

FARUM OK'S NYE HJEMMESIDE er i luften



Thomas får sin guldmedalje efter nattens løb i Ravnholt skov



Anton med sin medalje ved DM-nat

Klubtøj



Du kan vise, at du løber i Farum Orienteringsklub. Vi har noget praktisk og meget lækkert løbetøj. Brug vores klubtøj og gør reklame for sporten og for klubben. Se mere [her](#).

Ny i klubben og lidt usikker på tilmelding, på fælles overnatning, på "andet" - så kontakt nogle af os andre i klubben og få en snak og få svar på dine spørgsmål. Vi vil gerne hjælpe dig til, at få de samme gode oplevelser, som vi har haft gennem årene.

Klubtur – undersøgelse om interesse.

Vi vil meget gerne lave en klubtur i oktober til Bornholm i forbindelse med 3-dages-løbet Høst Open fra 25. til 27. oktober.

Turen er dels for at få et bedre kendskab til hinanden og dels for at få en god oplevelse i et noget anderledes terræn.

Vi vil du og din familie med?

Man skal ikke løbe alle 3 dage, og der er jo gode muligheder for andre aktiviteter og oplevelser, hvis nogle i familien ikke vil løbe orienteringsløb.

Vi vil booke os ind på et vandrerhjem og man skal selv sørge for transport.

Giv venligst en tilbagemelding til [Kai](#) - tak.

Skriv om du vil være med og klubben vil arbejde videre med ideen.

Og det er vigtigt, at du gør det lige nu.

Nu er det forår ... anemonerne stikker hovederne frem og det regner med medaljer

Tillykke til klubbens vindere ved SM-nat

Line – guld i D35 og med Masha lige bagefter

Bodil – guld i D55

Denys – guld i H14

Anton – guld i H16

Yevhen – guld i H21

Thomas – guld i H60 og med Jens Jørgen 17 sekunder efter.



og ved DM-nat

Masha – guld i D35

Bodil – bronze i D55

Denys – sølv i H14

Anton – bronze i H16

Yevhen – guld i H40

Jens Jørgen – guld og Thomas -bronze i H60



Velkommen til nye medlemmer det sidste år

Siden april sidste år har vi fået 15 nye medlemmer. Vi siger velkommen til:

Siden april sidste år har vi fået 15 nye medlemmer. Vi siger velkommen til: Familien Vang-Pedersen, Kalle (12 år), Knud (14 år), Louise (46 år) og Sune (52 år), Familien Hildebrandt, Albert (14 år) og Jesper (45 år). Familien Telyakevych, Ilijah (10 år), Emma (13 år) og Anna (43 år) samt Ellen Frese Søderlund (5 år), Lino Boserup Nielsen (9 år), Morris Brandt Karlsen (11 år), Smilla Mogensen (21 år), Adam Ashtiani (45 år) og Bjarne B. Jensen (64 år).

Vi glæder os til at møde jer til træning og ude i skoven fx. til den første divisionsmatch.

Nu bliver det april og rigtig meget forår og det er bare skønt, at komme ud i skoven og løbe. Tjek [O-service](#) og find et løb i nærheden af dig.

Klubtræning – efter påske starter træning for både børn/unge og de lidt ældre

Skovtrold og ungdomsløbere starter også træningen – første gang er tirsdag d. 2. april.

Vi glæder os til at skoven myldrer med unge aktive børn.

Bodil sender mail med mere information.

Læs mere om træningens mødesteder på [hjemmesiden](#).



Skovtrold og ungdomsløbere til fælles arrangement ved SøndagsmOtion 17.3. og efterfølgende hygge i klubhuset

SøndagsmOtion bliver til Tekniktræning og hver torsdag kl. 17.15 er der en bane, en udfordring og en oplevelse til dig. Læs mere om træningen og mødesteder på [hjemmesiden](#). Torsdag d. 04. april i Terkelskov, Torsdag d. 11. april i Slagslunde, Torsdag d. 18. april i Ganløse Ore og Torsdag d. 25. april i Lille Hareskov.

Divisionsmatcher i foråret - første match allerede her i april

Sæt **X** ved søndag d. 28. april, hvor vi skal løbe divisionsmatch i Store Hareskov.

Vi skal alle af huse - alle mænd og kvinder, børn, unge og ældre. Vi skal stille med det stærkeste og største hold. Så du skal ind på O-service og tilmelde dig og hele familien. Er du i tvivl om, hvilken bane, du skal løbe, så kontakt [Kai](#), [Steen](#) eller [Bodil](#) – så kan vi guide dig. Men giv dig selv den fantastiske oplevelse at deltage i en konkurrence, hvor både din og min deltagelse har betydning for klubben. Du kan se indbydelsen [her](#) - parkering, afstande, mm.

Og sæt **X** igen søndag 26. maj, hvor vi skal løbe i Hedeland.

Klubmesterskab og Klubfest

..... det foregår lørdag d. 22. juni med løb om formiddagen, spisning og fest/hygge i klubhuset om eftermiddagen. Mere information følger – men sæt et kryds i kalenderen allerede nu.

Og så er der DM i stafet og lang ... overnatning

Nu skal du booke din overnatning til DM i september. Ja, det er langt ud i fremtiden, men for planlægningen er det nødvendigt nu. Du skal også kigge dig rundt i kredsen af medløbere, hvem skal du løbe stafet med? Lørdag d. 14. september er der DM-stafet, søndag d. 15. september er der DM-lang. Begge løb er i Vester Thorup Plantage nord for Limfjorden. Klubben har bestilt overnatning på Fjerritslev Vandrerhjem fra fredag d. 13. til søndag d. 15. september. Skal du have en plads? Du skal melde dig til overnatning hos [Kai](#).

Påskeløb

... i skrivende stund står begge redaktørerne - Kai og Mette - sammen med 29 andre friske Farum-løbere, klar med løbeskoene på vej til påskeløb i skovene på nordsiden af Vejle fjord. Og de glæder sig God påske til alle.

*I ønskes et fantastisk forår i skoven med mange skønne oplevelser
Mange forårshilsner fra bestyrelsen***