

O-FIF

32. årgang

December 2004

Nr. 7



FIF Hillerød Orientering

O-FIF nr. 7/2004

Dette nummer af O-fif er årets sidste. Det forudgående orienteringsår har været et meget aktivt år for rigtig mange klubmedlemmer. Hver især har vi vel vores højdepunkter – jeg har et par stykker!

Redaktøren har haft mange planer med O-fif, en plan til mere involvering af læserne! Det er blevet ved planerne! MEN næste år sker der noget!!

Det kommende år vil ligeledes stille lidt større krav til flere af os om mere involvering i klubbens liv og administration. En klub kører ikke sig selv – og slet ikke en ambitiøs klub som FIF Hillerød. Tag del i strukturdebatten, som Carsten og bestyrelsen har lagt op til – læs det reviderede forslag til struktur i dette nummer af O-fif.

Læs desuden Ivars indlæg – som også kan betragtes som et opråb – et nødråb – et advarselsråb!

Tag del idebatten. Vi ses i skoven.
;-) leif

Indhold

1. divisonsmatcherne	4
Sommer-o-løb og venskaber.....	4
DM weekenden i det jyske	6
Klubskituren i uge 7	8
Billeder fra en øde ø!.....	9
Banelægning – 4 svar	11
Åbne løb	13
Nye medlemmer	14

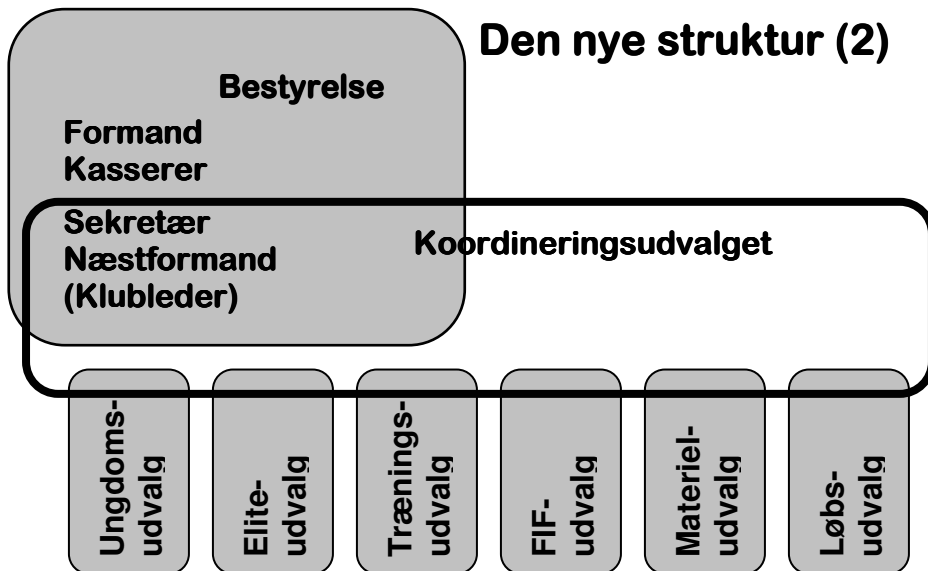
Deadlines og udgivelsestidspunkter

	Deadline	Udgivelsesuge
Nr. 1	27.1.	6
Nr. 2	10.3.	12
Nr. 3	28.4.	19
Nr. 4	9.6.	25
Nr. 5	18.8.	35
Nr. 6	29.9.	41
Nr. 7	24.11.	49

Forsiden: Klar til endnu en spændende Spring Cup ;-) leif

Revideret oplæg til ny struktur

På grundlag af de diskussioner, som vi havde på mødet d. 16/11 2004, bringes her et ændret oplæg. De enkelte ændringer gennemgås nedenfor.



