

Opfanget

Klubblad for Nordvest Orienteringsklub



Påskeløb i sommervejrr...

læs Lones beretning



Nr. 2 - 2011

Klubbens kort sponsorer



Sportigan

SPORT. SPORT. SPORT.

Vestergade 12 . 7700 Thisted . Tlf. 97 92 20 05



Det handler om mere end

kvalitetsvinduer!

Idealcombi har altid lagt stor vægt på de håndværksmæssige kvaliteter i vores vinduer og døre.

Men det handler om meget mere, hvis man vil blive en af branchens bedste leverandører. Kun gennem et godt og solidt samarbejde med vores kunder og samarbejdspartnere - baseret på dialog og sparring - sikrer vi den fortsatte udvikling af vores 5 produktserier.



idealcombi
Udvikler vinduet

Nørre Allé 51, 7760 Hurup | Telefon: 96 88 25 00 | www.idealcombi.dk

Opfanget

Adresser og Telefonnumre

BESTYRELSE:

Formand:	Jane Thode Jensen, Markvænget 10C, 7700 Thisted	Tlf. 97923986
Næstfmd.:	Susanne Karlshøj, Brundvej 18, 7700 Thisted	Tlf. 97985531
Kasserer:	Bjarne Krogh, Dissinggade 3, Sjørring, 7700 Thisted	Tlf. 97971338
Sekretær:	Gunver Grøn, Sundbyvej 106, Sundby, 7950 Erslev	Tlf. 97746328
Medlem:	Lone Jensen, Dalen 22, Nors, 7700 Thisted	Tlf. 97981713
Medlem:	Henrik Overgaard, Jasminvej 4, 7700 Thisted	Tlf. 97925386

TRÆNINGS- OG SKOVUDVALG:

Henrik Overgaard Tlf. 97925386

KORTUDVALG:

Henning Olesen Tlf. 97766250

UNGDOMSUDVALG:

Lone Jensen Tlf. 97981713

PR-UDVALG:

Gunver Grøn Tlf. 97746328

MATERIEL:

Erik Hedegaard Tlf. 97925304

LØBSTILMELDINGER:

Herman Jensen Tlf. 97923986 eller e-mail: hpj@post9.tele.dk

KLUBBLAD og HJEMMESIDE:

Gerda Vangsgaard Tlf. 97746152

Gunver Grøn Tlf. 97746328

Ole Bernth Jensen Tlf. 97981713

Susanne Karlshøj Tlf. 97985531

Indlæg til Opfanget kan mailles til: susanne.karlshoej@mail.dk

Indlæg til Hjemmesiden kan mailles til: ole.bernth@mvb.net

Opfanget udkommer

1. februar og 15. juni

Deadline for næste udgave: 10.1.2012

Løbende information om klubbens aktiviteter se: www.nordvestok.dk



Formandens hjørne

Der er meget, der skal ordnes og huskes bl.a. indlægget til Opfanget. Jeg skulle nok ikke have ventet til i dag søndag efter Klubmesterskabsløbet i Stenbjerg, men nu er teltet hængt til tørre ude og de gennemblødte, ildelugtende sko sat udenfor. Vinden skal nok snart få det tørt.

Godt at det ikke regnede så meget, da de andre var ude at løbe i går, og flot at Mikkel klarede den mellemstvære bane, ligesom han gjorde til påske.

Vi blev godt våde, inden vi nåede hjem og fik alt det våde tøj og skærme hængt til tørre, inden der blev tid til mad.

Nu kommer der bare en voldsom byge – ak teltet på tørresnoren – nå det holder nok op igen.

Hermann har regnet på resultatet, jeg skal lige kontrollere, inden det sendes. Emitenheder og skærme skal bakkes sammen og pløkke tørres lidt af.

Nu må jeg altså i gang med det indlæg. Fik jeg klippet ud fra avisen: Den fine omtale af Jens's bronze og Signes guld til Jysk-Fynsk Sprint og Ud i Naturen annoncen, hvor orienteringsløbene er kommet med. Jeg skal huske, at få rettet sluttidspunktet til næste gang.

