



Arrangør: PI-København, Orienteringsafdelingen  
Dansk Politiidrætsforbund

# KØBENHAVNER CUP

## 2. AFDELING

### 18. maj 2021



# VELKOMMEN TIL 2. ETAPE AF KØBENHAVNER CUP 2021

---

AF PETER SØRENSEN, STÆVNELEDER

Når I som deltager læser denne velkomst, så har nogle af jer formentlig for ca. fire uger siden deltaget i coppens 1. etape, som endnu var præget af Corona-situationen. Sådan vil det desværre også være denne gang, om end i nogen mindre grad. Vi har forhåbentlig adgang til bad og omklædning, idet der åbnes op for indendørsaktiviteter i idrætten fra og med den 6. maj. Imidlertid ligger det i skrivende stund ikke helt fast, hvilke idrætsgrene der er tale om. Da vi jo kun skal bruge omklædning og bad, regner jeg med at det kan lade sig gøre, dog kommer det ifølge genåbningsplanen til at ske under brug af mundbind. Caféeer og restauranter får også lov til at åbne for indendørs servering fra den 6. maj, så kaffebordet og præmieoverrækelse kan formentlig gennemføres. Dog er alt trods genåbningsplanen behæftet med nogen usikkerhed. Vi forsøger i slutinstruktionen at informere om de helt præcise regler på dagen.

Til gengæld for al usikkerheden, kan vi denne gang byde velkommen til en "ny" banelægger,

idet Camilla Rath Nielsen har påtaget sig at være med til at sikre en slags generationsskifte på denne post. Hun assisteres af Jørn Lind. Samtidig kan vi også byde velkommen til en "ny" banekontrol, idet Carsten Vad Mortensen har tilbudt sig at hjælpe med denne funktion. Så med den besætning er jeg sikker på, at I vil få nogle udfordrende baner, der gør, at I skal holde koncentrationen fra start til slut. For første gang i meget lang tid regner jeg med, at vi kommer et smut over i den vestlige side af skoven, da banerne lægges i Slagslunde Skov og ikke som tidligere i flere af Buresøskovene.

Til orientering kan det oplyses, at Naturstyrelsen, som et af flere steder i Danmark, er i gang med et skovrejsningsprojekt ved Gundsømagle, 10-15 km syd for Slagslunde Skov. Projekt Gulddysse Skov kan I læse lidt om i dette program. Endvidere slår vi et slag for skoleorientering, som en slags inspiration for dem af jer, der er aktive i de civile klubber.

Held og lykke i skoven.

# SEVÆRDIGHEDER I GULDDYSSE SKOV

DENNE ARTIKEL ER MED TILLADELSE KOPIERET FRA NATURSTYRELSENS HJEMMESIDE



## 1. GULDDYSSE SKOV

Gulddysse Skov er i sig selv en seværdighed. Her kan du opleve, hvordan en skov bliver til. Fra de første små træer, der bliver plantet på den bare mark til en tæt, grøn skov, der står i lige rækker. Og efter yderligere nogle år er vokset så meget, at der kan tyndes ud, så skoven får et mere naturligt og vild udseende. Det hele går forbavsende hurtigt, ligesom skovens dyr meget hurtigt finder den nye skov og tager den til sig. Gulddysse Skov er allerede berømt for sine råbukke, der er nogle af landets største.

## 2. GULDDYSSEN

Gulddysse er en langdysse fra stenalderen. Man regner med, at den er ca. 4000-6000 år gammel – altså fra bondestenalderen. Den måler 10x36 meter og har et velbevaret kam-

mer med en stor dæksten og flere randstene. Dyssen er fredet, og det er den, der har givet navn til såvel Gulddyssegård som Gulddysse Skov. Den ligger lige i kanten af skoven ud til Gulddyssevej, så den er let at komme til. Hele området omkring skoven og Værebros Ådal er spækket med dysser, jættestuer og gravhøje fra oldtiden. Der er ingen tvivl om, at det har været et godt sted at bo.

## 3. GULDDYSSE KULTURGÅRD

Gulddyssegård ligger i den nordlige ende af skoven ud til Gulddyssevej. Gården stammer fra 1835, hvor en bonde i landsbyen Gundsømagle fik lov til at flytte sin gård ud af landsbyen. Gården tilhørte på det tidspunkt Bistrup Gods og var en fæstegård. I 1995 overtog kommunen gården, og i 2006 gik en lille gruppe på ca. 11 lokale seniorer på



---

eget initiativ i gang med at restaurere gården på frivillig basis. Tanken var, at gården skulle rumme en række værksteder for interesserede kunstnere og kunsthåndværkere.

Samme år kunne man præsentere den første maleriudstilling, og i dag er der 160 faste medlemmer i Gulddysse Kulturgård, hvor man udover maleri kan arbejde med keramik, glas, sølv, tekstil og papir.

**Læs mere på [gulddyssegaard.dk](http://gulddyssegaard.dk)**

#### **4. NATURBASEN**

Naturbasen blev indviet i foråret 2014. Den er nabo til Gulddysse Kulturgård, og det er da også den samme gruppe seniorer der har bygget huset på frivillig basis. Da de var færdige med Kulturgården, manglede de noget at rive i, så de søgte om penge til projektet, der skal sætte naturen på skoleskemaet.

