



Klippedille

Organ for OK Sorø 40 årgang

nr. 5 December 2008

www.oksorø.dk

Redaktion: Jan Kuno Rost, Lodshusvej 17, 4230 Skælskør

Tlf. 58 19 43 07 Mail: j.k.rost@mail.dk

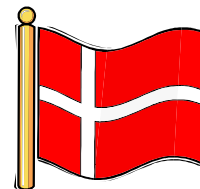
**God Jul
og
godt nytår**



Tjek løbende vores hjemmeside for nyheder www.oksorø.dk

Bestyrelsen:	John Pedersen (formand)	5783 1718
	Hans Ole Jensen (kasserer)	5826 5565
	Eva Smedegaard	5782 0610
	Kåre Sørensen	5782 2258
	Claus Mikkelsen	5852 3078
	Morten Hass	29741337
	Jan Rost	5819 4307
Tilmelding	Jørgen Jørgensen	5853 5365

OK Sorø 40 års jubilæum.



Orienteringsklubben " Sorø " 13 jan. 1969 – 13 jan. 2009.

Det vil vi gerne fejre ved at invitere dig / jer til reception i vores klubhus på Skolevej 5, Sorø lørdag d. 17 jan. fra kl. 14 – 16.

Vi byder på lidt lækkert til ganen og samtidig vil der være mulighed for at opleve vores omgivelser, som vi har haft i snart 20 år.

Vores ungdomsløbere vil ved samme lejlighed vise jer, hvordan man kan løbe o-løb på PC ved hjælp af programmet Caching Features.

Der vil ligeledes være en udstilling, der viser hvordan man afvikler et løb ved hjælp af EDB.

Vi håber at se mange løbere, klubber og samarbejdsrelationer på dagen.

Det vil hjælpe os meget, hvis vi kunne få en tilmelding afh. til traktementet på mail adr. jpede@tdc.dk. senest d. 14 jan. 2009.

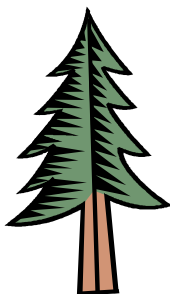
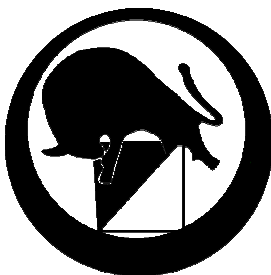
For dem der gerne vil løbe en lille tur, vil der være jubilæumsløb på bykort, nær klubhuset imellem 13 og 14. Kort udleveres i klubhuset..... altså bare en lille kort bane !

Omklædning mulig i vores klubhus.

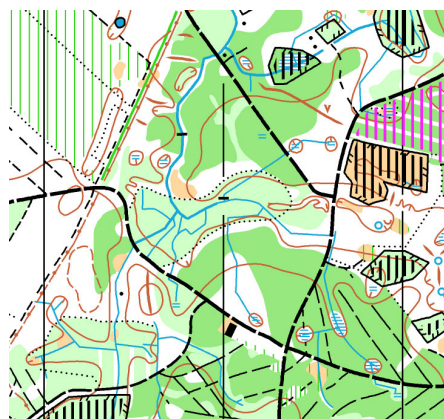
Vil du vide mere om os:

<http://www.xn--oksozua.dk/>

eller www.oksozua.dk



Del af Sorø Sønderskov



DM for døve

Der findes en lille håndfuld af døve orienteringsløbere i Danmark, og jeg repræsenterede Ahorn – en idrætsforening for døve, hørehæmmet og CI for regionen Sjælland. Mens jeg løber for OK Sorø ved hørende stævner.

Danske Døve-Idrætsforbund (fork. DDI) gennemfører årligt flere Danmarksmesterskaber for døve under en eller flere stævner. Der skulle have været DM i lang- og mellemdistancen på Bornholm (Höst Open) i oktober måned, men det blev aflyst på grund af for få tilmeldte.

DM i sprint foregik under AL-sprint i Hillerød den 8. november 2008, hvor de døve løbere skulle først mellem kl. 12.50 - 13.00 derefter var der start for de hørende efter kl. 13:00.

