

SOK-Nyhedsbrev - kort sommer-update

Hermed en kort sommerhilsen, med lidt om sommer-orienteringsløbene og et overblik over stævner i august og september, hvor der for nogle er tilmelding allerede midt i august. Endelig er der en kort beretning om Midsommerløbet i Velling-Snabegård, der samtidig var finalen på Midtjysk Ungdomsliga.

Husk i øvrigt den ekstraordinære generalforsamling d 12/8 kl. 18:30– Klubben er vært ved en sandwich (som 'bestilles' senest d 10/8). I skulle gerne have modtaget en e-mail med indkaldelsen.

God læselyst

Sommer orienteringsløb

Med indgangen af juli måned startede Silkeborg Orienteringsklub med sommerens træningsløb, som vil foregå de 5 torsdage i juli måned. Se detaljer på [hjemmesiden](#)

Der er to muligheder for at tilgå kort og deltage:

1. Den fleksible: Print selv dit kort og løb banen. Kortene vil være tilgængelig som print selv fra onsdag aften, til torsdag kl. 18.00. Print selv kort må kun anvendes på løbsdagen imellem kl. 07.00 og 20.30
2. Den traditionelle 😊 Startstedet vil være bemandet mellem kl. 17:30-18:30, hvor det er muligt at få udleveret et printet kort (det er gratis for SOK-medlemmer). Seneste start er kl. 18.30.

Der er således en indbygget fleksibilitet til at løbe i løbet af dagen, hvis man ønsker det. MEN Nu har vi desuden mulighed for mødes igen ved start og mål, og sammenligne stræk og andre erfaringer fra turen i skoven, og det er jo ganske fint.

Skove og startsteder:

8/7 - Østerskoven, start fra Østre Søbad (det er i dag)

15/7 Vesterskoven, start fra Østre søbad

22/7 Nordskoven, start fra 'De små fisk'

29/7 Sønderskoven, start fra Slåensø

Ved de sidste to mangler banelægger (netop annonceret på Hjemmesiden) - så kom frisk 😊

Stævner - Vigtige datoer i august og september.

I weekenden d 21-22 august er der Jysk-Fynsk-Mesterskab (JFM)

Der er **JFM stafet lørdag d 21 august**- i Hastrup plantage (i nærheden af Brande) -

Og der er **JFM-langdistance søndag d 22/8** i Frederikshåb plantage - mellem Billund og Egtved - det er ikke så langt væk, og der er god mulighed for at komme ud og prøve at løbe i lidt andet terræn, end vi kender, og der er forskellige sværhedsgrader af baner.

For begge JFM-konkurrencerne er der tilmeldingsfrist d 13/8

Et stævne der især er værd at deltage i - for alle klubbens medlemmer, både unge og gamle og nye og erfarne løbere er:

Divisionsmatch d 5 september i Rold skov. 😊 Der er baner i alle sværhedsgrader (let, mellemsvær og svær i alle aldersgrupper) og helt sikkert en klasse, der kan passe til alle klubmedlemmer. Der arrangeres klubtur med bus, og klubben giver løbsafgift, bustransport og en sandwich, efter løbet. Der er således klubtur med stort K - se indbydelsen på [hjemmesiden](#).

Der er tilmeldingsfrist d 27/8, men tilmeld gerne inden, så det er muligt at sætte et strategisk stærkt hold. Det er ganske vist dagen efter at vi har afholdt det store NACS-stævne med europamesterskabet i adventurerace. Men det har vi gjort før, så det klarer vi igen.

August-september er også sæson for Danmarksmesterskaber, således er der:

DM-mellemdistance i Grejsdalen d. 28. august (med tilmeldingsfrist d 13/8)

I weekenden 18-19 september er der DM-weekend, med **DM-stafet d. 18. september i Blåbjerg** klitplantage, og **DM-Lang i Stråsø d. 19. september** med tilmeldingsfrist d 5/9)

Om midsommerløbet - MUL-Finale

Det var en aldeles våd affære - Allerede på vej ned mod Vellingskovene trak de truende skyer sig sammen, og det blev så mørkt at der - med et glimt i øjet blev snakket om hvorvidt man skulle have haft pandelampe med. Kort før det første starter, åbnede sluserne sig, og det buldrede og lynede. Erfaringen er at der er Ok at det begynder at regne når man er kommet afsted på banen - men her var det skybrud på vejen til start - og i startboksen. Men afsted kom vi og kunne tage livtag med de ganske stejle bakker ved Velling snabegård. Synd for Horsens OK, at deres ellers fine arrangement skyllede ned at bakkerne.

Midsommerløbet var arrangeret som Finale på forårets Midtjysk Ungdomsliga

Der var gode præstationer af flere af Silkeborgs ungdomsløbere, der klarede regnen det vanskelige terræn fint. Således løb Astrid Faber Fenger-Grøn med første pladsen i D14, med Ragnhild Øhlenschlæger Nielsen på 2. pladsen.

I D16 var der ligeledes sejr til Sigrid Øhlenschlæger Nielsen, mens Emil Borup Fredberg og Mattias Klostergaard Rokkjær satte sig på hhv. 1. og 3. pladsen i H14. Det betød samtidig at der var samlet sejr i Midtjysk Ungdomsliga til Astrid tæt forfulgt af Ragnhild. Hos H14 var det en utrolig tæt afgørelse, idet der var et enkelt point mellem førstepladsen og Emil Fredberg og Gustav Ørgaard Sørensen på en delt andenplads. Endelig vandt Sigrid en sikker sejr i D16.

Fortsat god sommer 😊



Et par ganske våde løbere, der begge lige har løbet sig til 1.plads i hhv H14 og D14