



November 2016

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 &
Lærke Lundedal
bosimfif@gmail.com

leder	1
VM Guld	2
VM Sølv	3
Nyt om sponsorer	4
DM Lang og Stafet	5
DM Hold	6
Lars Lindstrøm	7
DM Mellem	8
World Cup Finale	9
International klub	10
Landsholdsløbere 2017	11

FIF Hillerød Orientering Ungdoms og Eliteteam



VM Guld og Sølv til Cecilie og Signe

En fantastisk sæson er forbi

FIF orientering har i mange år været forvent med topresultater, nationalt såvel som internationalt i orientering. 2016 bliver i særklasse det bedste år med VM medaljer, vækst i antal medlemmer og en fantastisk talentmasse.

Klubbens løbere har historisk set høstet rigtig meget metal i Danmark, men i nyere tid var det først med Anne Konring, at fif-løbere markerede sig i kampen om VM medaljer. Siden fulgte Signe Klinting op med junior-VM guld, og vi fik VM og EM Medaljer til Lasse Brun, Line og Claus Stallknecht i MTB-Orientering. For et par år siden slog Nicoline Klysner til med junior VM sølv. I 2015 hentede Annika Simonsen U16 EM sølv, og i 2016 blev så helt vildt. Juniordrene Malthe Poulsen hentede EM guld og Thomas Steinthal ligeledes guld i MTB O. Cecilie Klysner og Signe Klinting rundede af med VM guld og sølv.

VM guld og sølv er også fantastisk for klubben, men mest fordi talentarbejdet nu rigtig kaster af sig, og der er stadig vækst i ungdomsafdelingen. Rigtig glædeligt er det, at væksten både finder sted blandt de der vil

mest og har potentialet, og blandt de der bare vil orientering, fordi fællesskabet og skov-sport bare er bedst.

Sportslig succes giver et hårdt pres på de økonomiske ressourcer, når vores talenter udtages til landsholdsgrupper og talentcentre. De uventede høje omkostninger er velkomne, for de er et udtryk for, at vi lykkes. Men pengene kan jo ikke bruges 2 gange, og så må vi se os om, for at kassen fortsat stemmer. Det gør den trods et budgetteret underskud i FIF Orientering dette år, men den går ikke hvert år.

Vi har mange og gode sponsorer - tak for det til alle, og så kunne det være fristende at bruge de rare midler til driften. Den går ikke hos os! Vores elite og ungdomsarbejde skal kunne bæres uden sponsorer. Vi kan til gengæld købe tøj for 160.000 kroner, som vi kan fordele på ungdom og elite - både bredde og de bedste skal have tøj, for vores fællesskab er vores største styrke. Her står vores fælles dragt stærkt og styrker sammenholdet i en ellers individuel sport.

Når det går godt, er det fristende bare at gøre mere af det samme, som skabte dagens succes.....men heldigvis er der en stor enighed og energi i klubben bag fortsat at søge ny veje. Vi skal holde fast i meget, men endnu mere skal vi søge, hvor vi kan vinde mere.

2017 skal bringe mere samarbejde med atletik, kajak og ??, og mere sam-

arbejde og åbenhed til orienteringsklubber, der som vi er i positiv udvikling og vil ungdom og elite.

Vi har et super samarbejde med landstrænerne i vores sport, men vi skal have mere - ikke fordi vi ikke kan se vejen, men fordi reelt samarbejde bare bringer mere.

Vi skal måske snart prøve os som international klub, med hold i de store stafetter i Norden. Vi var der tilbage i 90'erne, og vi vandt meget klubånd og oplevelser dér, men vi skal være parate, når tiden er for det igen. Indtil da sender vi vores unge ud, for der er også rigtig meget læring i at komme ud for at se verden fra en anden vinkel.

Vi skal også fortsat, sammen med vores sportsglade kommune, være med til at udvikle sportens muligheder og vilkår - gid sportens fælles ansvarlige i Hillerød var med på ideen om udvikling, for uden den, kan vi som by ikke nå målene. Her skal der både prøves nyt, og der skal samarbejdes på tværs. Vi er i FIF Hillerød Orientering parate.

bosim



VM - Strømstad—sprint distancerne

Indenfor orientering er der en tendens til, at de store mesterskaber lægges tættere og tættere på de store metropoler — nærhed til publikum, presse, sponsorer og resten af sportsverdenen. For orientering opleves det af de fleste udøvere som et skridt baglæns når det gælder de udfordringer man kan stille atleterne - den komplette løber vil helst have det både meget hårdt og meget teknisk, og ikke ruter som afgøres alene på løbsstycken.

