



Midgåardsormen 2002

Morten Fenger-Grøn på vej i mål på sidste tur af Thor ved Midgåardsomen 2002. Resten af det vindende Pan-hold forsøger at følge med...

Læs også om:

- Djurslandsløbet
- Panisterne
- Vintercup



DM Kort

Mona Nørgaard suveræn i både indledende og finaleheat. Også andre gode Pan-præstationer.

Orienteringsklubben Pan

Klubhus	Silistria, Ørneredevej, 8270 Højbjerg	8627 0831
Postgiro	109-8527	
Kontingent 2002	Familie: 945,00 Senior: 515,00 Junior 220,00 Passiv: 260,00	
Pan's hjemmeside	http://www.orientering.dk/okpan	
Sekretariatschef	Jørn Riis pan@orientering.dk	2341 4204

Bestyrelse

Formand	Sten Ejsing, Elsdyrvej 8, 8270 Højbjerg se@ejsing-as.dk	8627 5280
Kasserer	Hans Vendelbjerg, Søsterhøjvej 8, 8270 Højbjerg vendelbjerg@mail.tele.dk	8627 2289
Øvrige medlemmer	Kent Lodberg klc@dadlnet.dk	8627 9229
	Brian Lund brianl@post8.tele.dk	8689 3344
	Henriette Jørgensen henriettejorgensen@hotmail.com	
Suppleant	Jan Overgaard j.overgaard@mail.tele.dk	8627 6332

Pan-Posten

Redaktør	Kell Sønnichsen, Vestervang 24, 6. mf., 8000 Århus C kell@soenniksen.dk	2165 6687
----------	--	-----------

Udvalg

Eliteudvalg	Ebbe Nielsen ebbe@loberen.dk	8627 1383
Ungdomsudvalg	Torben Utzon tutzon@mail.stofanet.dk	8612 4878
Løbsudvalg	John V. Holm john-holm@mail.tele.dk	8615 5228
Kortudvalg	Flemming Nørgaard flemming@compukort.dk	8627 3978
Skovudvalg	ubesat	
Træningsudvalg	Jan Overgaard j.overgaard@mail.tele.dk	8627 6332
Arrangementsudv.	Randi Scheel klausrandi@oncable.dk	8627 3172
Husudvalg	ubesat	

Øvrigt

Træner	Thomas Hjerrild thhj@hotmail.com	8619 9905
Ungdomstræner	Henrik Jørgensen henner@ofir.dk	2042 1544
Salg af klubbøj	Alice Hinge, Storhøjvej 30, 8320 Mårslet	8627 3691
Salg af kort	Lisbeth Nielsen, Egebjergvej 131, 8220 Brabrand mogens-n@image.dk	86260313
Ind- og udmeldelse og adresseændring	Arne Petersen, Koralvej 3, 8520 Egå erna-arne@mail.tele.dk	8622 0697
Løbstilmelding	På Pan's hjemmeside under "PanNet" eller til Knud Sørensen, Digevænget 11, 8330 Beder ks@iptech.dk	8693 7517
Webmaster	Claus Bloch claus@orientering.dk	8627 0772

Indhold

Ny redaktør	3
Nyt fra bestyrelsen	5
Klubmesterskab	6
En spændende oplevelse	7
Djurslandsløb	7
Arrangementssiden	9
Træningsplan (sep-nov)	10
Vintercup 2002 – 2003	11
Medaljeregning ved DM	12
OK Pan's Sponsorklub	13
DM-kort Annebjerg.	14
Panisterne	21
Det er altså fedt at være PANist!	21
Midgårdssormen 2002	22
Klubfest 2. November	24
Svineløb	25
Løbskalender	27
Træningsløb	28

Ny redaktør

Pan-Posten har haft et noget turbulent forår og sommer. Mængden af ”de hvide sider”, dvs. uden U-times, har været meget svingende med 16 i marts, 8 i april, 28 i maj, 0 i juni (der udkom Pan-Posten slet ikke) og igen 8 i august. Samtidig har den gamle redaktør, Finn Simensen, valgt at holde efter mange år på posten.

Nødråbet i aprilnummeret efter indlæg gav kun en meget kortvarig effekt med det meget flotte og store majnummer. Derefter reduceredes antallet af indlæg til 0.

Ligesom jeg ikke umiddelbart selv meldte mig som redaktør, så regner jeg heller ikke med at indlæggene kommer af sig selv. Det viste forårets numre med al tydelighed. For således at sikre, at der også bliver skrevet, vil jeg derfor tillade mig direkte at opfordre enkeltpersoner til at skrive om et løb eller anden begivenhed. Det har jeg også gjort til dette nummer, og opfordringen er blevet vel modtaget hver gang. Jeg håber, at det fortsætter på den måde, for så vil det være en fornøjelse at være redaktør.

At jeg er aktiv på denne måde skal dog ikke forhindre nogen i at skrive uopfordrede indlæg, hvilket også er sket til dette nummer. Faktisk er der kommet uopfordrede indlæg i et så stort omfang, at min opsætningsplan gik i vasken og jeg endte i den

kedelige situation at skulle finde enten 2 ekstra sider eller skære 2 væk, da Pan-Postens side-antal skal gå op med 4. Men det er jo et positivt problem...

Med et redaktørskifte sker der som regel noget nyt, og dette skifte skal ikke være en undtagelse. Det er dog begrænset, hvad der er nået til dette nummer, idet jeg først sagde 'ja' til jobbet en uge før deadline. Så tiden er gået mere med at finde ud af alle de praktiske ting. Årvågne læsere vil dog allerede nu have bemærket af den fede, runde kant er forsvundet. Men andre tiltag er også i støbeskeen. Hvis du har en ide til at gøre bladet bedre, hører jeg gerne fra dig.

I "job-annoncen" i sidste nummer af Pan-Posten luftede bestyrelsen også den tanke, at Pan-Posten skal udkomme i en elektronisk udgave på klubbens hjemmeside. Det arbejder jeg også med.

Alt er dog ikke ændret. Det er fortsat stabile kræfter, der står bag U-times (Torben Utzon) og selve trykningen af bladet (Hans Bloch).

/Kell

Udgivelsesplan

Nr.	Deadline	Udkommer
592	10/10	16/10
	• "Det store DM-nummer" med reportager fra DM Stafet, Individuelt, Nat og Klub • Indbydelse til klubmesterskab og –fest, men se også i dette nummer • Nyt om byggeriet	
593	21/11	27/11
	• Indkaldelse til generalforsamling • Udvalgsberetninger • Reportage fra klubmesterskab og –fest • Noget om påskeløb	

Nyt fra bestyrelsen

Ny redaktør

Som det kan ses har PanPosten fået ny redaktør. Kell Sønnichsen har overtaget jobbet efter Finn Simensen, der gennem en lang årrække har været den stabile ankermand bag udsendelsen af klubbladet. Bestyrelsen vil gerne benytte lejligheden her til at sige tak til Finn for indsatsen. Samtidigt byder vi Kell velkommen. Vi håber, at du vil finde opgaven spændende og udfordrende.

