



Arrangør: PI København, orienteringsafdelingen  
Dansk Politiidrætsforbund



# POKALLØBET

24. SEPTEMBER 2024





# VELKOMMEN

---

## TIL POKALLØBET 2024

Det er nogle år siden, at jeg sidst var stævneleder for Pokalløbet. Så derfor har jeg jo en ekstra god grund til at byde jer alle velkommen til et af årets sidste politiløb. I modsætning til forårets løb, hvor der for mit vedkommende var tryk på, som medarrangør af de 2 Københavner Cup og de 3 løb ved Politimesterskaberne, så har der her været lidt bedre tid til at forberede Pokalløbet. Dette program er dog allerede ved at finde sin form her i dagene omkring 18 juli, hvilket skyldes ferie hos de forskellige aktører omkring fremstillingen af programmet. Imidlertid har jeg fornøjelsen af, at Jan Johansen tidligt har indvilliget i at prøve kræfter med jobbet som banelægger. Dejligt at se nye kræfter på disse poster, som jo er en af de arrangerposter, som kræver en del i form af tid.

Jeg havde håbet af kunne byde velkommen til baner i Tisvilde Hegn. Dog viste det sig, at Tisvilde Hegn OK skal arrangere DM Lang og stafet i skoven i 2025, hvorfor skoven nu er lukket for løb frem til september 2025. Tisvilde Hegn Ok,

tilbød i stedet, at vi kunne låne kortfilen over Asserbo Plantage, hvilket jeg accepterede. Selv om kortet sidst er revideret i 2018, og der kan være lidt uoverensstemmelser mellem kort og terræn, er jeg sikker på, at vi kan tilbyde nogle gode og udfordrende baner.

Jan har her i skrivende stund allerede haft fremsendt de første udkast til banerne til en papirgennemgang, og I kan godt glæde jer. Selv om det er Jans debut som banelægger, så har han en fin fornemmelse af hvad der kræves af de forskellige baner og deres sværhedsgrad.

Stævnecenteret er placeret i den velkendte Ramløsehal, hvor vi altid bliver budt velkommen, og det er uanset hvor stor belægning der er på hallens omklædningsrum. Tirsdag er en ugens travleste dage, hvor hallen i forvejen har besøg af lokale foreninger og skolen. Men selv om de ikke helt kan friholde omklædningsrummene til os, så har de tilrettelagt det således, at vi kan få et bad og klæde om, både før og efter løbet.







*Banelægger Jan Johansen*



*Stævneleder Peter Sørensen*

Inde i programmet har jeg denne gang blandt flere interessante små artikler, også valgt at prale lidt med de mange medaljer foreningens løbere har hentet hjem til klubben i første halvdel af 2024. I kan roligt gratulere dem, det er fornemme præstationer.

Sluttelig vil jeg gerne inviterer jer til Bornholm for deltagelse i Høst-Open, hvor

PI-København denne gang arrangere sprintløb i Svaneke. Se information om inde i programmet.

Jeg vil afrunde denne velkomst hilsen med at ønske jer alle en god tur i skoven.

*Peter Sørensen*  
*Stævneleder*



# DM- OG SM-MEDALJER TIL LØBERE FRA PI-KØBENHAVN

Nu kan det fremstå som lidt praleri, men som medlem af PI-København, er jeg faktisk lidt stolt over de resultater, som nogle af vores o-løbere har præsteret i år. Det er endda kun resultaterne for det første halve år af 2024, så der kan komme flere til. Nu har jeg jo nået en alder, hvor hukommelsen godt kan svinge, men jeg mindes ikke, at klubben før har haft så mange medaljetagere til civile Danske og Sjællandske mesterskaber på bare et halvt år. Derfor synes jeg, at de fortjener en præsentation i dette program.

Foto er taget af Jan Kofoed og redigeret af undertegnede. Fotoerne er ikke fra de nævnte mesterskaber.

