

Orienteringsklubben Pans

Årsberetning 2023





Formandens beretning

2023 var endnu et godt år med mange positive nedslag. Det mest positive for mig har været DM Sprint weekenden i Ebeltoft og Rønne. Det var på alle måder en god weekend. Arrangementet klappede hele vejen rundt, deltagere var glade, vi fik vores sport frem på bedste vis, vejret var godt og så havde vi en super god klubtur "rundt" om hele arrangementet. Det var en fornøjelse.

Sportsligt havde klubben også et godt år. Ikke mindre end 70 DM-medaljer blev det til. 19 guld, 25 sølv og 26 bronze. Flot!

Det er også værd at fremhæve, at klubben arrangerede vinterlang kombineret med klubmesterskab i januar måned og op/nedrykningsmatch i oktober. Begge arrangementer med god tilslutning.

Derudover har vi afholdt de "vante" arrangementer som lørdagscup og Kristi Himmelfartsløb ved ungdom, NightTrail ved Eliten og NightChamp. Alle elementer har været veltilrettelagt, men specielt NightChamp mangler flere deltagere fra egne rækker. Det kan vi gøre bedre i næste sæson, som også bliver jubilæumssæson for Henrik Dagsberg løb.

Også til klubbens træningsløb har deltagelsesgraden haltet. Her skal vi have meget større tilslutning for at vi kan blive ved med at gennemføre i samme omfang og set-up. At lave et løb i Amerika Plantage med kun 5 deltagere er selvfølgelig for lidt. Træningsudvalget arbejder med en plan herfor.

Deltagelse i klubben træninger har været ok, men der er plads til endnu flere. Vores trænere arbejder hårdt på at tilrettelægge ugentlige træninger med plads til alle. Her er mulighed for at den uøvede kan få sparring og den erfarne få sved på panden. Torsdagstræningen er nu kombineret med ungdomstræningens fysiske træning samt Ebbes "Gubbetræning" med løbeture for de mere "erfarne ben". Kom og vær med, det er sjovt og hyggeligt for alle.

Tak til alle jer der stillede op til divisionsturneringerne. Desværre rakte det ikke til en finaleplads i år. Vi kan helt sikkert gøre det bedre i 2024, men det kræver, at vi er mange flere med i skoven, så vi kan hive point hjem i alle kategorierne. I år var vi 51 deltagende i Stenbjerg Plantage, 91 i Uhrehøj/Myrhøj og 76 i vores egen skov til op/nedrykningsstævnet. Heldigvis blev vi en den bedste division, men vi kan godt tillade os at sigte højere, så få jer nu tilmeldt!

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Medlemskab forpligtiger

Jeg tillader mig i år at kopierer nedenstående tekst fra sidste års beretning. Det er stadig lige aktuelt og noget vi kommer til at arbejde med igen i 2024.

”Det behøves helt sikkert ikke at blive nævnt, at uden frivillige, så kan en forening som vores ganske enkelt ikke fungere. Husk på at alle de aktiviteter, der stables på benene, ikke kan lade sig gøre uden ”nogen” frivilligt har lagt et stort arbejde før, under og efter.

Mange yder et stort arbejde i klubben. Det er egentlig ikke fordi, at vi som klub ikke har frivillighed har oplevet modstand og modvillighed overfor behovet for frivillighed, men vi har brug for at få det italesat, så vi sammen kan løfte alle opgaver i tide og i flok – og helst i en større flok.

Alligevel er der flere spørgsmål, der presser sig på; Hvordan får vi fjernet opgaver fra dem, der har for mange? Hvordan får vi uddannet flere til at flere til at bidrage? Hvordan arbejder vi med frivillighed og fællesskab i klubben generelt? Hvordan gør vi det nemmere at byde ind,

når man som medlem gerne vil bidrage? Alle de spørgsmål – og mange andre - er vigtige at få afdækket.”

Som bestyrelse har vi – igen i 2023 - deltaget i udvalgsmøder, optrådt til fællesspisninger, skrevet i klubblad og nyhedsbreve om behovet for flere hænder. Der er plads til alle og vi har sjovt når vi sammen udretter noget større til gavn for flere.

