



## Formanden har ordet

Det har været et forrygende forår og sommer indtil nu.

Forårssæsonen startede med divisionsmatch på Sukkertoppen. Når man ser på bredden af KaSki, så er vores placering som nr. 3 ikke så ringe endda. Kort efter ramte vi Påsken, hvor vi var nogle stykker der valgte, at bruge Påskeløbet til at bo og hygge sammen, mens andre af klubbens medlemmer kom og deltog i en eller flere af etaperne. Herning og Vestjysk Orienteringsklubber formåede at lave et rigtig godt stævne med gode og udfordrende baner. Nogle præsterede til flotte placeringer mens der er andre der må ønskes "bedre held" næste gang (jeg gennemførte kun 1 ud af 3 baner)

For de af os, der havde valgt at gøre Påskeløbet til en tur så havde vi fundet et Bed and Breakfast i Husby. Et fantastisk sted hvor værterne virkelig kræsede om os.

Yvonne Glesner og Søren Mikkelsen har deltaget i NXM på distancen 35S hvor det blev til en FLOT 2. plads. Tillykke med det flotte resultat. Så må jeg ikke glemme Marianne og Peter Kleist. De har igen været på langfart for at deltage i et ekstremløb nede i ørkenen. Derudover så ser og hører man om deres deltagelse i mange flere forskellige løb både herhjemme og i udlandet. Man kan kun være imponeret.

Slutteligt så vil jeg nævne at Christian Bertel er blevet forsvarsmester i Orienteringsløb. Godt løbet Christian.

Derudover er der sikkert mange andre der har været ude og deltage i forskellige løb som jeg ikke har kendskab til. Jeres deltagelse i de mange forskellige løb og stævner rundt omkring er med til at fortælle at vi i Karup OK er særdeles aktive.

Vi vil dog gerne være flere aktive i klubben, så i løbet af efteråret vil vi igen gøre et forsøg på, at få udbredt interessen for O-sporten. Vi har før forsøgt at få skabt interesse ved at invitere til familieorientering med udgangspunkt fra klubben. Det har hidtil været uden den store succes. Nu prøver vi at vende det lidt om, forstået på den måde at vi flytter starten ud i lokalområdet. Vi starter ud i Frederiks, idet Lars-Ole har godt fat i skoleeleverne på Frederiks skole. Vi håber at vi ad den vej kan få skabt en lyst og en interesse for at prøve O-løb. Der er søgt fondsmidler til at starte projektet op, således at vi får midler til bl.a. at køre noget aggressiv og målrettet PR for tiltaget. På sigt er det planen at udvide det til Karup og Thorning. Når vi i løbet af efteråret starter op, vil der være behov for hjælpere til at sætte poster ud og samle ind igen. Det er mit håb at I, klubbens medlemmer vil støtte op om projektet. Skal det lykkes så ligger der et langt sejt træk forude.

Med disse ord vil jeg ønske jer alle en rigtig god sommer.

## Karup OK

*Karup OK*

*har mange aktiviteter  
- vel mødt på vej,  
i skov  
og i klubhuset.*

## Referat fra Bestyrelsesmødet

Som noget nyt vil referatet fra bestyrelsesmødet fremover komme som et link i nyhedsbrevet. Referatet fra bestyrelsesmødet d. 24. juni 2019 kan læses her:

<https://karupok.dk/wp-content/uploads/2019/07/20190624-Referat-fra-bestyrelsesm%C3%B8de-24-juni-19.pdf>

Alle referater kan findes på Karup Ok's nye hjemmeside: <https://karupok.dk/>

## Klubfest

HVEM VIL GERNE STÅ FOR PLANLÆGNINGEN AF

# KLUBFEST 2019

Datoen er fast, nemlig d. 16. november ☺

Kom frisk – du/I bestemmer mad og indhold,  
så hold jer ikke tilbage ☺

Kontakt næstformanden Kirsten Andersen  
24 67 62 56 eller familien@bertel-andersen.dk

## Motionsudvalget

24 timers løbet er under forberedelse og der er en rigtig god indbydelse andet steds i nyhedsbrevet. Men inden da skal vi selv afvikle Finderup Brutal cross/trail løb søndag den 11. august (se indbydelse [her](#)) Er du ikke hjælper til løbet kan du jo løbe en af ruterne (gratis for medlemmer af Karup OK) Vi har som sædvanlig også klubmesterskaberne i motionsløb lørdag den 9. november kl. 13:00. Og der afholdes Halloween torsdag den 31. oktober, men mere om det i nyhedsbrev nr. 4.

