

Til: Østkredsens Klubformænd  
Kredsbestyrelse, Øst  
Kredsformænd, Syd og Nord  
DOF kontor



---

## Dagsorden for klubledermøde 1/2024

**Mødested:** Roskilde OK's Klubhus, "Nordpilen", Bjældevej 20, 4000 Roskilde.

**Mødedato/tid:** Mandag d. 29. januar 2024, kl. 17:30 - 21:30.

**Mødeindkaldte:** Repræsentanter fra alle klubber i Østkredsen – ikke nødvendigvis klubformændene!  
Hver klub må stille med én eller flere repræsentanter. Hver klub har dog kun to stemmer, såfremt det skulle komme til en afstemning.

**Spisning:** Mødet indledes med spisning. Den egentlige dagsorden begynder **kl. 18:30**.

**Tilmelding:** Via O-service. Tilmelding senest lørdag d. 27. januar.

---

## Dagsorden:

### A. Formalia (5 min.)

1. Registrering af fremmødte
2. Valg af referent.

### B. Vinterens klub (15 min)

1. Vinterens klub – Køge OK v/ Tage Ebbensgaard.

### C. Indlæg (15 min.)

1. Nyt fra DOF's sekretariat v/ Klub- og B&U konsulent Carsten Lausten.

### D. Igangværende opgaver og aktiviteter (40 min.)

1. OrienteringsTeknik ØST – status v/ Jonas Falck Weber.
2. Nye former for Kredsløb – oplæg fra Torben Seir (**Bilag 1**).
3. Fordeling af skove i Østkredsen – oplæg fra Torben Seir (**Bilag 2**).

### E. Pause (15 min.)

## F. Beretning og valg (40 min.)

### 1. Beretning fra Kredsbestyrelsen:

- 1.1. Formanden, Torben Seir (Formandens beretning for Østkredsen 2023 – **Bilag 3**)
- 1.2. Planudvalget, Bjarke Sucksdorff
- 1.3. Kortudvalget, Rolf Andersen (skema med kortudvalgets aktiviteter er vedlagt som (**Bilag 4**))
- 1.4. Børne & Unge, vakant
- 1.5. Eliteudvalget, Rasmus Ødum
- 1.6. MTBO-udvalget, Bjarke Sucksdorff
- 1.7. Materiel og SportIdent, Mogens Jørgensen
- 1.8. Østkredsens Venner, herunder:

- Redegørelse for Vennernes virksomhed, Johan Frydendahl
- Regnskab 2023
- Valg af Kasserer for Østkredsens Venner (samtidigt kasserer for Østkredsen):  
*Johan Frydendahl – modtager genvalg*
- Valg af to revisorer:  
*Ronald Clausen – modtager genvalg*  
*Max Prang – modtager genvalg*
- Valg af revisorsuppleant:  
*Jette Viborg Sørensen, Amager OK – modtager genvalg*
- Eventuelt

### 2. Valg til Østkredsens bestyrelse:

- 2.1. Kredsbestyrelsens formand (lige år): *Torben Seir – modtager ikke genvalg.*
- 2.2. Kredsbestyrelsens næstformand (ulige år): *Bjarke Sucksdorff – ikke på valg.*
- 2.3. Formand, Planudvalget (repræsentant i DOF-området Stævne og Reglement):  
*Bjarke Sucksdorff – modtager ikke genvalg.*
- 2.4. Formand, Kortudvalget (repræsentant i DOF-området Kort):  
*Rolf Andersen – modtager ikke genvalg.*
- 2.5. Formand, Børn & Unge-udvalget (repræsentant i DOF-området Børn & Unge): *Vakant*
- 2.6. Formand, Eliteudvalget (repræsentant i DOF's Eliteudvalg).  
*Rasmus Ødum – modtager genvalg.*
- 2.7. Formand MTBO-udvalget (repræsentant i DOF-området MTBO).  
*Bjarke Sucksdorff – modtager genvalg.*
- 2.8. Formand for materiel/SportIdent: *Mogens Jørgensen – modtager genvalg.*

## G. Generel information fra Østkredsen (30 min.)

1. SM-medaljer og klasser 2024 – forslag vedlagt (**Bilag 5**)
2. Terminslisten 2024 v/ Bjarke Sucksdorff – link: [Langtidsterminslisten](#)

