Pan-Posten

Nr. 615 - Februar 2006

VM Stormøde

Se side 18

Medlemsblad for Orienteringsklubben Pan, Århus
Medlem af Dansk Orienterings-Forbund
under Danmarks Idræts-Forbund

Orienteringsklubben Pan

Klubhus	Silistria, Ørneredevej, 8270 Højbjerg	8627 0831
Postgiro	3627 109-8527	
Hjemmeside	http://www.orientering.dk/okpan/	
Kontingent 2005	Familie 1125,00	
	Senior 615,00	
	Junior 270,00	
	Passiv 260,00	
Sekretariat	Henriette Jørgensen, René Rokkjær,	2851 5439
(indmelding)	Ingerslevs Bld. 25,4.tv,8000 Århus C	2925 5439
	pan@orientering.dk	8613 2380
Bestyrelse		
Formand	Sten Ejsing, Elsdyrvej 8, 8270 Højbjerg	8627 5280
	sej@moe.dk	
Kasserer	Hans Vendelbjerg, Søsterhøjvej 8, 8270 Højbjerg	8627 2289
	vendelbjerg@mail.tele.dk	
Øvrige medlemmer	Kent Lodberg, klc@dadlnet.dk	8627 9229
	Henriette Jørgensen, henriettejorgensen@hotmail.com	8613 2380
	Kell Sønnichsen, kell@soenniksen.dk	2165 6687
Suppleanter	Line Iversen, Henrik Hinge	
Udvalg		
Eliteudvalg	Ebbe Nielsen, ebbe@loberen.dk	8627 1383
Ungdomsudvalg	Torben Utzon, tutzon@tutzon.dk	8612 4878
Løbsudvalg	John V. Holm, john-holm@mail.tele.dk	8615 5228
Kortudvalg	Flemming Nørgaard, flemming@compukort.dk	8627 3978
Træningsudvalg	Henriette Jørgensen, henriettejorgensen@hotmail.com	2341 4204
Arrangementsudvalg	Anne Skaug, skaug@privat.dk	8627 7670
Husudvalg	Ole Iversen (kiol@oncable.dk), Karsten Hinge	8629 0456
Pan-Posten	Kell Sønnichsen, Vestervang 24, 6. mf., 8000 Århus C	2165 6687
Redaktør	kell@soenniksen.dk	
Trænere		
Klubtræner	Henrik Jørgensen, henrik@fodsporet.dk	2042 1544
Ungdomstrænere	Morten Pedersen, Vesterbrogade 24, 1, 8000 Århus C	8612 0668
	980595@ps.au.dk	2214 1207
	Torbjørn Gasbjerg, gazzapunk@hotmail.com	2251 5156
Salg af klubtøj	Alice Hinge, Storhøjvej 30, 8320 Mårslet	8627 3691
Salg af kort	Lisbeth Nielsen, Holme Parkvej 338, 8270 Højbjerg	8626 0313
	pan.kortsalg@stofanet.dk	
Løbstilmelding og adresseændring	På www.o-service.dk (login fås hos Knud) eller til:	
Udmelding	Knud Sørensen, Digevænget 11, 8330 Beder	8693 7517
	knudes@pc.dk	
	Løbskonto: 3627 127-3213	
Webmaster	Claus Bloch, claus@orientering.dk	8627 0772

Indhold

Kortkvalitet	3
Er du på listen...	4
Interessentmøde i Århus	5
OK Pans generalforsamling	6
Pan-præstationen	9
Formandens beretning	10
Femina kvindeløb	14
Søges!	16
VM Stormøde	18
Pan Multisport	19
Vintercup	20
Samlinger og ture	22
Træningsplan	22
Løbskalender	23
Træningsløb	24

Udgivelsesplan

Nr	Deadline	Udkommer
616	16/3	marts 2006
	Vintercup	
	Nordjysk 2-dages	
617	5/5	maj 2006
618	29/6	juli 2006
619	31/8	september 2006
620	12/10	oktober 2006
621	29/11	december 2006

Kortkvalitet

På en af de nok vejrmæssigt smukkeste søndage i 2006 med sne, frost, skyfri himmel og vindstille stillede vi os let frysende op til langdistanceløb.

Selv havde jeg meldt mig ned i 12 km. Grunden til dette var primært en dårlig fod efter et kraftigt vrik fjorten dage før i Mols Bjerge. Sekundært, at mine ankler ikke havde det specielt godt med iskappen ovenpå sneen. Når man brød igennem sad iskanten lige passende i ankelhøjde.

Men der skulle vise sig andre udfordringer end sneen og de sædvanlige silkeborgensiske højdekurver.

Jeg følte mig virkelig gammel (og træt), for jeg havde ret svært ved at læse de ellers ret vigtige kurver på kortet. Postdefinition: flad slugt. Hmm, jeg kunne end ikke afgøre, at der i det hele taget var en slugt indenfor postcirklen, endsige antallet af kurver. Men ok, nu var vi også inde i granskoven, og den var også lidt mørkere - selvom der både var skyfrit og sne...

Da jeg hjemme ville sætte kortet på plads i mappen, så kiggede jeg lige på kortet fra Mols Bjerge. Der var himmelvid forskel i kortkvaliteten!

Det var altså ikke mig, der trængte til læsebriller, men trykket, der var for gnidret. Det er ikke for at hænge arrangørerne specielt ud; dette var blot det seneste eksempel, jeg har set på kort, der ganske enkelt ikke er acceptable i trykkvalitet.

Derfor et opråb til alle arrangører: Tjek jeres kortkvalitet før jeres løbere gør det!

/Kell.

Henriette Jørgensen, René Rokkjær

Er du på listen…

Så nærmer årets store klubopgaver sig. Foreløbigt er 68 af klubbens medlemmer tilmeldt som hjælpere til WOC 2006 inkl. WOC-Touren, og snart begynder der også at være behov for hjælp i forbindelse med Feminaløbet (se andetsteds i bladet).

Vi håber at alle er klar til at tage fat og sørger for, at vi får nogle hyggelige dage - ikke blot med klubkammeraterne, men også med de andre WOC-arrangørklubber.

Mellem de to arrangementer ligger også den efterhånden legendariske klubtur til Sverige, der blandt andet kan lade sig gøre fordi vi hvert år arrangerer et fint Feminaløb. Datoen er dog ikke fastlagt endnu, men skulle gerne snart falde på plads.

Nedenfor kan du se hvem der har tilmeldt sig som hjælpere til WOC, og vil du gerne selv på liste foregår det via tilmeldingsblanketten, der findes på crew.woc2006.dk. Der er brug for alle også selvom du ikke kan være med hele ugen.