Bestyrelsen fuldtallig

Så er det endelig lykket, at få bestyrelsen fuldtallig. Efter det meget vanskelige forår, hvor arbejdspresset fra forskellige sider gjorde et kraftigt indhug i bestyrelsens ressourcer, er vi nu blevet mandet op, så bestyrelsen består af: Henriette Jørgensen, Brian Lund, Kent Lodberg, Hans Vendelbjerg og Sten Ejning. Jan Overgaard er tilbage som suppleant.

Jeg vil gerne sige tak til afgående bestyrelsesmedlem Jens Kristian Kjærgaard for de mange år han har været med i bestyrelsesarbejdet. Endvidere en tak til Jan Overgaard for perioden, hvor han som suppleant er trådt til som vikarierende bestyrelsesmedlem.

Ny træner

OK Pan har fået ny kraftcentertræner. Thomas Hjerrild er startet på jobbet officielt pr. 1. september 2002. Jeg tror ikke det er nødvendigt med en nærmere introduktion, da de fleste kender Thomas i forvejen. Samtidigt med kraftcenteropgaven så vil Thomas også varetage de opgaver, der tidligere lå i jobbet som klubtræner. Efter oprettelsen af kraftcenter i OK Pan var der jo automatisk en stor del af klubtræneropgaven, der blev placeret under kraftcentertræneren. Den resterende opgave med at hjælpe nye medlemmer og andre ikke-elite medlemmer med træningshjælp er meget begrænset, så vi har besluttet, at kraftcentertræneren kan have dette med.

Klubhusudvidelsen

I skrivende stund er der kun lidt nyt omkring klubhusudvidelsen, men der arbejdes løbende med at få byggeriet sat i gang. Som ventet var tilbuddene på ombygningen noget højere, end det, der oprindeligt var regnet med. Det var vi godt klar over efter den bearbejdning af projektet, der fandt sted i foråret. Til gengæld får vi en bygning, der på mange måder er bedre end det, det oprindelige forslag lagde op til. Kontrakten for totalentreprise blev skrevet under den 6/9 med Jan Sloth Jørgensen. Alfred Bech og Henning Overgaard har begge sagt ja til at hjælpe med i byggefasen, hvor den væsentligste opgave bliver at være i dialog med håndværkerne. Det er stadig planen, at byggeriet skal stå færdigt inden jul.

Sten Ejning

Klubmesterskab

Lørdag d. 2. november 2002

- Mødetid: Ingerslev's Boulevard / Harald Jensen's Plads kl. 12.00. Fælles kørsel i kortage til startstedet. Køretid ½ time.
- Brikker: Udleveres på stævnepladsen kl. 12.30. Clearing og check af brikkerne.
- Start: Samlet start kl. 13.00. Løbsformen afsløres ved starten. Der bliver tale om en reel orienteringsform. Max. tid 90 minutter.
- Tilmelding: TILMELD DIG HELLERE MED DET SAMME, SÅ DU HUSKER DET! Tilmelding kan foretages på nettet eller på Silistria senest fredag d. 25. oktober kl. 12. Ingen efteranmeldelse.
Der kan deltages i klubmesterskabet udenfor konkurrence ved fremmøde på dagen. I så fald må man dog selv tegne baner ind.
- Klasser: H/D-12, begynder -21, begynder 21-
D13-16, D17-20, D21-, D35-44, D45-54, D55+
H13-16, H17-20, H21-, H35-44, H45-54, H55+
- Præmier: Vandrepræmier til alle klubmestre. Uddeles til klubfesten om aftenen.
- Banelægger: Kent Lodberg

STATOIL

STATOIL Servicecenter

Skanderborgvej 39

8000 Århus C

Tlf. 86 14 06 16

Fax 86 14 01 81

En spændende oplevelse

Det har været en spændende oplevelse at være stævneleder ved Jysk-Fynsk Mesterskab i Ørnbjerg Mølle. På visse tidspunkter var det måske lige rigelig spændende. Pan'ere arbejder vist bedst under pres.... På visse tidspunkter var jeg i tvivl om, at vi skulle nå det. Men det gik - vi var klar, da løberne kom søndag morgen.

Det hele gik rigtig godt, bortset fra et lille kiks med tiderne. Ca. halvdelen af løberne fik lagt 12 timer til deres tid. Det gav lidt stress i beregningen, men vi klarede det, og til slut fik vi overrakt alle medaljer.

Vi fik ros for arrangementet af Poul Larsen, IOFs kontrollant. Han syntes, vi havde lavet et godt og flot arrangement, han var især imponeret af vores nye præmieskammel. Jeg vil gerne sige tak til alle, der har deltaget i planlægningen og gennemførelsen af arrangementet. Der er mange, der har gjort et kæmpe arbejde. Tak for det.

Hanne Møller Andersen
(Debuterende stævneleder)

Djurslandsløb

World Ranking Event, Ørnbjerg Mølle 2002

Af: Kent Lodberg

Som lovet den nye redaktør, hermed en lille opfølgning på WRE-arrangementet i Ørnbjerg Mølle, hvor flere af klubmedlemmerne – ganske som ved Midgårdsormen sidste år – havde påtaget sig nogle for dem usædvanlige opgaver. Specielt er det nævneværdigt, at Hanne Møller Andersen debuterede som stævneleder og Jacob Krabbe Pedersen debuterede som banelægger. Så vidt jeg har hørt, var der generel tilfredshed med både arrangement og baner, og der var kun mindre uregelmæssigheder som en mindre heldig placering af postnumrene på kortet på en bane, hvilket medførte nogen forvirring og noget med beregningen, som var lidt for gavmild med tildeling af 10-12 timer for meget til en hel del af løberne, hvilket dog er blevet rettet og reflekteret over i forebyggelsesøjemed.

Jeg skulle hjælpe Jacob med banelægningen som konsulent og problemknuser. Det er en lidt svær balance, for på den ene side vil man jo ikke "overtage" funktionen og på den anden side skal man jo heller ikke lade debutanten i stikken med nogle uoverstigelige problemer. Der er ikke tvivl om, at Jacob var kommet på arbejde og

havde fået en god udfordring. Flere af delopgaverne blev løst i absolut sidste øjeblik og reddet i land takket være nogle af de mere garvede ”soldater” (ikke mindst John Holm), som gik ind og hjalp, da tiden blev for knap. Jeg synes dog, at Jacob gjorde en stor og god indsats og jeg er sikker på, han nu er godt klædt på til en evt. lignende opgave senere. Det hele blev ikke mindre kompliceret af, at han midt i det hele skulle arbejde i København og kun var hjemme i weekenden. Måske kunne det have været en fordel at have en ekstra medbanelægger. Nogle af de nævneværdige problemer undervejs var:

- Selve den kreative proces med konstruktion af banerne. Her aftalte vi tidligt i forløbet, hvor stævneplads, start, mål og parkering skulle være. Også overordnet, hvordan den længste bane skulle gå og hvordan en kort, svær – en kort, mellemsvær og en kort, let bane kunne gå. Det viste sig alligevel i praksis svært at få det hele færdigt i god tid, i Jacobs tilfælde fordi vægten måske blev lagt lidt for meget på at forebygge eventuelle problemer i skoven. Næste gang er jeg sikker på, at han vil vælge at ”låse” postsæt og baner i så god tid, at man ikke bliver tidspresset m.h.t. trykning af baner og postdefinitioner.
- Plotningen af banerne. Her kræves ikke bare kendskab til Condes-programmet, men der er en række ting, man skal vide før det kan lade sig gøre at plotte. F.eks. tog det et par timer at få programmet til at plotte på 1:15.000 og det store problem er her fortsat placering af pasmærkerne. John Holm skriver en manual til plotning med, hvordan det gøres hurtigst og bedst muligt. Den kommer til at kunne findes sammen med plotterne i et aflåst skab på det nye Silistria.

