

idræt | motion | samvær

# Firmaidræt



DFIF

Dansk Firmaidrætsforbund

7

August • 2005



Stavgangsstafet går Danmark Rundt

---

Åbne stævner i DFIF i 2005/06

---

400 danskere til Euro  
Sports Festival i Frankrig

---

# Motion på arbejdspladsen

## - et hot emne for kommende overenskomster



Peder Bisgaard,  
forbundsformand, DFIF.

Dansk Firmaidrætsforbund har udviklet motionsaktiviteter, som er lette at gå til på arbejdspladserne – vi har med andre ord den vare, der kan føre de gode intentioner ud i livet.

Dansk Firmaidrætsforbund noterer sig med tilfredshed, at Dennis Kristensen, formand for KTO (Kommunale Tjenestemænd- og Overenskomstansatte) i stærke vendinger har betonet vigtigheden af, at sætte motion og sund kost på dagsordenen, når lønmodtagerne i forbindelse med kommende overenskomster går til forhandlinger om løn- og arbejdsforhold.

Dennis Kristensen forestiller sig, at de omkring 650.000 offentligt ansatte får retten til daglig motion skrevet ind i overenskomsten. Når man bliver slidt ned i arbejdstiden, skal man også have mulighed for at forebygge nedslidning i arbejdstiden, lyder det fra KTO's formand.

I Dansk Firmaidrætsforbund glæder vi os over KTO's fokus på at fremme deres medlemmers sundhedstilstand, og vi finder tankerne om at integrere motion i overenskomsterne spændende. Samtidig finder vi det interessant, at ikke kun de kommunale lønmodtagere, men også de kommunale arbejdsgivere, med Herlevs borgmester Kjeld Hansen (S) i spidsen, er positive overfor at fokusere på motion i forbindelse med overenskomsterne.

Dansk Firmaidrætsforbund har gennem de senere år iværksat en omfattende indsats for at fremme danskernes bevidsthed om vigtigheden af at dyrke daglig motion – og at udvikle motionsaktiviteter, som er lette at gå til på arbejdspladserne – vi har med andre ord den vare, der kan føre de gode intentioner ud i livet.

Dansk Firmaidrætsforbunds indsats er sket igennem konceptet "Motion på Arbejdspladsen", der har sat motionsaktiviteter på dagsordenen i en lang række danske virksomheder, og via den tilhørende kampagne "Arbejdspladsen Motionerer", som tilbyder arbejdspladserne motionsmuligheder integreret i arbejdsdagen. Alene kampagnen havde sidste år 25.000 deltagere og i år forventer vi at nå op på 40.000 deltagere.

KTO's ønske om at sætte arbejdspladsen i centrum for en fremtidig sundhedsindsats, er en central understregning af, hvor væsentligt et stykke arbejde, der udføres via Dansk Firmaidrætsforbunds omfattende indsats med at integrere motion i de ansattes hverdag, og jeg vil hermed opfordre alle danske virksomheder til at formulere en motionspolitik på linje med alkohol- og rygepolitikker. ■



## INDHOLD

- 4 | NY LOV OM BØRNEATTESTER
- 5 | KOMMUNALREFORMEN. FORENINGSLIVET SKAL PÅ DAGSORDENEN
- 6 | STARTSKUD FOR MOTION PÅ ARBEJDSPLADSEN
- 7 | INTERVIEW MED HKH KRONPRINS FREDERIK
- 8 | 1000 SKOLEELEVER "TYVSTARTER" FIRMAIDRÆTSFESTIVALEN
- 9 | DROP-IN AKTIVITETER VED FIRMAIDRÆTSFESTIVALEN
- 10 | STAVGANGSSTAFET GÅR DANMARK RUNDT
- 11
- 12 | LIVSSTIL: ET NYT LIV MED MOTION
- 13 | IDÉMAND OG ILDSJÆL FLYTTER FRA FAKSE
- 14
- 15 | NY DFIF-FORENING PÅ PLADS PÅ VESTEGNEN
- 16 | ÅBNE STÆVNER I DFIF 2005/2006
- 17
- 18 | BESTYRELSEN SOM TEAM
- 19 | HVAD ER EN FOKUS PROFIL?
- 20 | RØD-HVIDE FARVER TIL EUROSPORTSFESTIVAL
- 21 | HÅNDBOLDPIGER PÅ HÅRDT ARBEJDE
- 22 | 3 GOLFBANER PÅ 3 DAGE
- 23 | PETANQUE PÅ FRANSK
- 24
- 25 | SUND, SUNDERE, SUNDEST
- 26 | NATURGOLF MED PLADS TIL HYGGE
- 27
- 28 | KURSER I DFIF HER OG NU
- 29 | LANDET RUNDT
- 30 | NAVNE
- 31 | KORT NYT
- 32 | GIK 500 KM FOR FOLKESUNDHEDEN

NÆSTE NUMMER AF  
FIRMAIDRÆT UDKOMMER ONSDAG DEN  
21. SEPTEMBER 2005.