Hermann er i gang med de sidste rettelser til kort og tekst til Find vej

brochuren. Mødet med skoven er i morgen, men det blev ikke vejr til at checke de sidste steder i Visbøl i dag. Det er ved at være op over, da både Naturstyrelsen, Nationalparken og vi håber på indvielse sidst i juni.

Vi skal huske at få nogle til at hjælpe med at skrue skilte på de pæle, der skal stå i Vilsbøl.

Jeg skal også huske at få nogle til at hjælpe med at male pælene i Eshøj. Det står der i kontrakten, og det ser ud til, at kommunen vil forny den på samme vilkår. Vi kunne godt se, til Skovens dag, at maling vil pynte.

Det regner stadig, men det er snart kaffetid. Der er vist lidt rabarberkage til overs fra i går. Der var ikke så mange ude at løbe, men de spiste nu godt!

Husker vi alle de gode oplevelser her i foråret: Vinterlang i Nystrup, MTB-O løb i Tvorup, det fine indslag i TV Midtvest med Signe efter udtagelsen til U16- samlingen, de dejlige Påskeløbsdage, hvor vi dog blev snydt for at se brødrene Krogh på sejrskamlen samtidig.

Husker vi, hvor sjovt det plejer at være til Skaw-dyst? Det er den 9.–10. juli.

Vi skal huske at melde os til Div. Match i Bulbjerg den 18. sept. og til Op/ned matchen i Horsens den 2. oktober, og vi skal huske, at der bliver brug for mange hjælpere den 25. september, når vi afholder Op/Ned match 1.-2. Div. i Tved.

Det regner stadigt, og teltet kan vist ikke blive mere vådt!

Jeg håber, det får regnet af, inden vi skal til Stafet og Div. Match i den kommende uge. Jeg må huske at aflevere Kronhjørtegeviret, og jeg håber, at vi klarer Silkeborgbakkerne til Div.matchen, selvom vi må undvære flere af ungdomsløberne, der er på kursus.

Til sidst vil jeg huske at ønske alle klubbens medlemmer og deres familier en rigtig god sommer.

På gensyn i skoven.

Hilsen Jane





Lones beretning fra Påskeløbet 2011

Så blev det min tur til at berette fra påskeløbet, men nu har jeg jo også deltaget hvert eneste år siden 2002, så det er vel heller ikke for tidligt. I år foregik indkvarteringen på Skals Efterskole, hvor vi havde slået pjalterne sammen med OK Pan og Århus 1900. Et arrangement, der var en stor fordel for mig, idet jeg denne gang, ikke selv skulle have noget at gøre med indkøb til måltiderne.

Selve optakten til påskeløbet, var lige ved at blive en katastrofe for mig. Onsdag aften, mens jeg var ved at bage den kage, jeg traditionen tro skulle medbringe, gik strømmen pludselig i Nors. Det gav sved på panden, for tænk nu hvis kagen blev mislykket. Jeg tænkte på den kageglade Thode familie, og især Lise – det ville være et chok for hende, hvis jeg ikke havde kage med. Katastrofen blev dog afværget, ved at lade kagen stå i ovnen, mens ovnen stadig var varm. Og efter sigende smagte den udmærket, den blev i hvert tilfælde spist op.

Selve påskeløbet vil jeg især huske,

for det utroligt dejlige vejr. Vi har før haft godt vejr, men jeg kan ikke minde, at vi har gået i shorts og haft bare tæer. Det gav nogle dejlige dage på de forskellige stævnepladser, hvor vi ud over de faste deltagere, havde besøg af Nørmøllens og Jørgen Knudsen. Jane og Herman havde igen i år slæbt hele familien med, og dem er det jo altid en fornøjelse at møde. Vi fik set det nyeste skud på stammen af børnebørn, og ham kan de også godt være bekendt. Så for første gang i klubbens historie var der hele 2 "flaskebørn" med til påskeløb – se de fine billeder af dem her i bladet.

Dagmar og Mikkel deltog for første gang, og Karoline skulle også have været med, men hun var desværre blevet syg. Jeg håber, de syntes det var en god oplevelse, og har lyst til at deltage igen de næste mange år. Det kunne nemlig være sjovt med lidt flere deltagere, for jeg syntes at påskeløbet er en oplevelse, der er med til at styrke sammenholdet i klubben.



