sølv til ungdom

Med otte hold til start i ungdomsrækkerne havde FIF Hillerød gode kort på hånden til at blive bedste klub. I den yngste klasse løb alle stabilt, og det blev til sølv efter et løb, hvor holdet efter mere end 1 times løb blev slået med 1 sekund på målstregen - dagens tætteste opgør. I klasserne for piger og drenge indtil 16 år har FIF gennem året vist bredde og top. Det var derfor ikke rigtig overraskende, at klubbens 2 førstehold fra start til slut på stafetten havde styr på tingene og kunne løbe sikre sejre i mål. Dagens FIF-overraskelse kom i kvindernes juniorrække. Uden at have besludede topelitløbere og endda mangle Camilla Larsen, løb alle 3 på holdet et sikkert løb, der til stor jubel til sidst rakte til en sølvmedalje.

Kvindernes stafet

I kvindernes stafet var FIF med 3 unge stjerner på holdet en af favoritterne til at sejre, og da Pan Århus fik afbud fra sta-

At vinde stafetmesterskab for kvinder samtidig med, at dansk kvindeorientering dominerer verdenseliten, er fantastisk!



Fif's unge hold med DIF medaljer: Signe Klinting, Nicoline Klysner og Cecilie Klysner

fetverdensmeter Ida Bobach, blev FIF-holdet i særdeleshed det bedste bud på en sejr. Nicoline Klysner lagde på første tur ud med at have distanceret de øvrige hold med 2 minutter, og da Signe Klinting øgede forspringet hele vejen rundt, kunne hun sende Cecilie Klysner ud med et

Afbudsramt herrehold

Igen i år måtte klubbens herrehold igen en stribe afbud. I 2014 vandt holdet overraskende guld, og specielt overraskende da holdet også var afbudsramt dengang. I år havde Emil Folino tidligt måtte melde fra på grund af skade, og det samme gjaldt Anders Konring Olesen. 2 afbud gik fint at erstatte, men da Søren Schwartz måtte melde afbud og tage en nødvendig blokade i tåen, var holdet ved at være tyndt. MTBO-specialisten Rasmus Folino kunne træde ind, men heldigvis var evigt unge Rune Monrad også parat til at rykke ned til de unge eliteherre, og med ham sikrede holdet sig og



Nederst: Malthe Poulsen, Annika Simonsen, Freja Halberg, Sigrid Staugaard, Siri Simonsen. Bagerst: Marie Hartmeyer, Signe Klinting, Cecilie Klysner, Rune Monrad, Nikoline Splittorff, Jeppe Ruud, Nicoline Klysner, Sigge Lundedal, Malte Hemmingsen og Frederik Splittorff

komfortabelt forspring. Cecilie valgte klogt at løbe et meget sikkert løb uden risiko og trods at landsholdskollegaen Maja Alm hentede 2 minutter ind og sikrede HTF Haderslev sølv, var der aldrig tvivl om sejren. Tilbage i 90'erne og i 00'erne sad fif på stafettronen, og en meget ung Signe Klinting har da også vundet guld 2 gange tidligere, og nu ser det ud til, at de dygtige piger er parat til en ny æra med succes. Nedefra banker en flok af nuværende juniorer på døren, og de vil i løbet af få år give de danske mestre kamp til stregen om at komme på klubbens 1. hold.

Herre Elite:	H16
1 Pan Århus	1 FIF Hillerød
2 Øst, Birkerød	2 Pan Århus
3 FIF Hillerød	3 Allerød
Dame Elite	D16
1 FIF Hillerød	1 FIF Hillerød
2 HTF Haderslev	2 Silkeborg
3 Øst, Birkerød	3 Kolding
Dame Junior	HD 12
1 Tisvilde	1 Horsens
2 FIF Hillerød	2 FIF Hillerød
	3 Allerød

metal i år - ikke guld, men på en dag hvor 3 af klubbens bedste løbere var ude med skader, var bronze en god gevinst.

bosim



Sigge Lundedahl i sputtopgør med Magnus Maag fra Søllerød der sikrede sit hold gul i juniorrækken



At være sponsor for orientering er et utraditionelt valg. Det er lettere at vælge 15 boldspillere i en sport, som alle kender. Orientererne gør det anderledes, og her skal værdien ligge. Til træning i by og skov fylder 70 løbere med samme dragt og logo i lokalmiljøet, og til konkurrencer i orientering med 300-1000 deltagere er alle både tilskuere og atleter over en hel dag. Orientereren er vandt til selv at skulle skabe sine muligheder og med det kommer en sund bevidsthed om, at der følger en modydelse med enhver ydelse, inkl. sponsors bidrag. Vi tror på, vi giver fuld valuta for pengene!



noname

**DRACHMANN
ADVOKATER**

HØIBERG
European patent & trademark attorneys

Portræt af ny teamsponsor



DRACHMANN ADVOKATER er det ældste nuværende advokatfirma i Helsingør og har siden sin start til dato drevet en efter tiderne moderne advokatvirksomhed, der dækker alle branchens hovedområder med tilknyttede specialer.

Samfundsansvar er en af DRACHMANN ADVOKATER'S kerneværdier, og i vores daglige arbejde følger vi de generelle principper opstillet af United Nations Global Compact

DRACHMANN ADVOKATER har haft domicil på Nordhavnsvej siden 1998, hvor firmaet istandsatte lokalerne til de nuværende kontorer.

Vi er bevidste om, at Helsingør i forholdet til København udgør en del af provinsen, og derfor er DRACHMANN ADVOKATER'S arbejdsråder baseret på at kunne betjene, små og mellemstore virksomheder som privatkunder.