Bestyrelsen består af 4-5 personer:

- Formanden, som er den øverste ansvarlige og repræsenterer klubben udadtil, samt sørger for at vedligeholde klubbens overordnede målsætninger og planer.
- Kassereren, som er ansvarlig for økonomien, herunder både budget og regnskab.
- Sekretæren, næstformanden og evt. en klubleder, som udover deres egne ansvarsområder (f.eks. referater, O-FIF og hjemmeside) sammen eller hver for sig er ansvarlige for at koordinere aktiviteterne i klubbens udvalg.

Bestyrelsen holder møde ca. 4 gange om året, heraf 2 gange sammen med repræsentanter for hvert udvalg.

Hvis udvalgene fungerer optimalt, vil koordineringsopgaven være en mindre sag, som vil kunne varetages af sekretær og næstformand, evt. med en række udvalg fordelt mellem sig. Der kan dog hurtigt blive behov for en større indsats for at støtte

eller genetablere udvalg, som f.eks. har behov for nye medlemmer eller får større problemer.

Side 5

Derfor er der skitseret en klubleder, som evt. kan være en lønnet person. Skal vi ind på denne bane, vil der dog være behov for grundlæggende ændringer i vores holdninger til det at drive en forening. Vi kan blive nødt til at ændre afgørende i kontingenter og evt. også aflønne andre funktioner symbolsk, f.eks. i form af kontingentnedsættelse for dem, som yder et stykke arbejde for klubben. Denne diskussion bør vi tage i løbet af 2005, såfremt det ikke viser sig muligt at bringe klubbens ledelse i en forsvarlig stand på anden vis.

Udvalgene består af hver mindst 2 personer – men helst mange flere, f.eks. 4-5 stykker. Udvalgene er i fællesskab ansvarlige for de opgaver, som i hovedtræk er udstukket af bestyrelsen, men som i detaljer er beskrevet af udvalget selv. Det bør være en årlig opgave at gennemgå og tilpasse udvalgets arbejdsgrundlag for at sikre, at det altid er tidssvarende, lever op til klubbens overordnede målsætninger og passer til de faktiske omstændigheder i klubben.

Hvert udvalg må sikre sig, at der altid er en kontaktperson, som er ansvarlig for arbejdet i udvalget og for at deltage i koordineringsudvalget. Dette "job" kan gå på omgang, så ingen i for lang tid føler et pres, hvis dette er et problem.

Koordineringsudvalget består af mindst 7 personer, som dog kan skifte fra møde til møde:

- Den eller de koordineringsansvarlige fra bestyrelsen, som er ansvarlige for, at udvalgene er besat med kompetente personer.
- Ungdomsudvalgsrepræsentanten, som varetager alle ungdomsaktiviteter samt kontakten til TKC Spring Cup.
- Eliteudvalgsrepræsentanten, som varetager alle eliteaktiviteter samt kontakten til Spring Cup OK.
- Træningsudvalgsrepræsentanten, som varetager klubbens trænings- og rekrutteringsaktiviteter, herunder også MTBO.
- FIF-udvalgsrepræsentanten, som varetager klubbens sociale aktiviteter, klubture, uddannelse m.m. Herunder også aktiviteter indenfor skisport.
- Materieludvalgsrepræsentanten, som varetager klubhus og materiel.
- Løbsudvalgsrepræsentanten, som varetager klubbens arrange-menter på terminslisten med hensyn til såvel stævner som kort.

Koordineringsudvalget holder møde ca. hver anden måned, heraf 2 møder sammen med hele bestyrelsen.

Hvad er ændret i forhold til det første oplæg?

Der er fokuseret mere på at få udvalgene i gang – med eller uden en decideret formand for disse. Mange har givet udtryk for at ville give en hånd med, men få vil umiddelbart binde sig til at være formand. Derfor prøver vi nu, om det kan fungere med skiftende kontaktpersoner.

Side 6

Vi er klar over, at ”klublederen” kan blive en vanskelig post at besætte, og derfor lægger det nye oplæg op til, at der kan fortsættes uden en decideret klubleder, som koordinerer udvalgenes opgaver – eller alternativt, at der tages fat på diskussionen om en aflønnet klubleder.