Medlemstallet kan forbedres

Også denne del er en gentagelse fra årsberetningen 2022, men det er mindst lige så vigtigt i 2023 og frem.

Antallet af medlemmer stagnerer. Det er ikke bare hos os i Pan, men en generel tendens i DOF-regi. Vi er nødt til at vende kurven, både for klubbens skyld, men også for sportens. Så, hvad gør vi - hvordan kan vi mønstre flere medlemmer? Husk nu at vi hver især er de bedste reklamesøjler for vores klub. Vi kan hver især fortælle om, hvorfor vores sport er fantastisk. Husk man altid er velkommen til at tage venner, naboer, familie, skolekammerater, arbejdskolleger med ned i klubben til et par træninger, så de kan opleve sporten.

Og alle os der er til træning, husk nu at hilse på og hjælp alle nye til at få en god oplevelse (Du har jo også været ny engang, så du ved jo godt at smil og en fremstrakt hånd giver en endnu bedre oplevelse).

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



I bestyrelsen glæder vi os til 2024 som selvfølgelig også bliver et godt år for OK Pan – vi er allerede godt i gang.

På vegne af bestyrelsen – Thomas Hornbæk, Formand.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Husudvalget – Jubilæumsberetning 2023

– skrevet af Kent Lodberg

Efter 20 år i husudvalget, er det nu muligt at lave en jubilæumsberetning . Silistria er et meget gammelt hus, men alligevel i dag særdeles funktionelt, og det understøtter vores aktiviteter godt. Der er sket meget bare på de 20 år jeg har været med, og mange har sikkert allerede glemt, at Silistria ikke altid har været som det er i dag. Det kan også siges med sikkerhed, at det ville være et forfærdeligt skummelt sted, hvis ikke der løbende blev ryddet op og hvis man ikke løbende bortskaffede alt det, der hober sig op i sådan et hus. Her taler vi flere kubikmeter pr år. Der er også udenfor sket en løbende vedligeholdelse med tidvist bortskafning af store mængder biotop. Der er frodigt rundt om huset! Løbende oprydning i skærme, stativer m.m. er også helt nødvendigt, hvis klubben skal fungere. Hvad er der så sket af større ændringer i huset på de 20 år jeg har været med? De kommer her:

- 2002 Klubhusudvidelse med hele den nye stue med mødelokale og køkken, halvdelen af gangen, handicaptollettet, herresaunaen og $\frac{3}{4}$ af herreomklædningsrummet!
- 2003 Vi fik mere lys i stuen og gardiner. Vi fik træningsmætter og der kom spejl op og hårtørrer til dameomklædningen. Der blev etableret telefonstik og vi fik telefon.
- 2004 Præmieskab opsat i stuen. Stor maling af dameomklædningen. Køleskab i stuen.
- 2006 Kommunen sørget for professionel maling af hele Silistria udenfor i forbindelse med VM.
- 2012 Sæbeautomater. Nye loftslamper i stor stue + i kontor. Sl samles i forgangen i rør og små poster ligeså. Projektør og steroanlæg opsat i stuen. Fast computer på Silistria.
- 2013 Nyt køkken med mere bordplads, hvor flere kan arbejde samtidigt, dobbelt ovn, bedre vask med stor effektiv vandhane, stort induktionskomfur med plads ovenover og til siderne og bedre lys og langt bedre emhætte. Vi fik også med kommunens hjælp installeret en pokkers masse elektricitet, herunder en hel del ekstra stikkontakter i køkkenet og en hel ny el-gruppe, så man kan anvende kogekander, uden at sikringen går! Også det store lysprojekt med opsætning af de 4 store stuelamper med behageligt indirekte lys blev klaret af Hans V og mig først på året. Klubbens antikvariske og usle træstole i stuen blev udskiftet med noget nyere, bedre, men også lettere at stable. Cykelstativet blev opsat.
- 2014 Nyt lys og totaloprydning på loftet, ny stativholder til store stativer på loftet, Nyt bålsted.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



