



AUGUST 2025

NYHEDSBREV

Månedligt nyhedsbrev for Tisvilde Hegn Orienteringsklub

Sensommercup og klubmesterskab

Årets Sensommercup bliver afholdt som et enkelt løb d. 26/8 med start mellem 17.30 og 18. Løbet vil samtidig fungere som klubmesterskab, så skynd jer at tilmelde jer på enten O-service eller ved at skrive på kontakt_thok@yahoo.com (husk at skrive jeres SI-nummer, eller om I skal låne SI-brik, samt hvilken bane I vil løbe). Det er en god mulighed for at prøve et lokalt løb i en afslappet atmosfære.

Lokal økonomisk opbakning

I år har vi været så heldige at få lokal økonomisk opbakning fra både Det Grønne Hus og Kvickly i Helsingør. Støtten skal bruges på dels tilskud til en ny trailer, dels hjælp til afholdelse af DM i september. Det er blandt andet takket være sådan støtte, at klubben kan løbe rundt økonomisk, hvilket vi er meget taknemmelige for.

Udover støtten fra lokalmiljøet har vi også modtaget støtte fra Nordeafonden og Friluftsrådet, hvilket har betydet, at vi ifm. DM har fået et helt nyt tegnet kort over Tisvilde Hegn – et kort som vil komme os alle til gode i lang tid fremover. Korttegneren er Gediminas Trimakas fra GT Maps, og vi har desuden lavet aftale med ham om at nytte kortet over Højbjerg Hegn, hvilket han vil gøre i efteråret 2025. Kortet over Højbjerg Hegn bruges når vi har vores familieorientering hver anden søndag, og bestyrelsen har derfor prioriteret at få dette kort nyttegnet.

Sidste divisionsmatch!

Årets sidste divisionsmatch foregår i Grønholt Hegn d. 21/9. Her skal det afgøres, om vi næste år hører til i 1. eller 2. division. Vi har derfor brug for alle, der kan gå eller løbe en bane, så vi kan skrabe så mange point sammen som muligt. Derudover er divisionsmatcherne som altid en god mulighed for at hygge sig med klubkammeraterne, nyde skoven og måske vinde en lodtrækningspræmie. Husk, at klubben betaler for alles deltagelse til dette løb. Skal du have hjælp med tilmeldingen, så skriv til kontakt_thok@yahoo.com.

Klubbens nye trailer købt for penge fra Det Grønne Hus



Løb med ved Farums klubmesterskab den 16. August

Klubben har fået tilbud om at løbe med ved Farums klubmesterskab (uden for konkurrence) og få en god tur i skoven. Tilmelding: Masha – mail: masha.semak@gmail.com med oplysning om bane, klasse og SI-briknummer, senest 13. August. Alle har fri start-tid (put & run) mellem kl. 10.00 og 10.30. Mødested: Parkering ved Holte Hallerne, Kongevejen 466, Holte. Se klasser mm i [Indbydelse her](#)

Kommende løb

26/8: Sensommercup og klubmesterskab
i Asserbo Plantage, tilmeldingsfrist 22/8.
[Indbydelse](#)

13-14/9: DM Stafet og Lang
i Tisvilde Hegn

21/9: Op/ned i 1.-3. division
i Grønholt Hegn

28/9: Op/ned i 3.-6. division
i Ganløse Eged Krogenlund

5/10: Efterårsløb
i Store Hareskov

19/10: Efterårskredsløb
fra Gåsehuset i Ravnholt Skov

24-26/10: Høst-Open
[i Hasle/Dueodde](#), tilmeldingsfrist 12/10

Træninger

17/8 kl. 9-10 Fælles træningsløb mellem THOK og VOK-92 fra Skovporten i Tisvildeleje

17/8 kl. 10 Familieorientering i Højbjergghytten

19/8 kl. 17.30 Tirsdagstræning – Nyrup Hegn

22/8 kl. 10 Hegnsjoggerne løber fra Skovporten i Tisvildeleje

24/8 kl. 9-10 Fællestræning mellem THOK og VOK-92 i Frederiksværkskovene

29/8 kl. 10 Hegnsjoggerne løber fra Stængehus P-plads

31/8 kl. 9-10 Fælles træningsløb mellem THOK og VOK-92 fra Tibirke Kirke

31/8 kl. 10 Familieorientering i Højbjergghytten

2/9 kl. 17.30 Tirsdagstræning – Risby Vang

Velkommen til nye medlemmer

Bent Christensen
Sisse Dalsgaard
Rasmus Dalsgaard
Claes Kjelsmark

Se vores [kalender](#) på hjemmesiden for info om træninger