

O-FIF

47. årgang

Juni2026

Nr. 2

FIF bronzeholdet ved DM Sprint Stafet



O-FIF nr. 2/2026

Hvilken fest det er at komme til træning i klubben. Op mod 100 medlemmer møder op til træning og samvær. Alle er med, og tænk, at vi er nået til det positive problem, at det er svært at finde parkering til alle. (samkørsel er fortsat en god mulighed). Tæt på 100 var med til divisionsmatch og samlet set betyder det, at en stor andel af klubbens medlemmer faktisk kommer i skoven i foråret. Vi savner jer, der ikke fandt tid og håber måske at se jer til en af de sidste aktiviteter inden sommerpausen eller igen til august.

Hvis du savner skoven i løbet af sommeren, kan du finde orienteringsbaner i både Sverige, Norge og Danmark og sikkert også andre steder—prøv et par af disse muligheder: <https://www.findveji.dk/> ; <https://www.orientering.se/utova-och-folj/trana/orientera-pa-egen-hand/hittaut/> ; <https://www.turorientering.no/next/p/56693/hjem>

I dette nummer af O-FIF kan du læse om både bredde- og eliteaktivitet, om orientering på både ude og hjemmebane og sidst men ikke mindst lidt om Naturnationalpark Gribskov og om vores store mesterskabsweekend, hvor FIF er værter for DM Stafet og DM Lang i orientering.

Vi ses i skoven!

;-) Bo

Indhold i dette nummer:

- Klubliv med beretning fra Divisionsmatcherne og velkommen til ny medlemmer
- Beretning fra rekrutteringsaktiviteterne
- Naturnationalpark Gribskov
- Status fra Eliten
- Fif'ere på udebane
- 10Mila Tranås, beretning fra Ida Nygaard Monrad
- Klubtur til Portugal
- FIF er arrangør af Danske mesterskaber i september måned

Aktuelt klubliv :

Kompashuset er blevet malet

Hvis du har været forbi Kompashuset dette forår, har du måske mødt malerholdet og ellers har du sikkert set, at huset er blevet nymalet udendørs og nu står flot af udseende og parat til at tage mod vind og vejr.



Nye billeder i Kompashuset

Sandra Simonsen har startet udskiftningen af vores billeder i Kompashuset. Hvis du ser efter, er flere allerede skiftet ud med nye, friske billeder af klublivet i FIF. Har du billeder, som vi kan bruge, så skriv besked til Sandra—emnerne er klubliv, træning, konkurrencer, divisionsmatcher, elite,.

Det rullende klubhus

Det nye rullende klubhus er ankommet og nu venter arbejdet med at gøre det til et rullende klubhus, der kan understøtte vores aktiviteter året rundt.



Skole-OL og Hospitalsløb

FIF har dette forår igen arrangeret Skole-OL for de lokaler skoler. En fin måde at introducere orientering til skolebørnene. I slutningen af maj var Kristian Dejborg stævneleder for Hospitalsløbet, som er et moti-



Søndagstræninger med deltagelse af mange ny orienterere

Træner Lars har sammen med en lille flok klubmedlemmer arrangeret en række søndagstræninger siden påske og du kan nå et par endnu, inden vi holder sommerferie for de ugentlige klubtræninger.

De første fire havde fokus på rekruttering af ny medlemmer og siden har teamet fortsat, da både nye og gamle medlemmer har besøgt træningerne i pænt antal. I Pinsen var der hele 2 tilbud, hvor vi 2. Pinsedag fik hjælp af Allerød OK til et uofficielt klubmesterskab med tidtagning.



Siden åbnede vi på SoMe vores tirsdagstræninger for nye og nysgerrige.

Vi fik glædeligt stort besøg af nysgerrige, der gerne ville prøve orientering og rigtig dejligt er det, at en god flok har meldt sig ind i klubben siden. Vi har siden starten af 2025 og frem til medio maj fået 32 nye klubmedlemmer, hvoraf de 9 også har en anden klub, som er deres primære klub. Der er siden kommet en god håndfuld til!



Velkommen til alle.



FIF blev Sjællandsmestre i Divisionsturneringen

Mere end 100 klubmedlemmer har af to omgange besøgt Hareskovene og har deltaget i divisionsturneringen.

I første match tabte vi knebent til Søllerød. Vi var 98 tilmeldte; yngste løber 7 år og ældste 87 år, 4 debutanter.