Registrerede hjælpere

Alice Hinge
Bent Nielsen
Bjarke Refslund
Carl Henrik Bjørseth
Carsten Lind
Christian Overvad
Esben Linde
Eva Bloch
Finn Arildsen
Finn Hother Madsen
Flemming Jørgensen
Flemming Nørgaard
Frank Linde
Grete Hygum

Gunnel Linderberg
Hanne Møller Andersen
Hans Bloch
Helga Harly
Henning Overgaard
Henning Petersen
Henriette Jørgensen
Henrik Hinge
Henrik Linderberg
Ivan Christensen
Jacob Holm
Jan Hauerslev
Jan Overgaard
Jan Scheel
Jane Schiønning
Jens Birk Lauridsen
Jens Knud Maarup
Jens Kristian Kjærgård
Jesper Lundsgaard
John Holm
John Skovbjerg
Juul Meldgaard
Jørgen Ladegaard
Karen Lauridsen
Karsten Hinge
Kell Sønnichsen
Kenneth Skaug
Kent Lodberg Christensen
Kjeld H. Mortensen
Klaus Kristensen
Knud Sørensen
Kristin Højdalsvik
Kurt Jensen
Kurt Lyndgård
Lasse Staffensen
Lea Marie Ørtoft Snerum
Lisa Hansen
Marianne Meldgaard
Michael Kjærgaard Sørensen

Michael Snerum Madsen
Mogens Nielsen
Mona Nørgaard
Peter Overgaard
Rasmus Oscar
Rikke Nørgaard
Saxo Harly
Steffen Nørgaard
Sten Ejsing
Thomas Nørgaard
Thomas Skouenborg
Tilo Stolzenburg
Torben Utzon
Torbjørn Gasbjerg
Tove Kemp Andersen

Nyt om WOC 2006
Af: Jesper Lundsgaard

Interessentmøde i Århus

- Kan vi lave et praktisk samarbejde mellem Vikingedagene på Moesgaard og WOC-Tour løbene?

- Hvordan forholder vi os til en mulig brandfare i skovene?

- Hvad gør vi med trafikken omkring Mindeparken mens sprintløbene afvikles?

Det var nogle af de spørgsmål, som blev behandlet, da der blev afholdt interessentmøde i Atletion i Århus 7. december.

Omkring 35 repræsentanter fra Beredskabskorpset, Århus Politi, VisitÅrhus, Moesgaard Museum og andre samarbejdspartnere, var inviteret til et møde, hvor stævneleder Flemming Nørgaard og generalsekretær Erik Nielsen fortalte om forberedelserne til VM.

Efter en gennemgang af hvad orienteringsløb er og en status på, hvor langt forberedelserne er kommet, var der mulighed for at stille spørgsmål. Interessen og spørgelysten var stor blandt mødedeltagerne og der kom også nogle ideer til, hvordan samarbejdet kan forbedres mellem de forskellige interessenter.

Eksempelvis gjorde SportÅrhus Event opmærksom på World Cup løbet i cykling for kvinder, som afvikles samme dag som langdistancekvalifikationen i Lindå Vesterskov. Opløbsstrækningen vil være på Frederiks Allé foran Ridehuset, der er VM's stævnecenter, og her opfordrede SportÅrhus Event til, at VM-organisationen samarbejdede med cykelfolket om at skabe en synergi mellem cykelstævnet og VM.

Mødet var tænkt som en introduktion til, hvad orienteringsløb er, og hvilke opgaver de forskellige samarbejdspartnere får i forbindelse med VM. Det blev til et par interessante timer, der gav mødedeltagerne et indtryk af, hvor stort et arrangement, VM bliver.

KONTAKTLINSE INSTITUTTET
Schandorffstræde 6-10,
8000 Århus C
Tlf. 86 13 79 11
E-mail: info@kontaktlinseinstituttet.dk

OK Pans generalforsamling

19/1 2006

Referat

Referent: Kell Sønnichsen.

Med 15-20 cm sne i løbet af dagen, fortsat snevejr og en hård sydøstlig vind var det hårde odds at skulle kæmpe mod for at komme frem til Silistria. Kun 19 medlemmer mødte frem.

1. Valg af dirigent

Finn Hother blev valgt uden modkandidater. Han kunne konstatere, at generalforsamlingen var rettidigt indkaldt.

2. Formandens beretning

[Beretningen kan ses andet sted i bladet, red.]

Efterfølgende var der diskussion af passivt medlemsskab, herunder et forslag om, at man fortsat kunne abonnere på Pan-Posten. Det var også meningen.

Medlemstilbagegangen blev også diskuteret. Morten Pedersen (MP) ønskede at bruge WOC til fremstød, og ville vide, om der var konkrete tiltag. SE svarede, at tilbagegangen først var registreret nu, idet vi ikke følger udviklingen løbende. Men det er oplagt at bruge WOC til et fremstød. Tilbagegangen var heller ikke opgjort på alder, så man kunne ikke se, om det var bestemte aldersgrupper, der var ramt, hvilket Kim Rokkjær (KR) efterlyste. Christian Overvad (CO) efterlyste fremstød mod familien, idet vores sport er unik på den måde, at man kan lave noget sammen med sine børn. Bent Nielsen (BN) stilled afsluttende sig tvivlende overfor, om tilbagegangen er reel, idet han ikke har kunnet se større bevægelser i regnskabet.

MP spurgte til bestyrelsens holdning til DOFs strukturreform. SE mente, at der er svært at se, om det er rigtigt eller forkert, når man ikke er tæt på, og det er vi ikke. Det samme gælder strategien med at investere sig ud af krisen. Holdninger fra generalforsamlingen efterlystes. René Rokkjær (RR) mente, at i betragtning af, at DOF ønsker så mange nye medlemmer, så gøres der ikke nok for at klæde klubberne på til at tage imod dem. SE svarede, at der dog gøres noget, bl.a. er der en stående invitation fra breddekonsulenten. Det er dog ikke lykkedes, at få datoer til at hænge sammen endnu.

KR efterlyste et kompetenceskema over klubbens medlemmer. Hvad kan/vil de enkelte hjælpe med i klubben?

Hans Bloch (HB) mente, at vi skulle drosle ned på aktiviteterne i efteråret for at have kapacitet til at tage imod de nye medlemmer. Lisbeth Nielsen (LN) anbefalede, at så mange træningsløb og -aktiviteter som muligt foregår fra Silistria aht. nye medlemmer. Dette var der generel enighed om. Anne Skaug (AS) mente, at der desuden skulle gøres mere ud af træningsløbene for familierne, hvilket CO kunne tilslutte sig, f.eks. mandag eftermiddag. LN mente, at det var vigtigt, at få forældrene med i aktiviteterne, ellers vil det være svært at få børnene med til løb kl. 7 en søndag morgen.