Min interne konkurrence med Bjarne er også værd at huske tilbage på, selvom han gik sejrrikt ud af konkurrencen alle 3 dage.

De to første dage havde jeg nogle gevaldige bum, hvis det da er en undskyldning, men der er ikke nogen undskyldning for den sidste dag. Så jeg må nok bare konstatere, at han var bedre end mig. Efter det andet løb, hvor han var en lille smule høj af succesen, var han elers så sød at sige til mig, at han måske godt ville lade mig vinde den sidste dag, men det havde han tilsyneladende glemt dagen efter. Jeg håber at han tager familien med til Rømmø næste år, for jeg vil meget gerne have revanche.

Et bum der kommer i den øverste halvdel af klubbens top 10, stod "lange Jan" for. På første dagen var et stykke af banen snitzlet, fordi vi skulle ledes uden om noget beboelse, der lå tæt på løbsområdet. Hvordan det så kunne gå til, at Jan alligevel endte inde i en carport, ja det må guderne vide. Som nævnt boede vi samme sted

som OK Pan og Århus 1900, og det var OK Pan der havde sørget for indkøb og fordeling af opgaverne. Forplejningen var formidabel. Det var ren luksus, at man bare kunne sætte sig til bordet, uden selv at have rørt en finger. Det eneste måltid vi skulle sørge for, var morgenmaden lørdag. Selv om det betød, at vi skulle meget tidligt op lørdag, syntes jeg at det var billigt sluppet. Jeg tror også at ungdomsløberne var glade for, at der boede så mange andre unge mennesker det samme sted. Det var i hvert tilfælde ikke meget vi så til Jens og Mikkel.



Som sædvanlig var der flere gode resultater til klubben.

Peter Thode blev nr. 1 sammenlagt i H-35B, Christian Krog og Signe fik hver en 2. plads sammenlagt, i hhv. H-20AK og D-16A. Der var en del problemer med beregningen, så det var først et par dage efter vi var kommet hjem, at Troels fik bekræftet, at han var blevet nr. 3 i H-20AK. Men jeg syntes også Mikkel's løb, er værd at nævne. Når man tænker på, at han først lige er begyndt at løbe de mellemsvære baner, er det altså rigtig flot at gennemføre 3 løb, hvor sværhedsgraden var mere end mellemsvær.

Der var for øvrigt nogle stykker der mente, at Peter Thode efterhånden må have vundet hævd på førstepladsen i H-35B, som han jo har vundet de sidste par år. De samme mente at Haderslev OK var på ud-kig efter ham, idet de manglede en vinder i denne klasse, men vi giver nu ikke lige afkald på ham i Nordvest OK.

Jeg vil gerne takke alle deltagerne fra Nordvest Ok for nogle dejlige dage, både på stævnepladserne, og til hygge og eftersnak på Skals Efterskole. For mig er det et af årets højdepunkter i klubben, og mine børn ved godt, at jeg ikke er til rådighed de første 3 dage i påsken. Der skal nok nærmest ske en katastrofe, før jeg ikke deltager.

Hilsen Lone



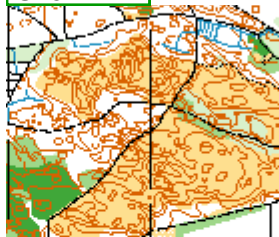
Konkurrence

"Gæt en skov"

Her et lille udsnit af 5 af de skove vi løber i.
Gæt hvilken skov og udsnit der passer sammen.
Send svaret til susanne.karlshoej@mail.dk inden 1. august
og vær med i konkurrencen om 1 flaske vin.

1. Stenbjerg
2. Legind Bjerge
3. Vilsbøl
4. Tved
5. Tvorup Øst

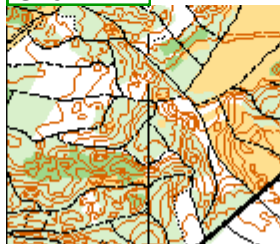
Skov A



Skov B



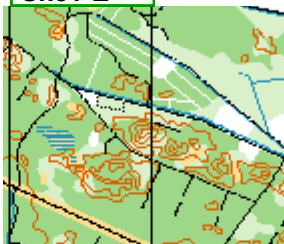
Skov C



Skov D



Skov E



NB: Kortudsnit er fra O-kort på klubbens hjemmeside.