I anden match vandt vi kneben over Søllerød, men nok til, at vi samlet set igen kan kalde os sjællandsmestre. Vi var denne

gang 95 tilmeldte, hvor yngste var Birka på 5 år og ældste var Leo på 85 år. 2 debutanter!

Vi kan dermed alle booke tid til fællesturen til Midtjylland 3-4. oktober.



Divisionsmatch (Jonstrup Vang + Lille Hareskov, 2026-03-22)

	score	point
Søllerød OK	661 - 516	6
FIF Hillerød Orientering	644 - 518	4
Farum Orienteringsklub	506 - 584	2
OK Sorø	463 - 656	0

1 : Farum Orienteringsklub - FIF Hillerød Orientering	:	158 - 210
2 : Farum Orienteringsklub - OK Sorø	:	183 - 162
3 : Farum Orienteringsklub - Søllerød OK	:	165 - 212
4 : FIF Hillerød Orientering - OK Sorø	:	231 - 153
5 : FIF Hillerød Orientering - Søllerød OK	:	203 - 207
6 : OK Sorø - Søllerød OK	:	148 - 242

Divisionsmatch (Store Hareskov, 2026-05-31)

	score	point
FIF Hillerød Orientering	663 - 524	6
Søllerød OK	670 - 517	4
Farum Orienteringsklub	500 - 620	2
OK Sorø	494 - 666	0

1 : Farum Orienteringsklub - FIF Hillerød Orientering	:	156 - 222
2 : Farum Orienteringsklub - OK Sorø	:	188 - 175
3 : Farum Orienteringsklub - Søllerød OK	:	156 - 223
4 : FIF Hillerød Orientering - OK Sorø	:	232 - 167
5 : FIF Hillerød Orientering - Søllerød OK	:	209 - 201
6 : OK Sorø - Søllerød OK	:	152 - 246

Naturnationalpark Gribskov

Af Bo Simonsen

Nu er det sikkert og vist — vi har fået en naturnationalpark i baghaven og i hjertet af Gribskov — NNP Gribskov! I snart 7 år har parken været undervejs, og nu er det 2,2 meter

at passe på en rig natur, specielt i det åbne land, skal processen nu force-res, og til det udlægges så godt som al statslig skov øst for hovedstolpe-linjen (iskanten for 18 tusind år siden) som urørt skov eller naturnationalpark.



høje hegn rejst omkring midten af skoven, og de første tamdyr er sat ud — kronvildt fra Dyrehaven og stude fra en landmand. Flere dyr skal komme til, og med dem kommer også elgen, som jo er et prægtigt dyr på sin hjemmebane mod nord og øst!

Alt sammen for at styrke naturen og biodiversiteten i Danmark. For at indhente mange års forsømmelse af

Vi skal lære at elske det, som vi får, frem til at vores politikere, som vi selv vælger, beslutter en ny kurs, og det er helt sikkert, at vores skove bliver mere spændende!

Jeg har haft fornøjelsen af at deltage i diverse høringsgrupper hele vejen for at se, om vi kunne påvirke processen i en retning, der også gav plads til os og andre brugere af skovene.

Naturnationalparkerne er vedtaget i Folketinget, som har givet et meget bredt mandat. Naturstyrelsen gør nu sit til at nå det mål, som de mener, de skal sigte efter.

I de sidste år er arbejdet fra vores side sket i den såkaldte bestyrelse, hvor Annika Simonsen deltager på vegne af orienteringssporten, og jeg deltager på vegne af hele DIF. Vores job er at sikre orientering og anden



organiseret sport rimelige vilkår for at udøve vores sport. Vi har desværre ikke nået det resultat, som vi ønskede!