Jeg anvendte også en del tid på projektet, men jeg synes idéen med at lade vores arrangementer have en uddannelsesfunktion er udmærket. Det giver en meget større ansvarsfølelse og forhåbentlig lyst til at lave fremtidige arrangementer, hvis man får en god oplevelse med at lave et stykke selvstændigt klubarbejde under vejledning. Det er i øvrigt også hyggeligt for vejlederen!

Til både Hanne og Jacob og til de andre, som ”bar vand” til arrangementet er der grund til at sige: ”godt gået!” Jeg løb H35A-banen på dagen og havde en rigtigt god, om end noget varm tur derude. Heldigvis var der masser af væske på de rigtige steder.

Arrangementssiden

Nye tider

Som noget nyt vil der fremover være en fast side i Pan-Posten, der informere om kommende arrangementer i klubben. Dette er et af de tiltag vi har gjort for at sikre os lidt større deltagelse i arrangementerne i klubben. Derudover regner vi med at lave en fast plads på opslagstavlen på Silistria og samtidig blive lidt bedre til at benytte PAN's hjemmeside.

Vores mål med arbejdet i arrangementsudvalget er, at vi gerne vil skabe et bedre socialt sammenhold i klubben på tværs af de eksisterende "grupperinger". Håbet er, at vi med tiden kan tilbyde flere tilbagevendende arrangementer, der henvender sig til alle medlemmer. Arrangementer der forhåbentlig kan måle sig med den succesrige klubbetur

Vi er alle relativt nye i arrangements arbejdet og vil derfor selvfølgelig gerne høre fra dig, hvis du har ideer til nye arrangementer. Vi er åbne for alt, så det kan være alt lige fra foredragsaftener til vinsmagning.

I det næste års tid vil vores fokus dog være på at genoplive og udbygge tidligere arrangementer. Vi starter i denne måned med en medaljehyldest, hvor vi fejre alle klubbens medaljetagere.

Med venlig hilsen

Arrangementsudvalget

(Trine Kristensen, Henriette Andersen, Uffe Rasmussen, Randi Scheel)

Medalje hyldest

På klubbens vegne vil vi gerne invitere PAN's medlemmer til at hylde ALLE vores medaljetagere fra det forløbne år. Forhåbentlig kan vi samtidigt fejre at PAN har vundet DM for klubhold!!

Tid: Torsdag d. **19. september** klokken **20.00**

Sted: **Silistria** (hvis ombygningen er gået i gang flyttes det)

Der vil være en lille forfriskning og lidt at spise.

Vi håber at se dig, så vores medaljetagere kan mærke, at deres indsats er blevet bemærket.

Kommende Arrangementer

September	Torsdag d. 19. Kl.20.00	Medaljehyldest
November	Lørdag d. 2.	Klubfest. Mere i næste nummer!
December		Julehygge i forbindelse med juleløb
Januar		Forhåbentlig klubhus indvielse
Februar		Tøndeslagning for børn og barnlige sjæle
Maj		Klubtur til Sverige
Juni		Sankt Hans fest
August		Fællesspisning ifm. divisionsmatch

Træningsplan (sep-nov)

Mødetid på Silistria før kl. 18.00, så der er klar til AFGANG netop kl. 18.00.
Det bliver (desværre) mørkere, så tag snart din lampe med.

10/09 O-løb ved Alex, + klippeteknikbane for interesserede...
12/09 Terræntur (og Natugle)
17/09 Distancetræning (konkurrencetempo o-løb), 20-30 min., 2 omg. på gyvelhøjrunde (3 omg. for de hårde?)
19/09 Bundtur (& natugle)
24/09 Bakke-Langkøring
26/09 O-intervaller
01/10 Langkøring-distancetræning, (nat-)o-løb, moderat-højt tempo, 60-75min.
03/10 Bakke-Langkøring
08/10 Kortdistance o-løb, Storskoven, 3km/4km
10/10 Bundtur
15/10 (f)Terræntur
17/10 (f)4 min.intervaller
22/10 Nat-o-løb, kort startinterval
24/10 Bundtur
29/10 4x5min. i grupper
31/10 Terræntur
05/11 Vinter-Cup, Prolog (evt. også distancetræning 20min.)
07/11 Bakke-Langkøring
12/11 Sti-Langkøring
14/11 Vinter-Cup, Sump-cup
19/11 Lankøring-distancetræning, (nat-)o-løb, moderat-højt tempo, 60-75min.
21/11 Bundtur
26/11 Vinter-Cup
28/11 Terræntur

/ Thomas Hjerrild



Vintercup 2002 – 2003

Det er ved at være tid for vintercupsæsonen. Det betyder jo, at vi skal til at kridte skoene og gøre os klar til den hårde (set i bakspejlet) og ofte urimelige behandling.

Thomas og undertegnede er begyndt at sammensætte et program og nedenfor ses datoerne frem til jul. Er der nogen der har nogle gode (gerne skøre) ideer og ønsker at lave en afdeling så henvender i jer bare til os. Det kan både være noget fysisk eller et lille sjovt o-moment.

Reglerne er som de plejer og handicap vil blive frembragt som de plejer. Folk der ikke tidligere har været med vil få tildelt et handicap efter rent skøn.

Igen i år startes der med en Cup. Ikke en Grum-cup, men en Sump-cup!!! Og dog, som noget nyt vil der blive indført en prolog med start efter sidste års resultat.

Denne prolog afholdes den 5/11. Endvidere vil der i år blive indført en førertrøje, muligvis af den mere prikkede art.

Vintercup program

Dato:	Emne:	Arrangør	Mødested
05/11	Prolog	Th. Hj. + EN	Silistria
14/11	Sump-cup	Th. Hj. + EN	Silistria
26/11	? – (på tegnebrættet!!)		
12/12	?		

Reserver allerede nu disse vigtige datoer!!

Thomas Hjerrild 86199905 eller mail THHJ@hotmail.com

Ebbe Nielsen (86271383, 28351948 eller 86124148) eller mail Ebbe@loberen.dk

Medaljeregner ved DM

Af: Torben Utzon

DM Stafet

5 x guld, 3 x sølv og 5 x bronze var Pan's medaljehøst ved weekendens danske mesterskaber, og Pan endte dermed medaljemæssigt som næstbedste klub kun overgået af FIF Hillerød, der kunne drage hjem med ikke færre end 17 medaljer. Lørdag blev der løbet DM-stafet i Gyttegård ved Billund, og her blev det til sikre Pan-sejre i D17-20 (Gitte Mygind, Ane Linde og Gry Johannsen) samt D150 (Vibeke Jørgensen, Else Hass og Mona Nørgaard).

I H21 var Pan på forhånd udpeget til svage favoritter, men holdet måtte tage til takke med en sølvmedalje efter Tisvilde Hegn. Farum var ganske vidst før Pan i mål, men de blev disket for fejlklip på sidsteturen (Allan Mogensen). På Pan's hold løb Morten Fenger-Grøn, Jens Knud Maarup og René Rokkjær. H50-holdet med Kurt Lyndgaard, Frank Linde og John Holm vandt bronze.