Verdens største orienteringsnation gik med VM i Strømstad imod strømmen og havde valgt en destination der både lå langt fra storbyen og områderne hvor de fleste orienteringsløbere i Sverige bor. Til gengæld fik løberne fantastiske udfordringer. Tilskuerne var der ikke mange af, men de der tog til vestkystens nordlige skærgård fik en fantastisk oplevelse, ikke mindst de danske! VM opdeles om et par år i et sprint VM lige år og skov VM ulige år

VM Guld til den danske sprint stafet - første guld til FIF og Cecilie F. Klysner:

VM i svenske Strømstad blev indledt med sprintdistancerne. Først konkurrence på individuel distance med guld til Danmark og et kvalifikationsløb til Cecilie helt i verdenstoppen - siden fulgte mix stafetten hvor det danske hold viste disciplin, mod og en styrke som ingen af konkurrenterne havde ventet.



Det endte utrolig fantastisk med guld til verdens bedste sprint stafethold, men i dagene inden havde der både været op og nedture.

På kvalifikationen var de danske piger helt i top - regerende verdensmester Maja Alm kvalificerede sig sikkert med top 8 løb. Cecilie Klysner lukkede helt op for gassen allerede her og vandt sit heat. Hos herrerne var Tue Lassen også hurtigst. Samme eftermiddag rykkede scenen til finaleløbet. En utilpas og hovedpineramt Cecilie fik i første del af løbet slet ikke fundet rytmen — farten var der, men det blev bare til en skuffende 18. plads. Tue Lassen ramte også ved siden af, men Maja Alm gjorde det igen og kværnede konkurrenter ned med et dræbende tempo, specielt på banens sidste del. Danmark var kommet godt igang med guld, men med bekymring for den følgende dags sprintstafet.



Stafet

Cecilie var holdets første løber på banen - samme plads som ved EM, hvor det blev til sølv. Tv-seere og publikum kunne via drone og kameraer på ruten følge en utrolig selvsikker og selvstændig Cecilie, der med rappe fødder og rette rutevalg kunne overdrage stafetten til drengene fremme blandt de forreste hold.

Tue Lassen og Søren Bobach fulgte godt med, og helt som forventet tabte de en smule tid til konkurrenterne, men ikke mere end at verdens

stærkeste Maja på sidste tur, meter for meter kunne aede sig ind på konkurrenterne.

Uden at skulle se sig tilbage kunne Maja Alm med endnu et verdensklasseløb sikre sejren og med det guld til Danmark; Guld til Cecilie Klysner og første VM guld til FIF Orientering.



bosim



VM Strømstad Skovdistancerne - Mellem, lang og stafet

Forventningerne til det danske hold var ikke lige så store på skovdistancer som på sprintløbene, og alligevel var de danske piger, med Maja Alm og Ida Bobach i spidsen stadig med i kredsen af medaljekandidater. Stafetten, hvor Danmark vandt guld i 2015, blev også i 2016 distancen hvor de danske piger hentede metal, Sølv til holdet bestående af **Signe Klinting, Ida Bobach og Maja Alm.** 2. VM medalje til FIF løber kom i hus.

Mellem distancen skulle være Maja Alms chance for endnu en medalje, men en lidt svag start kostede for meget tid, og så blev det bare til en godkendt Top 6 placering. **Signe Klinting** fik sit debutløb på distancen, men et pigtrådshegn kom på tværs og bremsede det gode løb. For et medaljevandt mandskab blev dagen en skuffelse.

Lang distance hvor Ida Bobach i 2015 vandt guld, blev en skuffende dag for Danmark og for de 2 fif-piger Signe og Cecilie. Begge havde sat næsen op efter top 20 løb, men endte i den tunge ende af top 30 langt efter vinderen. At Danmark har en meget smal topeelite blev på denne dag meget tydeligt, og hos herrene var der mere end klasseforskel.



Fantastisk VM Sølv til de danske kvinder i stafet - 2. medalje til fif'er

skoven som nr. 4. Maja skulle ikke være

I 2015 udklasserede det danske kvindehold konkurrenter på en helt uhørt måde, men efter et år med skader, og udskiftning på holdet var de danske piger stadig et godt bud på en medalje eller i det mindste en top 5 placering, men favoritværdigheden lå hos andre.

