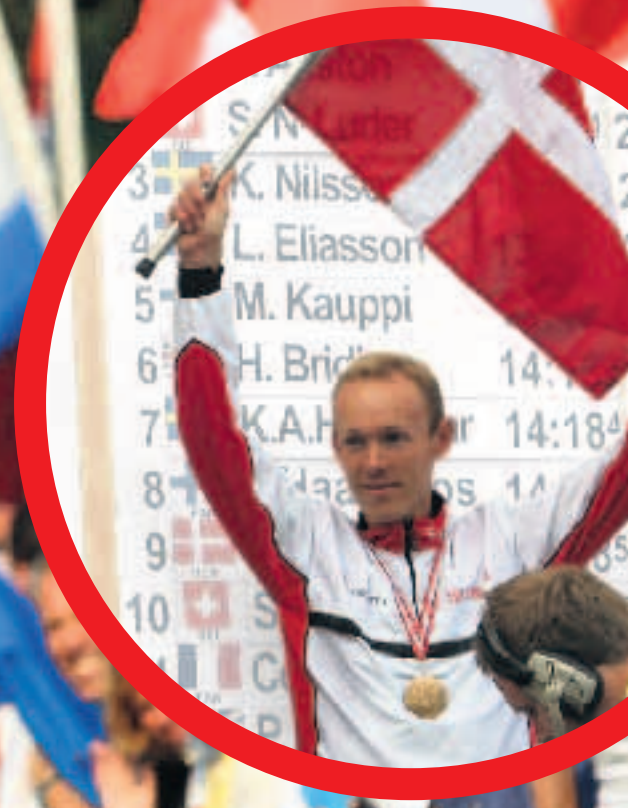


orientering dk



**24 siders
VM-reportage
med kortbilag**

6

**Flot dansk VM
i biatlon**

31

**Efterårets
DM-reportager**

32



**Dansk
Orienterings-
Forbund**



Medlem af D.I.F. og I.O.F

www.do-f.dk

Kontor

Dansk Orienterings-Forbund
Idrættens Hus, Brøndby Stadion 20,
2605 Brøndby
Tlf: 4345 7730
Fax: 4345 7790
Ekspeditionstid:
Man.-fre.: 8.30 - 12.00
E-mail: dof@do-f.dk

Formand

Ole Husen
Enghave 28, 2960 Rungsted
Tlf. privat: 4586 4416
E-mail: oh@do-f.dk

Generalsekretær

Preben Schmidt
Højtoftevej 41, 6700 Esbjerg
Tlf: 75 45 15 63
Mobil: 22 96 08 47
E-mail: ps@do-f.dk

Sportschef

Karl Kristian Terkelsen
Vinkelvej 1, 7300 Jelling
Tlf: 7587 1705
Fax: 7587 1412
E-mail: kk@do-f.dk

Breddekonsulent

Jesper Lysgaard
Vesterdams Allé 8, Lind,
7400 Herning
Tlf: 9722 4539
Mobil: 2890 4539
E-mail: jl@do-f.dk

Landstræner/ TV-kontakt

Jakob Ødum
Ærøvej 3, 4. th, 2000 Frederiksberg
Tlf: 3833 2660
Mobil 2144 6454
E-mail: jo@do-f.dk

Forsiden:

Med en flot bronzemedalje i sprinten på VMs åbningsdag reddede Claus Bloch den danske ære ved et mesterskab, der er kåret som det bedst afviklede nogensinde.
Foto: Karl Kristian Terkelsen



5 skærme!

De unge ved dette WOC klarede sig fint, og der er mange på vej



Ole Husen - byder velkommen til VM på den store VM-skærm. Foto: PS.

Det var bare fantastisk at opleve WOC 2006. Et arrangement som arrangørerne med rette er tilfredse med. Vi andre er det ikke mindre. Fra alle sider er det strømmet ind med roser til dansk orientering. Vi har sat nye standarder. De bliver svære at leve op til for de kommende arrangører af WOC. Endnu en gang TAK til arrangørerne.

DOF har nu på kort tid stået for 2 store internationale begivenheder, EOC 2004 og WOC 2006. Nu venter så de åbne nordiske mesterskaber NOC 2007 på Bornholm. Der er udviklet og opsamlet en stor knowhow, som kan bruges i det daglige, men DOF vil også tilbyde den til det internationale forbund IOF, så andre kan få glæde af den.

Vi vil også byde ind på flere internationale begivenheder på dansk grund. Nærmest for ligger et junior VM og et arrangement for Mountain Bike-O. Men også et World-Cup arrangement kan være en mulighed.

Det bliver spændende at se om den opmærksomhed, som vi fik under WOC kan udnyttes til det planlagte rekrutteringsarbejde i klubberne. Der er allerede kommet mange positive meldinger fra klubber rundt i landet om stor succes ved de planlagte aktiviteter. Hvis din klub ikke er kommet i gang endnu, er det på høje tid. Kom der ud afog hold fast!

På det resultatmæssige plan fik vi ikke de 2 medaljer, vi havde sat næsen op efter. Men når det er sagt, skal vi også lige konstatere, at det faktisk på en bred front var nogle fine resultater, der blev bragt i hus. Selvfølgelig med Claus Blochs bronzemedalje som toppen. Der bliver naturligvis evalueret på den enkelte løber og på det samlede resultat. Enhver konkurrencedeltagelse kan altid bruges til at kigge fremad.

Fremad – ja, der synes jeg, det ser lyst ud. Vi har vel været lidt bekymrede for, hvordan det skulle gå, når den gyldne generation fra 90'erne takkede helt af. De unge ved dette WOC klarede sig fint, og der er mange på vej. Det blev vist ved JWOC, og det blev vist ved det nyligt afholdte DM-lang.

Vores satsning på talentudvikling, landshold og træneruddannelse koster penge. Vi har to store »sponsorer« i form af Team Danmark og Danmarks Idræts Forbund, men vi skal selv yde vores del. Vi står over for JWOC i Australien, og der er et fortsat fokus på talentudvikling på programmet.

Hovedbestyrelsen er i gang med at få lagt budgettet for 2007 med skitse for kommende år. Det er en svær øvelse. Repræsentantskabet har udtryk ønske om, at vi sætter mange ting i gang. Det kniber dog lidt med finansieringen. Der skal bukkes ender for at få det til at hænge sammen. Vi håber naturligvis at få en større indtægt ved den forventede fremgang i medlemstallet. Der har ved seneste pejling været en svag stigning. Jeg håber, det blot er den spæde start.

En ting er sikkert: Hovedbestyrelsen ønsker, at vi skal være proaktive i vore handlinger. Vi skal have initiativer i gang, hvis vi skal videre. Et af de indsatsfelter, vi kunne få glæde af at dyrke lidt mere er MTB-O. Hvis vi her kan vise en ny profil, kan det for mig at se kun gavne DOF.

Det er til stadighed spændende og udbytterigt at være med i DOF. Lad det blive ved!

Af Ole Husen, formand for Dansk Orienterings-Forbund

Indhold nr. 4-5/ 2006:

- 03 En træner er værd at ofre penge på
- 04 Tag på klubtræneruddannelse
- 05 Tag på klubinstruktøruddannelse
- 06 VM-reportage med kortbilag og vindervejvalg
- 31 Flot dansk biatlon-VM
- 32 DM-mellemdistance
- 34 DM-stafet
- 36 DM-lang
- 38 DM-klub
- 39 Midgårdssormen
- 40 DM-ultra
- 41 DM-ultra
- 42 Debat
- 44 Succes med rekruttering
- 45 Ungdomsredaktionen
- 46 DOF-ledere præsenterer sig





orientering.dk

(O-posten)

ISSN 1901-3825
ISSN 1901-3833 (on-line udgave)

Udgivet af

Dansk Orienterings-Forbund
IdrættensHus, Brøndby Stadion 20,
2605 Brøndby
i samarbejde med Rask Reklame

Redaktør (ansv.):

Lars Rask Vendelbjerg
Engparken 97, Tvis, 7500 Holstebro
Træffes normalt kl. 9-14 på
tlf.:.....9975 7461
Mobil:.....4098 3499
Aften:.....9743 5559
Fax:.....9741 0320
email:.....lv@do-f.dk

Lokalredaktør Nordkredsen:

Inga Jager
Jyllandsgade 20, 8600 Silkeborg
Telefon:.....8681 5250
E-mail:.....ja-ny@kunst.dk

Lokalredaktør Sydkredsen:

Søren Kjær
Rosenvænget 33, 6100 Haderslev
Tlf.:.....7453 2749
e-mail:.....soren.kjaer@mail.dk

Lokalredaktør Østkredsen:

Morten Jensen
Østergade 137, 4340 Tølløse
Tlf.:.....59 19 40 87
e-mail:.....ravnholt@post6.tele.dk

Eliteredaktion:

Michael H. Sørensen
e-mail:.....mhs@orientering.dk

Ungdomsredaktionen

Michael Kreiberg
Signe A. Vest
Tobias Midtgaard Frich
c/o.....lv@do-f.dk

Fotograf

Torben Utzon
e-mail:.....tutzon@tutzon.dk

Indlæg:

DOFs medlemmer er velkomne til at sende indlæg. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte og redigere indlæg.

Annoncer:

Kontakt redaktøren.
Priser fremgår af DOFs hjemmeside:
www.do-f.dk

Abonnement:

orientering.dk sendes til alle aktive medlemmer (husstande) af Dansk Orienterings-Forbund ud fra adresseoplysninger i O-service. Husk at sætte x i feltet for forbundsbladet. Som medlem kan du selv ændre adresse i O-service - eller kontakte din klubadministrator.

Tryk:

Bergske Avistryk

Næste nummer:

Deadline: 1. december 2006
Udgivelse: medio december 2006

En træner er værd at ofre penge på

Frikøb af personer til nøgleroller kan være vejen frem

Vi er netop kommet hjem fra et vellykket WOC 2006. Et arrangement i verdensklasse. Båret frem af en bisværme af flittige og slidstærke frivillige. Velorganiserede og sat i system af dygtige ledere og funktionsledere.

Jeg tror vi alle synes det har været spændende og sjovt at være med. Manglen på søvn. De mange skridt på vej fra et sted til et nyt. Glødende mobiltelefoner og tør træthed. Det lykkedes fordi vi løftede i flok. Og fordi vi valgte at købe enkelte fri til på fuld- eller deltid at arbejde med det lange seje træk. Vi frikøbte folk til korttegning og ledelse, og fik det vi tilsigtede. Kvalitet, trykthed i nøglefunktionerne og sammenhæng.

Frikøb er ikke løn...

Jeg ved godt det er vanskeligt at tale om det, men jeg tror vi begår en stor fejl i dansk orientering ved at være så tilbageholdende med at bruge penge på frikøb af personer til nøgleroller.

Vi ved fra den store foreningsundersøgelse at orienteringsklubber gennemsnitlig har det halve i omsætning og det halve antal trænere af en gennemsnits forening. Derimod har vi langt lettere ved at finde frivillige ledere. Her ligger vi lige over gennemsnittet. Derfor bør vi i klubberne alvorligt overveje om ikke et frikøb til

trænerjobbet er på sin plads. Et job som det er så svært at få besat med frivillige.

Vi har mange dygtige unge, som kan og vil. De har bare ikke tid. De vil ikke som frivillige binde sig til 10 aftner et efterår inkl. den nødvendige forberedelse. Det skyldes studierne og især arbejdet i den lokale kiosk som går forud. Vi skal ikke lønne de unge, men vi skal give dem en kompensation, så de bliver uafhængige af fritidsjobbet i kiosken. Andre idrætsgrene kan finde ud af det. Så det må vi også kunne...

En ny generation af trænere er på vej gennem vores uddannelsessystem. Er vi klar til at give dem ansvar og opgaver på den rigtige måde?

Hvorfor gøre forskel?

Jeg kender betænkelighederne. Har vi råd.? - Hvorfor skal der gøres forskel? - Hvordan med skat og indberetning?

Jeg vil gerne vende spørgsmålet om og spørge:

Har vi råd til at lade være? - Har erfaringen i klubberne ikke netop vist, at præcis den opgave får vi ikke løst af frivillige? - Og hvad med dem, der ikke bliver medlemmer, fordi de bliver skuffede. De troede de kom til træning i en idrætsklub, men ...

Først måtte de kæmpe med at finde et nyt startsted hver uge, finde transportmuligheder og møde en ny banelægger hver gang. Derefter var det så som så med »træning«. 3-5 baner at vælge imellem og bare af sted...

Den rigtige løsning

Med mine øjne er den rigtige løsning, at finde og frikøbe en træner. Træneren skal tilbyde sig hver uge mindst 10 gange pr. halvår.

Træneren skal have ansvar for den orienteringstekniske træning. Ansvar for det der skal ske i skoven, og de instruktioner der lægger op til øvelserne og eftersnakken samt analysen.

Omkring trænere skal der være en flok af frivillige ledere. Lederarbejdet er forskelligt fra træneropgaven. De skal tage sig at det sociale og det praktiske. Det med pengene, medlemskab, tilmeldinger til stævner og opdragelse til ansvarlige medlemskab.

Det vil være fint med en lille flok frivillige, men mindst to personer bør være gennemgående.

Det ideelle vil være en træner der gerne må være ung og meget aktiv som løber selv. En holdleder, der bindeled til bestyrelsen og de faste funktioner i klubben og en bagmand, der holder til i klubhuset eller på startstedet og spreder hygge og varme.

Men det begynder med den svære beslutning om at bruge penge på at frikøbe en træner! Når I har besluttet Jer skal vi nok hjælpe med at få lavet den rigtige kontrakt, og styr på skattevæsenet.

Kontakt din breddekonsulent eller din generalsekretær.

Af Preben Schmidt





Klubtræner uddannelsen

DOF's træneruddannelse, Niveau II

Klubtræneruddannelsen sker i et samarbejde med Danmarks Idræts-Forbund og DOF-delen udbydes nu for første gang. DIF delen forventes at blive udbudt ultimo 2007.

Indhold:

DOF-delen består af 27 lektioner og fordeler sig således:
 Almen DOF stof: 3 lektioner
 Fysisk træning: 5 lektioner
 Teknisk træning og banelægning: 19 lektioner
 50 % af lektionerne vil være målrettet mod børne- og ungdomstræning og 50 % mod generel voksen træning.
 Uddannelsen er en basis træneruddannelse, der skal give kursisterne baggrund for at kunne planlægge og evaluere klubbens årsplaner.
 For at starte på uddannelsen skal man have udøvet træning i klubregi og minimum have DOF Klubinstruktøruddannelse (DOF Niveau I)

Kursusdage:

Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskole:
 Datoer: 24 og 25. november 2006 og 24. februar og 1. og 2. juni 2007.

Undervisningen på DOF-delen vil for en stor del bestå af praktiske øvelser, der er relevante for klubtræning og planlægning af klubtræning.
 Endvidere vil der være hjemmeopgaver i form af planlægning og gennemførelse af træninger i egen klub

Pris:

Tilmeldingsgebyr for DOF-delen er 1800,00 kr, som inkluderer obligatorisk litteratur, kost og overnatning. Transportomkostninger afholder kursisten selv.
 Vi skal gøre opmærksom på, at der i de fleste klubber er gode muligheder for at få kommunalt tilskud eller klubtilskud til uddannelsen.

Tilmelding:

Senest 1. november til K. K. Terkelsen (kk@do-f.dk). Uddannelsen vil IKKE blive gennemført, hvis der er færre end 10 tilmeldte.

Tilmeldingsskema

Klubtræneruddannelse - Niveau II

24.-25. november 2006, 24. februar 2007 og 1.-2. juni 2007
 på Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskole

Klub:

Alder:

Navn:

By:

Adresse:

Postnr.:

Tlf. privat:

Tlf. arbejde:

E-mail:



Med det ryk ind, der nu kommer af interesserede efter et VM med masser af omtale i aviser og TV og de mange hvervekampagner, der gennemføres i klubberne, vil der blive behov for flere nye trænere. Klubberne opfordres derfor til at se på nedenstående uddannelsesmuligheder for trænere og få taget stilling til at få folk sendt på kursus.

Klubinstruktør uddannelsen

DOF's træneruddannelse, Niveau I

Denne uddannelse som forbundet tilbyder i et samarbejde med Danmars Idræts-Forbund udbydes nu igen, og nu både med DOF-delen og DIF-delen.

Som sidste vinter udbydes Klubinstruktøruddannelsen både i øst og vest. Kursusdagene for DOF-delen er lagt på forskellige datoer, så en kursist, der er forhindret en weekend i vest, kan tage til øst – og omvendt.

Indhold:

DOF-delen på 27 lektioner fordeles således:

Almen DOF stof: 7 lektioner

Fysisk træning: 4 lektioner

Teknisk træning og banelægning: 16 lektioner

75% af lektionerne vil være målrettet mod børne- og ungdomstræning og 25% mod generel voksen bredde træning.

Uddannelsen er en basis træneruddannelse, der giver kursisterne gode redskaber for at kunne afvikle træning i klubberne.

For at starte på uddannelsen kræves det blot, at man har interesse for at træne andre.

Kursusdage:

Vest – Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskole:

Datoer:

24 og 25. november 2006 og 24. februar og 1. og 2. juni 2007.

Øst – Midtsjællands Efterskole:

Datoer:

8. og 9. december 2006 og 10. marts og 18. og 19. maj 2007

Undervisningen på DOF-delen vil for en stor del bestå af praktiske øvelser, der er relevante for klubtræning. Endvidere vil der være enkelte hjemmeopgaver, hvortil kursisten skal i dialog med personer knyttet til hjemklubben.

Pris:

Tilmeldingsgebyr for DOF-delen er 1800,00 kr, som inkluderer obligatorisk litteratur, kost og overnatning.

Transportomkostninger afholder kursisten selv.

Vi skal gøre opmærksom på, at der i de fleste klubber er gode muligheder for at få kommunalt tilskud eller klubtilskud til uddannelsen.

Tilmelding:

Senest 1. november til K. K. Terkelsen (kk@do-f.dk).

Uddannelsen vil IKKE blive gennemført, hvis der er færre end 10 tilmeldte.

Tilmeldingsskema

Klubinstruktøruddannelse - Niveau I

på Himmelbjergegnens Natur- og Idrætsefterskole
24.-25. november 2006, 24. februar 2007 og 1.-2. juni 2007

på Midtsjællands Efterskole
8.-9. december 2006, 10. marts 2007 og 18.-19. maj 2007

Klub:

Navn:

Adresse:

Tlf. privat:

E-mail:

Alder:

By:

Postnr.:

Tlf. arbejde:

Officiel åbning

Your Royal Highness, elite athletes from around the world and everyone assembled here today
It gives me great pleasure, on behalf of the International Orienteering Federation, to welcome you to the 23rd World Orienteering Championships.

Denmark holds a very special place in the history of international orienteering.

45 years ago in 1961, the International Orienteering Federation was founded in Copenhagen and 20 years ago we celebrated our 25th anniversary in Ry, just a few kilometres to the west.

Orienteering is a sport that is at one with nature. It is mentally and physically challenging. It is characterised by a spirit of friendship and fair play.

These values will be clearly seen during the Championships.

It is particularly pleasing to see athletes from 40 countries and all continents competing for the medals at this, our premier event.

I know the World Championships in Aarhus and the forests nearby will be a fiercely contested and exciting event, a worthy challenge for all competitors. Master and enjoy the challenges.

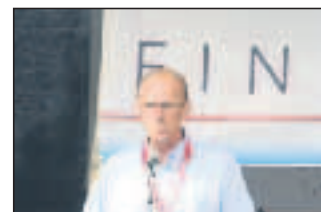
I wish each and every athlete personal success in the 23rd World Orienteering Championships.



Sluserne åbnede sig ind imellem under åbningshøjtideligheden. Foto: Kim Rokkjær.



Kronprins Frederik foretager den officielle åbning af verdensmesterskaberne. Foto: Kim Rokkjær.



IOFs svenske præsident Åke Jacobsson sender sin hilsen til gæster og deltagere. Foto: Kim Rokkjær



VMs logo bygget op omkring Århus silhuetterne SAS Radisson (stævnecenter), rådhuset og domkirken er kreeret af Tenna Nørgaard Landsperg.



VMs stævnesang blev naturligvis uropført af On the Radio, der også spillede ved VM banketten. Foto: Kim Rokkjær.



Mona Nørgaard repræsenterede arrangørerne og Jamie Stevansson løberne, da IOF-eden om fair og dopingfri konkurrence blev læst op. Foto: Kim Rokkjær.



Kronsprins Frederik i uformel snak med Danmarks Idræts-Forbunds formand Kaj Holm. Foto: Kim Rokkjær.



Flere tusinde tilskuere gjorde åbningshøjtideligheden til et festligt skue. Foto: Kim Rokkjær.



Århus-gymnasternes talenthold leverede en flot opvisning. Foto: Kim Rokkjær.

Kongelig skovtur

Både kronprinsen og hans mor på specialrundvisning i terrænet

Under kronprins Frederiks besøg på VMs åbningsdag blev der bl.a. lejlighed til at besøge et par poster i terrænet - og dermed gentog historien sig. Da dronning Margrethe som protektor besøgte VM ved Silkeborg i 1974 var det under meget ydmyge forhold, fortæller Dansk Orienterings-Forbunds daværende formand, Torkil Laursen.

- Jeg havde fornøjelsen sammen med majestæten at besøge tre poster i terrænet. Helt alene med monarken. Det var meget specielt og da ingen må gå foran majestæten, måtte Torkil Laursen pænt holde sig bagved. Det var derfor dronningen selv, der skubbede grenene til side på vejen mel-



Torkil Laursen fik lejlighed til at hilse på kronprins Frederik. Under VM i 1974 var han alene i terrænet med prinsens mor, dronning Margrethe. Foto: LRV.

lem granerne.

Torkil Laursen fik idéen til at bede majestæten være protektor for VM i orientering.

- Jeg vidste at kronprinsessen, som hun var da vi henvendte os, dyrkede terrænsport. Som bekendt blev Margrethe dronning i 1972, da hendes far,

kong Christian 9. døde.

- Vi var derfor meget spændte på, om majestæten ville sige ja til vores invitation om at besøge VM. Og blev meget glade, da hun sagde ja.

At det faldt sammen med at netop danske Mona Nørgaard blev verdensmester samme



DOF formand Ole Husen i snak med kronprins Frederik i VIP-området foran VM's generalsekretær Erik Nielsen, VM's stævneleder Flemming Nørgaard og Århus-rådmand Flemming Knudsen. Foto: LRV.



I 1974 mødte Mona Nørgaard prinsens mor dronning Margrethe. Mon ikke hændelsen blev mindet. Foto: Kim Rokkjær.



VMs logo bygget op omkring Århus silhuetterne SAS Radisson (stævnecenter), rådhuset og domkirken er kreeret af Tenna Nørgaard Landsperg.

VM-glimt

Der er fortsat masser af spændende materiale om verdensmesterskaberne i Danmark på hjemmesiden www.woc2006.dk som man nemmest klikker sig ind på fra forsiden af forbundets hjemmeside: www.do-f.dk Der er hundredevis af fotos fra alle VMs begivenheder, masser af informationer om løberne og deres indtegnede vejvalg. Man kan også se videoklip og høre interviews med en række af løberne - og selveste kronprins Frederik, der blev interviewet på åbningsdagen. Nyhederne findes under menu-arkivet.

dag var et lykketræf.

- Jeg vil kalde det mit livs største held, at Mona vandt netop den dag!, kommenterer Torkil Laursen.

Succes'en med arrangementet gav både forbundet og Torkil Laursen personligt medvind i årene efter. To år efter blev Torkil Laursen således næstformand for Danmarks Idræts-Forbund.

- Både forbundet og jeg selv blev meget anerkendt i DIF-regi.

Torkil Laursen fik lejlighed til at møde kronprins Frederik ved åbningsceremonien, og kronprinsen lovede samme aften at overbringe sin mor en hilsen på Gråsten Slot.

Torkil Laursen betragter kronprinsen som et godt forbillede for ungdommen.

- Det er moderne at være i god form. Det er kronprinsen et godt eksempel på.

Af Lars Rask Vendelbjerg

Fantastiske Hanny

**Hanny Allston
brød Niggli's
sejrsstribе**

Det blev den bare 20 årige australier Hanny Allston, der brød Simone Niggli's imponerende sejrsstribе. Hun udtrykte efter løbet stor glæde over sin sejr, men understregede, at sporten ikke er alt.

- Orienteringsløb er min sport - ikke hele mit liv, så resultatet er ikke altafgørende. Men fra en sportslig synsvinkel var det mit absolutte højdepunkt. Simone Niggli var lidt skuffet over sin præstation. Orienteringen havde ikke kørt som den skulle, og lige da hun kom i mål, var hun naturligvis skuffet over, at det ikke blev til guld. Sølvmedaljen blev af mange betragtet som en skuffelse, men efter hun fik løbet lidt på



Koncentreret Hanny Allston, nr. 92, i indløb mod guld. Foto:TUT.

afstand, var hun dog glad for sin sølvmedalje. Som hun sagde:

- Det er min første sølvmedalje, så den er jeg selvfølgelig glad for.

Bronzemedaljøreren Kajsa Nilsson fra Sverige var meget

overrasket over, at hendes løb rakte til bronze. Hun havde lavet nogle små fejl både i starten og til sidst. Hun var derfor rigtig glad for sin medalje.

Af Thomas Jensen



Kronprins Frederik lykønsker Hanny Allston fra Hogbart, kronprinsesse Marys hjemby. Foto:TUT.

Ubesejrede Emil

**Svenske Emil
Wingstedt gjorde
det igen - men in-
tens sekundstrid**

Emil Wingstedt fra Sverige er stadig ubesejret i sprint på internationale mesterskaber. Efter en utrolig intens afslutning lykkedes det Emil Wingstedt at

forsvare sin guldmedalje fra sprinten til VM i Japan i 2005. Men det var meget tæt. I mål var han blot et sekund foran sidste års sølvmedaljevinder Daniel Hubmann fra Schweiz, der var yderligere 0,7 sekunder foran danske Claus Bloch. Det var en meget glad Emil Wingstedt, der til pressekonferencen havde svært ved at finde en forklaring på sin succes:

- Jeg er selv meget overrasket over, at jeg har været så suveræn på denne distance. Men de andre kommer tættere og tættere på mig - og så er de yngre, så jeg ved ikke, om jeg kan blive ved med at vinde.

Daniel Hubmann var godt tilfreds med sit løb. Han var selvfølgelig ærgerlig over at være blot et sekund fra sejren, men alt i alt var han godt tilfreds.

Claus Bloch havde samme fø-

lelse. Han var meget tæt på guld, men han var godt tilfreds med sit løb, og han var lykkelig for sin medalje.

- Det er en drøm, der er blevet til virkelighed. Medaljen var mit drømmemål - så jeg er rigtig tilfreds.

Af Thomas Jensen



Emil Wingstedt fra Sverige er stadig ubesejret i sprint. Foto: KK.

Bronze til Claus Bloch

**Utrolig veldisponeret og teknisk
flot løb bag Dan-
marks eneste me-
dalje**

Allerede på første finaledag sørgede Claus Bloch for, at VM succesen var i hus for det danske hold. Med et utrolig veldisponeret og teknisk flot løb, sikrede han sig selv og Danmark en bronzemedalje på sprinten. Han var tilmed blot sølle 1,7 sekunder fra guldmedaljen.

Inden sprinten vidste vi, at Danmark havde tre realistiske medaljekandidater. Mikkel Lund havde en fjerdeplads fra EM med i bagagen, og Christian Nielsen havde sejre i årets første to afdelinger af Park



Claus Bloch var den første dansker, der valgte at specialisere sig på sprintdistancen. Her er der bonus: plads på VM-podiet. Foto:TUT.

World Tour på året meritliste. Men både til DM og til VM testløbene var Claus takket bedre end sine to holdkammerater, så det lå i kortene, at også han på dagen kunne blande sig helt i toppen. Mikkel Lund kiksede i kvalifikationen, og Christian Nielsen manglede

den sidste skarphed i orienteringen. Men Claus leverede varen på dagen, hvor det gjaldt.

Måltrettet satsning

Claus Blochs succes på sprinten er resultatet af mange års måltrettet satsning frem mod netop VM sprint i Danmark.

Han var den første dansker, der valgte at specialisere på distancen. Han har gennem de sidste mange år rejst rundt og opsøgt mange sprintkonkurrencer. Det er da også blevet til mange flotte resultater på Park World Touren, med tredje pladsen i Brindisi i Italien i 2005 som bedste resultat. På vej mod det endelige mål til VM i Danmark, har han desuden vundet to DM titler, og han fik en flot 10. plads til EM i Danmark i 2004.

Op til VM sprint i Mindeparken i Århus, har Claus forberedt sig yderst seriøst. Han har brugt mange timer ved skrivebordet og gennemtænkt forskellige vejvalgsproblematikker. Han har samtidig deltaget i alle de sprinttræninger han kunne komme i nærheden af - også selv om de foregik på Sjælland. Det er denne seriøse

forberedelse, han i Mindeparken blev betalt for i bronze.