For at nå det mål, som Naturstyrelsen har sat op, har man lukket de fleste ind- og udgange fra naturnationalparken, og kun 25 låger er i dag indgang til området. I skovene i Nordsjælland, både hvor det skal være urørt skov og naturnationalpark, ryddes og skamferes de bestående træer, således at de kan give plads til en forventet opblomstring af biodiversitet, som ikke ville have indfundet sig uden disse til tider meget hårdhændede indgreb. Naturen kan, uanset at det hedder urørt skov, altså ikke passe sig selv, og det går slet ikke uden at

Naturnationalpark Gribskov

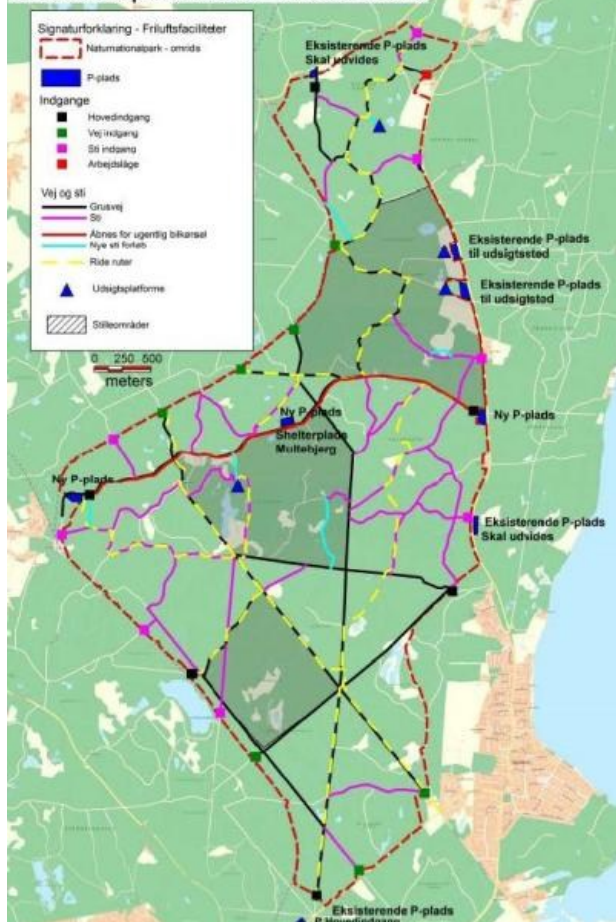
Faktaboks

- 1300 ha
- 22 km heg
- 450 stk. kronvildt
- 250 stk. dåvildt
- 10-12 elg
- 50 stude
- En bestand af sika- og råvildt som sikkert bliver mindre og mindre.
- Færre organiserede aktiviteter
- 3 store ”stillezoner” hvor det vil være sværere at få tilladelse til konkurrencer i de sårbare perioder.

der udsættes et meget stort antal dyr — kronhorte, dåvildt og til sidst elge, der på hver deres måde skal holde væksterne nede.

For os, som både vil nyde en spændende natur og få sund motion, har vi som udgangspunkt samme rettigheder til at udøve vores sport som før, men antallet af benspænd og besværligheder stiger og stiger. Vi må nok forvente, at det bliver markant sværere at lave konkurrenceorientering i Gribskavs kerne, men ikke umuligt.

Naturnationalpark Gribskov - Friluftsfaciliteter



Beslut dig for at kæmpe for at have retten til at bruge vores fælles natur på en god måde: Beslut dig for at nyde den større rigdom, der burde komme, uden at blive mavesur, og sidst men ikke mindst, glæd dig over, at vi lever i et rigt samfund, hvor værdien af en fuldvoksen skov kan veksles til produktionsfri skov, endda med et større antal ansatte.



<https://edit.mst.dk/media/ybbmei2y/projektbeskrivelse-endelig-gribskov.pdf>



Velkommen til ny klubmedlemmer: - indmeldt siden starten af 2025

Peter Stanley Andersen	1959 Aktiv
Alexander Guldager	2015 Aktiv
Linus Ryssel	2019 Aktiv
Villum Ryssel	2021 Aktiv
Nynne Meyn Christensen	1970 Aktiv anden klub
Katarina Weibel Hansen	1994 Aktiv anden klub
Tine Cederstrand Møller	1974 Aktiv
Birka Hav Bachhausen	2021 Aktiv
Kristian Axelsen	1966 Aktiv anden klub
Ravna Hav Bachhausen	2023 Aktiv
Carsten Thye Agger	1959 Aktiv anden klub
Tobias Kuhlmann Andersen	1992 Aktiv
Laura Aamand	1999 Aktiv
Xenia Bennedsen	1982 Aktiv
Morten Rosenberg Eskildsen	1986 Aktiv
Alfred Rosenberg Eskildsen	2015 Aktiv
Astrid Rosenberg Eskildsen	1986 Aktiv
Holger Rosenberg Eskildsen	2017 Aktiv
Augusta Gram Larsen	2013 Aktiv
Torben Smith Larsen	1977 Aktiv
Rebecca Gram	2014 Aktiv
Pablo Jensen	1962 Aktiv anden klub
Amanda Isaksen	1999 Aktiv
Egil Sloth Fester	2016 Aktiv
Sirin W. Gangstad	1989 Aktiv
Ditte Schneidermann	1980 Aktiv
Freja Kjærsgaard	2014 Aktiv
Torben Esbech Grøn-Jensen	1966 Aktiv
Jacob Sørensen	1975 Aktiv
John Pihl	1946 Aktiv
Sten Skytte Kirkegaard	1964 Aktiv anden klub
Birgitte Birck	1959 Aktiv anden klub
Andreas Olesen	1988 Aktiv anden klub
Jens Jørgen Hansen	1963 Aktiv anden klub