Opfanget



I Nystrup Plantage d. 27. februar 2011

I en årrække har foreningen "Nordkredsens Venner" stået som overordnet arrangør af "vinterlang" i DOF's nordkreds. Der afholdes hver vinter (hvis vejret tillader det) 5 løb fordelt rundt om i nordkredsen.

Fem forskellige klubber bliver udvalgt/påtager sig banelægning og postudsætning m.v., medens Lars Kopp fra "vennerne" står for start, mål og tidtagning. Det er altså forholdsvis overkommeligt for klubberne.

Løbene kan evt. afvikles på geodætiske kort eller gamle O-kort alt efter den arrangerende klubs ønsker. Der skal laves 6 baner, og den længste skal være på ca. 20 km., så der kræves en skov med god plads.

Nordvest OK var i 2010 blevet bedt om at lave et af løbene i vinteren 2011. Klubben sagde ja, og efter et par ændringer, blev datoen fastsat til den 27. februar. Jeg blev bedt om at være banelægger, og det påtog jeg mig med glæde. Kristian Edsen påtog sig at være assisterende banelægger, og Hermann Jensen at være banekontrollant.

Jeg tænkte, at det gamle Nystrup kort fra 2000 måtte være det rigtige til et sådant løb, og da Nordvestjysk Golfklub, som ligger lige i kanten af kortet, velvilligt ville låne os parkeringsplads samt en opvarmet garage til omklædning, blev Nystrup det endelige valg. Jeg var dog klar over, at der var sket store forandringer i skoven, siden nogen havde kikket på den sidst. Ja, vi havde jo stort set ikke brugt den i mange år. En hurtig revidering (uden at gå i detaljer) måtte kunne forbedre den væsentlig.

I perioden fra den 20. oktober til udgangen af året var jeg derfor derude i alt 17 gange for at rette tætheder m.v. I et par af de mere finurlige områder måtte jeg dog have assistance af Henning Olesen. Desværre kom sneen alt for tidligt, og til sidst måtte jeg vade i dyb sne. Dette går selvfølgelig ud over kvaliteten, men jeg synes da selv, at kortet nu kan bruges – i hvert fald til klubbens egne løb. En rigtig efterfølgende revision er dog tiltrængt, og det håber jeg lader sig gøre. Jeg synes faktisk, det er en dejlig varieret skov at løbe i.

Da løbet skulle afvikles, var der stadig sne og is ude i skoven. Vejret var dog nogenlunde på dagen. Der var let frost og stille vejr, så det var vel ok. til et vinterløb. Desværre var der kun 37 deltagere, og heraf var de 14 fra Nordvest. Et så lille deltagerantal står næsten ikke mål med det arbejde, der er med banelægning m.v., men det var faktisk en fornøjelse at lave løbet, og heldigvis var deltagerne tilfredse med arrangementet.

Nordvest OK var ubeskedne nok til at løbe med en hel del af sølvtøjet. Henrik Overgaard vandt således bane 4 på 9,4 km., og Christian Krogh blev nr. 2. På samme bane blev Mette Edsen bedste dame med en 6. plads. På bane 5, som var på 5,9 km., fik Troels Krogh en 4. plads, medens Anette B. Hansen blev bedste dame med en 6. plads. På bane 6 på 3,5 km. fik Jens Edsen en 3. plads.



Hilsen
Leif Hansen

TRÆNINGSPROGRAM

Hjælp træningsudvalget !!!

Hjælp med at gøre træningsprogrammerne bedre...
har du/l nogle specielle ønsker ??? - kunne I eksempel-
vis tænke jer:

- at lave et løb på en bestemt dag
- i en bestemt skov
- sammen med ??
- et bestemt tema

Har I ønsker i den retning, så lad mig det vide, så jeg
kan få disse med i efterårsprogrammet. Send enten en
mail

overgaard@hotmail.com eller sig det til mig i skoven, så
skal jeg gøre mit bedste.

Henrik Overgaard

Træningsprogram

Søndag den 31. juli – kl. 10.00

Træningsløb på o-løbet fra adventure-race
”Thy til lands...”