Af Thomas Jensen



Ny mand på mellemtronen

Minut-bom på post 4 sendte Gueorgiou ud af medaljerækken

»Air France Crash« - sådan beskriver Thierry Gueorgiou selv oplevelsen af VM-melldistancen på sin hjemmeside www.tero.fr. Efter han havde vundet alle VM og EM konkurrencer siden 2003, var det guld eller fiasko for den 27 årige franskmand. Første indikation af de franske maskinproblemer

så vi til EM i Estland tidligere på året. Her havde lettiske Martins Sirmas sejr i sin hule hånd, da han løb ud af en forkert sti og lukkede Gueorgiou ind i kampen igen. En invitation franskmanden udnyttede til fulde.

I Gjern Bakker mistede Gueorgiou et minut på post 4 – og på dagen havde han ikke styrken til at hente den tid igen. Det blev dog til en fjerdeplads – en trods alt imponerende placering på den første melldistance finale han har kikset i fire år.

Der var store danske for-

håbninger om at Chris Terkelsen ville være manden, der skulle overtage tronen fra Gueorgiou. Men Chris var udmattet efter en lang VM uge og måtte tage til takke med en beskeden placering som nummer 15. I stedet trådte norske Holger Hott-Johansen ind på scenen og løb sejren hjem med et forspring på otte sekunder til finske Jarkko Houvila. Bronzen gik til Tisvilde Hegn OK's britiske løber Jamie Stevenson.

Simone lykkedes

I dameklassen havde Simone Niggli samme rolle som Gueorgiou i herreklassen. Det var guld eller fiasko. Simone leverede varen. Få poster før mål lavede Niggli en fejl, der nær havde kostet guldet. På post 18 var hun tre sekunder efter norske Marianne Andersen,



Norske Holger Hott-Johansen løb sejren hjem med et forspring på otte sekunder. Foto: KK.

men med en fantastisk afslutning lykkedes det Niggli at indfri de høje forventninger og tage sin 12. VM guld!!!! Marianne Andersen blev en suveræn toer. Der var næste to minutter

fra Marianne Andersen ned til russiske Tanja Riabkina på bronzepladsen.

Af Thomas Jensen



»Air France Crash« - sådan beskriver Thierry Gueorgiou selv oplevelsen af VM-melldistancen på sin hjemmeside



Velfortjente sejrsknus til Simone Niggli. Foto: LRV.

Sprint		
Herrer		
1.	Emil Wingstedt, Sverige	13.35,3
2.	Daniel Hubman, Schweiz	13.36,3
3.	Claus Bloch, Danmark	13.37,0
11.	Christian Nielsen, Danmark	14.19,5
Damer		
1.	Hanny Allston, Australien	13.13,3
2.	Simone Niggli, Schweiz	13.19,1
3.	Kajsa Nilsson, Sverige	13.24,3
9.	Anne Konring Olesen, Danmark	14.28,5
25.	Ane Linde, Danmark	15.44,4



Mellemdistance		
Herrer		
1.	Holger Hott-Johansen, Norge	35.49,4
2.	Jarkko Houvila, Finland	35.58,3
3.	Jamie Stevenson, Storbritannien	36.00,0
15.	Chris Terkelsen, Danmark	38.03,2
29.	Christian Nielsen, Danmark	40.17,9
37.	Rasmus Søes, Danmark	42.20,3
Damer		
1.	Simone Niggli, Schweiz	33.58,1
2.	Marianne Andersen, Norge	34.20,5
3.	Tatyana Riabkina, Rusland	36.13,9
24.	Signe Søes, Danmark	41.26,8
31.	Anne Konring Olesen, Danmark	43.06,2

Favorit- sejre på lang

11. individuelle VM guld til Simone Niggli efter smal sejr

Efter en forrygende forårs-sæson med sejren til EM på den lange distance, var finske Jani Lakanen storfavorit til at tage sejren i herreklassen på den lange distance. Og Lakanen skuffede ikke. Efter 1:45,01 timers løb kunne han løb i mål til et jublende publikum.

Han henviste derved schweiziske Marc Lauenstein til sølvmedaljen. Det var andet år i træk, at Lauenstein tog sølv på den lange distance. Selvom det igen var tæt på guld, var Marc Lauenstein en glad mand. Ind til det sidste var der tvivl om, hvorvidt han kunne deltage, da han er ved at afslutte sin uddannelse som tandlæge – men alt gik op i en højere enhed med eksamener og VM, så sølvmedaljen var en helt fantastisk bonus for den unge schweizer.

Bronzen gik til sidste års vinder Andrey Khramov fra Rusland. Det så ellers længe ud til at tjekkiske Michal Smola skulle tage sin første internationale medalje, men på den sidste sløjfe efter publikumsposten, mistede han godt et minut til den stærke russer.

Smal sejr til Niggli

Simone Niggli løb endnu en-

gang et flot VM på den lange distance. Men hun var ikke så langt foran, som vi ofte har set. På publikumsposten fik hun melding om, at hun var i føring, men kun med 10 sekunder. Simone fortalte efter løbet, at hun var glad for denne melding, men at hun alligevel blev noget nervøs over, at det kun var 10 sekunder. Hun skærpede koncentrationen på den sidste korte sløjfe, og kunne spurte i mål til sit 11. individuelle VM guld.

Norske Marianne Andersen var startet 20 minutter før Simone Niggli. I mål var hun godt tilfreds med sit løb, men hun havde lavet nogle små fejl. På spørgsmålet om hvorvidt hun troede, at det ville række til guld, svarede hun:

- Jeg har løbet et godt løb, men Simone er meget stærk, så nu må vi se. Det var tæt på for Marianne Andersen, men i mål var Simone Niggli 25,8 sekunder foran, så Marianne Andersen måtte »nøjes« med sølv. Bronzen gik til tjekkiske Dana Brozkova. Det var Brozkovas første medalje. Hun var dog tæt på allerede i 2003 i Sverige, hvor hun blev nummer fire på sprinten.

Af Thomas Jensen



VM DANMARK
1.-5. august 2006

Langdistance

Herrer

1.	Jani Lakanen, Finland	1,45.01,0
2.	Marc Lauenstein, Schweiz	1,46.10,5
3.	Andrey Khramov, Rusland	1,46.41,2
20.	René Rokkjær, Danmark	1,53.03,6
28.	Carsten Jørgensen, Danmark	2,01.01,8
	Udg. Chris Terkelsen, Danmark	

Damer

1.	Simone Niggli, Schweiz	1,19.50,4
2.	Marianne Andersen, Norge	1,20.16,1
3.	Dana Brozkova, Tjekkiet	1,22.42,4
14.	Anne Konring Olesen, Danmark	1,28.31,2
23.	Signe Søes, Danmark	1,32.09,6



Finske Jani Lakanen - levede op til rollen som storfavorit. Foto: KK



Simone Niggli løb endnu engang et flot VM på den lange distance - men vandt kun med 10 sekunder. Foto: TUT.

Når hjernen skrigger på ilt

VM-langdistance set med de danske deltageres øjne

VM er arrangementsmæssigt veloverstået. Også på langdistancen var det håbet, at de danske løbere på »hjemmebane« kunne gøre det rigtig godt resultatmæssigt, hvilket til dels lykkedes uden dog at nogen nåede helt op »på pallen« i top-6. Vi tænkte, at den bedste måde at beskrive banerne på, var at interviewe de danske løbere og formidle dels hvor-

dan de løste opgaven og dels hvilke tanker de gjorde sig før, under og efter konkurrencen.

Først dog et smukt stemningsbillede fra British Orienteering Federation's hjemmeside, som siger meget om, hvordan langdistance mærkes i kroppen:

»A damp morning greets the runners for the long distance race as they stir from their beds and make their way down to breakfast. Today's race is this afternoon which means a long wait for the runners keen to get started and make their impression on these world champs finals. A new guard from yesterday's sprint team – but from the same

mould, they have a different task. The long race is the traditional full-on epic race where mind over matter must last for well over 80-100 minutes. They must concentrate when their legs are tiring, keep focused on the task and avoid slipping into thinking how they are performing, what's happening and any other random distraction.

Concentration must be intense but they also need to judge when it needs to be extra intense and when to relax it just a bit. They must run hard but last the distance, oxygen debt brings its own challenges – orienteering when your brain is screaming for oxygen takes its tolls. Lactate in



VM-lang banelæggerne Flemming Jørgensen og Kent Lodberg følger konkurrencen via tractrac. Foto:TUT.

your muscles must be controlled, and fuel must be fed into your body at just the right moment to avoid dehydration and fatigue. Run too fast when you see another runner and you can burn your muscles too much, fail to

stay with them and you may lose crucial seconds.« (...)»

Af Flemming Jørgensen og Kent Lodberg

Anne Konring Olesen

Inden

Fysisk var planen at kæmpe 100% når jeg havde 100% kontrol. Vidste jeg kunne tage stigningen, når den kom. Hvis jeg mødte nogen på turen, ville jeg bruge dem positivt tempo-mæssigt. Kæmpe hele vejen, og bevare troen på et godt resultat. Positiv indstilling til kampen, og tro på at forberedelserne var gode nok. Havde lidt problemer med betændelse i min højre fod, men da jeg først fik varmet den op kunne jeg mærke, den ville klare løbet. Så var jeg selvfølgelig fysisk mærket af sprinten, og kroppen var ikke særligt indstillet på at skulle løbe max igen, så jeg brugte lidt energi på at overbevise den.

Jeg havde en mærkelig fornemmelse af slet ikke at vide, hvad det var der ventede mig inden starten. Opvarmningsområdet var meget lille og gav heller ingen information om terrænet. Jeg brugte meget energi på at forberede mig selv på en meget hård fysisk anstrengelse og på lange stræk med vejvalgsproblematikker. Og forberedte mig på at skulle overveje terræn kontra stiomveje samt grønninger kontra bakker. For mig personligt var det en hård omgang at få kroppen klar til præstationen efter sprinten dagen før

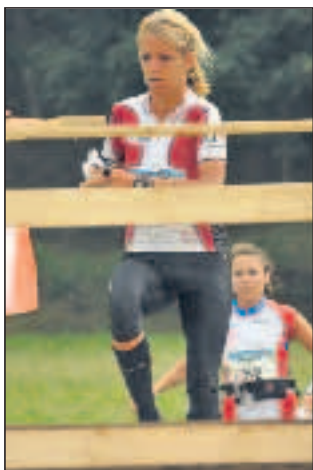
Stræk for stræk:

1-2 Overvejede at løbe gen-

nem det grønne (lige på) eller venstre rundt i det hvide. Valgte venstre vejvalg pga. det var så tidligt på banen, jeg havde ikke erfaring med grønne områder og ville ikke risikere stort tidstab på dette tidspunkt. Gennemførte vejvalget rimelig godt, var dog ikke kommet helt godt ind på kortet/løbet, så jeg havde flere stop og tvivlsituationer undervejs. Så hende der startede 2 min. før mig (Zsuzsa Fey, Rumænien) løbe fra post 1 da jeg kom, vi løb forskellige veje, og hun fik post 2 lige før mig.

2-3 Brugte en del tid på at overveje mulighederne, især hvordan jeg kunne komme bedst gennem det grønne ud fra posten, det var overvejelser ang. grønne områder kontra bakker. Jeg valgte en lige på model, hvor jeg skulle op gennem det grønne i starten, men kunne så løbe et langt stykke langs vækstgrænse og på sti, jeg fik til gengæld et dårligt indløb til posten, hvor jeg havde dårlig kontrol uden dog at bomme. Blev hentet af Karolina Højsgaard, Sverige, der startede 2 min efter mig ved post 3. Jeg fortrød lidt vejvalget pga. det dårlige indløb til posten, og fik taget en del ekstra kurver på den sidste del af strækket.

4-5 Stod igen stille længe ved posten og overvejede, om jeg skulle krydse kløften med det



Anne Konring Olesen - på publikumsposten ved langdistance. Foto: KK.

samme og løbe højre om eller jeg skulle fortsætte ned af stien og tage den venstre om. Noterede et skift i terræntype, og ville gerne have sikker indgang til posten, som kunne være lumsk. Valgte venstre vejvalg, da kløften ud fra posten så meget voldsom ud og jeg kunne få et godt indløb til posten begge veje. Svært at se, hvad der var bedst. Det blev diffust med dårlig sigt på sidste del af strækket, så jeg var meget nøjagtig med kompasset og undgik bom. Vi blev i løbet af strækket samlet til en lille klynge på 3 løbere.

7-8 Jeg havde bommet post 7, og var derfor lidt bagud med orienteringen, hvilket gav en meget dårlig og stresset start

på langstrækket. Jeg så de to andre løbe væk fra posten, da jeg kom dertil, og valgte at løbe og læse strækket og forsøge at hente dem. Det var et langt stræk og derfor vigtigt at have følgeskab for at holde tempoet oppe. Det var et meget uoverskueligt stræk, og jeg kunne slet ikke få overblik over, hvad der var det bedste, men fandt en variant som gik en del på sti, med ikke for meget stigning. Jeg var ret meget i tvivl om mit vejvalg undervejs og det var de to jeg løb sammen med tydeligvis også. Vi skiftedes til at føre an og der var ikke så meget sikkerhed i valget. Bagefter kan jeg godt se det ikke var det hurtigste. (Dog svært at se hvad der mon var...). Løb sammen med de to andre hele vejen.

9-10 Igen svært at se, hvad der var hurtigst, og jeg var efterhånden ret træt og brugte derfor meget lang tid på kortlæsning og overvejelser, omkring hvorvidt jeg skulle en variant af lige på eller helt højre. Jeg valgte helt højre fordi, jeg kunne mærke at jeg ikke var helt skarp i hovedet mere, og gerne ville lettest muligt hen til posten, uden at få for meget syre i bakkerne. Jeg gennemførte vejvalget godt, men da jeg kom derhen kunne jeg se at Karolina Højsgaard allerede var i gang med sløjferne, og jeg vidste at jeg havde mistet tid.

Desuden var det selvfølgelig et ekstra stressmoment, at der stod en masse mennesker og kiggede ved TV-posten, da jeg skulle tage mit vejvalg. Her løb jeg alene, havde bommet lidt på 9'eren, så Karolina var løbet fra mig. Ikke bom på denne post, men på butterflyene kom bommene..

Tanker efter:

Det var ekstremt krævende fysisk og orienteringsteknisk med langstræk, som jeg synes var helt umulige at finde det bedste vejvalg på ude på banen, og i øvrigt også til dels efterfølgende. Jeg synes ikke banen var danskervenlig, løb faktisk på vej til post to og tænkte på, hvor lidt terrænet mindede om noget jeg tidligere havde oplevet i Danmark. Terrænet var meget barsk og uberegneligt, især den første del af banen, og jeg tror ikke det var en fordel for danske løbere. Desuden var banelægningen ikke typisk for danske arrangementer, jeg har f.eks. aldrig løbet så langt et stræk i Danmark før. Overraskelse følte jeg ikke som sådan, for jeg havde ikke nogen præcise ide om, hvad der ventede mig. Vi havde kørt igennem skoven på landevejen og set nogle lækre åbne områder, og det syntes jeg også der var en del af, men der var også områder med meget dårlig sigt og fremkommelighed.

René Rokkjær

Inden:

Jeg havde en god følelse ved starten, i modsætning til starten før kvalifikationen, hvor jeg var meget nervøs. Der blev lavet sjov og spas, det var ikke særlig højtideligt, og stemningen var derfor præcist på den måde, hvorpå jeg føler mig bedst tilpas. Nervøs om jeg var der fysisk, men træningen havde været god, så jeg troede på den var der. Min psykiske balance hænger meget på, om min fysik er der. Da jeg ikke var helt sikker på min det, blev jeg måske en anelse defensiv. I øvrigt skadefri og i tip-top stand. Følte i starten jeg havde god fart og ganske fint flyd teknisk.

Stræk for stræk

1-2: Følte gode ben, så besluttede mig for lige på. Let at gennemføre, god postindgang.

2-3: Tog, for mig at se, et oplagt vejvalg. Let at gennemføre. Fin mulighed for at læse frem. Overvejede postindgangen undervejs. Valgte det gule i mosen, frem for det hvide lidt nordligere, da det gav den 'pæneste' bue til posten. Har senere erfaret, at det koster minimum 30 sek. pga. det ikke var muligt at løbe i den gule

mose. Dette tidstab havde ingen indflydelse efterfølgende, da jeg spiddede posten og troede alt var som det skulle være.

6-7: En del af min taktik, at bruge de store stier meget. Let at gennemføre og let postindgang. Ingen risiko. Efter at have studeret banen efterfølgende, har det ikke ændret min opfattelse. Jeg ville tage samme vejvalg i dag!

8-9: Var meget i tvivl om jeg skulle blive på stien mod SV eller tage slugten i det grønne. Valgte slugten i sidste øjeblik, hvilket virker rigtigt. Mistede dog kontakten da jeg kom ud i det hvide efter tætheden. Sigten var dårligere end forventet. Mister tid på at være 100 % sikker på postindgangen. Blev fanget af Andrey Kramov efter post 9 som jeg bommede en smule. Blev lidt slået ud af det, men fik taget mig sammen og tog initiativ

12-13: Pga. tætheden ved post 13, er det oplagt at få posten øst fra. Ingen tvivl om vejvalget. Har Kramov og Petr Losman bag mig, som følger mig på vejvalget.

14:15: Er ved at være tung og Kramov er ved at få hul. Kæmper mig op uden stor kortkon-takt. Tager mig i nakken halvvejs på strækket og får fuld kontrol. Kramov svajer og jeg retter op og tager posten først.

15-16: Ser hurtigt vejvalget højre rundt, sti hele vejen. Ser det stadig som det bedste vejvalg, på trods af tidstab. Er stegt! Taber sigten på Kramov, som løber fra mig. På langstræk 15-16 blev jeg sat fysisk! Var stegt på sidste sløjfe og lavede et enkelt bom. Totalt set måske 3 min bom.

28-29: Eneste rigtige bom. Havde besluttet mig for sti lige højre for strækket, men ændrer i sidste øjeblik for en mere lige på variant venstre for stregen. Er stegt og løber skævt. Stopper lidt over halvvejs på strækket, hvor jeg er kommet skævt og ikke har kontrol. Læser mig ind og retter op.

30-31: Ser kun vejvalget øst for stregen, som er klart kortere end alternativerne. Posten ligger kun 3 kurver fra toppen og tvivler derfor aldrig på lige-påvejvalget.



Rene Rokkjær - bedste dansker på lang. Foto: KK.

Efter:

Terrænet var som forventet, danskervenligt, ligesom det også var venligt for alle øvrige nationer fra kontinentet. Minder meget om Velling, synes jeg. Var derfor ikke overrasket.

Vejvalg

Se de danske VM-lang løberes vejvalg på det vedlagte kortbilag

Signe Søes

Inden

Inden selve løbet følte jeg mig godt tilpas. Efter flere hviledage var jeg klar og spændt på min første finale i Danmark. Jeg vidste det ville blive hårdt og der skulle kæmpes fysisk hele vejen til mål. Jeg ville dog give mig selv tid til at læse vejvalgsstrækkene, inden jeg løb ud på dem.

Stræk for stræk

1-2: Jeg besluttede mig hurtigt for at løbe venstre rundt om det grønne, både fordi det gav et godt udløb fra post 1 og et godt indløb til post 2, og desuden undgik man det grønne. Jeg var glad for beslutningen, da jeg så hvor fint indløbet rent faktisk var.

2-3: Her var jeg mere i tvivl. Jeg prøvede at se, om der var et venstre eller højre vejvalg, men syntes egentlig at lige på var fint. Jeg syntes det så godt ud at tage posten lidt fra venstre da man undgår slugten øst for

posten. Udførelsen af vejvalget gik som planlagt, men bagefter kan jeg godt se at en mere lige-på-højre variant måske er bedre, da slugten ikke er så hård igen.

4-5: Valgte hurtigt et lidt højreligepå vejvalg. Var egentlig ikke i tvivl og ser ikke rigtig strækket som et vejvalg.

7-8: Et langt stræk, som jeg dog havde læst på ved 5-6. Jeg var i tvivl, men en beslutning skulle der jo komme og det blev langt venstre udenom. Jeg valgte det pga. at der var lidt stigning, en del sti som kunne bruges til at læse fremad og samtidig var det en rimelig jævn venstre bue (altså ikke for meget zig-zag). Udførelsen gik også godt, men ind mod posten var jeg lidt for »overmodig« eller »smart« og løb igennem det grønne. Jeg fik ikke holdt retningen og endte derfor helt skævt og mistede ca. 2 minutter. Rigtig ærgerligt og dumt!

Jeg tror dog, vejvalget er gangbart, men jeg skulle have valgt at løbe venstre om det grønne ind mod posten.

9-10: Dette stræk besluttede jeg mig for mens jeg løb fra 7-8 og jeg havde egentlig ikke de helt store overvejelser. Jeg ville udenom den første store bakke og gerne finde en rimelig god trassé gennem det grønne, da jeg tidligere på banen syntes det var dårligt at løbe i. Det blev derfor en lille højre variant, som var nem at udføre.

Efter

Banen var vel mere eller mindre som forventet med flere vejvalgsstræk, hårde fysiske dele og små stræk, som gjorde det svært at læse fremad. Det var jeg som sådan forberedt på, men da skoven var jomfruelig, havde jeg ikke kunnet forberede mig på, hvor langstrækkene ville komme. Overordnet gik det godt. Jeg fik en sikker



Signe Søes - ærgerlig over tidstab på 2 minutter ved post 8. Foto: KK.



start og hurtigt et fint flyd, og allerede ved post 4 så jeg hende, der var startet 2 min før. Det var rart og gav en bekræftelse på, at det var kørt OK indtil da. På langstrækket til post 8 gik det fint, men jeg mister ca. 2 minutter ind til posten og det er det eneste bom jeg har på banen. Resten af banen føles det, som om det går bedre og bedre og især på sidste sløjfe føler jeg teknikken kører. Ved post 9 ser jeg Seline Stalder, der er startet 2 minutter efter, men først fra post 18 løber vi »sammen«. Vi løber hver vores løb og »skiftes« til at komme først til posten, men det hjælper lidt til at holde tempoet oppe. Generelt set er jeg tilfreds med løbet, men de ærgerlige to minutters tidstab ved post 8 gør netop, at jeg ikke når mit mål om at ende i top 20.

Carsten Jørgensen



Inden:

Det føltes fint og fysisk var selvtilfiden okay efter kvalifikationen. Dog vidste jeg godt at det ville blive rigtig hårdt og at jeg ikke er så gennemtrænet som jeg har været tidligere. Følte mig i fin psykisk balance også. Ingen umiddelbare skavanker på dagen, men en uges sygdomsperiode inden testløbene og en fire dages tid efter testløb til reparation af en skade i baglåret var mildest talt rigtig dårligt, da jeg i forvejen kørte på kanten for at nå topformen til VM.

Fint opvarmningsområde, men jeg savnede lidt et opvarmningskort (var planlagt, kunne desværre ikke realiseres). Starten og startstedet var fedt inde i tunnelen - dog var jeg mest inde i mig selv på det tidspunkt. Havde planlagt at køre hårdt ud og håbede på at få en positiv start/oplevelse af min orientering og dermed yderligere opbygge motivationsenergi til at putte på motoren det sidste stykke ind mod mål. Normalt forsøges der fra banelæggersens side at lægge vejvalg der er hurtigst på mere teknisk krævende vejvalg og jeg satsede lidt mod at køre disse vejvalg i starten. Det gik også fint til 1. og 2., men så gik det galt på vej ud fra 2'eren og derfra blev energien aldrig rigtig den samme igen. Periodevist gik det okay, men generelt var jeg flad og det blev ikke bedre, som løbet skred frem. Ret enkelt fortalt tror jeg, at

min form var væk efter at mine forberedelser ikke var gået efter planen og styringen af formen dermed ikke var på plads.

Stræk for stræk

1-2: Så en fin linje nogenlunde lige på uden for meget stigning i terræn og med en god indgang til posten. Så ikke noget egentligt alternativ og gennemførte det fint uden bom.

2-3: En lige på variant ville sikkert være hurtigst udfra min »banelæggersese« om at de fleste stræk nok ville være hurtigst at tage lige på, men jeg ville meget gerne undgå et længere løb i mose ind mod posten, da moser normalt er rigtig dårlige at løbe i Danmark (havde også haft meget regn dagen før). Valgte på ovenstående baggrund en lige på variant med venstre bue for at undgå meget moseløb til sidst. Kørte skævt ud fra posten og ramte ikke den gennemløbsretning, jeg havde planlagt. Fik korrigeret i det tætte og endte for langt nede i slugten, troede jeg var højere oppe, kunne ikke få det hele til at stemme og troede, jeg var på den utydelige sti og løb først til højre og derefter tilbage til venstre. Det føltes ikke som så lang tid, men det var over to minutter.

6-7: Kørte på med de samme overvejelser som under 2-3. Kiggede på venstre vejvalg men syntes det var for langt og



Ikke overraskende at det blev så krævende o-teknisk og fysisk, mener Carsten Jørgensen. Foto: KK.

at der var for højt op til posten til sidst. Valgte lige på vejvalg på grund af tesen. Gik ret dårligt med at finde en god linje i det grønne lige efter posten og derefter gik det fint på stien et stykke tid, men jeg var fysisk presset og på efterkant med orienteringen og missede stien til venstre og overtalte mig selv til at det alligevel var det samme at løbe helt hen til den store sti og køre rundt med den. Højre vejvalg havde for meget stigning til at jeg følte det var aktuelt i min fysiske tilstand. Thierry Georgiou hentede mig lige ved 6'eren og løb anderledes ud fra posten, men jeg så ham foran mig igen midt på strækket (fik lidt motivation tilbage igen), hentede ham og løb forbi ind mod 7'eren.

8-9: Så en nogenlunde linje på små gennemløbsretninger og så overvejede jeg ikke mere. Lidt spændt på, om jeg kunne finde den lille gennemløbsretning lige efter posten, men fandt den fint. Havde tænkt at skære fra den lille sti midt i det grønne lige på gennem slugten til op og ned til posten men fortsatte rundt ad stien og løb i det flade åbne rundt til posten. Så Thierry Georgiou et stykke foran i det åbne inden posten

12-13: Ville gøre udførelsen af vejvalget let for mig selv, for at gøre det muligt at løbe hurtigt og satse lidt for at hente Thierry Georgiou og Tobias Andersson, som begge var foran mig på 11-12. Venstre vejvalg på stier og lige på til posten gennem tætheden til sidst. Gennemført fint, men lidt usikkerhed med indløb til mindre sti fra større.

14-15: Så kun lige på. Gik fint.

15-16: Så nærmest kun det lige på vejvalg jeg valgte, med lidt overvejelser over det sidste stykke ind mod posten. Derudover havde jeg løbet på lige på stien tidligere og den virkede hurtig, det eneste var den lille bakke inden stien. Lige på og lidt udenom bakker/slugter til sidst. Løb for meget i terrænet i starten, var helt stegt, men ellers gik det fint.

28-29: Kiggede efter de gode

steder at løbe og de stegte ben hang på stierne. Stierne let højre for strengen i starten og så det hvide lige på mod posten. Løb med Holger Hott Johansen, men han fik krampe eller noget efter første tredjedel af strækket, så var jeg alene hjem....

30-31: Kiggede meget på højrevejvalget, men kunne ikke se at der var noget stigning at spare, så jeg valgte lige på, da det var den korteste vej hjem. Fin gennemførelse på to helt færdige ben, som meget gerne havde villet løbe højre om i stedet for.

Efter

Jeg mener ikke at konkurrencen var specielt danskervenlig. Det er primært terræntypen, som giver de indfødte fordelene og banen var lagt så den var så o-teknisk udslagsgivende som muligt. Der var områder i terrænet, som man sjældent ser i Danmark såsom moseområdet ved post 3 og 4 og også andre steder var terrænet ret ekstremt i forhold til normalen i Danmark. Således både fordele og ulemper ved at være på hjemmebane. Mest overraskende var nok de mange tæthedsvejvalg i den østlige ende af området, men ellers var det forventet, at det skulle blive meget krævende o-teknisk og fysisk. Og det var det jo!

Chris Terkelsen

Inden:

Følte mig dårlig, udbrændt og træt. Tvivlende, men med håbet intakt. Havde vrikket på ankelen og et trælår fra kvalifikationen, men ikke noget alvorligt. Følte også forventning og nervøsitet. Det var en helt speciel følelse at stå ved brynet at en dansk skov og ikke ane, hvordan kortet så ud og hvad der ventede én.

Stræk for stræk

1-2: Så hvor detaljeret tæthedsbilledet var tegnet og viste at jeg kunne stole på gennemløbeligheden. Valgte derfor højre, som gav en fin linje og god indgang til posten.

2-3: Valgte mit venstre-alternativ efter at have læst strækket



Chris forsøger at finde en forklaring efter lang finale. Foto: KK.

bagfra og set hvor fin linje man ville få med svagt nedløb på sti den sidste km ind til posten. Eneste modstand på strækket

var tætheden i udløbet fra 2'eren og det så overkommeligt ud.