*Peter Sørensen  
Stævneleder*



**SM-NAT DEN 13. MARTS I RAVNHOLT SKOV.**



Elin Kracht

Sølv D45



Christopher Wiberg

Sølv H35



Torkil Hansen

Guld H65

**DM ULTRA LANG DEN 21. APRIL I GRIBSKOV MÅRUM OG NORD.**



Elin Kracht

Guld D55



Camilla Rath Nielsen

Guld D50



Karina Mejnberg

Bronze D50

**SM SPRINT DEN 5. MAJ I DRAGØR BY.**



Mette Stub

Bronze D21



Camilla Rath Nielsen

Guld D50



Philip Knak

Sølv H21

**DM SPRINT DEN 11. MAJ I FREDENSBORG.**



Christopher Wiberg

Bronze H35

# KULTURMILJØ (I TISVILDE HEGN)

---

## NEDENNÆVNTE ER SAKSET MED TILLADELSE FRA NATURSTYRELSENS HJEMMESIDE.

Tisvilde Hegn, Sandflugtsplantagen og Statens Tørvemose er alle prægede af sandflugten, som i 1500-tallet hærgede fra kysten ved Melby Overdrev og Asserbo og i løbet af et par hundrede år lagde hele egnen øde. Før sandflugten havde området, ligesom det øvrige Sjælland, spredte bebyggelser og dyrket land, hvor jorden kunne bære det. Perioden 15–1700 tallet omtales lejlighedsvist som en "lille istid", hvilket på egnen kan have medført øget udnyttelse af naturressourcerne og en generelt lavere vandstand, så den hævede havbund sine steder henlå som tørt sand, der kunne flyve med vinden. Omkring år 1700 var problemet så omfattende, at grundlaget for opretholdelse af Asserbo som len var borte. Mange bønder havde allerede måttet forlade hus og hjem. Landsbyen Torup var gået tabt, og byerne Tisvilde og Tibirke var truede. Frem til denne kulmination havde der i de forløbne 200 år været gentagne klager fra bønder med ønsker om nedsættelse af landgilde eller hjælp til at stoppe sandflugten.

Først hen imod afslutningen af Store Nordiske Krig kom der ressourcer til rådighed for andet end krig. I 1717-19 blev kanalen til det senere Frederiksværk gravet som erstatning for det tilsandede å-afløb fra Arresø. I 1720-22 blev der brugt store ressourcer på at anlægge Fredensborg og endelig omkring 1723-24 koncentreredes opmærksomheden for alvor om sandflugtsbekæmpelsen.

Det blev en tysker, Johan Ulrik Röhl som kom til at stå i spidsen for arbejdet med at dæmpe sandflugten. Man bremsede sandets vandring ved hjælp af risgærder, som

blev sat over de vandrende indlandsklitter og tang fra stranden blev lagt på sandet for at dæmpe vandringen og holde på fugten. Et omfattende grøftesystem blev gravet og sat med græstørv som forsvar mod sandets vandring, og der blev sat gærder samt plantet hjælme og marehalm. Det lykkedes at stoppe sandflugten i 1730'erne. Omkring år 1800 begyndte man at etablere skov på det store og golde område. Først såede man frø af skovfyr og senere også frø af gran, birk, bøg og eg. Blandt de første beplantninger, som stadig findes i skoven kan nævnes Troideskoven og Horsebakken, der samtidig vidner om, hvor meget forskellige levevilkår betyder for skovvæksten.

Der findes temmelig mange bronzealderhøje i området men også en del andre fortidsminder som bør fremhæves:

Asserbo nævnes i 1163, hvor en lille flok franske munke af karteuserordenen blev hentet til stedet med henblik på at oprette et kloster. De holdt dog kun ud i 6 år, hvorefter stedet i første omgang blev lagt under Esrum Kloster. Senere overførtes stedet til Sorø kloster, der drev det som ladegård. Fra starten af 1400 tallet hørte Asserbo adelsgård under skiftende slægter frem til omkring 1560 hvor Frederik II mageskiftede sig til stedet som led i bestræbelserne på at samle den nordsjællandske vildtbane. Stedet forfaldt, da den fremadskridende sandflugt fjernede levegrundlaget på egnen, og lå helt overdækket med flyvesand de følgende godt 100 år. Asserbo blev 10. juni – 27. juli i 1849 udgravet under ledelse af kong Frederik VII af "12 mand af garden til hest". Tidspunktet er ret bemærkelsesværdigt for det er umiddelbart efter underskrivelsen af grundloven og midt under slaget



---

om Fredericia under 3 årskrigen mod Preussen. Stedet henlå som pittoresk ruin frem til 1976, hvor Fortidsmindeforvaltningen i den nye Fredningsstyrelse restaurerede ruinen og oprensede voldgraven.

Landsbyen Torup, som måtte opgives som by under sandflugten, havde ifølge jordebøger fra 1500 tallet på et tidspunkt været på 16 gårde. Men i 1592 hvor Torup nævnes sidste gang var der kun 6 gårde. Efter år med eftersøgninger blev en enkelt gård udgravet i perioden 1969-1972. Fund i den forbindelse indikerer, at stedet har været bebygget langt tilbage mod jernalderen. Ud over den udgravede gård Torup menes 2 nærliggende steder at kunne stadfæstes med rester af bebyggelse.