Nyt fra eliten

Da vores elite oftest konkurrerer og træner (og bor) langt fra Hillerød, får du i O-FIF en status på, hvad de laver; skader, resultater og planer lige om hjørnet.

Vi har fået en hilse fra

Jacob Steinthal:

Bopæl Århus, men snart Grenoble!
Studerer computerteknologi når 10-16 timers træning ikke kommer i ve-



jen. Er der mere tid, er klatring og brætspil meget velkommen.

Arbejder som EC træner i Århus og lidt opgaver for DOF.

Årets orienteringsmål er EM i Litauen og frem til da gerne lidt trail-løb og så stafetter for Farum-Tisvilde.

Kommer forbi tirsdagstræning næste gang, at familien i Nødebo skal besøges!

Sigrid Høyer Staugaard:

Studerer og bor i København.

Året smuldrer lidt, da en skade i lang tid har generet og sigter nu på det store comeback i 2027.



*

DM Nat

Emma Nygaard Monrad deltog som den eneste af vores eliteløbere i DM Nat og var bare sølle 12 sekunder fra guld og fik så en sikker sølvmedalje. Stort tillykke.

*

Danish Spring på hjemmebane

Ved Danish Spring i slutningen af marts deltog en del af vores elite i de 3 dags konkurrencer:

På fredagens sprint løb Niels Jokumsen i H20 bedst med en 2. plads og Ida Nygaard Monrad hentede en 3.plads i D16.

Lørdag blev der konkurreret i Stenholt Vang på lang distance og her satte Ida konkurrenterne på plads med en sejr og Niels måtte tage sig til takke med en 3. plads.

Søndag dukkede Annika Simonsen op efter lidt småskader havde generet. På denne dag løb hun hurtigere end alle andre og sejrede i D21 Elite.

Det samme gjorde Ida i D16, der dermed kunne runde en vellykket weekend af.

Nyt fra eliten

*

Annika vandt i Baltikum

Annika tog sidst i Påske til Baltikum for at forberede sig til EM i efteråret i Litauen. Turen startede med konkurrencer i slud og regn i skovene nær Riga hvor det blev til 2. pladser i et meget stærkt felt i WRE konkurrencen.



Nikoline Splittorff hentede ved EM i MTBO en sølvmedalje i massestart.

Stort tillykke.



*

DM Sprint weekenden:

Ved DM Sprint hentede Emma Nygaard Monrad bronze i D18 og coming star Vega Deiborg guld i D14.

Dagen efter hentede holdet bestående af Annika Simonsen, Jacob Steinthal,



Turen gik så til Litauen og skovene tæt ind til Belarus, som skal huse EM senere. 5 dages træning og så blev der sluttet af med endnu 2 WRE testløb, hvor Annika vandt det sidste på lang distance. Klubbens støttede træningslejren.

Niels Jokumsen og Emma N Monrad en overraskende bronzemedalje et mulehår fra sølv. Stort tillykke til alle.

*

*

Nyt fra eliten

Landsholdstester

Weekenden 6.-7. juni løb eliten testløb i skovene nær Silkeborg. 5 fif'ere var til start for at kæmpe om pladserne til EYOC (ungdoms EM), JWOC (junior VM) og World Cup.

Lørdag blev der løbet i en meget lille spændende skov ved Linå. Løberne nåede mindst 2 gange rundt i skoven på den korte mellemdistance.

Niels og Jacob vandt i henholdsvis H20 og H21, Annika 2'er i D21 og Ida 3. i D16— god start på testløbsweekenden.