Skov / startsted meddeles senere på hjemmesiden
Banelægger: Jane Thode & Hermann Jensen
Banelægger-tlf.: 97 92 39 86

Lørdag den 6. august – kl. 13.00

Træningsløb – Tema: alm. o-løb

Vandet Plantage - afmærkning: Hjardalvej
Banelægger: Gerda & Flemming Vangsgaard
Banelægger-tlf.: 97 74 61 52

Lørdag den 13. august – kl. 13.00

Træningsløb – Tema: klitter

Stenbjerg Plantage – afmærkning: Istrupvej
Banelægger: Else & Jens Roesgaard
Banelægger-tlf.: 97 92 30 07

TRÆNINGSPROGRAM

Torsdag den 18. august – kl. 18.30

(bemærk at der igen er o-løb midt på ugen)

Træningsløb – Tema: kort / lang orientering
Vilsbøl Plantage – afmærkning: Klitmøllervej
Banelægger: Anette Bernth & Leif Hansen
Banelægger-tlf.: 97 92 09 55

Lørdag den 27. august - kl. 13.00

5. afd. af klubmesterskabet

Tvorup Øst - afmærkning: Trapsandevej (ca. 150 m til start)
Banelægger: Troels, Christian & Bjarne Krogh
Tilmelding senest onsdagen før på tlf.: 97 97 13 38

Lørdag den 3. september – kl. 13.00

Træningsløb – Tema: alm. o-løb

Nystrup Plantage - afmærkning: Nystrupvej
Banelægger: Jane Thode & Hermann Jensen
Banelægger-tlf.: 97 92 39 86

Lørdag den 10. september - kl. 13.00

6. afd. af klubmesterskabet

Vandet Plantage - afmærkning: Vandetvej
Banelægger: Erik Hedegaard & Jan Andersen
Tilmelding senest onsdagen før på tlf.: 97925304/97742767

Søndag den 18. september

Divisionsmatch – alle skal med !!

Bulbjerg - Arr.: Aalborg OK
Tilmelding til Jane eller Hermann

Søndag den 25. september

Op / ned match for 1. / 2. division

Tved Plantage – Arr.: Nordvest OK
Tilmelding til Jane eller Hermann

Søndag den 2. oktober

Op / ned match – alle skal med !!

Arr.: Horsens OK
Tilmelding til Jane eller Hermann

TRÆNINGSPROGRAM

Søndag den 9. oktober

Divisionsfinale – kort afstand !!
Vester Thorup – Arr.: St. Binderup OK
Tilmelding til Jane eller Hermann

Lørdag den 15. oktober – kl. 13.00

7. afd. af klubmesterskabet
Tved Plantage - afmærkning: Hindingvej
Banelægger: Kjeld & Henrik Overgaard
Tilmelding senest onsdagen før på tlf.: 97 92 03 56 /
97 92 53 86

Lørdag den 22. oktober – kl. 13.00

Træningsløb – Tema: fin-orientering
Tvorup Øst – afmærkning: Tvorupvej
Banelægger: Lone & Ole B. Jensen
Banelægger-tlf.: 97 98 17 13

Lørdag den 29. oktober – kl. 13.00

Træningsløb – Tema: alm. o-løb
Legind Bjerge – afmærkning: Legindvej
Banelægger: Gunver & Anders Grøn
Banelægger-tlf.: 97 74 63 28

Lørdag den 5. november – kl. 13.00

8. afd. af klubmesterskabet
Vilsbøl Plantage – afmærkning: Klitmøllervej
Banelægger: Mette & Kristian Edsen
Tilmelding senest onsdagen før på tlf.: 97 74 62 71

Lørdag den 12. november – kl. 13.00

Træningsløb – Tema: alm. o-løb
Nystrup Plantage – afmærkning: Nystrupvej
(midlertidig skovtilladelse – ændres måske pga jagt)
Banelægger: Susanne & Torben Karlshøj
Banelægger-tlf.: 97 98 55 31

TRÆNINGSPROGRAM

Skovtilladelser

Ansøgningerne om skovtilladelser i Thy Statsskovdistrikt sker via internettet, hvor vi får tilsendt en skovtilladelse til hver enkelt løb. Skovtilladelseerne til ovennævnte løb findes i "Klubkassen", og skal kunne forevises mod forlangende.