Spredt i Tisvilde Hegn ses rester af sandflugtsbekæmpelsen i form af grøfter og diger nær indlandsklitter. Men sandet har ikke dækket alle områder, så nogle steder findes der også rester af agersystemer fra 1600 tallet.

Omkring 1737 erklæredes arbejdet med sandflugtsbekæmpelsen under Röhl for fuldbragt, og Christian VI, som ellers var optaget af opførelsen af det første Christiansborg, valgte at få lavet Sandflugtsmonumentet, som placeredes på et af de sidste sandbjerge over Tisvilde. Det er et for den tid udsædvanligt stort og pompøst monument, som majestæten lod Didrik Gercken udføre i bremsandsten i barokstil med rige profileringer, kæmpevolutter, muslingedekorationer, våbenskjolde og kongekrone. Især når man tager den noget landlige placering i agt. Som monumentet fremstår i dag, kan man diskutere hvorvidt den

fredede allé af hestekastanier foran søjlen i et eller andet omfang stjæler fortællingen lidt fra landskabet og det barokke anlæg.

Kildemarkedet, som årligt afholdes ved Sandflugtsmonumentet, markerer en folkelig tradition, der mindst går tilbage til omkring Chr. IV's tid. Årsagen er Sankt Helene Kilde, som ligger helt fremme i stenalderhavets kystkrænt over Kattegat (se områdeplan 03 Kattegatarealerne).

Melby Overdrev blev fra 1780 til 2004 anvendt til militære formål og øvelser. Terrænet er i 2011 - 2013 blevet ryddet for installationer knyttet til denne anvendelse og gennemført for ammunitionsrester. Melbylejren blev etableret i 1897 til indkvartering af besøgende enheder. Lejren blev udbygget i løbet af 1900 tallet frem til 1950. Da anvendelsen var på sit højeste kunne 290 soldater indkvarteres og der var årligt over 35.000 overnatninger.

I Sandflugtsplantagen blev Karsemoselejren etableret som militærnægterlejr i 1968. Lejren fik en kort historie, da en brand i 1970 ødelagde en del af bygningerne. Enkelte murede huse står nu tilbage i privat eje.

I Holløse Bredning ligger Oldtidsvejen som rummer mindst 2 anlæg over et mosestrøg fra hhv. ca. 4800 og 2500 år tilbage. Stedet blev fundet ved tørvegravning under 2. verdenskrig og udgravet. Det ældste anlæg, som regnes blandt landets ældste kendte, har været en overgang med mere end 200 hasselpæle. Kun rester af det seneste anlæg - en stenvej og nogle trædesten er synligt.

FAKTA

# STATSLIG SKOVREJSNING

SAKSET MED TILLADELSE FRA NATURSTYRELSENS HJEMMESIDE.

- I de seneste knap 30 år er der i gennemsnit plantet 750.000 træer årligt i statslige skovrejsningsprojekter, og der kommer hvert år mere ny skov til.
- Alene de seneste 10 år er der etableret knap 3.000 hektar nye statsejede skovlandskaber.
- Bynær skovrejsning der samtidigt beskytter grundvandet har høj prioritet og giver samtidigt mange nem adgang til aktiviteter i grønne omgivelser.
- Skovrejsning bidrager til natur og biodiversitet, fordi der skabes bedre sammenhæng mellem eksisterende naturområder og ved at skabe nye naturområder.
- De nye statslige skove bliver etableret i samarbejde med lokale kommuner og forsyningsselskaber, som bidrager med mellem 50 og 100 procent af udgiften til køb af arealer.
- Naturstyrelsen har siden 2017 samarbejdet med organisationen Growing Trees Network Foundation, hvor alle danskere, foreninger og virksomheder kan donere penge til plantningen af nye såkaldte folkeskove. Donationerne har været med til at øge de midler, som staten i forvejen har afsat til at rejse ny statskov.

# Statslige skovrejsninger i foråret 2024

## **RØDBY – UDVIDES MED 10 HEKTAR**

Den nye skov skal være med til at danne et naturbælte langs Rødby, og de første træer blev plantet i 2023. Skoven bliver rejst i et samarbejde mellem Naturstyrelsen, Lolland Kommune og Femern A/S. Det samlede areal bliver på 60 hektar med åben natur og skov.

Det sidste træ i den nye skov plantes til indvielsen den 6. maj.