Skulle der være en blandt klubbens medlemsskare som kunne tænke sig at være med til at udvikle, skabe aktivitet og gøre motionsafdelingen mere synlig så er der en ledig plads i bestyrelsen. Skriv eller ring til undertegnede.

Hilsen Lars-Ole mobil 24621803, mail : [larskopp@live.com](mailto:larskopp@live.com)

# 24 Timersløb i Viborg

17.-18. August 2019 Kl. 12.00 – 12.00



**Er du ikke allerede tilmeldt til løbet så kan du nå det endnu:**

**Tilmelding [her](#)**

**Du tilmelder dig med navn, alder, hvilket tidspunkt**

**Du gerne vil løbe og i rubrikken for**

**Klub skriver du hvor mange omgange du vil gå/løbe**



**Lørdag kl. 17.30 ca. tændes grillen.**

**Klubben sørger for lidt kød, salat og dessert**

**Kom og nyd det gode selskab også selvom du ikke lige skal løbe på det tidspunkt**

**Så holder vi en hyggelig fællesspisning.**

**I teltet har vi kaffe/te, kage, vand, sodavand, øl, frugt, energibar m.m.**

**Søndag morgen er der rundstykker, kaffe/te m.m. til alle de morgenfriske.**



**Der vil være bemanning alle 24 timer**

**Fredag d. 16.08.19 kl.14:00 vil jeg være klar ved vores plads i Viborg for at stille telt, borde og stole op og håber at der vil være hjælpere parat 😊**

**Gert har sørget for at vi har den plads "vi plejer" at have.**

**I anden række, ganske tæt ved skiftezone og toiletterne. SKØNT. Tak Gert.**

**Motions afdeling  
Lars-Ole Charlotte**





## O-udvalget

### Klubmesterskab 2019.

Stedet for vores klubmesterskab er ikke endelig bestemt endnu men det er en mulighed at det bliver d. 13-10. Løbet er løvfaldsløbet arrangeret af Silkeborg OK.

#### Klasse

H og D -12 Dreng/piger

H og D 13-16 Junior drenge/piger

H og D 17-44 Seniorer herrer/**damer**

H og D 45-54 Yngre Old boys/**girls**

H og D 55-64 Ældre old boys/**girls**

H og D 65- Veteran herrer/**damer**

Senior klassen er åben for alle uanset alder, ellers deltager man i den aldersklasse man tilhører.

### Vores 2. divisionsmatch

**bliver i Sjørup med Karup OK som arrangør.  
Sidste tilmelding d. 30-8**

Alle dem der ikke skal hjælpe i en funktion på dagen kan tilmelde sig til Gert Bertel på mail [familien@bertel-andersen.dk](mailto:familien@bertel-andersen.dk) eller via o-service.

Husk at tilmelde under KaSki OK når det er divisionsløb.

### Vintertræningen 2019

Forventes at starte d. 5-10 kl. 1300.

Konceptet bliver sandsynligvis lidt anderledes i år med start på et bykort i Frederiks og hver anden gang i Havredal plantage. Vi vil prøve at sats på at få nye løbere i gang fra Frederiks området, med vægt på ungdomsløbere og deres familie. Der vil som sædvanlig også blive tilbud et løb til vores nuværende løbere og løbere fra vores nabo klubber.

Læs mere om det i formandens indlæg.

## Karup sportsuge.

I forbindelse med sportsuge i Karup vil vi tilbyde et orienteringsløb d. 25-8 fra Lunden i Karup. Der er åben for at prøve et mange-post-løb i Karup by og nærskov for vores egne medlemmer og interesserede fra byen. Tidspunktet forventes at blive fra midt på formiddagen og indtil kl. 13.

