



Nyhedsbrev #19 August 2025

Så er sommerferien overstået, jeg er sikker på at langt de fleste af jer ikke har haft et kort i hånden de sidste mange uger, men der er et par stykker der har været i gang.

Fra den 11 til den 13 juli var Per Rasmussen en tur til Hallands 3 dage, 21 juli til den 26 juli var der O – Ringen ved Jönköping hvor mange der var med i år ved jeg ikke men der plejer at deltage langt over 10.000 O-løbere fra hele verden også fra AMOK 3 stk. havde fundet vej til Jönköping Bernalyn Villanueva, Arnau Ormella og Juha Päällysaho (samt familien Lundsgaard som løber for OK Kontinent)

OK73 har hver søndag lavet træningsløb i Hareskoven, her har der stort set hver søndag været deltagelse fra AMOK, sidst men ikke mindst har der hver tirsdag været løbet MPOL (Malmø Parkorientering) her har der også været deltagelse fra AMOK, dog er der nogen der stiller op for div. Svenske klubber! (Malmø OK og OK Kontinent)

Hvis i vil se banerne fra løbene i Sverige så kan i finde dem på <http://www.livelox.com/> i må selv finde løbene.



Foto: oringen.se

Så skal vi se lidt på hvad der sker i den nærmeste fremtid, vores tirsdagstræning starter op igen

Tirsdag d. 12 august

Mødested er endnu ikke oplyst, men hold øje med Facebook eller vores hjemmeside, her burde der meget snart komme informationer ikke kun om løbet den. 12. men om træningsløb i August/September.



AMAGER ORIENTERINGSKLUB

OK73 fortsætter deres træningsløb hver søndag, normalt er møde stedet på Frederiksborgvej 111, 3500 Værløse, men nogen gange er det andet sted så tjek lige deres hjemmeside inden <http://ok73.dk/>

Tirsdag d. 12+19+26 Arrangere OK Roskilde "Roskilde 3 dages" det ikke det helt store "bare" træningsløb men med SI tidtagning, se mere om løbene her:

https://www.okr.dk/loeb/3-dages_25/3-dages_25ind.htm

Lørdag d. 23 august går det løs med efterårets først "rigtige" løb, nok ikke et løb der kommer til at tiltrække mange Amager løbere, for det foregår i Jylland. Det drejer sig om årets DM Mellem som i år løbes i Rebild Bakker, skulle man have interesse i at deltage så er sidste frist for tilmelding 8 august i O-Service – Se mere om løbet her:

[Indbydelse DM Mellem](#)

Tirsdag d. 26 august er der "Sensommercup" normalt er det en sommercup over 3 afdelinger, men i år er det kun et enkelt løb, det foregår til gengæld det mest relevante sted i forhold til opvarmning til DM Lang og DM stafet nemlig i Asserbo Plantage nabo til Tisvilde Hegn, hvor DM foregår. Sidste frist for tilmelding i O-Service 22 august. Se mere om løbet her:

[Indbydelse Sensommercup 2025](#)

I sidste Nyhedsbrev nævnte jeg DM stafet og DM lang i Tisvilde Hegn 13 og 14 september, der er kommet lidt gang i tilmeldingerne, men der er plads til mange flere. Vi er pt. Et hold i H35 jeg håber på der flere der tilmelder sig så vi kan stille to hold der ud over er der to tilmeldinger i klassen H/D 185, så der mangler en løber som er min. 62 år. I H75 mangler Søren (OK Skærmen) en løbe makker.

sidste frist for tilmelding 1 september MEN afhensyn til hold sammen sætning så vil jeg opfordre til at man tilmelder sig i god tid og meget gerne allerede nu!



Foto: Christian Olsen

[Indbydelse DM stafet](#)

[Indbydelse DM Lang](#)

Til sidst HUSK at sætte et stort

X i kalenderen søndag d. 28 september – Her skal vi løbe divisionsmatch om at undgå nedrykning til 4 division – det vil vi jo helst ikke, så vi skal være så mange som overhoved muligt!



AMAGER ORIENTERINGSKLUB

Så har vi modtaget en noget anderledes invitation fra EPI – Esbjerg Politi Idrætsforening, nemlig en tur til orienteringsløb på Færøerne!

Turen foregår fra 1 til 11 august 2026

Der er et deltagelse max på 120 deltagere og pt. Er der 50 tilmeldte.

Se mere om arrangementet her:

[Tur til Færøerne](#)



Efter dette nyhedsbrev blev skrevet er der kommet flere tilmeldinger til DM stafet, så nu er vi 2 hold i H35 – PI København har tilmeldt et hold (er der ikke 3 friske AMOKere der er vil danne endnu et hold?)

Holdet i H/D 185 er også blevet fyldt op (Per har meldt sig til)

Godt at se der er kommet gang i tilmeldingerne, jeg håber det fortsætter, hvad med et hold i H21?



**AMAGER
ORIENTERINGSKLUB**