

# Vendeposten



Medlemsblad for Hjørring Orienteringsklub Vendelboerne

Nr. 5, oktober 2026

*Læs bl.a. om:*

EYOC i Slovenien

Jukola i Finland

Divisionsmatch i Fejsø

DM i stafet og lang på Sjælland

Natløb i Blokhus

*Læs også om:*

Nordjysk Dag

Klubmesterskab

Overnatning til Påskeløb på Rømø

Nytårsløb—tradition og fornyelse

Invitation til klubaften

# Formanden har ordet

*Skrevet af Kjeld Arildsen*

Det var en god indsats fra klubbens medlemmer, da vi ved årets anden divisionsmatch den 30. august placerede os i oprykkningsposition til 1. division.

Udgangspunktet var ikke godt. Vi havde 2 point med os fra den første match i foråret. Mariagerfjord havde 6 point, Aalborg 4 point og Aarhus 1900 0 point.

Vi skulle ganske enkelt vinde for at komme á point med Aalborg og Mariagerfjord, og forventningen var, at det hele skulle afgøres ved optælling af matchpoint.

Vi vandt matchen med sølle to points forspring til Aalborg, men Mariagerfjord måtte overraskende se sig slået af Aarhus 1900. Dermed kunne Vendelboerne og Aalborg afslutte de indledende matcher med hver 8 point,

og begge klubber kvalificerede sig til oprykkningsmatchen, som fandt sted i Silkeborg Nordskov.

Her var vi desværre ikke talstærkt nok repræsenteret, og vi måtte se langt efter en oprykning. Vores venner fra Aalborg var derimod meget tæt på at rykke op. Så tæt på, at arrangørerne måtte fintælle placeringerne, inden opgøret faldt ud til Hernings fordel. Hatten af for Aalborg, som kæmpede sig så tæt på oprykningen.

Divisionsplaceringen er en indikator på, om vi som klub kommer tættere på at indfri vores vision. Faktisk var det allerede en målsætning i 2002, at vi skulle placere os i den bedste halvdel af 2. division. Tjek.



Foto: Birte Haff

# Vision og strategier

Skrevet af Kjeld Arildsen

Vi har siden generalforsamlingen i 2024 arbejdet i fem strategigrupper, hvor målsætningerne for hver gruppe stort set er blevet indfriet og har bragt os nærmere vores vision.

Visionen for klubben er:

- Vi vil være en attraktiv klub for hele familier.
- Vi vil være en klub med mange unge udøvere.
- Vi vil være en klub med et godt socialt liv.
- Vi vil være en klub for alle.
- Vi vil være en klub med en sund økonomi.
- Vi vil være en klub, som er synlig og anerkendt i lokalsamfundet.

Strategigrupperne har haft målsætninger, som retter sig mod ét eller flere elementer i visionen. Strategierne var:

- Træning
- Kommunikation og synlighed
- Rekruttering og fastholdelse
- Sociale aktiviteter
- Organisering af arbejdsopgaver internt i klubben

Træning har taget form i et niveautilpasset koncept, og der tilbydes hver tirsdag træning for alle niveauer og aldersgrupper. Arbejdet har bidraget positivt til mange af visionens punkter, blandt andet familie, unge udøvere, socialt liv, klub for alle samt synlighed.

Kommunikation og synlighed havde overlap med Rekruttering og fastholdelse, og de to områder blev derfor samlet i én strategi og én gruppe. Arbejdet har blandt andet omfattet opgradering af hjemmesiden samt annoncering på Facebook, lokale sider og Instagram. Visionspunkterne om at være synlig i lokalsamfundet, være en klub for alle og være en attraktiv klub har fået et løft i den rigtige retning.

Sociale aktiviteter er en selvstændig strategi, som direkte understøtter visionens mål om et godt socialt liv.

Generalforsamling med overnatning, Sct. Hans-løb, juleløb og nytårsløb bidrager alle til denne vision, godt hjulpet på vej af de mange øvrige sociale aktiviteter i klubben. Banelægningssteams, klubbladsredaktion, strategigrupper, påskeløb og andre ture er væsentlige elementer i vores sociale liv. Og det er forrygende godt!

Organisering af arbejdsopgaver har udmøntet sig i vejledninger og manualer, som er gjort tilgængelige på hjemmesiden, samt eksempelvis tjeklister i forbindelse med klubløb. Strategien har ikke et direkte link til visionen, men fungerer som et uundværligt fundament for klubbens virke.

Visionen kan sagtens leve i nogle år endnu, men tiden er inde til at gentænke, hvilke strategier der skal til for at bringe os endnu et eller flere skridt nærmere opfyldelsen af visionen.

Vi ønsker fortsat en høj grad af inddragelse af klubbens medlemmer i strategiarbejdet. I kan derfor se frem til endnu en generalforsamling med fokus på klubbens fortsatte udvikling.

Med venlig hilsen

Kjeld Arildsen

PS. Visionen fra 2007 indeholdt en målsætning om, at klubben skulle placere sig i den bedste halvdel af 2. division. Nitten år senere kom den endelig i hus!



# Hjørring LIVE

Skrevet af Hanne Bak-Mikkelsen

**Hjørring LIVE** er et stort studiestartsevent for over 1.500 nye på elever og studerende på ungdoms- og videregående uddannelser i Hjørring kommune. Gennem "The GAME" rystes klasserne sammen og får en festlig introduktion til Hjørrings kultur-, erhvervs- og foreningsliv.



Fredag d. 4. september blev Hjørring Live afviklet i perfekt vejr. OK Vendelboerne bemandede gate 15 i Christiansgave, med Katrine som "stævneleder", og Ole, Ellen og undertegnede hjalp til.

Vi havde sat 4x6 poster ud og lavet mange forskellige baner med 6 poster på hver. To klasser ad gangen kom og dystede - på tid og godkendte gennemløb.

I alt 12 klasser var forbi. Nogle gik op i det med liv og sjæl, for nogle var det grænseoverskridende at skulle performere helt solo, for alle var det en oplevelse, tror jeg. Vi fik mange positive tilbagemeldinger - og vi havde en rigtig sjov formiddag blandt masser af søde unge mennesker.

NB: posterne blev nøje placeret (med målebånd) og boret i den tørre jord med boremaskine. Godt vi havde Ole med.

Og så blev Katrine shanghaget af naboen SkagaFM for at fortælle, hvad det egentlig var, vi lavede.

Og endnu en ting - formand Kjeld Arildsen styrede selve banelægningen (fundamentet for The Game) således, at de knap 50 deltagende klasser blev fordelt rundt på de 25 forskellige gater rundt i byens centrum. Kjeld har lavet "konkurrencen" hvert år i alle de 15 år, der nu har været Hjørring Live. "Han er uundværlig", siger Dorte Reinholdt, der er eventansvarlig.



## Juleløb 2026

Skrevet af Katrine Lyhne

**Husk at sætte kryds i kalenderen**

**søndag d. 6/12,**

hvor årets juleløb traditionen tro finder sted i

**Tornby Klitplantage.**



mulighed for at udveksle oplevelserne fra skoven med klubkammeraterne, og generelt snakke om orienteringsåret, der er gået.



Juleløbet starter ligesom alle andre klubløb med en tur i skoven. Her vil der være baner for alle, i de sædvanlige sværhedsgrader, og hvis vi er rigtigt heldige, kan det være, at julestemningen også er nået ud i skoven i form af sne.

Det, der dog gør juleløbet til årets hyggeligste klubløb, er, at der efter løbet bliver serveret boller, varm kakao og andre julegodter i Horsebækhytten. Her er der gode



# World Company Sport Games 2026

Skrevet af Hanne Bak-Mikkelsen/Copypaste fra Facebook

World Company Sport Games 2026 (WCSG 2026) er en stor international multisportsbegivenhed for arbejdspladser og virksomheder, populært kaldet "firmaidrættens svar på OL". Begivenheden blev afviklet i Frederikshavn i perioden 10.-14. juni 2026.

Begivenheden samlede over 3.500 deltagere fra hele verden til fem dage med fokus på sport, netværk, sundhed og socialt samvær. Den blev arrangeret i et samarbejde mellem Arena Nord, Dansk Firmaidræt, Frederikshavn Kommune og Sport Event Denmark.

## OKV arrangører af O-løb ved WCSG 2026

Torsdag d. 11. juni var det langdistance i Kirkemilen, hvor vi havde fået lov at låne Skagen OK's klubhus.

Posterne stod klar fra morgenstunden - moderat til svære baner på 4 til 8 km. Vi anede intet om deltagerens niveau! Banelæggeren havde lidt sommerfugle i maven, var banerne mon alligevel for svære.