Klubleder eller ej, med mindre alle udvalg kører helt af sig selv, vil der være behov for at løse de koordineringsopgaver, som opstår, og de bør ikke længere ligge hos den samlede bestyrelse (og dermed ofte hos formanden). Der skal gøres plads til mere strategiske og fremsynede tiltag, som kan bringe klubben videre i den ret turbulente tid, vi og orienteringssporten befinder os i.

Hvordan kommer vi videre?

På basis af de tilbagemeldinger, der er kommet via skemaer, mails og på mødet, vil jeg udsende mails til de personer, som har responderet på opgaver i de enkelte udvalg. Jeg vil også udpege en enkelt som initiativtager til at få afholdt et møde i hvert af de foreløbige udvalg.

Skemaet på hjemmesiden vil blive opdateret, så det reflekterer det ændrede oplæg. Vi tror nemlig, at mange flere gerne vil udfylde det for derved at tilkendegive, at man gerne vil deltage i et af udvalgene (uden at ”risikere” at blive valgt til udvalgsformand).

Det er så op til jer, at få behandlet dette nye strukturoplæg og udvalgsoplægget fra særnummeret. Hvert foreløbigt udvalg skal inden generalforsamlingen (i slutningen af februar 2005) løse følgende opgaver:

- Nedsættelse af det egentlige udvalg
- Fastlæggelse af eventuelle udvalgsmøder og/eller kommunikationsform
- Fastlæggelse af ansvarsområder for udvalget
- Etablering/konfirmering af eventuelle underudvalg (som f.eks. allerede er godt bemanded)

I januar holder vi endnu et fællesmøde, hvor resultaterne – og eventuelle mangler – kan tages op, såfremt der er behov for dette.

Har nogle udvalg behov for specielle bevillinger på budgettet for 2005, vil dette også være muligt på det tidspunkt, idet budgettet først skal være klart på generalforsamlingen.

Og så venter vi på at se dig i et af de mange udvalg, som snart går i gang med at definere vores nye fremtid som Danmarks bedste klub!

/Carsten Dahl, formand

Hytteregler for FIF Hillerød's klubhus

December 2004

Kompashuset er klubhus for alle medlemmer af FIF Hillerød Orientering, og kan således frit benyttes ved træning til omklædning, bad og klubhygge, når følgende punkter overholdes:

- 1) Ingen snavsede sko må tages med ind i huset.
- 2) Pigsko må under ingen omstændigheder benyttes i huset.
- 3) Efter bad skræbes vand af vægge og gulv med gummiskraberen.
- 4) Kopper, glas og bestik skal efter brug sættes i opvaskemaskinen.
- 5) I øvrigt efterlades huset pænt og ryddeligt. Husk at lukke og låse døre og vinduer.
- 6) Kompashuset kan vederlagsfrit udlånes til følgende, idet der dog beregnes et gebyr til dækning af slid på klubbens inventar og udstyr:
 - a. Alle afdelinger af FIF Hillerød og venskabsklub(ber).
 - b. Alle klubber under selvstyreordningen for Hillerød Stadion.
 - c. Danske og udenlandske orienteringsklubber.
 - d. Dansk Orienteringsforbund.
 - e. Andre sportsklubber, efter indstilling fra kommunens idrætsudvalg.
 - f. Medlemmer af FIF-O, dog kun i forb. m. **registrerede medlemmers mærkedage**. Medlemsskabet skal have eksisteret i mindst 1 år.

Alle orienteringsarrangementer har 1.prioritet.

- 7) Ansøgning om lån af Kompashuset skal ske til **tilsynsførende** i god tid.
- 8) Gebyret for lån af Kompashuset udgør normalt:
 - a. Kr. 0 for gruppe a og b
 - b. Kr. 400 pr. døgn for gruppe c og d.
 - c. Kr. 800 pr. døgn for gruppe e og f

Reducerede gebyrer kan ved særlige lejligheder forhandles for mindre grupper.