## H. Orientering fra klubberne (10 min.)

1. Ordet er frit så langt tiden rækker!

## I. Eventuelt (10 min.)

1. -

### Mødeplan 2024

Dato	Møde	Mødested	Emne
Mandag d. 8. januar 19:00	Kredsbestyrelsesmøde 1/2024	Torben Seir	-
Mandag d. 29. januar 17:30	Klubledermøde 1/2024	OK Roskildes Klubhus	Valg
Mandag d. 4. marts 19:00	Kredsbestyrelsesmøde 2/2024	Ikke fastlagt	Organisering
Mandag d. 27. maj 19:00	Kredsbestyrelsesmøde 3/2024	DSR's Klubhus	-
Mandag d. 10. juni 17:30	Klubledermøde 2/2024	OK Roskildes Klubhus	-
Mandag d. 21. oktober 19:00	Kredsbestyrelsesmøde 4/2024	Ikke fastlagt	-
Mandag d. 4. november 17:30	Klubledermøde 5/2024	OK Roskildes Klubhus	-
Mandag d. 2. december 19:00	Kredsbestyrelsesmøde 5/2024	Ikke fastlagt	Afslutning

Torben Seir  
Formand, Østkredsen

## Nye former for Kredsløb – oplæg

Oplægget er udarbejdet med udgangspunkt i en diskussion på Østkredsens klubledermøde den 6. november 2023.

Baggrunden for diskussionen var kredsløbenes faldende deltagerantal og mulige tiltag for at ændre faldet ved fx at ændre den måde, hvorpå kredsløbene bliver afholdt.

### Definition af kredsløb:

Betegnelsen kredsløb omfatter alle åbne orienteringsløb i Østkredsen, som jf. Fod-O Reglement 2023 ikke er A-stævner (DM-er, finalerunden i divisionsturneringen, WRE-løb mv.). Kun løb på terminslisten/i O-service er omfattet. MTB-O er ikke inkluderet i oplægget, men har ligeledes problemer med faldende deltagerantal.

### Afvikling af kredsløb:

Som udgangspunkt følger afholdelsen af kredsløb de generelle retningslinjer i Reglement 2023 (reglementets Almindelige del, side 1 til 24 med tilhørende bilag).

Eksempler på mulige ændringer af løbsformen (fra diskussionen ved klubledermødet):

- Overgang fra startlister med fast starttid til Put & Run.
- Sammenlægning af klasser til fx samme klasser/baner som ved divisionsløbene.
- Afvikling af kredsløb over flere dage med Put & Run.
- Ændring af løbsform til tekniktræning.

Derudover er der et ønske om at forbedre kredsløbenes kvalitet med hensyn til kort og baner, men også ved valg af skove.

### SM'er:

Eksempler på mulige ændringer:

- Antal af klasser bør afspejle antallet af deltagere.
- Afholdelse af SM over flere dage (prøvet før for SM-nat).
- Etablering af SM-kombineret bestående af Lang og Nat (mit eget forslag).

### Etablering af arbejdsgruppe:

Der nedsættes ved klubledermødet den 29. januar en arbejdsgruppe med 3-5 medlemmer.

Arbejdsgruppens opgave vil være at udarbejde et nyt koncept for kredsløb til afprøvning ved et eller flere af efterårets kredsløb.

Forslag til nyt koncept / nye koncepter for kredsløb / SM'er fremlægges og diskuteres på klubledermødet den 10. juni 2023.

Formanden for Østkredsen  
Torben Seir

Helsingør, den 7. januar 2024

## Fordeling af skove i Østkredsen – oplæg

Oplægget er udarbejdet med udgangspunkt i en diskussion på Østkredsens klubledermøde den 12. juni 2023.

Baggrunden for diskussionen var et ønske om en overordnet beslutning om den orienteringsmæssige anvendelse af Østkredsens skove.

Vi vil på den ene side have ”jomfruelige skove” til afholdelse af bl.a. DM'er, men vi vil på den anden side også have gode skove til afholdelse af kredsløb og træninger.

### Etablering af arbejdsgruppe:

Der nedsættes ved klubledermødet den 29. januar en arbejdsgruppe med 3-5 medlemmer med deltagere fra klubber, arrangører, korttegnere, OTØ mv.

Arbejdsgruppens opgave vil være at udarbejde en fordeling af Østkredsens skove i (som udgangspunkt) følgende anvendelseskategorier:

- A-stævner (DM'er, WRE mv.).
- Kredsløb.
- OTØ og klubtræninger.

Forslag til skovfordeling udsendes til klubberne til høring i løbet af foråret. Skovfordelingen vedtages endeligt ved klubledermødet den 10. juni 2024.