MP mente, at klubben skulle være klar over,

hvilke tilbud, den har til forskellige grupper.

Endelig kom SE med Henrik Linderbergs pointe fra det nyligt overståede seminar i Odense om at få flere medlemmer i DOF: Tag arbejdskammerater med. Så kan man hurtigt vokse – og de har en naturlig kontaktperson.

Den generelle konklusion var, at klubben skal bruge VM som løftestang til at få flere medlemmer.

Efter denne diskussion blev formandens beretning enstemmigt vedtaget.

3. Forelæggelse af revideret regnskab

Hans Vendelbjerg (HV) gennemgik regnskabet, der gav anledning til få bemærkninger.

Et af dem, var omkring afregning med Århus 1900 for ungdomstræning. I princippet skal de betale et beløb pr. år, men det har ikke været krævet ind. CO gjorde opmærksom på, at der blandt 1900's forældre var et ønske om "legalisering" af deres brug af Pans klubhus og ungdomstrænere. MP fandt det også rimeligt, at der var en betaling – selvom den fælles ungdomstræning var en win-win situation for begge klubber.

Konklusionen var, at bestyrelsen skal tage det op med Århus 1900.

RR spurgte til, om de 500.000 kr, der står i banken ikke bør investeres. HV svarede, at det bør de, men investeringen må ikke være for risikobetonet – og så vil gevinsten ikke være så stor.

HB ville høre, om hele tilbygningen til klubhuset skulle afskrives. SE mente, at det kun skulle gøres ned til ca. 450.000, idet det svarer til det beløb, klubben brugte på selve tilbygningen. At værdien er højere nu er pga. de senere forbedringer (bl.a. dameomklædning), som ikke kan realiseres igen. Vi bør ikke afskrive til mindre end det beløb, vi har bidraget med til tilbygningen for at kunne påvise overfor kommunen, at vi har brugt en masse penge på huset.

Derefter blev regnskabet enstemmigt godkendt.

4. Behandling af indkomne forslag

Der var ikke indkommet nogen forslag.

5. Fremlæggelse af budget og kontingent-fastsættelse

HV fremlagde budgettet for 2005/6 samt et overslag for 2006/7.

Henrik Jørgensen (HJ) spurgte til budget for det medlemsfremstød, der var snakket om under formandens beretning. HV indrømmede, at det manglede. CO gjorde opmærksom på muligheden for at søge DOF-pulje til netop dette formål.

AS spurgte på vegne af arrangementsudvalget, om i hvor høj grad der skulle satses på dels divisionsturneringen og klubbens 60 års fødselsdag. Hvis der skal satses hårdt på begge er arrangementsudvalgets budget for lille. Der var bred enighed om, at der skal satset på divisionsturneringen, mens klubbens 60 års fødselsdag nok kan give anledning til en bedre fest, men ikke en decideret markering med reception m.m. Bestyrelsen skulle genoverveje arrangementsudvalgets budget.

BN gjorde opmærksom på en fejl i budgettet, idet eliteudvalgets opsparing fra 2004/5 var indregnet i budgettet for 2005/6, hvorfor dette i virkeligheden var omkring 47.000 kr. bedre end det så ud til.

Bestyrelsen foreslog, at kontingentet forblev uændret. Ingen protesterede.

6. Valg af formand

Ikke på valg.

7. Valg af kasserer

Hans Vendelbjerg blev genvalgt uden modkandidater.

8. Valg af bestyrelsesmedlemmer

Henriette Jørgensen ønskede at udtræde af bestyrelsen, hvorfor der skulle vælges et medlem for et enkelt år. Kim Rokkjær blev valgt uden modkandidater.

Kell Sønnichsen og Kent Lodberg var begge på valg og genopstillede. De blev valgt uden modkandidater.

9. Valg af suppleanter

Henrik Hinge genopstillede og blev genvalgt uden modkandidater.

Line Iversen ønskede ikke at genopstille. Det lykkedes ikke at finde en ny suppleant, hvorfor bestyrelsen blev bemyndiget til at finde en sådan.

10. Valg af revisor

Randi Scheel var på valg og genopstillede. Hun blev genvalgt uden modkandidater.

11. Eventuelt

Finn Hother kunne fortælle, at OK Pan i 1999 fik årets arrangementspris af Århus Stiftstidende pga. det velgennemførte WMOC. I forbindelse med flytning af Århus Stiftstidende fra Olof Palmes Allé ned til Banegårdspladsen fandt de fadet, vi skulle have haft i 1999. Finn Hother kunne nu overrække det til Sten Ejsing.

BN opfordrede kraftigt alle til at melde sig som WOC crew.

MP opfordrede til at bestyrelsesreferaterne offentliggøres. Bestyrelsen måtte indrømme, at det på trods af intention om det ikke var lykkedes at gøre godt nok. Referaterne skal offentliggøres på PanNet.

HB foreslog en resultatorienteret aflønning af generalsekretæren for Femina Kvindeløb, f.eks. i form af et grundbeløb og en procentsats af overskuddet over et vist beløb.

LN efterlyste en afløser til at stå for kortsalget.

Katrine Olesen spurgte, om der skulle ske noget med hjemmesiden i VM-året. Den nuværende er ret indadrettet. HJ kunne afsløre, at en ny hjemmeside allerede er klar, men mangler at komme på plads.

Endelig kunne Sten Ejsing overrække Pan-Præstationen, hvorefter Finn Hother kunne takke for god ro og orden.

Divisionsmatcher

Sæt allerede nu kryds i kalenderen følgende dage:

9/4 Hou

13/8 Vilsbøl

KHM Invest ApS
Højbjerg

Sten Ejsing

Pan Præstation 2005

Pan Præstationen gives til ét eller flere medlemmer, der i årets løb har ydet noget særligt for klubben.

Det kan være en enkelt enestående præstation eller det kan være "det lange, seje træk", som bestyrelsen gerne vil belønne.

Oftest er det det lange seje træk, og således også i år.

Som det fremgik af min beretning, så er der mange, der yder en stor frivillig indsats for klubben og som følge heraf er der også mange kandidater til Pan Præstationen.

Valget er derfor svært og for en gangs skyld er det ikke en enig bestyrelsesbeslutning, men dog en flertalsbeslutning, der ligger bag valget af årets modtager.

Som noget helt særegent har vi i år valget et medlem, der bestrider et lønnet job i klubben, men jeg vil gerne meget pointere, at det ikke er for udførelsen af dét job, vi har valgt vedkommende.

For ud over at varetage jobbet som sekretariatschef, så har Henriette Jørgensen ydet en kæmpe indsats i klubben gennem året og for den sags skyld også gennem de tidligere år.

Jeg vil gerne nævne hendes indsats:

Henriette var med-stævneleder til DM Sprint.

