

O - fif

Medlemsblad for
Frederiksborg Idræts Forenings
Orienteringsafdeling

April 1973 Nr. 1

Hov, det ser anderledes ud!

Forhåbentlig har du også lagt mærke til det nye udseende, som meddelelserne denne gang har fået. Nu vil forsøget blive gjort: At få startet et klubblad for O-løberne i F.I.F.

Meddelelserne, der i en jævn strøm er blevet udsendt til medlemmerne, vil blive erstattet af et blad i dette format. Der vil selvfølgelig fortsat være indbydelse og meddelelser fra bestyrelsen m.m., men forhåbentlig kan det efterhånden lade sig gøre, at få de enkelte medlemmer til at give indlæg i form af meningstilkendegivelser, diskussionsindlæg og referater fra løb m.m. Hvis du vil hjælpe med ved blot én gang i kvartalet at sende et indlæg, vil dette blad hurtigt stå den henholdsvis O-posten af bordet.

Bladet vil fortsat blive maskinskrevet og håndduplikeret; den væsentlige ændring vil være en udvidelse af stofområdet og mulighed for medlemsindlæg.

Navnet - ja, det er den skrivende mands egen ide, som måske vil falde i smag; men har du en bedre ide, skal du blot sende den til mig, så vil der blive taget stilling til forslaget.

Som du ser, er det hele et forsøg - hjælp selv med til, at dette klubblad kan blive levedygtigt og samtidig stå som noget fælles for os O-løbere.

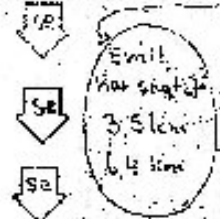
Gert

Du er vel begyndt på vintertøningen? For sent!
Eller er du begyndt at planlægge forsommerens aktivitet? Så er her en stribe af fine tilbud og åbne løb og træningsarrangementer:

TRÆNINGSLOB: Høster !!!

Lørdag, den 14. april 1973 klokken 14 - 15 Fra B-pladsen på Øverdrøvsvej. Hans Sloth er villig for at få lov til at sende 40-50 løbere af sted. Kort: 2 kr.

Søndag, den 19. april 1973 klokken 9 - 10 via Emil forhåbentlig lægge en træningsløb; også denne dag er mødestedet B-pladsen på Øverdrøvsvej.



Pladskonkurrencen: Baneløberne får 3 points, og deltagerne får hver 1 point pr. løb. Der sæt værdifulde præmier på højkant.

Stillingen er:

13 points: Emil, Flemming N., Erik O.
10 points: Bendt P., Preben og Hans.

Lægde du mærke til, at der bliver arrangeret løb på selve skærtorsdag? Dette løb vil være af så høj standard, at der vil blive udsat en mængde præmier. Det vil altså blive alle tiders PÅSKELØB. (Det løber Hans - vist nok)

Åbne løb:

Mandag, den 23. april 1973 (under påskedag) er der løb i Ravnsholt Skov.

Banelængder: 3km, 4km, 6km, 8km og 10km - frit valg!
Mødestedet er PaltHolmskolen ved krydset Bregnerødvej - Stavnsholtvej - Frederiksborgvej. Der er 4 km fra omklædning til start i en lille strøve tur på ca. 500 meter. Første start er klokken 9.00. Startafgift - Alle over 18 år betaler 8 kroner.

Tilmeldelse til Karin (261388) mandag, den 16. april.

→ Husk, at alderen skal opgives ved tilmeldelsen.

Onsdag, den 25. april 1973 afholder Sallerup natløb i skovene ved Burens. Fløjte skal medbringes. Mødested er FSPUS feriekoloni, Klokkedervej, Slagslunde. Væg vej fra Slagslunde mod Burens 2 km. Mødetid er kl. 20.30 - 200 meter til start.

Klasser:	Børn 2 km	OB	6 km
	H-21-A 9 -	JUN	6 -
	H-21-B 7 -	Bronge	4 -
	R-19-C 5--	Beg.	4 -

Seniores betaler 12 kr., Kjun 8 kr. og begyndere over 18 år 6kr. Tilmeldelse til Karin senest tirsdag den 17. april. Der er servering efter løbet.

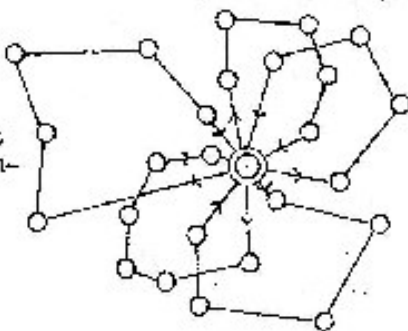
STJERNELØB.

Dette sjove arrangement foregår igen i år i Russe Skov. Søndag, den 29. april 1973 kl. 9.00 - -

Der er 1800 meter til start og alle klasser starter samlet. Der banelængder fra 4,7 km til 12 km, så du kan også få prøvet denne sjove løbsform. Tag familie og madkurv med - der bliver noget at se på!

