

# Årsberetning 2020

## Orienteringsklubben Roskilde

Dette er beretningen om de vigtigste begivenheder for Orienteringsklubben Roskilde i 2020.

Corona sygdommen sætte naturligvis sit meget store præg for klubbens liv i 2020 og næsten intet har været som det plejer at være. Iderigheden og kreativiteten har dog været stor og takket være dette er klubben kommet gennem 2020, hvor mange aktiviteter trods begrænsninger og restriktioner, har kunne gennemføres.

### **Sportslige resultater**

Klubben har tradition for at være repræsenteret ved Veteran VM (WMOC) og opnå gode placeringer. WMOC skulle være afholdt i maj i Slovakiet men blev aflyst pga corona.

Også danske mesterskaber, hvor klubben normalt er godt repræsenteret og opnår gode resultater har været præget af corona situationen. Således blev DM nat, DM stafet, DM sprintstafet og DM Ultra lang aflyst.

Nedenstående 10 års oversigt skal derfor læses med dette in mente (Guld – Sølv – Bronze):

2020: 10 medaljer (4 – 2 – 4)  
2019: 21 medaljer (9 – 4 – 8)  
2018: 26 medaljer (11 – 6 – 9)  
2017: 15 medaljer (8 – 3 – 4)  
2016: 12 medaljer (5 – 2 – 5)  
2015: 22 medaljer (6 - 9 - 7)  
2014: 23 medaljer (10 - 7 - 6)  
2013: 18 medaljer (6 – 5 – 7)  
2012: 12 medaljer (4 – 7 – 1)  
2011: 13 medaljer (5 – 3 – 5)  
2010: 12 medaljer (4 – 5 – 3)

Til DM stafet havde vi ellers satset på at stille med et meget stærkt H21hold - med Rasmus Møller Jess, Andreas Hougaard Boesen og Martin Laage Kragh på holdet, men på grund af coronaen kunne "udlandsdanskerne" ikke komme hjem og løbet blev aflyst i sidste øjeblik.

Rasmus fastslog dog ved de afholdte DM'er, at han nu tilhører senior eliten i dansk orientering med henholdsvis bronze medalje ved sprint, nr 5 ved DM lang og nr 7 ved DM mellem. Disse flotte resultater er blevet bemærket og Rasmus er således blevet tildelt 20.000 kr af Roskilde kommunes Elitesatsningspulje og udtaget til forbundets Elitegruppe, U23- gruppen for 19-23 årige.



Rasmus på vej i mål ved DM lang 2020

Rasmus bor og studerer i Uppsala, Sverige.

<b>DM lang</b> 13. september Hjelm skov mm	<b>D75</b> guld <b>H75</b> bronze	Inge Jørgensen Ole Svendsen
<b>DM stafet</b> aflyst		
<b>DM ultralang</b> aflyst		
<b>DM nat</b> aflyst		
<b>DM mellem</b> 29. august Aggebo-Græsted	<b>D10</b> guld <b>H75</b> bronze <b>H75</b> bronze	Franka Søndergaard Pohl Janne Brunstedt Ole Svendsen
<b>DM sprint</b> 24. maj Aaborg	<b>D14</b> guld <b>D75</b> guld <b>D65</b> sølv <b>H75</b> sølv <b>H21</b> bronze	Teresa Søndergaard Pohl Inge Jørgensen Annette Petersen Janne Brunstedt Rasmus Møller Jess
<b>DM sprintstafet</b> aflyst		



*Franka vinder guld ved DM mellem og storesøster Teresa vinder guld ved DM Sprint*

	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Placering	13	10	8	9	16	13	9	9	11
Medalje point	27	35	50	43	24	34	54	43	24

*Klubbens placering mellem DO-F's 80 klubber*

### **MTB-Orientering**

Alle årets danske mesterskaber blev aflyst.

### **Divisionsturneringen**

Divisionsturneringen blev også aflyst pga corona og klubben er derfor stadig placeret i 2. division.