Desuden betales et depositum på kr. 500 til dækning af eventuelle skader samt efterrengøring.

- 9) Leje af Kompashuset er først godkendt, når **lejekontrakt** er udfyldt og underskrevet af **tilsynsførende**.

Side 8

- 10) Påføres der skader på hus eller inventar, er der erstatningspligt og skaden skal omgående meddeles **tilsynsførende**.
- 11) Medlemmer af FIF-orientering har til enhver tid ret til at benytte bad og omklædning i Kompashuset.
- 12) **Det er under ingen omstændigheder tilladt at låne Kompashusets inventar til privat brug udenfor Kompashuset!**

Undtaget fra denne regel er orienteringsudstyr (skærme, stativer o.l.), som efter særlig tilladelse fra bestyrelsen kan lånes til private arrangementer.

Tilsynsførende:

Jens Holmgård

tlf. 4826 9237

The logo for Hansaplast features the brand name in a bold, white, sans-serif font against a dark blue background. The blue background is shaped like a curved banner that tapers to the right. Below the blue banner is a solid orange horizontal bar. A registered trademark symbol (®) is positioned to the upper right of the word 'Hansaplast'.

Hansaplast®

Ingen julespøg eller nytårsløjer!

Tirsdag den 16. november kl. 19-ca. 21 var der møde i Kompashuset, hvor bestyrelsens ”*Oplæg til ny klubstruktur*” blev drøftet. I betragtning af klubbens store medlemsskare var det meget skuffende, at kun en snes af klubbens medlemmer var mødt frem, men glædeligt var det, at ca. en tredjedel af dem tilhørte de yngre årgange.

Fortid eller fremtid?

Alle klubbens medlemmer har modtaget bestyrelsens oplæg, som derfor ikke skal gentages her, men som kan være rart at have ved hånden ved læsningen af denne artikel. **Ikke**

har forstået, at det fremtid på høje niveau og der står på godt være, at et klubbens lige glade med niveau i det danske

”Ikke alle medlemmer har tilsyneladende forstået, at det er klubbens fremtid på dens nuværende høje niveau og store bredde, der står på spil”

alle medlemmer tilsyneladende er klubbens dens nuværende store bredde, spil. Det kan så flertal af medlemmer er klubbens høje hillerødsanske og

orienteringslandskab og den store medlemsskare, men det kunne jo godt være, at de så heller ikke i fremtiden ville få tilbud, der gør det attraktivt at løbe orienteringsløb i FIF Hillerød.

Alle har travlt...

Vi lever i en tid, hvor alle medlemmer af vor klub har travlt. Alle kan finde en god forklaring eller undskyldning for ikke at påtage sig denne eller hin opgave. Det kan gå godt de første par gange, men hvis man hele tiden undslår sig for at løse en opgave, går det galt til forening kan ikke større eller mindre grad sig selv. En klub er et sådant kan kun man gensidigt forpligter Ingen er dog forpligtet ud kunne jo være, man selv tror, hvis man altså chancen for at vise det?

”der er for få, der vil være ansvarlige for noget i en længere periode”

sidst. En klub eller eksistere, uden at **alle** i tager ansvar for andre end baseret på fællesskab, og virkeligt eksistere, hvis sig over for hinanden. over sine evner, men det evnede mere, end man fik – eller selv tog -

Vor klub er stor og engageret i en masse spændende opgaver, hvilket også fremgår af oplægget. Det kræver arbejde, og det kan ikke forventes, at man fremover kan få en bestyrelse til at varetage alle disse mange opgaver. Hvis en bestyrelse kun lige med største besvær kan få de mange daglige og praktiske opgaver løst, hvordan skal den så få overskud til at tænke kreativt om fremtiden, opstille visioner for, hvordan klubben kan udvikles m.m.? Og dette er en vigtig opgave for en bestyrelse.