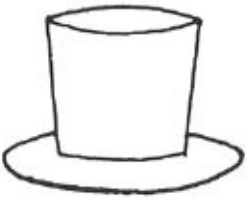
Hun har været en stor arbejdskraft i arrangementsudvalget og i træningsudvalget.

Hun har været primus motor i arrangementet af Bogstavjagten.

I forbindelse med Femina-løbet har hun ligeledes været en meget stor arbejdskraft.

Og endelig har hun siddet i OK Pans bestyrelse.

Jeg tror roligt, at jeg kan sige, at vi alle har nydt godt af Henriettes store engagement, og jeg vil gerne lykønske hende med Pan Præstationen.



Sten Ejsing

Formandens beretning 2005

Endnu et år er gået, og igen har det været et godt år for OK Pan.

Der har som sædvanligt været mange aktiviteter i gang.

Året har budt på en lang række gammelkendte aktiviteter, men der er også kommet nogle nye til, så vi kan sige, at klubben hele tiden udvikler sig.

I sidste nummer af Pan-Posten har de enkelte udvalg givet udførlige og spændende beretninger om årets gang, så der er ingen grund til at jeg gentager noget af det i min beretning.

Men jeg vil gerne benytte lejligheden til at sige tak for indsatsen til de forskellige udvalgsformænd og deres mange hjælpere for en meget flot indsats i 2005.

Klubbens sociale, faglige og tekniske hverdag afhænger i høj grad af jeres indsats, så stor tak til jer alle.

I de seneste mange år har jeg bygget min beretning op over en sammenligning mellem OK Pans målsætning og de faktiske forhold i klubben. Det vil jeg undlade at gøre i år.

I stedet vil jeg fokusere på nogle af de forhold, som berører os i vores dagligdag og som også i fremtiden vil berøre os.

Lad mig først starte med et par lyspunkter fra året, der gik.

DM Sprint

Vi afviklede i foråret DM i sprint i Lerdalen.

Det blev et vellykket arrangement, som fik mange roser med på vejen fra deltagerne i DM-klasserne.

Det er noget af en opgave, at skulle leve op til den myte, at når OK Pan står som arrangør, så er der sikkerhed for en høj kvalitet. Men det lykkedes, så tak og stor ros til stævnelederne og til alle hjælperne.

At Rene Rokkjær ved samme lejlighed snuppede DM-guldmedaljen med Claus Bloch på sølvmedalje pladsen gjorde det til en rigtig god dag for OK Pan. Det skulle senere vise sig, at det blev OK Pans eneste DM-guld i år 2005.

Tillykke til Rene for den flotte indsats.

Femina Kvindeløb

På Mors Dag var det endnu engang tid for Femina Kvindeløb.

Der var mange frivillige hjælpere både til pakning og planlægning forud for arrangementet, men så sandelig også i

forbindelse med selve afviklingen.

Selv om arrangementet ikke er en orienteringsmæssig udfordring for medlemmerne, så var der alli-gevel et talstærkt fremmøde af hjælpere.

Løbet er en meget vigtig begivenhed for OK Pan´s økonomi, så en stor tak til alle, der hjalp med.

Bogstavjagt

Et andet ikke-orienteringsløbs-baseret arrangement er Bogstavjagten. Igen i 2005 gennemførte Henriette og Co. jagten i fin stil.

Endnu er arrangementet ikke slået helt igennem hos målgruppen, men vi forsøger os med mere markedsføring i år, således at stævnet kan få den position, som ideen berettiger til.

Arrangementet fortjener stor ros, idet det på samme måde som Femina-løbet er med til at udbrede kendskabet til OK Pan.

Multisport

Det sidste tiltag, jeg vil nævne er Adventure-race.

Vi har i årets løb haft indledende sonderinger om muligheden for at integrere adventure i OK Pan regi.

Jeg ser stort interessesammenfald, og bestyrelsen hilser initiativet velkomment.

Der er herved blevet skabt mulighed for at vi traditionelle o-løbere kan prøve kræfter med nye udfordringer, samtidigt med at adventure folket kan få en god og ordentlig introduktion til orienteringssporten.

Jeg vil for en kort stund vende tilbage til beretningerne fra udvalgene.

Som nævnt synes jeg de er gode og fyldige, men der er dog et par aktiviteter, der ikke er omtalt i disse beretninger. Det vil jeg råde bod på her.

Pan Posten

Det er vel Kell Sønnichsens beskedenhed, der er skyld i, at han har undladt en rosende omtale af bladudvalgets indsats.

Men, jeg vil gerne rose ham for et læseværdigt og spændende blad.

Det er en fornøjelse at modtage bladet, hvor Kell løbende har formået at få en række medlemmer til at bidrage med indlæg.

Flot arbejde og tak til Kell.

Panisterne

Panisterne fortjener også at blive nævnt.

Jeg mener ikke, at der er specifikke krav for at komme med i Panister-gruppen, men deltagerkredsen har dog det til fælles at dåbsattesten er fra før 1950.

Ud over hyggeligt samvær i klubhuset tirsdag formiddag, så bliver der også tid til i ny og næ at give husudvalget en hånd med.

Det er en fin hjælp, som vi alle nyder godt af, så tak for det.

Som det ses, er det mange opgaver vi formår at løse i årets løb, og så dækker dette resume alligevel ikke hele sandheden.

World Orienteering Championship

Som bekendt er OK Pan i samarbejde med 6 andre midtjyske klubber arrangør af sommerens ver-densmesterskab i orienteringsløb, WOC 2006.

Dette kæmpearrangement med forventet 400 deltagere i VM-konkurrencerne og 3000 deltagere i publikumsløbene har krævet mange ressourcer allerede i planlægningsfasen.

Flere af nøglepersonerne i arrangementet er OK Pan folk og selv om det ikke er en direkte indsats for OK Pan, så synes jeg, at de skal have en stor tak for deres indsats.

Jeg sidder selv som formand for Præsidiet og som formand for Styregruppen og jeg kan kort orientere om, at planlægningen skrider planmæssigt frem.

Vi har netop fået bevilliget et stort økonomisk tilskud fra Århus Amt, så vi forventer, at arrangementet kan gennemføres med et mindre overskud, alt afhængig af deltagerantallet i publikumsløbene.

Der er pt. ca. 800 tilmeldte, så der er god optimisme for at vi når de 2.500 der skal til for at få stævnet til at løbe rundt.

Jeg vil ikke her gøre yderligere reklame for arrangementet, men minde om, at der er et stort informationsmøde søndag den 29. januar kl. 13.00 på Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskole, i øvrigt i forlængelse af Nordkredsens langdistanceløb og med mulighed for tilmelding til frokost.