6-7: Sti/vej-systemet lige på strengen var for mig ikke noget alternativ, da der var kuperet og vejene slyngede sig for meget. Venstre virkede for langt og man skulle æde en sammenhængende stigning på 40 meter. Mit venstre-alternativ virkede for mig som det bedste, da det lå forholdsvis tæt på strengen og ikke bød på nogen sammenhængende stigninger på mere en 3 kurver.

12-13: Klart vejvalgsiks. Undervurderede hvor besværlig indgangen til posten var på mit venstre-alternativ.

Efter

Både baner og terræn langt mere krævende end jeg havde ventet. Jeg troede terrænet i langt overvejende del ville være som partiet 16-27 og derfor ikke ville muliggøre meget krævende banelægning. Det var derfor en positiv overraskelse og et boost at vende kortet og lige med det samme se, hvor forkerte mine antagelser havde været. Generelt var jeg (når man ser bort fra 12-13) godt tilfreds med mine vejvalg både under og umiddelbart efter løbet. Jeg overvejede alle vejvalg grundigt, fulgte min egen taktik og ingen vejvalg blev udtaget på impuls eller slump.



Chris Terkelsen - har givet op på langdistancen og møder Helge Lang fra eliteudvalget. Foto: TUT.



Ruslands første stafet guld



Dramatisk forløb af kvindernes stafet

I herreklassen udviklede stafetten sig til et rent udskilningsløb. Allerede på første tur var der seks hold der rev sig løs. Blandt disse seks hold var fem af de helt store favorithold Sverige, Norge, Finland, Schweiz og Rusland. Sidste hold i førergruppen Tyskland var ikke på forhånd spået mange chancer for at blande sig i medaljestriden. Efter disse hold var der et hul på over to minutter ned til de næste forfølgere. På anden tur blev feltet af potentielle medaljetagere reduceret til fire hold. Med en forrygende andentur bragte Valentin Novikov Rusland på guldkurs. Schweiz var imidlertid lige i hælene på Rusland. Finland og Sverige fulgte inden for de næste 2½ minutter, og havde således stadig mulighed for kæmpe med om guldet. Men det var ikke med i den russiske verdensmester fra 2004 Andrey Khramovs planer. Med dagens suverænt bedste tid, løb han for første gang

guldet hjem til Rusland. Schweiziske Marc Lauenstein havde en dårlig dag, og måtte se sig overhalet af både Finlands Jani Lakanen og Sveriges Matthias Karlsson, der således sikrede sig henholdsvis sølv og bronze.

Finland igen bedst

Hos kvinderne lykkedes det finnerne at gentage sejren fra EM i Estland i foråret. Men det var en meget spændende stafet, hvor intet var afgjort før sidste post.

Efter to ture var Sverige alene i spidsen. Efter Jenny Johansson og Kajsa Nilsson begge havde løbet bedste tid på deres ture, gik Karoline A. Höjsgaard ud med et forspring på over 2½ minut til Finlands Minna Kauppi. Kauppi havde så igen 42 sekunders forspring til sidste års vindere Schweiz, med den 12 dobbelte verdensmester Simone Niggli på sidste tur.

På trac-trac kunne man på stævnepladsen se, hvordan Höjsgaard bommede både post 1 og post 3, og så var hun hentet af Kauppi. På næste gafflingspost kom Kauppi fri og på de næste poster trak hun fra. På et tidspunkt havde hun et



Stolte russere tager guld i VMstafetten. Foto:TUT.

forspring på næsten fem minutter.

Bag Kauppi kæmpede Höjsgaard og Niggli en tæt kamp. Niggli vrikkede om på foden på vej til post 3, og dette hæmmede hende på resten af banen. Hun kunne ikke rigtig løbe igennem, og hendes fokus blev på løbet i stedet for orienteringen. Det gav en række bom og en væsentlig mere defensiv Simone Niggli, end man er vant til at se.

Tre poster før mål lavede Minna Kauppi en kæmpe fejl. Hun bommede næsten fire minutter – en fejl der meget let kunne have kostet sejren. Men en utrolig lettet Kauppi kunne på sidste post konstatere, at hun stadig var forrest. Godt et minut senere kunne Karoline A. Höjsgaard løbe en sølvmedalje hjem til Sverige. Simone Niggli løb bronzen hjem til Schweiz. Hun var efter løbet lettet over, at hun trods sit alvorlige vrik kunne sikre Schweiz en medalje og sig selv sin fjerde medalje

af fire mulige ved dette VM. Bag medaljedramaet satte den 20 årige australske guldmedaljevinder fra sprinten Hanny Alston en tyk streg under, at hun er fremtidens kvinde. I dagens

suverænt hurtigste tid løb hun Australien op fra en niende til en fjerdeplads.

Af Thomas Jensen



Overraskende afslutning på stafetten gør finnerne til verdensmestre. Foto:KK.



Trods den tabte guldmedalje har de svenske piger smilet på til sølv. Foto:KK.



Drille-posten - nr. 34

En øjenvidneberetning fra post 2 på VM-stafetten, der fik dramatisk indflydelse

Som vagthund for posterne har jeg til stafetten fået til opgave at holde øje med post nr. 34. Posten står ved en – i hvert fald efter danske forhold – meget stor sten i en slugt med gammel, åben skov og med en tættere granbevoksning lidt højere oppe i slugten. Skærmen er stillet mellem stenen, lidt selvsåede graner og nogle vindfælder, som ligger hulter til bulter. De terrænmæssige forhold gør, at skærmen ikke er synlig fra alle vinkler, og at overblikket er bedst oppe fra slugtens sider. Posten er den anden på både damernes og herrerne's bane. Det betyder at løberne kommer fra tre forskellige gafflingsposter. Nogle kommer ned gennem slugten, mens andre kommer ned over siden. Fra førsteposterne giver kun rigtigt indløb mod posten mulighed for at se både sten og skærm.



Minna Kauppi - tog stikket hjem på 3. turen. Foto: KK

Godt overblik

Jeg har placeret mig lidt oppe ad slugtens side op til tætheden, så jeg har et godt overblik over posten uden at »flage« løberne ind til den – og så langt væk, at jeg mener risikoen for at blive trampet på er minimal. For at følge med i »slagets gang« tager jeg tid på den førende løber på hver tur, så jeg kan se hvor langt de næste er efter.

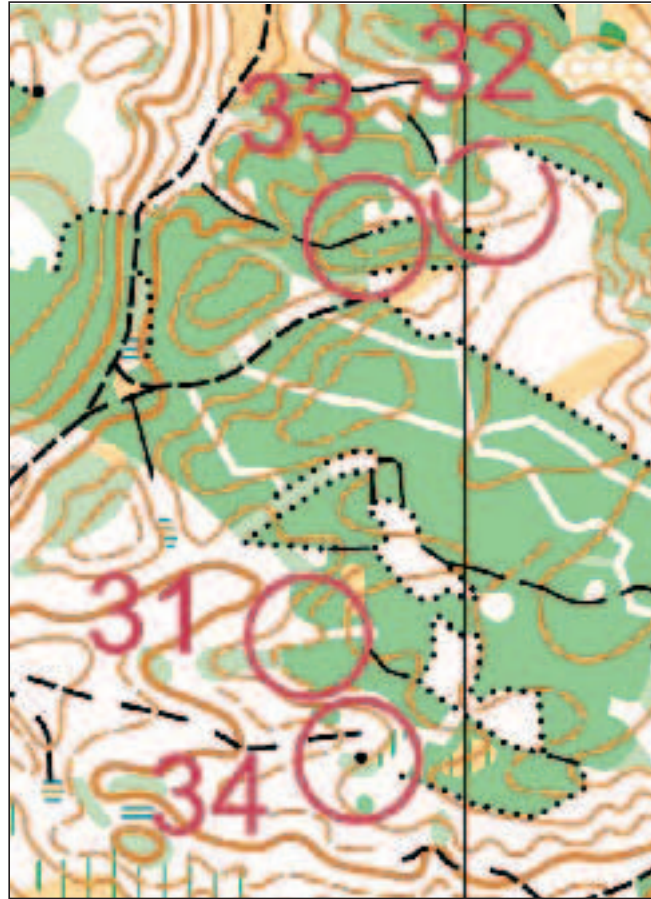
Damerne starter først, og selv om det er anden post er der stor spredning – meget større end hos mændene, der kommer senere. Allerede på første tur er det tydeligt, at posten giver problemer, hvis løberne ikke ser op på vej hen til posten – er de først kommet forbi den, går der hurtigt et minut med at få øje på den (måske skal man være dansker for at lægge mærke til en sten af den størrelse). Det er i øvrigt tankevækkende at se dame-elite-løbere nusse rundt i lang tid mindre end 10 meter fra posten – mange kigger mere på kortet og konkurrenterne end på terrænet.

Højsgaards problemer

Jeg kan svagt høre speakerne fortælle, at Sverige skifter først



Karolina Højsgaard - løb tæt forbi posten og satte føringen over styr. Foto: KK



31, 32 og 33 er gafflingsposter hvorfra de alle skulle til 34. Stenen var 1,2 meter høj. Kortudsnit: Flemming Nørgaard.

på tredje tur, så jeg gør mig klar med stopuret. Efter lidt tid kan jeg høre at der er en løber på vej – det er Karolina Højsgaard som kommer ned ad bakken mod posten - jeg er klar og trykker på stopuret, da hun er omkring 20 meter fra posten. Hun har god fart på og retning lige ned mod posten, men løber lige højre om stenen – sagtner farten, kigger og fortsætter fremad mod den næste slugt. Omkring 1½ minut senere kommer hun tilbage, men nu kommer hun fra den side hvor skærmen er skjult bag nogle vindfælder. Hun kigger sig rundt - læser intet på kortet, mens hun bevæger sig langs de væltede træer, op til kanten af tætheden oven for stenen, og pludselig står hun oppe ved siden af mig. Her stopper hun, kigger fortsat på kortet, mens hun siger højt til sig selv: »Hvor er den? Hvor er den?« – så løber hun igen ned mod bunden af slugten, trækker lidt til siden - og får øje på skærmen. Der er nu gået knap 2½ minut på mit stopur. I det samme kommer Minna Kauppi ned ad bakken mod posten, som de når samtidig – finnen har hentet det, hun var efter Sverige ved skiftet. Hun løber perfekt ud fra posten, mens en totalt stresset svensker løber 90° forkert ud



Simone Niggli - mister også 2 minutter på famøs post.

og kommer hen til tætheden, før hun får rettet op og drøner efter Minna Kauppi.

De er kun lige forsvundet bag bakken, da Simone Niggli kommer ud fra tætheden og ned gennem slugten fra den 3. gafflingspost. Der er fuld fart på, da hun løber forbi posten og forsvinder ned ad bakken. Der går næsten 2 minutter før hun er tilbage igen – og muligheden for at få kontakt med de to foran er væk i denne omgang.

Af Vibeke Vogelius

Kræfterne slap op

VM blev stor skuffelse for Chris Terkelsen, der pressede sig selv for hårdt

- Kun én gang i livet har jeg været så skuffet som efter dette VM... Tilbage er trætheden og skuffelsen over at have forpasset en mulighed, der kun kommer en gang i livet. Sådan er livet og sådan er sport.



Chris Terkelsen - ved sidste post på Mellem - er godt klar over det ikke rækker. Foto: KK.

Sådan beskriver Chris Terkelsen på sin hjemmeside følelsen efter det VM, der skulle have været højdepunktet i hans o-karriere.

Der var store forventninger til Chris. Men som VM-ugen skred frem blev han mere og mere træt. Efter et fornuftigt løb på kvalifikationen til mellemdistancen og efter et rigtig flot løb på kvalifikationen på den lange distance, var det slut med kræfterne. På den lange distance måtte en skuffet og meget træt Chris udgå. På mellemdistancen to dage senere var kræfterne ikke kommet tilbage. Til trods for et løb, han selv beskrev som teknisk bedre end det, der sidste år gav ham sølv på distancen, rakte det blot til en for ham skuffende 15. plads - 2,13 minutter fra guld.

Chris har, efter han er vendt tilbage fra den overtræning, der fra 1998 og flere år frem holdt ham væk fra toporientering, været utrolig disciplineret med sin restitution. Men en

skadespause midt i sommeren fik ham til at forcere træningen og sidde advarselssignalerne overhørig. Han beskriver det selv således:

- I bagklogskabens ulideligt klare lys kommer indsigten let. Jeg trænede for hårdt og for meget for tæt på VM for at kompensere for skadespausen midt i sommeren og ankom træt og udslidt til Silkeborg. Trætheden akkumuleredes yderligere for hver VM-start, og den lette feber og urolige mave, som jeg havde op til starten på lang-finalen var blot et symptom på en krop, der var presset helt i knæ.

Efter VM fik Chris lægens ord på, at hans krop var helt udpint. Blodprøver viste, at han havde et for højt kaliumindhold og for lavt hæmoglobinindhold. Han blev derfor beordret løbepause ind til blodværdierne var på plads igen.

Af Thomas Jensen



Chris Terkelsen - ved sidste post på Mellem - er godt klar over det ikke rækker. Foto: KK.



Gassen gik af ballonen

Halsbetændelse var med til at hæmme Carsten Jørgensen

Dette VM blev Carsten Jørgensens afsked med det dan-

ske landshold. Efter en fantastisk karriere hvor han fra 1995 til 2003 var bedste dansker på den lange distance til samtlige VM'er, var dette hans sidste chance for at veksle bronzen fra 1995 til noget mere ædelt.

I ugen op til test løbene, der lå to uger før selve VM, og nogle

dage efter, døjede Carsten med en halsbetændelse. Dette betød, at han var meget usikker på sin form. På kvalifikationen startede han desuden først, og han vidste derfor, at han måtte give alt hvad han havde i sig for at sikre en plads i finalen. Det blev til en flot fjerdeplads i kvalifikationen -

men i finalen var gassen gået af ballonen, og han måtte symbolsk se sig overhalet af vinderen Jani Lakanen på målstregen - hentet med 16 minutter.

Af Thomas Jensen

Sprinten lykkedes

Katastrofestart på Ane Lindes stafetløb

Ane Linde løb et rigtig flot VM. På forhånd var målsætningen at kvalificere sig til finalen på sprint og mellem. Især hendes sprint gik over al forventning. I kvalifikationen sikrede hun sig et rigtig godt udgangspunkt til finalen ved at blive nummer fem i sit heat. Foran et kæmpe hjemmepublikum med store forventninger

lykkedes det hende at holde hovedet koldt i finalen, hvilket resulterede i en flot placering som nummer 25.

På kvalifikationen til mellemdistancen betød et bom på post syv, at hun faldt fra en niende til en 16. plads. Den placering holdt hun til mål. Hun var således en placering og blot 19 sekunder fra at kvalificere sig til finalen.

På stafettens første tur kiksede Ane til gengæld totalt. En meget stor fejl til post to betød, at hun var sat fra start.

- Da jeg endelig fandt post to

så jeg løberne fra Japan og Sydafrika, og så vidste man jo godt, hvad klokken havde slået. Jeg kæmpede dog på så godt som jeg kunne resten af vejen. Jeg mindede hele tiden mig selv om, at Signe stod og ventede på at blive sendt af sted.

Alene kunne hun dog ikke holde tempo med de andre, og i mål var hun 17½ minut efter det førende hold fra Sverige.

Af Thomas Jensen



En presset Ane Linde ved publikumsposten på stafet, opmuntres af træner Bjarne Hoffmann. Foto: KK.

Fantastisk højdepunkt

Claus Bloch sørgede for prikken over i'et

VM blev et fantastisk højdepunkt i Claus Blochs karriere som o-løber. Hans bronzemedalje på sprinten var den prik over i'et, der gjorde VM til en sportslig succes for Danmark. Samtidig var det en drøm, der blev til virkelighed for Claus.

Det var resultatet af mange års målrettet satsning mod netop denne sprint finale, der blev udbetalt i bronze.

På stafetten løb Claus en fornuftig førstetur. Han manglede dog heldet i gaflingerne til at være med helt fremme, hvor der stadig blev kæmpet om medaljer. På post fire blev han sat på en gafling, og så var det tog kørt, der blandt andre havde de fire hold med, der kom til at afgøre medaljestriden.

Claus løb et veldisponeret og teknisk flot løb, men han løb alene det meste af vejen og kunne ikke holde tempo med førergruppen. Han mistede således lidt over tre minutter til teten. Han skiftede som nummer 12 – med en sjetteplads inden for realistisk rækkevidde for det danske hold.

AfThomas Jensen



VMs danske højdepunkt: Claus Bloch på medaljeskamlen. Foto: KK.

Bedst på den lange

René Rokkjær folte at formen ikke var perfekt

Det lykkedes ikke for René Rokkjær at ramme formen til VM. Han er ikke sikker på, hvad årsagen til dette er. Hans brækkede knogle i foden fra før VM i Japan i 2005, har dog betydet, at han ikke har kunnet træne helt som han gerne ville: - Jeg har kunnet træne i bakker fra omkring januar i år. Men jeg har hele tiden måtte begrænse bakketræningen for ikke at få et nyt brud. Jeg troede det rakte med de højdemeter jeg havde taget, men ser jeg tilbage, har der været for få rigtig hårde lange bakketræninger.

På den lange distance blev René bedste dansker med en placering som nummer 20. Dette



Med en flot afslutning i stafetten løb René Danmark op på en ottendeplads med blot 50 sekunder op til Norge på femtepladsen. Foto: KK.

er en placering mange ville være tilfreds med, men det ligger under såvel Renés egne forventninger som det potentielle han har vist, at han har.

På stafetten løb han en flot tur. Han blev sendt ud som nummer 12 med 16 sekunder op til syvendepladsen. Tidligt på banen var han ene om at have sin gaflingspost, og han mistede der kontakten til toget. Han lå derefter alene det meste af vejen, men med en flot afslutning fik han løbet Danmark op på en ottendeplads med blot 50 sekunder op til Norge på femtepladsen.

AfThomas Jensen

Sekunder fra finale

Optimistisk Karina Boen Knudsen ser frem til nye VM løb

Bare 26 sekunder i alt. Så meget skilte Karina Boen Knudsen fra at komme i finalen på langdistancen og sprinten. Selv om målsætningen om at komme i finalen ikke blev indfriet, kan Karina være godt tilfreds med sin indsats. Hun vurderer den selv således:



En skuffet Karina opmuntres af Lone Hansen, holdleder. Foto: KK.

- Jeg er selvfølgelig rigtig ærgerlig og skuffet, når det var så tæt på, men på den anden side havde jeg et meget godt løb på kval lang. Og bortset fra lidt træthed sidst på banen, kunne jeg ikke have gjort det meget bedre... På sprinten laver jeg en fejl som koster mig finalepladsen... Det er jo fedt nok at vide, at jeg godt kunne være med løbsmæssigt. Så må jeg slå til næste år igen, og løbe mig i de finaler :-)<

AfThomas Jensen

Tæt på målsætning

Christian Niensens indsats giver gode løfter for fremtiden

Christian Nielsen havde et godt VM, der gav løfte om mere i fremtiden. Han løb to perfekte kvalifikationsløb, men på de to finaler manglede det sidste.

På sprinten holdt Christian et rigtig højt tempo, der uden to større bom på henholdsvis 10 og 20 sekunder, ville have skaffet ham en plads på podiet. Hans målsætning var en top ti placering – selv om drømmen måske var lidt højere. Han var en sølle placering fra at indfri målsætningen – og de to bom

fra at indfri drømmen. Alt i alt er Christian tilfreds med sin sprint, men som han selv siger: - Jeg synes selv, at jeg gang på gang kan præstere sprintløb, der er næsten optimale for mig, og så er det selvfølgelig mega surt, når det dårligste sprintløb i meget lang tid kommer på VM.

På mellemdistancen løb Christian ikke helt op til sit potentiale. Han havde ikke fart nok i benene, og på banens længste stræk løb han skævt og mistede næsten et minut. Det er der ikke plads til i et VM, så han måtte nøjes med en trods alt godkendt placering som nummer 29.

AfThomas Jensen



Christian Nielsen - giver alt på de sidste meter i sprintfinalen. Foto: KK.

Hidtil bedste sprint

Anne Konring Olesen levede op til forventningerne - bortset fra offday på mellemdistancen

På kvindesiden var de fleste forventninger på forhånd knyttet til Anne Konring Olesen, der stillede op på alle distan-

cer. Hun levede til fulde op til disse forventninger.

Hendes bedste resultat kom på sprinten, hvor hun sluttede som nummer ni – hendes hidtil bedste VM placering. Det var dog det løb Anne var mest ærgerlig over. Indtil to minutter før mål lå hun til at indfri sin drømmemålsætning om en podieplads (top 6). Men et lille bom på 3. og 4. sidste post kostede denne drøm.

På den lange distance løb hun et fornuftigt løb og endte som

nummer 14. På mellemdistancen havde hun en rigtig off day. Hun sluttede som nummer 31 over ni minutter efter vinderen.

På stafetten løb hun et pænt løb fra et svært udgangspunkt. På store dele af banen løb hun lige op med Minna Kauppi fra det vindende finske hold, men til sidst på banen tog hun nogle chancer og det kostede.

AfThomas Jensen

Drøm endte ved lågen



»Hvad var det der skete?« Mikkel Lund ude efter sprintkvalifikation. Foto: KK.

Skuffende VM for Mikkel Lund

VM blev en stor skuffelse for Mikkel Lund. De sidste fire år har Mikkel hovedmål været VM sprint i Danmark i 2006. Forberedelsen har været god. Til EM i Estland i maj måned blev han nummer fire. En måned senere debuterede han på 1.500 meter med en tid på 3.56,65 – så formen var, hvor

den skulle være.

Drømmen endte dog brat ved en lukket låge på vej ud fra Tivoli Friheden. Mikkel beskriver selv fejlen således:

- Den første halvdel af banen gik godt, og jeg lå ok med fremme i heatet. Jeg havde stoppet op en del gange for at være sikker på mine vejvalg. På vej ud af Tivoli Friheden gjorde jeg det samme. Det var langstræk og jeg skulle finde et godt gennemførligt vejvalg. Så af sted. Da jeg kom til udgangen, var der pludselig en lukket låge... Jeg tjekkede kortet en ekstra gang og så også, at der var en lille sort streg! Så jeg måtte løbe tilbage og langt rundt for at finde den udgang, jeg egentlig skulle have været ud af. Jeg viste at der var gået alt for lang tid, og at jeg virkelig skulle have fuld fart og fuld klaf på resten af banen, hvis jeg skulle komme videre til finalen. Men resten af banen blev bare stress og jag. Det blev til yderligere 3-4 mindre fejl, og da jeg kom i mål var jeg nr. 24!!!!«

Før fejlen lå han nummer 6 i sit heat – efter fejlen lå han nummer 17 – 23 sekunder fra den finalegivende 15. plads. For at løbe sig i finalen skulle Mikkel på de sidste poster løbe inden for 10 sekunder af bedste tid. Det lykkedes ikke, og han måtte se drømmen om VM-medalje på dansk grund fordufte. På stafetten løb Mikkel til gengæld en flot sidstetur for Danmark. Han gik ud som nummer otte, men han løb sig ind i kampen om femtepladsen. To små fejl få poster før mål betød dog, at han måtte nøjes med at forsvare ottepladsen.

AfThomas Jensen



Anne Konring Olesen - efter offday på Mellemdistancen. Foto: KK.

Fejlfri stafet

Signe Søes tæt på sin egen målsætning

Signe Søes havde et meget tilfredsstillende VM. Hun nåede ganske vist ikke sin individuelle målsætning om en top 15 på mellemdistancen og en top 20 på den lange distance, men det var tæt på.

På begge distancer bommede hun en post med to minutter.



Signe Søes - passerer en havfrue undervejs. Foto: KK.

På mellemdistancen blev hun nummer 24 - 1½ minut fra sin målsætning og på den lange distance blev hun nummer 23 - 38 sekunder fra sin målsætning.

På stafetten løb Signe et stort set fejlfrit løb. Hun havde sjette bedste tid på anden turen, og hun førte Danmark fra en 25. til en 16. plads.

AfThomas Jensen

Ikke godt nok

Rasmus Søes var ikke selv tilfreds trods fornuftig VM-debut

Rasmus Søes fik en fornuftig debut på det danske a-landshold. Med et flot kvalifikationsløb sikrede han sig med en margin på over et minut en



Rasmus Søes - var ikke selv tilfreds med sin indsats i mellemfinalen. Foto: KK.

plads i finalen på mellemdistancen. I finalen lavede han for mange småfejl, men han undgik de store bom, og sluttede med en acceptabel placering som nummer 37. Rasmus var dog ikke selv tilfreds. Hans eneste kommentar lige efter målgang var:

- Det var ikke godt nok.

AfThomas Jensen

Et godt dansk VM



Mange af nøgleløberne havde problemer med helbredet eller skader op til VM

Resultatmæssigt var dette VM det bedste Danmark har haft i dette årtusinde. Men var det godt nok? Der var forventninger til, at de danske løbere skulle klare sig endnu bedre. De høje forventninger har dels været begrundet i løbernes personlige høje målsætninger, og i de høje målsætninger der er blevet sat fra landsholdsledelsens side. Forholdet mellem målsætninger og resultater var således:

skema

De høje målsætninger virkede ikke urealistiske da de blev sat, men mange af nøgleløberne havde problemer med helbredet eller skader op til VM. På denne baggrund mener jeg, at de danske landsholdsløbere har leveret et VM, de kan være godt tilfredse med.

Neutralt terræn

Landstræner Jakob Ødum forklarer i sin rapport om VM forskellen mellem målsætninger og resultater således: » Erfaringen fra EOC2004 viste at dette potentielt kunne udnyttes positivt. Det er landstrænerens opfattelse at vi ved formuleringen af resultatmålsætningen kan have overvurderet den positive betydning. Der er den væsentlige forskel ved et EM og et VM at deltagernationerne generelt afsætter mange ressourcer til specifik VM-forberedelse og færre eller ingen ressourcer til EM-forberedelse. De positive erfaringer fra EM i 2004 kan i bagklogskabens lys tilskrives at vi, relativt til de

øvrige nationer, var bedre forberedt på terræntypen. Ved dette VM har deltagernationerne haft langt flere træningsdøgn i DK end tilfældet var ved EM og vi har derfor mødt modstand på et niveau svarende til hvad vi i øvrigt oplever ved ethvert VM. At terrænerne omkring Silkeborg er af en karakter som opleves som neutral af de deltagende nationer, har været med til at forstærke dette forhold.«

Generationskifte

Denne vurdering er jeg meget enig i. Hjemmebane fordelene har været meget begrænset, ikke mindst fordi terrænerne ikke har haft noget specielt dansk særpræg. Til trods for dette, har danskerne leveret en stribe flotte resultater. De flotte resultater skal ikke mindst ses i lyset af, at det ikke længere er Chris Terkelsen, Carsten Jørgensen og Allan Mogensen, der hiver topresultaterne hjem. Generationskiftet er trådt igennem - og flere af de løbere der har lavet de flotteste resultater ved dette VM, har alle potentielt mange år tilbage på toppen.

5. danske VM-medalje

Højdepunktet var naturligvis Claus Blochs medalje på sprinten. Han blev dermed den femte danske i historien, der har taget en individuel medalje. Ud over dette var især Anne Konring Olesens niendeplads og Christian Niensens 11. plads på sprinten rigtig flotte resultater. Disse tre løbere er alle under 30.

Små marginaler

På den lange distance skuffede de rutinerede danske herrer, på mellemdistancen manglede der et topresultat og stafetten var for damernes vedkommende lidt af en nedtur. Herrenes stafethold klarede det



Så pæne er de, når de går til VM-fest: Det danske landshold passende klædt til den afsluttende banket: Bagest Claus Bloch, René Rokkjær, Rasmus Søes, Mikkel Lund, Chris Terkelsen, Christian Nielsen og Carsten Jørgensen. Forrest Signe Søes, Anne Konring Olesen, Karina B. Knudsen og Ane Linde. Foto:TUT.

som sådan OK, men der manglede toppræstationen, der kunne løfte Danmark op over den 7-8 plads de har kæmpet om så mange gange. Siden 1989 er Danmark kun blevet bedre end nummer 7 én gang - det var da de vandt i 1997. Men der er ingen tvivl om, at konkurrencen i toppen er utrolig hård. Det er små marginaler, der gør forskellen på succes og fiasko, så hvis man ikke er helt på toppen og præsterer optimalt, straffes det lynhurtigt på resultatlisten. VM har ikke været en entydig resultatmæssig succes - men det har været et VM med mange højdepunkter, og et VM løberne som helhed kan være godt tilfredse med.

Af Thomas Jensen

MÅLSÆTNING	Målsætning	Resultat
	1 top 3	1 top 3
	1 top 6	0 top 6
	2 top 10	1 top 10
	2 top 20	4 top 20
	Herrestafet top 3	Herrestafet nr. 8
	Damestafet top 6	Damestafet nr. 14



- Vi har ikke haft hjemmebanefordel. VM-terrænerne var neutrale, kommentere landstræner Jakob Ødum. Foto: LRV.