Til nye løbere:

Der er telefonnumre på banelæggerne, så du nemt kan komme i kontakt med dem, såfremt du har spørgsmål vedr. startsted eller lignende.

Til banelæggerne:

Er du forhindret i at lave det løb, du er sat på til, så bedes du finde en anden at bytte med.

Træningsudvalget

Vi ses i skoven



”En drøm er opfyldt”

-kunne vi læse i avisen.

Udtagelsen kommer fra Signe, NOK's U16 landsholdsløber.

Drømmen Signe hentyder til er hendes udtagelse til at repræsentere de danske farver ved Ungdoms EM i Tjekkiet i juni måned.

Vi håber der vil blive opfyldt mange flere drømme for Signe fremover. Inden afgangen til Tjekkiet har Signe, sammen med resten af U16 landsholdet, været på trænings-samling i Sverige.

Læs hendes beretning her.

Susanne

U16 Göteborg Samling



Der er hvert år fire U16 samlinger om året, hvor en af dem er i Göteborg. Meningen med at samlingen er i Sverige er at man skal ”lære at løbe i nordisk terræn”, som er en del tungere at løbe i, og en del svæ-

rere teknisk end det terræn vi kender fra Danmark. Terrænet er for det meste bakket, der er mange sten og stubbe, tydelige moser, og nogen gange slet ingen stier. Vi tog af sted onsdag middag/ eftermiddag alt afhængig af hvor i landet man kom fra. Jeg og Linnea skulle selv med færgen fra Frederikshavn til Göteborg, hvor vi så blev hentet af en af trænerne. De andre skulle syd om og med færgen fra Helsingør til Helsingborg. Vi boede i orienteringsklubben IF Herkules Klubhus.

Torsdag formiddag startede vi med signaturvandring, hvor hver træner havde en lille gruppe med sig. Så går man ellers bare rundt i terrænet og kigger på de forskellige signaturer såsom stubbe, store sten, moser og en masse andet. Altså specielt ting som man ikke bruger så meget i sin orientering her i Danmark. Efter det havde vi en introbane, som bare er en almindelig bane hvor man kommer ud og ”mærker” lidt på terrænet.

Fredag formiddag stod den på langdistance, i meget bakket og klippet terræn, dvs. rigtig tungt at løbe i. Fredag eftermiddag var det alternativ træning. Vi startede med noget Core Stability som er styrketræning som styrker korsettet. Efter vi havde gennemgået styrketræningen, lavede vi nogle løbeøvelser som kan ændre din løbestil.

Vi sluttede af med intervaller 3 min x 2 med 1min pause, og til allersidst lidt afjog.

Meningen med træningen var ikke at vi skulle ud og smadre os selv med intervaller lige efter en hård langdistance, men sådan vi vidste hvordan vi skulle gøre når vi engang kom hjem.

Lørdag formiddag var der mange-postbane, en almindelig o-bane bare med rigtig mange poster.

Lørdag eftermiddag løb vi en mellemdistance bane.

Søndag tidlig formiddag sluttede vi weekenden af med en 2-mands stafet.

Vi rejste hjemad igen søndag efter middag, og jeg var hjemme på Mors

ca. kl. 22.30-23.00.

Så ja det var lidt hårdt at komme op i skole mandag morgen!!