Og så håber jeg selvfølgelig at se rigtigt mange af Jer som hjælpere, når det går løs til sommer i dagene 28. juli til 5. august.

Det bliver en oplevelse for livet.

Som det fremgår, så lægges der rigtigt mange arbejdstimer i at få OK Pan til at løbe rundt.

Det kan kun lade sig gøre med mange frivillige hjælpere, og her er vi heldigvis godt stillet.

Der er rigtig mange af klubbens medlemmer, der deltager i det frivillige arbejde, og det skal I have tak for.

Lønnet arbejde

På trods af det, så er det ikke tilstrækkeligt for at opretholde det aktivitetsniveau vi har.

Det har været nødvendigt at supplere med "lønnet" arbejdskraft, hvilket jeg gerne vil orientere generalforsamlingen om.

Opgaver som rengøring, ungdomstræning og kraftcentertræning er lønnet arbejde, der helt eller delvis modsvares af tilskud fra kommune og DOF.

Hertil kommer, at vi har besluttet at ansætte en klubtræner.

Tidligere blev klubtræningen og kraftcentertræningen varetaget af samme person, men denne ordning fungerede ikke tilfredsstillende.

Vi har nu jobbene delt på 2 personer, der hver for sig påtager sig sin opgave, og som samtidigt kan støtte og inspirere hinanden.

Vi tror, at det vil give endnu et løft til de i forvejen gode og spændende klubtræninger samtidigt med, at vi får sat ekstra fokus på kraftcenter træningsmiljøet.

P.t. er vi dog uden KC-træner, men der arbejdes på en løsning.

Endelig har vi introduceret betalt hjælp i forbindelse med Femina-løbet.

Som nævnt tidligere er der ikke noget orienteringsmæssigt incitament i at arrangere løbet, men det er et uvurderligt tilskud til klubbens økonomi.

Der er mange trivielle, men nødvendige

opgaver, der skal løses, hvor det især har været svært at finde frivillige med lyst til år efter år at påtage sig sekretæropgaven med at registrere tilmeldinger samt at finde den gennemgående person til at varetage planlægningen med møder, mandskabsre-kruttering, uddelegering af opgaver og styring af selve løbsafviklingen.

Vi har derfor besluttet, at vi vil aflønne de 2 opgaver: sekretæropgaven og planlægningsopgaven.

Sidstnævnte opgave er blevet opslået under betegnelsen Generalsekretær.

Der afsat et beløb til de 2 opgaver svarende til 15-20 % af overskuddet, således der stadig bliver en god sjat tilbage til klubben.

Det sidste lønnede job er jobbet som klubbens sekretariatschef.

Med den enorme administrative byrde, der ligger på bestyrelsen, vil det være umuligt at komme gennem hverdagen uden denne aflastning.

Med tiden er det meningen, at alle administrative funktioner skal samkøres i sekretariatsfunktionen, således at ind- og udmelding, medlemsregistrering, løbstilmelding, nøgleordning osv. kommer til at ligge ét sted.

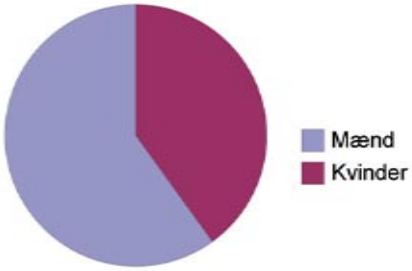
Medlemstatistik

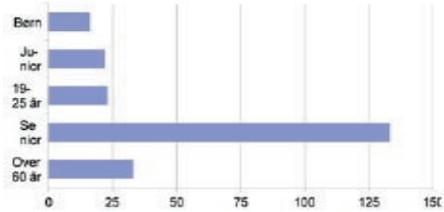
Jeg vil slutte beretningen med at se lidt på medlemsstatistikken.

Ved årsskiftet var vi i klubben 227 aktive medlemmer og 39 passive medlemmer.

De aktive medlemmer er fordelt med 136 mænd og 91 kvinder.

Fordelingen på alder er 16 børn, 22 juniorer,





23 unge i alderen 19-25 år, 133 seniorer op til 60 år og 33 over 60 år.

Da sidste års tal var 253 aktive er der tale om en ret stor tilbagegang.

Det vil være et af de temaer, som den kommende bestyrelse skal se nærmere på.

Vi har i årets løb drøftet begrebet “passivt medlemskab”. Hvad er kriterierne for et sådant medlemsskab? Det er ikke lykkedes os, at finde klare regler for dette, hvorfor bestyrelsen har besluttet, at afvikle muligheden for passivt medlemskab.

Det er vores holdning, at alle, der benytter Silistria nogenlunde regelmæssigt, bør kunne betale fuldt medlemskab. Der er tale om en prisforskel på 355 kr om året, hvilket er mindre end det koster at fylde en tankfuld benzin på bilen.

Vi vil ikke fratage allerede registrerede passive medlemmer deres medlemskab, men opfordre til, at de vil overveje at blive fuldt betalende medlemmer.

Det var min beretning af, hvad der er sket i klubben i 2005.

Udenfor klubben

Uden for klubbens regi er der også sket en del, som får stor indflydelse for vores medlemmer.

DOF er midt i en strukturreform, som I kan læse om i forbundsbladet.

Der er mange, der ikke er enig i det, som DOF går og laver, og der er lagt op til en vældig diskussion på det kommende repræsentantskabsmøde.

Der er ingen tvivl om, at DOF er i en vanskelig situation bl.a. hvad angår økonomi, medlemstal, sportslige resultater osv., og vi kan alle have vores meninger om hvor vidt de gør det rigtigt.

Jeg synes dog, at vi skal huske på, at alle, der arbejder med disse problematikker gør det af bedste evne og ud fra et brændende varmt hjerte for orienteringssporten.

Derfor kunne det godt være, at vi skulle prøve at følge deres tankegang en smule hen ad vejen i stedet for at være modstander fra begyndelsen af.

Jeg vil slutte med at sige tak til min bestyrelse for et fint samarbejde i året der er gået. Flere af jer fortsætter i den kommende bestyrelse og jeg glæder mig til det videre samarbejde.

FEMINA

KVINDELØB

2006

Sæt allerede nu kryds ved følgende datoer...

Primo marts 2006 - Udsendelse af foldere. Lidt afhængigt af, hvornår folderne er trykt, så vil vi få brug for en indsats til at pakke kuverter med foldere og anden information til tidligere deltagere. Det vil være i forbindelse med den sædvanlige tirsdags eller torsdagstræning. Der skal også deles ud på arbejds- og uddannelsespladser m.m.

Uge 17-18 - Pakning af startnumre. I de to uger op til stævnet skal der pakkes kuverter med startnumre til deltagerne. Vi forventer, at det sker to tirsdage.