Signe Klinting fik på 1. tur vist sit store tekniske potentiale og med god fart i benene var hun ikke langt efter de andre tophold i mål. Ida Bobach, der i år var et stykke fra forrige års selvsikre verdensstjerne, fik efter et par småfejl gennemført årets måske bedste konkurrence og kunne sende VM-dronningen Maja Alm i

mange minutter i skoven førend at tilskuerne ved TV og ved storskærmen på pladsen kunne se, at hun holdt højere fart end alle konkurrenter. Hun åd sig meter efter meter ind på konkurrenterne. Ved publikumspassagen lå pigerne til bronze, men holdet og Maja ville mere. På en af banens sidste kontroller blev Finland

knust og da bare opløbet manglede, var Maja bare 30 sekunder fra gullet som gik til Rusland.

En helt fantastisk holdpræstation af atleter og trænere endte dermed med sølv.

De danske herrer fik endnu en hård medfart. Selv om at top 10 blev nået, var det endnu en gang tydeligt, at flere andre nationer på herresiden er bedre til at løfte de næstbedste, når der skal løbes stafet.

bosim



Signe Klinting, Ida Bobach og Maja Alm



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!



Sponsoraftaler 2017-18

November

FIF Hillerød Orientering Ungdoms og Eliteteam



Efter en forrygende og travl sæson, har vi nu fået alle aftaler på plads for 2017-2018

Tak til alle for at møde os med åbne arme og god vilje. Vi har forlænget aftale med 8 sponsorer og siger goddag 3 nye. Holdet er dermed fuldt.

Vi har aftalt samlede ydelser for over 150.000 kroner hvilket er helt vildt i orientering. Her af er små 100.000 kroner ydelser vi kan købe tøj for til vores stadig voksende team. Da vi har været sparsomme i det forgangne år har vi næsten 2 års budget at købe ind for og vi er derfor lige nu i færd med at bestille udstyr for hele 165.000 kroner hos vores tøjssponsor **noname** Rikard hos noname er i gang med at færdigdesigne vores tøj og der bliver meget.

Følgende er med i vores sponsorteam i 2017-2018:



I 2017-18 er vores talentmasse vokset med over 20 løbere og der er altså flere der skal have jeres

logoer på. Med flere penge er mulighederne også vokset og vi bestiller derfor denne gang:

Konkurrencetøj til sprint— kort buks og singlet

Konkurrencetøj til orientering i skoven - trøje og buks

Overtrækstøj - jakke og buks

Løbevest til opvarmning

Buff - headware

De mest aktive får mest, men alle får løbetøj og jakke. Det kommer til at se fantastisk ud!

Tak til alle for jeres støtte i den forgangne periode. Vi er både stolte og taknemmelige over at så mange har givet os genvalg.

Med *bosim*

DM Stafet og Lang

Fra skuffelse til succes

DM Stafet plejer at være FIF parade, men i 2016 lykkedes vores topelite ikke - suveræne kvinder ude efter teknisk fejl

2. weekend i september er tid for 2 danske mesterskaber. FIF var på forhånd storfavoritter hos kvinderne med Nicoline Klysner, Signe Klinting og Cecilie Klysner på holdet. 2 stærke herrehold skulle også kæmpe med i toppen om medaljer, men det blev alene ungdomsholdene der kom på skamlen.

Hos kvinderne udvikledes stafetten sig som forventet og Nicoline Klysner kommer først hjem fra skoven og er parat til at sende de 2 medaljetagere fra VM i skoven. Desværre misser Nicoline at kvittere sin elektroniske brik ved passage af målstregen og efter 2 timers perfekt løber er fif-pigerne langt foran konkurrenterne, men diskvalificeres. Kæmpe nedtur. Hos herrene er farten bare ikke høj nok - 6 stabile præstationer, men det blev bare til 4. plads og 6. plads, og eneste rigtig glædelige var, at Søren Schwartz leverede et pragtløb og med det var tilbage i konkurrence.

Langt bedre gik det i ungdomsrækkerne, hvor piger og drenge i klassen indtil 16 år vandt begge klasser og juniorpigerne tog en artig bronzemedalje. I de yngste klasser havde fif hold med helt fremme og havde hele 4 hold med i top 10 kampen om det danske mesterskab, men igen blev et ellers suverænt hold væltet af en udgået løber.



Der var plads til forbedring efter denne dag!

DM Lang — nu var rytmen igen fundet og fif tog revanche:

Søren Schwartz var for første gang i over 1 år tilbage på lang distance og viste med løb til sølv, at der fortsat er go i dansk herre-orientering. Signe Klinting tog ligeledes sølv med Cecilie Klysner lige efter på 3. pladsen. Dertil ryddede ungdomsafdelingen næsten bordet i klasserne indtil 16 år med triple fif på pallen i H16.