## **ANEBJERG SKOV, SKANDERBORG – UDVIDES MED 54 HEKTAR**

I området mellem Stilling og Skanderborg Øst har Skanderborg Kommune og Naturstyrelsen siden 2009 rejst en stor bynær skov. Skoven vokser i et kuperet landskab, som stiger op til næsten 130 meter over havet. Udvidelsen omfatter tre adskilte delområder, som sammenlagt øger arealet af Anebjerg Skov fra 184,5 hektar til 238,5 hektar.

Udvidelsen markeres med et offentligt arrangement i sensommeren i samarbejde med Growing Trees Network Foundation.

## **KIRKENDRUP SKOV – UDVIDES MED 8 HEKTAR**

Kirkendrup Skov er plantet inden for de seneste 30 år og er et skovrejsningsprojekt i samarbejde med Odense Kommune.

De 8 hektar er en del af en samlet udvidelse på 21 hektar, der består af skov og anden natur, en helt ny vandresti ned til Stavis Å og et nyt udsigtspunkt.

## **GREVE SKOV – UDVIDES MED 7,5 HEKTAR**

Skovrejsningsprojekt mellem Karlslunde og Greve Landsby, der rummer både skov og lysåben natur på i alt 150 hektar i et samarbejde med Greve Kommune og HOFOR A/S.

Første træ blev plantet i 2006, og området rummer i dag 27 forskellige arter af træer og buske.

Senere på året planlægger Naturstyrelsen desuden større udvidelser af bl.a. Himmelev Skov ved Roskilde, Gørløse Skov ved Hillerød og Nordskoven ved Slagelse.

# HØST OPEN 2024

**INFORMATION**

**SPRINT**  
**SVANEKE, FREDAG 25 OKT. 2024**



De fleste der har været på Bornholm kender Svaneke som en skøn sommerdestination med mange seværdigheder. Alt fra is, øl og røget sild til hønseskidning og glaspusterier. Byen egner sig fortrinligt til orienteringsløb, da den indeholder mange små skæve gader, stræder og "hemmelige" genveje. Der er flere små grønne åndehuller og parker, og overalt støder man på klipper og sten - og der er meget kuperet. I den sydlige ende af Svaneke findes skolen, hallen og tennisbanerne, som er gemt godt væk i et lille skovområde sammen med Kildepladsen og Hullehavn og starten på strandstien mod Hjemstavnsbyen, Grisby bugt og Aarsdale.

**Fri start** (put-and-run) i tidsrummet 13.30 - 15.30.

**Kort over Svaneke** revideret i 2024 efter ISSprOM 2019-2 kortnorm. Ækvidistance 2,5 m. Målestok 1:3.000 for D/H60 og ældre; 1:4.000 for øvrige klasser. Korttegner Anders Marager, Allerød OK.

**Banelægger** Jørn Lind, PI.

**Banekontrol** Erik Sørensen, Allerød OK

**Parkering** offentlige parkeringspladser i nærheden af stævnepladsen på Hullehavn Camping.

---

## ETAPE I

### ALMINDINGEN NV, LØRDAG DEN 26. OKT 2024

Løbsområdet er orienteringsteknisk blandt de mere krævende på Bornholm og strækker sig fra Stavsdalvej i nordvest til Åremyr i sydøst. Størstedelen af bevoksningen består af høj nåle- og løvskov med indslag af tættere områder med reduceret gennemløbelighed og sigtbarhed. Områdets nordlige del er relativt flad, mens den sydlige del er middel til stærkt kuperet. I den sydlige del findes områder med mange klipper og begrænset fremkommelighed på grund af stenet underbund. Området gennemskæres af diger, der typisk fremstår som stendige fra den ene side og jorddige fra den anden. Området gennemskæres tillige af et net af store skovveje. Det indeholder en del spor - primært i nåleskov, men relativt få stier. Der er et større antal grøfter og bække i terrænet, samt en hel del søer og moser - og generelt kan der være ganske vådt.

**Kort over Almindingen NV** revideret i 2024 efter ISOM 2017-2 kortnorm. Ækvidistance 5 m. Målestok 1:7.500 for Open 1 og 2, D/H45 og ældre; 1:10.000 for øvrige klasser. Korttegner Hans-Åge Mortensen, Viking Atletik.