- 2015 Dublering af printer. Fliser udenfor hus til skraldespand. Den endte dog ovre ved P-pladsen (god ide for skraldebilen har ødelagt både rækværk og dæmning flere gange).
- 2017 Lukning af skur med 2 døre.
- 2018 Total renovering af den gamle stue. Maling af vægge. Flaskedepot flyttet i kælderen i depotrummet. Ny hjørnesofa – "lounge", og bænke langs væggen, så man kan sidde og modtage instruktion.
- 2019 Forgangen lavet om med siddemøbel fremfor reol. SI flyttet under fortrappen.
- 2020 Informationsstander konstrueret og opsat oppe ved søen.
- 2021 Forbedret belysning i gangen med LED paneler. Stor maling af gang og dameomklædning. Flotte plakater op i stue og gang.
- 2022 Tilsagn fra kommunen om tilskud til klubhusudvidelse. Udfærdigelse af projekt og indsendelse af ansøgninger.
- 2023 Kommunen fjernede "risikotræerne" rundt om huset, så de ikke blæste ned på huset. Foldevæggen i stuen blev endelig taget ned og fjernet.

Der har også været tiltag, som viste sig at være en dårlig ide

- 2003 Etablering af et pandelampeskab, hvor de indkøbte klubpandelamper kunne lånes og oplades. Det viste sig at være en mindre god ide – folk passede ikke godt nok på fælleslamperne, og ofte blev de ikke ladet op. Ledninger blev revet ud af stik.
- 2003 Gardiner i vinduerne. De er fjernet igen, fordi det ikke var praktisk i et klubhus. Men hyggeligt! Gardiner fjerner en hel del af lyset udefra.
- 2012 Skoskab opsat – det blev dog bare en rodesamler, hvorfor det blev fjernet igen. Det blev propfyldt med efterladte sko m.m.
- 2014 Printerskab med tonerreol og tonerbesparende tiltag. Vi havde mere brug for plads til at komme ind i huset og plads til at sidde og tage sko af/på, end for et skab/reol i entreen.
- Der har også været foreslået opsætning af kroge til overtøj i gangen, hvilket vi afviste bl.a. ud fra erfaringerne med skoskab.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Til sidst er der gode ideer, som endnu ikke er blevet til noget (men som vi stadigvæk håber kan realiseres):

- Industriopvaskemaskine
- Mere lys på dæmningen. Ville være rart om vinteren....:). Vi har sat lidt i gang ved flere lejligheder, men er ikke lykkedes med at få det etableret endnu.
- Udskiftning af borde og stole i begge stuer. Stolene fra 2013 er lidt hårde at sidde på. Afventer beslutning fra kommunen om klubhusudvidelse, hvor der muligt kan være et mindre økonomisk rum til udskiftning af stole.
- Hylde til tasker i herreomklædning. Ville skabe ekstra plads derinde, hvis taskerne ikke står på bænke og gulv.
- Bålhytte (afventer)
- Udsmykning af kedelige vægge og badeværelser / toiletter. Plakater på væggene. Mere interessant "hall of fame".
- Legeredskaber udenfor (har været diskuteret en del år. Vi har tænkt over at bl.a. vedligeholdelse kan være et problem. Ideen har ikke haft høj prioritet)

Det var en lille status over hvad der er sket i klubhuset de sidste 20 år og hvordan det er blevet som det er i dag.

/ Kent Lodberg



Træningsudvalg 2023

– skrevet af Jan Overgaard

Udvalget er blevet halveret i størrelse og består nu af Finn Simensen og jeg.

Vi oplever en dalende interesse for træningsløb når de er udenfor nærskovene. Dette er ærgeligt, idet det er i de øvrige skove kan laves gode og spændene træninger. Træningsløb er ikke til for træningsudvalgets skyld, men for alle medlemmer. Konsekvensen af manglende opbakning kan blive, at næsten alle aktiviteter flyttes til nærskovene.

På opfordring søger udvalget dialog med nærklubber for at se om vi kan blive bedre til at dele arbejdet og få flere til løb.

Igen i vinter blev der afholdt lørdagscup, og dette blev afviklet på bedste vis af ungdomsafdelingen med i gennemsnit 45 deltager per gang. Der er altid god stemning, sjove baner og dejlig frokost til lørdagscup, så en stor opfordring herfra til at bakke op omkring dette.