Begge mesterskaber blev afviklet i den nordligste del af Gribskov og fif kunne derfor ikke være meget mere på hjemmebane. At specielt de unge løbere fra fif mestrer denne type orientering blev tydeligt, som dagen skred frem. I pigernes klasse indtil 16 år sikrede Annika Simonsen sig årets 5. guldmedalje af 6 mulige med et stabilt og suverænt løb. Hun kunne dermed lukke kapitlet ungdomsrækker ned med maner. I drengeklasse udklasserede fif-drengene konkurrenter og satte sig på de 3 første pladser. Europamester Malthe Poulsen måtte se sig slået af en suveræn Malte Hemmingsen, der i 2016 lykkes med rigtig meget, men alligevel ikke fik chancen på landsholdet. Rart at kunne vise landstrænerne at de tog fejl! I de yngre klasser blev der hentet yderligere 2 guldmedaljer og 1 sølvmedalje - rekrutteringen nedefra ser ud til at være på plads!

I damernes eliteklasse lå Cecilie Klysner efter den første times konkurrence til sikkert guld, men så kom fejlene. Signe Klinting tog over i førerhuset, det næste stykke, men det blev ex-verdensmester Emma Klingenberg som til sidst snuppede guldet foran de 2 fif-piger. Kvindernes konkurrence blev desværre ramt af en arrangørfejl på en kontrol som kostede flere løbere dyr tid, herunder Nicoline Klysner der lidt skuffet endte på 6. pladsen.

Hos herrene satte Tue Lassen (Faaborg) sig på konkurrencen fra start, men gennem konkurrencen viste Søren Schwartz, at både den tekniske og fysiske form er ved at være tilbage. De 2 skilte sig gennem de mere end 90 minutters konkurrence markant ud fra konkurrenterne. En god fif dag med meget metal og



håb for fremtiden.

Præmieskamlen i H og D16 = 4 stk fifere

DM Hold

I 2015 vandt FIF på hjemmebane suverænt det danske hold mesterskab - i 2016 var der, samlet på 100 startende fra FIF, sekunder der afgjorde, at sejren denne gang gik til Pan Århus.

Det var kvinderne/pigerne og ungdom, der lykkedes for FIF, men forspringet blev spist da drengene ikke var helt så skarpe. FIF manglede på dagen klubbens 3 bedste eliteløbere, der havde valgt anden aktivitet eller prioriterede lidt ro. De næstbedste kæmpede bravt, men det var ikke nok. Alligevel blev det et close race med Pan Århus og et godt resultat, der belønnede klubben med en sølvmedalje.

DM Hold er meget lidt elitens Danske Mesterskab, og meget mere klubbernes indbyrdes måling på bredden i klubberne. Uden elite vinder man ikke; uden en stærk ungdomsafdeling vinder man ikke og uden en fyldig +35 afdeling går det heller ikke.

FIF Hillerød Orientering har været blandt de 6 bedste klubber, som har kæmpet om mesterskabet i over 20 år - det takket være, at klubben alle år har formået at have både en dygtig ungdomsafdeling og eliteløbere.

I en meget fyldig kalender hos topeliten, kan det være svært at finde motivation til en sådan konkurrence, men for sammenholdet mellem bredde, ungdom og elite er stævnet fortsat utrolig vigtigt.



Fejring

Samme dag som Dansk Mesterskab er blev afviklet i stafet, fejrede FIF sine internationale toppræstationer fra 2016.

Ved en uformel reception samledes klubmedlemmer, enkelte sponsorer, repræsentanter fra Hillerød Kommune og 4 medaljetagere fra EM og VM. Aldrig før har klubben vundet så meget, og det var derfor en kærkommen lejlighed til at fejre den unge elite, der ellers er spredt for alle vinde. FIF's formand Bo, Peder Bisgaard (sportsminister i Hillerød) og ikke mindst daværende landstræner Lars Lindstrøm holdt korte taler, og Signe Klinning svarede på de stolte løberes vegne. Vi i FIF glæder os til at gentage den hyggelige stund, når ny sejr skal fejres i fremtiden.



Måske verdens bedste træner i orientering startede i Hillerød

Lars Lindstrøm startede sin trænerkarriere i FIF Hillerød Orientering tilbage i 2002 - efter 11 år som henholdsvis juniorlandsholdstræner og siden seniorlandsholdstræner, har Lars netop skiftet titlen ud og er blevet sportschef i orienteringsforbundet

I FIF Hillerød Orientering forsøger vi altid at motivere vores trænere mod at stræbe højere og videre. Derfor har vi dem typisk kun tilknyttet det ugentlige træningsmiljø i få år. Lars Lindstrøm er en af dem, og han er den, der er nået længst.