Åke Jacobson - følger VM fra VIP-teltet sammen med idrætsforskeren Bengt Saltin. Foto: LV.

Det flotteste VM

Danske arrangører hævdede overliggeren, siger IOFs formand

- Vi har ikke set noget lignende. Vi har haft mange gode mesterskaber, men dette det flotteste.

Sagde Åke Jacobson, den sven-

ske formand for det internationale orienteringsforbund, IOF på VMs finaledag til orientering.dk

- Danmark har flyttet overliggeren yderligere i vejret. Alt har været lidt bedre: stævnet, arenaproduktionen, teknikken. I har været i stand til at gøre orienteringsstævnet interessant for tilskuere og publikum. Det er således første gang trackingteknikken er anvendt.

- Det viser publikum hvad der sker under konkurrencen i skoven. Det var utroligt interessant at følge løbernes vejvalg, specielt på langdistancen, fremhævede Åke Jacobson. Der også havde roser til den danske kultur, venlige gemyt og åbenhed.

Af Lars Rask Vendelbjerg

En kostbar tiendededel

Krav om supernøjagtig tidtagning til verdensmesterskaberne er en udfordring.

Med godt 200 løbere som det højeste var der ikke nogen af VM-løbene, hvor tidtagning ikke kunne være klaret som OK Pans Kristihimmelfatsløb traditionelt er blevet det: papir, blyant og et stopur. Der var blot to ting, der forhindrede den løsning: Tiden skulle tages med 0,1 sekunds nøjagtighed, og den skulle kunne ses på storskærmen med det samme, løberen kom i mål.

Så det blev i stedet til en kompliceret opsætning med i alt næsten 30 maskiner og 2 kilometer kabling, alt sammen betjent af omkring 30 mand.

Det var dog en opsætning, vi ikke kom sovende til. De første møder i IT-gruppen blev afholdt for over 3 år siden, og det er siden blevet til 25 møder i IT-gruppen samt et utal af andre undergruppemøder. Undervejs har vi også afholdt 3 »tør-tests«, dvs. opsætning og test af procedurer og udstyr, samt 7 »våd-tests«, hvor vi var til stede ved et rigtigt løb. Det mest prominente af disse var nok DM Sprint 2005 i Skåde Bakker.

Supernøjagtig tidtagning

IOF stiller krav om tidtagning med 0,1 sekund ved VM. Det betød, at vi blev nødt til at benytte startgate og fotoceller i mål for at kunne tage en så nøjagtig tid. Faktisk blev vi nødt til at tage start- og måltider endnu mere nøjagtigt for at løbstiden kunne være med 0,1 sekund. Det betød, at vi endte med at bruge nogle meget nøjagtige ure fra Microgate i Italien, der også leverede startgates og fotoceller.

For at tage måltid brugte vi hele fire fotoceller. To sæt med to styk seriekoblede fotoceller, så begge skulle brydes for at tage tiden. Det sikrede, at vi ikke fik nogen dobbeltbrydninger, når folk passerede. Og der var to sæt, fordi alt udstyr var dubleret. Vi havde et primært og sekundært system, så vi kunne skifte fra det ene til det andet ved problemer. Det fik vi hel-

digvis ikke brug for. Klipkontrol var det, der lignede et »normalt« løb mest. Løberens brik blev aflæst, og så var der egentlig ikke mere. Bortset fra, at dette system også var en del af dubleringen, så der skulle læses ind i to systemer.

Pressefotograferne var ikke altid lige glade for at vi gik rundt lige efter målgang for at få aflæst løberens brikker i alt fire gange – to til tidtagning og to til klipkontrol.

Noget at kigge på

Før man har stået neden for storskærmen ved VM, så har man ikke rigtig fattet, hvor stor sådan en er. Med sine knap 40m² var den på størrelse med en mindre lejlighed! Videoproduktionen til den – og internettet – havde behov for meget hurtige data, dels fra radioposterne og dels fra målgangen.

For at gøre det så publikumsvenligt som muligt var der en håndfuld kameraer i skoven og indtil flere radioposter. Faktisk var der også radioposter foran radioposterne for at give speakeren, videoproducenten og kameramanden mulighed for at blive forvarslet. I alt havde vi op til 13 radioposter i skoven. Vi havde været flere gange i skoven i foråret for at teste dækning – både med og uden en 12 meter teleskopantenne. Nogle af posterne var dog kablet i stedet, så hvis der er nogen, som kan bruge nogle kabelruller á 300 m serielkabel, så har vi nogle billigt til salg.

Ved målgang blev løbernummeret tastet ind på forhånd, således at når løberen brød fotocellen blev tiden og placeringen umiddelbart regnet ud og kunne vises på storskærmen. Metoden kan bruges til et VM, men næppe til et påskeløb.

Vi havde fået lov til at pålægge løberne at løbe med trackinggudstyr. Det skete i alle finalerne samt på stafetternes sidsteture. Specielt på damestafetten var det en udsøgt oplevelse, idet man live kunne følge Minna Kauppi være tæt på at sætte det finske forspring over styr ved tredjesteposten. Hun bommede temmelig meget rundt... Undervejs viste det sig, at tracking også kunne bruges til andre ting: det havde en

meget overbevisende effekt overfor løbere, som betvivlede at vores officials havde set dem passere forbudte hegn, og så kunne det også bruges til at afgøre, hvornår postindsamlingen kunne begynde i et område.

I den forbindelse viste TDC stor velvilje og fleksibilitet, idet de dels fremskyndede opsætning af en mobilmast og satte en midlertidig mast op ved Himmelbjerget samt udvidede stationerne omkring skovene. De var også behjælpelig med at måle dækning under vores tracking tests før VM.

Massiv internetdækning

På alle finalerne havde vi en kraftig internetforbindelse, som primært var beregnet til at sørge for den tredelte live-dækning:

- * On-line resultater, som svenske Alternativet stod for – inklusive kommentarer og fotos.
- * Videostreaming af storskærmsproduktionen
- * Live tracking via GPS, som TracTrac stod for.

Dertil kom pressens behov for internet, hvilket viste sig ikke at være helt lille – især ikke i tid, da de hele tiden lige skulle bruge internet »bare en halv time mere«.

On-line dækningen på internettet havde også behov for en del båndbredde. Det gav nogle konfigurationsproblemer i de første dage, men efterhånden kom der styr på det. Igennem VM-ugen havde vi 8 millioner sidevisninger, hvilket gjorde VM-hjemmesiden til den 12. mest viste i Danmark i den uge.

Storskærmsproduktionen blev streamet via Forskningsnettet, hvilket gjorde det muligt problemfrit at servicere de over 3700 samtidige seere, der kiggede på ved stafetten. Det er måske ikke så mange sammenlignet med tv, men de fire servere, vi havde til at streame fik lov til at arbejde noget.

På en blog i Kansas, USA, kunne man se følgende kommentar: »Great coverage of the WOC this year. Can it get any better?«

Det er op til fremtidige arrangører at vise...

I
Af Kell Sønnichsen

Se VM igen

Live tracking, fotos fra Alternativet – og egne fotografer, kommentarer, radiointerviews, kort og baner – samt selvfølgelig resultaterne – kan fortsat ses på løbets hjemmeside, <http://www.woc2006.dk/>.



Synkronisering af start- og målture.



Efterbehandling af dagens løb og forberedelse af morgendagens (på HNIE).



Tider indberettes fra startgaten. Også her var der dublerede systemer.



Michael K. Sørensen i »Serverrummet«.



Speakersupport sættes op. Foto: Finn Arildsen.



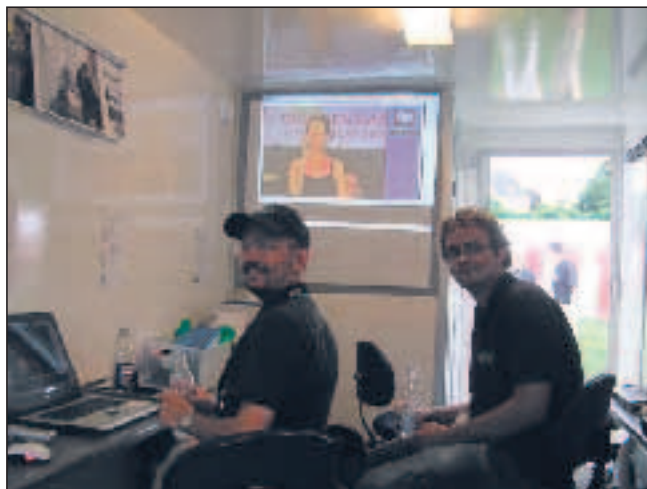
Montering af de fire fotoceller. Foto: Finn Arildsen.



Er der mon hul igennem? Foto: Finn Arildsen.



Finale, mellemdistance. Rutinen havde indfundet sig. Foto: Finn Arildsen.



»Førerbunkeren« havde egen storskærm. Foto: Finn Arildsen.



Internet på stævnepladsen: 4x2Mbps. Foto: Finn Arildsen.



Træmænd og symbolik

Naturen er vores idrætsplads fyldt med oplevelser, udfordringer og indtryk

Publikum til WOC undrede sig nok lidt over at møde en flok »træmænd« på stævnepladsen, og hvorfor var der en masse store og små flettede pilekugler placeret ved resultattavlen? Naturen og her først og fremmest skoven er vores fælles idrætsplads. Her udfordres vi i at finde vej med kort og kompas, holde fart og tempo og måske netop finde den rytme – ja, den puls, der får det hele til at gå op i en større enhed. Skoven kan være tæt og tung, kuperet og krævende, teknisk udfordrende eller åben og let gennemløbelig; men den kan også være smuk, medrivende og fuld af varierede indtryk! Hvem har ikke ladet sig rive med af sollysets stråler, der bryder ned gennem den nyudsprungne bøgeskov, lyngens blomsterpragt, duften af porse i hedemosen, efterårsfarvernes gyldne spil eller udsigten fra bakketoppen, man netop har kæmpet sig op til! Ja, naturen er en vidunderlig ramme for vores fælles idræt!

Overraskende udtryk

Vi, i ceremonigruppen under WOC, havde netop lyst til at

vise dette ved at lade publikum møde et udtryk, der både overraskede og skabte forundring, men også gav folk mulighed for at se det smukke og udtryksfulde i naturens mangfoldighed.

Vi valgte at lade pilen være et billede på dette. Pilefletter og kunstner Eva Seidenfaden fra Vissinggård, nabo til Løndal, hjalp os med idé og form.

Medaljerne skulle ikke ligge på en plyspude, men på pilebakker, og gaver, diplomer og blomster skulle bæres frem i store flettede pilekurve fremstillet af den meget anerkendte engelske pilefletter David Drew.

Løberne, som skulle på podiet, blev samlet lige nedenfor resultattavlen i et område omkranset af store og små flettede pilekugler placeret på forskellig vis fra dag til dag. Herfra løb de op på podiet forbi tre kugler, der var forgyldte og flot dekorerede med kogler og blade. Dette som billede på kampen om guldmedaljen.

Signaler

Og så til »træmændene«. Her ville vi pirre forundringen, fantasien og humoren!

Det drejede sig om store menneskelignende figurer fundet i skoven og sat ned i store støvler fyldt med cement. De havde meget forskellig udtryk i deres bevægelse, i barken (»huden«) og i diverse knuder og skævheder.



Træmændene hylder de travle officials. Foto: Flemming Johannsen.

De skulle sende forskellige signaler fra dag til dag og blev placeret et iøjnefaldende sted på stævnepladsen.

Første gang de viste sig var i Løndal, og her udtrykte glæde og begejstring over Clous Bloch's bronzemedalje fra dagen før. De var »ikklædt« dannebrogflag og dansk supporter-tørklæde – altså rødt og hvidt! 2 dage senere i Gjern ville vi illustrere de hårdt arbejdende stævnepladsmedarbejdere, og her kom gummistøvlerne virkelig til sin ret (masser af regnvejrr under flytningerne!). Mændene havde crew-hatte på, og bar på skovle, spader og jordspyd.

Den sidste dag til stafetten skulle de signalere sol og sommer samt forventningsglæde i forhold til danske resultater.

Her var der strå- og filthatte, solbriller, blomster og flag. Publikum var nysgerrige, der lød forundrede kommentarer og mange billeder blev taget!

Flemming Johannsen var chef i VM-ceremonigruppen, der bl.a. stod for åbnings- og afslutningsceremonier og præmieoverrækkelserne., red.

Af Flemming Johannsen



Præmierpigerne - prinsen - politikerne - på podiet! Foto: Flemming Johannsen.



Store kugler i pil ledte til podiet. Foto: Flemming Johannsen.

VM 2010 i Norge og 2011 i Frankrig



Magtens mænd og kvinder tog beslutninger under VM om o-sportens fremtid

WOC-ugen var også andet end spændende orienteringskonkurrencer og medaljer. En lang række beslutningstagere fra orienteringsverdenen var til stede under WOC-ugen, og derfor blev der afviklet en række mødeaktiviteter, hvor både nuværende problemstillinger, men også fremtiden for orienteringssporten blev drøftet.

Royalt vip-program

Ud over disse planlagte møder fandt der også et værdifuldt lobbyarbejde sted, i forbindelse med WOC-arrangørernes og Orienteringsforbundets fælles VIP-aktiviteter, hvor en lang række personer af betydning for, og med tilknytning til vores sport, var inviteret til at overvære konkurrencerne og hylde de nationale o-løbshelte i opløbet, sammen med repræsentanter fra den danske orienteringsverden. Den absolut mest prominente gæst var som bekendt H.K.H. Kronprins Frederik, der gæstede sprintkonkurrencen i Mindeparken. Kronprinsen udviste både kendskab til og stor interesse for sporten og begejstredes over såvel konkurren-

cens forløb, som den flotte danske bronzemedalje til Claus Bloch i herrernes konkurrence.

Commissions og council

Det Internationale Orienteringsforbunds (IOF) forskellige tekniske arbejdsgrupper, der benævnes *Commissions*, havde flere møder under WOC-ugen.

Her kan nævnes *Rules Commission*, der arbejder med løbsreglementers og regelsæt, *Mapping Commission*, der arbejder med kortfremstilling, kortnormer, og nye korttyper til eksempelvis sprintkonkurrencer, MTBorientering, skiorientering m.v.. *IT-Commission* var også samlet og drøftede bl.a. tidtagning, 1/10-dels problematik i løbstider og forhold omkring vore tidtagningssystemer. Og selvfølgelig var IOF's bestyrelse – *Council* – samlet flere gange for bl.a. at forberede IOF-kongressen, der blev afholdt midt i WOC-ugen.

Aktiv medspiller

Dansk Orienterings-Forbund er naturligvis en aktiv medspiller i IOF-sammenhæng med flere repræsentanter i de forskellige Commissions, men herudover var forbundet også involveret i IOF kongressen, både som arrangør og som deltager, samt en række andre mødefora.

Aktiviteterne herfra kan kort refereres med følgende:

NORD-Samarbejdet

I starten af ugen mødes NORD-samarbejdet, der er et samarbejdsforum for de nordiske lande - Norge, Sverige, Finland og Danmark, hvor der drøftes fælles problemstillinger og holdninger til bl.a. IOF-emner afstemmes. Et væsentligt emne denne gang var repræsentation i IOF's Council, hvor det foreløbigt er aftalt, at finnerne tager de næste 2 år, hvorefter der skal søges indvalgt en norsk repræsentant. Herudover drøftedes de evigt tilbagevendende problemer med sikkerhed og backup i forbindelse med elektroniske »klip« ved posterne. Helt 100% sikre bliver vi aldrig, men NORD-samarbejdet endes om en fornyet henvendelse til IOF, som opfordres til at presse på hos leverandørerne af systemerne for at sikre en fortsat udvikling i retning af teknisk fejlfrie løsninger, samt at de tilhørende løbsreglementer altid indeholder en høj grad af både sikkerhed og fairness i de tilfælde, hvor der alligevel er tvivl om korrekt klip.

European Federations

De Europæiske Orienteringsforbund holdt også møde. Her var de væsentligste emner fordelingen af fremtidige europamesterskaber indenfor senior og juniororientering, MTBO-, og skiorientering. Den fremtidige betydning af europamesterskaber, i forhold til det faktum at der nu afholdes verden-

smesterskaber hver år, er et forhold som vil komme til mere debat i fremtiden. Dels er der en tendens til at pressens fokus rettes mest mod et VM, og dels er kravene til et EM næsten lige så omfattende som et VM, hvorfor det er vanskeligt at få nationer på banen som kandidater til at arrangere europamesterskaberne.

IOF-Seminar og Congress

Og endelig selve kongressen der reelt er opdelt i 2 møder. Dels et forberedende seminar, hvor der er lejlighed til bredt at drøfte og diskutere de oplæg, der skal besluttes på selve kongressen, og dels selve den formelle kongres, der fungerer som IOF's generalforsamling.

To VM-værter

Et spændende emne på kongressen er tildelingen af kommende års VM-arrangementer. Det foregår ved at interesserede nationer byder ind med reelle præsentationer af hvad de kan tilbyde og hvordan de vil afvikle begivenheden. I år skulle der findes VM-arrangører i hhv. 2010 og 2011, og det faldt sådan ud, at Norge bliver VM-værtsnation i 2010, med Trondheim som værtsby, og Frankrig i 2011 i området omkring Savoie nær den franske del af Geneve-søen.

Hvem skal betale

IOF's økonomi var naturligvis også til debat, og her fristes man til at sige, at historien gentager sig: Alle vil gerne overvære showet i form af ønsker om fortsat udvikling og igangsætning af nye initiativer, men ingen vil betale billetten!. Hovedbidragsyderne til IOF er de nordiske lande samt England og Schweiz. Dansk Orienterings-Forbund opfordrede IOF's Council til at hæve medlemstaksterne for nationer som Frankrig, Italien, Australien, Østrig, Tyskland, Japan og en række tidligere »Østlande«, som jo efterhånden er blevet til store o-nationer med international deltagelse og tilbud til orienteringsverdenen.

Aktiv uge

WOC-ugen var således også en særdeles aktiv uge i mødelokalerne. Populært kan man udtrykke det således, at den del deltagere var til VM for at løbe orientering, men en del var også til stede for at tale orientering, men begge dele er jo en forudsætning for hinanden.

Af Helge Søgaard, næstformand i DOF

En global sport

O-familien skal være større og mere synlig på internationalt plan

Der er arbejdet meget med at skabe en strategisk platform for orienteringssportens fremtidige udvikling. Et konkret eksempel herpå var vedtagelse af den såkaldte Leipzig-resolution for nogle år siden, som blev startskuddet på at gøre orienteringssporten »public« og medievenlig. Dette års VM er et godt eksempel herpå og var faktisk det hidtil

bedst eksponerede arrangement – både i fjernsyn, i den skrevne presse, overfor publikum på stævnepladsen og ikke mindst i værtsbyen.

På kongressen i Århus blev der vedtaget en række hovedmål, der understøtter denne udvikling, hvoraf skal nævnes:

* *GLOBAL SPORT* – udtrykt ved at IOF-familien skal omfatte 75 nationer i 2008 og 80 i 2012 (p.t. er der 67 medlemslande).

* *ATTRACTION VALUE* – udtrykt ved at flagskibene VM og World Cuppen skal leve op til alle tekniske standarder og fornævnte synlighed i såvel medier som på selve løbsare-

naen.

* *WORLD SPORTING STAGE* – som kan oversættes til et mål om at indarbejde o-sporten i World Masters Events, World Games og frem for alt i det olympiske program. Herved har vi opnået den ultimative eksponering af vores sport. Disse hovedmål er understøttet af en række praktiske initiativer og planer, og disse vil præge det fremtidige arbejde i IOF's Commissions og i de nationale forbund.

Af Helge Søgaard



Norge bliver VM-værtsnation i 2010, med Trondheim som værtsby, og Frankrig i 2011 i området omkring Savoie nær den franske del af Geneve-søen.

Fantastiske kort og spændende terræn

Løberoplevelser fra WOC og WOC-Tour 2006

Ligesom mange andre benyttede jeg mig af lejligheden til at være tilskuer til verdensmesterskabsløbene og deltager i de parallelle løb for os andre. Løbene foregik alle på fantastiske kort og i meget spændende og anderledes terræner end dem vi er vant til.

Dag 0 på WOC-touren kunne man bruge på »put and run« i Hjortsballe på VMbanerne fra formiddagens VM-kvalifikation til mellemdistancen. Løbene tjente som opvarmning – og fra velunderrettet kilde skal jeg hilse og sige at det var meget varmt – og hårdt.

Dag 1 foregik i Linå Vesterskov.

VM havde kvalifikation på den lange bane om formiddagen – og vi andre løb klassisk om eftermiddagen. For mig er Linå Vesterskov noget med VM i 1974 og jeg glædede mig til den spændende skov. Jeg fik tilfredsstillet min trang til bakker – selv på min H60 bane var der rigeligt med brune kurver – med 5 meter i mellem. Det blev hurtigt klart at det gjaldt om at orientere præcist, enhver sparede højdekurve var mange minutter værd. Meget letlæst kort og bane, regulære poster – og jeg er 20 minutter efter bedste tid!!!

Dag 2 i Storskoven ved Moesgård.

VM holdt hviledag, så vi andre kunne starte allerede om formiddagen. Her synes jeg at min bane blev snydt for den spændende kurvefyldte nordlige del af kortet. Nu gik banen på velkendt terræn med grøfter og lidt kurver ned til vandet – lidt som Geels Skov. Nå, det forhindrede jo ikke mig i at falde, bøje briller, lave 90 graders fejl – det blev en fratrækker!! (kun 3 løb talte til starttrækkefølgen den sidste dag!).

Dag 3 i Fløjstrup.

Samme stævneplads som dag 2. Start lidt sent formiddag – men så tidligt sat man ikke



International stemning på stævnepladsen. Foto: LRV.

kunne overvære VM spintkvalifikationen – i en meget bedre skov end dagen før. Gode vejvalgsstræk, hvor jeg traf et forbløffende antal forkerte beslutninger. Ved kortgennemgangen opdagede jeg at jeg kunne have sparet adskillige højdekurver ved at løbe ovenom ad stien i stedet for langs åen – som alle andre gjorde! – fra næstsidste til sidste posten – men så langt henne i løbet tænker jeg åbenbart ikke klart mere!!

Sprintfinalen

Klokken 16 går sprintfinalen i Mindeparken – og det var en stor oplevelse at se det gode arrangement med fantastiske tilskuerforhold, tribune, engageret speakning og storskærm. Og så havde vi dansk deltagelse og vi FIF'ere havde Anne med i finalen.

Anne (Konring Olesen, red.) kan ikke klage på manglende heppekor – vi gjorde hvad vi kunne!

Hviledag

Dag 4: hviledag for os i WOC-touren. Finale på VM i den lange distance kl 14.

Fantastisk stævneplads i ny orienteringsskov Addit-Løndal. Igen en meget spændende tilskueroplevelse med gode billeder fra skoven, med publikumspost foran os alle sammen – og igen med Anne som bedste dansker!!

Dag 5

Her fik vi andre chancen på det flotte kort og i de flotte bakker! Kortet var forbløffende let læseligt og terrænet ligeså – så det var bare at kravle op ad de rigtige slugter og bakker. Allerede ved post 3 var min puls oppe i det røde felt – men så gik det heldigvis lidt nedad igen. For os brillebærere er regn altid en god undskyldning for en dårlig præstation – og det regnede heftigt på slutningen af min bane!

Denne eftermiddag begav jeg mig til stævnecentret i Århus for at indsnuse stemningen – den var der dog ikke meget af – der var flere officials end løbere og andre interesserede! Til gengæld benyttede jeg mig af tilbuddet om massage på de ømme ben – det var virkelig noget der virkede – jeg ved ikke, hvordan jeg ellers skulle have genfundet mine ben! Det vil jeg prøve noget mere – var det noget at have som tilbud i klubhuset eller på stævnepladserne?

Dag 6 gik i Gjern Bakker

Alene titlen! Formiddag VM i mellemdistance – og minsandten – fantastisk stævneplads med tilskuervenlig skråning, storskærm, billeder fra skoven, Trac-Trac når nogen traf sjove eller udslagsgivende vejvalg, engageret og væsentlig speakning, fantastisk stemning. Igen med Anne fremme og vise flaget!

Eftermiddag blev det vores tur – på lidt afkortede baner. Vi fik

selvfølgelig lov til at »nyde« udsigten fra Troldhøj – det højeste punkt i Gjern Bakker. Lidt mere grumset orientering pga. af meget mere vegetation end de andre dage – og så kan banelæggerne altså godt angive om det er slugt oppe eller slugt nede – det er da derfor vi har de definitioner! (Post 73). Jeg skvattede naturligvis som jeg plejer, men jeg slog faktisk hoften en del – og var vist lidt sur! – i hvert tilfælde opdagede jeg da jeg kom i mål at jeg ikke havde gennemført!!!! Før jeg fik indkaldt stævneledelse og overdommeren fik jeg nørdet mig frem til at jeg var løbet fra post 6 til post 10 i den tro at det var fra 9 til 10. Så blev jeg sur igen!!!

Dag 7 på Himmelbjerget

Det var vel en finale på både WOC og på Touren!

Først skulle vi almindelige løbe afkortede baner – desværre ikke på Himmelbjerget, men på det højere, stejlere og langt mere skovklædte Knøsen – med småknøser. Vi havde løbet i de foregående dage med et pointsystem, der bruges til at dele i to heat og omvendt starttrækkefølge med 1 minuts interval – det var så tiden denne sidste etape dag, der afgjorde hele WOC-touren.

Jeg fandt aldrig ud af, hvorfor jeg skulle starte som jeg gjorde – jeg startede bare!! Jeg ved heller ikke om jeg løb hurtigere end nogen – jeg løb bare!! Jeg var fast besluttet på ikke at



lave fejl på de mange højdekurver – jeg lavede flere fejl!! Igen kunne banelæggeren dog godt have brugt hjælpeoplysningen, slugt oppe, eller, slugt nede, (Post 122).

VM-stafetten blev akkurat lige så spændende og velgennemført som resten af arrangementet. Igen kunne Anne ikke klage på interesse og opbakning!

Hvor mange af VM's deltagere deltog mon som Anne i samtlige løb??

Gode oplevelser

Efter sådanne 8 dage med orientering hele dagen – det var rigeligt for ikke kendere! – er jeg fyldt godt op med gode oplevelser. Lidt refleksioner i forhold til Spring Cup blev det også til: fx forstår jeg slet ikke at nogen kan beklage sig over prisen her eller på de åbne baner (WOC åben bane = 170 kr.!!),

Jeg tænker at det vil heller ikke bliver ved med at gå med SC's lokummer!!

Tak for en herlig orienteringsoplevelse i godt selskab. (Min deltagelse var en fødselsdagsgave!)

Oplevelserne er også bragt i O-FIF, medlemsblad i FIF Hillerød OK.

Af Leif Sig, FIF Hillerød



Leif Sig - fyldt godt op med gode oplevelser



68 timer undervejs

International stemning over o-campen i Tilst

Hvor kan man finde den internationale VM-ånd? Et rigtig godt sted at lede må være inden internationale o-camp i Tilst.

Charlotte Westphalen og Jørn Breddam har hundevagten i receptionen. Det passer godt, for de er gift med hinanden. Ingen af dem er selv orienteringsløbere, men deres søn løber i Pan, fortæller de, og på den måde blev de så hjælpere ved VM.

- Det har været spændende at møde så mange forskellige mennesker, siger Charlotte. De klarer det meste selv. Man kan godt mærke at orienteringsløberne er vant til det hele, også at rydde op. De kommer mest for at spørge om ting – starttider, resultater, møntvaskerier... En spanier ville have at vi skulle smage på hans rugbrød, for han kunne ikke forestille sig at brød skulle kunne smage sådan!



Finske Servo Kasi - besværlig rejse til WOC-tour i Danmark.

Der er stille og tussmørke på de indendørs fællesarealer. Nogle unge mennesker surfer på de fire computere der er stillet op. Det virker som om folk flest er taget ind til byen. Vi er åbenbart kommet for sent.

Dansk O-stemning

Men på en græsbane uden for skolen mærkes der løftet stemning. Det er en større sønderjysk klub som holder after-o. Det minder lidt om en vognborg fra en western – i midten er campingbordene sat sammen på langs, og det flyder med rødvin, Gl. Dansk og andre gode sager. Snakken bølger om dagens op- og nedture. Det virker meget dansk og

meget lidt internationalt. Om der ikke er udlændinge på pladsen?

- I kan jo prøve at snakke med ham finnen der bor der omme bag ved, bliver der sagt. Men I skal ikke regne med at forstå alverden af hvad han siger.