Søndag var scenen flyttet til Linå Vesterskov til langdistance orientering. Desværre var det slut med det gode vejr og i stedet gik regn over i syndflod på langdistancen. Det betød, at rigtig mange løbere fik ødelagt deres kort, og specielt løbere, der startede sent, men ikke så sent at de fik en plastlomme, mistede chancen for god

orientering. Mange udgik, da det blev umuligt at læse kortet.

Seneste nyt er, at testløbet søndag er blevet annulleret. I FIF har vi en beslutning om, at vi altid bruger plastlommer om kortene på skovkonkurrencer!

Ida slap igennem inden at vandet fossede ned og skyndte sig så meget at det blev til sejr i D16.



Nyt fra eliten

Niels cementerede, at han er den bedste danske herrejunior og vandt H20 og Jacob fik igen lagt godt fra land, men måtte gætte sig til de sidste poster for at komme helt i mål og alligevel blev det til en 2.plads.

I D21 måtte Annika give op, da kortet gik helt i opløsning, men havde inden vist tempo som fik 4 løbere til at skille



sig ud, men naturligvis frustreret.

Weekendens testløb betyder at :

- Ida skal løbe EYOC i det vestlige Slovenien 25-27. juni
- Niels skal løbe JWOC i Blekinge 29. juni til 4. juli
- Annika og Jacob skal løbe World Cup i det sydvestlige Tjekkiet 5.-9. august

Stort tillykke til jer alle.

Løbene kan følges live på IOF even-

tor og World Cup på tv.

*

DM KO Sprint med fif'ere som medarrangører

Når eliten løber om mesterskabstitlen i KO sprint i Herning 26. juni, med den dobbelt World Cup vinder Hedvig Valbjørn Gydesen som storfavorit, er FIF godt repræsenteret på arrangørsiden. Mads K Larsen er bane-kontrollant og Bo Simonsen er TV ansvarlig og stævnekontrollant—husk at se med på DR2 fra kl. 18.30 d. 26. juni

*

VM sprint uden FIFdeltagelse:

I starten af juli løber det danske landshold VM i Genova. Optakten har været forrygende med 2 World-cup sejre, en 2. plads og 5. plads. Det bliver spændende at følge. Desværre har vi for første gang i rigtig mange år ingen fif'ere, der har kvalificeret sig, men til gengæld sender vi Sandra med som fysioterapeut for holdet.

Du kan følge hele VM på IOF live tv eller du kan følge det på svensk tv.

*

Jukola—Kotka Finland 13.-14. juni

Niels og Jacob deltog i verdens største orienteringsstafet for Farum Tisvilde og løb fantastiks begge—holdet blev nr. 10. Annikas hold IKHP lå 3'er, men blev disket med fejlklip!

Fif'ere på udebane



Orienteringsløb højt mod nord

Af Sara Rask Andersen

En af de fantastiske ting ved orienteringssporten er, at man næsten altid kan finde en klub og et kort – uanset hvor i verden man befinder sig. Det fik Lars og jeg mulighed for at opleve, i starten af juni, under et 14 dages arbejdsophold i Nuuk, hvor vi deltog i en træning hos den lokale orienteringsklub NASP.

Vi fandt træningen via klubbens Facebook-side, hvor alle træninger annonceres. Mødestedet var Skiliften

nord for Nuuks beboelsesområder og øst for lufthavnen. Her lignede intet de nordsjællandske skove, til gengæld var der i det åbne fjeldterræn et par skilifter og enkelte andre menneskeskabte strukturer at orientere efter. Denne aften mødte ni lokale løbere op, sammen med os to gæster fra FIF.

Der var lagt to baner: en "let" bane på 2,0 km og en "mellem" bane på 3,6 km. I praksis var ingen af dem begyndervennlige, og klubbens træninger henvender sig da heller ikke til børn eller helt nye orienteringsløbere.

FIF'ere på udebane

Den korte bane bød på omkring 125 højdemeter, så pulsen kom hurtigt op i det udfordrende terræn. Vejret viste sig fra sin bedste side med klar himmel, sol, omkring 3 grader og kun let vind. Det gav os også den smukkeste udsigt ud over lufthavnen, Nuuks mange farvede huse og fjorden.



medlemmer. Træningerne løbes med SportIdent, og efter træningen kan vejvalg og stræktider analyseres i LiveLox.