Vejret var supergodt - det lovede jo godt for humøret.

## Begyndernerver og bare ben i startboksen

Allerede ved 9-tiden dukkede de første løbere op. 1. start var 10.30.

Vi lurede lidt - næsten ingen O-sko, en del bare ben og arme, hjælp til at få backupkort på, og hvordan man bruger en brik!!! Startbokse skulle også lige forklares. Banelæggerens sommerfugle trivedes så vældigt.



Alle ca. 44 løbere var i skoven i løbet af en halv time.

Vi ventede spændt - var forberedt på kritik af for svære baner etc.

## Hård kamp i sandet og fantastisk stemning

Efter en times tid kom de første i mål - rigtig mange overskred max tiden, og en hel del havde ikke fundet alle poster. Men langt de fleste vidste godt, hvad det gik ud på i terrænet.

Sikken en stemning! De var simpelthen så tilfredse med oplevelsen, de kæmpede ufortrødent ude i sand, højdemeter og krat.

De kom i mål med smil på læben. Der var en helt speciel god stemning. Snakken gik, så man skulle tro, at det var et klubløb, hvor



man blev hængende. Det skal siges, at løberne stort set alle kom i smågrupper, der nok kendte hinanden - men alligevel.

## Unikke medaljer og velfortjent hyldest

Der var præmieoverrækkelse af flotte guld-, sølv- og bronzemedaljer (lavet af jern fra værftet med helt speciel historie). Der var præmier til damer og herrer i alle klasser foruden holdkonkurrence.

Banelægger Kjeld såvel som "the whole crew" fik spontan klapsalve af løberne for arrangementet - den reaktion har jeg aldrig oplevet før....

## Forberedt næste dags vejrudsigt

Næste dag ville vi være klar i Bunken - vi ville have et par regnly med, tipien og Kjelds nye telt, var klar til løberne - og de blev opfordret til at tage regntøj med. Så det skulle nok gå - hvis det ville regne.

# World Company Sport Games 2026

Når man kører hjem - sent og er godt trætt - er man alligevel totalt høj efter sådan en dag. Og klar igen i tidlig næste morgen.

Frivilligt arbejde giver meget mere retur, end man yder

## Rutinerede løbere på andendagen i Bunken

Fredag d. 12. juni - 2. dag i skoven. Igen var folk glade både før og efter turen i skoven – denne dag var det lidt kortere baner og lidt lettere terræn.

Snakken gik - såvel i startområdet, som efter løbet. De kom meget bedre afsted i dag - nu var de jo bekendte med "proceduren".



Foto: Hanne Bak-Mikkelsen

Og faktisk var der mange ganske habile O-løbere i flokken. Det var bare svært at spotte i dagen før - bl.a. grundet de mange bare ben.

## Festlig præmieoverrækkelse

Præmieoverrækkelsen var festlig ligesom i dagen før. NB: vidste I godt, at formanden er ualmindelig habil speaker også på engelsk, når der skal kommenteres og kommes med kvikke bemærkninger i forbindelse hermed. Mange grin indimellem de utallige begejstrede klapsalver. Det var en markant mere festlig ceremoni, end vi ofte ser til vores egne åbne løb.

Susanne holdt styr på udleveringen af det korrekte metal, Karin var kyssepige



Foto: Hanne Bak-Mikkelsen

og Kjeld holdt overblikket og kommenteringen.

## Gyserafslutning i holdkonkurrencen

I holdkonkurrencen var 3.- og 4.-pladsen ualmindelig tæt. Der måtte fintælling til - bronzevinderne løb 3 min hurtigere end 4. pladsen, når man lagde de individuelle resultater sammen - 174 mod 177 minutter sammenlagt!!!

I øvrigt var der 5 klubkammerater i skoven fredag efter, 'gæsterne' var sendt afsted.

## Fra fuld fart til pludselig stilhed

Pludselig var det hele overstået! Posterne var samlet ind, løberne kommer ikke igen i morgen. Nu var vi ellers lige blevet næsten klubkammerater.

Vejret holdt tørt. Regnen startede først rigtigt, da vi var kommet hjem.

God stemning hele vejen rundt - alle var glade - ikke mindst os 4 efterhånden lidt trætte OKVere.

## Efterfølgende modtog Susanne Arildsen følgende mails fra to af deltagerne:



Dear Susanne,

Thank you to you, your brother Kjeld and Hanne for your perfect organization of the orienteering competitions in Skagen and in Bunken during the WCSG2026. The heartfelt speeches of Kjeld were giving us hopes in a technically challenging terrain and made us feel very welcome. It was a great honor to run on your tracks and use your maps. The cake on both days helped us to keep the spirit up. The competition was challenging but I would recommend to do it again. THANK YOU for all your effort!

Kind regards,  
Oliver Reichel-Busch

P.S.: If you are around in Hamburg to do a whole weekend of orienteering I can recommend "Hamburg OL" <https://www.hamburg-ol.de/de> always in late summer. Organizing club is OSC Hamburg. This year it is 28.-30. August 2026 - even though I will not make it this year.

# World Company Sport Games 2026

## Oversættelse af Hans Ingemann Petersen

Kære Susanne

Tak til dig, din bror Kjeld samt Hanne for jeres perfekte tilrettelæggelse af O-løbskonkurrencerne i Skagen og Bunken under WCSG2026. Kjelds hjertevarme taler gav os gode forhåbninger i det teknisk udfordrende terræn, og fik os til føle os meget velkomne. Det var os en stor ære at løbe jeres baner og bruge jeres kort. Begge dagene hjalp kagen os til at holde gnisten vedlige. Konkurrencen var udfordrende, men jeg vil anbefale at deltage i den en anden gang. MANGE TAK for hele jeres indsats!

Venlig hilsen

Oliver Reichel-Busch

P. S. Hvis I kommer forbi Hamborg for at dyrke orientering en hel weekend, kan jeg anbefale "Hamburg OL", <https://www.hamburg-ol.de/de>, der altid finder sted sent på sommeren. Arrangerende klub er OSC Hamburg. I år finder det sted 28.-30. august - selv om jeg ikke når det i år.



Dear Susanne,

*As one of the members of the Veolia team, I would also like to share my feedback. As someone who has experience organizing orienteering events ranging from small training sessions for just a few people to major international competitions (EYOC, JWOC, WOC) in the Czech Republic, I completely agree with Fabien – especially thanks for the tip about the biggest Danish dune – Råbjerg Mile, it's an amazing place!*

*However, I do have a few technical points:*

*+ The maps were well-mapped. Although I occasionally struggled a bit with the vegetation features, that is simply because I am used to a different mapping style here in Czechia*  
*- The print of the map for the race in Bunken was blurry, which was particularly noticeable on the contours. It seemed to me that only the black color (paths, north lines) was printed sharply, while the others (especially the fine contour details) were out of focus*

*That being said, I really enjoyed the races and I am glad I*

*could experience the terrains of Nordjylland.*

*Thanks again, and if you ever have the chance, come to some races in Czechia! :)*

*Best regards,*

*Lukáš Hovorka*

## Oversættelse af Hans Ingemann Petersen

Kære Susanne

Som medlem af Veolia-holdet vil jeg også gerne bidrage med min tilbagemelding. Som én, der har erfaring med at organisere O-løbsarrangementer, der spænder fra små træningsløb med få deltagere til til store, internationale stævner (EYOC, JWOC, WOC) i Den tjekkiske Republik, er jeg fuldstændig enig med Fabien - især tak for tippet om Danmarks største klit, Råbjerg Mile - det er et spændende sted!

Jeg har imidlertid nogle få, tekniske bemærkninger:

+ Kortene er veltegnede. Skønt jeg undertiden kæmpede med gengivelsen af vegetationen, er det simpelthen, fordi jeg er vant til en anden tegnemåde her i Tjekkiet.

- Trykningen af kortene til konkurrencen i Bunken var udflydende, hvilket især sås på højdekurverne. Det så ud som om, det kun var sortplanen (stier, meridianer), der var skarpt gengivet, hvorimod de andre (især højdekurverne) var uskarpe.

Når det er sagt, nød jeg virkelig løbene, og jeg er glad for at have oplevet terrænerne i Nordjylland.

Endnu engang tak, og hvis I har mulighed for det, så kom til nogle løb i Tjekkiet :)

Venlig hilsen

Lukáš Hovorka



# Sommerstafet med B&U

Skrevet af Daniel Haff

Traditionens tro var sommerafslutningen for børn og unge et stafetløb i Hammer Bakker, og derefter hjem til Mette og Allan for at spise aftensmad.