Formanden for Østkredsen  
Torben Seir



## Østkredsen – Beretning 2023

Valg til kredsbestyrelsen blev afholdt ved klubledermødet den 30. januar. Kredsbestyrelsen har i 2023 været sammensat af følgende personer:

Formand:	Torben Seir (kredsrepræsentant og næstformand i DOF's hovedbestyrelse)
Næstformand:	Bjarke Sucksdorff (næstformand)
Kasserer:	Johan Frydendal (for Østkredsens Venner)
Kort:	Rolf Andersen (kredsrepræsentant i DOF-området Kort)
Plan:	Bjarke Sucksdorff (kredsrepræsentant i DOF-området Stævne og reglement)
Børn & Unge:	Vakant
Materiel & SI:	Mogens Jørgensen
Elite:	Rasmus Ødum (kredsrepræsentant i Eliteudvalget)
MTBO:	Bjarke Sucksdorff (kredsrepræsentant for DOF-området MTBO)

Som det fremgår, har Østkredsen atter i år ikke haft en repræsentant for Børn og Unge i Kredsbestyrelsen. Det må formodes, at der fortsat arrangeres U1 og U2 kurser samt Ungdomssommerlejr.

### Møder

Kredsbestyrelsen har i 2023 afholdt 5 kredsbestyrelsesmøder.

For klubberne er der afholdt 3 klubledermøder i Roskilde OK's klubhus. Deltagerantallet har været mellem 23 og 25 deltagere. Klubledermøderne er et uvurderligt bindeled mellem Østkredsens klubber indbyrdes og mellem Klubber og Forbund. Stor tak til de fremmødte klubber, debatlysten og den altid gode tone.

### OTØ

OrienteringsTeknik ØST (OTØ) har været et tilbud gennem alle måneder i 2023, bortset fra en sommerpause i juli. Siden starten i 2021 er der nu arrangeret 123 træninger. I 2023 blev det til 47 træninger afsluttende med en fælles juleafslutning i St. Dyrehave med omkring 115 deltagere.

Startafgiften for deltagelse i en OTØ-træning har i 2023 været 25 kr., dog med rabat til grupper med mere end 10 deltagere (klubtræninger). Groft bedømt ud fra MobilePay indbetalingerne har der været min. 3.000 deltagere ved træningerne. Det har været, og vil fortsat være, op til den enkeltes samvittighed at indbetale den obligatoriske startafgift til Østkredsens Venner. Husk at betale!

OTØ-træningerne har været tilrettelagt af de to trænere Lasse og Jonas Falck Weber fra Tisvilde Hegn OK. Herfor bliver der udbetalt en samlet godtgørelse på 1.600 kr. pr. træning. Fratrækkes udgifter (trænergodtgørelse, skærme, drift af hjemmeside mv.) fra indtægter (deltagerbetalinger) har Østkredsens Venner ydet et tilskud (økonomisk støtte) i 2023 på 12.588 kr.

En meget stor tak til Lasse og Jonas samt ikke mindst deres hjælpere for det store arbejde som trænere – et arbejde, som udover selve banelægningen med udsætning og inddragning af poster, har inkluderet ansøgning om løbstilladelse hos Naturstyrelsen, fremstilling og upload af pdf-kort til hjemmeside og O-track, udfærdigelse af instruktion og ajourføring af Facebook.

OTØ fortsætter i 2024 med samme træningsfrekvens som i 2023. Det er besluttet at hæve deltagerprisen til 35 kr., hvoraf de 10 kr. vil blive overført som et aktivitetstilskud til DOF.

### Økonomi

En forudsætning for at Østkredsens Venner kan bidrage med økonomisk støtte til fælles træningsprojekter som OTØ er den indtjening, som vi får gennem salg og udlejning af materiel og SportIdent. Stor

tak til Mogens Jørgensen, som altid har ydet en stor og uvurderlig indsats. Mogens har bedt om, at der på sigt arbejdes på at finde en medhjælper til forretningen. Det er et område vi fortsat har fokus på, dog har vi har brug for klubberne til at finde en medhjælper. Endvidere en stor tak til Johan Frydendal for god forvaltning af Vennernes formue og samtidigt hermed en opfordring til klubberne om at komme med forslag til gode projekter, hvortil der kan ydes økonomisk støtte.

## **Kredsdepot**

Kredsdepotet har i 2023 været placeret i Lyngby på adressen Engelsborgvej 42, 2800 Kongens Lyngby. Ronald Clausen varetager i samarbejde med Mogens Jørgensen opsynet og driften med depotet. Stor tak til dem begge.

## **Tak til alle**

Slutteligt en stor tak til alle medlemmer i Kredsbestyrelsen for deltagelsen i bestyrelsesarbejdet, til referatskrivere, indlægsholdere samt til klubberne, som i den sidste ende har fået det hele til at hænge sammen til en helhed.