Så er det nogen måske vil spørge: hvad med Pan's Jysk/fynske mestre i H40?? Indtil kort før publikumsposten på sidste tur førte PAN, men et mildt sagt knudret baneforløb på den sidste del af banen forvandlede medaljedrømmene til en 4. plads.

DM Individuel

Søndag blev der afholdt DM-klassisk i Sdr. Stenderup ved Kolding, og det blev en rigtig god dag for Pan's løbere. Dagens mest suveræne sejr stod Ane Linde for i D16. Hun vandt den 5,2 km. lange bane med et forspring på 11 min. til nr. 2! Mette Hjerrild fuldendte Pan-succesen i klassen ved at blive nr. 3, kun 20 sek. fra 2. pladsen.

I D50 vandt Mona Nørgaard endnu en guldmedalje til samlingen, mens det var mere overraskende at Henrik Markvardsen kunne løbe med guld i H35. Det blev til sølvmedaljer for René Rokkjær i H21 og Gry Johannsen i D20. Endelig blev det til yderligere 3 Pan-medaljer (alle af bronze) til henholdsvis Marie Hauerslev (D12), Kent Lodberg (H40) og Grete Hygum (D70).

[Ovenstående er sakset fra Pan's hjemmeside. I sædvanlig god stil er DM lagt så der ikke kan nå at komme en udførlig reportage fra det. Men det rådes der forhåbentligt bod på i næste nummer. /red]

OK Pan's Sponsorklub

Mortensen & Beierholm Statsautoriseret Revisionsaktieselskab Guldsmedgade 3 Postbox 175 8100 Århus C Tlf. 87 32 57 00	Arkitektfirmaet Per Seier-Petersen Mejlgade 55 8000 Århus C Tlf.: 86 76 08 09
Verdensfirmaet Klostergade 28, 1 Postbox 678, 8100 Århus C Tlf. 86 20 44 44 Fax 86 20 44 40 www.verdensfirmaet.dk	PricewaterhouseCoopers Nobelparken Jens Chr. Skous Vej 1 8000 Århus C Tlf. 89 32 00 00
Landinspektørfirmaet Hans J. Ovesen & Ove Kristensen M. P. Bruuns Gade 41 Postbox 346 8100 Århus C Tlf. 86 13 59 77	EDC Erhverv Poul Erik Bech Frederiksgade 42 8100 Århus C Tlf. 87 30 99 30 E-mail: 802@edc.dk
 NY Specialforretning LØBEREN Vestergade 49 - 8000 Århus C Tlf 86 12 41 48	 KONTAKTLINSE INSTITUTTET Schandorffstræde 6-10, 8000 Århus C Tlf. 86 13 79 11 E-mail: info@kontaktlinseinstitut.dk
Sten Ejning Rådgivende Ingeniørfirma FRI A/S Skolegade 7 B, 3. tv. 8000 Århus C Tlf. 70 22 55 88	

Støt sponsorklubbens medlemmer – og du støtter OK Pan!

DM-kort Annebjerg.

Af: Morten Fenger-Grøn

Opladning

Jeg tror de fleste, som vil komme i besiddelse af nærværende publikation, kender følelsen af at have lidt sommerfugle i maven inden en konkurrence, som man af en eller anden grund er særlig spændt på. Sådan er det sjovest at løbe o-løb, og de fleste yder vel også deres bedste præstationer, når de således er lidt nervøse/tændte. Derfor i denne artikel ikke et ondt ord om sommerfugle. Men det, der rørte sig i mit mellemgulv, da jeg sad på færgen Århus-Odden på vej til årets DM-kort føltes altså snarere som et forvildet efterårstræk af knortegæs. Blandt årsagerne hertil kan i helt uprioriteret rækkefølge nævnes:

- At det var min første betydende konkurrence efter over et års skadespause
- At jeg ved JFM-weekenden et par uger tidligere havde fået en indikation af, at formen måske var god nok til at være med helt fremme
- Indtagelsen af 1½ liter "nicht zum trinken"-vand på en langtur i Schweiz ugen før
- At løbet var udpeget som iagttagelsesløb til årets EM og World Cup-afslutning i Ungarn/Tjekkiet
- Hård vind fra sydvest
- At vi skulle konfronteres med noget så rystende og skræmmende som *jomfrueligt* nordsjællandsk terræn

... Nåh ja, og så fik valget af arrangørklub mig vel også til at bide en ekstra halv milimeter af neglene. Herlufsholm OK var i nyere arrangementshistorie bedst kendt for et par meget omtalte skandalearrangementer, så med tanke på landsholds-udtagelse med mere, havde jeg forsøgt at forberede mig på nogenlunde hvad som helst. Og da vi efter et par bonusrunder uddelt af ikke-eksisterende afmærkning og forvirrede P-vagter nåede frem til stævnepladsen, som var placeret en halv kilometer fra målet (kval.), og så de 2iletter, som var tiltænkt at skulle betjene på den forkerte side af et halvt tusind mennesker i løbet af en god time, var det kun en god portion sarkasme, som holdt humøret fri af grundstødning.

Med tanke på knortegæssene fandt jeg det sikrest at stille op i toilet køen nogenlunde med det samme. På dette sted har jeg valgt at forkorte beretningen lidt og springe frem til starten på kvalifikationsheatet.

(Til de uindviede: DM-kort afvikles over 2 afdelinger. Først en kvalifikation, hvor hver klasse kan være delt i op til 3 forskellige heats, og hvor kun de bedste går videre til A-finalens konkurrence om medaljer, rangliste-points osv. mens resten henvises til B-finalen og må løbe om de sekundære placeringer. Kvalifikationen afgør også startlisten i finalerne, idet de bedste får æren af at starte sidst, mens de, der har en dårlig dag i kvalifikationen, får lov at starte tidligt og trampe spor i

grønsagerne til finalerne (og således med god sandsynlighed fuldender en rigtig rigtig dårlig dag!).)

Kvalifikation

Taktikken var klar: Der kunne forventes ganske megen undervegetation, så jeg ville starte sent i finalen, og med en kvalifikationsstart i den første tredjedel, lidt usikkerhed om egen form og et endnu ikke negligeabelt antal knortegæs i ba(ga)gen gjaldt det optimalt præcis orientering i et tempo ikke langt fra max.

Bortset fra et mindre svaj, hvor jeg løb 35 m for langt ad en sti, holdt taktikken fint og forventningerne om frisk grønt i rigelige mængder blev indfriet. Til gengæld fik arrangørernes lastelige ry en stor blank plet. Efter min helt og aldeles subjektive opfattelse blev vi faktisk mødt af ganske gode baner på et udmærket kort, og da der endog kom resultater op i god tid inden finalerne, synes jeg stævnets kerneområder blev afviklet tilstrækkelig solidt til at varsle en ny æra i Næstvedklubbens arrangementshistorie!

I herreklassen satte PAN sig tungt på de sene finalestarttider – på godt og ondt. Således vandt både Rene Rokkjær og undertegnede sikre heat-sejre, mens det i alle 3 heats blev PAN'ere der satte sig på den irriterende 11.plads, som lige netop *ikke* gav adgang til A-finalen. Vi prøvede at glæde os over, at PAN satte sig på placeringerne 1, 1, 1 1, 1 1 og 1 1 ... men det klingede vist hult.

