

HELT ISKOVEN



STARTSKUDET. Alle GPS-ure skal startes præcis, så man bagefter kan tjekke, hvor optimal en linje man har løbet i.

Når man er orienteringsløber, findes der ikke dårligt vejr. Kun forkert løbetøj. Eller for svag pandelampe. 75 løbere i Nordsjælland gennemførte onsdag et natløb trods storm og styrtregn.

LØB I MØRKE

PER MUNCH
OG ASTRID DALUM (FOTO)

Indrømmet. Det var nok ikke det kloge-
ste, jeg har været med til. Men jeg må
erkende, at jeg blev grebet af stemnin-
gen blandt de efterårskåde orienterings-
løbere med vippende pandelygter på en
regnvåd parkeringsplads ved Ravnsholt
Skoven nær Allerød nord for København.

»Min kone ville ikke have, at jeg tog af
sted«, siger Jens fra Farum, der helst ikke
vil have sit efternavn i avisen af hensyn til
husfreden.

»Men DMI siger, det værste er overstået
nu«, forklarer Birgit Hausner fra en af de
lokale klubber, der styrer arrangementet,
som skal begynde kl. 18.40. Hun står i ter-
modragt og vifter bilerne ind på p-plad-
sen og ned ad Bregnerød Skovvej med en
lommelygte.

Så selv om kun 75 af de 150 tilmeldte er
duknet op, så er orienteringsløberne
ukuelige. De vil gennemføre endnu et løb
ud af otte i den nordsjællandske Natcup,
der denne aften arrangeres af Allerød og
Stengården orienteringsklubber.

»Vejret får ikke lov at stoppe os. Det var
det første, jeg fik at vide, da jeg startede
som 14-årig«, fortæller Andreas Boesen,
der i dag er 18 år og regerende juniordan-
marksmester. Det er hans pandelampe,
jeg får lov til at låne.

Indrømmet. Jeg får lidt kolde fødder, da
jeg står klar med et lille kompas spændt
på min venstre tommeltot og et kort med
14 poster og skal ud på ruten. For træerne
knager, og oppe på Nymøllevej kører sire-
nerne forbi.

En løber mumler om, at politiet har fra-
rådet al unødvendig udkørsel. Men har
politiet sagt noget som helst om, hvorvidt
det er farligt at løbe? Nej, vel.

Jeg har fået demonstreret, hvordan
man vender kortet mod nord ved hjælp af
kompasset, og jeg har prøvet, hvordan
man stikker plastikdinsen på sin højre
pegefinger ned i posten, når man finder
den. Med disse hjælpemidler forsvarligt
fastspændt skal jeg nu ud og besejre den
frådende natur.

Så går starten. Vi bisser af sted. Over
stok og gren.

Håndkolorerede kort

Nu vælter den første løber, vi andre træ-
der udenom. Og bevæger os over et våd-

område. Det er let nok at følge halen af
pandelamper, for alle skal finde den sam-
me post først. Dernæst splitter man op i
den lette, den middel og den rigtig svære.

Her begynder problemerne. For jeg har
røbet over for min vært, Michael Leth Jess
fra Orienteringsklubben Roskilde, at jeg
er grøn spejder. Så er der ingen nåde. Svær
rute til mig.

Jeg finder simpelthen aldrig post 2.

Hver gang jeg med den enorme halo-
genspot kigger på kortet, bliver jeg fuld-
kommen blændet af det hvide papir. Og
når jeg fortvivlet kigger rundt, ser jeg kun
brune, fedtede efterårsblade, der bliver
hvirvlet op af vinden. Jeg kan hverken ane
stier eller veje.

Kortet er ellers superdetaljeret. Det
bygger på en laseropmåling, som Cowi
har lavet for nogle år siden, og derefter
har orienteringsløbere udfyldt alle detal-
jer, grøfter, skovens tæthedsgrad, hegn,
brandbælter, moser. 350-400 skove er
håndkortlagt på den måde, da standard-
kort fra Geodætisk Institut er for unøjag-
tige.

Så får jeg landkending. Jeg opdager, at
jeg står midt i et kryds. Højdekurverne
passer med den høj, hvor næste post bør
ligge. Jeg baner mig vej gennem krattet i
den retning, min tommelfinger peger, og
yes, nu glimter refleksen på posten.