Lars startede sin trænerkarriere i FIF tilbage i 2002. Her var Lars både drivkraft og træner for en ny satsning i klubben. Lars var med til at få knyttet klubben til Hillerød Elite, og i hans tid som klubtræner fik han startet elitekarrieren for en stribe løbere.

Lars var og er en utrolig engageret og dedikeret træner. Lars blev som 26 årig diplomtræner, 2 år senere eksamineret fra DIF Træner Akademi og det sideløbende med trænergerningen i Hillerød. Lars gik også ind som træner for den stjællandske talentgruppe — en stor gevinst også for FIF. Alt sammen frivilligt arbejde. Siden er trænerkarrieren gået slag i slag.

I 2005 blev Lars juniorlandsholdstræner og det med en succes der gjorde han blev indstillet til DIFs Talentpris 3 gange og vandt i 2009.

I 2011 blev Lars landstræner, og med Lars har landsholdet, inkl. en stribe FIF løbere, vundet en bunke EM og VM medal-

jer.

Lars er netop i november måned overgået til et job som sportschef i orienteringsforbundet.



Orientering er en meget individuel sport, og historisk set, har eliten



Coaching af Cecilie

selv forsøgt at finde deres egen vej til succes, guidet af egne trænere, forældre, klub og så lidt af landstræneren. Dette ændrede Lars på med sit team. En klar og tydelig linie blev lagt, og var man ikke parat til at følge linien, ja så stod man udenfor holdet - altså præcis som i andre sportsgrene. Dette har givet og giver fortsat sammenstød i den danske orienteringsverden, også sammenstød der har involveret fif-løbere, men striben af medaljer, som er vundet i Lars tid som træner, taler for sig selv.

Uni Strand Karlsen, Cheif Advisor i det internationale O-Forbund: "Ingen som Lars kender reglementet for de internationale stævner" - en fordel for det danske landshold"

Lars vil også i sin ny stilling have stor berøring og kontakt med Hillerød og forhåbentlig endnu mere. Med et regionalt juniorelitecenter placeret omkring ungdomsudannelserne i Hillerød, skal også de kommende landstrænere hente mange af deres kandidater i Nordsjælland og hos FIF. Hos de unge herrer har vejen ikke været tydelig, og det har resulteret i, at dansk orientering har et hul på herresiden. Nu skal der bygges på et nyt kuld af løbere incl. de unge talentfulde drenge fra Hillerød. Pigerne har fundet vej helt til verdenstoppen hele perioden, Cecilie Klysner er bedste eksempel, men hele trænersystemet har brug for tydelighed og guidning - det er Lars ny job. Held og lykke med jobbet. Vi glæder til det fortsatte samarbejde.



Lars Lindstrøm i sit es med sit vindende team

Sølv til Cecilie Klysner til DM i Mellemdistance og guld til Malte Hemmingsen i H16 blev vigtigste høst i Mols Bjerger.

Medaljhøsten ved mesterskabet blev en smule mindre end normalt, og måske var holdet fra fif en smule ramt af, at mange af trænerne var blevet hjemme i Hillerød for at arrangere Smuk Kvindeløb.

Cecilie Klysner fortsatte de gode takter fra VM og viste i et både letløbt og teknisk terræn, at hun er rigtig stærk i de kontinentale terræntyper. Malte Kjær Hemmingsen snuppede et dansk mesterskab mere i drengenes klasse indtil 16 år, og lidt mere metal blev det også til i de yngste klasser. I herrernes eliteklasse var Søren Schwartz tæt på og alligevel langt fra: 1 minut fra guldet rakte på denne dag til en 6. plads, der dog efter konkurrencefravær i næsten hele 2016 var mere end

godkendt - Søren var simpelthen blevet træet af at være skadet og lod skade være skade og spændte løbeskoene på i stedet for endnu en træls dag med alternativ træning. Der er fortsat et stykke tilbage til verdenstoppen, men et vellykket løb i Mols Bjerger, var forhåbentlig første skridt.

bosim

Orienteringsløb er fortsat Verdensklasseforbund hos Team Danmark - nu med ny sportschef og landstræner

Orienteringsforbundets eliteafdeling har godt styr på butikken og har med et velfungerende elitecenter, struktureret Talentcenterarbejde og ikke mindst en stadig høst af medaljer ved VM og EM sikret sig fortsat status som Verdensklasseforbund under Team Danmark - i øvrigt fortsat som det eneste ikke olympiske forbund.

For at sikre sig denne status kræves der arbejde i alle led, og at alle følger den samme plan. FIF Hillerød Orientering er som fast leverandør af talenter til diverse landshold en vigtig del af arbejdet. Det forpligter klubben, dens trænere, system og økonomi. Hillerøds nye Juniorelitecenter, hvor både klubbens egne udøvere og talenter fra resten af Nordsjælland er en vigtig brik.