Jeg har ikke været med til de døves DM de sidste 6 år. Denne gang var der to damer tilmeldt, og det var mig fra Ahorn og Annelise Hansen fra Døvania - København. De fleste havde forventet, at Annelise var den største favorit til DM-guldet, da hun selv kommer fra Hillerød. Så hun måtte jo kende alle de små smutvejene i byen ligesom hendes klubkammerat Dorte Dahl som vandt for de hørende.

Jeg er ikke vant til sprint-løb med måleforhold på kortet med 1:5000. Jeg havde svært med afstanden og tempoet. På et tidspunkt kunne jeg se Annelise bagved, og pludselig var hun væk via en anden smutvej omkring den næstsidste post før publikumsposten, så jeg så hende omkring den post hvor hun bommede. Senere da jeg nåede i mål opdagede jeg, at Annelise Hansen endnu ikke var kommet, og det gjorde hun et par minutter efter mig.

Det blev til en guldmedalje med hjem☺

Louise Peitersen



STØT VORE ANNONCØRER, DE STØTTER OS

VINTERTRÆNINGSLØBENE 2008-09

Dato	Klub	Skov	Startsted	Point/bem.
11.0 1	HOK	Jyderup		Nytårsstafet
18.0 1	Vestsj OK	Grøntved Overdrev		X - SI
25.0 1	Haslev	Glumsø Østerskov	N i skov	X
01.0 2	OKR	Skjoldnæsholm	Gyldenløvshøj	X - SI
08.0 2	O-63	Vintersbølle	Vintersbølle skole	X - SI
15.0 2	Køge	Vallø	Vordingborgvej	X - SI
22.0 2	Sorø	Lorup	Lorupvej	X - SI
01.0 3	HG	Herlufsholm	HG stadion	Afslutningsløb - SI
02.0 3	HG	Næstved		Troldens Fodspor

Kun de med x-pointmarkerede løb er tællende i den gennemgående konkurrence.
Alle speciel løb har andre baner.

UDLEJNING	REPARATION
<ul style="list-style-type: none"> ● Fræsere ● Møssjerner ● Vibrator ● Brændeflækker 	<ul style="list-style-type: none"> ● Flæneklippere ● Fræser ● Motorsave
<p>Torben Larsen SALG · SERVICE UDLEJNING Norgesvej 1 - 4180 Sorø 57 83 11 51</p>	
	
<p>Husqvarna SKOV&HAVE</p>	

STØT VORE ANNONCØRER, DE STØTTER OS

- så er det tid til at reservere dagene i Påsken 2009 til o-løb

I år afholdes påskeløbene i Stråsø plantage og Husby klitplantage v/Ulfborg fra skærtorsdag den 9. april 2009 til lørdag den 11. april 2009.



Torsdag den 9. april – Stråsø øst – Første start kl. 12.00

Vestjysk plantage med hedeområder, delvis med spredt bevoksning af hovedsagelig fyr og birk og nogle områder med indlandsklitter. Nogle områder er meget detaljerige.

Fredag den 10. april – Husby Vest – Første start kl. 10.00

Husby Klitplantage Vest byder på 2 forskellige terræntyper. Længst mod vest et åbent og detaljerigt kliterræn. Efter klitterne kommer der flade og tættere bevoksede moseområder blandet med ret høje delvist åbne klitter.

Lørdag den 11. april – Husby Sydøst – Første start kl. 10.00

Den østlige del af kortet består af blandet nåle- og løvskov med mange detaljer og ret god gennemløbelighed.

Tilmelding til påskeløbene senest den 15. marts 2009 via O-service.