### **Ungdomsarbejdet**

Klubben har en god stabil ungdomsgruppe og en mini-ORK gruppe for de yngste.

2020 blev et helt anderledes år fra marts måned hvor næsten kun almindelige tirsdagstræninger blev afholdt, men her har mini-ORK været rigtig godt repræsenteret, også i efteråret / vinterens mørke og kulde.

Klubben deltog i Nytårsstafet nr 50 og stillede bl.a med et hold i børnestafetten som Agnes, Franka og Ellen vandt på fornem vis.



*Agnes og Ellen med præmieposen*

Det kun været muligt at arrangere nogle få ungdomskurser i løbet af året og her deltog Teresa og Adam i U2 kurser og klubben var medarrangør af et U1 kursus på Boserupgård hvor Harald, Oscar, Kjartan og Franka deltog.

#### By-natløb

Franka vandt for tredje gang, Teresa blev nr 2 og Sif blev nr 3

Katrine Krog Madsen delte skovkarlenes ungdomspokal med Alma fra Sorø, Katrine er på efterskole i skoleåret 2020/21.



*Katrine får overrakt ungdomspokalen*

Årets klubmestre i ungdomsgruppen blev Simeon, Teresa, Franka og Oscar

*John Tripax, formand for UU*

### **Klubhus- og materieludvalget**

Vi fik i sommerens løb lavet et af de rigtig store projekter i Nordpilens historie ved at få lagt fliser i hele indkørslen og foran huset. Dette fik vi en fagmand til at lave, og det er blevet rigtig flot! Det vil vi alle nyde, især når vi igen får mere af vores gang ved klubhuset. De omlagte fliser bragte mere med sig, og vi besluttede at omlægge græsplænen, så halvdelen foran huset er udlagt med vilde blomster, og på vest siden fjernede vi de nedslidte fliser og lagde græs her. Til gengæld fik vi en lille terrasse foran havedøren. Og affaldsspandene har fået ny placering lige op til indkørslen. Vi har også i år været ude med pensler, for at vedligeholde især det hvide træværk på huset. Tusind tak til alle der knoklede, for at få det i orden.



*Den nye indkørsel*

Det skulle også gerne være blevet lettere at finde vores standere med diverse flag, da der er lavet 3 poser, hvor stander, flag og jordskrue er samlet i hver sin. På hylden nedenunder er mål/start bannere placeret.

Bruserne, især hos mændene, har ikke fungeret godt, og vi fik den ene udskiftet med nyt armatur, og i 2021 påtænker vi at udskifte de resterende inklusiv bruserne hos kvinderne.

Vi har også sat holdere op til papirhåndklæder på toiletter og i motionsrum, så hygiejnen er i top når klubhuset for alvor åbner op igen.

Græsslåningen fungerer fint med flittige skubbere 😊Tak.

*Ane Veierskov, formand for klubhusudvalget*

### **Breddeudvalget**

Året begyndte godt med at vi lagde ud med afholdelse af fastelavn, hvor der var tøndeslagning for ungdomsløberne og herefter var der fastelavnsboller og kakao til de unge mennesker. I voksengruppen fik alle, der var med til fællesspisning fastelavnsbolle.

Der blev afholdt 3 fællesspisninger i starten af året og så kom corona, der satte en stopper for vores fællesspisninger. Ved sommertid lysnede det så lidt i forhold til corona og der kunne holdes Sct. Hans løb inkl. fællesspisning ude i det blå.

I efteråret nåede vi at afholde en enkel fællesspisning under coronarestriktioner, det vil sige der var sat max. antal til 27 stk. Men da coronaen atter blussede op, måtte fællesspisninger igen stoppe.

På grund af corona har der heller ikke været nogen klubmesterskabsfest eller julemiddag i år.

Der var lagt nogle klubaftener i støbeskeen, men også disse har vi været nødt til at aflyse pga. corona.