Klamt mosevand

Indrømmet. Jeg har igen fået rigtig kolde
fødder.

Denne gang, fordi jeg er endt i en mose
efter at have fulgt et hegn og fortsat i sam-
me retning. Pludselig står jeg i 5-10 centi-
meter iskoldt mosevand, hvor enkelte tu-
er stikker op med strittende hårvækst.

Men i det fjerne kan jeg i pandelam-
pens skær se en kraftig refleks op ad en
skråning. Post nummer 10 jubler jeg ind-
vendigt. Og jeg knokler op for at stikke
min pegefingerdins i hullet. Hvad bety-
der kolde fødder, når man er varm om sit
gamle spejderhjerter?

Det er skattejagt for voksne. Og for
børn. Og for teenagerne. Faktisk er orien-
teringsløb noget af det, hele familien kan
samles om, fordi man kan løbe hver sit
spor af forskellig sværhedsgrad. Michael
Leth Jess fra Roskilde Orienteringsklub
fortæller, at hans dreng kun var 10 år, da
han første gang blev sendt ud på et spor
om natten med pandelampe.

Da vi sidder i et klubhus en time senere
og sammenligner røverhistorier og gode
oplevelser, siger han:

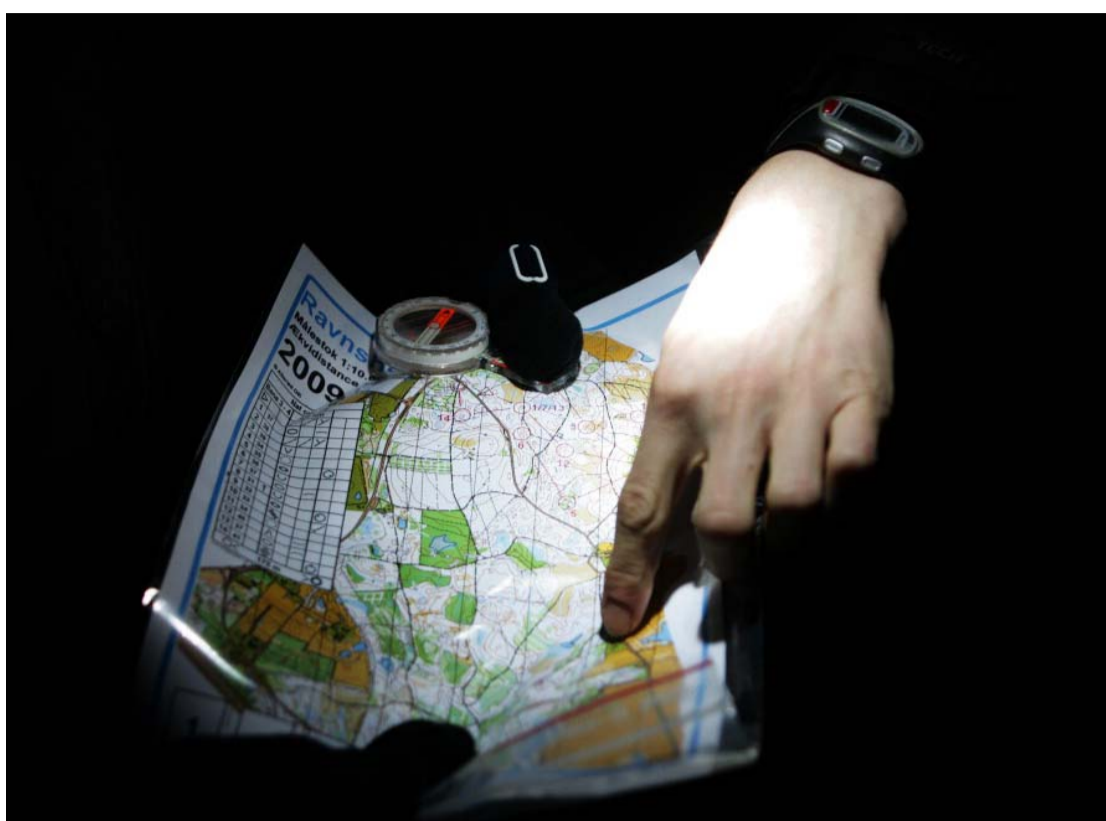
»Du har ret i, at det er en stor glæde, når
man endelig finder posten. Men det er
faktisk en endnu større glæde for mig en
aften som i aften, når min næsten-teen-
agedatter kommer hjem med helt røde
kinder og er glad. Ellers er hun jo mest
flov over os, men det her kan vi stadig ha-
ve sammen«.