Den 21 meter lange og ni meter brede træbygning med en stor overdækket veranda, hvorfra der er en skøn udsigt ud over skoven, skal være base for skolebørn i området. Her kan de komme tæt på naturen og se Gulddysse Skov vokse op.

#### **5. CHR. 7'S VILDTBANESTEN**

Den gamle vildtbanesten, der står ved Gulddyssegård, er fra 1777. Udover årstallet er der indhugget en krone og kong Christian 7. initialer.

En vildtbanesten markerer skellet til den kongelige vildtbane, hvor kun kongen havde retten til jagten. Ingen anden måtte færdes med bøsser eller løse hunde. Bøndernes hunde i området risikerede at blive "lemmet" – dvs. at få det ene forben amputeret af, så de ikke kunne gå på kongens vildt. Straffen for krybskytteri var dødsstraf.

Stenen ved Gulddyssegård markerer ikke længere kongens jagtret. Derimod har den i mange år været brugt til gårdens flagstang.

#### **6. BIRKESKOVEN**

Det er sjældent at se egentlig birkeskov i Danmark. Normalt leder billedet af de slanke, hvide træstammer med de sorte pletter tankerne hen på lyse nætter i det nordlige Skandinavien eller de store russiske skove. Men selv om det kun er en lille plet med birkeskov i Gulddysse Skov, så får man et helt andet skovbillede end den traditionelle danske bøgeskov. »

---

## 7. DE BREDE SKOVBRYN

Skovbrynene i Gulddysse Skov er smukkeste, når de blomstrer i skyer af hvidt i foråret og den tidlige sommer. Skovbrynene giver læ, lys og mad til masser af fugle, og om efteråret kan du se egern svinge sig i hasselbuskene på jagt efter nødder.

Der er plantet buske med bl.a. kirsebær, hylde, slåen og hassel, så der er masser af bær og nødder, og du må også gerne selv gå på jagt efter bær og nødder til dit eget forbrug, selv om du skal være hurtig for at slå egernet, når det gælder hasselnødderne.

Du kan fx plukke hyldeblomster og lave hyldeblomstsft eller slåen til slåensnaps. Husk at slåen skal have en frostnat eller to for at få den rette sødme. Ellers kan slåen være en besk affære.

## 8. SKOVSØERNE

I den sydlige ende af Gulddysse Skov er der skabt tre små skovsøer for at variere landskabet. Da søerne blev gravet ud i 2005 blev der gjort mange spændende fund – bl.a. en 8-cylindret amerikanerbil. Fra gammel tid har der været mergelgrave i område, og der har været en tradition for at smide sit affald ud i naturen. Hvad enten det var traktorer, harver eller – en amerikanerbil.

I dag er søerne med til at gøre skoven smukkere. Det varer ikke længe, før en sø ser ud, som om den altid har ligget der. Og det varer heller ikke længe før fisk, frøer, tudser og insekter finder vej til søen. Det sker helt uden menneskelig indblanding, men bl.a. med hjælp fra fuglene.

*Gulddysse, Foto Peter Sørensen.*



# Find vej i Skolen

## Lær at finde vej

Høj puls og sved på panden. Koncentration og hjernearbejde. Smil på læben og en sjov og anderledes idrætsoplevelse. Det er orienteringsløb i skolen. Alle elever kan være med. Nogen løber hurtigt, men bruger lang tid på at finde vej. Andre er bedre til at finde vej, men løber til gengæld ikke så hurtigt. Og nogle mestrer måske den krævende kombination af at finde vej og løbe - samspillet mellem hjerne- og hjertearbejde.



**Beskrivelse:** I samarbejde med Dansk Orienterings-Forbund (DOF), kan de danske orienteringsklubber tilbyde skolepakker til landets skoler. Klubberne tegner kort over skolen og hjælper skolerne med at komme godt i gang med skoleorientering. DOF sørger for sparring med klubberne, div. materialer samt adgang til MobilQuiz via [findveji.dk](http://findveji.dk).

## Find vej i skolen-pakken indeholder:

- 🎯 *Tegning af skolegårdsskort og evt. skolenærkort*
- 🎯 *40 postskilte til permanent opsætning på skolens areal*
- 🎯 *Ruteforslag på de permanente poster*
- 🎯 *Undervisningsmaterialet "Lær at finde vej" (Lærervejledning og klassesæt.)*
- 🎯 *Fit First 10 undervisningsmateriale (nyt fra 2020)*
- 🎯 *E-læringskursus til elever og lærere via [ie.dif.dk](http://ie.dif.dk)*
- 🎯 *Adgang til MobilQuiz via [findveji.dk](http://findveji.dk)*
- 🎯 *Samarbejdsaftale mellem skole og den lokale/nærtliggende klub*

**Skolefag:** I idrætsfaget er orienteringsløb på programmet i Fælles Mål på 6. og 7. klassetrin, og med en Find vej i Skolen-pakke får idrætslærerne optimale rammer om undervisningen i orienteringsløb. De mange permanente poster giver mange muligheder for at integrere bevægelse i undervisningen – også i de boglige fag, hvor tal- og bogstavkoder samt adgang til mobilQuiz kan bruges kreativt til læring i f.eks. dansk eller matematik.