Vi var 5 hold med 3 på hver. Jeg var på hold sammen med Sami og Kirstine, hvor jeg skulle løbe 2. tur.



Efter 15-20 minutter kom Sami tilbage fra første tur, og jeg skulle af sted nu. Løbet gik okay, selvom der var

## Snydt af kortet?

*Det føltes som en svær kamp derude i skoven... men da jeg kom i mål, viste det sig, hvilke odds jeg havde været oppe imod...*

meget varmt, og det kunne også mærkes på koncentrationen, for da jeg kom til post fire, kunne jeg godt mærke, at jeg var blevet godt dehydreret, og jeg glemte at fokusere, hvilket resulterede i, at jeg løb lidt i cirkler efter en post. Det samme skete med post 5, jeg havde lavet en god plan, men kom til at løbe for langt og skulle derfor løbe et stykke tilbage. Men jeg fik gennemført løbet, og da jeg kom tilbage, fandt jeg også ud af, at jeg var lovlig undskyldt, da Kirstine, som havde ansvaret for vores holds kort, havde givet mig en svær bane i stedet for en mellemsvær.

Derefter gik turen hjem til Mette og Allan, hvor der var lavet grillpølser, og pulled chicken.



# Mindeord

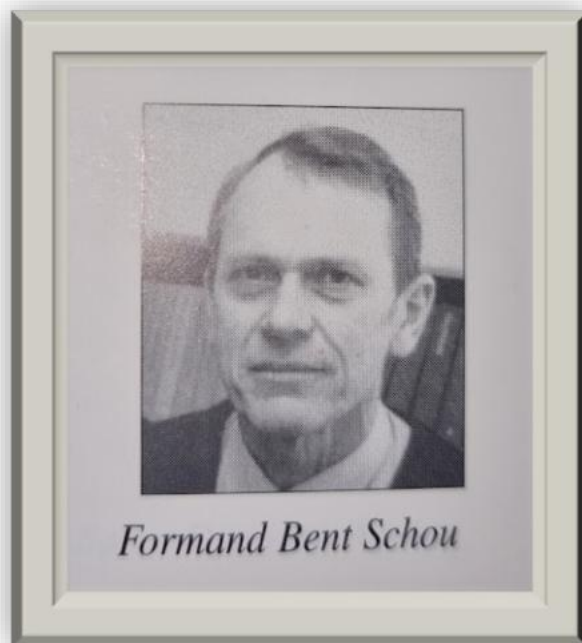
Skrevet af Kjeld Arildsen

Klubbens tidligere formand Bent Schou er gået bort.

Han var formand for klubben i slut halvfemserne/ tidlige nullerne, og satte i sin formandsperiode tydeligt præg på klubbens udvikling. Han var en særdeles vellidt formand, som var meget inkluderende.

Han flyttede til Fyn sidst i nullerne, og siden er kontakten med ham stille blevet mindre.

Æret være Bents minde.



## Gymnastik

Træning i Muldbjergskolens  
gymnastiksal  
hver torsdag klokken 17

# Natløb i Blokhus

Skrevet af Katrine Lyhne

En onsdag aften sidst i september drog knap 50 løbere i skoven for at deltage i 3. afdeling af de nordjyske natløb. Løbet blev afholdt af vendelboerne i en skov, som også kunne give klubbens egne løbere en udfordring, for vi havde nemlig fået lov til at afholde løbet i Blokhus klitplantage, som normalt hører til Aalborg.



Foto: Katrine Lyhne

## Bålhygge og fuldmåne

Omgivelserne for løber var perfekte, for stævnepladsen var i en bålhytte, hvor løberne sammen kunne sidde om et bål og klargøre sig til aftenens løb. Der lød en hyggelig summen fra samtalerne på stævnepladsen, og som mørket faldt på, begyndte en næsten fuld måne at stige op i horisonten, og kiggede man op, kunne man også se en himmel fyldt med glimtende stjerner. Og på trods af, at kalenderen næsten skrev oktober, så var aftenen også lun, så der næsten intet bevægelse skulle til for, at man fik varmen. Så der var altså helt optimale rammer for dette natløb.



Foto: Rasmus Vørs

## Pandelamper i den flade klitplantage

Klokken 19.45 gik første start, og herefter kunne man hvert minut se

endnu et lys forsvinde ud i skoven, når løberne udstyret med pandelamper drog ud i Blokhus klitplantage. Klitplantagen er en meget fladskov, hvor man i høj grad skulle navigere efter punkthøje, vækstgrænser og et rigt stisy-



Foto: Katrine Lyhne

stem. Dette gav undertegnede lidt problemer, da jeg på en tidspunkt missede en sti, og derefter bommede et par poster. Men på trods af nogle trælse fejl undervejs, så havde jeg en god tur i skoven, og lyttede man lidt rundt på stævnepladsen, så virkede det også til, at de andre løbere var tilfredse med deres tur i skoven.

Så årets natløb var altså en rigtigt god oplevelse, og jeg vil virkelig anbefale andre løber at deltage, når de nordjyske natløb afholdes igen næste år. For der er helt speciel stemning til natløb, som kun kan opleves, hvis man selv er der.



Foto: Rasmus Vørs

# EYOC 2026

*Skrevet af Mathias Reiche Sørensen*

## Rejsedag til Slovenien

Onsdag brugte vi på at rejse. Jeg startede min rejse på Aalborg Station kl. 8:25 om morgenen. Jeg tog derfra toget til Aarhus, skiftede i Aarhus til toget mod Københavns Lufthavn. Da vi ankom til lufthavnen, mødtes vi alle sammen i ankomsthallen. Sjællænderne stod der i forvejen sammen med vores ene træner Nicoline Klysnér, som er tidligere landsholdsløber. Vores anden træner var Oscar Sig Tranberg fra OK Pan.

**Fra flyet så vi ud over Venedig, hvor Søren Bobach vandt VM-guld i sprint i 2014. Det må have været svært.**

Da vi allesammen var samlet, gik vi mod flyet. Vi fløj med Ryanair til Venedig. Det var specielt at se ud over Venedig oppe fra flyveren, og så mindede Oscar os på, at Søren Bobach har vundet VM i sprint i Venedig. Det må have været svært. Da vi steg ud af flyveren, kunne vi allerede mærke den varme, vi så skulle ud at løbe i dagene efter. Det var hårdt bare at vente på, at Oscar fik vores lejebil, så vi kunne køre til Nova Gorica i Slovenien, hvor vi skulle bo og løbe sprint. Køreturen var ca. halvanden time, og man skulle kun lige krydse grænsen mellem Italien og Slovenien.

Om aftenen ankom vi til stævnecenteret, som var et kollegie, hvor vi også boede og spiste. Til aftensmad fik vi en version af kylling og ris, som så meget uappetitligt ud, men det smagte fantastisk. Derefter tog vi op på værelserne. Vi boede på 2-mands værelser, og jeg fik fornøjelsen af at bo sammen med Storm fra OK Melfar.

## Sprint

Torsdag var dagen med sprint. Jeg fik lidt travlt den morgen, fordi jeg skulle starte tidligt, og inden det skulle vi nå at spise morgenmad, som bestod af havregryn, hvor de åbenbart havde blandet lidt coco pops og chokolade i, men jeg fik det hver dag. Derefter skulle vi lige nå at have møde omkring sprinten. Jeg fik hurtigt gjort

mig klar efter mødet, så vi kunne gå mod karantænen til tiden. Jeg skulle grundet min tidlige start ikke være så længe i karantænen, for det kan godt blive ret kedeligt.

10 minutter før min start forlod jeg karantænen og fulgte den afmærkede vej til start. 3 minutter før gik jeg ind i startboksen, og 1 minut før stod jeg klar på det plateau, de havde sat op inde på et torv midt i byen, og var klar til at starte. Jeg løb en udmærket sprint med nogle mindre fejl og lidt dumme vejvalg. Jeg blev nummer 26 og dermed den bedste danske placering på sprinten.

Efter sprinten skulle vi tilbage til vores værelser og have frokost. Frokosten var en mos af noget, jeg ikke ved, hvad var, sammen med et stykke oksekød. Det smagte heldigvis meget bedre, end det så ud. Efter vi havde fået frokost, tog vi til modelevener for langdistancen. Jeg gik en tur med to andre H16-løbere, så vi lige kunne få en fornemmelse af terrænet.

Om aftenen skulle vi til åbningsceremonien inde på den plads, hvor sprinten også blev afholdt. Her gik hvert land ind med deres flag, og vi samlede os så foran scenen, hvor ceremonien og præmieoverrækkelsen på sprinten



Foto: Fam. Reiche



Foto: Fam. Reiche

# EYOC 2026

skulle foregå. Efter det skulle vi have møde om langdistancen og derefter aftensmad, hvor vi fik nogle klumper af noget, der mindede om pasta, og dertil fik vi kylling. Vi slappede lidt af, og så gik vi i seng.