Til gengæld fik Henriette Jørgensen med et stabilt løb lige netop sat sig på det sidste mandat i kvindernes A-finale, og selv om Mette Hjerrild i D-16 og Per Jessen-Klixbüll vel nok kunne tillade sig at være lidt skuffede over at misse A-finalen, tror jeg at de fleste af vore medaljehåb kom ret helskindede igennem formiddagen.

Min egen kvalifikation og sene starttid stod i hvert fald hurtigt klar, så jeg fik spist mig en god solid frokost og havde god tid til at dæmpe gemytterne hos gæssene. Kort før start blev de pludselig igen voldsomt uenige, men heldigvis havde en heftig regnbyge øvet sin virkning på 2iletkøens længde, så jeg nåede en hurtig mægling og følte mig faktisk helt tilpas, da jeg som sidste mand indfandt mig ved starten.

Finale

(og her vælger jeg at skabe lidt intensitet i beretningen ved at skifte til nutid ...)
Planen er selvfølgelig at løbe nogenlunde ligeså koncentreret som i kvalifikationen, være indstillet på at kæmpe den sidste lille smule fysisk også når syren begynder at gøre ondt, forsøge at have tillid til min egen løbsstyrke, hvis der kommer stræk med muligheden for sikre, let gennemførbare udenomsvejvalg, men omvendt også undlade overdreven respekt for undervegetationen min sene starttid taget i betragtning ... og så blot se, hvor meget mere de andre har i sig, end de viste i kvalifikationen.

1'eren byder på et relativt kort stræk, mestendels ned ad bakke, så den finder jeg lidt stresset. Intet tidstab endnu, men heller ikke noget overblik over langstrækket til 2'eren. Lidt febrilsk løber jeg af sted på stregen, og ender med at beslutte mig for et ikke helt gennemtænkt ligepå-vejvalg, som jeg dog slipper fra uden de store skrammer. 2-3 har jeg stort set løbet om formiddagen i den modsatte retning, og 3-4 er et kort transportstræk, som blot går op ad en bakke, så her er der mulighed for at presse lidt på fysisk og samtidig komme lidt på forkant med orienteringen.

Til 5'eren skal vi derimod gennem et meget uoverskueligt område med en hel masse grønt, diffuse bevoksningsgrænser og utydelige stier. Jeg går friskt til sagen, men må et stykke hen på strækket erkende for mig selv, at jeg vist ikke har styr på ret meget andet end kompasset, og med en sigt på få meter er det meget langt fra tilstrækkeligt. Men omvendt er der ikke andet at gøre end at fortsætte. Pludselig dukker en lille mose i en lavning op foran mig. Ok, Morten F, så er det nu du skal have kontrol, den må simpelthen være på kortet ... hmm, der er en midtvejs på strækket – men jeg må være nået længere end det. Fuck, ellers ikke noget der ligner overhovedet. ... Tjah, der er selvfølgelig den mose som posten står i ... så langt kan jeg vist ikke være nået ... Nå, tager chancen og finder en post, som efter et usædvanlig grundigt tjek afslører sit korrekte nummer. Jeg ved at jeg er sluppet meget billigt, så jeg slår kompassets tegn for mig, og kæmper offensivt videre mod 6'eren med en klar beslutning om ikke at afgive kontrollen igen.

(Stræktidsanalysen bagefter viser et tidstab på ca. 15 s – men i forhold til Rene vinder jeg på dette stræk nøjagtig de 26 s jeg er foran i mål (hvordan man så ellers kan vide, at det lige er dem).)

6-7-8 byder på relativt korte stræk i ret åben skov. Der kan løbes hurtigt, og jeg kigger fremad på det længere stræk til 9'eren. Lige på kommer man gennem et område, hvis brombær jeg ikke har lyst til at genopleve fra om formiddagen, så jeg kigger længe på muligheden for et langt højresving ad gode stier. ... Lidt for længe, for pludselig opdager jeg mig slået helt ud af kurs på vej mod 8'eren. Jeg får rettet op og finder posten i fuldt tempo, så jeg spilder igen 5-10 sekunder, men føler stadig jeg er i gang med et ganske godt løb.

I sidste øjeblik ser jeg et venstrealternativ til 9'eren og forsøger at mobilisere al den offensivitet, der skal til på et stivejvalg på så kort en bane. Jeg får hurtigt kigget resten af banen igennem og har derfor ikke rigtig nogen undskyldning for ikke at løbe nærmest maksimalt. (Jeg var vist stort set den eneste, der løb dette vejvalg, og ifølge stræktidsoraklet løber jeg godt 15 s fra resten af feltet.)

10-11 står i ret tæt skov, og belært af erfaringerne fra 5'eren ofrer jeg en smule på tempoet og løber en anelse rundt for at kunne holde flydet. 11-12 er igen et lidt længere stræk, men uden vejvalgsalternativer på sti, så det gælder om at holde højt tempo og undgå at sidde fast eller svaje for meget. Jeg synes det går ok (og løber

iflg. oraklet jævnt med Rene, men må indkassere læsterlige slag af Mikkel Lund, der er i særklasse på dette stræk).

13'eren er sidste post i det grønne, men ret let, da den står på en markant udløber ... fuld fart på efter kompasset, forlader mosen ca. 60 m før posten, og så skal jeg bare hen, hvor det går opad. Men der er fladt. Bekymrende, urovækkende fladt – men der er ikke andet at gøre end at fortsætte med ekstra opmærksomhed på kompasset. Jeg føler, at jeg er ved at have løbet langt nok, da skoven pludselig bliver mere åben. Et kort øjeblik ånder jeg lettet op, men er ved at gå i panik, da jeg *stadig* ikke kan se nogen udløber nogen steder. Jeg er netop ved at stoppe op, da jeg ser en post tæt ved mig, som står nogenlunde midt i ingenting. Det kan umuligt være min - der virker helt fladt, men da den står præcist der, hvor jeg troede udløberen skulle være, kan jeg ikke finde på andet end at løbe derhen. Vantro konstaterer jeg, at nummeret er rigtigt, klipper, og føler nok engang, jeg har en "lucky day" – dette kunne være gået langt værre. (Hvilket Troels Nielsen måtte sande, at jeg havde helt ret i ...)

Resten af banen er simpel orientering, så det er bare at løbe det bedste, jeg har lært. (Rene kan tilsyneladende lære mig lidt mere – han løber uimodståeligt på disse sidste 4 stræk.)

Jeg mærker mig selv kaste mig ind mod mål, mens en stor gruppe råbende PAN'ere ser mig slæbe mig hen til banneret ... Speakersuset udebliver, for med 75 m uoverskueligt opløb har speakeren ingen mulighed for at kommentere folk inden målgang, så jeg passerer målstregen, stiller mig op i køen til aflæsning af brikker, og laver en hurtig evaluering: Ikke et perfekt løb, men i hvert fald under et halvt minuts bom, højt tempo og formen er vist god ..?