I orientering er den kun de 4-5 bedste atleter, der får alle omkostninger betalt af forbundet, mens at klubberne skal betale afgift for alle øvrige talenters deltagelse i træningslejre og forbundets samlinger. FIF forventer at skulle betale fee's for landsholds og talentcenteraktiviteterne på ca. 120.000 kroner — en udgift som klubben er utrolig glad for — da den er udtryk for at vi lykkes, men med så stor en udgift er næsten hele elitebudgettet brugt inden vi når til klubaktiviteter og udvikling/stipendier i egne rækker.

FIF Hillerød Orientering, Hillerød Kommune, Hillerød Elite og Dansk Orienteringsforbund har i november set det lokale system efter i sømmene. Udbyttet blev en aftale om endnu tættere samarbejde med den ny sportschef Lars Lindstrøm, den ny landstræner Torbjørn Gasbjerg og ikke mindst juniorlandstræner-teamet.

Ny landstræner Torbjørn Gasbjerg



scalsignaturer.
tort enligt stående træ
indre enligt stående træ
nligt stående træ
ler større busk
lor vættet rodstub



A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

A

DM Mellem 2016	
H -16	
Bane 8	4,0 km
1 90	↖
2 93	↑
3 115	U
4 121	↖
5 116	↑
6 132	↓
7 131	↑
8 126	↖
9 124	↑
10 95	↖
11 82	↙
12 79	←
13 63	←
14 62	U
15 56	↓
16 65	↑
17 52	↖
18 39	U

World Cup Finale

Samlet sølv til Danmark og Cecilie

Traditionen tro blev World Cup Finalen løbet i Schweiz i 2016. Igen var Danmark med i kapløbet om den samlede sejr i sprintstafet. Flot comeback til Søren Schwartz på Lang distance.

Cecilie Klysner havde efter VM Guld fået genvalg til det danske stafethold og skulle løbe fuldt program og Søren Schwartz, der ved de danske mesterskab på Lang distance havde vist, at han havde fundet en del af fordums styrke, fik muligheden på den lange World Cup Finale. På hjemmebane er Schweiz suveræne, og det blev til meget rødt og hvid på stafetten. I rødt og hvidt løb Cecilie en sikker første tur for Danmark, men drengene på holdet havde ikke lige så meget krudt i benene den-

ne dag, og da verdens bedste Maja for en gangs skyld bare holdt tempo med konkurrenterne, blev det 'bare' til en 3. plads i nationskonkurrencen til Danmark. Cecilie var med dette løb brugt op og de individuelle starter blev byttet ud med varm the og lidt sygdom, der udelukkede konkurrence.

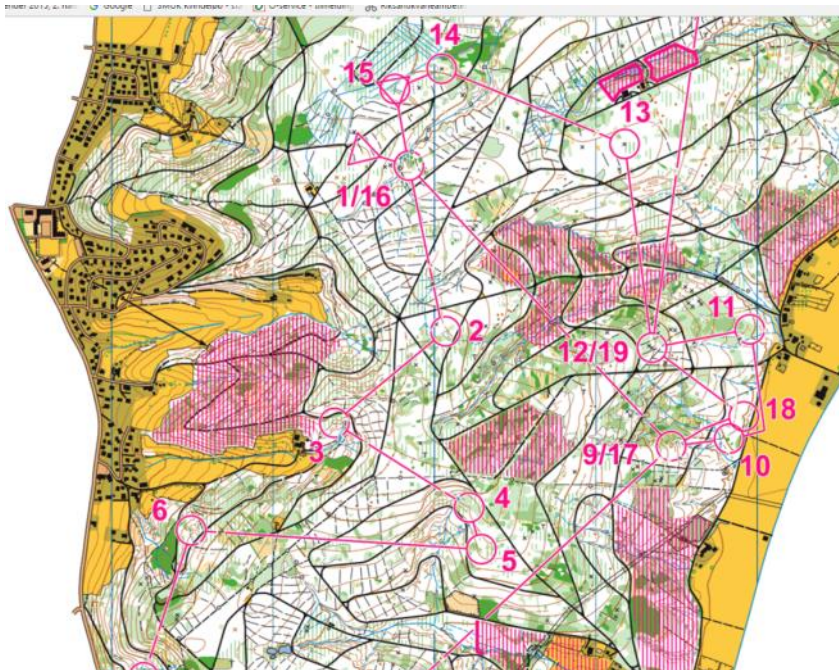
Mere krudt i benene havde Maja Alm, der sikrede sig en sølvmedalje og understregede, at hun er verdens bedste kvindelige sprintløber.