## Langdistance

Fredag var langdistance lidt oppe i bjergene. Jeg havde start lidt i midten af alle, derfor skulle jeg også sidde længere i karantænen. Jeg spillede et spil sammen med de andre løbere, og udover det gik tiden med snak og med at stå i kø til toilettet.

Jeg løb et ret fint løb udover til post 5. Alt gik galt på vej til post 5. Mit udløb fra post 4 var helt skævt, jeg fik ikke fulgt min plan, og jeg løb helt skævt et sted, hvor jeg skulle ned af en skråning og fange en sti, som jeg ikke fandt første gang. Efter det forfærdelige stræk, gik det igen meget fint, og jeg endte med at blive nummer 41.



Vi spiste frokost på stævnepladsen og fik for første og eneste gang på den tur noget, der så lækkert ud, nemlig en hel almindelig portion pasta bolognese. Derefter så vi præmieoverrækkelsen.

Da vi kom hjem, skulle vi have møde om stafetten og derefter aftensmad, hvor vi fik den samme slags mos som onsdag med kylling til. Efter det skulle vi til friendship party, hvor man hygger - med løberne fra de andre lande, men jeg var meget træt, så jeg tog hurtigt hjem og gik ret tidligt i seng.

## Stafet

Lørdag var stafet i bjergene, og jeg skulle løbe 3. tur på



Foto: Fam. Reiche

Danmarks hold. Jeg sad længst i karantæne, fordi jeg skulle løbe sidst. Esben løb en rigtig god første tur, hvor han løb os ind til nummer 7. Albert løb en rigtig stabil andetur og mistede kun én placering. Jeg løb mit bedste løb på hele turen og løb os op til 4. pladsen, og dermed kom vi på podiet.

Vi skulle direkte til lufthavnen efter præmieoverrækkelsen for at nå flyet, men det blev så 2 timer forsinket, så jeg fik lidt travlt på vej hjem, fordi jeg skulle videre fra Københavns Lufthavn til Aalborg Lufthavn, men jeg nåede det.

Alt i alt var det en mega fed oplevelse, og jeg kan tage en masse gode erfaringer med til konkurrencer i fremtiden.



Foto: Fam. Reiche

*EYOC står for European Youth Orienteering Championships.*

*På dansk kaldes det EM for ungdom (eller Ungdoms-EM) i orienteringsløb. Det er det officielle europæiske mesterskab for de bedste unge løbere i Europa, og det afvikles i klasserne H16/D16 (15-16 år) og H18/D18 (17-18 år).*

# Jukola

Skrevet af Allan Reiche Andersen, Fotos: Rasmus Vørs/Fam. Reiche

## Jukolan Viesti 2026



### Hvad er Jukola?

Jukolastafetten er verdens største orienteringsstafet, og består i virkeligheden af to stafetter Jukola (7-mands herrestafet (kvinder må gerne deltage)) og Venla (4-kvindes stafet (ingen mænd)). Stafetten løber af stablen hvert år den 2. eller 3. weekend i juni, og har mere end 1500 hold i hver af stafetterne, så i alt mellem 16.000 og 19.000 løbere. Damerne starter lørdag eftermiddag kl. 14 og løber til ud på eftermiddagen/aftenen, og herrerne starter lørdag aften kl. 23 og løber hen over natten og ud på morgenen/formiddagen.

### Forberedelsen

Det kræver en del forberedelse at deltage. Det er 7 forholdsvis lange ture, så de mulige deltagere skal være i ret god form. Dels er der en masse praktiske forhold, man skal forsøge at have styr på inden afgang:

- Løbertilkendegivelser – det kræver mere end 7 løbere i puljen for at kunne være sikre på at kunne stille et fuldt hold
- Anskaffelse af midler – kan man skaffe nogle sponsorer, så hjælper det
- Tilmelding – sker en del måneder i forvejen. I vores tilfælde ca. 6 måneder, og jo tidligere man tilmelder sig, jo lavere startafgift
- Transport – Fly, bil osv.

Den allerførste planlægning begyndte ca. 1 år i forvejen. Vi skulle finde ud af, om vi kunne stille et hold. Der

blev samlet en pulje af interesserede kandidater til holdet.

Der var god interesse, og det endte med, at der var 9-10 kandidater til at komme med. Så gik afklaring med skole og arbejde i gang for at få styr på, at løberne faktisk også kunne holde fri fredagen op til løbet, ingen eksaminer osv. Klarmelding fra alle. Op til den endelige lukning af tilmeldingen, så skulle løberne dels træne godt af hensyn til de lange baner, og sikre, at de var skadesfri.

Dernæst var den endelige rejseplanlægning med fly, biler og parkering i gang. Overnatning på stævnepladsen er også en del af logistikken - det vender vi lige tilbage til. 😊

### Klar til afgang

Rejseplanen endte med afgang fredag morgen 12/6 klokken 06:20 fra Aalborg med ankomst i Helsinki ca. klokken 11. Det var 7 løbere, klar til afgang, der mødte op i lufthavnen, og et lille heppekor på to (Mette og Mille). Alle var fit for fight, og med en vis spænding/forventning i kroppen. Kun en enkelt havde løbet Jukola før.

Ankomst til Helsinki helt efter planen - og med al bagage - hente bil og så afsted mod Kotka, en god times kørsel øst for Helsinki. Ud til stævnepladsen og spise frokost som det første. Det var fedt at komme ud at se stævnepladsen, som til et løb af denne størrelse er en



Stævnekontor



# Jukola



Porten til stævnepladsen

mindre landsby, men til gengæld med et væld af madsteder for at over to dage kunne bespise +100.000 løbere og tilskuere.

Dernæst var planen at indkvartere holdet, og derfor rullede vi ned mod vores telt for at pakke ud, komme på plads og gøre klar til første træning. Men, men, men; det viste sig, at det ikke var et telt, men en teltplads (uden telt), eller rettere et stykke skovbund, vi havde. Det kunne jo sådan set være lækkert nok, hvis der ikke var udsigt til et betydeligt regnvejr. Afsted det gik til



Overnatning



finsk version af Harald Nyborg for at anskaffe to telte og en presenning. Det gik ganske fint, når man nu har en finne med på holdet... Så kunne vi indkvartere os.



Morgenmad

Dernæst stod den på træning i det nærliggende terræn. Formålet var, at vi kunne få en fornemmelse af, hvad der ventede os på løbet dagen efter. Hen under aften på bytur ind til Kotka, så vi kunne købe lidt snacks, og for at spise aftensmad med Mette og Mille, som boede inde i byen. Mathias og Philip tog endnu en træning i mørke for at stifte bekendtskab med finsk terræn i mørke og finde ud af, hvad det kunne give af udfordringer. Så i seng og en god nats søvn i skoven.

## Løbsdag

Lørdag var en dag i klar-  
gøringens tegn. En let joggetur for nogle, Mette kom også ud til stævnepladsen og løb en træning. Ellers gik dagen med at spise og drikke godt, holde holdmøde med gennemgang af turene, og målet for den enkelte tur og løberens forventning, og ikke mindst praktikken omkring start og skifte, som er lidt mere omfattende end en NJM stafet. Sidst, men ikke mindst, hvem vækker hvem i løbet af natten?

Så så vi en del af damestafetten, inden turen igen gik ind til Kotka for at spise aftensmad, og den sidste klar-  
gøring inden start.



Mille og maskotterne

# Jukola

## Stafetten

Holdopstillingen var

| Tur | Banelængde/           | Løber   |
|-----|-----------------------|---------|
| 1.  | 13,0 km skumring/nat  | Mathias |
| 2.  | 11,1 km nat           | Philip  |
| 3.  | 14,8 km nat/morgengry | Marko   |
| 4.  | 7,0 km morgengry      | Sami    |
| 5.  | 7,9 km dag            | HK      |
| 6.  | 11,8 km dag           | Allan   |
| 7.  | 15,9 km dag           | Rasmus  |

Mathias skulle tjekke ind til start knapt en time inden start (det tager lidt tid at få 1900 løbere på plads), og med en silende regn var det lidt vigtigt, at være ordentligt klædt på. Han kom godt på plads og havde også lidt væske og mad med ind, så depoterne var på plads – og endelig gik starten.