*Torben Seir,  
Formand for Østkredsen*

## BILAG 4

Kort	Klub	Kortansvarlig	Målestok	Type	Arrangement	Kortkonsulent	Kvalitetsmærke
TV byen	OK 73	Stefan Hansen	1:3/4.000	Sprint	Jubilæumsløb 2023	Mogens Hansen	Nej
Frederikssund	Farum OK	Mads K Larsen	1:3/4.000	Sprint	Danish Spring 2023	Mogens Hansen	Ja
Gribskov Midt	FIF Hillerød	Bo Simonsen	1:7.5/10.000	Skov	WRE 2023	Mogens Hansen	Ja
Gribskov Nord	FIF Hillerød	Ulrik Staugaard	1:7.5/10.000	Skov	DM Mellem 2023	Mogens Hansen	Ja
Hillerød	FIF Hillerød	Malthe Poulsen	1:3/4.000	Sprint	DM Knockout 2023	Mogens Hansen	Ja
Annebjerg Skov	Holbæk OK	Jan Thiesen	1:10.000	Skov	DM Nat 2024	Rolf Andersen	Ja
Galløkken/Rønne Syd	Viking Atletik	Bent Christiansen	1:4.000	Sprint	Bornholm Høst 2023	Hans Aage Mortensen	Ja
Fredensborg	FIF Hillerød	Mads K Larsen	1:3/4.000	Sprint	DM Sprint 2024	Mogens Hansen	Ej afsluttet
Fredensborg	FIF Hillerød	Mads K Larsen	1:3/4.000	Sprint	DM Sprintstafet 2024	Mogens Hansen	Ej afsluttet
Dragør	Amager OK	Rolf Andersen	1:3/4.000	Sprint	SM Sprint 2024	Mogens Hansen	Ej afsluttet
Ganløse Eged/ Krogenlund	Farum OK	Jens Korsholm	1:10.000	Skov	DM Hold 2024	Gunnar Grue-Sørensen	Ej afsluttet
Gribskov Nord / Harager Hegn	FIF Hillerød	Lars & Bo Simonsen	1:10.000	Skov	DM Ultralang 2024	Troels Christiansen	Ej afsluttet

Møder	Dato	Deltagere
DOF Kortudvalg	26-jan	Rolf Andersen, Mogens Hansen
DOF Kortudvalg	15-maj	Rolf Andersen, Mogens Hansen
DOF Kortudvalg	22-sep	Rolf Andersen, Mogens Hansen
DOF Konsulenttræf	22+23-sep	Rolf Andersen, Mogens Hansen, Troels Christiansen, Gunnar Grue-Sørensen, Hans Aage Mortensen



SM-sprint		Dato: 5/5-24		
Amager OK		Skov: Dragør		
Klasse	Deltagerantal i 2023	Guld	Sølv	Bronze
H12	2	1	1	1
H14	2	1	1	1
H16	3	1	1	1
H18	3	1	1	1
H20	Ingen	1	1	1
H21	5	1	1	1
H35	3	1		
H40	1	1		
H45	1	1		
H50	10	1		
H55	11	1		
H60	11	1		
H65	8	1		
H70	7	1		
H75	7	1		
H80	4	1		
H85	3	1		
D/H90	Ingen	1		
D12	3	1	1	1
D14	7	1	1	1
D16	5	1	1	1
D18	4	1	1	1
D20	Ingen	1	1	1
D21	5	1	1	1
D35	Ingen	1		
D40	3	1		
D45	5	1		
D50	4	1		
D55	7	1		
D60	6	1		
D65	10	1		
D70	5	1		
D75	6	1		
D80	1	1		
D85	Ingen	1		
I alt	152	35	12	12

59

**Gældende regler for medaljer:**

Ungdomsklasser til og med H/D 21: Guld, Sølv og Bronze

Øvrige klasser: Guld til vinderen

SM-lang 2024				1/9-24	
FIF Hillerød				Grib Skov	
Klasse	Deltagerantal i 2023	Guld	Sølv	Bronze	
H10	Ingen	1	1	1	
H12	2	1	1	1	
H14	6	1	1	1	
H16	14	1	1	1	
H18	-	1	1	1	
H20	19	1	1	1	
H21	30	1	1	1	
H35	5	1			
H40	1	1			
H45	11	1			
H50	18	1			
H55	15	1			
H60	14	1			
H65	14	1			
H70	11	1			
H75	11	1			
H80	5	1			
H85	4	1			
DH/90	Ingen	1			
D10	2	1	1	1	
D12	3	1	1	1	
D14	9	1	1	1	
D16	13	1	1	1	
D18	-	1	1	1	
D20	16	1	1	1	
D21	15	1	1	1	
D35	Ingen	1			
D40	7	1			
D45	5	1			
D50	5	1			
D55	9	1			
D60	10	1			
D65	8	1			
D70	6	1			
D75	9	1			
D80	3	1			
D85	Ingen	1			
I alt	300	37	14	14	
			65		