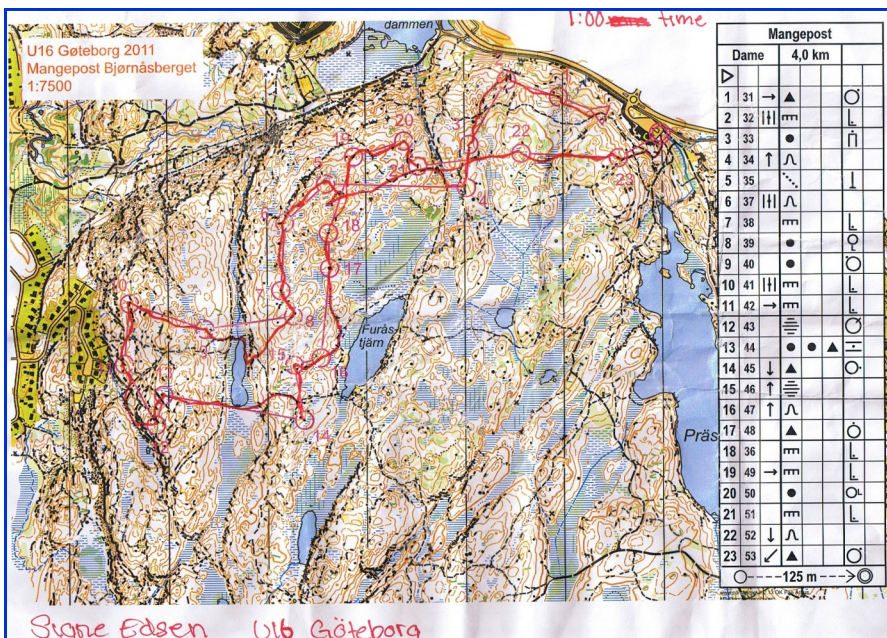
Terrænet var generelt meget åbent, og mange lyse klippetoppe hvor man kunne se rigtig meget oppe fra. Der var også en del bakker, sten og stybbe.

Det var en rigtig god tur med nogle fede træninger, og i selskab med nogle herlige mennesker.

Nu ser jeg bare frem til det største indtil nu, nemlig EYOC i Tjekkiet fra d. 22-26 juni!!!!

Signe Edsen

Et af træningsløbene i Göteborg.



De 10 skarpe

Denne gang besvaret af Anette Bernth Hansen.

1. Hvorfor løber du orienteringsløb.

Jeg har altid været glad for at færdes i naturen, og i min tid som spejder havde jeg snuset til kort og kompas.

Da jeg traf Leif, og der næsten sammenfaldende var et rekrutteringsprogram i klubben, var det naturligt at starte her.

2. Nævn en ting du synes er godt ved klubben.

At alle aldre er repræsenteret, og det dejlige fællesskab vi har.

3. Nævn en ting der er mindre godt.

Det er svært at få nye medlemmer. Hvis bare flere børnefamilier kunne få øjnene op for, hvor unik o-sporten er for familielivet. Her kan alle deltage på hver enkelt persons præmisser. Når man, som jeg, dumper ind i en familie, der har haft o-sporten som fælles interesse, forstår man den betydning, det kan have for familiesammenholdet.

4. Din bedste oplevelse som o-løber.

Det er svært, men den største naturoplevelse var, da jeg overraskede to kronhjorte i en lavning. Jeg tror, det var i Tved. Hvem der blev mest forskræ-

ket ved jeg ikke!!

5. Dine øvrige fritidsinteresser.

Jeg har altid gang i en god bog og en kryds og tværs. Jeg spiller klaver og startede sidste år med at spille golf. Om vinteren går jeg til motionsgymnastik.

6. Dit job.

Jeg arbejder som sygeplejerske på Billeddiagnostisk Afdeling på Sygehus Thy-Mors

7. Nævn en person der har gjort indtryk på dig.

Der er flere, men jeg kan ikke fremhæve

8. Hvor og hvordan vil du helst holde ferie.

Om vinteren langrend i Norge. Sammen med gode venner og Leif. Om sommeren vandreferie enten i Norge, eller som vi efterhånden har prøvet nogle gange, i Sydeuropa.

Storbyferier holder jeg med min søn Martin. Leif er ikke skabt til storbyer! Jeg håber, jeg må opleve en ren daseferie engang. en bestemt.

9. Kom med et godt råd til klubben.

At klubben stiller op, når der er aktiviteter indenfor friluftslivet i vores område. Dette er med til at synliggøre vores sport så andre kan blive fristet til at prøve den.

10. Dit yndlingsområde – og hvorfor?

Hele Thy. Her har jeg rod, her fra min verden går.



Hilsen

Anette Bernth Hansen.



Velkommen til



Vi glæder os til at se dig
i din nye bank ...

Privat: Kirketorvet 1, Erhverv: Algade 2, 7900 Nykøbing Mors
Tel 9615 2500 • www.fjordbank.dk

Opfanget

Vi støtter det lokale



*Når du er kunde hos os,
støtter du samtidig en lang række
lokale foreninger og aktiviteter*

www.sparthy.dk