**Mød endelig op og vis vores klubdragter frem, så vi bliver synlig i bybilledet.**

## Åbne o-løb i nord kredsen.

Dato	Dag	Kreds	Arrangement	Kat	Skov/Sted	Start	Aktivitet	Tilmelding
28/7	søndag	Nord	Viborg MTBO 6-days <i>Forstbotanisk have</i>		Forstbotanisk have		Stage 1 Sprint	
29/7	mandag	Nord	Viborg MTBO 6-days <i>Havredal Plantage</i>		Havredal Plantage		Stage 2 Middle	
30/7	tirsdag	Nord	Viborg MTBO 6-days <i>Ebeltoft Plantage</i>		Ebeltoft Plantage		Stage 3 Middle	
1/8	torsdag	Nord	Viborg MTBO 6-days <i>Broddingbjerg</i>		Broddingbjerg		Stage 4 Long	
2/8	fredag	Nord	Viborg MTBO 6-days <i>Undallslund</i>		Undallslund		Stage 5 Mass Start	
3/8	lørdag	Nord	Viborg MTBO 6-days <i>Finderup</i>		Finderup		Stage 6 Chasing	
13/8	tirsdag	Nord	Randers by-orientering <i>Randers</i>		Randers	17:00	Randers by-orient. A	8/8
25/8	søndag	Nord	TOP-Sprint <i>Terndruplund og Terndrup by.</i>		Terndruplund og Terndrup by.	09:00	Sprint	16/8
31/8	lørdag	Nord	DM Mellem <i>Rold Skov Hesselholt</i>		Rold Skov Hesselholt	12:00	DM Mellem	16/8
31/8	lørdag	Nord	Midgårdssormen <i>Myrhøj/Uhrehøj</i>		Myrhøj/Uhrehøj	17:15	Thor og Tjalfe	21/8
1/9	søndag	Nord	Midgårdssormen <i>Myrhøj/Uhrehøj</i>		Myrhøj/Uhrehøj	08:00	Hugin og Munin	21/8
5/9	torsdag	Nord	Aarhus Festugesprint <i>Langenæs, Aarhus</i>		Langenæs, Aarhus	17:00	Sprint	
8/9	søndag	Nord	1. - 3. division <i>Sjørup plantage</i>		Sjørup plantage		Alle Division	30/8
11/9	onsdag	Nord	Nordjysk-Nat 1 <i>Alstrup Krat</i>		Alstrup Krat		Nordjysk Nat	
18/9	onsdag	Nord	Nordjysk-Nat 2 <i>Søheden Skov</i>		Søheden Skov	20:15	Nordjysk Nat Aflyst 13/9	13/9
25/9	onsdag	Nord	Nordjysk-Nat 3 ?		?		Nordjysk Nat	
28/9	lørdag	Nord	Rebild 2-Dages ?		?		C-løb	
29/9	søndag	Nord	Rebild 2-dages <i>Rold Skov Vælderskoven</i>		Rold Skov Vælderskoven		Division op- og n...	

Se mere info på [www.o-service.dk](http://www.o-service.dk)



Det er ikke til at se det hvis man ikke lige ved det, men Lars-Ole har netop rundet de 70. Et energibundt med mange jern i ilden. Ikke bare indenfor orienteringssporten, men også i ungdomsklubben og som halbestyrer. Det var derfor meget passende at multisalen torsdag den 4. juli blev fyldt med gæster fra nær og fjern. Talerne gav blot et lille indblik i alle de ting Lars-Ole har arbejdet med i tidens løb.

Lars-Ole er altid en aktiv del af de aktiviteter der foregår i Karup OK. Hvis der ikke lige er andre der kan løfte en opgave, så gør Lars-Ole det. Uanset om det er som stævneleder, stævnekontrollant, banelægger, tidtager eller hvad der nu er af opgaver i forbindelse med afvikling af et stævne. Ja ofte har han flere eller endog alle kasketter på samtidigt.



O-sporten og især Karup OK ville ikke være det samme hvis ikke vi havde Lars-Ole. Du ved, eller i hvert fald meget tæt på, alt om orienteringssporten. Dit netværk kommer os ofte til gavn. Især ungdomsarbejdet brænder du meget for og din indsats for at udvikle og udbrede O-sporten via de lokale skoler er til glæde og gavn for børn og unge.