Ansvarshavende redaktør: John Thrane. Dansk Firmaidrætsforbund, Storebæltsvej 11, 5800 Nyborg, tlf. 65 31 65 60, fax: 65 30 14 26,  
e-mail: jt@dfif.dk og www.dfif.dk | Firmaidræt udkommer 10 gange årligt. Juli og december måned er undtaget.

Oplag: 13.500. Årgang 48. Nr. 7 2005 | De i artiklerne fremførte synspunkter er forfatterens og deles ikke nødvendigvis af Dansk Firmaidrætsforbund.

| Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere og forkorte artikler og indlæg. | Deadline for tekst og annoncer: tirsdag den 6. september 2004.

Eftertryk med tydelig kildeangivelse tilladt. | Produktion og tryk: Elbo Grafisk A/S, Nørrebrogade 14-16, 7000 Fredericia, tlf.: 75 92 11 99, fax: 75 92 26 47

| ISSN nr: 0106-2700. | Forsidefoto: 92 stavgængere mødte op, da 2. etape af stavgangsstafetten Danmark Rundt nåede Hillerød. Foto: John Jessen Hansen.



# Ny lov om børneattester

**Idrætsforeninger har nu pligt til at indhente børneattester for nyan satte som har kontakt med børn under 15 år.**

Et flertal i Folketinget har den 16. juni 2005 vedtaget et lovforslag, der fastslår, at idrætsforeninger, spejderklubber, daginstitutioner osv. skal indhente børneattest, før de ansætter personale, der skal have med børn under 15 år at gøre. En børneattest er en særlig straffeattest, der indeholder oplysninger om domme for sædelighedsforbrydelser mod børn. Bag vedtagelsen står regeringen, Dansk Folkeparti og Socialdemokraterne. 84 folketingsmedlemmer stemte for lovforslaget og 21 imod.

## Pligt til at indhente børneattest

Vedtagelsen betyder, at foreninger som er medlem af Dansk Firmaidrætsforbund, får pligt til at indhente børneattester for nye trænere, instruktører og holdledere:

- som der indgås aftale med efter 1. juli 2005
- som får fast tilknytning til foreningen og
- som har direkte kontakt med børn under 15 år som led i udførelsen af deres arbejde

## Evalueres om to år

Foreningerne vil fremover få mulighed for at aftale med deres instruktører m.v. at eventuelle positive børneattester ikke sendes til foreningen, men direkte til Dansk Firmaidrætsforbund.

Siden den frivillige børneattestordnings indførelse i 2001 er der samlet udstedt 169.000 attester, hvoraf de 26 har været positive.

- Målet er, at der slet ikke udstedes nogen positive børneattester,

fordi de pædofile undlader at forsøge at komme ind i bl.a. idrætsforeninger, når de ved, at børneattesten vil afsløre dem, udtaler Kulturminister Brian Mikkelsen.

Den nye lov skal evalueres af Folketinget om to år.

Loven hilses velkommen af DFIF's formand, Peder Bisgaard:

- Bekæmpelse af pædofili er et fælles anliggende for alle, der har med børn og unge at gøre, og det faktum, at der aldrig er blevet konstateret seksuelle overgreb mod børn indenfor firmaidrætten, giver os ikke anledning til en tilbagelænet holdning til problematikken, siger Peder Bisgaard.

## DFIF's pædofili-politik

DFIF har iværksat en række støtteforanstaltninger for firmaidrættens medlemsforeninger. Der blev allerede i 2003 udarbejdet en officiel pædofili-politik i DFIF samt en informationsfolder til medlemsforeningerne, hvor foreningerne bliver opfordret til at vedtage et sæt "leveregler", der skal medvirke til at undgå, at problemerne opstår.

- Hvis mistanken opstår, har DFIF også givet foreningerne konkrete anvisninger, hvordan man skal forholde sig – også hvis man står i en situation med et konstateret overgreb. Forbundets ledelse og konsulenttjeneste står til rådighed med råd og vejledning til medlemsforeningerne, siger Peder Bisgaard.

I informationsfolderen findes alle kontaktoplysninger til øvrige relevante organisationer og instanser på området. ■

På DFIF's hjemmeside [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk) kan du orientere dig om DFIF's pædofili-politik, læse vejledningen og downloade blanketter til indhentelse af børneattester samt læse mere om, hvad man ellers kan gøre for at forebygge seksuelle overgreb mod børn.

# Foreningslivet skal på dagsordenen



**Den fritidspolitiske debat er i fuld gang i landets kommuner, og det er vigtigt at foreningslivet kommer på dagsordenen.**

I Den 1. januar 2007 bliver det nuværende kommunale Danmarkskort fra 1970 erstattet af et nyt, der bl.a. betyder nye og større kommuner. Det nye kort tæller 98 kommuner i Danmark mod 271 i dag, hvoraf de 65 er nye. Samtidig nedlægges amterne og erstattes af 5 regioner.