**Gældende regler for medaljer:**

Ungdomsklasser til og med H/D 21: Guld, Sølv og Bronze

Øvrige klasser: Guld til vinderen

SM-stafet		Dato: 31/8-23		
FIF Hillerød		Skov: Grib Skov		
Klasse	Deltagerantal i 2022	Guld	Sølv	Bronze
D/H max 43	5	3	3	3
H12	2	3	3	3
H16	1	3	3	3
H20	Ingen	3	3	3
H21	4	3	3	3
H35	2	3		
H45	1	3		
H55	3	3		
H65	2	3		
H75	2	2		
H80	1	2		
D/H min 185	5	3		
D12	2	3	3	3
D16	Ingen	3	3	3
D20	Ingen	3	3	3
D21	Ingen	3	3	3
D35	1	3		
D45	3	3		
D55	1	3		
D65	2	3		
D70	2	2		
I alt	39	60	27	27
			114	

**Gældende regler for medaljer:**

Ungdomsklasser til og med H/D 21: Guld, Sølv og Bronze

Øvrige klasser: Guld til vinderen

SM-nat 2023		Dato: 13/3-24		
Allerød OK		Skov: Ravnsholt Skov		
Klasse	Deltagerantal i 2023	Guld	Sølv	Bronze
H12	2	1	1	1
H14	1	1	1	1
H16	2	1	1	1
H20	7	1	1	1
H21	4	1	1	1
H35	2	1		
H40	5	1		
H45	4	1		
H50	12	1		
H55	12	1		
H60	15	1		
H65	10	1		
H70	7	1		
H75	10	1		
H80	Ingen	1		
H85	2	1		
D12	1	1	1	1
D14	4	1	1	1
D16	1	1	1	1
D20	3	1	1	1
D21	1	1	1	1
D35	Ingen	1		
D40	1			
D45	5	1		
D50	1			
D55	4	1		
D60	4			
D65	2	1		
D70	3			
D75	1	1		
D80	1			
D85	Ingen			
D/H90	Ingen			
I alt	127	26	10	10
			46	

**Gældende regler for medaljer:**

Ungdomsklasser til og med H/D 21: Guld, Sølv og Bronze

Øvrige klasser: Guld til vinderen

MTBO SM-mellem				??-24
Arrangør?				Skov: ?
Klasse	Deltagerantal i 2023	Guld	Sølv	Bronze
D/H12	Ingen	1	1	1
H14	1	1	1	1
H17	Ingen	1	1	1
H20	Ingen	1	1	1
H21	2	1	1	1
H40	1	1		
H50	7	1		
H60	9	1		
H70	2	1		
D/H75		1		
D/H80		1		
<del>H75</del>	5			
<del>H80</del>	1			
<del>H85</del>	Ingen			
D14	Ingen	1	1	1
D17	Ingen	1	1	1
D20	2	1	1	1
D21	1	1	1	1
D40	5	1		
D50	2	1		
D60	3	1		
D70	1	1		
<del>D75</del>	1			
<del>D80</del>	Ingen			

I alt 43 19 9 9

37

#### Gældende regler for medaljer:

Ungdomsklasser til og med H/D 21: Guld, Sølv og Bronze

Øvrige klasser: Guld til vinderen

MTBO SM-lang				??-24
Arrangør?				Skov: ?
Klasse	Deltagerantal i 2023	Guld	Sølv	Bronze
D/H12	Ingen	1	1	1
H14	Ingen	1	1	1
H17	Ingen	1	1	1
H20	Ingen	1	1	1
H21	2	1	1	1
H40	1	1		
H50	7	1		
H60	10	1		
H70	3	1		
D/H75		1		
D/H80		1		
<del>H75</del>	1			
<del>H80</del>	Ingen			
<del>H85</del>	Ingen			
D14	Ingen	1	1	1
D17	Ingen	1	1	1
D20	2	1	1	1
D21	1	1	1	1
D40	3	1		
D50	1	1		
D60	2	1		
D70	1	1		
<del>D75</del>	1			
<del>D80</del>	Ingen			

I alt 35 19 9 9

37

#### Gældende regler for medaljer:

Ungdomsklasser til og med H/D 21: Guld, Sølv og Bronze

Øvrige klasser: Guld til vinderen