**Klassetrin:** Lærervejledning og tilhørende undervisningsforløb er målrettet idrætsundervisningen i 6. og 7. Klasse. Undervisningen kan dog også afholdes fra 3.- 9. klasse samt 0.-3. klasserne med det tilhørende Fit First 10 materialer (nyt fra 2020). Derudover passer pakken godt til både e-læringsmodulerne og bevægelseskonceptet Fit First til indskoling.



**Forløb:** Der oprettes en samarbejdsaftale mellem skole/kommune og den lokale klub, enten ved kursus af lærerne og/eller forløb med skoleklassen(er) - hvorfor det enkelte tilbud skabes i samarbejde med den lokale klub. Klubberne kommer gerne ud til skolerne, hvor skolens eget kort og poster kan anvendes. Forbundet er desuden med i Skole OL.

**Læringsmål:** Lærervejledning og undervisningsforløb er målrettet idrætsundervisningen i 6. og 7. klasse. Her beskrives hhv. færdigheds- og vidensmålene således:

- 🎯 "At eleven kan gennemføre orienteringsløb ved hjælp af kort, kompas og digitale medier".
- 🎯 "Eleven har viden om orienteringsløbskort, kompas og digitale medier".

De orienteringsfaglige elementer beskrevet i lærervejledningen er udvalgt som de vigtigste elementer for at eleverne skal lære de nødvendige færdigheder for at kunne gennemføre et orienteringsløb. Det er også de elementer, der tages fat på i undervisningsforløbet, så du som lærer kan introducere eleverne for orienteringsløb i idrætsundervisningen. Tilsammen udgør lærervejledningen og undervisningsforløbet et godt grundlag for undervisningen i orienteringsløb på 6./7. klassetrin. Undervisningen kan dog også afholdes på andre klassetrin fra 3.- 9. klasse samt 0.-3. klasse med det tilføjede Fit First koncept.

**Kontakt:** Skolekonsulent i Dansk Orienterings-Forbund, Nina Hoffmann, [skole@do-f.dk](mailto:skole@do-f.dk)



**Dansk  
Orienterings-Forbund**





# SE UDGIVELSEN ONLINE





*Banelæggerne, Camilla og Jørn.*



*Banekontrollen, Carsten Vad.*

# Indbydelse til: København Cup 3.Etape

Torsdag d. 10. juni 2021

## i Nørreskoven

**Stævnecenter:** Værløsehallerne, Stiager 8, 3500 Værløse.

Åben fra Kl. 08.00

**Parkering:** Ved stævnecenter.

**Stævneplads:** 3 km. fra Stævnecenter Parkering ved stævneplads. Se vejledning i programmet.

**Start:** Ca. 500 m. fra stævneplads. **Mål:** Ved stævneplads.

**Første start:** Kl. 10.00.

**Kontrolsystem:** Elektronisk Sport Ident.

**Kort:** Nørreskoven 2020, ækv. 2,5 m. 1:10.000 for bane 1, 5 og 6 /1:7.500 for bane 2, 3 og 4.

**Baner: Bane 1:** ca. 8 km svær. **Bane 2:** ca. 6-6,5 km svær.

**Bane 3:** ca. 4,5-5 km. svær. **Bane 4:** ca. 3 km svær.

**Bane 5:** ca. 5 km mellemsvær. **Bane 6:** ca. 5 km. let.

**Tilmelding:** Senest den 2. juni 2021 via mail til stævneleder Peter Sørensen [peter2600sorensen@gmail.com](mailto:peter2600sorensen@gmail.com) Oplys nr. på egen SI-brik.

**Startafgift:** 85,- kr. som indbetales til Bruno Stub, Danske Bank, konto nr. 1551 6714765. Leje af brik 10,- kr.

**Præmier:** Efter deltagerantal. Desuden præmier for det samlede resultat efter tre etaper.

**Afslutning:** Ca. Kl. 13.30 i stævnecenter. Præmieoverrækkelse og frokostbuffet arr. af PI-København. Bestilles og betales ved tilmelding: 50,- kr.

**Stævneleder/Stævnekontrol/Banelægger/Banekontrol:**

Peter Sørensen/Jørn Lind/ Mette Stub/ Torkil Hansen. PI Kbh.

**Overdommer:** Tilstedeværende medlemmer af DPIFs orienteringsudvalg.

Politiets Idrætsforening København, Orienteringsafdelingen.

Husk: Pokallobet 21. september 2021.



Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund  
Politigården, Københavns Vestegns Politi  
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund  
Tlf. 2294 9182 • Mail: [info@politisport.dk](mailto:info@politisport.dk)

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt  
Agerbakken 21 • 8362 Hørning  
Tlf. 8793 3786 • Mail: [info@politiinfo.dk](mailto:info@politiinfo.dk)

---