Søren Schwartz havde fundet de hurtige sko frem og stor sult på konkurrence. Søren havde en lidt ufordelagtig tidlig start, der sikkert har kostet lidt tid i forhold til de konkurrenter, der startede sidst. Til gen-



gæld fik Søren fuld presseopmærksomhed da han langt hen i konkurrencen var med i toppen af konkurrencen. Da de førende i Worldcuppen til sidst nærmede sig mål, måtte Søren ned fra pallen, men det endte med et af Sørens bedste individuelle resultater **internationalt set med** en 15 plads. Et utroligt come back og en rigtig god besked at gå den kommende vintertræning og den ny sæson i møde med.

bosim



FIF ungdom i svensk tjeneste

På sigt er målet, at FIF skal kunne tilbyde fuld satsning på de store nordiske stafetter

I Norge, Sverige og Finland er det rigtig mange steder lige så vigtigt for de sportsinteresserede (ikke mindst rundt i sportsmetropolerne udenfor de største byer), at der skal løbes 10Mila og Jukola, som at der er store møder i håndbold, fodbold og skiløb. Orientering er en del af folkesjælen og med det er interessen for de store stafetter en hel anden end i Danmark. Når Jukola, der løbes i Finland, afholdes, er det for rigtig mange finske virksomheder lige så vigtigt at være til stede med hold, som det er for danske virksomheder at deltage i DHL-stafetten.

Når sport har mediebevågenhed er der typisk flere penge, og det gælder også for de store stafetklubber i Norden, men ikke på samme måde som for anden prof. sport - der il er orientering for ringe udstyrssport. Det som de gode nordiske klubber kan tilbyde løbere fra kontinentet er et bredere elite-miljø og dermed hårdere konkurrence - præcis dette kan være en god udfordring for de bedste danske løbere i juniortiden. Selv om FIF har en bred og seriøs junior-gruppe, kan det for de allerbedste stadig mangle lidt.

Der til er det utrolig udviklende at komme til en stærk stafetklub, da talenterne her kan lære at arbejde mere med pres

FIF har de sidste 30 år altid haft løbere, der løb en del af deres konkurrencer for svenske og norske klubber. Det har kun været løbere i eliteklassen, der har søgt ud - andre har samlet sig i danske 'stafet-konkurrenceklubber' som et samarbejde mellem flere danske klubber. Nu skal FIF vælge, om vi selv, eller sammen med andre skal tilbyde stafetsatsning Alternativt skal vi slippe løberne afsted mod nord. De første har trukket i ny dragt.

Enhver svensk, norsk og finsk orienteringsklub kan stille mindst et 10 mands hold og ofte flere til 10 Mila - 10 mand der kan løbe hurtigt om natten på konkurrencebaner med vindertid på op til 120 minutter pr. rute. Hos kvinderne skal der 'bare' stilles 5 og netop derfor er det meget tættere for FIF at kunne stille hold på kvindesiden. Skal en satsning lykkes, skal der være hold til både kvinder og herrer, der skal være holdledere og et team omkring. Ideelt set også en god økonomi, for seriøs deltagelse inkl. forberedende træningslejre vil hurtigt koste 75.000 kroner for 1 herre og 1 damehold.

Status er pt, at FIF har sine 4 bedste herrer tilknyttet stafetklubber i Århus og Sverige, og vores 2 bedste kvinder ditto, og de kommer givet først tilbage, hvis kvaliteten på FIF holdet er på niveau med det tilbud de har i dag.

Hos kvinderne ville FIF med Cecilie Klysner, Signe Klinting, Nicoline Klysner, Annika Simonsen og Nikoline Splittorff kunne kæmpe med om top 10 placeringer på de store stafetten, mens at herreholdet med 10 mand,

selv med forstærkning af vores 'udenlandsdanskere' max vil kunne kæmpe i top 50. Men både vores dame- og herrehold vil blive meget stærkere de kommende år.

Skal hold sættes allerede i 2017, vil det give rigtig meget mening at søge dansk samarbejdspartnere og det ville være oplagt i en naboklub. Vi arbejder tæt sammen med Tisvilde Hegn OK allerede i dag, men samarbejde her vil formentlig betyde, at vi ikke kan stille i egen dragt, og så er ikke meget vundet. En anden mulighed kunne være at kigge mod syd for at finde en klub der kan supplere os. Økonomisk kan klubben pt ikke støtte projektet, da vores elite allerede i dag koster mere end klubbens økonomi kan tåle, så det bliver egenbetaling hele vejen. Skal det lykkes, skal der findes ledere og et set up som kan honorere de nødvendige krav — en opgave som FIF nu må tage på sig.