Klar til start

Tur 1: Mathias' mål var at komme teknisk godt rundt, og når han følte, at han havde kontrollen over teknikken, så kunne han sætte fart på. Mathias bommede lidt til en start, men fik bedre flow, og hentede næsten 150 pladser i forhold til starten, så lidt bom mellem 4. og 5. radiopost, men fik igen flow og genhente

de så ca. 60 pladser ind mod mål, og dermed ind i top 500, i den bedste ¼.

Tur 2: Philip havde samme mål, som Mathias, få kontrol og så se, hvad tempoet kunne strækkes til. Philip løb en rigtig god tur, igen lidt bom i starten, og så flow og løbe sig frem i feltet. Philip holdt fast i placeringen omkring top 500.



Check in til skifte

Tur 3: Marko var en af de mere rutinerede løbere. Han og jeg har løbet Tiomila sammen, og Marko er ekspert i de meget lange nattere. Planen var at presse på, og så se om det kunne rykke holdet op. Marko løb også en rigtig fin tur, meget som håbet. Han var ikke selv helt tilfreds, da der også sneget sig lidt bom ind, men nu stadig godt inde i top 500.



Klar til start

Tur 4: Samis plan var at komme godt rundt teknisk og sikre, at bentøjet holdt hele vejen. Igen lidt bom i starten, men han fik ret hurtigt kontrol, og holdt placeringen omkring nummer 475.

Tur 5: Hans Krestens plan var den samme som Samis.

# Jukola

Fokus på en god teknisk gennemførsel, og så presse på, hvis der var overskud til det. Desværre sneg der sig et stort bom ind, ca. 30 min på en enkelt post, og dermed bakkede holdet knapt 200 pladser.



Tur 6: Allan havde samme plan, få kontrol og flow fra start og så se, om der kunne presses på med tempoet. God kontrol fra start og helt ud til 2/3 af banen gennemført. Så kom også for ham et stort bom på ca. 10 min, og så smider man hurtigt 50-60 pladser. Herfra og hjem var det lidt tungt, men stadig en placering omkring nummer 750.



Tur 7: Rasmus havde den sidste og lange tur. Rasmus kom med i efterstarten, men det har langt over halvdelen af holdene en løber i, og 200-300 hold har mere end 1 løber i efterstart. Vores mål var at se, om vi kunne komme uden om efterstarten, men vi manglede ca. 40 minutter. Rasmus løb en rigtig god tur, selvom vi tabte yderligere ca. 40 placeringer. Der er rigtigt mange virkeligt stærke løbere på sidsteturen, så det er en hård kon-

kurrence. Rasmus bommede lidt undervejs, men ikke noget, der gjorde, at han mistede kontrollen, og han kom godt igen undervejs.

Samlet resultat nummer 803 af 1867 startende hold, så klart i bedste halvdel i verdens største stafet, hvor nogle af holdene til sammenligning er halvprofessionelle. Det er absolut godkendt, også selvom nummer 800 måske ikke lige lyder så godt.

## Hjemme igen

Efter vi fik sidste mand i mål, var det tid til bad og frokost, inden vi satte kursen mod lufthavnen ved Helsinki. Også hjemad gik turen som planlagt, med det lille aberdabei, at Marko ikke fik sin bagage med ved ankomst til Aalborg. Han havde fået pakket sit batteri til pandelampen i hovedbagagen, og det er flyfolk ikke så vilde med.



En del fra andre klubber har spurgt til holdet og lagt mærke til, at OKV har haft et hold til et løb, hvor ikke mange danske hold er med. Det har uden tvivl sat klubben på landkortet, og vist, at klubben fra Vendsyssel kan mere, end man lige skulle tro. Det er en ret stor opgave at få det planlagt, også økonomisk, og det er også en betydelig omkostning, men med støtte fra en sponsor (Nordelektro A/S), så er deltagernes egenbetaling mere overkommelig, og det samme er klubbens betaling dermed, da klubben sørger for at ungdomsløberne løber gratis.

Vil vi så gøre det igen? – ja, uden tvivl, og sådan lyder det også samstemmende fra holdet. Det er en kæmpeoplevelse, og det er også orienteringsmæssigt både en god og spændende udfordring, hvor man måles mod de allerbedste i verden, også selvom egne ambitioner måske er lavere. Hvem ved, om klubben ikke står på startstregen igen til næste år, og det kunne jo være med både et dame- og et herrehold.

# Arbejdsdag i Vandsted

Skrevet af Hans Ingemann

## Oprydning i Vandsted Plantage

Lørdag den 8. august havde Hanne med flere indbudt til nedlæggelse af de faste poster i plantagen. Jeg tænkte, at jeg hellere måtte møde op, så komiteen ikke skulle være helt alene om arbejdet.

Men klubben ligner sig selv! Da jeg - lidt sent - nåede til samlingsstedet, var det største problem, at pladsen var fyldt med biler og trailere og folk med spader og trillebøre, så det næsten ikke var til at komme til.

Opgaven med at trække pæle op blev uddelt - der blev ikke mange til hver, og så gik vi i skoven.

Nogle af pælene var meget nedbrudte, andre var forsvundet, fordi nævenyttige pæleoptrækkere ikke kunne holde sig til egne jagtmarker.

Dagen sluttede med sandwich (stor) til alle.



Fotos: Hanne Bak-Mikkelsen



# JFM lang

Skrevet af Allan Reiche Andersen



Foto: Fam. Reiche

Jysk/Fynske mesterskaber blev afholdt weekenden 15.-16. august.

Klubben havde ikke noget stafethold med lørdag, men søndag havde Vendelboerne så 8 mænd og kvinder til start til JFM på den lange distance. Det blev til hele 4 guldmedaljer og en enkelt sølv. Guld til Ellen Thomsen (D80), Ole F. Thomsen (H85), Kjell Walter Sørensen (H75) og Allan Reiche (45). Sølv til Finn Hørup Nielsen (H80). Tillykke med de fine resultater.



---

# Invitation til klubaften

*Skrevet af Bestyrelsen*

---

**Klubaften tirsdag d. 24/11 kl. 19.00**

**Hvor: Aulaen på Højene Skole, ind ad hovedindgangen og til højre**

**Tilmelding: Ikke nødvendig**

## I. Genopfriskning af hjertelungeredning

1. Som I nok ved, har vi altid hjertestarteren med ud til løb – men ved vi hver især, hvad vi kan bidrage med af livreddende handlinger, hvis en iblandt os falder om og har akut brug for hjælp?
2. Anne Marie Søborg, O-løber, narkosesygeplejerske og kompetent underviser, vil genopfriske vores viden om brug af klubbens hjertestarter – en blanding af teori og praktiske øvelser på fantomdukke.
3. Gennemgang af overlevelseskæden
4. Træning af hjertemassage på fantom
5. Gennemgang af hjertestarter og anvendelse af den App, der er nyttige ved hjertestop



## II. Planlægning/fordeling af næste års trænings- og klubløb

*Forud for mødet bedes I tjekke oplægget til Klubkalenderen 2027 (offentliggøres via vores hjemmeside ca. en måned før mødet) mhp. om, I har ændringsforslag til skove, så terræn er rettet mod åbne løb.*

*Send ændringsforslag*

*til: kirstenholdensen@gmail.com*

Der serveres som vanlig øl/sodavand, lidt frugt og chips

Med venlig hilsen

Bestyrelsen



# Skole O-løb

Skrevet af Katrine Lyhne, Fotos Hanne Bak-Mikkelsen

Onsdag d. 17. juni var ca. 75 elever fra 5. og 6. klasse fra Sindal- Bindslev- og Lendum skole i spejderskoven for at prøve orienteringsløb. Løbet var arrangeret af Vendelboerne i samarbejde med skolerne som en brobygningsaktivitet, forud skolerne slås sammen, når eleverne skal starte i 7. klassen.

## Eleverne indtog skoven

Eleverne ankom ved 9-tiden til lysningen i skoven, hvor solen skinnede, fuglene sang og posterne ventede i skoven. Elevernes humør var højt, da de ankom,



og det kunne ikke ses på dem, at de allerede havde gået 5 km ud til skoven. Lysningen blev hurtigt fyldt med legende børn, og deres råben og latter. Skolerne havde selv medbragt frugt, som eleverne fik sammen med deres madpakke, inden de skulle ud i skoven.

## Pointløb i skoven

Løbet var arrangeret som et pointløb, hvor eleverne havde 45 minutter til at finde så mange poster som muligt. Herefter blev pointene fra de tre bedste hold fra hver skole lagt sammen, og vinderen af skolemesterskabet blev på den måde fundet. Dette pointsystem var opfundet af Kjeld, og tog højde for, at der var stor forskel på, hvor mange elever de tre skoler havde med.