Seniores betaler 5 kroner.

Tilmeldelse: Mandag, den 23. april. ! ! ! ! !



DANMARKS- og FORBUNDSMESTERSKABER i natløb.

Lørdag, den 5. maj 1973 i Aastrup skov - Bjergskov ca. 15 km vest for Roskilde. Føler du dig kvalificeret, kan du kontakte Karin eller Gert senest mandag, den 16. april.

Søndag, den 6. maj 1973 afholder Roskilde løb i Valborup Skovens. Mødested er Aastrup Sanatorium, drej væk fra A 1 ca. 1 km syv for Osted. Første start klokken 9.30, 6-1800 meter til start. Du skal selv prikke ind. (ved du, hvad det er?). Banelængder: 3,4,6,8 og 10 km. Tilmeldelse: Mandag, den 31. april. Spørg angående startafgift.

Søndag, den 20. maj 1973 er der løb i Silkeborg Vesterskov. Er du i Jylland alligevel, åbn så her få en svak løbetur i et dejligt, kuperet terræn. Tæl med Gert på 03-246506 senest mandag, den 14. maj.

VIL DU MED TIL MØN ?

Den 2. og 3. juni 1973 arrangerer O-63 internationalt løb på Møns Klint! Lørdag eftermiddag er der en meget fin mulighed for at stifte bekendtskab med Klinibeskovens kraftige kuperinger, små detaljer og tattede underskov. Denne dag løbes individuelt, medens der om søndagen arrangeres nogle korte stafetløb i samme område. Nærmere om dette arrangement i næste udgivelse. Klubblod!

LØB I HJLLANDET:

I påsken er der lørdag, søndag og mandag tre fine løb i Vst-Skåne nord for Kristianstad. Det muligt af nøjes med et eller to af løbene, hvis man synes, at tre starter på tre dage er for hårdt. Der kan skaffes overnatning bl.a. på en skole i Lönsboda. Normal tilmeldelsesfrist er udløbet, men man kan få lov til at starte med BOEBELT startafgift! Ring til Gert, hvis du vil med.

9. juli - 15. juli 1973: 5-DAGARS i Dalarna.

Tilmeldelse senest onsdag, den tredje maj 1973. Har du endnu ikke oplevet dette gigantarrangement, har du her muligheden for at kombinere o-løb med en ferietur i Sveriges skønneste egne omkring Siljefjällen. Find sammen i bilhold eller tag hele familien med - du må opgive at se 10.000 løbere starte og gennemføre 5 løb. Man snakker orientering i teltlejren (5000 telte), samtaler om orientering i bilerne til og fra løbene, og man diskuterer orientering i bådene, på samlingspladsen, i sovposer, med og uden mad i munden - kort sagt: Man får orientering på hjernen i fem dage - - - men det er skönt og uforpligtende. Herligt at tænke tilbage på.

Når du så har fået overblikket 0-ringens 5-DAGS, må du virkelig benægte dig for ikke at træke at tage til 0-dages-løb i Schweiz. Du kan komme med på en bus-tur fra Odense til Bern-området for mellem 610 og 1200 kroner, alt efter, hvilket krav du stiller til køst og logi. Turen går i tiden 22. - 31. juli. Er du interesseret, kan du kontakte Bert senest torsdag, den 10. maj.

I hagl og storm



Tre F.I.F.-ere var med i Svanninge Bakker i april.

O.O. stod som arrangerer af et nationalt ranglisteløb i fynboernes vedvarende orienteringsterræn. Desværre havde de ikke allieret sig med vejrguderne, for forudsigelsesbetød på forrygende hagl- og regnbyger, som kom rullende ind fra Lille Bælt med stormstyrke i vindstødene. Det var en samling gennemslidte løbere, der efter tur gjorde sig klar på et lille brandstætte, hvor starten gik. Men på trods af vejret lykkedes det O.O. at få halet en succes i land. Banelængden var især for herre-eliten vedkommende noget god. På banen var der en serie langstræk på 1,5 - 1,8 km, og det gav alt hvad man kunne ønske sig af kortløbings- og vejvalgeproblemer. Det lykkedes ikke at buse lige på, derfor var terrænet alt for kuperet - sevidtancen var 6 meter og kurverne så ganske lavt! Desuden havde man udnyttet den vestligste del af skoven meget fint, idet man her - i det mest vildsommelige område - havde lagt nogle kortere stræk, som sætte meget store krav til kortløbingssevnerne. Og resultaterne blev fine: Vibe blev nr. 2 - slået af Inger Tholanderon med 6 min. Jørgen Chr. Nielsen var kun 7 min. efter vindaren i Herreklassen, hvor jeg selv kun (i) var 19 min efter.

71 løbere til natløbsløb i St. Dyrehave.