Finsk nøjsomhed

Klemte op ad hegnet bag danskernes campingborg finder vi finnen og hans telt. Et lille halvandenmands et, et stykke plast spredt ud foran, en rampone-ret cykel. Finsk nøjsomhed. Ud af teltåbningen kravler Servo Kasi. Han vil meget gerne snakke, men det er rigtigt nok at vores fælles ordforråd sætter sine naturlige grænser for

samtalens dybsindigheder:

- Jeg er årgang 1937, og jeg løb første gang o-løb i 1953. Jeg har været med i veteran-VM adskillige gange. Første gang i Skt. Petersborg i 1995, men jeg



Charlotte Westphalen og Jørn Breddam har hundevagten i receptionen. Foto: Søren Kjær.

har også været med i Canada og Italien og Norge. Jeg bor i Kerava og arbejder som fysiker på Helsinkis universitet. Jeg tog toget til Århus – hele rejsen tog 68 timer.

Han ser også godt brugt ud, Servo. Forståeligt at han stod over på dagens strabadser i Gjern Bakker. En flink mand, men sprogbarrieren er for høj til at der kan blive tale om nordisk forbrødring omkring

de sønderjyske campingborde. Så det bliver nok en tidlig tilbagetrækning for ham til det lille telt. Og de gæve sønderjyder må have deres kulturmøde med det store udland til gode til en anden gang.

Selv tager vi ind til byen igen og leder videre

Af Søren Kjær

Svenske vikinger

Roser til arrangementet

Roger Andersson, Halmstad OK var med i H21B-klassen de sidste fire dage på WOC-touren.

- Det er tungt og svært, men det kan jeg lide. Jeg træner ikke så meget, men er godt tilfreds med udfordringen.

Han var imponeret over flotte stævnepladser.

- Den naturlige kupering er helt perfekt. Det er bare SÅ godt, kommenterer den svenske viking.

Kammeraten Mats Carlsson



Et større svensk heppekor i de gul-blå farver fra Markbygden OK bakkede op på finaldagen. Foto: LRV.

er helt enig i at VM i Danmark er perfekt - og at dansk øl er dejligt!

Et større heppekor i de gul-blå farver fra Markbygden OK var ankommet i minibus til de sidste par dage i VM. De deltog i WOC touren på åben bane. 20 ungdomsløbere var helt i hopla under stafetten, mens de svenske kvinder var i front. Smilene stivnede nok lidt på sidsteturen, hvor guldet blev tabt!

Af Lars Rask Vendelbjerg



- VM i Danmark er perfekt, mener Mats Carlsson og Roger Andersson. Foto: LRV.

Tak for festen!



VM-kulisserne var med til at give WOC-touren en imponerende ramme. Foto: PS.

Sikke de kunne – og så længe. WOC-touren faldt sammen med sommerens sidste kraftanstrengelse, og arrangørklubberne hev også sig selv op ved håret for at give o-folket en ekstraordinær oplevelse.

En enkelt medalje – nå ja. De uheldige landsholdhelte undgik helst øjenkontakt da stafetten var overstået og det endelige facit kunne gøres op efter VM. Men hvor mange skuffede de egentlig? Ikke mig, i hvert fald. For som det øvrige flertal havde jeg travlt med at slutte festen af, og selvfølgelig havde en lille skrup-af-dessert i form af stafetmedaljer ikke gjort noget. Men når nu oplevelsen havde været så god i det hele taget for alle os almindelige o-løbere og publikummer, når nu solen stædigt insisterede på at skinne, og skoven viste sig fra sin kønneste side, og når nu alle allerede havde fået så hatten passede med oplevelser i pub-



- But she is to late... Stævnespeaker Per Forsberg spækkede med stort format. Bakket op på dansk af Torben Utzon. Foto: LRV.



WOC Touren vil blive husket som EN lang O-fest, mindes Søren Kjær fra HTF. Foto: LRV.

likumsløbene – så var det mere end tilstrækkeligt at lade fadbamser og ispinde glide ugedeligt ned i de sidste gyldne timer inden afgang hjem til hverdagen.

Nok af det hele
Seks dage med publikumsløb.

Hvad mere kan hjertet begære? Jeg nøjedes med de fire sidste, og jeg var dybt imponeret. Når ens egen klub selv lige har arrangeret påskeløbet, forstår man hvor meget større en indsats klubberne har gjort. Ikke bare holde den gående i tre dage, men i mere end seks

med det hele, og så også lige lave flot publikumspræsentation elitekonkurrencer ved siden af – det var jo dog trods alt det som det hele drejede sig om.

Der var rigtig mange hjælpere indblandet. 59 fra Herning, 138 fra Horsens, 41 fra Mariager, 136 fra Pan i Århus, 93 fra Silkeborg, 28 fra St. Binderup, 48 fra Viborg. Knap 550 i alt. Og det var bare dem der ikke fik penge for det. Derudover var der en hær af professionelle.

Den slags koster jo. Forhåbentlig er der kommet et overskud ind til klubberne, det manglede da bare. Vi fik det vi betalte for – også selv om det kun blev til en sjat vand i en plasticflaske når man kom i mål, men til gengæld parkering til overpris. Der blev så ikke sparet på vægten på det der betød noget: Kortene var der kælet for, banerne var fair og spændende. Stævnepladserne tiptop. Og så var vi de allerflotteste steder i Midtjylland.

Mon ikke udlændingene fik respekt for de danske bjerge, som de selvfølgelig selv har langt højere? Jeg vil ikke laste andre for at jeg var ved at få et føl på tværs i den mere end knæhøje lyng i Gjærn Bakker. Andre vimsede igennem som havde de aldrig bestilt andet. I stedet vil jeg sende en venlig tanke til italienske Gianfranco De Vito og Gianni Peroni, som konsekvent var klassens agterlanterner alle de dage de var med. Også jeg kender den masochistisk smertelige fornøjelse ved at komme på en rigtig lang skovtur, også jeg kender

den ydmyghed som ydmygelsen ved at søge sit navn fra bunden af resultatlisten afstedkommer. Måske vokser man som menneske, selv om man aldrig bliver nogen ørn til det med at orientere.

Århus By Night

Og så var der glæden ved at tage orienteringstøjet af og være turist i Århus. Århus er jo pragtfuld. Jeg boede der selv i otte år i halvfjerdsene, og det var med noget vemod at jeg flyttede væk. For der er det hele, og så næsten inden for gåafstand. Byen skuffede heller ikke denne gang. I mine unge dage var åen dækket af en kedelig gennemkørselsvej – nu minder den om en strandpromenade ved Rivieraen. Musik, god mad, kolde fadøl... Priserne er kommet et hak i vejret siden mine unge dage. De smukke, unge mennesker promenerede frem og tilbage for at blive set, og det blev de så. Mindre gang var der i den i Ridehuset, som ellers skulle være det oplevelsesmæssige knudepunkt for de mange o-gæster når de ikke var ude at løbe. Alle sejl var sat med computere og café og underholdning, men der var halvtomt, og hjælperne prøvede at få en meningsfuld oplevelse ud af det for sig selv. Udenfor i sommernatten var der derimod stemning. Eksotiske århusianere dansede tango på pladsen mellem Ridehuset og ARoS. Natten var lun.

Bedre end landstævnet?

Orientering er en lille sport. Det er klart at DGIs landstævne i Haderslev fyldte mere i landskabet. Den lille købstad fik fordoblet indbyggertallet i en uges tid. Vores VM med 2000 almindelige løbere, 500 elite og Gud ved hvor mange hjælpere var stort, men synede måske ikke af alverden i Århus. Men de dramatiske tordenbyger på åbningsdagen markerede med deres bulder og brag alligevel at vi for en enkelt dag havde byens udelte opmærksomhed. Mindeparken var ramme om åbning og sprint-VM, og vi kommer til at mindes den dag. Men vi fik også meget, meget mere i løbet af WOC. Tak for festen!

Af Søren Kjær

Stemningen bygget op

VM er god reklame for O-sporten mener far og søn fra Aalborg OK

- Det er jo som at følge et skiløb eller cykelløb. Man har virkelig formået at gøre orientering til en publikumssport - med storskærm og god speakning.

- Der er virkelig bygget en stemning op og det er god reklame for O-sporten, mener far og søn Boserup, Finn, H45 og Bjarne, H15-15 fra Aalborg OK.

God reklame og tilgang er nødvendig for O-sporten.

- Det er farligt hvis miljøet bliver for lukket, advarer Finn Boserup, der glæder sig over at hans klub har gang i rekrutteringen.



- Det er fedt at se hvor stort VM er og at det dækkes af DR-sporten, siger Bjarne Boserup - her sammen med sin far, Finn. Foto: LRV.



- Det er nødvendigt med nyt blod!

Bjarne begyndte med O-løb i vinteren 2002 og er særdeles aktiv i ungdomsafdelingen i Aalborg. Han har nydt VM-ugen sammen med 30 andre ungdomsløbere - der nærmest boede i rundkreds på Holmen camping i Ry. Og det var vist ikke kedeligt!

Bjarne var tilmeldt hele ugen - men måtte lige en tur hjem til l. G-introarrangement på gymnasiet.

Af Lars Rask Vendelbjerg

55 på klubtur

OK Øst havde booket hele vandrerhjemmet

OK Øst havde for alvor gjort WOC-touren til en klubtur: De 55 deltagere havde booket alle pladser på Katrinedal Vandrerhjem, fortæller Ellis Sommer, der roser VM-stævnet som værende »utrolig flot«.

- Det er virkelig godt med storskærm, engageret speakning og masser af spænding. Hun var meget begejstret for at følge trackingen på storskærm.



VM har været virkelig godt med storskærm, engageret speakning og masser af spænding, mener Ellis Sommer. Foto: LRV.

- Men det bliver brugt alt for lidt. Fra pladsen bør man kunne følge bedre med, kommenterer hun.

Ellis Sommer var generelt godt tilfredse med WOC-tourens baner. Dog var udfordringerne i Addit-Løndal ikke så store, som hun havde forventet. Flere OK-Øst medlemmer fandt startafgifterne dyre.

- Vi mærker at vi er med til at finansiere VM. Til gengæld må vi erkende at det til dagligt er for billigt at deltage, mener Ellis Sommer.

Af Lars Rask Vendelbjerg



- Det er helt sikkert den vej vi skal i O-sporten, fastslår Kim Rud. Foto: LRV.

Imponerende

Erfaren observatør med klar melding.

internationale stævner.

- Det er imponerende - både at se det live, via tracking og følge løbet via kameraer i skoven.

- Man kan tydeligt mærke, at folk lever med - og når det så tilmed er så spændende som her i stafetten, er det ekstra godt.

Af Lars Rask Vendelbjerg

- Jeg har været med ved mange VM'er. Dette er det flotteste jeg har set.

Kommenterer Kim Rud, der som fotograf har fulgt mange

Kortfejl

Vi blev i forbindelse med afviklingen af WOC Tour i Gjern gjort opmærksom på at symbolet for halvåbent område med spredt bevoksning på Troldhøj var svær at læse. På andre dele af kortet var det korrekt.

Hvordan fejlen er opstået har vi ikke kunne spore, men det er en raster fra det tidligere

kort som er sluppet igennem konverteringen og kontrollen. Trykket er der ikke noget at udsætte på.

Vi beklager hvis nogen har haft en dårlig oplevelse, eller har tabt tid på grund af fejlen.

Af Flemming Nørgaard, WOC stævneleder

Baner på toppen

Gode kort og baner på WOC-touren.

- Jeg har ALDRIG tidligere fået seks så gode baner på seks så gode kort.

- WOC-touren har været udfordrende og helt sikkert penge værd.

Evaluerer Niels A.K. Hansen fra Skive Amok, der har stor forståelse for startafgiftens størrelse og betegner hele stævnet som en oplevelse for livet.

Lidt kritik har han dog. Øjnene



Niels A.K. Hansen - fik en O-oplevelse for livet. Foto: LRV.

hos en H45 løber er ikke til kort i målestoksforholdet 1:15.000, som han blev udsat for - og så er det for lidt med en halv liter vand på en varm dag.

Arrangørerne leverede væske i halvliterflasker uden mulighed for opfyldning. Det gav en del kritik undervejs.

- Kritikken kan dog ikke ødelægge det gode helhedsindtryk, siger Niels A.K. Hansen, der deltog i sin klubs familiecamping.

Af Lars Rask Vendelbjerg

The show must go on ...

Vi fik den guldmedalje, vi havde drømt om, på det arrangementsmæssige plan.

Dette er den absolut sidste artikel fra min elektroniske pen om VM i orientering 2006 i Danmark 2006. Jeg kan dog ikke love, at det bliver min sidste artikel om o-arrangementer. Det må tiden vise. VM er overstået, vel overstået endda. Det er tid at gøre status og reflektere over forløbet.

The best games ever

Det var stævneledelsens vision at arrangere det bedste VM i orientering nogensinde. Det er naturligvis med glæde, tilfredshed og en høj grad af stolthed at kunne se tilbage på showet og konstatere, at det lykkedes. Vi fik den guldmedalje, vi havde drømt om, på det arrangementsmæssige plan.

Det er ikke bare noget vi siger, som arrangører. Det erkendes af alle, der har været med. Vi har fået mange mails ude fra verden, der bekræfter, at det var en superoplevelse at være med til. Måske blev det bedst udtrykt af Åke Jacobson, IOF's præsident, der på den afsluttende banket for løbere og ledere sluttede sin takketales med ordene: THE BEST GAMES EVER.....

Da den svenske landsholdsleder Göran Andersson og løberen Kajsa Nilsson derefter gik på scenen og fik alle løbere, ledere og IOF'ere til at rejse sig og hylde arrangørerne, var der vist ikke et øje tørt hos os, der sad ned og hørte og så på. Det er aldrig sket før, at løbere og ledere på den måde har udtrykt deres tak.

Det blev **det bedste VM nogensinde**.

En oplevelse for livet

Stævneledelsen havde en ambition om, at vi alle skulle have en oplevelse for livet, uanset om vi var der som f.eks. deltager, publikumsløber, IOF-gæst, presseperson, eller hjælper. Også på det punkt kan vi kun sige, at det lykkedes. Det var nogle flotte stævnepladser, som WOC-løbsledelsen havde fundet, det var nogle imponerende arenaer, som arengruppen havde bygget op, det var et imponerende tv/video-show,



VM-generalsekretær Erik Nielsen fik 7.000 VM-relaterede mails i sin indbakke.

som videogruppen kørte på stævnepladserne, og der var en flot stemning hele vejen igennem.

Og det var da en fantastisk oplevelse at være i Mindeparken den tirsdag eftermiddag, da Claus Bloch præsterede et superløb, der var en medaljeværdig. Og som han også vandt. Og fik en krammer af Kronprins Frederik.

Det hele kunne ikke være lykkedes uden de mange frivillige hjælpere. Vi endte med at have 586 personer registreret i crew-databasen. Hertil kommer det løse, dvs. dem, der kom til i de sidste dage før det gik løs, og som vi aldrig nåede at få registreret. Det var da imponerende, at vi kunne samle så mange.

De mange hænder

Jeg lærte i skolen, at Christian IV byggede Rundetårn, bl.a. Det er selvfølgelig noget sludder. Vi ved alle sammen, at det var murerne, tømrerne, blikkenslagerne, og alle de andre håndværkere.

Det er det samme med WOC 2006. Det var alle de frivillige hjælpere ude i marken, der gjorde det muligt, arenabyggerne, madpakkesmørerne, salatskæernerne, kaffebryggerne, starterne, målfolkene, beregnerne, posepakkerne, IT-nørderne, speakerne, lydfolkene,

start- og resultatlisteproducenterne, korttegnerne, banelæggerne, tractor'erne, souvenirsælgerne, parkeringsvagterne, toiletpasserne, affaldsoprydderne, bandereklameopsætterne, chaufførerne, postovervågerne, dopingchaperonerne, førstehjælperne, sekretærene, bartenderne, adgangskontrollørerne, postindsamlere, servitricerne, journalisterne, pressepasserne, personaleplejerne, logikoordinatorerne, ceremonimestrene, WOC-tour banelæggerne, p-vagterne, campingpedellerne, og de søde piger og drenge i sekretariatene, der med åben pande stod imod de mange højtråbende og krævende klienter.

Og alle de mange mange andre, der var med til at gøre WOC 2006 til **en oplevelse for livet**.

Vil vi gøre det igen?

For mange af os gamle o-løbere, der kan huske så langt tilbage som det næstsensete VM i 1974, er det jo nok et hypotetisk spørgsmål. Dengang i 1974 var det vist også det bedste VM nogensinde.

Og dog. Måske går der ikke igen 32 år, før det næste VM afvikles på dansk grund. Vi er jo gode til at lave dem, og der er nu VM hvert år. For de yngre, der var med for første gang, er

spørgsmålet derfor nok mindre hypotetisk. Så selv om disse verdensmesterskaber var en oplevelse for livet, er jeg sikker på, at de næste også bliver det, selv om det naturligvis bliver en *anden* oplevelse. Alle VM'er er jo på hver sin vis en oplevelse for livet. Blot lidt større, når det er i Danmark. Spørgsmålet er da, om alle vi, der var med som hjælpere, ville gøre det igen.

Det er jeg ret sikker på, at vi ville. Jeg er lige så sikker på, at der er nogen, der ikke vil melde sig til den samme funktion på de samme betingelser. Der var i mange funktioner lidt (eller måske endda meget) for meget stress på.

Megameget større

Der var ikke ret mange af os, om der overhovedet var nogen, der havde forestillet sig opgavens omfang. Jeg tror alle havde en opfattelse af, at det var ligesom at arrangere et DM, bare lidt større. Og DM'er, Påskeløb, Spring Cup og andre større løb, ved vi jo godt hvordan man laver. Intet er mere forkert. Et VM er ikke bare et lidt større DM, det er megameget større, og der er megameget større fokus på alle funktioner. Det er måske især tilfældet for alt andet end selve løbene.

I får lige lidt taleksempler. Budgettet var på 7 millioner danske kroner. Der blev tegnet 90 km² skov, til en samlet pris af 900.000 kroner. Der blev afviklet 17 løb, heraf de 14 over blot 8 dage, hvortil der blev udsat et ufatteligt stort antal poster, som ingen har sat tal på. Der blev brugt 1.6 km rafter til arenaopbygning, og for resten også 9 km snitsling. Fra min egen arbejdsplads endte jeg med at have over 7.000 mails i min indbakke, da stævnet var overstået. Nu har jeg lidt flere, inklusive de mange takkemails fra hele verden. Jeg har læst, eller i hvert fald skimmet, alle 7.000 mails og svaret hver eneste én, eller sendt dem videre.

Svaret på spørgsmålet, om vi vil gøre det igen, er ikke så simpelt. For mit eget vedkommende vil jeg godt være med igen, men det bliver i en anden funktion, eller på andre betingelser. Sådan tror jeg mange har det.

Opsamling af erfaringer

Mangel på forståelse af opgavens omfang er i virkeligheden



det største problem for en VM-arrangør. Vi havde endda gjort meget for at forberede os, men alligevel sank det ikke rigtigt ind, før vi stod midt i det. Vi var på studietur både til VM i Schweiz 2003 og Sverige i 2004, og vi mødtes med de svenske arrangører over en forlænget weekend for at diskutere deres erfaringer.

Nu ved vi meget mere om, hvordan man gør. Vi har diskuteret en del, hvordan vi får det bragt videre til kommende års arrangører. Nogen af os er villige til at bruge noget tid på at samle viden og præsentere idéer i en WOC håndbog, eller CD, som kommende arrangører kan bruge som en guide. Vi har endvidere tilbudt at tage en tur til Kiev og sammen med de ukrainske 2007-arrangører gå gennem deres planer og hjælpe dem med at komme videre.

For mit eget vedkommende har IOF spurgt mig, om jeg vil hjælpe Taiwan med planlægningen af orienteringsløbene ved World Games i 2009. Det har jeg sagt ja til. Det samme har Per Forsberg, der skal stå for Videoproduktionen, og Torbjørn Gasbjerg, der skal lægge baner. Perola Olsson fra Hongkong skal tegne kortene. Jeg skal til Taiwan en uges tid i midten af oktober og her er det bl.a. tanken at identificere delentrepriser, som danske o-entreprenører kan stå for. Det koster lidt penge, men jeg mener faktisk, at DOF, som et af de rigere forbund, bør deltage i udviklingsarbejdet i de lande, som er knap så godt organiserede, som vi er. Og også sætte lidt penge af til det. Jeg tror på, at sådan en investering vil give et afkast, der vil komme os alle til gavn.

Af Erik Nielsen, Generalsekretær VM 2006



VM og WOC-tour eftertænker

Arrangørklub føler sig beriget efter fire års tanker og arbejde med VM

VM har været på dagsorden ved hvert eneste bestyrelsesmøde i de seneste fire år i Silkeborg OK. Vi har taget stilling til, hvilke større opgaver kan vi påtage os i klubben, hvordan formidler vi VM til vores medlemmer. Vi har diskuteret skovtilladelser og hvordan rekrutterer vi folk som hjælpere. Vi har kort sagt forsøgt at berige klubbens liv med VM – og vi er blevet beriget. Før VM med mange udenlandske løbere, som kom for at træne i området. Vi har nydt godt af dygtige korttegnere i skovene og har nu gode nytegnede kort over de fleste af vores skove. Vi har opdaget nye samarbejdspartnere fra naboklubberne og er blevet klogere på at lave stævner – selv om vi siger til hinanden, at så stort et stævne skal vi ikke lave igen!

Pift fra udlandet

Det er ikke flere udenlandske løbere i klubhuset i Silkeborg, og vi venter ikke nogen i den nærmeste fremtid. Vi har dog



- Vi har forsøgt at berige klubbens liv med VM – og vi er blevet beriget, fastslår Inga Jager - her sammen med klubkammerater ved aftehygge på O-campen. Foto: LRV.

stadig historierne, som da to japanske kvinder en tirsdag aften i maj kikkede på alle de mange ungdomsløbere, der fik udleveret baner udenfor klubhuset.

- Hvor ofte er I så mange?
- Hver tirsdag!
- Hvor mange medlemmer er I i klubben?
- Godt 200. Hvordan er det i Japan?
- I Japan begynder man først at løbe orienteringsløb, når man kommer på universitetet, og der er vel omkring 200 løbere i Japan.

Ingrid og Prinsen

En anden af historierne handler om Ingrid Johannsen og kronprinsen. Vi der var publikum på præmieoverrækkelsen på sprint, kunne iagttage Ingrid og kronprinsen i en meget fordybet samtale. Prinsen skulle overrække medaljer og Ingrid holdt orden på den tre unge medaljebærere, Astrid Kjær, Stine og Christian Bagger Hagner. De tre kunne tilsyneladende selv holde orden. Så det gav tid til royal samtale – og hvad taler man om, når man taler med kronprinsen? Man taler simpelthen om den kvindelige

guldmedaljevinder på sprint: Hanny Allston. Hun er nemlig australier og kommer fra Høgbart, hvor kronprinsessen også kommer fra. Hanny har trænet i Silkeborgskovene og har boet hos Ingrid. Så det talte Ingrid og kronprinsen om. Astrid kunne fortælle, at Frederik havde spurgt hende, om hun også løb orienteringsløb. Det kunne Astrid bekræfte med tilføjelse om, at hun løber i Silkeborg Orienteringsklub.

Ros til WOC touren

VM har ikke kun handlet om VM, men også om WOC-touren. Nu er følgeløbet ret vigtigt, for det er her, der mulighed for en smule økonomisk overskud, for VM er en dårlig forretning. Det er også her, at publikum kan få lov til at løbe. Hvis publikum ikke kan løbe en orienteringsbane, så gider de ikke være publikum. Og så bliver VM kedeligt, for hvem gider løbe rigtig mange kilometer, hvis ingen ser det? Så følgeløbet WOC-tour fortjener en hyldest. Jeg videregiver hermed ros til følgeløbet, som to deltagere kom med ugen efter ved divisionsmatchen i Vilsbøl. De oplevede samspillet mellem WOC-touren og VM rigtig vellykket. De havde nydt at løbe i de samme gode ter-

ræner som VM-løberne og samtidig have tid til at opleve VM.

Flere venner

VM handler heller ikke kun om Silkeborg OK. Det har været berigende at samarbejde med vores naboklubber om at arrangere VM. Vi har fået mange gode venner fra de andre klubber, så nu vil det tage endnu længere tid at være til stævne, for vi skal jo lige nå at snakke med alle vennerne.

Og så har vi jo også fået ens klubdragter i form af de røde VM-jakker med sorte bukser.

Arrangør-VM

VM sluttede for os frivillige med en rigtig flot løbetur i Løndal d. 16. august med efterfølgende grill og fri bar. Mange har arbejdet rigtig meget og hårdt med at gøre VM og WOC-touren til en god oplevelse. Det er det blevet. Vi har fået meget ros og alle arrangørerne er blevet kaldt verdensmestre. Så det var rigtig godt at markere os selv.

Af Inga Jager, formand for Silkeborg OK

Besværligt terræn

55 personer var engageret i etablering og nedbrydning af stævneplads.

- Jorden var fyldt med sten. Vi måtte ligge på knæ og grave - og endda bruge et koben for at komme i jorden.

Erik N. Nielsen, Mariager Fjord OK, der sammen med Arne Moe Jensen stod for etablering af stævnepladserne tænker tilbage på nogle af de besværlige arbejdsforhold i ugens løb. Etableringen var langt vanskeligere end forudset. Planer og

skitser har måttet revideres adskillige gange undervejs. Arbejdet var så omfattende at bemanningen blev øget fra 15 til 50 personer på funktionen. Dog højst 45 på en enkelt dag. Til etableringen ved Moesgaard blev der heldigvis udvist stor fleksibilitet fra crew-lejren ved HNIE. Lejrleder Torben Jørgensen fik på kort tid samlet en større flok af frivillige.

Det blev ikke til megen søvn for de ansvarlige i ugens løb.

Før sidste stævnedag blev der f.eks. knoklet igennem til kl. 4 om morgenen.

At regnen drillede undervejs - typisk når der skulle pakkes sammen - var bare en ekstra besværlighed, der knap nok blev ænset. Der blev bare knoklet!

- Regnen havde vi ikke tid at tænke på, kommenterer Erik B. Nielsen.

Af Lars Rask Vendelbjerg



Teamlederne Arne Moe Jensen og Erik B. Nielsen måtte konstant tænke to dage frem med etablering af de mange stævnepladser. Foto: LRV.



DOFs formand Ole Husen - vel hjemme fra en af WOC Tourens etaper. Foto: LRV.

Vi var her

- Jeg håber I har det skønt. For det har jeg.

- Jeg ved jeg med glæde kan tænke tilbage på VM i Danmark og sige, at: JEG VAR MED.

Jeg tror I føler det på samme måde, sagde DOFs formand Ole Husen til tilhørerne ved afslutningshøjtideligheden for VM, hvor man roste arrangørerne for en indsats, der har været guld værd!

Han fokuserede på at flere end 10 pct. af forbundets ca. 6000 medlemmer havde været aktive med at arrangere VM-stævnet.

- Det er imponerende, fastslog formanden.

Af Lars Rask Vendelbjerg

Ja til direkte O-løb på TV

VM i Danmark gav medierekord i Norge

Først og fremst må jeg gratulere danskene med en fantastisk mesterskap som mange fremtidige mesterskapsarrangører bare kan drømme om.

Aldri har det vært så mange mediepersoner på plass under et orienteringsløp som tirsdag 1. august. Da prins Frederik av Danmark entret arenaen i Mindeparken i Århus var han omringet av journalister og fotolinsere. Halvparten av dem hadde aldri vært på o-løp tidligere, og kommer neppe på o-løp igjen. Moro var det at det var skikkelig kamp om fotoplassene for en gangs skyld. Vi o-mediefolk tåler at vi ikke får stå på den plassen vi er vant til. Det betyr mer medieomtale om den idretten vi er så fryktelig glad i.

Svart dag

Men vi trodde forholdene skulle forandre seg da vi besøkte langdistansen dagen derpå. Det begynte bra. Bilen ble parkert bare et steinkast unna målområdet, vi fikk formiddagskafeen, og vi fikk til og med hentet ut noen fra VIP-teltet for fotografering. Der stoppet mediedagen fullstendig. Da vi skulle ut å ta bilder i skogen, ble alt skrudd tilbake 20 år. Alt skulle være hemmelig, vi måtte gå i sluser i skogen, og verre forhold har det neppe vært for journalister. Funksjonærer var satt til en trist jobb. Det var håpløst å få tatt skikkelig orienteringsbilder i skogen, og tv ble nektet å ta bilder på start. Er det ikke en skogsidrett vi holder på med? Svensk og sveitsisk tv truet med å aldri komme på o-løp mer og samtidig fortelle alle si-



Holger Hott Johansen omringet av norske journalister etter gull på mellomdistanse. Fotos: Claes-Tommy Herland, Veivalg

ne kolleger at de aldri mer skulle dekke orientering!!!!!! Nei, dette var en skikkelig svart dag for oss o-mediepersoner.

Under VM i Sveits 2003 var det litt av de samme tendensene. Det endte med at svensk tv og undertegnede måtte snike oss ut i skogen for å få tatt våre skogsbilder. Vi ønsker bare å speile idretten – som virkelig er vill, vakker og rå.