## Lynkursus i kort & mystiske plastikbrikker

Før starten kunne gå, fik eleverne en kort introduktion til et orienteringskort og andre hjælpemidler, som os orienteringsløbere ofte glemmer, at andre ikke kender til. Emitbrikken var eksempelvis ny for både eleverne og lærerne. Og hvad skal man egentlig med sådan en brik? Hvad kan den? Og hvordan lægger man den i posten? Dette var ting, som eleverne blandt andet spurgte om, for det er jo ikke lige til at se på den lille plastikbrik, hvad den egentlig kan. Der var derfor heldigt, at der var tid til at øve det inden, starten gik.

## "Den er her!"

Da startsignalet lød, løb eleverne i små hold af tre personer ud i skoven. De var alle klar på at finde så mange poster som muligt på de tre kvarter, som de havde. Under løbet gik jeg ud i skoven for at se, hvordan det gik.



Her blev jeg positivt overrasket over, hvor stor entusiasmen var, og hvor gode eleverne var til at orientere sig. Der blev virkelig læst kort og fundet poster, og det kunne ofte høres, at der glad blev råbt, "Den er her", når der fundet endnu en post.

## Hylende sirener i skoven

Da eleverne havde mobilfri skoletid, betød det, at de fleste heller ikke havde et ur, som de kunne holde øje med tiden på. Skolerne havde derfor indkøbt en megafon, som kunne spille en høj sirenelyd, når der var hen-

# Skole O-løb

holdsvis 10 og 5 minutter tilbage, og eleverne vidste derfor, at de skulle begynde at vende tilbage, hvis de ikke ville have minuspoint.



Da alle var i mål, fandt Kjeld de famøse regneark frem, hvori han begyndte arbejdet med at finde vinderen. Imens serverede Hanne kage til alle eleverne, som hun, sammen med Rikke, havde bagt. Tak til Hanne og Rikke for det.



## Kåring og 3D-pokaler

Til sidst på dagen blev vinderne udråbt. Det blev kåret en nr. 1, 2 og 3 fra hver skole, og de fik alle et diplom. Herefter skulle den samlede skolevinder udråbes. Her havde en kreativ lærer selv 3D-printet en pokal, som den vindende skole fik med hjem.



## En succes der skal gentages

Arrangementet kan fra vendelboernes side ses som en succes, hvor vi fik givet 75 børn en god oplevelse med orienteringsløb. Det lader også til, at eleverne og lærerne deler denne oplevelse, for nogle af eleverne syntes, at det var så sjovt, at de da gerne ville hjælpe med postindsamlingen. Arrangementet er også allerede på tegnebrættet igen, så succesen skal gentages næste år.



# Divisionsmatch i Fejsø

*Skrevet af Birte Haff*

Den 30. august var der divisionsmatch i Fejsø Plantage, som ligger langt ude i Vestjylland med over 2½ times kørsel fra Hjørring. Heldigvis var parkeringen lige ved siden af stævnepladsen, så det kunne da ikke være nemmere. Men til gengæld var vejrudsigten ikke så god – det skulle regne hele dagen!

Jeg havde tilmeldt mig D-let, så jeg havde fri start, men tiden gik, inden jeg fik snøvlet mig ud til start, så regnen var allerede sat ind, inden jeg kom i gang.



Foto: do-f.dk

Jeg fik en fin gennemgang af forløbet ved start, da jeg spurgte efter hjælp. Det var nu kun det med startbokse-  
ne, og hvornår man må tage kortene, jeg syntes, jeg havde brug for vejledning til – men jeg fik også lige hjælp til, hvor nord var, og hvor de første par poster var placeret – og at der ville være snitzlinger til at vise vej fra post 8 to post 9.

Post 1 gik fint, men post 2 overså jeg lige i første omgang, da den var mere gemt bag tæthed, end jeg havde regnet med ud fra det, som jeg havde fået beskrevet. Det gjorde det heller ikke nemmere, at kortet var i målestok 1:10.000, når jeg ved vores egne klubløb er mest vant til 1:7.500. Men jeg kom nu hurtigt på rette spor igen, og de næste poster fandt jeg nemt.

## Gennemblødt og fanget i mikadospil

Så kom jeg til post 6. På kortet var der tegnet en aflang høj, og midt på den høj var endnu en høj. På den ene side af højen var der en lille lavning og på den anden side et hul. Postbeskrivelsen viste, at posten stod i et hul, så umiddelbart skulle posten være til at finde – bortset fra, at "nogen" havde spredt et mikadospil af

stormvæltede træstammer ud over området.

Jeg vidste, at jeg skulle op på højen, men det var et rent forhindringsløb at komme derop.

Jeg prøvede flere steder at komme igennem, men da jeg ikke er så meget for at kravle over træstammer, grøfter og deslige, så måtte jeg udenom. Jeg valgte at gå langs bevoksningsgrænsen – og hov, nu kunne jeg faktisk se postskærmen, så jeg var tydeligvis på rette vej, men to meter længere fremme var posten væk igen. Endelig fik jeg kæmpet mig frem til posten, og arrangørerne havde heldigvis placeret kontrolenheden på kanten af hullet. Jeg havde frygtet, at jeg skulle ned i hullet, og eftersom det havde regnet længe, kunne det måske være godt sjappet.

Nu skulle jeg bare ned gennem forhindringsbanen igen, men når man stod på toppen af højen, var det nemt nok at finde en vej ned gennem labyrinten af træstammer.

## Post 7 gik helt i hegnet

Dog var jeg så frustreret over besværlighederne med at nå frem til post 6, at jeg ved post 7 bommede stort. I stedet for at gå ad et åbent bælte langs skoven valgte jeg at dreje ned ad en fin grusvej. Jeg kunne se en indhegning – og det kunne jeg slet ikke få til at passe med kortet. Heldigvis mødte jeg Daniel, som kunne hjælpe sin mor på rette vej igen. Øv! Tilbage til post 7 igen og så vælge den rigtige vej.

## Ingen snitzlinger – hvad nu?

Efter post 8 var det jo nemt, for her skulle jeg jo bare følge snitzlingerne til post 9. Men pludselig slap snitzlingerne op! Hvor pokker skulle jeg nu hen? En løber fra Viborg kom forbi – og han pegede hurtigt på kortet:



# Divisionsmatch i Fejsø

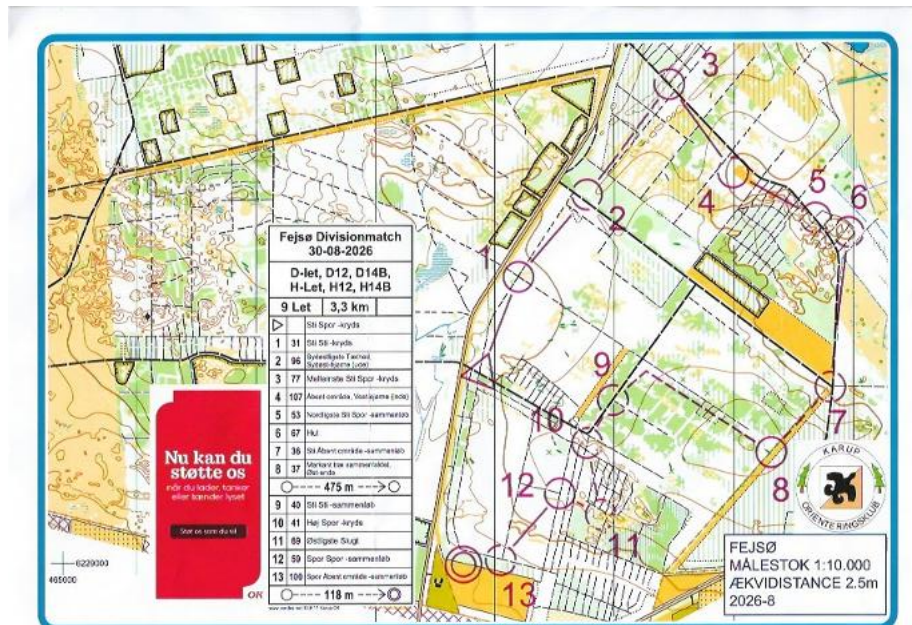
"Du er her". Jo tak, men hvor skulle jeg hen? Jeg havde helt tabt tråden – eller retningen. Der var ovenikøbet en sti foran mig, som jeg bare skulle have fortsat ad, så var jeg kommet lige ud til en større sti og igen været på rette vej. Men jeg kunne åbenbart ikke tænke en fornuftig og brugbar tanke længere. Jeg var gennemblødt af regnen, som stadig stod ned i store mængder, og jeg var træt af, at jeg havde brugt lang tid på at lege forhindringsløb i mikadospillet, træt af, at jeg var gået så langt forkert, og jeg gad egentlig ikke mere. Men jeg skulle jo helst gennemføre, så klubben kunne få de få point, som jeg kunne bidrage med, ellers var det hele jo spildt!