For Lars og jeg blev aftenen en påmindelse om, at orientering ikke kun handler om at finde poster, men også om at opleve naturen og de lokale fællesskaber. Næste gang ferien eller arbejdet bringer dig langt væk hjemmefra, kan det derfor varmt anbefales at undersøge, om der gemmer sig et orienteringskort i nærheden.

Hjemmeside: nasp.gl (her ligger også klubbens kort til fri afbenyttelse)

Facebook: NASP - Nuuk Orienteringsklub

<https://center.sportident.com/results/orienteering/nasp/2026/traening-2026-06-03/analysis/2>

På grønlandsk hedder orienteringsløb arpanneq (P udtales som B), og selv om sporten er lille, lever den i bedste velgående. I 2025 gennemførte NASP 13 træningsløb og fem tekniktræninger, mens fem arrangementer måtte aflyses på grund af vejret. Mange træninger samler mere end ti deltagere, og banelægning og afvikling går på skift mellem klubbens



10Mila 2026 i Tranås, Sverige



Af Ida Nygaard Monrad

I weekenden 2.-3. maj var vi en gruppe ungdomsløbere til 10-mila. Jeg var afsted med TC Sjælland. Vi var 17 løbere afsted nogle fra Allerød OK, OK Øst, FIF Hillerød, Odense OK, Søllerød OK, Farum OK, AMOK, PAN og Holbæk OK.

Jeg skulle løbe førstetur på mit hold. Jeg var lidt nervøs inden jeg skulle starte, det var nemlig første gang jeg skulle løbe førstetur med så mange andre. Men det var virkelig sjovt, vi løb i en lang pølse af mennesker det meste af vejen og jeg følte at jeg var fint med. Der var ikke så mange gaflinger, men det var okay for så kom man ikke til at løbe i den forkerte gafling så nemt. Banen var 4,1 km og var en orange bane som svarer til en svær mellemsvær i Danmark. Jeg endte med at komme ind som nr. 80 ud af 290. Mit hold endte med en 13 plads. Det var mega godt.

Anden gang jeg skulle løbe var i damestafetten på et hold fra Søllerød OK. Jeg skulle løbe 2. tur som var en

natur. Jeg må indrømme at lige inden jeg skulle ud og løbe, var jeg ikke så motiveret for det, klokken var nemlig 23.20, da jeg blev sendt ud i skoven af Fiona Palsgård som skulle skifte til mig. Men da jeg først kom ud i skoven, var det mega fedt. Banen var rigtig lækker og ikke for svær selvom det var natløb. Jeg skulle løbe 6,4 km svær bane. Temperaturen i skoven var også rigtig god - det var stadig fint varmt, og virkelig lækker temperatur at løbe i. Jeg havde indhentet 23 placeringer da jeg kom i mål og var virkelig godt tilfreds med mit løb, jeg havde nemlig



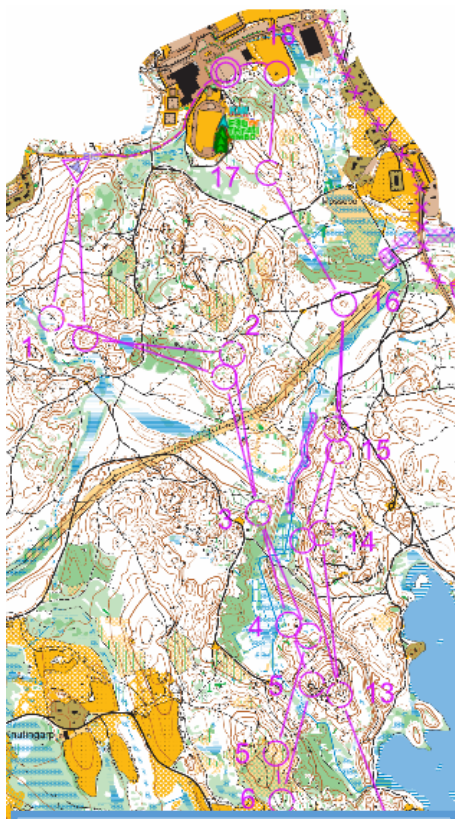
ikke lavet nogle store bom kun nogle små hist og pist.