Det o-idretten trenger mest, er at vi tar godt vare på de mediefolkene som kommer på o-løp - ikke skremme dem bort. La de gå fritt i skogen. Gi dem et kart, og tilby dem gjerne en guide/veileder dersom de ikke skjønner et kart. På Jukola var det 50 pressefolk på en fotopost. Finnene har virkelig skjønnet dette, mediefolkene blir

behandlet som konger, og arrangementet bør være et skoleeksempel også på mediesiden for andre arrangører/mesterskap.

Vendepunktet

Da vi ankom arenaen for mellomdistansedistansen fredag var alt snudd på hodet. Arrangørene av VM i Danmark hadde hatt oppvaskmøte etter den flaua arrangørinnsatsen på mediesiden under langdistansen. Det var mulig å ta bilder i skogen på flere steder, og alle var plutselig mer behjelpelige. Det toppet seg helt under stafetten. Halden Arbeiderblads utsendte og undertegnede ble servert mat og drikke av hyggelige funksjonærer ved sidena en tv-post. Da var det ingen som nektet oss å bevege oss i skogen, og dette må ha vært tidenes forandring for mediearbeidere. Hvorfor var det ikke sånn under langdistansen? Da hadde årets VM fått terningkast seks av meg, dvs. toppkarakter - men kan ikke gi dette etter langdistansetabben.

Aldri gi opp

I Norge satte vi medierekord under mesterskapet. Det har aldri vært skrevet så mye orientering i media enn på kanskje 20 år. Det er fortsatt muligheter, og vi må aldri gi opp kampen om spalteplass

selv om fotball tar 80-90 prosent, og det er mer tilfeldig når orientering kommer i media. Dessverre må vi takke oss selv (les: o-idretten) for at vi ikke har kommet lenger i tv-spørsmålet internasjonalt. Det er for mange som skal bestemme hvordan en tv-sending skal se ut. Hvis det hadde blitt mic-o med GPS i Danmark, ville vi hatt to direktesendinger fra mellomdistansen og stafetten, sannsynligvis i flere land - for den samme prisen. Dette er forskjellen! Hvorfor ikke akseptere mic-o med GPS når vi hadde denne sjansen? Er vi o-mennesker dumme? Skal vi komme lenger i framtida, og ønsker vi mer tv fra orientering, må de nordiske tv-selskapene sammen med sveitsisk tv sette seg ned å prate. La tv-selskapene selv utvikle et konsept som er underholdene for publikum. Om det blir jaktstart, mic-o med GPS, fellesstart eller individuell start, er uvesentlig. Vi kan ikke si nei til direktesendinger på et VM når vi har sjansen! Hvis vi kommer på tv i mange land med et spennende produkt, har vi kommet dit vi ønsker. Da får heller disse kritiske orienteringsløperne/ledere/andre som ikke ønsker å være med på disse »justerte« distansene, velge selv. Enten stå på startstreken eller være tilskuere! Vanskeligere er det



Claes-Tommy Herland, er redaktør af Veivalg, Norge (det norske O-magasin) og var norsk pressekontakt under VM i Danmark

ikke. Med direktesendinger øker troverdigheten til idretten, rekrutteringen vil eksplodere, markedsverdien til o-løperne vil øke, men o-idretten er kanskje ikke klare til å ta utfordringen?

Af Claes-Tommy Herland



“Med direktesendinger øker troverdigheten til idretten, rekrutteringen vil eksplodere, markedsverdien til o-løperne vil øke, men o-idretten er kanskje ikke klare til å ta utfordringen?”

Bestil VM-kortene

Sættet består af 13 kort
Mellem kvalifikation, 1 kort
Lang kvalifikation, 1 kort
Sprint kvalifikation, 1 kort
Sprint finale, 2 kort
Lang finale, 2 kort
Mellem finale, 2 kort
Stafet, 1 kort
Model event, 3 kort



Kortene koster 150,- kroner, inklusive porto, pakning og forsendelse. Du bestiller ved at betale til bank reg. 7170, konto 1867336, og skrive dit fulde navn og adresse.

Flot dansk biatlon-VM

Guld, sølv og bronze til VM i Biathlon Orientering

Ved årets VM i Biathlon Orientering blev det til ikke færre end tre danske medaljer – en af hver karat. Mesterskabet blev afviklet i Estland, i de samme skove der lagde terræn til EM på mellemdistancen i almindelig orientering i foråret. De to første medaljer kom på sprintdistancen. Her vandt Thomas Jensen herreklassen. Efter første skydning lå det tæt mellem Thomas Jensen og Finske Heikki Nousiainen, der begge havde løbet godt på første sløjfe og kun havde fået en strafrunde.

- Jeg var startet næstsidst, og da jeg efter en perfekt sidste orienteringssløjfe kom ind til den liggende skydning var meldingen, at jeg havde ca. 4½ minut til at tage sejren. Jeg vidste, at der var ca. et minuts tvungen løbning plus eventuelle strafunder a' ca. 35 sekunder. Med en hurtig skydning og fem mis kunne det måske lige lade sig gøre. Da jeg med andet skud ramte, var jeg sikker på, at jeg kunne nå det, og jeg fik fyret de sidste tre skud af meget hurtigt uden at ramme noget. Jeg løb derefter det bedste jeg havde lært. I mål var der 34 sekunder at give af – så det havde været meget tæt, hvis jeg havde misset alle fem skud. Den rutinerede Jan Møller havde også en god dag og sluttede som nummer 6, mens sidste års bronzemedaljør Anders Bøstrup måtte tage til takke med en mere beskedne placering som nummer 9. I dameklassen blev Maria H. Staugaard nummer tre. Da



Hele det danske team. Foto: OC.



Thomas Jensen kan hæve de danske sejrsfarver. Foto: OC.

konkurrencen blev afviklet i Danmark i 2003 (dengang hed det EM) vandt hun. Dengang var hun i rigtig god form, da hun efter sprintkonkurrencen fortsatte til VM i Schweiz. I år manglede skarpheden i orientering, så hun måtte tage til

takke med en trods alt fornem tredje plads.

Sølv på klassisk

På den klassiske distance tog Mette Møller Nielsen sølv. Hun lagde grunden til den flotte placering i skydningen og

punktorienteringen. På punktorienteringen var hun den eneste med nul strafmillimeter – og på skydningen var hun næstbedste dame med kun otte strafminutter. Hun tabte lidt for meget tid på orienteringen til at indtage den øverste plads på podiet, men det var en meget glad Mette Møller Nielsen, der efter mange fjerdepladser endelig fik en medalje til et internationalt mesterskab. I herreklassen var der langt mellem de flotte danske præstationer. Jørn Svensen sluttede dog på en flot sjetteplads. Det var hans bedste placering til et internationalt mesterskab.



De danske medaljører Mette Møller Nielsen, Thomas Jensen og Maria H. Staugaard med holdleder Per Møller Sørensen. Foto: Ole Christiansen

FAKTA

Disciplinerne i biatlon:

Sprint: På sprinten løbes først en kort orienteringssløjfe. Derefter skydes der liggende skydning – fem skud for hvert mål. Hver misser straffes med en strafrunde af 35-40 sekunders varighed. Derefter løbes der endnu en orienteringssløjfe, hvorefter der er stående skydning. Igen fem skud mod fem mål. Der løbes herefter eventuelle strafunder og i mål. Vindertid ca. 25 minutter.

Stafet: Samme koncept som sprint bortset fra, at man har tre ekstraskud ved hver skydeserie, der kan anvendes hvis man ikke har ramt alle mål med de første fem skud. Ekstraskuddene skal lades enkeltvis – hvilket tager tid. Strafrunden er mellem 60 og 90 sekunder. Vindertid ca. 35-40 minutter per mand.

Klassisk: Den klassiske distance består af en punktorientering med 10 mål. Man får 1 strafminut for hver millimeter man prikker et mål forkert ind – dog max. 10 strafminutter per mål. Herefter løber man en orienteringsbane. Til sidst skyder man 10 skud liggende og 10 skud stående. Hver misser giver to minutters straf. Vindertid ca. 90 minutter incl. straf.



Thomas Jensen på vej i mål efter hurtigt overståede strafunder. Foto: OC.

The Usual suspects

Fire sekunder sikrede sejren til Anne Konring Olesen ved DM mellemdistance

DM på mellemdistancen bød ikke på nogen overraskende vinder i hverken herre- eller dame elite klassen. I dameklassen var der afbud fra en skadet Helene Hausner og en ferierende Signe Søes. Der var derfor ikke den store tvivl om, at sejren skulle gå til sidste års

vinder Anne Konring Olesen. De største udfordrere var umiddelbart VM debutanten Karina Boen Knudsen og Rikke Nygaard, der viste flot form til VM testløbene. Annes sejr blev dog ikke så komfortabel som forventet.

Anne var slidt efter VM, og løbet blev en hård kamp for at holde koncentrationen og presse på i den til tider kraftige undervegetation. I mål var hun blot fire sekunder hurtigere end Tisvilde Hegn OK's Tenna Nørgaard. Tenna forsvarede dermed sin sølvmedalje fra sidste år og beviste, at hun sta-

dig kan være med, når banen er overstået på 35 minutter, og der er tilstrækkelig med udfordring i orienteringen. Tenna var godt tilfreds med sit løb, men meget overrasket over at hendes form rakte så langt. Bronzen gik til 38 årige Ulrikka Örnhagen Jørgensen. Det var den tidligere så sejrsvante Ulrikka Örnhagen Jørgensens første DM medalje siden hun i 1998. Det år vandt hun guld på samme distance og lidt senere på året bronze til DM-nat.

Suveræn sejr til René

I herreklasse var der René Rokkjær og alle de andre. Efter et stort set perfekt løb, kunne René løbe i mål som en meget sikker sejrherre. Han var hele 2,54 minutter foran Tue Lassen, der dermed vandt sin første DM-medalje som seni-

or. Bronzen gik til Claus Bloch. Dermed var top tre en gentagelse fra de jysk-fynske mesterskaber ugen før.

Røde fik sit gennembrud

I klassen for de modne mænd over 80 år fik Poul Erik Birk Jakobsen, bedre kendt som Røde, sit helt store gennembrud. - Det var en god følelse endelig at vinde guld efter 24 år med anden og tredjepladser, udtaler Røde, og han fortsætter.

- Det bekræfter den tro jeg hele tiden har haft på, at på en god dag kan det lade sig gøre. Til DM på den lange distance vil Røde forsøge at bevise, at det ikke var en enlig svale.

Af Thomas Jensen



- Det var en god følelse endelig at vinde guld efter 24 år med anden og tredjepladser, sagde guldvinder i H80, Poul Erik Birk Jakobsen, fhv. DOF-formand. Foto: KK.

DM mellemdistance

Damer 5.45 km

1. Anne Konring Olesen, FIF Hillerød 39.42
2. Tenna Nørgaard, Tisvilde Hegn OK 39.46
3. Ulrika Ø. Jørgensen, Kolding OK 41.29
4. Karina B. Knudsen, Horsens OK 42.38
5. Yvonne Fjordside, OK Pan 43.19

Herrer 6.45 km

1. Rene Rokkjær, OK Pan 35.21
2. Tue H. Lassen, Fåborg OK 38.15
3. Claus Bloch, OK Pan 38.23
4. Christian Christensen, OK Pan 38.52
5. Thomas Jensen, Tisvilde Hegn OK 39.03



René Rokkjær - sikker vinder i H21. Foto: TUT.



Tenna Nørgaard Landsperg jubler over kun at være fire sekunder efter guldvinder Anne Konring Olesen. Ulrikka Örnhagen Jørgensen tog bronzen. Foto: KK.

Åbent for sluserne

Roser til vel afviklet DM-mellem med fine baner og gode omgivelser

DM-mellem afløste i eliteklasserne sidste år det tidligere DM Kort, hvor man skulle løbe to gange på samme dag, men blev først i 2006 indført for øvrige klasser, så vi alle kun skulle løbe én gang. Det var helt fint, idet det tidligere var et noget længere arrangement, hvor man tit skulle gå og vente længe på at løbe 2. gang. DM-mellem var i år henlagt til Langesø på Fyn. Vejret tegnede superfint ved afgang fra Århus, men efterhånden som vi kom sydover, så det lidt mere truende ud. Ved ankomst til stævnepladsen var det rimelig fint, skønt det buldrede lidt i det fjerne. Jeg havde dog kun løbet i ca. 4 min. før der blev åbnet for sluserne og regnen styrtede ned. Brillerne blev hurtigt helt umulige at se noget ud af, så luppen på kompasset måtte hjælpe til. En hjælp var det, at banerne var trykt på plastpapir, hvilket gjorde, at man ikke også skulle forsøge at læse kort igennem en våd plastpose.

Langesø er en typisk fynsk skov med grøfter, kraftig un-



Præmiepodiet i Landinspektør junior-cup: Rasmus Djurhuus, Ane Linde, Maja Alm, Christian Bobach, Camilla Bergmann, Anders Konring Olesen. Foto: TUT.

derskov samt nogle åbne områder, hvor det helt sikkert ikke har været sjovt at være de første i sporet (som jo først skulle trædes til). Banerne var fine og arrangementet rigtig flot med en god

spekning. Et stort kiosktelt med borde og stole og et rigtigt udvalg af gode sager, var populært på denne dag med kraftige regnskyl indimellem. En stor giraf-hoppeborg gjorde det nemt for forældre med børn at aflevere børnene til pasning under løbet. Stor succes.

Heldigvis blev det tørt og flot

vejr igen, og præmieoverrækkelsen kunne foregå i fint vejr. De fynske lurblæsere var som så ofte før på plads og kunne blæse fanfare til alle medaljetergerne.

På grund af et trafikuheld på Vejle Fjord broen var vi ved at være lidt sent på den, hvilket viste sig at være en fordel, idet vi blev henvist til at parkere på



Maja Alm på vej til at løbe guld hjem i D17-20. Foto: TUT.

vejen ud for stævnepladsen. Adskillige andre måtte trækkes ud af markparkeringsen med traktorhjælp og alle biler, tror jeg, måtte hjem og en tur i vasketunnelen. Det kraftige regnvejr havde gjort marken meget blød og fedtet.

Af Mona Nørgaard



Samlede vindere af Trimtex Cup blev René Røkkjær og Anne Konring Olesen. Foto: TUT.



H17-20 Sølv: Rasmus Djurhuus, FIF Hillerød, Guld: Christian Bobach, Silkeborg OK, Bronze: Anders Konring Olesen, FIF Hillerød. Foto: KK.

Sandt drama i stafetten

DM stafet herrer: Sidste års tre medaljetagende hold skilte sig igen i år klart ud fra de øvrige, men kampen mellem dem var utrolig tæt med kun halvanudet minut mellem nummer et og tre.

På forhånd var der lagt op til en kamp mellem sidste års medaljetagere i herrernes DM stafet. De forsvarende meste, Tisvilde Hegn OK, stillede med et hold, hvor der var skiftet ud på samtlige pladser i forhold til sidste år. En ny sejr ville alene gøre dette faktum til en historisk bedrift. Heller ikke Pan og Fåborg stillede samme hold som sidste år, men for alle tre gjaldt det, at udskiftningerne næppe havde svækket holdene, så stafetten så på forhånd meget spændende ud. Farum OK formåede ikke at stille helt hold, så mulige outsiders skulle findes hos Aalborg



Fåborg OK's Christian Nielsen og Tisvilde Hegn OK's Thomas Jensen havde fundet sammen tidligt på 2. turen og kom i mål på samme sekund. Foto:TUT.

OK eller Søllerød OK.

Udskilning

Allerede på førsteturen stod det dog klart, at det var de tre favorithold, der skulle komme til at kæmpe om sejren. Flere hold havde valgt at sætte ganske løbsstærke folk på førsteturen, så tempoet var højt fra starten. Efter omkring en tred-

jedel af banen lykkedes det opad én af stigningerne for VM-sprint-bronzevinderen Claus Bloch (Pan Århus) at skabe sig et mindre hul. Dette forspring holdt Claus hele vejen til mål, hvor han kunne sende Christian Christensen i skoven med et forspring på godt et minut til Tisvilde Hegn OK, hvor Rune Olsen på første turen længe havde troet, det var ham, der lå i teten. Med ham i mål kom Rasmus Søes fra det ufuldstændige Farum-hold, og knapt et halvt minut senere fulgte så det tredje favorithold

fra Fåborg OK med Mikkel Lund. Herefter var der et hul ned til de øvrige hold, hvorfor det allerede på dette tidspunkt stod klart, at dagens medaljer skulle fordeles mellem de tre forhåndsfavoritter.

Status quo på andenturen

Den korte andentur skabte ikke de store ændringer i stillingen. Christian Christensen løb et rigtig flot løb fra den svære position alene i front. Han tabte kun få sekunder til turens hurtigste og kunne dermed sende René Rokkjær ud på sid-

steturen med et forspring på 1.07 min til de to forfølgerhold, hvor Fåborg OK's Christian Nielsen og Tisvilde Hegn OK's Thomas Jensen havde fundet sammen tidligt på turen og kom i mål på samme sekund.

Drama på sidsteturen

Sidsteturen blev et sandt drama, der kunne følges live på stævnepladsen, idet de førende løbere blev fulgt live med TracTrac. De tre førende fik kontakt allerede på post 7 og løb hele den midterste del af banen sammen. På en gafling efter 2/3 af banen røg Tue Lassen (Fåborg) imidlertid af, og kampen stod nu mellem Pan og Tisvilde med henholdsvis René Rokkjær og Jamie Stevenson. De to kom sammen forbi publikumsposten, men på posten umiddelbart efter blev det afgjort på en gaflet post i en tæthed. Jamie havde den lange gafling, men da René bommede sin, var sagen afgjort. VM-bronzevinderen fra mellemdistancen kunne løbe Tisvilde Hegn OK i mål som vinder, mens René 27 sekunder senere kunne løbe Pan ind som sølvvinder. Et minut efter kom Tue Lassen og Fåborg i mål som 3'er. Herefter var der en afstand på over 10 minutter til de følgende hold, hvor Aalborg OK blev nr. 4 og Søllerød OK 5'er.

Sejren var Tisvilde Hegn OK's sjette DM-guld i H21-stafetten på bare 12 år, og første sejr uden Carsten Jørgensen, der ligesom Thomas Jensen nu, er noteret for fem sejre. Også Pan og Fåborg OK, der indbyrdes byttede rundt på placeringerne fra sidste år, er vante medaljevindere, idet de tog medalje for hhv. 9. og 5. år i træk.

Suveræne juniorerne

I H 17-20 stod der endnu engang FIF Hillerød på det meste. Største spørgsmål var, om klubbens andethold ville være i stand til at yde modstand overfor førsteholdet. Efter de første to ture lå de to hold næsten lige med et stort forspring til forfølgerne, men på sidsteturen afgjorde Rasmus Djurhuus til førsteholdets fordel. Andetholdet tog sølv, mens bronzen gik til Mariager Fjord OK/St. Binderup OK.

Af Michael H. Sørensen



Sejren var Tisvilde Hegn OK's sjette DM-guld i H21-stafetten på bare 12 år: Rune Olsen, Thomas Jensen, Jamie Stevenson. Foto:TUT.

Stafet, mænd

Herrer

1. Tisvilde Hegn OK 2.16.28
(Rune Olsen, Thomas Jensen, Jamie Stevenson)
2. OK Pan, Århus 2.16.55
(Claus Bloch, Christian Christensen, Rene Rokkjær)
3. Fåborg OK 2.18.01
(Mikkel Lund, Christian Nielsen, Tue Lassen)
4. Ålborg OK 2.29.24
5. Søllerød OK 2.35.05

Juniorherrer

1. FIF Hillerød 1, 2.13.24
2. FIF Hillerød 2, 2.16.53
3. SkiveAMOK/Mariager OK, 2.24.33



René Rokkjær og Jamie Stevenson tæt sammen forbi publikumsposten. Foto:TUT.

OK Pan Århus tilbage på tronen

DM-stafet damer: Efter ni års pause lykkedes det igen for Pan's damer at vinde DM-stafet, da denne års udgave blev afviklet i Skjoldnæsholmskovene på Midtsjælland.

Terrænet til årets DM-stafet var det samme som blev anvendt til EM-stafetten for to år siden. Det betød typisk midtsjællandsk terræn med en del undervegetation, som især førstetursløberne fik at føle. Bortset fra denne var terrænet imidlertid ret åbent og med undtagelse af to større bakker i skoven også meget hurtigt. Det betød meget hurtige tider, hvor de bedste herrer løb et stykke under 5 minutter pr. km.

I dameklassen var der på forhånd lagt op til duel mellem FIF Hillerød og sidste års toer, OK Pan, der siden da er blevet markant forstærket med Signe Søes' skifte til Århus-klubben. De forsvarende mestre fra OK Øst stillede med et helt nyt hold og levedes på forhånd ikke mange chancer.

Stor spredning på førsteturen

På førsteturen var det imidlertid en helt fjerde klub, der stjal billedet, idet Tisvilde Hegn OK's Tenna Nørgaard Landsperg kom i mål med et forspring på næsten 3 minutter ned til de nærmeste forfølgere. Der var generelt blevet bommet meget på førsteturen, og holdene lå allerede her meget spredt. Pan's Yvonne Fjordside kom ind med forfølgergruppen, mens den anden forhåndsfavorit, FIF Hillerøds Dorte Dahl, der i disse år hovedsageligt satser på motions- og landevejsløb, tabte yderligere 3 minutter.

Omvæltning på andenturen

Ude på andenturen kunne Tisvilde Hegns veteran Bente Madsen Johnsen ikke holde de unge forfølgere bag sig. I stedet kunne Ane Linde løbe Pan alene i front. Turens hurtigste tid havde dog FIF's Rikke Nygaard, der dermed mindskede afstanden op til jyderne til 2½ minut, hvilket sikrede spændingen til sidsteturen, hvor Anne Konring Olesen nu skulle ud og jage Signe Søes.

Sikker sejr

På sidsteturen kom der dog aldrig den spænding, man kunne have forventet. Signe Søes løb et meget stabilt løb, og Anne kom aldrig rigtig tæt på. I TracTrac's telt på stævnepladsen kunne sidsteturen følges live fra skoven, og her så man, at Signe midtvejs på banen mistede omkring et minut på et langstræk, men med et sikkert løb på resten af banen kunne hun løbe i mål med et for-

spring for at hente ind på Ida Bobach, men der manglede to minutter i at det lykkedes. Bronzen gik til arrangørklubben OK Roskilde.

Af Michael H. Sørensen



Signe Søes - løb OK Pan hjem med et forspring på knap to minutter. Foto:TUT.



U-gallerfest 2006

Tid: 14. oktober 2006 kl. 10-17
Mødested: Århus 1900 Orienterings klubhus, Grumstolsvej 48, 8270 Højbjerg.

Gå ikke glip af årets store ungdomstræf for alle O-løbere 7-13 år. Alle er velkomne: nybegyndere, let øvede og alle de barske. Baner for alle uanset O-erfaring. Du skal ved tilmelding vælge, hvilke af de nedenstående baner du vil løbe.



A: Idefix, nye løbere, uden så meget erfaring, må skygges.



B: Obelix, løbere med nogen erfaring, må ikke skygges



C: Asterix, løbere med megen erfaring, der ikke er bange for at blive væk.

Man dyster på 3-mands hold. Holdene må mikses på kryds og tværs mellem banerne. Resultat udregnes efter et snedigt pointsystem, der tilgodeser alle. Tilmeld jer gerne som hold - er det ikke muligt, vil vi sammensætte hold af de løbere, der ikke tilmelder sig som hold.

Dagens program

- Kl. 10.10 Fælles afgang til gul start.
- Kl. 10.50 Fælles start med gaflinger
- Kl. 12.30 Frokost. Spisning af egne madpakker
- Kl. 13.00 Trylledrik og præcisionstræf.
- Kl. 14.00 Romerindsamling.
- Kl. 15.30 Vildsvin, romerkugler og trylledrik

Prisen for denne gallerfest er 60 kr. som betales ved ankomst. Tilmeldingsfrist: d. 04.10.2006 - gerne klubvis til Lone Dybdal:

Lonekeld@post7.tele.dk Tlf.: 86 29 80 36,

Yderligere info: Christian I. Overvad: Tlf: 86 11 42 71.

Arrangør: Nordkredsens Ungdomsudvalg, OK Pan og Århus 1900 Orientering

Vel mødt - vi glæder os til at se en masse veloplagte børn.



Sejren var OK Pan's første i ni år. Signe Søes, Ane Linde og Yvonne Fjordside. Foto:TUT.

Stafet, kvinder

Resultater:

Damer

1. OK Pan, Århus 1.58.25 (Yvonne Fjordside, Ane Linde, Signe Søes)
2. FIF Hillerød 2.00.17 (Dorte Dahl, Rikke Nygaard, Anne Konring Olesen)
3. OK Øst 2.07.20 (Pernille Sommer, Rikke Kofoed, Dorthe Skovlyst)
4. OK Pan 2, 2.10.53
5. Tisvilde Hegn OK 2.13.10

Damejunior

1. Silkeborg OK 1.51.37
2. FIF Hillerød 1.53.34
3. OK Roskilde 1.57.31

spring på 1.52 til Anne.

Sejren var som nævnt Pan's første i ni år, og således både Signe og Anes første senior-DM-stafet-guld, mens Yvonne har sejret med Pan tre gange i 90'erne. OK Øst's Dorthe Skovlyst løb på sidsteturen de forsvarende mestre op på tredjepladsen og klubben tog dermed D21-stafetmedalje for 8. år i træk!

Silkeborgs juniorsejr

I D 17-20 gik guld til Silkeborg OK selv om FIF's Signe Klinting på sidsteturen med dagens klart bedste tid gjorde

Sekundstrid i DM-lang

Årets DM-lang (den ny betegnelse for den klassiske distance) blev afviklet i noget nær jomfrueligt terræn, idet Borupskovene senest har været anvendt til et åbent løb i foråret 1978. Dengang var ingen af dette års guldvindere i eliteklasserne født.

Man kunne med rimelighed have frygtet, hvordan undervegetationen så ud i en ukendt midtsjællandsk skov i september, men al frygt herom blev gjort til skamme, idet skoven viste sig at være meget fin, hvad dette angik. Til gengæld var der i visse områder et meget detaljeret tæthedsbillede, som korttegner og banelægger Helge Lang Petersen havde formået at udnytte til fulde. I det hele taget var der stor ros til Helge for såvel kort som baner.

Titel forsvaret

På lørdagens DM-stafet havde Signe Søes sikret OK Pan guldet ved på sidsteturen at holde Anne Konring bag sig. På søndagens langdistance var der lagt op til en duel om guldet mellem netop de to. På den første tredjedel af banen løb de to meget parallelt, men herefter gik Anne lidt i stå og begyndte at lave flere fejl, alt imens Signe fortsatte det stabile løb, der også dagen forinden havde sikret hende og Pan guldet. Signe holdt helt til mål, så det endte med en ganske overbevisende sejr, hvor hun i mål var 5½ minut foran Anne. Tisvilde Hegn OK's Tenna Nørgaard Landsperg, der har imponeret i efteråret gjorde det også godt på langdistancen, hvor hun tog bronzemedaljen og ikke var mere end godt et halvt minut fra at skubbe Anne ned fra præmieskamens næstøverste trin.

Christians første

I herreklassen var der på forhånd lagt op til et åbent opgør, hvor mange på den rigtige dag ville have mulighed for at tage



Rasmus Djurhuus vinder H -20. Foto: PS.



En meget overbevisende sejr på næsten 6 minutter til Maja Alm fra OK HTF i D-18. Foto: PS.

DM-titlen. Største favorit var dog René Rokkjær, der har domineret i efterårets begyndelse. Én af udfordrerne var Fåborgs Christian Nielsen, der mest er kendt som sprint- og mellemdistancespecialist, men som i år har vist imponerende form.

Christian lagde meget offensivt fra land på den 16,4 km lange bane. Midtvejs på banen blev det dog til et par småbom, ligesom tempoet røg lidt ned. Men Christian afsluttede stærkt og kom til mål i bedste tid - en tid der kun kunne trues af den næstsidsstartende René Rokkjær.

René havde haft et ujævnt løb og skønner efterfølgende selv at have bommet godt 5 minutter undervejs. Tempoet må imidlertid have været højt, for

på næstsidssteposten blev René meldt med en tid blot 8 sekunder efter Christian. Dette gjorde, at spændingen steg på stævnepladsen, hvor herreklassen for anden dag i træk skulle afgøres i en sekundstrid. Ned til sidststeposten kom René dog for sent og fra en forkert retning, så guldet til Christian var i hus, mens René tog sølv og klubkammeraten Claus Bloch bronzen.

På de næste pladser i en tæt herreklasse kom ungseniorerne Christian Christensen, Tue Lassen og Rasmus Søes - alle med under 2 minutter op til medaljerne. Placeringer, der for de to førstnævntes vedkommende rakte til efterfølgende udtagelse til årets afsluttende World Cup afdelinger.