7/5 2006 - Gaveposepakning. Vi ved endnu ikke, hvor det foregår, men ligesom sidste år vil vi forsøge at lave to skift, så man ikke skal være der hele dagen.

14/5 2006 - Selve Kvindeløbet. Der er behov for 90-100 hjælpere til at gøre livet behageligt for de ca. 2700 løbere. Dagen før skal der også bruges en del til at stille stævneplads op.

På »juntaens« vegne, Kell

Netbank

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

Søges!

Kortsælger

Lisbeth Nielsen efterlyste på generalforsamlingen en afløser til at stå for salg af kort. Hun vil godt stå for det indtil en afløser er fundet, men det må gerne ske snart.

I modsætning til tidligere, så kræver det ikke længere lagerplads hjemme, idet alle kort nu opbevares på Silistria. Og der er i øvrigt ikke så mange mere, idet de fleste kort nu sælges som print.

Flere oplysninger kan fås ved henvendelse til:

Lisbeth Nielsen
Holme Parkvej 338
8270 Højbjerg
Tlf.: 86 26 03 13
E-post: pan.kortsalg@stofanet.dk

Søges!

Generalsekretær til Femina Kvindeløb

Som omtalt i sidste nummer af Pan-Posten søges der en generalsekretær til at stå for de koordinerende ting omkring Femina Kvindeløb. Jobbet består i at sørge for, at følgende opgaver bliver gjort med »rettidigt omhu«:

Fremskaffelse af tilladelser, modtagelse af indholt til gaveposer, modtagelse af t-shirts, modtagelse af blade, udsendelse af indbydelser, fordeling af foldere, udsendelse af startnumre, pakning af gaveposer, reservation og leje af udstyr, intern information, portosponsor, opvarmning, fremskaffelse af prominent starter.

Og så er der sikkert nogle opgaver, der er glemt...

Sten Ejsing nævnte på generalforsamlingen, at der er afsat et pænt beløb til aflønning af dette arbejde.

Nærmere oplysninger kan fås hos Martin Jensen (martin@mtj.dk) eller Kell Sønnichsen (kell@soenniksen.dk).

Søges!

Hjælpere til WOC 2006

Kun 70 af klubbens medlemmer har i skrivende stund meldt sig som hjælpere til WOC 2006. Normalt er det et ganske pænt antal et halvt år før et stævne, men procentvis er vi den blandt arrangørklubberne, der har den dårligste tilslutning. Det svarer til ca. 25% af klubbens medlemmer, mens Horsens OK på nuværende tidspunkt har fået over 40% tilmeldt.

Derfor denne opfordring (igen!) til at melde sig som hjælper. Gør det nu. Vent ikke. Lad være med at lurepasse. Hvis du venter til sidst, er det ikke sikkert, at der er hjælperbeklædning til dig.

Rent praktisk gøres det ved at gå ind på »WOC crew« hjemmesiden, crew.woc2006.dk, og downloade og udfylde tilmeldingsformularen.

Yderligere oplysninger fås hos Elin Jensen, Horsens OK, Tlf. 7565 7737,

E-mail: teehj@horsens.dk

Søges!

Stævneleder og banelægger til Dansk Park Tour

Søndag den 11. juni har OK Pan en afdeling af Dansk Park Tour - et lille sprint-løb med typisk under 100 deltagere. Det består af to etaper, som oftest i samme eller næsten samme terræn. Der er skaffet tilladelse til at bruge de samme områder som til DM Sprint sidste år, så det kommer til at foregå i Skåde Bakker.

En af baggrundene for at lave løbet er at kunne bruge det som test af procedurer og udstyr til VM, hvilket i hvert fald IT-gruppen har planer om.

Men vi mangler både en stævneleder og en banelægger. Ingen af delene er specielt arbejdskrævende - deltagerantallet er som sagt lavt, og antallet af baner er ligeså.

Så det er et perfekt stævne at »øve« sig på, når man ikke længere at ungdomsløber og kan bruge Kristi Himmelfarts-løbet til det.

Yderligere information kan fås ved henvendelse til Kell Sønnichsen (kell@soenniksen. dk).

Nyt om WOC 2006
Af: Kell Sønnichsen

VM Stormøde

Man kender vel sine lus på travet? For at lokke så mange »WOC crew« til stormøde på HNIE var der langdistanceløb om formiddagen. Ikke mindre end 110 var tilmeldt.

Efter en sædvanlig standard - dvs. god - frokost på HNIE var det tid for at høre efter. Hele stævneledelsen - med Jesper Lundsgaard som stand-in for Johan Fegar - præsenterede en masse PowerPoint med kasser, streger og punktlister. Listerne var som regel fyldt med opgaver og personer.

Det var tankevækkende, at WOC Tour - som gerne skulle nå 2500 deltagere for at budgettet hænger sammen og meget gerne også nå 3000 deltagere - »blot« var et blandt mange emner i præsentationen. Vi snakker her om deltagermæssigt et af de største stævner i Danmark! Både mandskabs- og økonomiske ressourcer bliver primært brugt på selve VM-løbene. Groft sagt kan man sige, at 10% af deltagerne sluger 90% af ressourcerne.

Og selv om jeg har været blandet ind i meget af forberedelserne undervejs, var der alligevel et par ting, jeg ikke havde hørt før, og som kunne have betydning for IT-gruppens videre arbejde.

Undervejs og til deltagernes udelte opmærksomhed kunne Flemming Nørgaard vise prøver på stævnetøjet, som alle hjælpere modtager - hvis man altså når at melde sig til i tide! Det er en Newline overtræksdragt med lynlåse, så den kan laves om til vest og korte bukser. Dertil en polotrøje og kasket. Butiksprisen ville være omkring 1400 kr.

Se dragten her til højre. Farverne er endnu ikke helt afklaret.

Martin Bruhn Pedersen

Pan Multisport

Multisport i Pan har fået en god start. Antallet af personer til mødet om multisport i Pan viste stor interesse for at få startet Pan Multisport op.

Denne interesse har dog ikke helt smittet af på opbakningen til de to første træninger, om end der har været en fordobling af deltagerne fra første til anden træning. Vi er overbeviste om, at det kolde vejr har en stærk medvirkende årsag til det lidt begrænsede fremmøde. I takt med at det bliver varmere er vi sikre på, at lysten til at træne lidt mere målrettet mod de kommende løb vil stige.

Konkurrencer

Vi satser på at få nogle Pan Multisport hold med til Fjällräven Extreme Marathon den 27. og 28. maj. Det er et rigtigt spændende løb, som består af orienteringsløb på 4 cm kort over to dage. Her skulle vores orienteringsevner gerne give os en fordel i forhold til andre multisport-hold.