I 2023 fortsatte åbne orienteringsløb på faste poster ved Kent Lodberg. Tiltaget har været en god succes for medlemmer og løbere ”udefra”.

Vi håber i udvalget fortsat, at mange af klubbens medlemmer vil hjælpe med banelægning, postudsætning og postindsamling til de åbne orienteringsløb.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Kortudvalget 2023

– Skrevet af Flemming Nørgaard

Kortudvalget har bestået af 4 medlemmer med hver sit "ansvarsområde".

Ivan Christensen, Nord

Frank Linde, Vest og Mols

Kell Sønnichsen, Midtbyen

Flemming Nørgaard, Syd

Indsatsen med korttegning i klubben prioriteres til årets arrangementer, træningsløb og klubtræning. Det betyder at specielt Marselisborgskovene løbende bliver opdateret.

Ebeltoft og Rønde er nye sprintkort som blev tegnet for DM sprint, som PAN arrangerede.

Risskov, True Skov, Vestereng, Lisbjerg og Anebjerg er opdateret for NightChamp. 3 af kortene med en udvidelse.

Vestereng med Brendstrup Skov, Anebjerg med Faldinghøj Skov, Lisbjerg mod nord.

Herudover er Himmerige og Bærmose skov revideret med en udvidelse mod vest ind mod Hinnerup.

Endelig er Botanisk Have og Mindeparken revideret.

Find vej-projekter: Mindeparken, Hørhaven, Ørnereden, Risskov, Botanisk Have, Hasle Bakker, Odder, Amerika Plantage, Anebjerg.

Vi har nu 48 kort til salg som alle printes på vandfast papir efterhånden som vi sælger dem.

Endvidere kan kortene Amerika Plantage, Risskov, Hasle Bakker, Århus midtby, Odder By og Skåde Skole downloades til smartphones og anvendes for orientering via applikationen Avenza Maps.

Klubben råder over licenser til en OCAD 8, en OCAD 11, en OCAD 12, en OCAD 12 starter og to OCAD 2018 hvoraf den ene er OCAD for teams, som giver mulighed for at to arbejder samtidig i programmet. OCAD 2018 fås kun som abonnement og skal fornyes hvert år (eller hvert tredje).

Tak til alle korttegnere for indsatsen med at holde vore kort i god form.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Eliteudvalget 2022

– skrevet af Ebbe Nielsen

Et fint år med mange gode ture og præstationer!

Hermed beretning fra Eliteudvalget.

PAN elitegruppen har i år været reduceret til en lidt mindre gruppe end de tidligere år, men gruppen er velfungerende, og der leveres en fantastisk indsats på både træninger og konkurrencer. Vi arbejder derfor af blandt andet denne grund med et generationsskifte på både organisations- og resultatsiden. Vi er fortrøstningsfulde og ved, at det skal nok blive godt. Jeg tror således på, at de unge kræfter rykker sammen og udvikler sig godt sammen.

Danske mesterskaber

Til de danske mesterskaber er der kommet en række flotte medaljer til klubben.

Senioreliten (D + H 21) tegner sig for 2 guldmedaljer, 6 sølvmedaljer og 1 bronzemedalje.

Derudover har vi haft en række af flotte 4, 5 og 6 pladser. Fine resultater i den hårde konkurrence!

- De 2 guldmedaljer Andreas Bock løbet hjem til hhv. DM-sprint og DM Knockout sprint.
- Til DM-sprint stafet fik PAN sølv med Ida Riis, Asbjørn Kaltoft. Andreas Bock og Lotte Markussen.
- Til DM-stafet fik PAN drengene Mads Skaug, Søren Schwartz og Andreas Bock sølv.
- Asbjørn har fået sølv til DM-nat (2 sekunder efter) og bronze til DM-mellem (Andreas fik sølv her).
- Herudover fik Ida Bobach 2 flotte sølvmedaljer til DM Lang og DM Ultralang

Vi håber og har forhåbninger om mange stærke DM-præstationer igen i 2023.

På MTB-O siden var der ingen medaljer i år.

Lotte blev nummer 3 på D21 ranglisten i 2023

Asbjørn blev nummer 2 og Andreas Bock blev nummer 5 på H21 ranglisten.