Store sejre

I D -18 blev det en meget overbevisende sejr på næsten 6 minutter til Maja Alm fra OK HTF, mens Zenia Hejlskov Mogens og Lærke Sørensen tog de næste pladser.

I den ældste damejuniorklasse var der blot 6 tilmeldte, men kamp om medaljerne blev det alligevel. VM-løberen Ane Linde sejrede ikke overraskende med et forspring på knapt 2 minutter til Line Søderlund, mens Sofie Sørensen tog bronzen.

Dagens måske største præstation stod juniorverdensmesteren Søren Bobach for. Han sejrede i H-18 med et forspring på hele 9.56 til Rasmus Folino Nielsen med en kilometertid, der havde sikret ham guldet i alle andre svære klasser, inklusiv H 21! På hele banen tabte Søren totalt blot 19 sekunder i forhold til hurtigste tid på det enkelte stræk. Rasmus Killeriich Kragh tog bronzen i denne klasse.

I H -20 har FIF Hillerød domineret kraftigt de seneste år, bl.a. da de tog de to første pladser i lørdagens DM-stafet. Og dominansen var ikke mindre på DM-lang, hvor der stod FIF ud for de fire første pladser! Guldet gik til Rasmus Djurhuus foran Emil Folino Nielsen og Anders Konring Olesen

Af Michael H. Sørensen



Signe Søes - vandt en ganske overbevisende sejr i D21. Foto:TUT.



Fåborgs Christian Nielsen viser imponerende form - og vinder. Foto: TUT.



Stemning fra DM Lang: Ballet i skoven. Foto: PS.

DM lang 2006

Damer, 10.2 km, 25 poster, 23 deltagere

1. Signe Søes, OK Pan 67.29
2. Anne Konring Olesen 73.01
3. Tenna Nørgaard, Tisvilde Hegn OK 73.40
4. Karina B. Knudsen, Horsens OK 78.34
5. Yvonne Fjordside, OK Pan 81.12

Herrer, 16.7 km, 32 poster, 45 deltager

1. Christian Nielsen, Fåborg OK 90.39
2. René Rokkjær, OK Pan 91.08
3. Claus Bloch, OK Pan 92.55
4. Christian Christensen, OK Pan 93.16
5. Tue Lassen, Fåborg OK 94.37

D18, 6.7 km, 17 poster

1. Maja Alm, HTF 46.55
2. Zenia Heilskov Mogensen, Silkeborg OK 52.43
3. Lærke Sørensen, OK Roskilde 55.06

D20, 7.1 km, 18 poster

1. Ane Linde, OK Pan 55.51
2. Line Søderlund, Farum OK 57.34
3. Sofie Sørensen, OK Roskilde

H18, 10.2 km, 25 poster

1. Søren Bobach, Silkeborg OK 53.29
2. Rasmus Folino, FIF Hillerød 63.25
3. Rasmus K. Kragh, Skive AMOK 63.39

H20, 13.0 km, 24 poster

1. Rasmus Djurhuus, FIF Hillerød 73.42
2. Emil Folino, FIF Hillerød 75.53
3. Anders Konring Olesen, FIF Hillerød 76.05

Dansk Orienterings-Forbund, breddeudvalget søger trænere til nyt rejsehold.

Vil du med på rejseholdet?

Kunne du tænke dig at hjælpe en lille klub i den rigtige retning?
Er du mobil og klar til at tage fat?

Så har vi en opgave til dig som betalt ulønnet træner.

Din funktion:

- Som medlem af rejseholdet er det opgaven at
- Planlægge og gennemføre indtil 10 træninger af en varighed på 2 timer hver.
- Indhold og sværhedsgrad aftales direkte med den lokale klub.
- Træner udarbejder og mangfoldiggør kort og undervisningsmaterialet, mens kortfiler, plastlommer og materiel i øvrigt leveres af den lokale klub, der også står for skovtilladelse og annoncering, samt det sociale liv omkring træningerne.
- Endelig skal træner udsætte poster, men den lokale klub skal hente de udsatte poster.

Aflønning og godtgørelse:

Der ydes skattefrie godtgørelser og dækning af kørsel i henhold til "Idræts-cirkulæret".

Godtgørelsen - udover kørsel - dækker dine udokumenterede udgifter til køb, vask og vedligehold af sportstøj, udgifter til administration, samt udgifter til telefon og Internet og kan i alt for i år udgøre indtil 3.500,- skattefrit.

Det betyder at vi vil betale dig med en skattefri godtgørelse på 350,- kr. pr. gennemført træning a 2 timer. + din kørsel med statens laveste takst.

Lyder det bare lidt spændende, skal du straks kontakte





Løbere fra vinderholdet FIF Hillerød glæder sig over pokalen. Foto: Troels Bent Hansen.

FIF Hillerød sikre danske mestre

DM for klubhold uden overraskelser

Der var ingen overraskelser i årets DM for klubhold, der endte nøjagtig lige som sidste år, med FIF Hillerød som sikre vindere, foran Silkeborg på en sikker sølvplads og Kolding på en lige så sikker bronzeplass. Med 134 tilmeldte løbere stillede FIF Hillerød med et hold der var større end de to jyske klubber tilsammen, så ingen havde på forhånd forventet den store konkurrence om sejren. FIF grundlagde sejren på bane 1, 2A og 2B som blev

vundet temmelig suverænt. Både Silkeborg og Kolding manglede en håndfuld af de løbere, der normalt tæller mange points, og i sidste ende var forskellen næsten lige så stor som sidste år - med en marginal forbedring fra sydjydernes side.

Af individuelle resultater noterer man sig en flot sejr til Rasmus Djurhuus, FIF, på bane 1, mens Dorte Dahl slog Anne Konring, begge FIF, knebent på bane 2B. På bane 2A delte Bo Simonsen og Lars Konradsen, begge FIF, sejren mens Silkeborg fik klassesejre på bane 3A ved Knud Fjordvald og bane 4 ved Ingrid Johannsen. Signe Klinting, FIF, vandt bane 3B for-

an Ida Bobach, Silkeborg. Dagens dyst og resultater beviser til fulde at de annoncerede regelsætsændringer i divisionsturneringen er ret påkrævede. Fra næste år vil der ske en ændring i klasseinddeling og pointtildeling, ligesom landsfinalen vil få deltagelse af både nr. 1 og 2 fra hver kreds. Men mon ikke dagens deltagende klubber også vil være at finde i næste års finale. Allerød stod for et fint afviklet løb, skoven var passende til arrangementet, kortet var godt og banerne var fine og vejret var perfekt.

Af Per Eg



Stemning fra skoven. Foto: Tage V. Andersen.

Tynd Midgårdsorm

OK Esbjerg lagde et stort arbejde i den traditionsrige stafet – men der kom kun få løbere.

Det var lidt en anden oplevelse at indfinde sig til dette års udgave af Midgårdsormen end at blive dirigeret på plads til WOC Tour. Man kunne stille bilen hvor man ville, og der var

ingen problemer med at finde det hjemlige klubbelt – for af dem var der ikke ret mange i det hele taget. For første gang i flere år var Midgårdsormen ikke koblet sammen med et andet højprofilstævne, og det betød at mange klubber havde valgt det hæderkronede arrangement fra.

I Thor-klassen for de bedste herrer var der 9 deltagende hold, hvoraf 6 gennemførte. Odin-klassen for blandede klubhold, hovedattraktionen, kunne bedre slæbe sig af sted med 15 gennemførende hold

og fire hold der blev disket. I damernes eliteklasse Freja var der 5 hold med. Og så var der Tjalfe: Sølle fire hold kunne det blive til – også selv om der kun skulle tre børn til for at få et hold med i konkurrencen.

Selve idéen i Midgårdsormen er at deltagelse er en fælles klubbing. Man løfter opgaven i flok og får en oplevelse ud af det lange, lange samvær. Alle der har prøvet det, er enige: Det er en rigtig god oplevelse. Men altså ikke så god at man vil rejse efter Midgårdsormen hvis den er det eneste arrangementer har at byde på.

Lidt ærgerligt for OK Esbjerg at have lagt så stort et arbejde i det udmærkede arrangement i Marbæk Plantage når så få stillede op.

Thor: tæt konkurrence i toppen

I eliteklasserne gjaldt kampen ud over æren også vigtige point i Kvitåvatn Stafetliga, og der blev virkelig gået til stålet. Fire hold beviste at deres klubber har såvel bredde som styrke i toppen: Fåborg, Pan, Tisvilde Hegn og Hillerød kom i mål inden for det samme kvarter, så det var en meget lige dyst. Fåborg havde et manglende klip undervejs, ellers havde de vundet. I stedet blev det Pans førstehold der fik æren og pointene.

Freja: et tyndt felt

Konkurrencen i kvindernes fineste klasse blev aldrig rigtig spændende, for det var kun Pan som stillede med et virkeligt klassehold: Rie Stenhøj Baun Christensen, Yvonne Fjordside, Gry Johansen, Mette Hjerrild og Ane Linde. Toerne fra HTF kom over en halv time



Startstemning. Foto: PS.



Morgengryets stemning. Foto: PS



Natstemning. Foto: PS



Mogendisens stemning. Foto: PS

senere i mål. Så vi blev snydt for kamp til stregen mellem århusianerne og virkelig skarpe kvindehold fra Sjælland.

Odin: Roskilde snuppede sejren

Odin er klassen for de blandede bolcher – her er klubbens bredde i alle alderklasser afgørende. Der var et tæt opgør i toppen mellem Ålborg og Roskilde. Før sidsteturen havde Ålborg et forspring med fem minutter, men takket være et virkelig stærkt løb fra Kim Bauneh lykkedes det Roskilde at distancere Ålborg med to

minutter. På tredjepladsen kom HTFs førstehold omkring 20 minutter efter.

Tjalfe: De hurtigste børn

Børneklassen blev vundet af Tisvilde Hegn OK med OK Øst/Søllerød på anden pladsen og OK Pan på tredjepladsen. Det er næsten synd ikke at nævne at HTF's tjalfehold blev nr. 4, for der var jo kun fire hold i klassen – i alt 12 børn der kom ud at løbe.

Af Søren Kjær

Guld til Søes – del I

DM-ultralang: I fravær af flere landsholdsløbere, fik Signe Søes let spil til årets sidste DM og tog en overbevisende sejr på næsten 22 minutter.

Årets mesterskab på ultralang, som fra i år er betegnelsen for den tidligere langdistance, var henlagt til Als og en idyllisk stille stævneplads ovenfor Nørreskovens skrån timer mod det sydlige Lillebælt. Vejret var fantastisk denne sene september-søndag, og den tørre periode gjorde, at skovbunden var overraskende fin og hård, hvormed udfordringen blev en

anelse mildere end man kunne have frygtet. Sønderborg OK stod for et fint arrangement i Als Nørreskov, der desværre ikke indbød til decideret langdistancebanelægning, men arrangørerne havde alligevel fået kringlet nogle gode baner. Hos damerne var Signe Søes, der har formået at holde VM-formen ved lige, i en klasse helt for sig, og efter et meget stabilt løb med kun ganske få fejl kunne hun sikre sig karrierens første guldmedalje på denne distance.

Anne Konring Olesen havde valgt at blive hjemme for at lade op til den forestående World Cup afslutning, og med fravær af flere øvrige kapaciteter, var eneste potentielle udfordrer for Signe Søes, feltets anden VM-løber Karina Boen Knudsen.

Karinas formkurve har imidlertid været dalende siden VM,



Suveræn sejr - med 22 minutters forspring - til Signe Søes. Flankeret af Karina Boen Knudsen (t.h.) og Helle Boabch. Foto:TUT.

og da Karina yderligere bommede en del på dagens bane, kom hun aldrig til at udgøre en trussel for den suveræne guldvinder. I stedet blev det en kamp om sølvet, som Karina

vangt med to minutters marginen til dagens store overraskelse, Helle Bobach, der med sin bronzemedalje gentog storesøsterens bedrift fra 2002. I juniorklasserne gentog Ane

Linde og Maja Alm deres sejre fra DM Lang.

Af Michael H. Sørensen.

O-debat

Ultralang tabte

Blot 300 tilmeldte i alt bør give anledning til overvejelse om måske at flytte tilbage til foråret.

Fra 2005 skete der en omrokering af den danske løbskalendar. Blot 300 tilmeldte i alt og særligt små startfelter i eliteklasserne tyder på, at ultralangdistancen er blevet taberen i det spil.

Omrokeringen indebar, at DM nat blev flyttet til foråret i samme weekend som det nye mesterskab på sprint, mens ultralang skulle ligge som årets sidste DM.

Efter to år med denne opbygning, er det værd at sætte sig og gøre status over effekterne af omlægningen. DM sprint liggende om foråret har vist sig at være en succes, og med denne placering har løbet også kunne anvendes i udtagelses-sammenhæng for eliten.

Vælger DM nat fra

Til gengæld har en del af eliten valgt DM nat i samme weekend fra, mens deltagerantallet i

de øvrige klasser har været nogenlunde konstant, og umiddelbart ligger et DM vel også naturligt som afslutning på natløbs sæsonen i stedet for som sæsonens første natløb.

Den store taber virker ultralangdistancen til gengæld at være. Blot 300 tilmeldte i alt til årets udgave er en kraftig nedgang i forhold til tidligere – og især eliteklasserne er ramt. Efteråret byder på mange aktiviteter, og motivation og kræfter er ved at være brugt op, når vi når slutningen af september. For eliten gælder ydermere, at der står en world cup afslutning for døren, men her er der trods alt blot tale om en håndfuld løbere. Spørgsmålet er derfor om ikke ultralangdistancen – ud fra samme argumentation som for natløbet – bør ligge om foråret som afslutning på den periode, hvor man normalt løber langdistance træningsløb.

Eller er tiderne bare skiftet og udviklingen løbet fra de lange seje udfordringer?

Kommentar af Michael H. Sørensen



Top 3 i junior-cup'en blev hædret med gavekort. Fra venstre 3'erne Camilla Bergmann og Rasmus Djurhuus, vinderne Søren Bobach og Ane Linde og 2'erne Christian Bobach og Maja Alm. Foto:TUT.

Juniorcup'en

»Landinspektør Junior Cup 2006« er navnet på juniorernes konkurrence sponsoreret af de danske landinspektører og den blev afsluttet med gave-regn til de bedste juniorer efter DM Ultralang. Resultatet blev: Piger 1. Ane Linde, OK Pan 245 point 2. Maja Alm,

HTF 231 point 3. Camilla Bergmann, Allerød OK 209 point 4. Line Søderluind, Farum OK 197 5. Signe Klinting, FIF Hillerød 190 point Det skal her bemærkes, at Signe Klinting kun har fire tællende løb. Drengene 1. Søren Bobach, Silkeborg OK 250 point 2. Christi-

an Bobach, Silkeborg OK 231 point 3. Rasmus Djurhuus, FIF Hillerød 207 point 4. Philip G. Lund, Søllerød OK 194 point 5. Emil Folino Nielsen, FIF Hillerød 188 point

Af Lars Rask Vendelbjerg

Guld til Søes – del II

Mens tvilling-søsteren Signe vandt en komfortabel sejr hos damerne, var det efter en sekundstrid, at Rasmus Søes fik sin første seniorguldmedalje om halsen.



Rasmus Søes - netop i mål efter den lange udfordring. Foto:TUT.

Herreklassen blev endnu en gang en tæt duel – og igen med René Rokkjær som den ene part, mens Rasmus Søes stod

for udfordringen. De to løb i et tempo helt for sig, og der var aldrig tvivl om, at det var mellem de to at guld og sølv skulle fordeles.

Rasmus lagde stærkt fra land, og da René samtidig bommede

i indledningen, fik Rasmus opbygget et forspring, der på publikumsposten efter tre fjerdedele af banen var nået op på over halvandet minut. Mod

slutningen af banen kom René imidlertid stærkt igen, men i mål manglede der fortsat 16 sekunder.

Rasmus sikrede sig dermed sin første ovale DIF-plakette, mens René, der blot mangler guldet på denne distance i sin samling, kun kunne takke sine egne fejl undervejs for, at det ikke var ham, der stod med guldet. Efterfølgende proklamerede han derfor, at han nu måtte øge sin træning i håb om at kunne tage titlen næste år. Var opgøret om guld og sølv tæt, så blev det endnu tættere om bronzen. Den forsvarende mester, Nicolai Nielsen, og denne artikels forfatter havde ligget meget tæt hele vejen rundt på banen og endda fuldstændig lige på sidsteposten,

men til sidst skilte – efter 25,9 km – blot 3 sekunder i skribentens favør.

Ligesom dameklassen, var herreklassen påvirket af, at mange havde fravalgt dette mesterskab. En del løbere stod forstædigt nok over pga. deltagelse i den følgende uges World Cup, men blandt de øvrige, er det ærgerligt, at så mange ikke havde vurderet sig i stand at gennemføre. I startende løbere i H21 til et dansk mesterskab er skuffende!

Hos juniorerne fortsatte Rasmus Djurhuus sin gode efterårsstime og vandt klart i H20, mens Søren Bobach igen vandt H18.

Af Michael H. Sørensen.



René Rokkjær blev samlet vinder af Trimtex Cup. Foto:TUT.



Rasmus Søes hæver sejrskruset. Sølv til René Rokkjær (t.h.) og bronze til dagens skribent, Michael H. Sørensen. Vinder:TUT.

Resultater fra DM Ultralang

D 17-18

- | | |
|---------------------------------------|---------|
| 1. Maja Alm, OK HTF | 1:22:55 |
| 2. Camilla Bergmann, Allerød OK | 1:26:33 |
| 3. Lærke Lundedal Jensen FIF Hillerød | 1:34:54 |

D 19-20

- | | |
|--------------------------------|---------|
| 1. Ane Linde, OK Pan | 1:18:12 |
| 2. Line Søderlund, Farum OK | 1:27:51 |
| 3. Sofie Sørensen, OK Roskilde | 1:43:28 |

D 21

- | | |
|------------------------------------|---------|
| 1. Signe Søes, OK Pan | 1:43:20 |
| 2. Karina Boen Knudsen, Horsens OK | 2:05:06 |
| 3. Helle Bobach, Aalborg OK | 2:07:05 |

H 17-18

- | | |
|--|---------|
| 1. Søren Bobach, Silkeborg OK | 1:35:46 |
| 2. Rasmus Killerich Kragh, Skive AMOK | 1:39:18 |
| 3. Rasmus Folino Nielsen, FIF Hillerød | 1:43:19 |

H 19-20

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Rasmus Djurhuus, FIF Hillerød | 1:32:48 |
| 2. Emil Folino Nielsen, FIF Hillerød | 1:37:59 |
| 3. Rico H. Mogensen, St. Binderup OK | 1:39:09 |

H 21

- | | |
|---------------------------------------|---------|
| 1. Rasmus Søes, Farum OK | 2:16:31 |
| 2. René Rokkjær, OK Pan | 2:16:47 |
| 3. Michael Sørensen, Tisvilde Hegn OK | 2:23:25 |

VM
RESULTATER

www.o-butikken.dk

Højager 21
2980 Kokkedal
Tlf.: 49149809
Fax.: 49149801
E-mail: O-Butikken@mail.dk

Din O-butik
ved åbne løb,
mandag fra 17-19
samt efter aftale og postordre.
Vi sender gerne en prislister.

Salg og leje af SPORTident



Fåborg OK føler sig bortdømt

Løberne fra Fåborg var hurtigst på Thorbaren ved Midgårdsormen - men manglede en postkvtivering

På Faaborg OKs vegne føler jeg mig foranlediget til at komme med dette indlæg på grund af vores diskvalifikation til Midgårdsormen. Vi protesterede til både stævneledelse og overdommer, men diskvalifikationen blev fastholdt – og vi undlod »kun« at anke afgørelsen, fordi reglementet synes at være forholdsvis klart og fordi det ville trække en afgørelse på såvel Midgårdsormen som Stafetligaen ud i det uvisse.

Overdommerens afgørelse

Men det skal ikke være nogen hemmelighed, at vi føler os »bortdømt« – og som ikke blot moralske, men også reelle vindere på en dag, hvor vi bare var det stærkeste hold!! Og vores utilfredshed går såmænd ikke så meget på stævneledelse/overdommer, der bare holdt sig til reglementet, men imod EMIT-systemets åbenbare svaghed og utilstrækkelighed i den givne situation.

Vi kan dokumentere med underskrevne udtalelser fra 3 af de værste konkurrenter, at vores diskvalificerede løber var ved og stemplede den post, der mangler på backup-kortet – og derfor mener vi, at overdommeren kunne have dispenseret fra det manglende klip, og vi har endda – i modsætning til overdommeren - kendskab til andre lignende situationer, hvor andre løbere er blevet godkendt på vidneudsagn. Med eller uden kendskab hertil kunne overdommeren have taget en anden beslutning end han gjorde – og det vil være vores påstand at de andre involverede klubber ikke ville have protesteret imod en sådan beslutning, trods reglementets tilsyneladende klarhed.



Faaborg OK var hurtigst, men mangler en vigtig kvitivering fra en post. Her Tue Lassen fra holdet tæt på en post. Foto: TUT.

Selve situationen

Det ulyksalige er, at løberens brik er »gået død«. Ved starten er den kontrolleret og gav et rødt blink – og derefter blev den rensat. Ude på banen har løberen ikke hæftet sig ved noget særligt – før han i beregningen bliver gjort opmærksom på, at hans brik ikke kan aflæses og at hans back-up kort mangler markering for post 128. (I parentes bemærket havde brikken fungeret upåklageligt ved DM-mellem dagen før!)

Han ved, at han har været ved posten, der er en fællespost, og han var der blandt de første i en gruppe sammen med Philip Gjødesen Lund fra Søllerød, Morten Fenger-Grøn fra OK PAN og Henrik Markvardsen fra Tisvilde Hegn OK. Alle 3 bekræfter umiddelbart at han var der sammen med dem, hvilket meddeles til stævneledelse/overdommer som imidlertid vælger at se bort herfra. En senere indhentet underskrift fra dem alle bliver også bare afvist, selv om Henrik Markvardsen direkte skriver: »Jeg klippede post nr 128 lige efter Ulrik Lassen, Faaborg OK. Han havde EMIT-brikken

nede i enheden.«

Det er naturligvis underligt og dybt beklageligt, at der ikke er markering i back-up kortet, men på den anden side vil det være Faaborg OKs påstand, at et meget stort antal af samtlige back-up kort vil have manglende markeringer, hvis de blev undersøgt!!! Det er bare næsten aldrig nødvendigt, da den elektroniske kvitivering stort set altid vil være ok.

Reglementet – og normal praksis

Her kræves i Tillæg 5.2.2, at løberen skal sikre sig at kontrolenheden er funktionsdygtig og nulstillet før starten og sikre sig at der er opnået både elektronisk og manuel registrering ved alle poster.

Det første er gjort – og mht registreringen kan man jo kun sikre sig den elektroniske registrering, hvis kontrolenheden blinker, og den manuelle registrering kan man desværre ikke sikre sig at have fået (tydeligt nok), samtidig med at et blink jo er nok til elektronisk registrering! De fleste løbere vil ganske umiddelbart nøjes hermed, og i praksis er det såmænd ligegyldigt hvordan

man holder brikken, bare den er »i nærheden«, men i uheldige tilfælde vil det altså ikke være nok! Derfor reglementskravet om den manuelle registrering, som man bare ikke – med gamle brikker – har nogen mulighed for at sikre sig at have fået.

EMITs pålidelighed

Nu hører jeg bestemt ikke til dem, der er (har været!!) utilfreds med EMIT-systemet, fordi jeg aldrig personligt har været tæt på problemer hermed – og tilsyneladende virker backup-proceduren tilforladelig. Men ved nærmere eftertanke og en del forespørgsler her og der afdækkes det, at der »tit« er problemer – og sågar også med nye brikkers kvalitet. De dur bare ikke/opfører sig mærkeligt/går alt for tidligt »døde« osv. Adskillige personer har bare fået byttet deres brikker – og så man da håbe, at de ikke er gået glip af DM-er, klubmesterskaber eller andet! Det kunne egentlig være interessant at få samlet en række konkrete eksempler herpå!!

Brikernes levetid er et andet kildent spørgsmål. Nu var det i ovennævnte tilfælde en gammel, gul brik, der dog har fungeret upåklageligt. Nyere brikker har vist angivelse af hvor mange gange brikken har været brugt (afhængigt af aflæsningsenhed) – men jeg har aldrig hørt om en speciel tids- eller antals-anvendelse!! Så man kan aldrig vide hvornår den svigter. Dvs vores løber kan have haft alle elektroniske registreringer, men hvis brikken fx er gået død på sidste-posten, slettes det hele!! Det dur jo ikke, fordi man så ikke kan føle sig sikker på/eller bevise den elektroniske kvitivering. Det virker helt urimeligt, at en død brik ikke kan afkodes sine data – og det er da i mange henseender almindeligt med et advarselssignal, når batteriet er ved at løbe tør; dvs 2 ganske rimelige krav til et EKT-system, som EMIT åbenbart ikke kan opfylde. Det er ikke godt nok – og her kan SI-enhederne jo i hvert fald vise, hvem der har været ved posterne så længe SI-brikken har fungeret.

Manuel registrering/kontrol

Reglementet kræver så at man sikrer sig en manuel registrering, hvad man jo ikke kan. Man kan (på gamle brikker) ikke se om man har registreringen – og arrangørerne kræver jo aldrig/sjældent nye brikker (med display). I øvrigt ville den vel heller ikke være noget værd uden korrekt manuel registrering, hvis den skulle gå død! Og en 100% korrekt manuel registrering er der som oftest hverken tid eller behov for – og jo nærmest ikke hvis man har set blinket!! Nu må jeg i øvrigt personligt indrømme, at jeg ikke altid hæfter mig ved blinket – eller kan huske det, og ofte vender enheden forkert, så at det kan være svært at se blinket – og det er ikke altid at brikken får fat første gang, og registreringen kan vel også afhænge af, hvor prikket/prikkene skal være. Kort og godt: når det rigtigt gælder, kan man godt blive »snydt«, og i mange sammenhænge har man så travlt, at 95-98% sikkerhed er nok!!

Vidneførelse

Naturligvis vil det altid være et følsomt område – og hvem kan/vil man stole på som pålidelige vidner? Det er naturligvis en smags sag, men som i så mange andre sammenhænge må man da stole på, hvad flere folk/vidner siger. At troværdigheden stiger, hvis det oven i købet er konkurrenter, der vil vidne, bør vel kun tale for, at en overdommer eller en jury vil have mulighed for at tage en kvalificeret afgørelse. I den sidste ende er det vel fair play det drejer sig om – og ingen har påstået eller antydnet, at Faaborg OK har snydt eller prøvet på at snyde!! Kort og godt: vi føler os bortdømt – og vi har simpelthen ikke tillid til EMIT-systemet længere, når der i virkeligheden kan blive tale om relativt vilkårlige afgørelser, hvor manglende manuelle registreringer ikke i sig selv er fatale – og hvor elektroniske korrekte registreringer ikke kan bevises (med en død brik).

Af Morten Lassen, Faaborg OK

Backup'en er sikker

Stempler man korrekt får man altid sin backup med hjem, og bliver, hvad klip angår, altid godkendt.

En af Emit systemets mange fordele er, at man automatisk får manuel backup forudsat, at man stempler korrekt og at arrangøren benytter et anerkendt backup kort. Spidsen i postenheden afsætter sit mærke i backup kortet uden, at man behøver, at udføre egenkontrol, og kan derfor koncentrere sig 100 % om sit løb. Manuel backup funktionen betyder også, at deltagere og arrangør hurtigt og effektivt kan få afgjort/behandle eventuelle klagemål.

Emit brikken er udformet efter funktionen og Emit backup kortet er igennem en lang periode udviklet til, at kunne modstå de ydre påvirkninger (vand m.m.) som uvægerligt opstår i en O-løbs situation. Kontrol/aflæsning af backupfunktionen er enkel og hurtig

at udføre. Bagsiden af kortet viser, endda meget tydeligt, prikkerne afsat fra postenhederne.

Funktionen er 100 % pålidelig for såvel løber som arrangør!

Emit Ver. 1 brikker (de gule) er ikke blevet produceret siden slutningen 1997/ begyndelsen 1998 og har, med de lovede garanti- og forventede levetidsperioder, for længst overlevet sig selv.

Ver. 1 brikken blev erstattet af Ver. 2 brikken og er, dels blevet løbende udviklet, dels blevet suppleret med Ver. 3 brikken (display brikken).

Langt de fleste klubber og løbere benytter ikke længere Ver. 1 brikken til åbne løb men udelukkende til træningsløb. I Norge har man taget konsekvensen og helt forbudt Ver. 1 brikken ved åbne løb. Benytter man sig fortsat af Ver. 1 brikken til åbne løb, siger det sig selv, at må man sikre sig, at stemplingen udføres korrekt for, at få korrekt »stempling i backup kortet«. **Et korrekt »stemplet« backup kort sikrer automatisk løberne mod diskvalifikation. Det er**

med andre og færre ord løberens sikkerhed for godkendelse uanset alle elektroniske enheders tilstand.