Vi deltog aktivt i "sommer i vores natur", et projekt som blandt andet Friluftsrådet, DR, DOF stod bag. Projektet blev officielt startet den 27 juni hvor blandt andet miljøminister Lea Wermelin og borgmester i Roskilde Kommune Tomas Breddam var med til den officielle åbning på Boserupgaard.



*Officiel åbning af "sommer i vores natur" med bl. a. Lea Wermelin og Tomas Breddam*

Vi ser frem til et bedre år i 2021 med mindre corona og hvor vi kan vende tilbage med de savnede fællesaktiviteter.

*Merete Lykke Østergaard, formand breddeudvalg*

## Træningsudvalget

2020 har været et usædvanligt år. Corona restriktionerne har haft stor indflydelse på, hvordan vi har kunnet arrangere træning. Under forårets nedlukning af landet var vores træning helt indstillet, både den faste tirsdagstræning og "Familie- og Motionsorientering i Boserup" om lørdagen var helt indstillet. Da der blev lempet lidt på restriktionerne, kom først træningsløbene i Boserup i gang igen og siden også tirsdagstræningen, hvor vi nåede et par meget velbesøgte træninger inden sommerferien.

Under den totale nedlukning i foråret var kreativiteten stor, og der blev uge efter uge udsat baner i bl.a. Hvalsøskovene, så det stadig var muligt at få noget orienterings træning. Banerne kunne downloades fra hjemmesiden og løberne kunne løbe når det passede dem. Der skal lyde en særlig tak til Michael Leth Jess og Hans Jessen for de mange baner.

Efterårets tirsdagstræninger har også været meget velbesøgt. Jeg husker ikke, at der tidligere har være 40 eller flere deltagere tirsdag efter tirsdag. Selv da vi kom ind i den mørke periode med natløb, fortsatte den høje deltagelse. Da corona restriktionerne blev strammet og forsamlingsloftet blev nedsat til kun 10 deltager, måtte vi indføre obligatorisk tilmelding med max. 8 deltagere pr. tidsinterval (10 min). Heller ikke disse begrænsninger betød en nedgang i deltagerantallet.



*Træning ved Lynghøjsøerne mens Corona restriktionerne tillod samling op til 50 personer*

Vintergymnastikken hver torsdag aften på Sct. Jørgens Skole var velbesøgt så længe den kunne gennemføres og blev planlagt og drevet af Signe Østberg. Som en "sidste krampetrækning" inden nedlukningerne endelig satte en stopper for gymnastikken, blev den live streamet, så dem, der ikke nåede at tilmelde sig i tide kunne træne hjemme fra, under on-line vejledning fra gymnastiksalen.

"Familie- og Motionsorientering i Boserup" er et fast tilbud til alle, også ikke medlemmer, året rundt. Løbene har udgangspunkt på Boserupgård Naturcenter, hvor arrangører og



løbere kan komme indendørs. I år måtte vi som nævnt indstille aktiviteten i en periode i foråret, og adgangen til de indendørs faciliteter har været begrænset af corona restriktionerne.

Roskilde 3-dages blev arrangeret på næsten normal vis i august, hvor restriktionerne var minimale. Der blev løbet i Pedersted, Munkholm skov og på nytegnet kort over Tølløse by.

Det traditionsrige Juleløb i Boserup måtte i år aflyses, da forsamlingsloftet ikke muliggjorde samlet start. I stedet blev der tilbudt en print selv juleløb på de faste poster. Der var indbygget en lille konkurrence, hvor man med posternes kodebogstaver skulle danne et ord, der var vores ønske for 2021.

*Janne Brunstedt, formand for træningsudvalget*

## **Ture**

Årets planlagte klubbetur til Påskeløbet og en påtænkt tur til Blekinge måtte desværre aflyses.