Emma var på tur med Horsens OK og Silkeborg OK og skulle løbe på et damehold for Horsens OK. Hun løb 4. tur som var 5,6 km svær bane. Men hun skulle først løbe søndag morgen kl. 7.30 ca. Hun var godt tilfreds med hendes løb og holdet blev nummer 132.

Det var rigtig sjovt at se alle folk på stævnepladsen og følge med i løbet på storskærm.

Alt i alt har det været en mega god og hyggelig tur! Det har været sjovt at løbe i ungdomskavlen og at prøve at løbe i damekavlen for første gang. Vi glæder os allerede til at skulle løbe næste år både i ungdomskavlen og i damekavlen, måske kan vi endda stille et FIF hold, det kunne være fedt.

Tak til Bettys Fond for at støtte vores deltagelse i Damestafetten.



Faktaboks 10Mila 2026:

Link: <https://tiomila.se/>

- Dameklassen løber 7 ture og herreklassen løber 10 ture
- Annika Sim blev 7'er i dameklassen med IKHP
- Jakob Steinthal , Niels Elton og Malte Hemmingsen blev 23'ende med Farum-Tisvilde
- Nicoline F Flysner blev 58'er med Västervik2
- Sigge Lundedal blev 81'er med Denseln2
- Emil Folino blev 85'er med OK Orion 2



FORVENTEDE UDGIFTER:

🏠 **OVERNATNING I DOBBELTVÆRELSE:** CA. 70-100 € PR. NAT FOR 2 PERSONER

🗺️ **ORIENTERING:** CA. 7 € PR. DAG

✈️ **FLYBILLET:** CA. 1.500-2.500 KR.

🚗 **LEJEBIL:** CA. 100 € FOR 6 DAGE (KAN DELES MELLEM FLERE PERSONER)

HVORFOR AGUIAR DA BEIRA?

OMRÅDET ER PORTUGALS MÅSKE BEDSTE ORIENTERINGSDESTINATION MED EN HELT SÆRLIG NATUR PRÆGET AF STORE KLIPPEFLADER, DETALJERET TERRÆN OG SPÆNDENDE ORIENTERINGSUDFORDRINGER. EFTER SKOVBRANDENE SIDSTE SOMMER ER FLERE AF TERRÆNERNE BLEVET MERE ÅBNE OG LØBSVENLIGE!

DERUDOVER BYDER OMRÅDET PÅ:

• FLERE HISTORISKE BYER, SOM KAN OPLEVES BÅDE SOM TURIST OG MED SPRINTKORT I HÅNDE

• SMUKKE VANDRERUTER, NATIONALPARKER, OG HYGGELIGE LANDSBYER INDEN FOR KORT KØREAFSTAND

• BADESØER, DER OFTE STADIG ER LUNE I OKTOBER

• MULIGHEDEN FOR AT FORLÆNGE SOMMEREN MED TEMPERATURER OMKRING 20 GRADER

• EN OPLAGT MULIGHED FOR AT KOMBINERE TUREN MED ET BESØG I PORTO, LISSABON ELLER MADRID FØR ELLER EFTER OPHOLDET

EFTERÅRSTUREN GÅR TIL PORTUGAL

☀️ Sol, lækre terræner og højt humør – det kan man da ikke sige nej til!

Derfor skal du selvfølgelig tilmelde dig årets efterårstur til Aguiar da Beira i uge 42.

Vi planlægger en orienteringstur til Portugal, og turen er åben for både medlemmer og ikke-medlemmer. Vi sørger for fælles indkvartering, så vi kan bo sammen og skabe en hyggelig klubstemning både i og uden for skoven.

Der vil hver dag være 1-2 orienteringstilbud, som er tilpasset alle niveauer. Uanset om du er erfaren orienteringsløber eller nybegynder, er du meget velkommen!

Du står selv for flybilletten, men vi skal forsøge at hjælpe med at koordinere samkørsel fra lufthavnene:

✈️ Porto (ca. 2¼ time) – MEST OPTIMAL

✈️ Lissabon (ca. 3½ time)

✈️ Madrid (ca. 4¼ time)

Vi er i gang med at planlægge turen og skal blandt andet beslutte, hvordan vi vil bo. Vi overvejer enten at bo samlet på **Casas de Campo da Barroca**, hvor vi selv står for madlavningen, eller på et hotel med morgenmad og aftensmad inkluderet. Begge muligheder har deres fordele, og den endelige løsning afhænger blandt andet af interessen.