Med henblik herpå har DRACH-



MANN ADVOKATER valgt at drive et fullservice advokatfirma, og hvor vi har sikret os en viden, der er optimal til betjening af disse klienter. Vi har fastholdt de traditionelle arbejdsopgaver som:

Retssager
Erhvervsret,
Offentligret – i særdeleshed kommunalret
Fast ejendoms
Insolvensret,
Privatret,
Lejeret,

DRACHMANN ADVOKATER tilbyder rådgivning på et højt fagligt niveau og prioriterer klientens specielle behov i forbindelse med den enkeltes sag.

I alt er vi 26 medarbejdere, heraf 7 jurister, der lægger stor vægt på samarbejdet med vores klienter, som er vant til professionel og loyal sagsbehandling.

DRACHMANN EJENDOMSADMINISTRATION A/S varetager administrationen af alle typer ejendomme, herunder ejerforeninger, bolig- og erhvervslejemål samt andelsboliger.

Sponsorer 2015

Hovedsponsor:
Adserballe & Knudsen A/S
Byggeentreprenør med hovedsæde i Farum.

Tøjsponsor:
noname, skandina- **noname**
visk sportstøj-producent med vægt på langrend, orientering og atletik.

Skosponsor: Løberen, løbeudstyrs-kæde med forretninger over hele landet.

Facilitetssponsor:
Hillerød Fysioterapi og Træningscenter,
Træningscentre i Nordsjælland og Nordsjællands største fysioterapicenter.

Teamsponsor:
Spar Nord Bank Hillerød, bankforbindelse for FIF Hillerød Orientering

Teamsponsor:
Drachmann Advokater, advokatkontor med hovedsæde i Helsingør og filial i Allerød.

Teamsponsor: Testhuset.dk, IT rådgiverere med domicil i Ballerup.

Teamsponsor: FA Stillads, certificeret stilladsvirksomhed med domicil i Lyngge.

Teamsponsor: Nordsjællands Materieludlejning, domicil i Hillerød.

Teamsponsor: Høiberg, patent – og varemærkebureau med domicil i København og Århus

Adserballe & Knudsen A/S forlænger sponsorat med ny periode

FIF Hillerød Orienterings hovedsponsor Adserballe og Knudsen har glædeligt valgt at forlænge sponsoratet. Efter 3 års samarbejde var det tid for at vurdere værdien ved et fortsat samarbejde, og meget glædeligt er det blevet en ny periode. For orienteringsklubben er det 'guld' værd at have en hovedsponsor af denne kaliber, hvilket væksten i medaljer i klubben viser.

Forlængelsen af sponsoratet bærer nu samarbejdet ind i en ny fase, hvor vi i klubben skal nå ud i ny hjørner for fortsat at give værdi for vores sponsor. De lette gevinster, som følger med et nyt samarbejde, er hevet i land, men med fortsat vækst og øget samarbejde på nye fronter skal give 'value for money'.

Aftalen sikrer, at vi også i 2016 og 2017 har en basis for at kunne give trænings-

og konkurrencetøj til vores mange sat-sende unge mennesker.



Nyt om vores sponsorer

Ebbe, Steffen og Claus - trio en bage forretningen Løberen - springer i starten af det ny år ud med en kæmpe sko- og løbetøjsbutik i hjertet af København. Med fantastiske nye lokaler, masser af plads og den rette beliggenhed vil den ny forretning på Nørre Farimagsgade blive et mekka for løbeentusiaster. På billedet ses Claus på vej i mål som dansk mester i stafetorientering i klassen H45. Partner Ebbe vandt med Pan Århus i klassen H40, så her et af beviserne på, at egenerfaring med løbesko er en vigtig faktor både i orientering og når der skal sælges de rette sko.



Allan Tange, CEO i TestHuset udtaler:

"Vi er selvfølgelig rigtig glade for at vi er blevet kåret til den 6. bedste it-arbejdsplads i Danmark. Det er første år vi er med i undersøgelsen, men ved at være med, har vi fået et øget fokus på at gøre TestHuset til en endnu bedre arbejdsplads fremadrettet. Jeg er derfor sikker på at man kan finde TestHuset på denne liste i fremtiden."



Test- **TestHuset.dk** Huset er 6. bedste IT arbejdsplads i Danmark

Årets 2. mesterskab til Søren kom i hus på favorittdistancen for de stærke skovteknikere - mellemdistance.

Ikke mange dage var gået, siden at landsholdet var kommet hjem fra VM, hvor Søren havde måtte nøjes med at løbe på det danske stafethold. Et maveonde hos en stafetkammerat satte holdet bagud til VM, og det var derfor en meget tændt Søren Schwartz, der ankom til Vejle Fjord. Et tæt på perfekt løb kom i hus, men desværre også en gryende skade.

Kvinderne fra FIF i klassen Dame elite havde alle fået benene galt ud af sengen og lavede fejl, så i stedet for pallepladser blev det til 4., 5., og 6.pladsen.

I de unge juniorklasser høstede FIF igen meget metal.