Det er en stor ære at vi kan tilføje Lars-Ole til listen af æresmedlemmer i Karup OK.





## Karup OK

**Formand:** [formand@karupok.dk](mailto:formand@karupok.dk)

Carsten Helligsø, Præstevejen 5, Estvad, 7800 Skive. Mobil: 22797057.

**Næstformand:** [naestformand@karupok.dk](mailto:naestformand@karupok.dk)

Kirsten Andersen, Bøgevej 33, 7470 Karup. Mobil: 24676256

**Kasserer:** [kasserer@karupok.dk](mailto:kasserer@karupok.dk)

Kai Hesselberg, Skovvej 50, Frederiks, 7470 Karup.  
Telefon 30233278

**Sekretær:** [sekretaer@karupok.dk](mailto:sekretaer@karupok.dk)

Charlotte Olesen, Bregnevej 24, 7470 Karup. Mobil: 60183100

**Formand O-udvalg:** [orienteringsudvalg@karupok.dk](mailto:orienteringsudvalg@karupok.dk)

Jan Nielsen Hvidtjørnen 8, 7470 Karup. Tel: 20837169

**O-udvalgsmedlemmer:**

Ole Johnsen, Åstien 3, 7470 Karup. Tel: 97101545.

Gert Bertel, Bøgevej 33, 7470 Karup. Tel: 40215169

Jan Lauge, Vestergade 12 A, 7470 Karup. Tel: 21249880

Christian L. Rasmussen, Bregnevej 24, 7470 Karup.

Tel. 26200901

**Formand M-udvalg:** [motionsudvalg@karupok.dk](mailto:motionsudvalg@karupok.dk)

Lars Ole Kopp, Elmely 4, 7470 Karup Mobil. 24621803

**M-udvalgsmedlemmer:**

Charlotte Olesen, Bregnevej 24, 7470 Karup. Mobil: 60183100

**Løbstilmelding og cup-tilmelding:**

familien@bertel-andersen.dk

Gert Bertel, Bøgevej 33, 7470 Karup 40215169/97102532

**Løbskontobestyrer:**

Gert Bertel, Bøgevej 33, 7470 Karup 40215169/97102532

**Materielforvalter:**

Benny Johansen, Søndergade 8B, Frederiks, 7470 Karup  
Mobil: 61782659.

**Medlemskontingent pr. år:**

Junior u. 25 år kr. 200,- / Senior kr. 300,- / Familie max kr. 600,-

**Klubkonto:** Reg. nr. 5959 Kontonr.: 1065418 (Andelskassen)

**Løbskonto:** 5959 5000023 Andelskassen, Frederiks.

**Klubhus:** Ulvedalsvej, 46, Havredal, 7470 Karup

**E-mail:** [webmaster@karupok.dk](mailto:webmaster@karupok.dk) **Hjemmeside:** [www.karupok.dk](http://www.karupok.dk)



Find også vores facebook-side: Karup Orienteringsklub

Har du lyst til at skrive et indlæg til nyhedsbrevet eller til hjemmesiden, så er der deadline for næste nyhedsbrev

**1. oktober 2019**

Send dit indlæg til:

Charlotte Olesen,

Bregnevej 24,

7470 Karup

[sekretaer@karupok.dk](mailto:sekretaer@karupok.dk)

Tjek på

[www.karupok.dk](http://www.karupok.dk)

- her finder du aktivitetskalender for både o-løb og motionsløb

Karup Orienteringsklub  
har mange aktiviteter  
- vel mødt på vej, i skov  
og i klubhuset.

På vores hjemmeside kan du læse om de kommende aktiviteter. Vores aktivitetsoversigt viser både de åbne O-løb, samt de træningsløb der er planlagt i vores område. Er du i tvivl om noget vedrørende aktiviteterne, er du meget velkommen til at kontakte bestyrelsen eller O-udvalget.

## Husk

-Svømning om lørdagen i Frederiks Svømmehal  
15.00-16.00.

-O-løbstræning lørdag kl. 13.00 – 13.30 (vinterhalv  
året). Onsdage fra kl. 18.00 – 18.30 (sommerhalv-  
året).