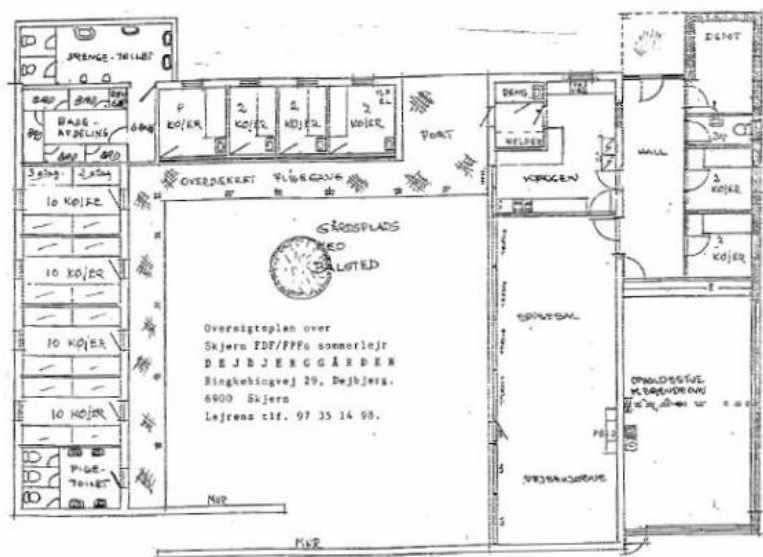
OK Sorø har lejet Dejbjerggården v/Skjern fra onsdag den 8. april 2009 til lørdag den 11. april 2009.

Hytten har plads til 54 personer. Der er 6 lederrum med i alt 14 sovepladser og 4 soverum med i alt 40 sovepladser. Herudover er der opholdsrum og spisesal.

Skitse over lejrskolens / hyttens indretning:

Faciliteter:

3 vaskerum
6 toiletter
5 brusebade
Komfur
Køleskab
Dybfryser
Opvaskemaskine
Kaffemaskine
Service til 60



Afstand fra Debjerggården til løbene:

Den første dag er der ca. 36 km fra hytten til Stråsø. De andre 2 dage, hvor vi skal løbe i Husby Klitplantage, er der ca. 50 km.

Adresse:

Debjerggården
Ringkøbingvej 29
6900 Skjern



Tilmelding til hytten til Annette og Jan Rost via mail j.k.rost@mail.dk eller mobil 20819502/22434874.

Praktiske oplysninger omkring mad m.m. følger senere. Men vi regner selvfølgelig med noget fællesindkøb og spising.

O-hilsen

Annette



STØT VORE ANNONCØRER, DE STØTTER OS

Forslag til ændring af §4 i OK Sorø's vedtægter

Det foreslås, at bestyrelsen kan bestå af flere medlemmer i perioder, hvor flere medlemmer ønsker at være aktive i bestyrelsen.

Umiddelbart finder bestyrelsen, at den permanente bestyrelse har en passende størrelse, og at klubben ikke bør forpligte sig permanent til at vælge flere bestyrelsesmedlemmer end idag.

Derfor foreslås det, at klubben på generalforsamlingen kan vælge op til to yderligere bestyrelsessuppleanter.

For at bestyrelsen kan være effektivt beslutningsdygtig med et ulige antal stemmer, foreslås, at de 1-2 suppleanter ikke får stemmeret.

Ordlyden af den nuværende §4:

§ 4

Bestyrelsen består af formand, kasserer og 5 ordinære medlemmer.

Formanden vælges af den ordinære generalforsamling for 1 år ad gangen. De øvrige medlemmer af bestyrelsen vælges for 2 år ad gangen, således at der er 3 bestyrelsesmedlemmer på valg hvert år.

Valgene til bestyrelsen afgøres ved simpelt stemmeflertal. Såfremt et medlem ønsker det, skal afstemningen være skriftlig.

Ved et bestyrelsesmedlems fratræden, supplerer bestyrelsen sig selv indtil næste ordinære generalforsamling.

Bestyrelsen fastsætter selv sin forretningsorden og er kun beslutningsdygtig, når mindst halvdelen af dens medlemmer er til stede.