Mange af klubbens medlemmer yder en stor indsats på mange forskellige felter. Det skal man endelig ikke tage fejl af, og det påskønnes i allerhøjeste grad. **MEN der er for få, der vil være ansvarlige for noget i en længere periode. Dette problem skal løses!**

Strukturskitzen

På side 4 i oplægget er angivet en skitse for en ny struktur, og den blev diskuteret meget indgående på mødet den 16.11. Den vil fremtræde i en ny – forbedret – udgave, som I alle forhåbentlig er blevet bekendt med, når disse linier læses. Vi skal have en bestyrelse, men om der skal være en klubleder blev kraftigt diskuteret, herunder også en mulig aflønning (herom senere). En mellemløsning kunne være, at funktionerne som næstformand og sekretær blev fordelt på 2 personer, og næstformanden påtog sig nogle af de opgaver, som klublederen var tiltænkt.

Klubleder eller ”Generalsekretær”

Man må dog gøre sig klart, at hvad enten det er en klubleder eller et ekstra bestyrelsesmedlem, der skal løse nogle af de mange opgaver, der i dag tilsyneladende ustandseltigt lander på formandens bord, så han forhindres i at løse mere overordnede opgaver, så skal der findes en løsning og aflastning. En klubleder kan opfattes som en slags generalsekretær, administrator, koordinator eller hvad man nu måtte kalde ham/hende. Afgørende er ikke titlen, men at opgaverne løses. Disse må kunne defineres klart og entydigt, og som jeg forstod på mødet var udvalgs- tovholder fiktionen måske den mest påtrængende?

Udvalgene er fundamentet

Helt centralt i modellen står de 6 udvalg. Det er muligt, de kan reduceres til 5, men det har så til følge, at der er tilbud/opgaver i klubben, som ikke vil findes eller kan løses. De 6 udvalg bør bestå af et tilpas stort antal personer med interesse for det pågældende udvalgs arbejdsområde. Alle bør være lige engagerede, men 2 personer (A og B) være udpeget som særlige kontaktpersoner til bestyrelsen. I realiteten burde alle i et udvalg kunne melde lige godt tilbage til bestyrelsen og den øvrige klub om, hvad der sker i udvalget, hvor langt man er, hvilke problemer man slås med etc. Nogle skal måske oplæres i den funktion hen ad vejen? I begyndelsen bør A være den, der hyppigst indkalder til møder m.v., men B skal hele tiden være klar til at træde til, hvis A af en eller anden grund er forhindret. Udvalget skal fungere

som **et team**, hvor alle føler ansvar for, at udvalgets målsætninger og opgave opfyldes, men et par stykker skal hele tiden være parate til at tage et særligt initiativ.

VRF-udvalget eller Introudvalget

At dette kan lade sig gøre, vil jeg i al ubeskedenhed dokumentere ved at henvise til den måde Introudvalget (eller Rekrutterings- og fastholdelsesudvalget) har fungeret på i sin treårige periode. En havde påtaget sig ledelsesansvaret, men når han ikke kunne være til stede, fungerede en anden, og arbejdet fortsatte som hidtil. De andre i teamet følte samme ansvar som de to førstnævnte, hvilket bl.a. kom til udtryk i, at udvalgsmedlemmerne altid sikrede, at der var mindst et par stykker til stede ved de annoncerede træningsløb eller andre aktiviteter.

Honorering eller gulerødder?

På mødet den 16.11. diskuteredes forskellige motivationsmuligheder for at få løst diverse udvalgs opgaver. Det kunne dreje sig om reduktion i kontingent, hvis man deltog i et udvalg, og her kunne visse gradueringer sikkert godt diskuteres på plads. En egentlig klubleder blev også aflønning af en fordele og ulemper, det administrative diskuteres med de omfattende, at det arbejde er blevet så omfattet, at det drejer sig om ca. 20 timers ugentligt arbejde for at få klubbens mange aktiviteter til at fungere – herunder ganske mange follow-ups-, så kunne det være en overvejelse værd at lade en person, f.eks. en ældre studerende eller anden, der ikke var ”belastet” af stor trænings- og løbsmængde som eliteløbere er det, have det som sit erhvervsarbejde. Det kunne jo også være en med stor interesse for orientering – ældre end en studerende -, der havde brug for at tjene en ekstra skilling?