Indtil da er muligheden for vores unge talenter at søge ud.

Malthe Poulsen søgte i år til en ny konkurrenceklub, Karlskrona, hvor FIF-løberen Emil Folino er træner og leder - et skift primært for at få mulighed for at deltage i stafetter. Senest har Annika Simonsen meldt overgang til den svenske storklub IKHP fra Jönköping - en klub der har ambition om at være bedst i verden.

FIF støtter løbernes søgen mod, at nå der ypperste mål, men har fortsat forventning om at have alle løbere til rådighed til alle vigtige danske løb. Så er der fortsat balance i båden.

Måske vil en satsning på at have verdensklassehold i 2019-2020 være målet, vi skal sigte mod.

bosim



Annika Simonsen i IKHP dragt

8(9) fif-løbere udtaget til bruttolandsholdsgrupperne for 2017

FIF vil også i den kommende sæson være storleverandør til de danske landshold, og med en flok meget talentfulde årgang 00, udvides kredsen i år. I orientering er der for tiden kun stående landsholdsgrupper for junior og senior (U16 gruppen er nedlagt udover deltagelse i EM). Programmet for 2017 er ved at være lagt og vil blive præsenteret i næste nummer af Elitenyt



Cecilie Klysner—U23 gruppen



Malthe Poulsen U18 landsholdet



Til venstre: Annika Simonsen U18 landsholdet



Rasmus Folino - MTB landsholdsgruppen



Søren Schwartz - Elitegruppen senior



Thomas Steinthal: MTBO juniorlandsholdet



I midten: Malte Hemmingsen U18 landsholdet



Nikoline Splittorff U18 landsholdet



Til venstre: Signe Klinting - valgt at stå udenfor landsholdsgruppen

FIF Hillerød Orientering

Formand:

Bo Simonsen

Sandvigårdvej 10

3400 Hillerød

formand@fiforientering.dk

48 22 18 15 / 22 20 73 85

Bank:

Spar Nord Bank

9213-4560075893



NORDSJÆLLANDS
MATERIELEJNING



FIF ungdom vinder stafet i Sydsverige og viser
bredde ved også at tage 5. pladsen

fiforientering.dk
Følg ungdom og elite på
Facebook

Sket siden sidst:

FIF var i efterårsferien på træningsophold hos IKHP i Jönköping med 30 løbere - når Danmarks største ungdomsafdeling møder til fælles træning er vi stadig små i forhold til en stor svensk klub med 50 ungdomsløbere i gruppen op til 16 år

Endnu flere træningstilbud til de bedste i FIF ugeprogrammet ser således ud:

Mandag: morgen : teknik

Mandag eftermiddag: Langdistance 60-90 min

Tirsdag: Tekniktræning—fælles for alle

Onsdag morgen: Intervaller

Onsdag aften Talentcentertræning—teknik eller test

Torsdag morgen: Styrketræning hos Mats & Jesper

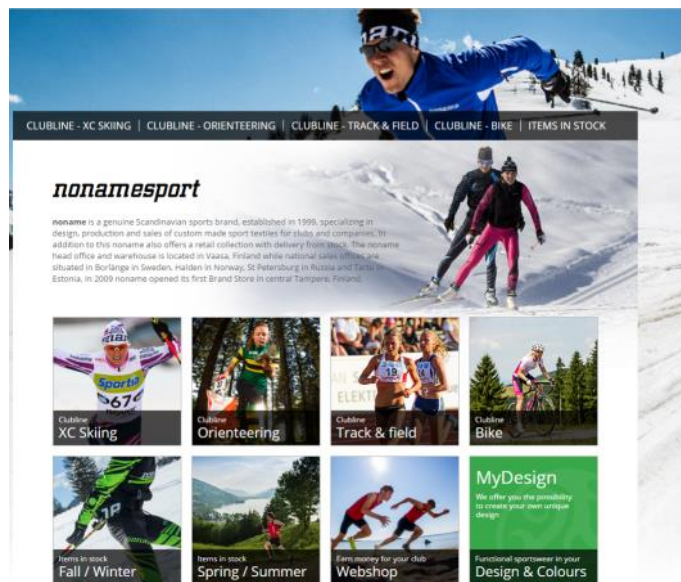
Torsdag aften: Korte intervaller og 2 timers styrke

Fredag—pause

Lørdag: Tekniktræning el træningslejr

Søndag: Trailrunder fra klubhuset el træningslejr

Rasmus Djurhuus har fået arbejde på Sjælland og vil nu genoptage træningen i Hillerød.....overgang til FIF må vente lidt endnu.



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