## På rette spor igen

Heldigvis kom Jens og Magnus, og lige efter Poul Henning, som hjalp mig videre. Så gik det ellers godt med de næste par poster. Ved post 11 skulle der igen bruges orienteringsevner, men heldigvis var både sti og spor i skoven tegnet på kortet, så der var noget at orientere efter. Post 12 dumpede jeg nok lidt ind i ved et tilfælde, for her kunne jeg ikke lige få de kørespor, der var i skoven, til at passe med kortet.

## Når alle veje fører mod mål (undtagen den valgte!)

Herefter lavede jeg igen et dumt vejvalg. I stedet for at dreje mod syd og følge en sti, som jeg tænker let ville have ledt mig hen til den sidste post, så valgte jeg at fortsætte lige ud i et område, hvor der på kortet kun var tegnet en enkelt sti, men i virkeligheden var der masser af kørespor. Pludselig var jeg igen kommet for langt, og jeg stod nu på den rute, som var afmærket med snitzlinger med vejen til start. NEJ, hvor var jeg træt af det hele! Tilbage igen, men jeg var nu ikke den



eneste, som fór forvirret rundt. En stakkels løber fra Viborg, som fortalte, at han var på sit første orienteringsløb (jeg tænker, at han mente stævne), var på en mellemsvær bane, men han kunne heller ikke finde rundt i dette hvide område uden nogen stier at rette sig efter.

## Fandt endelig mål – og tørt tøj

Endelig fik jeg kæmpet mig i mål, og lettelsen var stor, for løbet var godkendt! Selvom det havde været en hård, våd og indimellem frustrerende omgang, så var det trods alt det værd, når der kom point i hus til klubben, så jeg også kunne føle, at jeg havde været med til at sikre os en plads i 2. division, så vi nu skal kæmpe om op- og nedrykning til 1. division!

Det var godt nok en sej omgang i skoven, og det var rart at kunne trække i noget tørt tøj, inden den 2½ time lange køretur gik hjemad mod Hjørring igen. Næste gang må mikadospillet og regnvejret dog godt blive hjemme!



# DM på Sjælland

Skrevet af Philip Aarnio

Turen startede allerede klokken 5 om morgenen, hvor vi stod op og gjorde os klar til en lang weekend med DM. Vi kørte mod Aarhus for at nå færgen til Sjælland, og derfra gik turen videre til Hillerød, hvor konkurrencen skulle foregå.

## Stafet

Den første dag stod den på DM-hold. Jeg skulle løbe på hold sammen med Mathias og Christoffer Bobach fra Aalborg. Vi kunne stille hold sammen, fordi Aalborg, Vendelboerne og Rold Skov har lavet et samarbejde. Christoffer blev dog syg, så Allan kom ind på holdet i stedet.



Lørdagens løb gik rigtig godt for mig. Jeg lavede ikke nogen store fejl, men havde et par små bom undervejs, som kostede lidt tid. Ellers følte jeg, at jeg havde et godt løb og kom fint igennem banen. Der var også en publikumspost ude på banen, som vi kom forbi under løbet, hvilket gav lidt ekstra stemning.

Skoven og terrænet var generelt ret fladt, men der var selvfølgelig nogle bakker forskellige steder på banen. Efter min mening var terrænet egentlig forholdsvis let at løbe og orientere i. Jeg havde hørt lidt forskelligt om skoven inden løbet, men da jeg selv kom ud i den, syntes jeg ikke, at den var specielt svær.

Generelt synes jeg, at vi alle tre fik løbet nogle gode ture og kom ind med nogle fine tider. Det var selvfølgelig lidt træls, at Christoffer var blevet syg, da vi ellers havde haft mulighed for at kæmpe om en rigtig god placering.

## Aftensmad med udsigt til Frederiksborg

Efter løbet tog vi (Rikke og jeg) ud at spise sammen med Allan og Mathias på Café Kik. Billedet her ved siden af

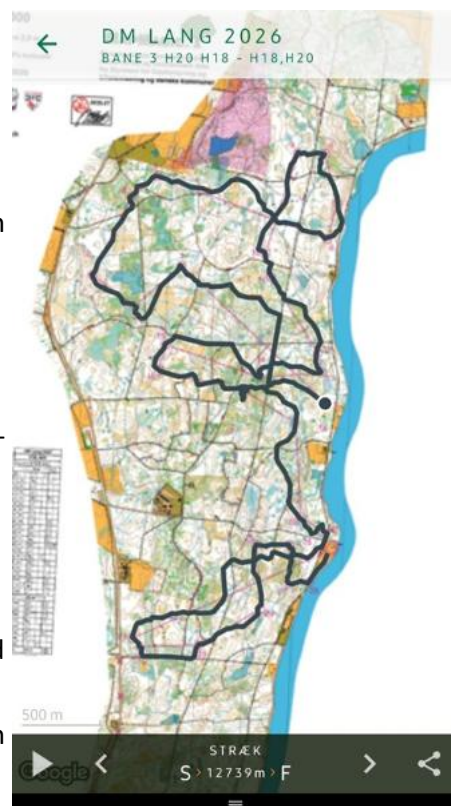
er fra selve caféen, hvor vi spiste noget godt mad med en god udsigt til Frederiksborg Slot.



Bagefter tog vi tilbage til hotellet, hvor vi slappede af og gjorde os klar til næste dags løb.

## DM lang

Søndag skulle vi løbe igen samme sted. Denne gang skulle jeg ud på en bane på omkring 13 km, men jeg endte faktisk med at løbe omkring 15 km i alt. Undervejs kom vi igen forbi publikumsposten, og ved den passage var der også mulighed for at få noget at drikke og holde en lille væskepause.



Mit løb gik egentlig fint, selvom der kom et par små bom undervejs. Jeg tog det lidt mere roligt end om lørdagen, da det vigtigste for mig var at komme godt igennem hele den lange bane. Jeg havde også lidt ondt i min ankel, så jeg ville ikke presse den alt for meget.

Samtidig havde jeg kun omkring to timer til at gennemføre banen, fordi vi skulle nå færgen tilbage til Aarhus. Det lykkedes heldigvis, og efter jeg var kommet i mål, kunne vi komme afsted til færgen. Da vi kom til Aarhus, spiste vi på Sunset, og derefter gik turen hjemad igen efter en god weekend med DM på Sjælland.

# Nordjysk Dag og Klubmesterskab

Skrevet af Kjeld Arildsen

## Nordjysk Dag i Vandet Plantage den 25. oktober 2026

De nordjyske klubber skiftes til at arrangere bl.a. Nordjysk Dag, som omfatter Nordjysk Mesterskab i den klassiske distance for orienteringsløb.

I år er det Nordvest Orienteringsklub, der står bag løbet, og de har til lejligheden fundet et af deres bedste terræner frem: Vandet Plantage, som ligger mellem Thisted og Klitmøller.

Det er langt væk, javist. Men ud over muligheden for at vinde et mesterskab er det en præmie i sig selv at deltage i orienteringsløb i den del af Nordjylland. Nordvest Orienteringsklub er kendt for at tilrettelægge gode baner i deres fantastiske terræner, så der bliver orienteringsløb fra øverste hylde.



Det er efterhånden blevet en tradition for nogle af klubbens medlemmer, at vi på hjemturen mødes på den fodkolde i Brovst. Den tradition er hermed delt.



## Klubmesterskab 2026 i Rold Nørreskov den 1. november 2026

Går du med en drøm om at blive klubmester i 2026, så har du en bedre chance end tidligere år.

Der er to forudsætninger, der skal opfyldes:

- Du har deltaget i en eller flere af divisionsmatcherne.
- Du deltager i klubmesterskabet, som afvikles den 1. november i Rold Nørreskov.

I år benytter vi den metode, som Aalborg OK og Maria-gerfjord OK har anvendt i mange år, nemlig jagtstart med omvendt rækkefølge. Det vil sige, at løbere med den længste kilometertid starter først, mens løbere med den hurtigste kilometertid starter sidst.

Ved tilmelding i O-service skal du angive din egen kilometertid i bemærkninger til egen klub. Den beregner du ved at lægge minutter og kilometer sammen fra de matcher, du har deltaget i. Har du eksempelvis samlet brugt 120 minutter på at gennemføre 10 km, giver det en kilometertid på 12,0 minutter pr. km (120/10). Ved tilmeldingen skriver du derfor 12 i bemærkninger til egen klub.