## **Arrangementer**

I 2020 skulle OK Roskilde have arrangeret et divisionsløb i april måned og en afdeling af natcuppen i oktober måned. Begge arrangementer måtte aflyses, natcup løbet dagen før løbet pga skærpede restriktioner og usikkerhed om hvorledes forsamlingsloftet skulle tolkes i relation til orienteringsløb, som ellers af Kulturministeriet eksplicit bliver nævnt som en idræt, der kan afvikles under corona restriktioner fordi vi løber spredt.

SMUK Kvindeløb skulle have været afviklet for 12. gang men også dette måtte aflyses. I stedet blev et alternativt "løb selv kvindeløb" tilbudt i første uge i september. Michael Leth udviklede på kort tid konceptet og fik Løberen med på ideen, ca 50 kvinder deltog. Vigtigst var det dog, at vi ikke gav op og var tilstede.

## **Kommunikationsaktiviteter**

Klubbens kommunikationskanaler er i bred forstand:

- ❑ Hjemmesiden "www.okr.dk" - altid opdateret og med en konstant nyhedsstrøm takket være Janne Brunstedt
- ❑ Facebooksiden "OK Roskilde"
- ❑ Facebookgruppen "OK Roskilde" (kun for klubbens medlemmer)
- ❑ Facebooksiden "SMUK Kvindeløb Roskilde" - den primære markedsføring af løbet
- ❑ Hjemmesiden til [SMUK kvindeløb](#) "
- ❑ Tilmeldingssiden på [tilmelding.org](#) - Tilmelding til SMUK Kvindeløb
- ❑ Malinglisten "OKR-list" (kun for klubbens medlemmer)
- ❑ "O-kortmappen.dk/okr" - kortarkiv for klubbens medlemmer (åbent på hjemmesiden)
- ❑ O-Track, O-Resultat og WinSplits - Offentliggørelse af baner, kort og resultater i forbindelse med løb.
- ❑ "OK Roskilde" på Strava - Træningsnetværk (kun for klubbens medlemmer)
- ❑ Klubbens billedarkiv på Google Fotos
- ❑ Diverse tilmeldingsformularer i Google Forms
- ❑ O-Service - fælles for alle DO-F's klubber - tilmelding til løb, kurser og arrangementer

Den hidtidige mailingliste har været drevet af Yahoo men de nedlagde i december denne service og ny mailingliste er oprettet (Google groups), men hidtil er der ikke samme tilslutning til den nye liste.

I efteråret kom endnu en kommunikations kanal til, da det nu er nødvendig med tilmelding til vores træningsaktiviteter, for at overholde forsamlingsrestriktionerne. Dette har vist sig meget smidigt og effektivt og for arrangøren giver det den fordel, at det rette antal kort kan printes på forhånd og eventuel indtastning i MeOS kan gøres på forhånd.

### **Økonomi**

Økonomisk er vi kommet igennem 2020 på fornuftig vis, vi har fået delvis kompensation for de mistede indtægter på de arrangementer vi måtte aflyse og en del udgifter er ligeledes faldet på p.g.a aflyste aktiviteter, således endte årets resultat med et underskud på kr 96.103 mod et budgetteret underskud på kr 75.748. Det større underskud en budgetteret skyldes hovedsageligt, at det blev besluttet at gøre flisearbejdet lidt større end planlagt.

### **Sponsorer**

Klubben har en række samarbejdspartnere:

- Løberen
- O-butikken
- Roskilde Kommune
- Roskilde Festival Rental

I Løberen får vi rabat når vi køber løbeudstyr. Løberen er også partner i SMUK kvindeløb og vi låner gerne klubhuset ud når Løberen ønsker at afholde kunde-arrangementer og foredrag. Rabatten i Løberen er på 15%.

O-butikken er delvist flyttet til Silkeborg; når vi igen får normale tilstande må vi se hvorledes vi kan fortsætte samarbejdet med O-butikken.

### **Medlemsstatus**

Vi er ifølge O-service ved udgangen af 2020 165 medlemmer i OK Roskilde, 7 medlemmer flere end ved udgangen af 2019.

Aldersfordeling Aktiv for OK Roskilde

