

Juli 2023

God Sommer



Sommeren er over os og vi kan se tilbage på et veloverstået første halvår. Verdens bedste sport – Orienteringssporten, har bidraget med gode, spændende og udfordrende aktiviteter. Lige fra egne træningsløb, Nordkredsløb, flere DM-løb og flerdages-stævner.

Når jeg betragter stævnepladserne rundt omkring, og ser den stemning der er. For ikke at nævne aldersspredningen der tæller både børn, unge, voksne og seniorer. Ja så, kan det undre vi ikke er mange flere o-løbere.

Det er derfor også glædeligt at Klubbens begyndertræning har givet nye medlemmer til klubben både sidste år og i år. Dog er der også frafald men vi har haft et konstant antal medlemmer de sidste 2 – 3 år på ca. 105.

Klap

DIF, DOF og alle øvrige organisationer siger det, selv Kronprinsen siger det, og det kan ikke siges ofte nok.

*** Frivillige i alle foreninger fortjener klap, ros, hyldest og anerkendelse***



Ingen er uenige i dette, men spørgsmålet er om vi er gode nok til at påskønne den frivillige indsats. Senest har kulturminister Jakob Engel Schmidt opfordret til at "man" bliver bedre til at sætte pris på hvad det egentlig betyder at gøre noget for andre mennesker. Hvilket jo er det alle frivillige i den enorme skov af foreninger gør.

I MFOK er vi begunstiget af mange frivillige der stiller op når der er brug for det. Korttegnere, banelægger, afholdelse af træningsløb, pionerer, startpersonel, parkeringsvagter og vejvisere. Ja, listen er lang, og ikke mindst alle de frivillige der hjælper til vores motionsløb og en masse andre opgaver.

Klapsalve og kæmpe tak er hermed givet, til alle der stiller op til opgaver i MFOK, store som små opgaver. Mange bidrager og det er et stærkt fundament i klubben, og ud over et tak, tildeles man et aktivitets tilskud ved årets slutning i forhold til de opgaver man har udført.



Skulle nogen have ideer eller erfaringer, hvorledes man kan styrke frivilligheden, hører bestyrelsen gerne fra jer. Vi er til enhver tid interesseret i at udvikle os.

Divisionsløb

D. 7. maj deltog 42 MFOK-løbere i årets første divisionsmatch. Det blev en flot 2. plads, og kun 2 point fra Herning det vandt. Dermed har vi et godt udgangspunkt for efterårets divisionsmatch og indfri målsætningen for året. At forblive i 2. division, men undgå at løbe ned/op rykning 2/3 division.

Kan vi stille med lige så mange løbere, og gerne lidt flere d. 24.09 og d. 15.10. Ja, så er chancerne gode.

Flotte præstationer

Det er sagt før, men kan godt gentages. MFOK er for alle uanset niveau. Det sociale sammenhold og aktiviteter med et højt kvalitetsniveau er det bærende.

Flere MFOK-løbere har hentet medaljer i første halvdel af 2023. Flere DM-løb har haft MFOK-løbere på podiet, og til nordkredsløb har der været MFOKér blandt de vindende. Vi forsøger at hylde disse præstationer på vores facebookside, men hermed endnu et tillykke til alle de flotte præstationer.



Et tillykke skal også lyde til alle de flotte individuelle præstationer og personlige sejre der har været. Det kan være første gang for deltagelse i et stævne, gennemført svær bane, første natløb gennemført, bane uden bom, bedste stræktid og mange flere præstationer. Der er nemlig en masse små sejre hver gang man er til o-løb. Og gevinsten er hyggeligt selskab i den dejlige danske natur.



DIVISIONSLØB

Mariager Fjord Orienteringsklub indbyder til Nordkreds
1. divisionsmatch og åbent stævne **søndag den 3. september**
2023 i Uhrehøj/Myrhøj plantager.

Klubben er arrangør af et B-stævne d. 3. september i Uhrehøj/Myrhøj plantager, 1. divisionsmatch i Nordkredsen og åbent stævne. Det er det første større O-løbsstævne vi skal arrangere efter Corona tiden og vi forventer at sende ca. 350 løbere i skoven.

Mange har tilbudt deres hjælp til opgaver i forbindelse med stævnet, hvilket vi er meget taknemmelige for.

Motionsløb

Foråret har også budt på afholdelse af Pacifique Kvindeløb og Mariagerløbet, og begge løb forløb succesfuldt. Over 1.000 kvinder deltog i kvindeløbet, der i år var begunstiget med dejligt forårsvejr. Stævneledelsen med Antonino fra Ristorante davinci, Torben Holt Pedersen fra Beauté Pacifique, Erik Nielsen, Keld Østergaard, Henrik Bach, Lars Jensen og Jens Chr. Dalgaard fra Mariager Fjord Orienteringsklub melder sig derfor også klar til endnu en omgang næste år.

Mariagerløberne stod som sædvanligt for afholdelse af Mariagerløbet. De kan også se tilbage på en succesfuld gennemførelse med ca. 190 deltagere, og en af Danmarks flotteste løberuter.



Kvindeløb



Mariagerløbet

Mariager Fjord Orienterings Klub



Tilskud

I skrivende stund er klubben blevet ejere af 2 stk. easy-up pavilloner på 8 X 4 m. Det er Friluftsrådet der har givet tilskud fra lokalforeningspuljen til indkøb af 2 pavilloner. De skal bruges til stævner, aktiviteter og øvrige arrangementer.



Med ønsket om en god sommer,
husk der er træningsløb i Hobro by d. 9. august.

O-hilsen
Formand, Jørgen Østergaard

Vi ses i skoven!