Starttiderne tildeles efter rangorden og tilpasses den bane, du er tilmeldt. Er du tilmeldt en 5 km-bane og har en kilometertid på 12, forventes du at gennemføre de 5 km på 60 minutter.

Der er masser af muligheder for at snyde med beregningen af kilometertiden, men det falder dog ikke naturligt for vendelboer. Hvis du vinder klubmesterskabet ved hjælp af snyd, beholder du din sejr, men må tåle krasse bemærkninger resten af året.

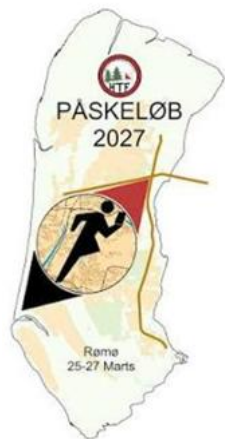
Der udnævnes som vanligt klubmestre i Dame Junior, Dame Senior, Herre Junior og Herre Senior.

Det bliver spændende.



# Overnatning til Påskeløb Rømø 2027

Skrevet af Hanne Bak-Mikkelsen



Der er længe til næste påske, men skal man have et sted at sove til påskeløbet på Rømø næste år, er det ikke for tidligt at rykke!

Vi har indhentet tilbud fra Danland på Rømø – lækkert – men lidt for dyrt synes vi.

I stedet har vi booket 7 hytter i **Skærbækcentret**, der ligger på fastlandet lige ved dæmningen over til Rømø:

<https://skaerbaekcentret.dk/>

Vi skal afgive endelig bestilling 1.12. Så det er faktisk snart, at klubbens medlemmer skal afgøre, om de er interesseret i overnatning i Skærbækcentret.

Giv gerne besked allerede nu. Får vi brug for flere hytter er det muligt, så længe lager haves- det er jo påske!

Besked til undertegnede – bindende senest søndag d. 29. november

[hanne@bak-mikkelsen.dk](mailto:hanne@bak-mikkelsen.dk) eller 41261553



Feriehusene er 43 m2 og er beregnet til 4 voksne og 3 børn. Alle husene er inddelt i to soverum med hver to sengepladser og derudover en hems med 3 madrasser. Alle huse indeholder desuden:

- ♦ Køkken med køl/frys, ovn og komfur, opvaskemaskine, kaffemaskine, el-kedel og toaster
- ♦ Badeniche/toilet
- ♦ Overdækket terrasse
- ♦ TV, radio/cd
- ♦ Mulighed for opladning af elbil

Pris 5000,- pr hytte fra onsdag til lørdag (3 overnatninger) inkl. rengøring. El og vand afregnes efter forbrug

Linnedpakke inkl. håndklæder kan tilkøbes.

Hund kan også "tilkøbes".



# Nytårsløbet 2026: Traditioner og fornyelser

Skrevet af Kjeld Arildsen

Nytårsløbet på årets sidste dag har gennem alle år været et tilløbsstykke. I de første år uden nogen sammenkomst, senere i mange år i Tolne først med kransekage og champagne og derefter med suppe, når deltagerne kom i mål. De seneste år har løbet været arrangeret i Tversted med pølser, og i fjor genindførte vi kransekage og champagne.

Nytårsfejringen med kransekage og champagne finder sted kl. 11.15 præcis, således at vi alle kan samles og ønske hinanden godt nytår.



Fælles for alle årene har været, at deltagerne har sat stor pris på serveringen. Men det har også været kendetegnende, at de første i mål har spist af, inden de sidste er kommet i mål. Den fælles nytårsfejring har derfor været vanskelig at gennemføre.

Den 31. december 2026 afvikler vi nytårsløbet i Bøgsted med udgangspunkt fra Skovbo, hvor der også bliver fælles samling og nytårsfejring efter løbet.

Løbet er tilrettelagt som et pointløb, dvs. at du opsøger alle de poster, du kan nå inden kl. 11.00. Du bestemmer selv, hvornår du vil starte mellem kl. 09.30 og 10.00, og du tilrettelægger selv løbet, så du er i mål senest kl. 11.00.



## Nyt fra ...

Skrevet af Kjeld Arildsen



**DANSK  
ORIENTERINGS-  
FORBUND**

### Nyt fra DOF

DOF har meldt klart ud til IOF, at DOF ikke kan støtte tanker om at løfte sanktionerne mod og udelukkelse af Belarus. Dette i tråd med DIF's generelle holdning overfor Rusland og Belarus.

Der er fortsat dialog med NST om at få lempet de betalingskrav, der blev indført i marts måned. DIF har lovet at løfte problemstillingen til relevante ministre, såfremt der ikke opnås resultater gennem dialogen med Naturstyrelsen.



### Nyt fra Nordkredsen

Nordkredsen Eventvogn og hjertestarter er overdraget til Lars Ole Kopp med følgende betingelser.

- Eventvognen kan uden betaling lånes af Nordkredsens klubber frem til den 31.12.2028.
- Eventvognen skal reserveres mindst 6 måneder før stævne.

Børne og ungeudvalget arbejder på at finde en afløser for Henrik Hinge.

## Information

### Opfordring



Du, som læser om Vendelboernes oplevelser i ind- og udland i dette nummer af Vendeposten, har måske også noget på hjerte, som kunne gavne og glæde andre læsere af bladet.

Hvis du synes, at du har det, vil vi gerne have et manuskriptbidrag fra dig. Billeder er også meget velkomne.

Hvis du ovenikøbet vil være med til at redigere bladet, vil vi også gerne høre fra dig.

Vendeposten lever af sit indhold.

Vær med til at skabe det!

Redaktionen



### Skawdysten 2027

Sæt kryds i kalender i uge 28 2027!

Mere information kommer senere.

---

# O-kalender

Løb i slut oktober, november og december 2026

---



| DATO     | UGEDAG      | STED                    | ARRANGEMENT                    |
|----------|-------------|-------------------------|--------------------------------|
| 20. okt. | tirsdag     | Tversted Klitplantage   | B&U træning/ Kurver som opfang |
| 25. okt. | søndag      | Vandet Plantage         | Nordjysk-Dag                   |
| 1. nov.  | søndag      | Rold Nørreskov          | NOU Klubdag                    |
| 3. nov.  | tirsdag     | Bøgsted                 | B&U træning/ Nat               |
| 8. nov.  | søndag      | Uggerby Vest            | Klubløb                        |
| 15. nov. | søndag      | Bunken                  | Klubløb                        |
| 17. nov. | tirsdag     | Lilleheden Klitplantage | B&U træning/ Nat               |
| 22. nov. | søndag      | Bøgsted                 | Klubløb                        |
| 29. nov. | søndag      | Katsig                  | Klubløb                        |
| 1. dec.  | tirsdag     | Uggerby Klitplantage V  | B&U træning/ Nat               |
| 6. dec.  | søndag      | Tornby                  | Juleløb                        |
| 15. dec. | tirsdag     | Hjørring C              | Juleafslutning                 |
| 31. dec. | Nytårsaften | Bøgsted                 | Nytårsløb                      |

# Klubbens bestyrelse & bladets redaktion

## Bestyrelsen

Formand:

Kjeld Arildsen, kjeld.arildsen@gmail.com, 53640724

Næstformand:

Katrine Lyhne Kristiansen, k.lyhne@hotmail.com, 61192636

Kasserer:

Rikke Petersen, rap2008@live.dk, 26802134

Sekretær:

Hanne Bak-Mikkelsen, hanne@bak-mikkelsen.dk, 41261553

PR, sponsorer og kortudvalg:

Susanne Arildsen, susanne\_arildsen@hotmail.com, 22263644

Træningsudvalg:

Kirsten Holdensen, kirstenholdensen@gmail.com, 51271412

Innovation:

Philip Aarnio, philipja2007@gmail.com

Ungdomsudvalg:

Allan Reiche, mette.allan.mathias@gmail.com, 20684585

Kommunikation/Hjemmside:

Jens Lyhne Kristiansen, j.lyhne@hotmail.com, 29455806

Suppleanter

1 supp.: Kirstine Ø Osmundsen.

2 supp.: Kim Ø. Jørgensen



## Redaktionen

Kjeld Arildsen, kjeld.arildsen@gmail.com, 53640724

Birte Kjær Haff, birte.haff@gmail.com, 26805605

Katrine Lyhne, k.lyhne@hotmail.com, 61192636

Hans Ingemann Petersen, hansingemannpetersen@gmail.com, 50425635

Hanne Bak-Mikkelsen, hanne@bak-mikkelsen.dk, 41261553

Hanne Høy Houengaard, hhh@clar.dk, 26203766