**Banelægger** Helge Lang Pedersen, Farum OK.

**Banekontrollant** Lars Wichmann, Viking Atletik.

**Første start** kl. 11.30

**Parkering** Kantparkering på Stavsdalvej mellem Aarsballe og Østerlars.

Der er 400 m fra Stavsdalvej til stævneplads. Der kan være op til 1,5 km fra parkering til stævneplads for de sidst ankomne.



Støt vores annoncører...  
...de støtter os



---

## ETAPE 2

### SLOTSLYNGEN, SØNDAG DEN 27. OKT. 2024

Slotslyngen er et stærkt kuperet landskab med mange stejle bakker, mange klipper og sten. Området er meget varieret og afgrænses i vest af en stejl klippeskraent og/eller stenet strand, og mod syd af den lille by Vang. I den nordvestlige del af området ligger ruinerne af borgen Hammershus. I nordøst strækker Slotslyngen sig over til Moseløkke stenbrud og museum. Der er generelt forholds nemt gennemløbeligt, men med stor variation sine steder. Bevoksningerne spænder fra midaldrende åben egeskov til store åbne områder med højlyng/klippeløkker, og nogle enkelte græssletter. Der er flere store indhegninger, og hele den sydvestlige del af området er en stor indhegning med en del køer, får og geder. Det bliver ikke meget mere Bornholmsk.



**Kort over Slotslyngen** tegnet i 2022 og revideret i 2024 efter ISOM 2017-2 kortnorm. Ækvidistance 2,5 m. Målestok 1:7.500 for Open 1 og 2, D/H45 og ældre; 1:10.000 for øvrige klasser. Korttegner Gediminas Trimakas og Hans-Åge Mortensen

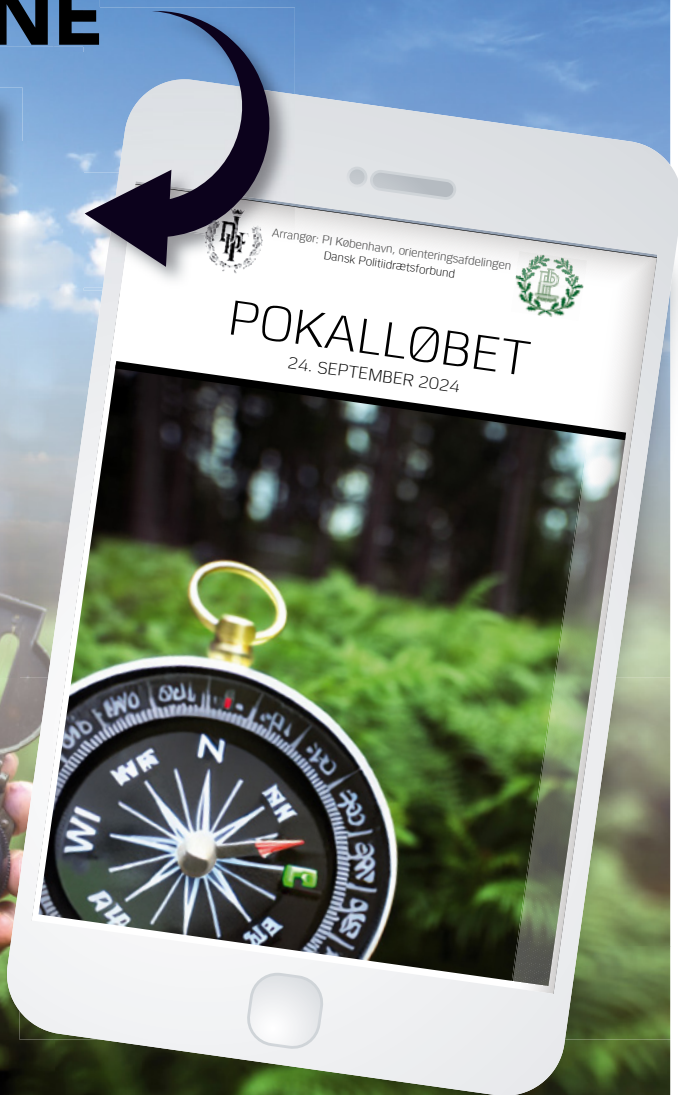
**Banelægger** Miriam Asvarisch, Viking Atletik

**Banekontrollant** Hans-Åge Mortensen, Viking Atletik

**Først start** kl. 09.00

**Parkering** Offentlig parkering til Hammershus besøgscenter Slotslyngvej 7. Der er 600 m fra parkering til stævneplads.

# Se udgivelsen **ONLINE**





# NOTATER

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund  
Politigården, Københavns Vestegns Politi  
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund  
Tlf. 2880 0067 • 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)

---