Herre Elite

- 1 Søren Schwartz, FIF
- 2 Rasmus Djurhuus, Pan Århus
- 3 Thor Nørskov, Øst Birkerød

Dame Elite

- 1 Ane Linde, Pan Århus
- 2 Masha Semak, Farum
- 3 Stine Hagner, Silkeborg
- 4 Signe Klinting, FIF
- 5 Nicoline Klysner, FIF
- 6 Cecilie Klysner

H16

- 1 Mads Skaug, Pan Århus
- 2 Malthe Poulsen, FIF

D16

- 1 Agnes Kracht, Tisvilde
- 2 Annika Simonsen, FIF
- 3 Nikoline Splittorff, FIF

D14

- 1 Hedvig Gydesen, Melfar, Middelfart
- 2 Freya Halberg, FIF
- 3 Alberte Kaae-Nielsen, Søllerød

D12

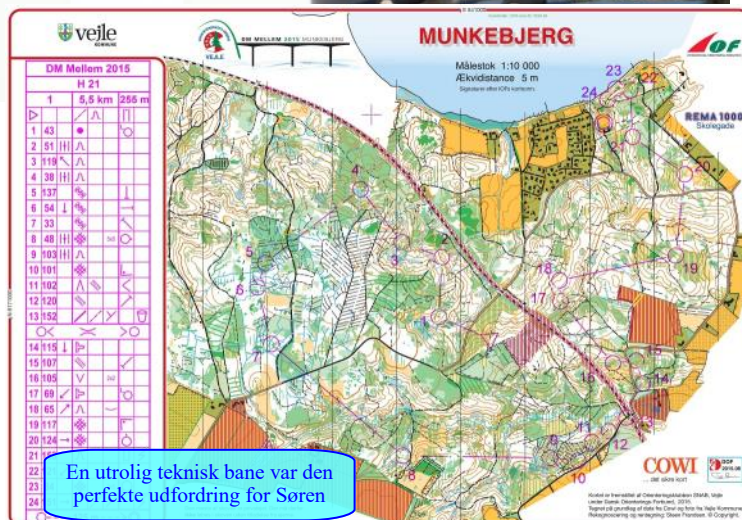
- 1 Eva Øjergensen, Snab Vejle
- 2 Siri Simonsen, FIF
- 3 Sigrid Staugaard, FIF

DM Mellemdistance . På kanten af Vejle Fjord vandt Søren Schwartz DM Guld i eliteklassen



Langdistance-specialisten Rasmus førte langt ind i løbet, men så kom de små fejl, og Søren overtog derefter føringen. VM-guldmedaljetageren Tue startede løbet med flere små fejl og kom aldrig frem til

D16 med Annika, Agnes og Nikoline



En utrolig teknisk bane var den perfekte udfordring for Søren

DM Lang i silende regn blev trods god medaljehøst og sølv til Signe Klinting en dukkert for FIF

DM Stafet og DM Lang plejer at være FIF's 'hjemmebane', uanset hvor det afvikles i landet. Mange atleter træner rigtigt og rigeligt, så opskriften til succes på lang distance er givet, men i en meget regnvåd Ålum ved Randers, var der færre FIF'ere, der lykkedes. Succes blev det til Signe Klinting med en sølvmedalje i kvindernes eliteklasse, og kun 2 guld til ungdom ved Sigrid Staugaard i klassen indtil 12 år og Malthe Poulsen i drenge 16 år.

I herrernes klasse var det et let amputeret hold, som FIF havde på startstregen,



Herre Elite

- 1 Søren Bobach, Pan Århus
- 2 Thor Nørskov, Øst Birkerød
- 3 Andreas Boesen, Roskilde
- 8 Jeppe Ruud, FIF
- 10 Sigge Lundedal, FIF

Kvinde Elite

- 1 Maja Alm, HTF Haderslev
- 2 Signe Klinting, FIF
- 3 Masha Semak, Farum
- 4 Nicoline Klysner, FIF

Kvinder junior 18 år

- 1 Josefine Lind, Gorm, Jelling
- 2 Marie Hartmeyer, FIF

Piger 16 år

- 1 Agnes Kracht, Tisvilde
- 2 Nikoline Splittorff, FIF
- 3 Ida Øbro, Tisvilde
- 4 Annika Simonsen

Drenge 16 år

- 1 Malthe Poulsen, FIF
- 2 Andreas Bjørnsen, Pan Århus
- 3 Mads Skaug, Pan Århus
- 5 Malte Hemmingsen, FIF

Piger 14 år

- 1 Alberte Kaae-Nielsen, Søllerød
- 2 Freya Halberg, FIF

Drenge 14 år

- 1 Morten Ø Jørgensen, Vejle
- 4 Frederik Splittorff

og



hverken Sigge Lundedal eller Jeppe Ruud fandt det rette gear og nøjes med top 10 placeringer bagved pallen. Øverst på pallen endte sprintverdensmester Søren Bobach med to unge stjerner, Andreas og Thor på de næste pladser.

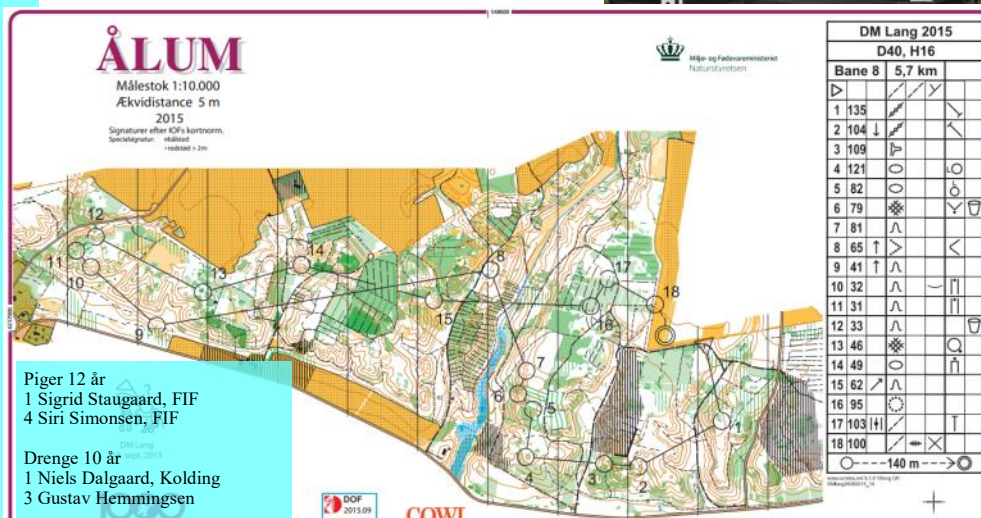
I Kvindernes elite var Maja Alm, 3 dobbelt verdensmester, suveræn og selv med et godt og stabilt løb, var Signe aldrig i nærheden af at true Maja. Bronze gik til talenttræner Masja Semak, og Nicoline Klysner fik en af dagens mange sure 4. pladser til FIF efter et ustabil løb.