Jeg beslutter at det burde give medalje og når at drømme en ganske lille bid gulddrøm, da speakeren brutalt vækker mig med beskeden om, at der er noteret en ny næstbedste tid og et eller andet med Mads Ingvarlsen. Ok, jeg glæder mig over sølvet, og spotter Rene foran mig i køen hen mod brikaflæsningen. Jeg spørger til ham, lidt overrasket over, at heller ikke han var stand til at klemme sig ind foran Mads, men han mener at han er næsten et minut efter mig, og jeg gætter at det næppe er nok til bronzen.

I samme øjeblik fortæller speakeren, at Rene er kommet ind i ny bedste tid, og jeg forstår overhovedet ingenting ... Så uendelig langsomt som ens hjerne kun kan fungere i sekunderne efter en hård konkurrence fatter jeg, at speakeren sidder ved



brikaflæsningen, og derfor stadig afventer min ”målgang”. Og selv om speakerens ”- og nu har vi også Morten Fenger-Grøn i målfolden, så nu har vi snart en afgørelse”, snarere end åndeløst spændende må beskrives som bare åndløst – i hvert fald for hovedparten af de tilstedeværende – så nåede jeg faktisk at blive en lille smule spændt inden jeg fik det endelige resultat.

... Men jeg fik jo altså lov at drømme færdig. Rene satte sig på sølvet, og også PAN's 3 øvrige herrefinalister placerede sig blandt de 15 i den bedste halvdel.

Samtidig sørgede nyhvervede Vanessa McGrail for at komplettere medaljesættet i



seniorklasserne, da hun satte sig på en (tillad mig at kalde den:) overraskende 4.-plads, som var bronze værd, da 3.placerede Olena Zabrodska endnu ikke var berettiget til DM-deltagelse.

Bronze tog også Henrik Markvardsen i en H35-klasse, som dog savnede deltagelse af en hel del, der endnu ikke har forstået, at de er blevet gamle nok – heriblandt vore egne Jens Maarup og Thomas Hjerrild.

Dagens største triumf stod Mona Nørgaard for, da hun med et overlegent løb i D50 brød Janet Bentzens (OK ØST) sejrsrække, som så vidt vides strækker sig helt tilbage til

indførelsen af kortdistancen i begyndelsen af 90'erne.

- Og så til mor og far, som formentlig er de eneste, der har orket læse helt hertil: Bare rolig, gæssene er draget mod syd for en forhåbentlig lang kold vinter...

Resultater (A-finaler)

D 16		H 16	
1. Sofie Sørensen, OK Roskilde	24:32	1. Rasmus Djurhuus, FIF Hil.	22:19
4. Ane Linde, OK Pan	26:11	21. Per Hjerrild, OK Pan	34:27
D 17-20		H 17-20	
1. Signe Søes, Farum OK	23:03	1. Christian Christensen, St. Binderup OK	22:31
5. Gry Johannsen, OK Pan	25:51	16. Erik Mygind, OK Pan	27:09
10. Gitte Mygind, OK Pan	27:57		
14. Sofie Skammelsen, OK Pan	35:53	H 21	
D 21		1. Morten Fenger-Grøn, Pan	24:07
1. Helene Hausner, OK ØST	25:08	2. René Rokkjær, OK Pan	24:33
4. Vanessa McGrail, OK Pan	27:24	6. Martin Hansen, OK Pan	25:46
17. Henriette Jørgensen, OK Pan	37:04	12. Jens Knud Maarup, Pan	26:54
		15. Patrick McGrail, OK Pan	27:32
D 50		H 35	
1. Mona Nørgaard, OK Pan	23:30	1. Jens Hansen, Farum OK	22:05
		3. Henrik Markvardsen, Pan	23:08
D 55		H 40	
1. Inge Jørgensen, OK Roskilde	22:47	1. Søren Maarup, Kolding	21:56
4. Else Hass, OK Pan	25:50	7. Kent Lodberg, OK Pan	23:02
		10. Torben Utzon, OK Pan	26:03
		H 45	
		1. Rolf Lund, HSOK	20:14
		12. Jens K. Kjærgård, Pan	28:05
		H 50	
		1. Leif E. Larsen, Tisvilde	21:06
		6. Kurt Lyndgård, OK Pan	24:54
		8. John Holm, OK Pan	26:04
		H 55	
		1. K. K. Terkelsen, OK Gorm	23:26
		7. Flemming Nørgaard, Pan	26:13



På www.danskebank.dk kan du...

1. bestille rejsevaluta
2. ansøge om lån
3. betale regninger
4. overføre penge
5. købe aktier
6. tjekke kontobevægelser

Tænk på penge når det passer dig...

Danske Bank

Panisterne

Af: Grete Hygum

Engang sidste år var der nogen, der fik en ide! Hvad med at se, hvordan der ser ud på Kvitåvatn om sommeren! Og hvad gjorde vi så? Da vi var deroppe i uge 9, bestilte Knud en uge i august, og i det dejligste sommervejr drog 12 af os af sted. Vi skulle bo i hytterne og selv sørge for mad. Til morgenmad og frokost købte Alice og Tove ind, og ellers havde vi 6 hold med hver sin maddag - og ikke middage, der blev fremtryllet.

Programmet var vandreture, kanotur på søen og et o-løb. Vi besteg Gausta (2 1/4 time, ganske flot i vores alder, syntes vi) og et par andre toppe med flotte udsigter. Vi var oppe med Krossobanen, gik rundtur i fjeldet deroppe og GIK ned. Opholdet på Kvitåvatn afsluttede vi med et besøg på Vemork Kraftstation i Rjukan, den kraftstation, der blev berømt under 2. verdenskrig (nu mest museum), da fantastisk modige norske sabotører forsøgte at standse tyskernes produktion af tungt vand til fremstilling af atombomben.

Det var en ovenud vellykket tur - godt vejr og ikke mindst godt og hyggeligt kammeratskab, og vi er enige om, at turen skal gentages næste år - måske har flere lyst til at være med?

Nu glæder en del af os sig så til at gense området med sne på i uge 9 – Flot område, både sommer og vinter, hver på sin måde.

Det er altså fedt at være PANist!

Af: Alice Hinge

Efter sommerferien startede vi med en herlig tur til Kvitåvatn i Norge, hvor Knud Sørensen sørgede for gode hytter og godt vejr.

Den 3 sept. satte Henrik Bruun poster ud på Troldhøj, og da vi efter lang tid havde fundet dem, fik vi hjemmehagte kannelsnegle hos Dorte & Henrik i deres sommerhus.

Træningsturene fra Silistria løbes, vandres, og cykles hver tirsdag kl. 10.30. derefter medbragt frokost kl. ca. 12.00. har du lyst at være med er du velkommen, jo flere jo hyggeligere.

I en overgang hvor det ikke er muligt at starte fra Silistria på grund af håndværkere, regner vi med at aftale fra gang til gang, om at løbe fra en privat adresse, mange af os bor jo tæt på gode løberuter.

Er du usikker på hvor næste løbeadresse er, er du velkommen til at ringe til mig på tlf. 86273691.