Kommer der mon nogensinde et Pan Multisport hold med til Arctic Team Challenge?

Udbredelse af information

På mødet om multisport snakkede vi om, hvordan vi skulle formidle information om træning osv. til de interesserede. Pans nye hjemmeside med link om multisport i Pan er på vej. Herudover har vi en mailliste, hvor 20 Pan'ere er på.

Pan Multisport aktiviteter

3-5/2 Pan-samling - MTB kan medbringes

5/2 Vinterlangdistance, Nordkredsens træningsudvalg.

11/2 Winter City Race 2006. Tilmelding overskredet .

12/2 Vinterlangdistance, Nordkredsens træningsudvalg.

25/2 Træning - MTB + o-løb (evt. skydning). Arrangør søges.

26/2 Midtjysk Vintercup, MTB-O omkring Århus.

11/3 Træning - MTB + o-løb. Arrangør: Henriette Jørgensen

18/3 Isterød Bike & Run. Tilmelding stadig mulig.

Landinspektørfirmaet

Hans J. Ovesen & Ove Kristensen
M.P. Bruuns Gade 41
Postboks 346
8100 Århus C

Vintercup 2005-2006

Kell Sønnichsen

Seks afdelinger er afviklet, og der forestår nu kun to mere samt La Grande Finale. De mest handicappede har triumferet indtil nu.

1. afdeling 24/11

»Du bestemmer selv hvor langt - og så alligevel ikke«. Blandt flere traditioner, så gælder der omkring afdelingernes titler: jo mere kryptiske, jo bedre.

Denne gang var det »blot« et mangepostløb krydret med en afsluttende fast runde. René Rokkjær stod bag, og Torbjørn Gasbjerg vandt suverænt, men Henrik Jørgensen beholdt lige nøjagtigt førertrøjen.

2. afdeling 6/12

»Olympisk orientering« - eller i hvert fald klubtrænerens bud på det: 30 poster på en afmærket, kendt rute. Sådan! Det var hårdt og glat, men alligevel vandt Caroline Andreasen, mens Tue Lassens tredje tredjeplads bragte ham i førertrøjen.

Christian Christensen kæmper sig frem. (Foto: Henrik Jørgensen).

3. afdeling 15/12

Gammelkendte Ultra-Sprint var igen at finde i Botanisk Have. 500 m sprint på gaflet bane og snydeposter. Dertil match-race agtig start med to startende hvert halve minut. Resultat: maksimum stress. Undertegnede stod som sædvanlig bag og der var den sædvanlige forvirring. Ifølge Torben Utzon var der deltagerrekord med 49 startende.

De mest handicappede begyndte at træde i karakter, idet 8 af de 10 første løbere havde handicap under 60. Vinder blev Henriette Jørgensen og opnåede dermed at skulle dele føretrøjen med Tue Lassen.

4. afdeling 5/1

»Glem yo-yo'en, men husk snoren« Hvor får Jan Overgård dog de titler fra? Sidste år var yo-yo løb op og ned af skrænten ved Silistria. Denne gang var det linjeløb med to indlagte normale baner. Første linje var uden poster, så det var fristende helt at springe anden linje over. Det var også dumt...

Vinder blev Carsten Thygesen, men Tue Lassen imponerede ved at være 1½ minut hurtigere end nummer to uden handicap indregnet. Det bragte ham også alene tilbage i førertrøjen.

5. afdeling 17/1

»Danmark Rundt« med klubtræneren (igen) som guide var denne tirsdag aftens opgave. Den vil nok - og måske især blandt de tidligt startende - blive husket for et kraftigt snefald, der dels sneede posterne til og dels gjorde det stort set umuligt at se mere end en halv meter

frem. Det var i høj grad en fordel at starte sent. Banen var en normal orienteringsbane iblandet små grupper af 3-4 poster, der kunne tages i valgfri rækkefølge.

Igen var det Henriette Jørgensen, der vandt, og det gør hende til den eneste, der har vundet to afdelinger indtil nu. Det væltede dog ikke Tue Lassen af podiet, men det var tæt på...

6. afdeling 25/1

Med 10 cm sne i skoven med et tykt - men ikke tykt nok - islag ovenpå, var »Husker du?« en barsk omgang - igen kreeret af klubtræneren. At den bød på adskillige klatringer op og ned af skrænterne ved Thors Mølle gjorde det ikke lettere. Opgaven var stjerneløb med 10 poster, men kun kort ophængt ved stjerneposten, der selvølgelig stod nede ved dammen og skulle klippes efter hver post.

Peter Thomadsen vandt, og med Tue Lassen på skiferie røg Henriette Jørgensen til tops og kunne overtage den gule førertrøje. Men der lød rygter om en ekstraordinær justering af handicappene.

Resterende afdelinger

7/2	7. afdeling Torbjørn G. og Morten P.
21/2	8. afdeling Tue L. og Christian C.
2/3	La Grande Finale Caroline A. og Kim R.

Nærmer om tid og mødested vil komme på klubbens hjemmeside senere.

Stillingen efter 6. afdeling

1	Henriette Jørgensen	256
2	Tue Lassen	247
3	Henrik Jørgensen	237
4	Peter Thomadsen	222
5	Caroline Andreasen	221
6	Mona Nørgaard	215
7	Kurt Lyndgaard	190
8	Troels Nielsen	181
9	Henrik Markvardsen	176
10	Morten Kusk	173
11	Thomas Nørgaard	169
12	Kim Rokkjær	166
13	Morten Pedersen	165
13	Rikke Nørgaard	165
15	Kell Sønnichsen	164
16	Ebbe Nielsen	158
17	Martin Jensen	155
18	Torbjørn Gasbjerg	152
19	Christian Christensen	151
20	Carsten Thygesen	148
21	Signe Søes	143
22	John Holm	140
23	Peter Overgaard	139
24	Michael K. Sørensen	134
24	Rie Baun Christensen	134
26	Torben Utzon	133
27	René Rokkjær	132
28	Ane Linde	130
29	Gry Johannsen	128
30	Juul Meldgaard	125
31	Martin B. Pedersen	124
32	Michael Bradford	123
33	Rasmus Skovgård	121
34	Bjarke Refslund	117
35	Grete Leth Pedersen	114
36	Nis W. Breddam	108
37	Katrine Olesen	107
38	Flemming Nørgaard	103
39	Henriette Andersen	100
40	Finn Arildsen	97
41	Jan Overgaard	94
42	Finn Simensen	91

Samlinger og ture

Nedenstående er en lille oversigt, over de stafetter, ture og andre arrangementer, som klubben regner med at deltage i.

Nogle af tingene er primært for klubbens elite, men kan også være interessante for andre, der vil med på »turistvisum«. Oversigten er et uddrag af Pan Eliteteams uundværlige Hvad-sker-der-hvornår i 2006.