I juniorklassen indtil 18 år hentede Marie Hartmeyer endnu en sølvmedalje, og det samme fik Nikoline Splittorff i pigeklassen indtil 16 år, hvor kampen om medaljerne var meget tæt i toppen. Lige udenfor endte Annika Simonsen på 4. pladsen. Hos drengene indtil 16 år var Malthe Poulsen suveræn med et stabilt løb, hvor konkurrencen blev afgjort til

fordel for den med færrest fejl.

I piger indtil 14 år tog Freya Halberg årets 3. sølvmedalje, mens at Frederik Splittorff i drengenes klasse også fik en 4. plads.

Det kunne have blevet til mere guld og metal på den regnvåde dag, men skarphe den var der ikke hos de fleste. Alligevel høstede FIF ungdom mere end de andre danske klubber, og det må også række på en halvskidt dag.





DM Ultra Lang på hjemmebane - medaljeregning over FIF's unge løbere



Forventningerne var tårnhøje til FIF's egne løbere, da mesterskabet på orienteringsløbernes marathondistance skulle afgøres, og de fleste leverede varen. Cecilie Klysner viste, at hun også er at regne med på de lange baner i fremtiden.

FIF vil gerne være bedst, også når der skal laves stævner. Med Danmarks største orienteringskort, stævneplads i ridehal, rutineret rutelægger og et flittigt team af funktionsledere og hjælpere var rammerne på plads, og stævnelederteamet Bente Kjær Hemmingsen og Thorkild Sørensen fik gennemført et super flot stævne.

Scenen var sat i Grib Skov, og eliteløberne der skulle længst rundt fik fundet vej mellem posterne på over 30 kilometers løb på tværs af skoven. På Ultra Lang vinder den, som evner at æde mest smerte, lægge en konsekvent plan, og til sidst holde sammen på teknik og overblik, når energireserverne slipper op. Kvindernes eliteklasse blev den ventede dyst mellem orienteringsdronningen Maja Alm og den unge udfordrer Cecilie Klysner. På den første 1/3 af ruten var kampen helt lige mellem de 2,



Sejr i både drenge og pigeklassen til 16 år til Malthé og Annika



Stævneleder Bente Kjær følger her Cecilie Klysners sidste mester af hendes flotte løb

men er par små nødvendige tidstab i et parti, hvor banen hverken var teknisk eller fysisk krævende til Cecilie, og så var hullet skabt. Resten af banen igennem øgede Maja Alm forspringet og vandt til sidst en sikker sejr over Cecilie, der dog sikrede sig sølv. Søster Nicoline holdt hele banen en utrolig høj fart, men manglen på teknisk træning i hverdagen blev udslagsgivende, da Nicoline i starten af ruten fik lavet flere store fejl. Så er det ikke nok at være en af de bedst løbende!

I herrerens klasse blev det en drabelig dyst mellem unge Andreas Boesen, som er en af landstrånerens

unge satsningsløbere og rutinerede Rasmus Djurhuus, Kongen af Nordsjælland. De 2 løbere var stadig helt lige efter de første 2 timers løb, men så røg Andreas i en af banelæggerens fælder, og Rasmus kunne trække fra og sikre sig endnu en sejr. Juniorlandstræner Jeppe Ruud fra FIF fik vist, at løbeturene med landsholdet fortsat holder ham varm, men det blev ikke til mere end en 6. plads. Mesteren på lang distance, Søren Bobach, blev slidt op og kom fuldstændig energitomt luntende i mål på en sekundær placering.

I ungdomsrækkerne blev det til guld til både Malthé Poulsen og Annika Simonsen i klassen indtil 16 år. I drengeklasse indtil 14 år tog Frederik Splittorff en både overraskende og suveræn sejr, og Lukas Hemmingsen leverede årets bedste løb, og med det hentede han en bronzemedalje. I klassen indtil 12 år blev det til dobbeltsejr til FIF ved Sigrid Staugaard og Siri Simonsen.

Flere års forberedelse og mange frivillige timer gav et flot udbytte, og da islænderhestene igen kunne lukkes ind på græsarealer og i ridehal, kunne FIF runde et flot stævne af uden skønhedsfejl.



