AMOK Nyhedsbrev

Nyhedsbrev #22 December 2025

Lad mig lige starte med lidt informationer, som ikke omhandler kommende løb.
I skulle alle gerne have modtaget en mail fra Rolf i sidste uge, hvis i har overset den, eller af andre årsager ikke har fået den læst, så får i lige hvad Rolf har at sige:

Kære Klubkammerat

Efter knap 60 år med O-Løb og en menisk i knæet som blev skadet for en del år siden, har mit knæ sagt stop.

I et halvt år har jeg arbejdet på at få det til at fungere, men det vil det ikke.

Derfor skal jeg på tirsdag den 25.november have et nyt knæ.

Efterfølgende vil jeg, som I nok kan forstå, ikke være særlig aktiv og dermed ikke særlig synlig i en genoptræningsperiode, formentlig mindst året ud.

På bestyrelsesmødet mandag aften foreslog jeg, at jeg tog orlov som formand, hvilket bestyrelsen godkendte.

I stedet træder Per Rasmussen, som pt er suppleant, ind i bestyrelsen i stedet for mig, og han vil fungere som formand indtil videre.

Spørgsmål eller andre henvendelser til formanden for AMOK skal derfor indtil videre rettes til fungerende formand Per rasmussenpr@hotmail.com

Hold skruen i vandet og fanen højt, jeg glæder mig til at være klar til kamp igen inden længe.

AMOK Hilsen

Rolf

Nu vi er ved mails i gerne alle skulle have modtaget, så burde i også have fået en fra Flemming ang. årets juleløb/juleafslutning. Har i overset mailen, så kommer indholdet her:

Inden jeg går videre, så lige en opfordring til jer der køre i bil til løb, som ikke har tilmelding i O-Service – Hvis i har plads i bilen og ikke har noget imod at tage nogle klubkammerater med, så lav meget gerne et opslag på Facebook, med oplysninger om hvor mange der er plads til og hvor der er afgang – Har man ikke adgang i Facebook, så send mig en mail, så laver jeg et opslag.

Hov jeg var lige ved at glemme noget, det kan vi jo ikke have!

Fra Januar og ca. til sommerferien, prøver vi noget nyt. Vi indføre Månedens løb. Det kan være alt lige fra et træningsløb til et DM løb, eneste krav, der skal være baner for alle, så der skal være begynder/let og mellemsvære baner (ud over de svære) og det bedste af det hele! Bestyrelsen har besluttet at der gives et tilskud på 30,- på startafgiften til månedens løb. Se mere senere i dette nyhedsbrev.

Så fik vi lige det på plads, nu til de kommende løb, det kommer nok ikke som den store overraskelse, men det er snart jul, og derfor ikke helt så mange løb i denne måned, men jeg kan godt love at der er en del alligevel.

Foto: Christian Olsen

På lørdag er der første afdeling af vintercup, Kun 4 Amager løbere har tilmeldt sig.
INGEN åbne baner. Ikke tilmeldte løbere kan dog købe afbudskort ved henvendelse i stævnecentret mellem kl. 11.30 og 12.15.

Instruktion vintercup 1 afdeling

Søndag er der 5. afdeling af VTR i Boserup skov ved Roskilde – Hvis man vil afsted, men ikke har bil kan man tage toget fra KBH H til Roskilde 8.26 og her skifte til bus 207 og stige af ved Boserup (Boserupvej) Ingen tilmelding, men møder bare op fra 9.45 start mellem 10 og 11

Instruktion VTR 30/11 Boserup

Lørdag d. 6 december er der første afdeling af dette års Vinter OL, vi skal en tur i Jonstrup Vang mødested er Ballerup Oks klubhus, har man ikke bil så stopper bus 500S 5 minutters gang fra klubhuset. Der er i skrivende stund ikke nogen informationer om løbet, men hold øje med vinter ol siden her: https://ballerup-ok.dk/vinter-ol-indbydelse

Tilmelding er åben: Tilmelding Vinter OL 6 december Jonstrup Vang

Onsdag d. 10 december er det så tid til 4. afdeling af natcup, denne aften skal der løbes i Rude Skov. Sidste frist for tilmelding i O-Service er 5 december. Der er pt. Ikke nogen informationer om løbet, men hold øje med Natcups hjemmeside her

Natcup 2025/26

Lørdag d. 13 december er der tid til 2 afdeling af vintercup, vi skal denne gang løbe i Geel Skov / Ravneholm, vi er pt. Endnu en gang kun 4 tilmeldte fra Amager, hvor er alle jer der plejer at deltage? Sidste frist for tilmelding i O-Service 7 december
Hold øje med Vintercup siden for nærmere informationer.

https://okoest.dk/vintercup/
Indbydelse vintercup 2025/26

Så er der dømt juleferie, hvis man ikke er helt enig og gerne vil ud at løbe så er der muligheder for at løbe en OTØ bane (O Teknik Øst) se de aktuelle træninger her: https://o-teknik.dk/

Foto: Christian Olsen

Efter jul og inden nytår er der 27 december 2. afdeling af Vinter OL. Igen er møde sted Ballerup Oks klubhus, der skal denne gang løbes by orientering i det nærliggende boligområde – Egebjerg

Følg med på Vinter OL siden for Informationer og link til tilmelding

2026 starter hårdt ud, med både løb 3 og 4 januar.

3 januar er der 3. afdeling af Vinter OL, OK 73 byder på løb i Store Harreskov. Dagen efter afholder Holbæk OK Nytårsdysten i Kårup Skov – tidligere kendt som Nytårs stafetten - I Nytårsdysten stiller tre løbere op som et hold. I stedet for at løbe i forlængelse af hinanden, som ved en stafet, sendes løbere afsted i grupper med samlet start. Første start er kl. 11, og derefter en ny samlet start hvert tiende minut. Sidst frist for tilmelding i O-Service 26 december

Se mere om løbet her:

Indbydelse nytårsdysten

Foto: Holbæk OK

AMOK AMAGER ORIENTERINGSKLUB

Her til sidst så runder jeg lige vores tirsdags træningsløb, vi har lige som (næsten) alle andre også valgt at holde lang juleferie, så ingen træningsløb efter juleløbet (omtalt ovenfor)

Inden er der dog lige to tirsdage med løb

På tirsdag d. 2 december forgår træningen i og omkring Ugandaskoven – Danmarks mindste skov?

Se mere om mødested osv. her:

Tirsdags træning 2 december

Tirsdagen efter d. 9 december??? Følg med på Facebook eller vores hjemmeside, der kommer (forhåbentligt) meget snart informationer.

Så er det ved at være slut med årets sidste nyhedsbrev, men som jeg lovede tidligere en lille liste over månedens løb – BEMÆRK løbene skal tages med forbehold for ændringer!

Januar: 24 januar 4. afdeling af Vinter OL i Bøndernes Hegn og Slotsparken
Februar: 14 februar 6. afdeling af Vinter OL i Nørreskoven
Marts: 22 marts 1 og 2 division i Store Hareskov – Vi deltager på de åbnebaner
April: Her flotter vi os og tilbyder 2 løb! Vi skal nemlig løbe begge vores divisionsmatcher.
12 april i Rude Skov og 26 april i Kongsøre Skov
Maj: 3 maj SM sprint og 3. afdeling af Sjællands sprinte i Ringsted
Juni: PT ingen løb, men vi finder ud af noget.

Foto: Ernst Poulsen