3-5/2	Elite-team-samling, Thy
10-12/3	Hallandspremieren, Halmstad
11-12/3	Nordjysk 2-dages, Dronninglund
24-26/3	Spring Cup, Nordsjælland
1-2/4	DM Nat og Sprint
13-15/4	Påskeløb
22-23/4	EM testløb, Tibro, Sverige
29-30/4	Tiomila, Halsberg, Sverige
6-7/5	SM Stafet og Klassisk, Grib Skov
13-14/5	MTB-VM testløb, Fussingø/Finderup
21/5	Klitløb, Hjardemål/Lild
2-5/6	Pan klubtur?
9-11/6	JWOC testløb
17-18/6	Jukola, Finland
1-2/7	Vestjysk 2-dages
8-9/7	Vikingedysten
13-16/7	Sørlandsgaloppen

Henrik Jørgensen

Træningsplan

2/2	LK	Bundtur
6/2		Skolen er lukket
7/2	OL	**Vintercup, 6. afd.** Micr-O
9/2	DT	Bakketræning
13/2		Styrke / boldspil
14/2	LK	Langtur med kort
16/2	Int	Terrænintervaller
20/2		Styrke / boldspil
21/2	OL	**Vintercup, 8. afd**
23/2	LK	Langtur
27/2		Styrke / boldspil
28/2	DT	Bakketræning
2/3	OL	**Vintercup, Finale**
6/3		Styrke / boldspil
7/3	OL	O-intervaller
9/3	LK	Langtur
13/3		Styrke / boldspil
14/3	DT	Bakketræning
16/3	Int	Terrænintervaller
20/3		Styrke / boldspil
21/3	OL	O-intervaller
23/3	LK	Langtur

OL = O-løb
LK = Langkøring
DT = Distancetræning
Int = Intervaltræning

Kontoudtog, Svend Senior

20/2	Spring Cup	390,-
27/2	Nordjysk 2-dages	205,-
20/3	Påskeløb	350,-
I alt		**945,-**

Det kan hurtigt blive et dyrt forår. Sørg for, at der er penge på din konto, før du tilmelder dig!

Løbskalender

Dato	Kat.	Løbsområde	Arrangør	Bemærkning	Sidste tilm.
5/2	D	Harrild Hede	Herning OK	Vinterlang	30/1
12/2	D	Venø	Karup OK	Vinterlang	6/2
22/2	Dn	Gedhus Pl.	Karup OK	Natugle 1	15/2
1/3	Dn	Løvbakkerne	Herning OK	Natugle 2	
8/3	Dn	Silkeborg Nordskov	Silkeborg OK	Natugle 3	
10/3	D	Hammer Bakker	Aalborg OK	Nordjysk 2-Dages	27/2
11/3	B	Dronninglund	Aalborg OK	Nordjysk 2-Dages	27/2
12/3	B	Dronninglund	Aalborg OK	Nordjysk 2-Dages	27/2
15/3	Dn	Neckelmann-Strickes Pl.	Viborg OK	Natugle 4	8/3
19/3	C	Finderup	Skive AMOK	3. division	
24/3	Dn	Egedam	FIF/OK Øst	Spring Cup nat	21/3
25/3	A1	Gurresøskovene	FIF/OK Øst	Spring Cup klassisk	21/3
26/3		St. Dyrehave	FIF/OK Øst	Spring Cup stafet	21/3
1/4	A1	Valby Hegn	Tisvilde Hegn OK	DM Nat, SRL	17/3
2/4	A1	Frederiksværkskovene	Tisvilde Hegn OK	DM Sprint, SRL, JRL	10/3
9/4	**C**	**Hou Skov**	**Mariager Fjord OK**	**1. division**	
13/4	A1	Rømø	OK HTF	Påskeløb	20/3
14/4	A1	Rømø	OK HTF	Påskeløb	20/3
15/4	A1	Rømø	OK HTF	Påskeløb	20/3

SRL = Seniorrangliste, JRL = Juniorrangliste, SL = Stafetliga.

Yderligere oplysninger om løbene kan findes i »den hvide løbsmappe« på Silistria eller på de enkelte løbs hjemmeside, der kan findes via terminslisten på DOFs hjemmeside (www.dk.orienteering.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 løbet. Det er pænt at tilmelde sig et par dage før, så løbstilmelderen har lidt tid at arbejde i.

Tilmelding til løb gøres via www.o-service.dk (kræver login, der kan fås hos løbstilmelderen). Alternativt kan man også tilmelde sig til løbstilmelderen:
Knud Sørensen, Digevænget 11, 8330 Beder, tlf.: 8693 7517, e-mail: knudes@pc.dk
Løbskonto: 3627 127-3213

Mortensen & Beierholm

Statsautoriseret Revisionsaktieselskab
Guldsmedgade 3
Postbox 175
8100 Århus C
Tlf. 87 32 57 00

Shell Service

Rosenvangs Allé 218
8270 Højbjerg
Tlf. 8627 2775

Er »vaskesponsor« for vores nye Caravelle.

Afs.: OK Pan
v/Henriette Jørgensen
Ingerslevs Boulevard 25, 4. tv.
DK-8000 Århus C

Træningsløb

Dato	Terræn	Banelægger	Mødested
4/2	*Villhelmsborg	Fam. Møller Skaug	Afmærkning fra Oddervej
11/2	*Risskov	Mette H, Ane L, Tue L	Vandrehjemmet
18/2	Storskoven	1900	Grumstolen
25/2	*Vestereng	Morten F-G, Peter T., Morten Kusk	Århus Firmasport
4/3	*Norringure	Claus Bloch, Christian DP, Kim R.	P-plads mellem Haldum og Folby
11/3	Marselisborg Nord	1900	Grumstolen
18/3	Egekrattet	Kent Lodberg, Jan Thomsen	Afm. i Bjerringbro
25/3	*Fløjstrup	Torbjørn G., Thomas Nørgård	Skovmøllen
1/4	*Nørreris	Henrik Hinge, Ebbe Nielsen	Mellem Norring og Risstrup
8/4	Rathlausdal	1900	
19/4	Hans Broges Bakker	1900	Endestation for bus nr. 18
26/4	*Vilhelmsborg	Randi og Klaus, Gert Johansson	Afmærkning fra Oddervej

Løb markeret med * foran terræn er gratis for klubbens medlemmer.

Starttid: Kl. 13-13.30.

Pris: Træningsløb arrangeret af OK Pan på klubbens egne kort er gratis for medlemmer af OK Pan.
For andre koster det 20 kr., dog 5 kr. hvis man selv har kort med.

Baner: Normalt 4 stk.:
9 km svær
6 km svær
5 km mellemsvær
3 km let