Forslag om tilføjelse i §4 - 2. linie – tilføjelse er fremhævet med fed skrift:

§4Bestyrelsen består af formand, kasserer, 5 ordinære medlemmer, **samt op til to suppleanter. Suppleanterne deltager i bestyrelsesarbejdet, men har ikke stemmeret.**

(resten af §4 er uændret)

Bestyrelsen

OK Sorø – Forslag til Ny Kontingentsstruktur fra 2009

Bestyrelsen foreslår, at OK Sorø får en ny kontingentsstruktur. I stedet for et enkelt- og et familiekontingent, bør klubben have et voksen- og et ungdomskontingent, hvor alle ungdomsløbere fremover betaler det samme. Desuden bør kontingent til Dansk Orienterings Forbund opkræves seperat. Forslaget er:

Voksen: 350 kr. årligt – heraf 120 kr. til klubben og 230 kr. til DOF

Ungdom: 200 kr. årligt – heraf 100 kr. til klubben og 100 kr. til DOF

Den nuværende kontingentordning er ikke længere holdbar

Bestyrelsen ser tre grunde til, at ændringen er nødvendig:

1) Dansk Orienterings Forbund har løbende sat DOF-kontingentet per løber op, uden at klubbens kontingent er fulgt med. Klubbens løbende indtægter fra kontingent, kommune mv. kan derfor knapt dække de løbende udgifter (se bilag). Det lykkes næsten i år pga et ekstraordinært populært Sorø Sø Rundt, men klubben har behov for en smule mere buffer. DOF-kontingentet bør fremover opkræves særskilt.

2) Det nuværende kontingent er urimeligt for ungdomsløbere, der melder sig individuelt ind i klubben. De skal idag betale 350 kr. om året i kontingent, mens ekstra søskende i en familie kan blive medlem af klubben helt gratis. En familie med to voksne og to børn skal ifølge forslaget betale 1100 kr. om året, mod idag 600 kr. Individuelle ungdomsløbere skal fremover betale 200 kr., mod idag 350 kr.

3) Sorø Kommune stiller som betingelse for sin støtte til ungdomsløberne, at den enkelte ungdomsløber selv betaler et kontingent, der mindst er på højde med støttebeløbet. I 2008 var støtten fra kommunen 189 kr. per ungdomsløber. Ungdomskontingentet må udskilles på et niveau, der modsvarer dette beløb.

Kontingentet vil fortsat ligge i den lave ende for aktive o-klubber

OK Sorø's aktivitetsniveau og mængden af tilbud navnlig til ungdom og nye voksne er steget betydeligt, med særskilt ungdomstræning hver uge, flere ungdomsløbere til åbne løb og på kurser, flere tirsdagsnatløb, tekniklørddage for alle året igennem, mv. Alt dette er positivt, men det medfører også stigende udgifter, som skal dækkes.

Klubbens indtægt fra det foreslåede ungdomskontingent på 200 kr. vil være cirka 8.000 kr., hvortil kommer cirka 8.000 kr. i støtte fra kommunen, altså 16.000 kr. ialt. Til sammenligning bruger klubben årligt 8.000 kr. på ungdomsudvalget, løbstilskud ungdom 3000 kr., kursustilskud (mest ungdom) 3000 kr. og kørselstilskud (mest ungdom) 3000 kr., ialt 17.000 kr. på tilbud, der især er målrettet ungdom. Derudover trækker ungdommen på de generelle tilbud og faciliteter i klubben.

Bestyrelsen mener, at størrelsen af kontingentet med det nye forslag får et rimeligt niveau. OK Sorø's kontingent vil stadig ligge lavt sammenlignet med, hvad man betaler i andre klubber, der har en vifte af tilbud på højde med vores. I Tisvilde betaler man således 350(voksen)/220(ungdom), i Roskilde 550(voksen)/400(ungdom), i HSOK 552(voksen)/408(ungdom), og i Ballerup 520(enkelt)/1090(familie).