Trods gode oplevelser undervejs må jeg
jo nok erkende, at det var tåbeligt af os at
gå ud i det vejr. Eller som vi siger i orien-
teringskredse: Det er ikke pandelampen,
der strammer.

per.munch@pol.dk



Mange orienteringsløbere bruger
Garmin-ure, så de bagefter kan lægge
rute og tempo på O-kortet, så de kan
se, hvor det gik godt – og skidt. Læs
om det – og se motionsredaktørens
mangelfulde kort – på
www.tjek.dk/motion



**TOMMELFIN-
GERREGEL.** Man
har kompasset
spændt om venstre
tommeltot, så læg-
ger man kurs mod
næste post, og
nordpilen skal stå
nogenlunde stille.

DET SKAL DU BRUGE

Løbetøj efter årstiden – som du plejer.
Dog altid lange bukser på grund af løb i
krat, brændenælder etc. Almindelige lø-
besko kan bruges til en begyndelse. Vær
forberedt på, at både tøj og sko bliver
vådt og beskidt.

Særlige orienteringsløbssko med
pigge og kraftige knopper står bedre
fast på våde træstammer, og når man
skal hoppe over en grøft med smattede
sider, så det er en god investering på
sig.

Tommelfingerkompass er obligato-
risk, men du kan låne dig frem i begyn-
delsen.

Tidtagning – akkurat som den chip,
man kender fra motionsløb, bruger man
i O-løb en 'SportIdent-brik', som man
stikker i hver post. Du kan leje den på
stævnepladsen eller købe din egen for
ca. 200 kroner.

Pandelampe er nødvendig, hvis du skal
prøve natorientering. Fås ned til 50-100
kroner og op til professionelle stråleka-
stere til 4.000-5.000 kroner med opla-
deligt batteri, du bærer i en vest på ryg-
gen.

Køb før og efter løb – specialudstyr
købes bedst og billigst til de større
stævner, hvor et par forhandlere plejer
at dukke op med en velassorteret trailer.

Sådan finder du vej til O-løb

Du kan træne og konkurrere i en klub
eller prøve dig lidt frem først. O-løb –
orienteringsløb – er for alle aldersgrup-
per og niveauer. Også for hele familien.

Poster i skoven er en mulighed, hvis I
lige skal prøve af, hvordan det er at finde
vej med kort og kompas. I mange skove
er der udlagt faste poster, man kan finde,
hvis man har printet kortet hjemme-
fra:
www.posteriskoven.dk

Prøv det i Boserup, hvor Orienterings-
klubben Roskilde hver lørdag eftermid-
dag året rundt tilbyder åben træning for
alle i Boserup Skov nordvest for byen.
Mulighed for grundig introduktion og lån
af kompas. Start mellem kl. 13 og 13.30
fra p-pladsen ved Efterskolen.
www.okr.dk

Familieorientering: Seks nordsjæl-
landske klubber var sammen om dette
initiativ i efteråret 2009 – hold øje til for-
året på:
www.familieorientering.dk

Find O-løb-klubber over hele landet på:
www.do-f.dk/adresser/

Løbsoversigt finder du på
www.o-service.dk

Du skal være medlem af en klub for at
kunne tilmelde dig via O-service online,
men til mange af løbene er det muligt at
købe løbet i skoven.

NatCup er orienteringsløb om natten.
Det kræver en kraftig pandelampe, så
man kan finde vej. NatCup afvikles med
otte løb i Nordsjælland. Se på
www.o-service.dk

Vintertræningsløb (VTR) er en popu-
lær konkurrence for orienteringsløber-
ne i de midsjællandske O-klubber. Der
løbes hver søndag formiddag fra no-
vember til februar i udvalgte skove. En
god måde at blive introduceret til spor-
ten på, da der ikke er forhåndstilmel-
ding. Oversigt på
www.kortlink.dk/7654