Hillerødprisen 2015 til Cecilie Friberg Klysner

Hillerød Samvirkende Idræt, som er idrættens fælles organ, har med mere end 50% af de afgivne stemmer kåret Cecilie Friberg Klysner til Hillerødprisen 2015

Her er motivation for indstillingen:

Vi er stolte over at indstille Cecilie Friberg Klysner til årets Hillerødpris. Cecilie rykkede i 2015 op i seniorklassen og trådte, inden at året var mere end timer gammelt, ind på seniorlandsholdet med debut i World Cup afviklet på Tasmanien. Hæderlige placeringer - specielt på sprintdistancen - gjorde, at Cecilie igen var udtaget til World Cup i forårssæsonen, men en skade satte stopper for deltagelsen. Uanset blev Cecilie udtaget til at skulle løbe VM Sprint sammen med de 2 danske verdensstjerner Maja Alm og Emma Klingenberg. Det blev til en 12. plads ved VM, der blev afviklet i Skotland, og da den ene stjerne faldt ud, trådte Cecilie ind på stafetholdet ved World Cup-afslutningen afviklet i Arosa, Schweiz. Suverænt løb leveret af Cecilie på 1. tur af stafetten betød til sidst, at holdet (og med dem Cecilie) vandt World Cup i sprint stafet - samme disciplin som Danmark havde vundet VM guld på i august.

Cecilie har endvidere vundet Dansk



Cecilie har valgt en 110% satsning på orientering og har siden sommeren boet ved Team Danmark Elite Centret i Århus og med det valgt at studere i Århus.

Uanset er Cecilie et kæmpe aktiv og forbillede for FIF Hillerød Orienteering med sin målrettedhed og satsning, og når hun er sammen med klubbens øvrige medlemmer og specielt unge talenter, er engagementet båndet til Hillerød meget tæt.

Mesterskab i Stafet med FIF Hillerød Orienteering og en sølvmedalje på den Ultra Lange Distance, som FIF selv var vært for i slutningen af oktober.





Dansk Mesterskab live



Når VM afgøres, kan konkurrencen følges live på stedet og ved hjemme-computere verden rundt. Løberne kan via GPS følges konkurrencen igennem, og fra kameraer ude på ruten kommer også rigtige billeder hjem til storskærm og computer - orientering er kommet ud af skoven! Storskærm til 100.000 kr. kunne FIF ikke klare, men ellers var barren sat højt for det, klubben skulle levere. Teknikchef Henrik Poulsen og ruteplanlægger Lars Simonsen havde planlagt en dækning af årets sidste DM uden sidestykke.



Så snart sidste løber var sendt i skoven, startede live-opdatering med udklip af de livereporter som kamera, GPS dækning og radioposter i skoven kunne bringe hjem. Langt inden at løberne kom i mål, kendte publikum til, hvem der havde lagt hårdt ud; hvem der havde lavet fejl undervejs samt banelæggerens analyse af banerne. Analyser var forberedt af alle ruter, således at alle kunne følge præcis de stjerner, som de ønskede sig.



I orientering skal løberne i høj fart træffe den rette beslutning om rutevalg mellem kontrollerne. Det ligner lige hurtige rutevalg, men eliten evner at vægte rutevalg, hvor der eksempelvis er meget stiløb, og hvor de bare bruger 3–3 1/2 min pr. kilometer mod rutevalg, hvor de skal løbe i tungere terræn, og hvor farten kan være nede på 5-6-7 min pr. km. Dette rutevalg er fra de kvindelige eliteløberes bane. 3 af de 5 bedste valgte en kombination af rutevalgte markeret med den øverste røde streg og brugte 15-16 minutter på ruten mellem kontrol 3 og 4. Nicoline Klysner valgte en kombination af det lille rutevalg og tabte 3-4 minutter på dette. Kun én løber valgte 100% det vejvalg som banelæggeren havde tippet som dagens bedste rutevalg.

Facebook-opdateringer og analyser i månederne inden og aktuelle kommentarer konkurrencedagen igennem var også en del af dagens medie-set up, og dermed var løbet live og levende både før under og efter konkurrencen.

DM på Facebook

Månederne inden mesterskabet kunne interesserede og presen følge forberedelserne til løbet. I orientering må det ny kort over skoven og ruterne ikke røbes før start på selve dagen. Optakten til løbet bestod derfor i 'afsløring' af alt den information, som alligevel skulle ud til deltagerne og så en historisk gennemgang af tidligere års vindere og tips om favoritfeltet. Stemningen blev bygget op, og ikke mindst var alle 'ikke deltagere' blevet klar over, at løbet kunne følges live.



Præmieskamlen er parat—nu venter den bare på at få dagens vindere i mål.

Dansk Mesterskab live



DM på nettet og i lyd og billeder på dagen

På stævnedagen bestod det tekniske team af 1 hovedspeaker og 2 speakerassistenter, der lavede analyser og fulgte op på udviklingen i konkurrencen. Der til var et tidstagningsteam på 4 mand, der også sørgede for livekamerabilleder fra terrænet, livedækning via GPS på storskærm. 2 mand var i terrænet og sørgede for billeder og videoer af løberne under konkurrencen, og så var der 1 ansvarlig for Facebookopdatering. Chefspeaker Helge lagde fra dagens start lyd, information og analyser af konkurrencen ud krydret med interviews af løberne efterhånden som de kom i mål. Sportschef Anders fra klubben fulgte løbende liveresultater og GPS sporret på eliteløberne. På denne måde kunne teamet videreformidle konkurrencen dagen igennem, og dette

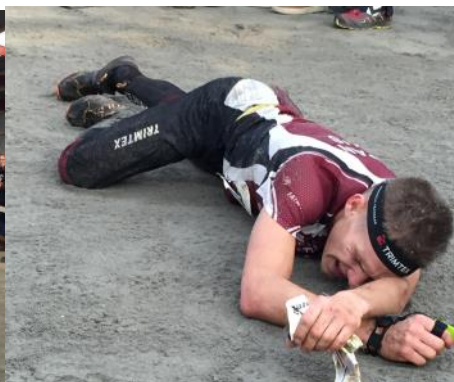
blev så formidlet ud til publikum på stedet og på nettet løbende.