For at få en idé om, hvor mange der kunne være interesserede i at deltage, vil vi sætte stor pris på, at du udfylder denne korte interesseundersøgelse:

SENEST 10. juli

👉 <https://forms.gle/2NDWzudCS6YMUQ258>

Kom med til en uge fyldt med orientering, fællesskab, fantastiske terræner og forhåbentlig masser af portugisisk solskin!

Vi glæder os til at tage på eventyr med jer i Portugal



FIF arrangerer

DM Stafet og Lang

12-13. september



FIF Hillerød Orientering er 2. weekend i september arrangeret af den store DM weekend i orientering. Vi håber at stævnet kan blive en stor fælles begivenhed for alle klubbens medlemmer. Vi har været i gang med at planlægge stævnet i flere år og vi har et godt hold af funktionsledere, som sammen med dig skal være med til at gøre det til årets flotteste stævne. De fleste skal hjælpe, men vi har også plads til, at vores ungdom alle primært skal løbe; at vores elite skal løbe og at enkelte andre kan løbe lørdag (stafet) eller søndag (lang). Vi har cirka 300 arbejdsopgaver, der skal løses i ugen op til løbene og i selve weekenden. De fleste ligger i weekenden og vi vil koordinere, så vi måske kan nøjes med at være ca. 75 medlemmer, der løser diverse opgaver i selve weekenden.

Vores mål er, at vi får flest mulig medlemmer med i skoven (børn, unge, elite, motionister eller Agernsamlere) og håber meget, at alle vores nyere medlemmer vil være med til at gøre stævnet til en god oplevelse for både deltagere og alle klubbens med-

lemmer. Derfor vil vi gerne have dit svar på, hvorledes du vil være med og er du i tvivl om, hvad du kan hjælpe med, lover vi at finde en tjans, der passer til dig. Uanset af at vi skal være værter og på frivilligt arbejde, skal vi have en fest og planen er, at alle uanset funktion også kan få tid til at opleve stævnet og være sammen med klubkammeraterne. Har du børn, der skal løbe, finder vi også ud at der både kan være tid til evt. at du kan starte dem og så alligevel hjælpe.

Vi vil gerne have dit svar tilbage inden søndag d. 21. juni 2026. Har vi ikke hørt fra dig, prikker vi dig på skulderen, sender en sms eller skriver en mail. Alle mand på dæk!!

<https://info.fiforientering.dk/arrangementer/2026-dm-stafet-lang/>

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte Bo Simonsen, assisterende stævneleder på bosim-fif@gmail.com eller 22207385

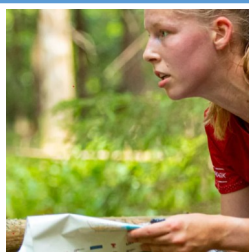
Hilsen stævnelederne

HUSK AT TILKENDENDEGIVE HVORDAN DU KAN HJÆLPE

<https://forms.gle/H5mo9o5ksquaPkYLA>



Sidsteposten



Sommeren er over os

Lige om lidt lukker vi ned for hverdagen og den står på sommerferie. Hvis du sidder inde og længes ud, kan du fornøje dig med orientering. Mesterskaberne kan følges online og det er en stor oplevelse selvom orientering stadig opleves bedst med kort i hånden.

En god flok af vores børn og unge stikker afsted med frivillige ledere på sommerlejrre på udebane - orientering, læring og fællesskab er målet.

Hvis du ikke har pakket rejsetasken endnu, kan du nå et par klubtræninger mere inden at træner Lars får fortjente 6 ugers pause inden at vi starter ud med træning og de sidste forberedelser til DM weekenden.

God sommer

Søndag d. 21. juni kl. 10, Grønholt Hegn

Tirsdag d. 23. juni kl. 17.30, Gribskov Mårum

Søndag d. 28. juni kl. 10.00, Gribskov Mårum, sæsonafslutning

Næste nummer af O-FIF:

- Klubliv med optakt til divisionsfinale og DM, velkommen til ny medlemmer
- Beretning fra u-sommerlejrene
- Orienteringskortet—hvordan bliver det til
- Status fra Eliten med sommerens store konkurrencer
- Dit indlæg
- FIF er arrangør af Danske mesterskaber i september måned