Bestyrelsen

OK Sorø budget & kontingent - forslag

Resultat ialt 19.837		
Udgifter ialt 109.900		
DOF-udgifter 20.000	Løbende udgifter 30.900	Engangsudgifter 59.000
Kontingent DOF 20.000	Ungdom løbstilskud 3.000	GPS ti. korttegning 3.000
230 kr/voksen	Ungdomstræning 8.000	25 små skærme 1.000
100 kr/barn fra 8 år	Kurser (mest ungdom) 3.000	40 poststativer 4.000
	Kørselstilskud 3.000	40 Sportidentenheder
	Korttegning 2.500	35.000
	Løbebriller 2.500	Sportident ansøgt 8.000
	Kontorartikler 200	Poster Sorø Storkro 1.000
	Porto 200	Renovering klubhus 7.000
	Hjemmeside 500	
	Nyt materiel 1.000	
	Forsikring 500	
	Møder og gaver 2.000	
	Div. forbrugsmaterialer 2.000	
	Rente og kursreguler. 2.000	
	Gebyr 500	
Indtægter ialt 129.737		
DOF-indtægter 20.000	Løbende indtægter 30.237	Engangsindtægter 79.500
DOF-andel kontingent 20.000	Klubkontingent efter DOF 8.000 (fremover 12.500)	Midgårdsormen 33.000
	Kortsalg 1.000	Kort Comwell 12.500
	Salg af løbebriller 1.000	Årets idrætsklub 10.000
	Sorø Sø Rundt 9.000	Sparekassen Sjælland 10.000
	VTR-løb 3.000	Sorø Kommune Sportident 8.000
	Sorø Kommune 8.237	Sørup Herregaard 6.000
	(kræver ungdomskontingent på mindst 183 kr./år)	

DOF-kontingent opkræves seperat, fastlægges af DOF Vi fastlægger selv klubkontingent

Vi skal have to Klubkontingenter: -Voksen -Ungdom

Klubkontingent bør bidrage til de løbende udgifter med fx. +12.000 kr.

Med kontingent: -Voksen 350 kr. -Ungdom 200 kr.

...bliver indtægten ved 70 voksne og 40 børn: kr. = 32.500 kr. - dvs.: 20.000 kr. til DOF + 12.500 kr. til klub

Andre klubbers kontingent er idag langt højere end vores!

OK Roskilde
Voksen 550
Junior 400

HSOK
Junior -25 408
Voksen 552
Pens +65 408
Familie 960

Tisvilde Hegn
Senior 350
Junior 220
Pens 290

Ballerup
Voksen 510
Familie 1090
Pensionist 310

OK Sorø
"Enkelt" 350 kr
Familie 600

OK Sorø's seks regler om tilskud mv.

- 1. Startafgift-Divisionsmatch & DM:** 100% tilskud for alle, der repræsenterer klubben ved disse løb. Støtten bortfalder hvis man ikke starter ved løbet.
- 2. Startafgift-Ungdom:** 50% tilskud for ungdom (< 21 år) der deltager i løb på dansk/udenlandsk terminsliste, dog ikke vinterkaruselløb etc. Max. 50 kr. pr. start. Støtten bortfalder hvis man ikke starter ved løbet.
- 3. Kursusgebyr:** 100% tilskud for alle til kurser - fx. ungdomskurser, ungdomskurser, banelægning, korttegning mv. Maksimum er 500 kr. pr. kursus. Støtten bortfalder hvis man ikke deltager i kurset.
- 4. Årlig klubtur:** 100% tilskud for alle til hytte ved årlig klubtur i Danmark eller Sydsverige, hvor alle medlemmer kan deltage. Støtten bortfalder, hvis man ikke deltager i turen.
- 5. Kørsel – til løb:** Bestyrelsen anbefaler, at chaufføren i hver bil opkræver 1,5 kr. pr. km samt færge/bro-afgifter etc. Beløbet deles mellem alle personer i bilen. Beløbet afregnes kontant senest når turen er slut.
- 6. Kørsel mv. – til klubopgaver:** Alle der udfører omfangsrige klubopgaver kan, ved forudgående aftale med bestyrelsen, få dækket kørsel til 1,5 kr. pr. km og evt. andre større udgifter. Afregning sker via DOF's kørselsblanket.