På storskærmen kunne alle følge eliteløbernes rutevalg og ikke mindst deres fejl i det øjeblik, at fejlrutevalg blev taget. Normalt kan publikum ved orientering først få nyt fra skoven, når løberne kommer i mål, men på denne dag kunne suset gå igennem publikum, når man kunne se fejlen ske. Dette var tilfældet i kvindernes eliteklasse, da Nicoline Klysner var så stresset, at hun begik en stor fejl i starten af ruten. Det samme var tilfældet, da afgørelsen faldt i herrernes eliteklasse - efter dagens længste langstræk hvor løberne har løbet både meget høj fart og typisk opbygget et underskud af ilt i musklerne - gik Andreas Boesen 'i fælden' og lavede fejl til kontrol 27 (se øverst på siden), som rutelægger Lars havde planlagt.

Sidste del af et perfekt Dansk Mesterskab i Orientering er løbernes egen efteranalyse. Så snart at konkurrencen var ovre, blev orienteringskortene med ruter lagt på løbets hjemmeside og med det også skema med den tid, som løberne havde brugt imellem kontrollerne. Deltagere og trænere havde så et fuldt overblik over, hvor løberne havde tabt tid og et rigtig godt redskab i analysen af, hvad der var godt, og hvad der skal arbejdes med i løbet af vintertræningen

Vil du se mere, så besøg løbet på Facebook "DM Ultra Lang 2015", på løbets side www.fiforientering.dk/dm2015 og herunder kan du også se de billeder vi har taget til DM Ultralang 2015 <https://goo.gl/photos/NJxRuwDQ5WYVvkz6FA>

bosim



På Facebook kunne alle følge Rasmus Djurhuus' løb, og friske kommentarer lå på nettet sekunder efter at Rasmus havde fået pusten efter målgang

Cecilie Klysner vandt sølv ved for-VM, Euromee-
ting i Estland, hvor der skal løbes VM om 1 1/2 år.



**Om 2 år skal VM afvikles i Estland, og årets Euromee-
ting blev derfor et lille for-VM for de unge stjerner, der
var blevet udtaget til at løbe. 3 ud af
6 løbere var fra FIF, nemlig Cecilie,
Signe og Søren. Cecilie lykkedes
bedst med en sølvmedalje:**

Det har været en meget lang konkurrencesæson, og med en World Cup Finale bare en uge efter og skader hos flere VM løbere, blev det de unge, der sikkert er aktuelle for VM også om 2 år, der skulle repræsentere Danmark. Euromee-
ting bestod i år af 3 individuelle løb, Sprint, Mellem og Lang. Generalisten Cecilie havde 3 gode chancer, men viste også, at rutinen nok ikke rakte til 3 topløb; Signe kræver tungt og teknisk terræn for at være bedst, og Søren er mellemdistancespecialist!

Med livetransmission fra sprinten var vi mange der fulgte Cecilie fra start til slut på sprinten. Lige fra start var Cecilie helt fremme i førergruppen, og først på den sidste del blev det afgjort, at sølvmedaljen blev sikret - et resultat i samme klasse som VM sprintløbet som Cecilie leverede denne sommer. Søren og Signe kom godt rundt, men er formen ikke til topfart, var det svært at følge med på en teknisk enkel bane.

På Langdistancen lykkedes Thor Nørskov bedst fra det danske hold med en 12. plads. Signe havde et jævnt løb, men havde flere mindre tidstab og endte på 19. pladsen. Lige efter kom Cecilie på 20. pladsen efter et meget ujævnt løb, hvor specielt flere fejl i starten betød, at Cecilie aldrig fik føling med de bedste.

På mellemdistancen, der blev afviklet i en terræntype vi bedst finder i Grib Mårum, befandt Søren sig godt, og det samme gjaldt for Thor. De blev henholdsvis 13. og 5., mens at hverken Signe og Cecilie fik det til at køre og endte på sekundære placeringer.



Portræt af Kongen af

Rasmus Djuurhus Nordsjælland



"Jeg vil slå for en plads på det stærke landshold i 2016. Som en af de gamle drenge skal jeg vise form til måske top 10. Delmålene er Danish Spring og så World Cup.

Bedste løb:
O-Ringen, Sverige 4.
etape som 18 årig



Rasmus, der indtil 2010 løb for FIF, har vundet det meste man kan vinde i orientering og vinder stadig.....men topresultatet mangler ved de store mesterskaber!

Rasmus har netop afsluttet et super efterår, hvor han har hentet 2 guld og en sølvmedalje ved de danske mesterskaber, og alligevel har han ikke været aktuel for det stærke landshold, for Rasmus holder pause fra landsholdssatsningen der aldrig rigtig kom i mål. Når der skal løbes



Rasmus Djuurhus markerer sejren

mesterskab på de lange distancer, er Rasmus altid blandt de gode bud på sejren, og løbes der i Nordsjælland er 'Kongen af Nordsjælland' ofte suveræn.

Rasmus har fået hele sin orienteringsuddannelse i FIF, hvor han i 10 år var en del af en utrolig stærk gruppe af drenge. I dag er gruppen spredt for alle vinde, men er fortsat medlem af FIF, men Rasmus er den eneste der ikke løber konkurrencer for FIF længere. Mange år i Århus betød til sidst et naturligt skifte til Danmarks største klub, Pan Århus. Internationalt har Rasmus flere år løbet for den stærke norske klub, Kristianssand. Med Kristianssand har Rasmus to gange vundet verdens mest prestigefyldte stafet Tio-Mila. I Pan Århus har Rasmus også fejret triumfer, og når FIF ikke lige har snuppet guld, har Rasmus flere gange hente DM guld-

medaljen med holdkammeraterne fra Århus. Rasmus har flere gange været forbi det danske landshold, og kvaliteterne på de lange distancer har sat forventningerne højt til et internationalt gennembrud, et gennembrud der aldrig kom. Top 30 placeringer ved VM er super godt, men hos en nation der kun vægter top 10 placeringer var det ikke nok, hverken for landstræner eller for Rasmus.