Der er for tiden en kolossal interesse for at løbe natløb. Onsdag, den 4. april mødte 71 løbere op til et uformelt natløb, som startede fra P-pladsen på Istersdvejen. Henning Gudmandsen havde tilbudt mig sin hjælp på startstedet, og takket være xx ham, lykkedes det at få startet alle på mindre end en time. Desværre er køret i den sydøstlige del af skoven ret dårligt, så en del løbere fik nogle problemer med umærkede ting. Alligevel blev der opnået pene tider:

8,4 km:	Ole Husen	HOF	1.03
6,7 km:	Ole Vexø	FIF	1.05
4,6 km:	Esmae Sunborg	Vedh.o.45	
Øvrige F.I.F.-ere opnåede følgende tider:			
8,4 km:	Jørgen Chr. Nielsen		1.21
	Bendt Pedersen		1.35
6,7 km:	Hans Sloth		1.17
	Flemming Nielsen		1.43
4,6 km:	Preben Sloth		1.21
	Vikr. Olsen		1.11

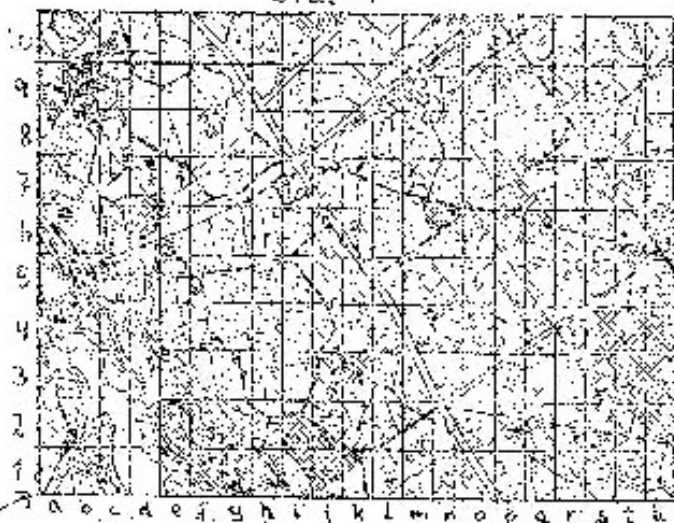
Flemming Nielsen syntes så godt om banerne, at han tilbød at hente posterne ind næste dag. Tak for hjælpen til Flemming og Henning.

KLUBMÆRKE - KLUBDRAGT.

Det nye klubmærke er blevet modtaget særdeles positivt, og forhåbentlig vil alle inden længe have anskaffet sig mindst et - og helst flere, så det kan ses både på løbsdragten og overtræksøjlet. Du behøver ikke anskaffe noget fint og dyrt løbetøj for at give klubmærket de rette omgivelser, du vil hurtigt opdage, at din gamle anorak og bluse bliver kvikket op ved at sætte mærket på. Og så kan vi an-
sæ, at du er F.I.F.-er!

Klubmærket koster 4 kroner og er i en særdeles god forarbejdning.

I bestyrelsen har vi diskuteret, om en klubdragt kan blive næste skridt på vejen, men vi er indtil videre stoppet ved så anociale, is at løberne, næste gang de fernyer overtræksøjlet, køber lyseblåt.

Månedens opgave:

Kender du Store Dyrehave ?

Se godt på de små kortstumper og find ud af, hvor de hører til - det første er på forhånd oplyst. Vil du være med i en lille øget om to klubmærker, skal du blot være hurtig og sende løsningen til Gert Bøgevig, Egernvænget 301, 2980 Kokkedal senest 30. april 1973. Første rigtige løsning, udtrukket blandt de indsendte løsninger, giver to mærker. De fem sidste udklip er venet på hovedet !

Klip

1. 1-a 2. ___ 3. ___ 4. ___ 5. ___ 6. ___ 7. ___
 8. ___ 9. ___ 10. ___ 11. ___ 12. ___ 13. ___ 14. ___
 15. ___ 16. ___

Navn: _____

Nu har du stiftet bekendtskab med første nummer af "O-fif", og forhåbentlig har det ikke skuffet dig alt for meget. Vil du være med til at holde liv i klubbladet, skal du altså blot levere lidt "stof" til den selvbestaltede redaktion, som så vil redigere stoffet efter bedste evne. Forhåbentlig vil det kunne lade sig gøre at få bladet ud 8-10 gange om året, nogle gange med 4 sider - andre gange med 8 sider.

"Stof" til "O-fif" sendes til:
 Gert Bøgevig, Egernvænget 301, 2980 Kokkedal
 03-246506.

Filmeldelse sker til:
 Karin Aagesen, Herman Justsvej 13, 3400 Hillerød
 03-261386

Startafgifter og kontingenter til:
 Leif Berg-Sørensen, Geresvej 12, 1863 Kbh. V.-
 Gironummer: 166984.

Nye medlemmer:
 Jørgen Qvortrup, Skippermosen 7, 3400 Hillerød
 03-269715
 Carsten Drejager, Nørreknæ 257, 2610 Rødovre
 Velkommen i klubben !

Overført til passivt medlemskab:
 Børge Petersen og Tonni Nielsen.

Udmeldte medlemmer:
 Inge Poulsen, Leif Hansen, Åge Damsgård