Kontrolenheden for brikken tilstand opstillet på stævneplads og ved start er ikke, og har aldrig været, et Emit ønske eller krav. Det er en foranstaltning som DOF indførte i reglementet ved EKT systemernes indførelse i DK. Stempler man korrekt får man altid sin backup med hjem, og bliver, hvad klip angår, altid godkendt.

Backup funktionen er en mekanisk manuel funktion som følger naturloven. Den kan ikke på nogen måde udraderes af brikken ved eventuelt svigtede elektronik hverken ved sidste, næstsidste eller for den sags skyld ved nogen anden post. Derfor er kontrol af brikken ved start egentlig en unødvendig funktion hvad Emit systemet angår.

Følger man reglementet for korrekt stempling kan man altså med sindsro benytte sig af Emit brikken indtil det punkt hvor den, via aflæsning eller på anden vis, indikerer, at den ikke

funktionsdygtig.

Vi modtager mindre end to håndfulde reklamationer på Emit brikker på et år. Med tanke på det samlede antal starter på Emit systemet vi har i Danmark taler vi om noget der er mindre end promillers promille. Altså en meget ubetydelig størrelse. Os bekendt føler brugerne sig meget trygge ved Emit systemets funktioner. Så trygge, at man desværre i mange tilfælde undlader at benytte backup kortet og dens unikke funktion, og det er ikke en udvikling vi støtter.

Hvis nogen skulle ønske, at få uddybet Emit systemet og dets funktioner eller fremføre berettigede klager så skal de være meget velkomne til, at henvende sig hos til vor danske importør Møller Sport, 8680 Ry (www.mollersport.dk) som helt sikkert, med det store praktiske kendskab man der har til Emit systemet og dets anvendelse, vil give et fyldestgørende svar.

Af Svend Marti, Emit A/S



Kommentaren er et svar på Faaborgs indlæg på forrige side.

længere er funktionsdygtig. Af praktiske årsager siger det sig selv, at man udskifter brikken første gang man får indikation af, at brikken ikke længere er

O-løb på 13 minutter

Lars Bom kom til DM for at præsentere nye DVD.

Ida Marie og Christian Heerfordt, Marianne Husen, Emil Folino, Chris Terkelsen og Jakob Ødum medvirker alle på den nye Lars Bom-DVD, der

fortæller om løb på flere måder og er på vej ud i handlen. Præsentationen af orientering tager ca. 13 minutter.

Lars Bom står for produktionen har selv lagt stemme til DVD'en. Han er med i hele processen: står bag kameraet og for klipning, lyd og drejebog. Det er der kommet et meget fint resultat ud af.

Udgivelsen af afsnittet om orientering på en selvstændig DVD sker med støtte fra Team Danmarks og Danmarks Idræts-Forbunds medieudvalg, under Forbund i fokus. Vi har ret til at udgive en gratis kopi af de 13 minutter til alle klubber. De første blev uddelt i DM-weekenden, hvor Lars Bom selv præsenterede.



Helge Lang Pedersen interviewede Lars Bom om det spændende projekt. Foto: PS.

Fra 19 til 62 år

40 nye løbere har nu været i OK Pans klubhus Silistria til begyndertræning.

- Vi annoncerede primært efter deltagerne til vores

børn/forældre-projekt, hvor man kun kan deltage hvis »begge« er med, men må erkende at tilslutningen har været behersket til netop denne del. Med 5 deltagere mod forventet 10 børn + 10 forældre er vi et stykke under det forventede. Om det så skyldes at tidspunktet, kl. 16.00, er for tidligt, eller om konceptet ikke

er det folk efterspørger ved vi ikke helt.

Fortæller Henrik Jørgensen, klubtræner i OK Pan om klubbens intro-projekt, hvor 40 nye løbere har nu været i OK Pans klubhus Silistria til begyndertræning.

De godt 30 voksne spreder sig aldersmæssigt fra 19 til 62 år. Mange har begrænset eller ingen erfaring med orienteringsløb.

Den første aften i skoven blev brugt på signaturvandring i området omkring klubhuset. Deltagerne lærte lidt om de forskellige farver på kortet, og ikke mindst at lange bukser er at foretrække.

Anden aften blev kompasset introduceret, og alle fik til sidst kompasset til at pege den rigtige retning.

Videre går det med kurver, vejvalg og flere af orienteringssportens emner.

De kommende aftener vil deltagerne ligeledes blive introduceret til nogle af de ting der også hører til orienteringsløb:

o-service.dk, skader, kost og udstyr.

En god håndfuld af klubbens faste medlemmer har afsat tid til at guide de nye rundt om mandagen. Både i skoven og i klubhuset.

Begynderkurset løber om mandagen frem til 25. september. Men allerede nu benytter deltagerne sig af klubbens øvrige træningstilbud: træningsløbene og fællestreningerne, det sidste primært om torsdagen hvor der er o-træning.

Som noget nyt bliver der i år

to baner til OK Pans legendariske Vintercup, en Vintercup Light og en Vintercup Classic. Den sidste svarer til den vintercup der kendes fra tidligere år. Den første indføres primært for at give de nye en blidere overgang til mørketræning, men kan også vælges af klubbens øvrige løbere der følger at Vintercuppen nogen gange trækker lidt for mange tænder ud!!



OK Pan satsede på børn med forældre, men flest voksne reagerede på introtilbuddet. Grethe Leth Pedersen og Michael Bradford stof for instruktionen.



Den smukke Marselisborg Skov er en dejlig ramme for begynderkurset. Fotograf: Henrik Jørgensen



Venner støtter

Talenter inviteret med til udvikling i Norge

En række unge O-talenter fik forleden dette glade budskab fra DOFs venner v. Flemming Nørgaard.

Som bekendt støtter DOFs venner vore mest talentfulde løbere i form af ture og »træningslegater« for på den måde at gøre dem i stand til at blive endnu bedre.

Igen i år har vi fået en aftale med elitegrupperne om at et antal 15-16 årige kan deltage i Team-DK centrets træning i efterårsferien Indre Østfold OK's hytte Einarbu, Mysen, Norge fra mandag den 16. til den 21. oktober, hvor der af-

sluttes med Blodslitet På baggrund af dine resultater, og som påskønnelse af egen indsats, er du udtaget til at deltage med alt betalt af DOFs venner. Torben Utzon vil tage sig specielt af jer.

Med ønsket om fortsat god fremgang

Flemming Nørgaard

Og de begavede talenter er i år.

Line Stubberup, O.O, Line Elgård Nielsen, Birkerød, Ida Bobach, Silkeborg, Marie Hauerslev, OK PAN, Rasmus Thranne Hansen, Søllerød, Martin Laage Kragh, Roskilde, Daniel Honoré Jensen, HTF, Kristoffer Sloth, Aalborg,

Af Lars Rask Vendelbjerg



- Man er aldrig for lille til at o-nørde!!!

Lille Thea Hofmann fra Kolding OK er helt opmærksom og klar til at blande sig i debatten mens Ole Hofmann og Claus Christensen fra OK Fros vurderer vejvalget fra WOC Tour 2006 3. etape.

Måske damelandstræneren bør holde nøje øje med det unge talents udvikling.

Foto: Nina Hoffmann

Bøg er bedst

6 skarpe spørgsmål til 5 skarpe løbere

Ungdomsredaktørerne vil i dette nummer af orientering.dk forsøge at holde fingeren på pulsen af de unge løbere. Hvad er det de unge vil ha'?

Emil Ruud Torp – 17 år, Helsingør SOK

Hvad synes du er det bedste en post kan være placeret ved?

På stier

Hvad er dit yndlings postnummer?

Nummer 100 (som regel sidsteposten)

Hvilken farve på et o-kort hader du mest?

Blå

Kan du bedst li' bøg eller gran?

Bøg

På en skala fra 1-10, hvor vigtig er spurten?

10!

Foretrækker du almindelig træning eller mentaltræning (at tænke på at løbe)?

Mental-træning!

Lærke Lundedal Jensen - 18 år, FIF Hillerød

Hvad synes du er det bedste en post kan være placeret ved?

Det ved jeg ikke helt, en slugt tror jeg

Hvad er dit yndlings postnummer?

Nummer 100

Hvilken farve på et o-kort hader du mest?

Meget mørk grøn (tæthed 3'ere)

Kan du bedst li' bøg eller gran?

Bøg

På en skala fra 1-10, hvor vigtig er spurten?

Det kommer an på hvilke væd-deål man har indgået, i dag var det 7

Foretrækker du almindelig træning eller mentaltræning (at tænke på at løbe)?

Almindelig træning

Conor Klingenberg – 11 år, Fåborg OK

Hvad synes du er det bedste en post kan være placeret ved?

Huller, vandhuller og ellers bare kurver

Hvad er dit yndlings postnummer?

69, det kan man også læse på hovedet

Hvilken farve på et o-kort hader du mest?

Gul med grønne striber

Kan du bedst li' bøg eller gran?

Gran

På en skala fra 1-10, hvor vigtig er spurten?

7

Foretrækker du almindelig træning eller mentaltræning (at tænke på at løbe)?

Almindelig træning

Zenia Hejlskov Mogensen – 17 år, Silkeborg OK

Hvad synes du er det bedste en post kan være placeret ved?

En punkthøj!

Hvad er dit yndlings postnummer?

137

Hvilken farve på et o-kort hader du mest?

Brun (kurver o. lign.)

Kan du bedst li' bøg eller gran?

Bøg

På en skala fra 1-10, hvor vigtig er spurten?

9,7

Foretrækker du almindelig træning eller mentaltræning (at tænke på at løbe)?

Almindelig træning

Jakob Dybdal Abrahamsen – 12 år, Århus 1900

Hvad synes du er det bedste en post kan være placeret ved?

De plejer at ligge på stierne, men kan egentlig bedst li' sten

Hvad er dit yndlings postnummer?

100

Hvilken farve på et o-kort hader du mest?

Skraveret rødt

Kan du bedst li' bøg eller gran?

Bøg

På en skala fra 1-10, hvor vigtig er spurten?

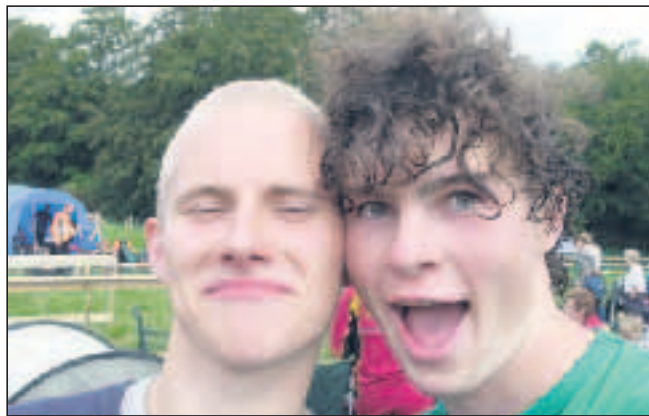
10!

Foretrækker du almindelig træning eller mentaltræning (at tænke på at løbe)?

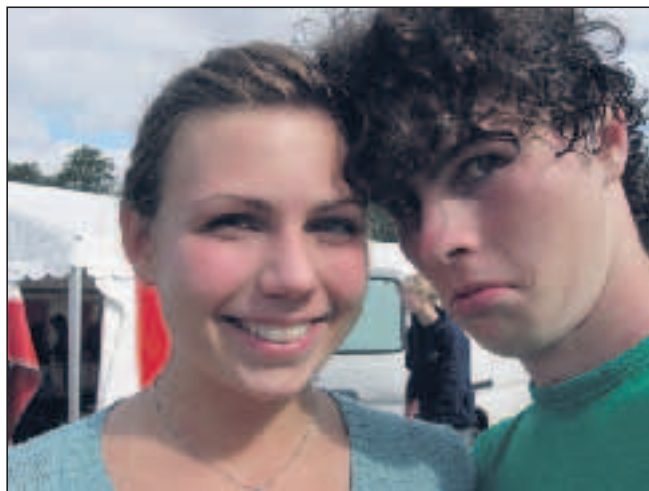
Almindelig træning

Og hvad kan vi så drage ud af dette? Alle poster burde være nummer 100, man burde kun løbe i bøg, og så må der gerne være flere spurter, de er jo vigtige. De unge træner også med almindelige træningsmetoder, de nye og alternative måder er åbenbart ikke nået til Danmark endnu, kun Emil Ruud, der bor tæt på Sverige kender til dem..

Af ungdomsredaktør Tobias Frich, OK Roskilde



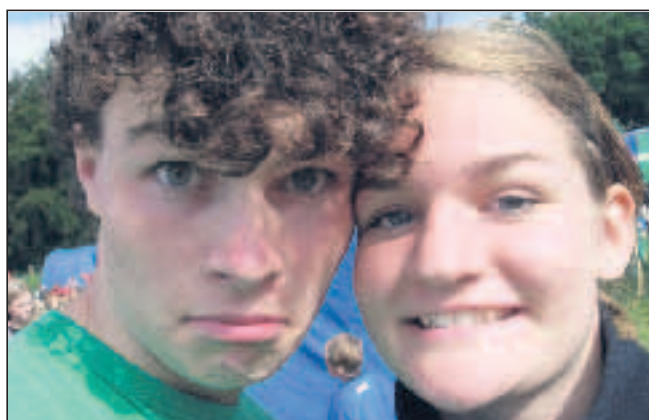
Emil Ruud Torp – 17 år, Helsingør SOK



Lærke Lundedal Jensen - 18 år, FIF Hillerød



Conor Klingenberg – 11 år, Fåborg OK



Zenia Hejlskov Mogensen – 17 år, Silkeborg OK



Jakob Dybdal Abrahamsen – 12 år, Århus 1900

Ungdomsredaktion

Tobias Midtgaard Frich – OK Roskilde, er kommet med i den dynamiske U-redaktion



Tobias - satser på det sjove!!

Jeg hedder Tobias og løber for OK Roskilde, og det har jeg

gjort siden år 2001. Jeg lægger stor vægt på det sociale aspekt af sporten, altså at det skal være sjovt. Min mor er pressechef i OKR, så jeg prøver også at hjælpe til, så godt jeg kan, med rekrutteringen af nye medlemmer. Jeg synes selv det er sjovt at skrive artikler om sjove ting, så det er det jeg vil lægge størst fokus på her

Det griber om sig

Lars Olsen glæder sig til arbejdet i forbundets planlægningsudvalg

Jeg begyndte at løbe orienteringsløb i 1972-73 som soldat på Almegårdens Kaserne, Bornholm, hvor jeg havde en løjtnant, som var meget interesseret i orienteringsløb, og som gennem hele min soldatertid arrangerede mange løb for os soldater. Et af de første løb vandt jeg faktisk og scorede en ekstra fridag på den konto. Kort efter blev denne form for præmiering desværre afskaffet, men jeg havde stor glæde også af de senere løb.

10 års pause

Da jeg sluttede som soldat, var jeg meget indstillet på at fortsætte med at dyrke orienteringsløb, men af forskellige praktiske og personlige grunde gik der mere end 10 år, før jeg igen befandt mig i en skov med et kort og kompas i hånden. Denne gang var det en nabo i Roskilde, hvor jeg nu var bosat, som gjorde mig opmærksom på, at OK Roskilde hver lørdag i april og maj måned arrangerede træningsløb i Boserup skov. Da jeg i mellemtiden havde stiftet familie og havde to små børn med deraf følgende yderst begrænset tid til rådighed til den slags fritidsaktiviteter, lød det jo ret uforpligtende bare at kunne møde op i Boserup og

få en god og udfordrende løbetur. Jeg skulle blive klogere!

Hurtig beslutning

Efter to lørdage var jeg ramt af den hellige orienteringsild igen og meldt ind i OK Roskilde. Jeg forklarede pligtskyldigt min tålmodige ægtefælle, at det stort ikke ville indebære noget fravær fra hjemmet, hvilket desværre har vist sig efterfølgende ikke helt at kunne holde i praksis. Ugentlige træningsaftener, konkurrenceløb i weekenden, klubture, påskeløb og træning i Sverige. Alt det kunne måske være til acceptere. Problemet er, at jeg har svært ved ikke at engagere mig i de ting, som jeg beskæftiger mig med og som interesserer mig. Stille og rolig blev jeg også viklet ind i klubbens organisatorisk arbejde: medlem af ungdomsudvalg, funktionsleder, stævneleder, pennefører på klubvedtægter etc., indtil jeg en dag for snart 10 år siden blev opfordret til at overtage hvervet som formand for klubben.

Markant fremgang

Igen fik jeg ved kølig og nøgtern analyse af situationen – og ved total seen bort fra alle faresignaler – overbevist mig selv om, at det tidsmæssigt reelt ikke ville betyde nogen ændring for mig. Og igen skulle jeg blive klogere. Det har været spændende 9 år, hvor jeg har fungeret som OK Roskildes formand. Klubben har i den periode - takket være en stor opbakning fra medlemmerne, tilgang af nogle ressourcestærke familier og et

godt aldersmæssigt miks - været inde i en markant fremgang, både sportsligt og organisatorisk. Kronen på værket har indtil nu været, da OK Roskilde i 2004 blev kåret som årets idrætsklub i Roskilde.

Nye kræfter til

Det var naturligt for mig ved generalforsamlingen i februar i år at stoppe som formand. 9 år som formand er længe – der skal med jævne mellemrum nye kræfter til at tage over, for at bevare initiativet og den fortsatte udvikling i klubarbejdet.

Jeg nåede lige at glæde mig over den megen fritid, jeg pludselig havde til rådighed og var så småt begyndt at fokusere på andre muligheder for beskæftigelse så som bøger og musik, da Preben Schmidt pludselig en aften kontaktede mig og spurgte om planudvalget ikke var noget

Jeg kender Preben godt fra arbejdet i udviklingsgruppen og senest reglementsgruppen, og mere generelt kender jeg hele organisationen omkring DOF og de mange engagerede mennesker, som befolker denne, så beslutningen om at sige ja var egentlig ikke så svær.

Glæder mig

Jeg ser frem til at skulle beskæftige mig med et krævende arbejdsområde, hvor der er en række nye initiativer undervejs, som skal styres sikkert, og behov for en stadig struktureret planlægning. Men også til at samarbejde med en række markante personligheder inden for orienteringssporten,



Lars Olsen går ind for struktureret planlægning - en kvalitet, der passer godt sammen med formandskabet i netop Planudvalget. Foto: PS.

både i udvalget og ude i klubberne.

Til daglig er jeg ansat som budgetkonsulent i en statsvirksomhed på Frederiksberg. Uddannelsesmæssigt har jeg en blandet baggrund som jurist og økonom, hvilket jeg både jobmæssig og det organisatoriske arbejde i fritiden har stor glæde af at kunne trække på. Den forsømte familie består af ægtefælle og to børn. Ingen af dem har desværre for alvor vist interesse for at løbe orienteringsløb, men begge børn dyrker andre former for idræt.

Mine bedste resultater i skoven rækker ikke langt. Men jeg nyder at komme i skoven hver gang. Og bruger efter løbet masser af tid på at gennemgå kortet og finde ud af, hvor der er basis for forbedring.

Af Lars Olsen, 53 år, ny formand for DOFs planudvalg



Det kræver - og giver

Nyt medlem af breddeudvalget

Her i foråret blev jeg headhunted til breddeudvalget! Det forpligter, der er jo mange der står på spring – eller hvordan er det nu? Hvordan tingene

Lene Thorsen, 49, nyt medlem i DOFs breddeudvalg.

end hænger sammen, har jeg sagt ja tak til opgaven, og jeg skal fra min platform inden for o-sporten gøre mit bedste for at udfylde denne plads.

Og min platform det er OK-WEST i Vestjylland hvor jeg i de sidste fire år har haft med de sidste fire år har haft med ungdomstræningen at gøre. Det er et krævende arbejde,

men også meget givende, da vi er sammen med nogle fantastiske positive ungdomsløbere. Ved siden af o-løb har jeg et fuldtidsjob som folkeskolelærer i Blåbjerg kommune. Privat er jeg gift med Per Bo-viën Christensen, som også er ungdomstræner i OK-WEST. Sammen har vi tre drenge:

Emil, 23 år, bor i Århus. Aktiv o-løber og U2-leder.
Søren, 18 år, ungdomstræner i OK-WEST.
Rasmus, 16 år, løber ikke o-løb, men spiller fodbold!

Af Lene Thorsen, DOFs breddeudvalg

Kort uden konsulent

Projekt- og honorarordning skal afløse kortkonsulent.

Onsdag den 13. september 2006 havde Søren Nielsen sidste arbejdsdag som kortkonsulent i Dansk Orienterings-Forbund. Dermed slutter et langt ansættelsesforhold i kortkvalitetens tjeneste.

Pr. 1. oktober 2005 reducerede forbundet stillingen fra fuld tid til 20 timer pr. uge. Samtidig blev det aftalt at gøre ansættelsen tidsbestemt til et år. Det er tanken at benytte en projekt- og honorarordning fremover.

Den endelige model er ikke fastlagt, men udgangspunktet er fortsat en stor fokusering på sikring af høj kortkvalitet. DOF ønsker at fastholde en høj kortkvalitet gennem fortsættelse af de lokale kortkonsulenters indsats, at styrke uddannelse af korttegnere og give bedre vejledning og service til klubberne på områder



Søren Nielsen (t.h.) i aktion med råd om kort. Foto: PS.

som grundmaterialer og Af Preben Schmidt print/tryk løsninger.

Ny eliteredaktør

Michael H. Sørensen, der opfandt O-manager, har overtaget eliten som stofområde for orientering.dk



Michael H. Sørensen - i fuld fart. Overtager elitestoffet i orientering.dk fra Thomas Jensen, der har skrevet en stor del af VM-reportagen til dette nr.

Navn: Michael H. Sørensen
Alder: 29 år
Bopæl: Birkerød
Klubber: Tisvilde Hegn OK og Farum-Tisvilde OK
Tidligere klubber: OK Øst Birkerød og Spring Cup OK samt 'danskeklubben' Göteborg-Majorna OK, mens jeg boede i Sverige i perioden 2002-2003
Meritter: 5 individuelle DM-medaljer som senior (heraf 3

gange sølv på ultralang) samt DM-stafet-guld med Tisvilde Hegn OK i 2005. Nr. 8 med Farum-Tisvilde til Jukola 2005. Øvrige aktiviteter i o-verdenen: Uddannet diplomtræner, leder af østkredsens juniorgruppe, nyhedskribent på orientering.dk, opfinder af o-manager-spillet, banelægger til flere åbne løb (herunder KUM, Spring Cup og ungdomslandskampen Baltic Cup), tidligere talentmiljøtræner og bestyrelsesmedlem i Spring Cup OK. Civil: uddannet økonom (cand.polit) og ansat som økonomisk fuldmægtig i Københavns Amt.



indbydelse

Indbydelse

Kun indbydelse, der mailes til orientering.dk bringes under denne rubrik.

28.-29. Oktober 2006 Bornholm Høst-Open
2-dages klasse D o-stævne
Arrangør: Rønne IK Orientering
Kort: 28/10 »Rø Plantage«. Ækv. 2,5 m, Rev. 2006
29/10 »Varperne«. Ækv. 2,5 m, Rev. 2004/2006
Første start: 28/10 kl. 12:00
29/10 kl. 9:00
Stævneplads: Oversigt over stævnepladser samt kørevejledning kan ses på hjemmesiden fra 1/10.

EKT: Sportident
Klasser: D/H10 til D75/H80 + Åbne1 til Åbne5.
Startafgift: 10-16 år: 100 kr, 17-160 kr (for begge dage)
Lejebrik 20kr.
Omkæld. og bad: Ingen
Tilmelding: Via O-service senest mandag den 9. oktober.
Eftertilmelding frem til 22. oktober mod tillæg på 80 kr
Internet: www.host-open.dk
Bemærk: Vær opmærksom på at: **Rø Plantage er lukket for potentielle deltagere, trænere, ledere og andre team officials til NOC 2007!**

29. oktober 2006 i Svinkløv
NORDJYSK MESTERSKAB DAG 2006,
Nordjysk Mesterskab, Dag
Arrangør: Aalborg OK
Stævneplads: Afmærkning på vejen fra Fjerritslev til Svinkløv.
Parkering tæt ved stævneplads. Max 200 meter.
Kort: Svinkløv 2004, 1:10.000.
Ækvidistance 2,5 m.

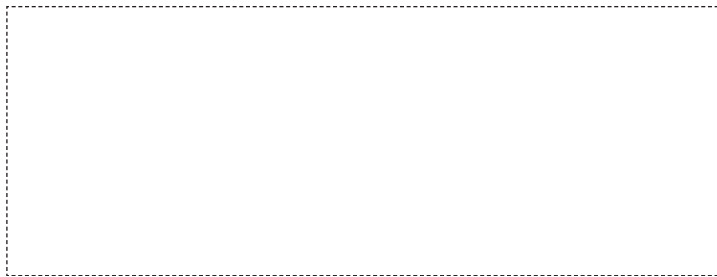
Terræn: Let til svært kuperede områder. Klitplantage med både nåle- og løvskov og relativ god gennemløbelighed.
Første start kl. 10.00.
Afstand fra stævneplads til start er max. 400 meter.
Klasser, baner Klasser iflg. reglement Nordjysk Mesterskab. Ingen åbne baner.
Sværhedsgrader efter DOF's reglement for B-løb.
Startafgift: 40 kr.- 20 år. 50 kr. øvrige.
Klubvis til pengeinstitut: reg. nr. 7450, konto nr. 0001227206
Tillægsgebyr for løbere uden egen Emit-brik: 10 kr.
Tilmelding: (klubvis) Via O-service senest torsdag d. 19. oktober 2006.
Efteranmeldelse modtages ikke. Ingen åbne baner.
Ingen tilmelding forud til børnebaneløbet.
EKT-system: Emit

Søndag den 12. november 2006
43. Jættemil i Store Dyrehave
Kort: St.Dyrehave, rev 2006.
1:10000
Arrangør: OK 73
Løbsform: Langdistance o-løb med klassevis samlet start og gafflinger.
Mødested: Egedam. Overdrevsvej/Kongens Vænge, 3400 Hillerød.
Afmærkning fra Kongevejen og Isterødvejen
Første start: 09.40
Ingen børnebaneløbet og ingen åbne baner
Ekt: SPORT-ident
Startafgift: Under 21 år/ kr. 60.- over 21 år/ kr. 90.-
Lejebrik, små kr. 10.-, store kr. 20.-
Tilmelding: Klubvis via o-service senest Søndag den 29. oktober
Yderligere oplysninger: www.orientering.dk/ok-73

• Spændende uddannelse • Lav ledighed
• Godt studiemiljø • Mange jobmuligheder
www.blivlandinspektør.nu

Afsender:
Dansk Orienterings-Forbund
Idrættens Hus,
Brøndby Stadion 20,
2605 Brøndby

Forsendelsen eftersendes ved adresseændring



Ændringer vedr. adresser
foretages i O-service



Magasinpost
ID-nr. 46186

DOF-butikken

Salg af materialer og materiel til orientering

Industrivej 14,
7470 Karup.

Almindelige betingelser:

Bestillinger af salgsvare sker bedst på e-mail - lok@mail.tdcadsl.dk
- eller telefon 97 10 01 03
Opgiv antal og varenummer.
Normal leveringstid 1-3 dage.

www.netkopp.dk
www.do-f.dk

ORIENTERING
ALT TIL O-LØB & TRÆNING

Se dem på www.mollersport.dk

MØLLER SPORT
Tlf. 86 89 19 96 - Fax 86 89 33 46 - e-mail: em@it.dk

LØBEREN
- Alt i udstyr til løb

STÅ FAST MED



Vi har et bredt sortiment i løbesko, løbetøj og tilbehør fra alle førende mærker



Hos Løberen har vi specialiseret os i at give vores kunder en grundig og seriøs vejledning, uden at det bliver dyre.



asics Gel-ARTIC

Terrænsko med god støddabsobering til brug udenfor vej og bane. Stærk og kraftig sål samt slidstærk overdel. 7mm metalpigge under skoen sikrer godt greb på fedtede eller isede stier og veje. Vandafvisende Teflon overdel.

Uni-sex

kr. **1000,-**



asics Gel Trabuco

Terrænsko med god støddabsobering til brug udenfor vej og bane. Stærk og kraftig sål samt slidstærk overdel gør den velegnet til al slags vejr samt ideel til brug i bl.a. skov. Den er relativt høj i hælen.

Herre + Dame

kr. **900,-**

www.loberen.dk

Løberen Vejle • Vestergade 36 • 7100 Vejle • Tlf. 7572 0900
Løberen Aalborg • Vesterbro 89 • 9000 Aalborg • Tlf. 9816 4148
Løberen Århus • Banegårdsgade 4 • 8000 Århus • Tlf. 8612 4148
Løberen Lyngby • Lyngby Torv 10 • 2800 Kgs. Lyngby • Tlf. 4593 1816