Midgårdsormen 2002

En syvsover fortæller

Af: Erik Mygind

Midgårdsormen starter altid med, at man æder pizza et eller andet sted. Det gjorde den også i år hvor vi åd pizza i Holbæk. Pizzeria'et var, som pizzeria'er er flest med en ejer der havde en mistænkelig dårlig italiensk accent, tangerende det grilldanske, rygende gæster og hvad der nu ellers hører sig til sådan et sted. (f.eks. udmærket pizza!). Fra Holbæk var der ikke langt til Ny Tolstrup hvor Midgårdsormen i år skulle foregå. Første start gik kl. 3 om natten og ventetiden blev udover den sædvanlige hyggestening brugt på søvn. For mig strakte ventetiden sig dog helt til kl. 7 næste morgen da jeg skulle løbe sidstetur for 2. holdet. Derfor er følgende referat for størstedelens vedkommende ikke baseret på egne oplevelser. Heraf følger overskriften.



Thor klassen blev som forudsagt en tæt duel mellem Farum og vores 1.hold. 1.tur startede med, at Claus kom først med Farum lige i hælene, dernæst blev Anders Bøgevig overhalet af min teltmakker Rasmus Søes (jeg var åbenbart ikke ihærdig nok i mit forsøg på at skade ham..). Heldigvis havde vi så René på den lange natur som igen kunne indhente Farums bornholmske fiskerknægt Jakob Grønnegård. Resten af turene bølgede frem og tilbage med skiftende føringer frem til den 12km lange sidstetur hvor Farums Mads Ingvarsen blev sendt ud 40 sekunder inden Morten Fenger. Morten havde lige vundet DM-kort dagen inden og er i øjeblikket i forrygende form (det må være alle de ture i havkajakken i løbet af sommeren...) så det skulle være en smal sag for ham at køre den hjem. Men Mads bed godt fra sig og holdt forspringet frem til radioen, men ved forvarslingen var Morten heldigvis meldt 10 sekunder før Mads og han løb holdet ind til sejren med 20 sek. forspring. Sådan drenge!

Efter målgangen blev de to duellanter inviteret op til speakningen, hvor de af en eller anden grund begyndte på et pingpong-interview af hinanden om løbet samt en masse andre (for det meste) relevante emner. Til DM i 2003 bør Pan overveje disse to O-sportens panderter til Leth og Mader som speakere... For 2. holdets vedkommende var vi på forhånd udset til at gennemføre, og de gjorde vi også. Blandt andet i kraft af skribentens anstrengelser i brændenældeparadiset Ny Tolstrup.



I dameklassen gik det også rigtig godt denne tidlige Søndag morgen. På damernes 1. hold skulle Pernille løbe 1.tur. Hun kom fint igennem en generelt bompræget 1. tur og var inde som nr. 8, 2 min efter førende Pernille Husen. Hun sendte Vanessa McGrail, der er tilbagevendt efter et langt ophold i Australien, i skoven og hun løb holdet op på en 4. plads efter en ikke helt tilfredsstillende tur ifølge hende selv. (Det gør ikke noget for hun kan nemlig løbe rigtig hurtigt..) Næste dame i skoven var Signe som løb stabilt og holdt 4. pladsen. På 4. turen løb Ane holdet en plads op, efter en kanon tur med bedste tid. På sidstetur startede Gry 5 ½ min før Helene Hausner og det var frygtet at Helene ville hente Gry, men Gry løb et rigtig godt løb og endte med at blive slået med kun 3 min af Helene. Således endte damerne som nr. 3 og markerede derved på bedste girlpower maner at de også kan levere gode resultater. Sådan! Pigernes 2. hold leverede ligesom herrernes 2. hold en solid indsats og brillerede ved at gennemføre.

Således fik vi overstået endnu en Midgårdssorm, i år med fine resultater, og de trætte løbere begav sig hjemad. De fleste af dem faldt da også i søvn i Folleren, men skribenten var af en eller anden årsag overraskende frisk...

Resultater

Thor

1. OK Pan 1		6.03.22
Claus Bloch	39:41	
Anders Bøgevig	47:52	
René Rokkjær	71:30	
Martin Hansen	42:49	
Patrick McGrail	41:35	
Tore Linde	28:20	
Jens Knud Maarup	27:07	
Morten Fenger-Grøn	64:28	
2. Farum OK 1		6.03.41
3. Tisvilde Hegn		6.18.13
10. OK Pan 2		7.57.23
(I virkeligheden udenfor konkurrence)		

Freja

1. Farum OK 1		2.59.02
2. FIF Hillerød		3.02.47
3. OK Pan 1		3.08.48
Pernille Vous	34:50	
Vanessa McGrail	50:16	
Signe Faber	33:41	
Ane Linde	24:49	
Gry Johannsen	45:12	
11. OK Pan 2		4.04.25

Klubfest 2. November

Årets klubfest er endnu ikke helt fastlagt, men datoen er dog fastsat, så sæt kryds i kalenderen den 2. november; samme dag som klubmesterskabet afvikles.

Vi regner med at festen bliver holdt i et lokale i Emiliedalen, med start omkring klokken 19.00 men yderligere information vil blive lagt på nettet og forhåbentligt også taget med til divisionsfinalen.

Prisen bliver som de foregående år. Cirka kr. 150 for voksne og 100 for ungdomsløbere.

**SIDSTE FRIST FOR TILMELDING ER MANDAG D. 28. OKTOBER TIL
EN AF MEDLEMMERNE I ARRANGEMENTSUDVALGET**

Svineløb

Af: Kell Sønnichsen

En gruppe på 15-20 Pan-løbere diskvalificerede sig frivilligt fra deltagelse i næste års Danmarksmesterskaber ved sidst i august at deltage i en stafettest i en del af Frijsenborgsskovene. Årsagen til denne grundighed var at der lige præcis i disse par kvadratkilometer skov var udsat en bestand vildsvin og banelæggerne (og Frijsenborg skovbrug) var interesseret i at se, hvordan vildsvin – og løbere – reagerede på at se hhv. løbere og vildsvin komme brasende gennem terrænet.

Turen ud til mødestedet bød på eksemplarer af Frijsenborgs meget store mejetærskere og traktorer (på larvefødder!). Tankerne gik hen på, hvor store mon vildsvinene så måtte være. Interessen for instruktionen før start var da også væsentlig større end til et gennemsnitligt dansk o-løb, og spørgelysten før start var stor. Næh, nej, man var da ikke nervøs. Overhovedet ikke. Men, hvad nu hvis man mødte et vildsvin? Hvor store er de? Hvor mange tænder har de? Osv.

Flokken larmede således som en bedre firmaskovtur på vej mod startstedet. De ikke-eksisterende bekymringer forsvandt som dug for solen, da fortroppen pludselig stoppede op fordi en flok på 30-50 vildsvin lige ville over skovvejen foran dem. De ænsede os ikke. Nå, hvis det var reaktionen...

Løbet var lavet som to gange fælles start i hver sin ende af skoven. Nu røbes der nok ikke nogen hemmeligheder omkring løbsterrænet ved at antyde, at det er lettere kuperet, og vi var kort efter start mere bekymret for at komme til at tage en kurve for meget end for at møde skovens største orne! At der var vildsvin i skoven fik vi dog ikke at glemme. Dels var skoven var præget af dem og dels kunne lugten konkurrere med en middelstor svinefarm. Vildsvinene viste sig også adskillige gang på "udturen", endda i store flokke, men skyndte sig som regel væk. På "hjemturen" var de stort set alle trukket ind i tykninger og vi mere hørte end så dem.