”Formanden kunne jo honoreres som 20 timers erhvervsarbejde”

Ikke vort problem alene

Når formanden for landsorganisationen DGI (Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger) i nr. 3 af organisations blad ”Udspil”, november 2004, i bladets leder for alvor drøfter emnet med ansatte ledere i fremtidens foreninger, (herunder hvor pengene hertil skal komme fra), så må man være klar over, at problemet med arbejdspress på foreningsledere ikke bare er noget, der opleves i vores klub. Det kan derfor også blive nødvendigt indgående at drøfte dette emne fremover i relation til, hvordan vi får vor klub til at fungere bedst muligt.

Fanden på væggen – eller ej?

Det er muligt, at jeg maler fanden på væggen, men jeg tror faktisk ikke jeg overdramatiserer. Igennem længere tid har jeg selv følt, at det måtte være muligt for

Side 12

flere at påtage sig blot små opgaver, hvilket jeg også har givet udtryk for her i bladet, f.eks. i forbindelse med vanskeligheden ved at skaffe banelæggere. Det må

være muligt for de fleste at tage perioder af f.eks. 2 år i et udvalg og gå helhjertet ind for sagen, holde pause i nogen tid og så igen byde sig til. Er der blot tilstrækkeligt mange i de forskellige udvalg, bliver opgaverne heller ikke uoverstigelige.

Et godt initiativ

Bestyrelsen skal roses for sit omfattende og konstruktive oplæg til en strukturdebat og for, at den indkaldte til møde om problemerne i god tid inden

generalforsamlingen i
tid til at finde
forhåbentlig de fleste
og skulle det være
opfordre bestyrelsen til
til endnu et
januar, så endnu flere
inden

**”der skal findes
en løsning inden
generalforsamlin
gen i februar”**

februar 2005. Der er
løsninger på
af de rejste problemer,
nødvendigt, vil jeg
at overveje at indkalde
klubstrukturmøde i
ting kunne afklares
generalforsamlingen.

Nødvendigheden af et sådant møde må afhænge af, hvordan klubbens medlemmer – og det vil også sige, **hvordan du reagerer og handler på baggrund af det oplæg, bestyrelsen har udsendt**, og som formanden sikkert vil supplere med nogle kommentarer

Strukturoplægget er bestemt ikke ment som en julespøg, og nytårsløjerne bliver vist meget afdæmpede, hvis vi ikke i tide tager ledelsesproblemerne i klubben alvorligt.

Med venlige hilsner fra Ivar Berg-Sørensen.



**NYT KLUBTØJ?
RING TIL BETTY FOLINO
48 26 16 43**

Klubtur til Påskeløb 2005

Selv om dagene bliver mørkere og kortere, er det alligevel tid til at kigge frem mod sæsonstarten næste år.

Traditionen tro vil årets første klubtur finde sted i forbindelse med Påskeløbene, der afholdes i Kollerup og Svinkløv Plantager i Nordjylland i dagene 24. – 26. marts.

Der er altså tale om mere spændende terræner end de sidste par år, og vi håber på en god tilslutning fra de løbehungrende medlemmer ovenpå en lang vinterdvale.

Du kan se kortudsnit fra området på Aalborg OK's hjemmeside:

<http://www.orientering.dk/aok/paaske2005/default.asp>

Jeg har lejet en hyggelig lejrskole omkring en halv times kørsel fra løbsområderne. Den er ikke voldsomt stor og luksuriøs, men hensigtsmæssig og ret billig. Der er plads til 35-40 personer i mindre soverum med køjer. Der er store fællesarealer, således at vi får mulighed for fælles spisning og hygge.

