

AMØK Nyhedsbrev

Nyhedsbrev #12 December 2024

Som jeg skrev i sidste udgave så er vintertid = en masse forskellige løbsserier, vi er kommet godt i gang med natcup hvor der onsdag aften blev løbet 3 afd. VTR her har der været 4 afdelinger her skal man dog lede med lys og lygte for at finde løbere fra Amager, men der har faktisk været en enkel afsted (Jytte til første afd.) i lørdags fik vi startet vinter ol – vi var 5 der havde trodset vinter kulden og taget en tur i vestskoven og omegn. På lørdag er det så årets Vintercup der skal i gang. Fælles for alle løbsserier – Jeg skal prøve om ikke jeg kan få omtalt alle kommende løb, så der ikke er nogen undskyldninger for at komme afsted

Vintercup 1. afdeling finder som sagt sted på lørdag i Jonstrup Vang, sidste frist for tilmelding er slut for længst og der er ikke salg af åbne baner, MEN hvis man er lidt heldig vil der være salg af evt. afbuds/ekstra kort.

Se mere her:

[Instruktion vintercup 1. afd.](#)

Søndag er der VTR løb i Hedeland Syd, hvis man ikke er i bil, så holder bus 600S ca. 600-700 m. fra stævnepladsen.

Se mere om løbet her:

[VTR løb Hedeland](#)

Lørdag d. 7 december er der 2. afd. af vinter OL denne gang er det FSK orientering der har lavet baner i Ryget og Præsteskovene.



Foto: OK Roskilde

Jeg kan ikke lige huske jeg har været til løb her, så jeg skal helt sikkert afsted

Se kort her:

[Ryget og Præsteskovene kort](#) (man skal lige zoome ind før kortet dukker op)

Se mere om løbet her:

[Instruktion Vinter OL 2. afd.](#)

Tilmelding senest 5 december

Onsdag d. 11 december er det så tid til denne vinters 4 afdeling af natcup, denne onsdag skal der løbes i Geel Skov, der er ikke rigtig nogen informationer om løbet endnu, men hold øje med natcup siden her: [Natcup 2024/25](#) – sidste frist for tilmelding 6 december i O-service.

Lørdag d. 14 december skal vi endnu en gang ud at løbe vinercup, denne gang i Tokkekøb Hegn, igen der er endnu ikke noget info om løbet, men hold øje med løbets side her: [Vintercup 2024/25](#) – sidste frist for tilmelding 8 december i O-service.

Puha mange løb på forholdsvis kort tid, men jeg er ikke helt færdig! Dette var hvad der er før jul, mellem jul og nytår er der 2 gode tilbud desværre to dage i træk.

Lørdag d. 28 december er der 3 afd. af Vinter OL, Lille Hareskov er løbsområdet denne lørdag, med stævnecenter i Ballerup OK's klubhus. Hold øje med Vinter OL siden, her vil der komme flere informationer og link til tilmelding når vi nærmer os løbet.

[Vinter OL 2024/25](#)



Foto: OK73

I 53 år! Ja du læste rigtig – har Holbæk ok hvert år den første søndag i januar afholdt nytårsstafet, 2024 udgaven ser ud til at være den sidste de har afholdt, for nu har de noget nyt på bedring – Nytårsdysten, modsat Nytårsstafet, så afholdes dette løb inden nytår, i år søndag d. 29 december. I stedet for at løbe i forlængelse af hinanden, som ved en stafet, sendes løbere afsted i grupper ved Samlet start. Første start er kl. 11, og derefter en ny Samlet start hvert tiende minut. Svære (sort og blå) og mellemsvære baner har valgfrie poster på alle tre starter. Begynder og lette baner, som også indgår i holdklasserne, har ikke valgfrie poster og har Fri start (put & run) umiddelbart efter fællesstarterne. Det er holdets samlede tid, der afgør placeringen i klassen. Spændende koncept, og spændende hvordan folk vil tage imod dette. Personlig syntes jeg det lyder som en rigtig god ide, specielt på denne tid af året, så undgår man at skulle stå og vente (og fryse) alt for længe – sidste frist for tilmelding 13 december i O-service.

Selv om det ikke er nogen ”rigtig” stafet, så køre tilmelding via vores stafetsamarbejde PiSkAmok, vil du gerne med men i tvivl om hvordan man tilmelder sig, så er jeg sikker på Rolf gerne hjælper.

Jytte har tilmeldt sig i veteran klassen, så er du over 55 vil Jytte helt sikkert blive glad hvis du gik ind og tilmeldte dig, og jeg har tilmeldt mig herre klassen men løber gerne med i mix klassen.



AMAGER
ORIENTERINGSKLUB

Efter nytår er der lige et par enkelte løb jeg lige vil nævne

Lørdag d. 4 januar løber vi videre i vintercupen den gang i Bøndernes Hegn, med stævnecenter i Bagsværd Roklub (ikke langt fra Skovbrynet st.) sidste frist for tilmelding 29 december i O-service.

8 januar er der 5 afd. af natcup, her skal vi en tur til Hareskoven, stævnecenter i Hareskovhallen ikke så langt fra Hareskov st. Sidste frist for tilmelding 4 januar i O-service.

Se mere om løbet her:

[Natcup 5 afd.](#)

Sidste løb i denne omgang! OK Roskilde arrangerer søndag d. 12 januar vinterlang på og omkring Flyvestation Værløse, sidste frist for tilmelding i O-service 8 januar.

I sidste nyhedsbrev ville jeg gerne have bragt et (eller flere) billeder fra vores først vinterlang, men det kunne ikke lade sig gøre, efterfølgende blev jeg kontaktet af Erik, som havde billederne liggende, så her to billeder fra AMOK vinterlang 2015 – Foto: Rolf Andersen



Chefredaktøren på jagt efter de første, forfulgt af Thomas



Vi havde endnu ikke nok SI enheder så nogen poster havde kliptænger

Som bonus info, på mellem bane var der 44 gennemførte løbere, jeg blev nr. 8, Thomas 11 og Tøger 26 i alt var der 129 tilmeldte til stævnet.

Jeg skal selvfølgelig også lige nævne de sidste AMOK tirsdags arrangementer inden jul

På tirsdag d. 3 december er der vores normale tirsdags træning, denne gang i og omkring Ugandaskoven – er det Danmarks mindste skov?

Se mere om løbet her:

[Tirsdags træning 3 december](#)



AMAGER ORIENTERINGSKLUB

Tirsdag d. 17 december er der jule (og nytårs) afslutning i og ved klublokalet
Oliefabriksvej 102

Jeg ved ikke lige hvad det kommer til at gå ud på, men vær sikker på – det bliver sjovt! Og så er der hygge bagefter

Se mere om arrangementet her:

[AMOK juleløb 2024](#)

Inden jeg slutter for dengang, så lige en KRAFTG opfordring!!!

Er der nogen der tager til løb og er i bil eller nogen der gerne vil afsted men mangler kørelejlighed, så slå det op på Facebook, så kunne det måske være vi kunne fylde en bil eller måske 2 og få lidt flere afsted til nogle af de fantastiske løbstilbud der er rundt omkring.



”Hej må jeg køre med til løb på Søndag”

Foto: Ernst Poulsen



**AMAGER
ORIENTERINGSKLUB**