Tillykke med de flotte løb og medaljer!

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Udtagelser til landshold 2023.

Andreas Bock og Asbjørn Kaltoft er udtaget til landsholdet. Andrine løber på det norske landshold. Derudover har vi en del løbere der er blevet tilbudt mulighed for at komme med på samlinger på 'wildcard'.

Store internationale stafetter

Som et højt prioriteret område i PAN-elite arbejder vi hårdt og målrettet på dels at skabe rammerne for toppræstationer (organisation og økonomi) og dels et miljø, hvor løberne (piger og drenge) kan udvikle sig. Samtidig skal det dog være hyggeligt at være med.

Tio-mila 2023: I år var Tio-mila henlagt til Skellefteå. Det var langt væk så derfor havde vi 1 pige og 1 drengehold med. Mange flotte præstationer. Pigerne blev nummer 24 og drengene nummer 40. Specielt drengenes placering var meget tilfredsstillende.

På Jukola / Venla i BORGÅ 2023 havde vi også gode hold med. Drengeholdet blev nummer 103 og pigerne løb super flot og blev nummer 10 af de over 1500 hold.

Udover de sportslige præstationer

Det er det frivillige arbejde, der er baggrunden for de sportslige præstationer. Jeg vil ikke gå i dybden og nævne navne, men jeg vil gerne hylde dem, der yder en indsats som ledere, trænere, indpiskere, arrangører, turchefer, kokke (og suppekokke), postindsamlere og alt det andet, der laves i løbet af året for at hjulene kan dreje rundt. Det er fundamentet for sammenholdet, fællesskabet, de høje sportslige mål og udviklingen af klubben og alle de glade løbere her. Husk vi løber bare bedre, når vi er glade sammen.

En del af vores aktiviteter giver penge i kassen. Her vil jeg gerne nævne vores Night Trail, der er blevet en kæmpe succes og en vigtig bestanddel af vores elite-fundament. Så langt går det godt. Vi har fået nye kræfter på og vi får en OK sæson. TAK til jer der har taget stafetten og arbejder på at gøre NIGHT TRAIL succesfuld!

Udover Night Trail har vi genopfundet RUNWAYNIGHTRUN.

Løbes i Aalborg lufthavn og arrangeres i samarbejde med Bjarne Hoffmann, lufthavnen og Løberen Aalborg. Et arrangement der giver godt i kassen og vi taler en nats arbejde. 2024 versionen afholdes natten mellem 6/9 og 7/9. I kan allerede nu reservere datoen.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Eliteudvalget 2023

Udvalget har bestået af Niklas, Stefan, Oscar, Kathrine, Stine, Søren (Økonomi) og undertegnede (formand). Et team - som jeg er meget begejstret for at arbejde sammen med. Tak alle sammen, I har været superseje!

I 2024 kommer udvalget til at se noget anderledes ud. Niklas og Stefan har trukket sig og Kathrine er flyttet til Sjælland. Tak for jeres kæmpe indsats. Vi håber I bliver hængene i PAN og fortsat har lyst til at komme med tur og være med på vores øvrige aktiviteter. Udvalget består og søger lidt nye medlemmer!

Udvalget holder ca. 6 møder om året og dertil kommer 'løbemøder' mm. Vi arbejder pt. på at dele opgaverne lidt bredere ud og det går godt.

Målsætninger

Målsætningerne for 2023 ligner til forveksling det forgangne år.

- Vi vil sikre et miljø med godt sammenhold og fælles positiv udvikling
- Vi vil vinde DIF medaljer i D/H 21
- Vi vil være repræsenteret på landshold og diverse mesterskaber
- Vi vil præstere godt på de store stafetter i udlandet (både damer og herre)

Her kommer vi af mange årsager til at stille op med et yngre hold og det har vi valgt at opfatte positivt, da det giver muligheden til flere junior og ung senior løbere.

På Eliteudvalgets vegne.

Ebbe Møller Nielsen

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT



Ungdomsudvalget

- skrevet af Jeanette Finderup

Bidrag fra ungdomsudvalget kan i år ses i PowerPoint præsentationen.

FOKUS – FÆLLESSKAB – FREMDRIFT