Prisen vil nok blive omkring 100 kr. pr. person pr. overnatning. Jeg har også købt os fri af slutrengøringen. I vil få nærmere oplysninger i O-FIF og på klubbens hjemmeside i januar måned.

Du kan se mere om lejrskolen på deres hjemmeside: <http://www.faaruplejrskole.dk/>
/Gunnar



Vigtige løb i år 2005

Året 2004 har været et ”jydeår” forstået på den måde, at mange af de vigtige løb har foregået på den anden side af Storebælt. Blandt andet blev DM-weekenden flyttet fra Østkredsen til Nordkredsen på grund af EM.

Næste år ser noget anderledes ud. Her følger en oversigt over de vigtigste løb, sådan som de tegner sig i den foreløbige terminsliste for 2005. Sæt allerede nu kryds i kalenderen!

24. – 26. marts: Påskeløb i Kollerup Plantage og Svinkløv Plantage.
Klubtur med overnatning i Fårup Lejrscole.

2. april: DM Sprint med OK Pan som arrangør
2. april: DM Nat i Stendal-Ulvedal Plantage (ved Karup)

16. april: SM Stafet i Nødebo/Grib Skov Syd
17. april: SM Klassisk i Ny Tolstrup

7. maj: KUM Klassisk i Vejers Nord (i Vestjylland)
8. maj: KUM Stafet i Ål Plantage (i Vestjylland)

20. august: JFM Stafet i Gaurslund/Gårslev (ved Fredericia/Vejle)
21. august: JFM Klassisk i Munkebjerg (ved Vejle)

27. august: DM Kort i Grib Skov Esrum
28. august: Midgårdssormen i St. Dyrehave

10. september: DM Stafet i Holstenshus (på Sydfyn)
11. september: DM Klassisk i Brahe Trolleborg (på Sydfyn)
Klubtur med overnatning på Lundeberg Strand Camping

18. september: DM Lang i Jægerspris Nordskov

13. november: Jættemil i Tisvilde Hegn

/Gunnar

Spring Cup 2005

Vi skal være mange hjælpere!

Spring Cup nærmer sig, og vi er så småt ved at tænke på mandskabsplanen til næste Spring Cup d.

18.-19.- 20. marts

Spring Cup er et stort internationalt orienteringsløb arrangeret af FIF Hillerød og OK Øst i fællesskab. Der er natløb fredag aften, klassisk distance om lørdagen samt stafet om søndagen.

I weekenden er der godt 200 mennesker i sving, så vi har brug for alle, der kan hjælpe til i et eller andet omfang, og du behøver ikke at have mange års o-løbs erfaring for at være med.

Under selve løbene skal der selvfølgelig bruges mange hjælpere, men der er også behov for folk fredag eftermiddag (postudsætning, stævnepladsopbygning mm) samt HELE weekenden på skolerne, der benyttes til overnatning for mange af løbsdeltagerne. Der skal være vagter på skolerne døgnet rundt samt ryddes op om søndagen.

Ring eller mail til os og fortæl hvornår du kan hjælpe samt om du har nogle særlige jobønsker.

Det er ikke os i år, men jeg ved ikke hvem det er endnu, så jeg sender det videre.