Vintertræningsløbene 2008-09 - Pointstillingen efter 7 løb

Nr Navn Klub Saml [2/11](#) [9/11](#) [16/11](#) [23/11](#) [30/11](#) [7/12](#) [14/12](#)

Sort Lang, mænd

1	Kim Baunehøj Pederse	OKR	590	100	100		100	100	94	96
2	Kristian Kærsgaard	Sorø	472	97	100		94	90	91	fkl
5	Kåre Sørensen	Sorø	368	78		100		98		92
6	Thomas Vejsnæs	Sorø	366	89	90		92	95		
10	Knud Madsen	Sorø	288		97			98		93
11	Jan Rost	Sorø	281		100	96				85
12	Morten Hass	Sorø	281			100	90			91

Sort Lang, kvinder

1	Hanne Fogh	Sorø	600	100	100	99*	100	100	100	100
2	Eva Smedegaard	Sorø	287		90	100				97
3	Mette Filskov	Sorø	97					97		

Sort Mellem, mænd

1	Janne Brunstedt	OKR	597	100		100	97	100	100	100
3	Flemming Vejsnæs	Sorø	531	84	90	87	83	93	94	
11	Finn Kofoed-Dam	Sorø	419	91		78	80	87		83
30	John Pedersen	Sorø	91			91				
38	Lasse Hansedn	Sorø	75							75

Sort mellem, kvinder

1	Lærke Vejsnæs	Sorø	398	100			98	100	100	
3	Annette Rost	Sorø	300		100	100				100
5	Mette Filskov	Sorø	100				100			
6	Cecilie Smedegaard	Sorø	99							99

Sort kort, mænd

1	Bjarne Pedersen	OKR	581	91		97	98	100	97	98
3	Claus Mikkelsen	Sorø	534	82	77*	85	87	91	92	97
6	Jens Frandsen	Sorø	426		66	85	90		92	93
7	Bo Hede	Sorø	419	65	69	74	67	66	78	62*
13	Henrik Lawaets	Sorø	281	85					98	98
16	Kurt Nielsen	Sorø	259			84	82			93
34	Jan Sørensen	Sorø	128		48	80				
48	Birger Eng	Sorø	90					90		
63	Kresten Nerengård	Sorø	29	29						

Sort kort, kvinder

1	Birgit Børsting	HG	588	95	96	100		100	100	97
2	Inge Jørgensen	OKR	452			88	86	93	96	89
5	Søs M. Hansen	Sorø	400	100	100		100			100
12	Cecilie Smedegaard	Sorø	94				94			
13	Louise Peitersen	Sorø	93							93

Sort Mini, mænd <50 år

1	Asbjørn Hviid	O-63	500	100	100		100	100	100
2	Magnus Rost	Sorø	109		50				59

Sort Mini, mænd >50 år

1	Steen Baunehøj	OKR	600	100	100	99*	100	100	100	100
2	Kurt Dose	Køge	574	95	98		88	99	98	96
11	Einer Nielsen	Sorø	175		39				72	64

Sort mini, kvinder <50 år

1	Jytte Hougaard	OKR	396				96	100	100	100
2	Maja Smedegaard	Sorø	200		100		100			

Sort mini, kvinder >50 år

1	Ester Staffe	OCS	493			93	100	100	100	100
2	Grethe Larsen	Køge	389			100		100	97	92
5	Birthe Nielsen	Sorø	240		76				78	86

Gul mellemsvær, mænd

1	Narmer Fogh	Sorø	489	100	100	93		100	96	
2	Dennis K. Larsen	HG	484	63		93	67	88	89	84
3	Flemming Andersen	Sorø	281	88					93	100
5	Alan Bjerre	Sorø	224		79	67				78
13	Thomas G.	Sorø	36	36						

Gul mellemsvær, kvinder

1	Kristine Børsting	HG	549	94	73	100		89	96	97
2	Anne Frandsen	Sorø	400		100		100		100	100
6	Birgitte Andersen	Sorø	190						100	90
15	Vinnie Bramming	Sorø	41							41

Hvid let, mænd

1	Isak Fogh	Sorø	588	100		93	100	100	100	95
2	Jakob Smedegaard	Sorø	485		99	100	99	87		100

Grøn begynder, mænd

1	Jonas Fogh	Sorø	571	100		95	100	100	79	97
2	Kåre Børsting	HG	300		100				100	100
3	Oliver S Petersen	HG	257			76		86		95

Grøn begynder, kvinder

1	Mathilde Smedegaard	Sorø	298		100	100				98
2	Elin Frydendal	HOK	276	91	85		100			
5	Emma Frandsen	Sorø	187		92					95