Til hverdag passer Rasmus sine studier ved Århus Universitet. Studiet i medicinsk kemi er snart slut, og så er døren åben for ny eventyr. Vi i FIF håber, at vi via vores netværk hos sponsorer og samarbejdspartnere kan finde en spændende arbejdsplads til Rasmus. Båndet til Hillerød er fortsat tæt og både de gamle holdkammerater og klubbens ungdomsløbere nyder godt af Rasmus opmærksomhed, ligesom han er en meget velkommen gæst på klubture og i klubteltet ved konkurrencer.

Ved årets sidste konkurrence, som netop gik på den gamle hjemmebane i Store Dyrehave, var Rasmus egentlig slidt i bund, men når der skal løbes i 2 1/2 time er der god tid til at finde de gode ben, og til sidst trak Rasmus for 2. weekend i træk sig sejrerig ud af dysten på lang distance *bosim*



Bedste fysiske løb kunne være DM Ultra Lang 2015

Worldcup Finale - samlet stafet-sejr til Danmark og Cecilie

World Cup i Orientering 2015

World Cup Individual

Event 1: Sprint in Tasmania, (2-3 January)
 Event 2: Middle distance in Tasmania, (8 January)
 Event 3: Long distance in Tasmania, (10 January)
 Event 4: Long distance in Halden, Norway (3 June)
 Event 5: Sprint in Lysekil, Sweden (6 June)
 Event 6: Middle distance in Uddevalla, Sweden (7 June)
 Event 7: Sprint in Inverness, Scotland, (2 August)
 Event 8: Middle distance in Inverness, (4 August)
 Event 9: Long distance in Inverness (7 August)
 Event 10: Long distance in Arosa, (2 October)
 Event 11: Middle distance in Arosa, (3 October)

World Cup Relay

Event 1: Halden, Norway (5 June)
 Event 2: Inverness, Scotland, Great Britain (1 August)
 Event 3: Arosa, Switzerland (4 October)

World Cup i orientering er en kombination af, at alle hjørner af orienteringsverdenen skal kunne opleve eliten og med det en god reklame for sporten og så faste besøg i de største orienteringsnationer. Finaleløbet har flere år haft base i Schweiz, hvor man har formået at skabe utrolig god økonomi omkring sporten.

Det danske landshold har ikke en målrettet satsning på World Cup, men som tophold i stafetten var det naturligvis et delmål i sæsonen også at vinde samlet her. Ida Bobach, som allerede ved VM 2014 hentede sølv, havde det som en af årets mål at slutte i top 3. Tidligere har Chris Terkelsen vundet World Cup. Succes i World Cup kræver at form og krop er tip top hele året igennem. Af samme årsag er det 'normalt' forbudt for de danske løbere at gå efter dette mål.

Maja Alm på vej mod Worldcup sejr i stafet i 1500 meter højde med sneklædte tinder i baggrunden.



Årets Worldcup finale i orientering var i år lagt til skisportsstedet Arosa, sydvest for Zürich, Schweiz. Det var sidste chance for at hente et topresultat for orienteringsløberne efter en hård og lang sæson. Det blev også årets sidste dage, hvor bjergene omkring Arosa var grønne - på dagen for stafetten væltede det inden løbet ned med sne!

ste langstræk, men sluttede på en hæderlig 29. plads. På mellemdistancen dagen efter fik foden et vrik og med en vigtig stafet ventende dagen efter, valgte Cecilie fornuftigt at bryde på en dag hvor det danske holds 2 verdensstjerne med sygdom om skader heller ikke havde dagen. I herrernes klasse kom en tiltrængt og meget fortjent opmuntring, da Thor Nørskov, Øst Birkerød leverede karrierens bedste resultat med en 6. plads.



Samlet World Cup sejr i stafet

Da Emma Klingenberg, fast 'guldløber' på holdet var ude med skade, var Cecilie forfremmet til en plads på det danske guldhold. Uimponeret lagde Cecilie ud med at holde trit med de hårde konkurrenter fra Schweiz, og med kun et par småfejl sidst på banen, kunne hun give stafetten videre til Tue Lassen og siden Søren Bobach. Holdet var nu ikke mere i en position til at kunne vinde

Cecilie Klysner var efter en smuttur til for VM i Estland rejst direkte videre til World Cup Finalen i Schweiz. Konkurrenterne var de samme + verdensstjerner der mødte ind til finaleløbene, men terræntypen en helt anden. Første konkurrence, lang distance, var en ekstremt rute i bjergterræn. Cecilie lagde rigtig hårdt ud fra feltet af de lavere rangerede løbere, og efter den første 1/3 del af ruten var hun med helt fremme i konkurrencen. Hun kom dog i menneskehænder på banens hårde-



Landstrænerne Torbjørn Gasbjerg og Lars Lindstrøm med teamet

dagens løb, men endnu et knaldløb af orienteringssporten dronning, Maja Alm sikrede Danmark den samlede 1. plads

bosim



DIF guld i divisionsturneringen - sejr til klubfællesskabet



FIF vandt en overraskende stor sejr i divisionsturneringen på hjemmebane i Brødskov.