Karen Jensen, OK ØstEva Konring Olesen, FIF Hillerød

Tlf. 35 43 13 05Tlf. 48 26 56 81

karen.jensen@alone.dkekol@hillerod.dk



Åbne løb – i nærheden

Dato	Kat.	Skov	Kreds	Klub	Tilm.	Bemærkning
15/12	D	Lille Hareskov	ØK	Ballerup OK	10/12	Nat-cup
18/12	D	Tokkekøb Hegn	ØK	Lyngby OK		Vintercup
8/1	D	Aldershvile / Bøndernes Hegn	ØK	OK Øst		Vinter Cup
9/1	Ds	Kongsøre skov	ØK	Holbæk OK		Nytårs stafet
22/1	D	Præstevang	ØK	Lyngby OK		Vinter Cup
5/2	D	Rude Skov	ØK	OK Øst		Vinter Cup
27/2	D	?	ØK	Ballerup OK		Lyhnes Langfærd
2/3	C	Lystrup	ØK			Sm-nat 1
6/3	B	Vest Sjælland	ØK	Herlufsholm OK		Langdistance
9/3	C	Geelskov	ØK	OK-73		Sm-nat 2
12/3	C	Vallø storskov	ØK	Køge OK		Regional Syd 1
13/3	B	Jægersborg Hegn	ØK	Søllerød OK		BOM-løb
16/3	C	Lille Hareskov / Jonstrup Vang	ØK			Sm-nat 3
18/3	Dn	Teglstrup Hegn	ØK	FIF/OK Øst	15/02	Spring Cup nat
19/3	A1	Tisvilde Hegn Øst	ØK	FIF/OK Øst	15/02	Spring Cup klassisk, WRE
20/3	Ds	Gribskov Nord	ØK	FIF/OK Øst	15/02	Spring Cup stafet

Yderligere omtale af disse løb og invitationer til flere kan findes via www.o-service.dk



-karruselliste

Dag	Dato	Skov/område	Mødested	Krak	Arrangør	Starttid
sø	12-12	Hammermølles koven	Skindersøvej	27 G1	HSOK	09:30-10:00
sø	26-12	Teglstrup	Klubgården Gl. Hellebækvej	28 D6	HSOK	10:00-11:00
on	29-12	Teglstrup	Klubgården Gl. Hellebækvej	28 D6	HSOK	17:00-18:00
sø	02-01	Nyvang og Farum Lillevang	Farumvej	104 K3	Kildeholm	10:00-11:00
sø	09-01	Nyrup Hegn	Naturcent. Kongevejen	37 K6	HSOK	09:30-10:00
lø	15-01	Lystrup	Lystrupvej	93 G1	Farum OK	13:00-14:00
sø	16-01	Egebæksvang	Flynderupgård	47 K1	HSOK	09:30-10:00
sø	23-01	Krogenberg	Ravnebakkevej	37 E6	HSOK	09:30-10:00
lø	29-01	Slagslunde	Kollensøvej	103 H3	Farum OK	13:00-14:00
sø	30-01	Lave skov	Gl. Strandvej	57 H7	HSOK	09:30-10:00
sø	06-02	Rude skov	Svaneparken	96 K2	OK Øst	09:30-10:00
lø	12-02	Uggeløse skov	Krogenlundvej	94 C6	Farum OK	13:00-14:00
lø	19-02	Tokkekøb Hegn			FKBU	13:00-14:30
sø	20-02	Tokkekøb Hegn			FKBU	09:30-11:00
lø	05-03	Teglstrup syd	Gurrevej	37 K4	HSOK	13:00-13:30
lø	12-03	Horserød	Esrumvej	26 J7	HSOK	13:00-13:30
ti	29-03	Farum Park	Klubhuset på Ryttergårdsvej	105 G2	Farum OK	17:00-18:00

NORDSJÆLLANDS ♦
MATERIELUDLEJNING APS

v. Søren Sloth

Industrivænget 44, 3400 Hillerød Tlf. 48 24 16 17

Goddag til:

Morten Liborius Jensen
Trine Siewartz Nielsen
Leo Mathiesen

Ny adresse:

Peter Jørck
er flyttet til
Haldagerlillevej 7 A, Haldagerlille
4250 Fuglebjerg

Thomas Meyer er flyttet til
Petersborgvænget 24 st. mf.
3400 Hillerød
Tlf: 6614 4159

Farvel til:



www.VinBlanc.dk
Virumgade 34
2830 Virum
20 11 43 34

Info@VinBlanc.dk

Husk at mærke din bestilling med "FIF", så klubben ved årets udgang kan modtage 15 % af prisen i sponsorat.