En gang i mellem blev man dog afbrudt af en højlydt grynten, når en af dem først opdagede en, når man var lidt rigeligt tæt på, før den luntede væk. Oplevelsen var dog ikke slem, nærmest at sammenligne med at en agerhøne blæser op lige foran ens fødder. Forskrækket bliver man, men heller ikke mere.

Det bliver spændende at se, om banelæggere og skovejer vil lade DM komme igennem dette unikke område.

Ajourføring af medlemsliste pr. 8. Sep. 2002

Indmeldt:

1994 Klaus Vilstrup, Rugbjergvej 60, Stautrup, 8260 Viby	1960
1995 Karin Glintvad, - - -	1964
1996 Sebastian Vilstrup Glintvad, - -	1990
1997 Michala Vilstrup Glintvad, - -	1992
1998 Anne Louise Gadsbølle, Vesterled 1, 6731 Tjæreborg	1984 5176183
1999 Sarah Naomi Thomsen, Hørvangen 7, 7120 Vejle Ø	1984 5814999
2000 Christian Ingerslev Overvad, Reventlowsvej 28, 8260 Viby	1962 6114271
2001 Jacob Ingerslev Overvad, - -	1993 -
2002 Saxo Harly, Vesterengvej 23, 8200 Årh. N	1937 6167437
2003 Helga Harly, - -	1940 -
2004 Marianne Lund Würtz, Lerbækvej 5, 8240 Risskov	1985 6174725
2005 Martin Jensen, Kantorvænget 6,-142, 8240 Risskov	1977 6212080

Udmeldt:

319 Kaj Kaalund, 1981 Peter Landbo, 1946 Jesper Lundsgaard,
 1976 Lars Nielsen, 9041 Grete Nysom Pedersen, 1989 Line Skovrider,
 9030 Jørgen Dalgaard, 1970 Petter Søderhjelm, 9049 Ivan Ibsen,
 1969 Christian Hartmann Petersen, 9023 Leif Nørgaard.

Adresseændringer:

1869 Henrik Jørgensen, Langenæs Alle 33,3 tv. 8000 Årh.C	86158014
1935 Morten Pedersen, Vesterbrogade 24,1, 8000 Årh.C	86120668
1518 Michael K. Sørensen, Åboulevarden 43,5 th. 8000 Årh.C	86126845
1925 Brian Lund, Horsensvej 7 D, Gl. Rye, 8680 Ry	86893344
1974 Casper Vangsøe, Islandsgade 4, kl.V.2, 8200 Årh.N	26791907
1951 Søren Andresen, Buskelundtoften 65, 8600 Silkeborg	
1024 Thomas Hjerrild, Wilstersgade 23, 3, tv. 8000 Årh.C	86199905
1980 Arne Ingemann, F.Vestergaards gade 22, 4 th. 8000 Årh.C	
1928 Uffe Rasmussen, Åboulevarden 43,5 th. 8000 Årh.C	
1342 Arne Førland-Larsen, Mårvej 19, 8660 Skanderborg	86521276
1404 Solvejg Madsen, C.F.Ågaardsvej 2, 8270 Højbjerg	86277346
1160 Tore Linde, Nybrovej 304, F-47, 2800 Kgs. Lyngby	
1823 Søren Schnack, Nørregade 34, 3, 8000 Årh.C, Mo 51219660	86185533
1966 Kenneth, Mads og Anne Skaug, Emiliedalen 43, 8270 Højbjerg	86277670
1990 Helle Nørgaard, Kollegiebakken 9 V.3408, 2800 Kgs. Lyngby	51504716

Løbskalender

Dato	Kat.	Løbsområde	Arrangør	Sidste tilmelding	
15/9 2002	A1	Uhrehøj / Myrehøj	St. Binderup OK	4/9 2002	DM – Klubhold
18/9 2002	Dn	Rold Nørreskov	Rold Skov OK		NJM-Nat 3
19/9 2002	Dn	Norringure	OK Pan	11/9 2002	Natugle 4
22/9 2002	C	Søndermarksskoven	OK SNAB	12/9 2002	
22/9 2002	C	Havrebjerg/ Ulvedal	Karup OK		
25/9 2002	Dn	Linddale	Hadsund OK		Klub Nat
6/10 2002	C	Rold Nørreskov	Rold Skov OK	25/9 2002	
12-13/10 2002	D	Bornholm	Almindingen OK	29/9 2002	Wild East
20/10 2002	C	Blokhush Klitpl.	Aalborg OK	7/10 2002	
27/10 2002	D	Tved pl.	Nord Vest OK	16/10 2002	NJM-dag
3/11 2002	D	Tranum	Aalborg OK	21/10 2002	Klub-dag
9/11 2002	Ds	Rold Vælderskov	Mariager OK/Trim	1/11 2002	Blom-stafet
10/11 2002	B	Grib Skov Vest	OK 73		Jættemilen
26/12 2002	D	Solbjerg	OK Esbjerg		2. juledag

Yderligere oplysninger om løbene kan findes i ”den blå løbsmappe” på Silistria eller på de enkelte løbs hjemmeside, der kan findes via terminslisten på DOFs hjemmeside (www.dk.orientering.org). Der er i listen her kun medtaget et udvalg af de løb, der findes på terminslisten.

Tilmeldingsfristen ovenfor er sidste frist for tilmelding til løbstilmelderen.

Tilmelding til løb gøres via Pan’s hjemmeside under punktet ”PanNet”. Alternativt til løbstilmelderen:

Knud Sørensen, Digevænget 11, 8330 Beder, tlf.: 8693 7517, email: ks@iptech.dk

Træningsløb

Ugedag	Dato	Terræn	Bane-lægger	Mødested
Lørdag	14-09-02	Risskov	PAN	Vandrerhjemmet
Onsdag	18-09-02	Norringure (Natugle)	PAN	Haldum-Hinnerup skole
Lørdag	21-09-02	Storskoven	PAN	Silistria
Lørdag	28-09-02	Marselisborg Nord	1900	Grumstolen
Lørdag	05-10-02	Vilhelmsborg	PAN	Ved godset
Lørdag	12-10-02	Storskoven	PAN	Silistria
Lørdag	19-10-02	Risskov	1900	Vandrerhjemmet
Lørdag	26-10-02	Fløjstrup	PAN	P-plads før Moesgaard Strand
Lørdag	02-11-02	Fløjstrup (Klubmesterskab)	PAN	Se inde i bladet
Lørdag	09-11-02	Storskoven	1900	Grumstolen
Lørdag	16-11-02	Marselisborg Nord	PAN	Silistria
Lørdag	23-11-02	Storskoven	PAN	Silistria
Lørdag	30-11-02	Fløjstrup	1900	P-plads før Moesgaard Strand
Lørdag	07-12-02	Storskoven (Juleløb)	1900	Grumstolen
Lørdag	14-12-02	Marselisborg Nord	PAN	Silistria
Lørdag	21-12-02	Storskoven (Juleløb)	PAN	Silistria
Lørdag	28-12-02	Storskoven	1900	Grumstolen

Starttid Kl. 13-14 (dog ikke for Natuglen)

Pris 20 kr. (5 kr. hvis man selv medbringer løbskort)

Baner Normalt 9 km svær – 6 km svær – 5 km mellemsvær – 3 km let