I divisionsturneringen tælles point for de bedste løbere i alle kategorier, og

på en underskøn efterårsdag viste FIF, at vi både har bredden og eliten. Vores 3 bedste løbere var på dagen til for VM i Estland, så det blev specielt bredden i ungdomsafdelingen der af-

gjorde løbet.

Elitekollegaerne fra Tisvilde og Pan Århus fulgte op på de andre podiepladser.

Status fra sportschef Anders Bachhausen



Sportsligt har det igen været et succesfuldt år – både for klubben og for Danmark. Cecilie Klysners World Cup sejr i Sprintstafet og kåring til årets Sportskvinde i Hillerød kan vi være meget stolte af. Sammen med resten af Danmark er vi også enormt stolte af de 4 verdensmesterskaber, som landsholdet tog med hjem fra Skotland i sommers. Det er en imponerende præstation af alle dem, der arbejder med eliteorientering i Danmark.

Lokalt i Hillerød kan vi glæde os over ikke mindre 18 danske mesterskaber til senior- og ungdomsløbere i løbet af året, og 28 sølv- og bronzemedaljer. Det er især Søren Schwartz's danske mesterskab på mellemdistancen, og kvindeholdets sejr i stafet, der luner her i vinterkulden, og så har vi en rigtig stærk årgang U16-løbere, der har hentet meget metal hjem. Det lover godt for fremtiden.

Bag ved de mange flotte præstationer i ungdomsrækkerne står et stærkt trænings-setup, der langsomt har udviklet sig over de sidste 5 år. Orienteringsglæde står i centrum i vores træningsmiljø, og det skal det blive ved med. Vores miljø skal stadig være rummeligt med plads til alle.

Forbundet satser mere på talentudvikling i fremtiden, og de nye signaler ser lovende ud for de bedste. Men med en større elitefokusering i forbundets TalentCentre, stiller det højere krav til vores miljø i fremtiden, da vi i endnu højere grad skal give løberne et stærkt socialt, men samtidigt udviklende og fokuseret træningstilbud på alle niveauer. Lige nu står vi desværre uden styrmand, da jeg forlod cheftrænerposten i oktober, og vi endnu ikke har fundet én, der kan tage over. Indtil videre kan vi holde skruen i vandet med lappeløsninger, der stadig holder den høje kvalitet, som vi efterstræber. Men den nye træner der skal komme til, får en stor opgave i at forme vores miljø på ny og skabe rum til nye ting.

Bachhausen

FIF Hillerød Orientering

Formand:
Bo Simonsen
Sandvigårdsvvej 10
3400 Hillerød
formand@fiforientering.dk
48 22 18 15 / 22 20 73 85

Bank:
Spar Nord Bank
9213-4560075893



Stolte vindere fra Divisionsfinalen



NORDSJÆLLANDS
MATERIELEUDLEJNING



fiforientering.dk
Følg ungdom og elite på
Facebook

Sket siden sidst:

Sara Brinch, Annika Simonsen, Frederik Splittorff, Malte Hemmingsen og Malthe Poulsen er alle udtaget til årets sidste U16 landsholdssamling



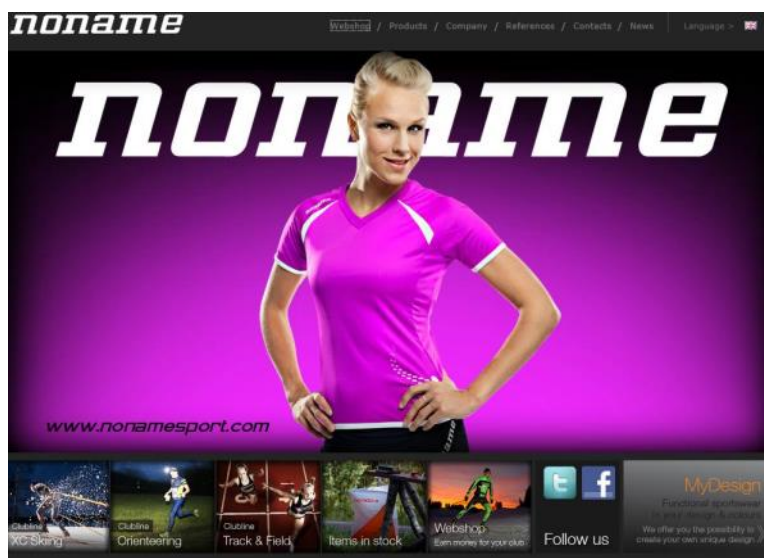
Nikoline Splittorff er udtaget til juniorlandsholdsbruttogrupperen

FIF har fået 25.500 kr. tilskud fra Hillerød Kommune til nytegning af orienteringskort - orienteringsløbernes idrætsanlæg mod at

nærkort og skolekort kommer til at være frit tilgængelige på kommunens hjemmeside

Thomas Steinthal, Sara Lykke Brinch og Christine Reibert Hansen er alle tilknyttet bruttolandsholdsgruppen for juniorer i MTB orientering

Jesper Stamp er ansat som træner og ansvarlig for det nye regionale Team Danmark Junior center. Jesper er i øvrigt også ny juniorlandstræner. Den nuværende og meget afholdte træner Søren Larsen fortsætter med at have ansvaret for den tekniske morgentræning i Hillerød



Lækkert sportsudstyr fra vores sponsor noname

nonamesport.com

og opret dig på webshoppen. Bruger du så FIF's kuponkode **14003** og holder dig på den engelske side, kan du købe masser af lækkert og topmoderne sportsudstyr—udvalget øges dag for dag. Bruger du FIF's couponkode får klubben 30% af salgsprisen. Har du brug for hjælp så kontakt bosimfif@gmail.com