I DFIF har den nye kommunalreform været sat på dagsordenen på formandsmødet i november 2004, på et kredsformandsmøde i marts 2005 og endelig på formandsmødet i april 2005. Debatten har her bl.a. gået på, hvilken betydning kommunalreformen ville få for DFIF's kredsstruktur.

DFIF's forbundsformand Peder Bisgaard afviser dog, at der er de store reformer på vej.

- I første omgang må vi se hvordan det nye Danmarkskort med de nye og større kommuner kommer til at fungere, siger Peder Bisgaard.

## Kredsene fortsætter

- Som det ser ud nu, har vi ingen planer om at pille ved forbundets kredsstruktur. Kredsene skal fortsætte som de gør nu, men dermed ikke sagt, at fremtiden ikke kan bringe ændringer. Vi vil i DFIF's styrelse naturligvis følge udviklingen med de nye kommuner og regioner nøje. Når vi har et bedre grundlag, må vi på demokratisk vis finde den kredsstruktur som understøtter forbundets aktiviteter bedst muligt, siger Peder Bisgaard, der i

samme åndedrag opfordrer alle forenings- og kredsformænd til at holde øjne og øre åbne i den igangværende fritidspolitiske debat.

- Det er meget vigtigt, at vores forenings- og kredsformænd er synlige og kommer med fra starten, hvis man lokalt drøfter mulighederne for at organisere foreningslivet i nye fora. Her skal firmaidrætten være med til at sætte dagsordenen, siger Peder Bisgaard, og opfordrer formændene til at sætte spørgsmålet om kommunalreformen på dagsordenen på de kommende møder i kredsen.

## Slagkraftigt samarbejde

Med større kommuner kan man frygte, at det lokale foreningsliv bliver glemt i den fritidspolitiske debat. Samtidig kan man frygte, at de nye kommunalpolitikere i første omgang ikke vil koncentrere sig om det lokale foreningsarbejde, men i stedet koncentrere sig om folkeskoler, ældre og hjemmepleje samt daginstitutionsområdet. Dermed havner debatten om idrætsfaciliteter og tilskudsmodeller langt nede på den kommunale dagsorden.

På et tidspunkt vil punktet komme til debat i forbindelse med en ny fritids- og idrætspolitik i den nye kommune, og så er det vigtigt at det lokale foreningsliv, inklusiv DFIF's firmaidrætsforeninger, går sammen for at skabe et slagkraftigt samarbejde, der kan få politikerne i tale.

## Landsdelskonferencer

Fra centralt hold har Samarbejdsudvalget, der bl.a. tæller idrættens organisationer, DIF, DGI og DFIF samt de folkeoplysende organisationer og aftenskolerne, taget initiativ til afholdelse af to landsdelskonferencer, én i Øst-Danmark og én i Vest-Danmark, for organisationernes ledere på landsplan og regionalt plan.

Det nøjagtige indhold af konferencerne er endnu ikke fastlagt, men man opererer bl.a. med at sætte fokus på spørgsmålene om demokrati og netværksstyring samt fritidspolitik under forandring, hvor man bl.a. vil diskutere en overgang fra generelle støtteordninger til målrettede puljer.

Samarbejdsudvalget barsler samtidig med udsendelsen af et hæfte, hvor indholdet falder i tre hovedgrupper:

- 1) Om tænketankens forslag. Redegørelse og kritiske kommentarer
- 2) Om demokrati i praksis. Konkrete eksempler med fokus på forskellige foreningers forskellige rolle i forskellige kommuner og
- 3) Fakta om danskernes demokratiske deltagelse, deltagelse i kultur- og fritidsaktiviteter, deltagelse i frivilligt arbejde, deltagelse i foreningsarbejde m.v. |

**Læs mere om kommunalreformen og den fritidspolitiske debat på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk)**

# Startskud til motion på arbejdspladsen

**Brug "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen" som start til at sætte gang i motion på arbejdspladsen.**



Starten på årets udgave af "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen" går den 19. september.

I den senere tid har debatten omkring medarbejdernes ret til motion på arbejdspladsen, og arbejdsgivernes ansvar i forbindelse med forebyggende motionsindsatser været et varmt emne i medierne.

Mange er enige om, at motion er et både sundt og nødvendigt tiltag, som vil blive en naturlig del af hverdagen på fremtidens arbejdsmarked. Hvad man derimod ikke kan blive enige om er, hvordan man integrerer motion i arbejdsdagen. Dette er et område som mange arbejdspladser stadig mangler erfaringer med.

## Kampagne som startskud

En af metoderne til at sætte motion på arbejdspladsen på dagsordenen kunne være at benytte sig af kampagnen "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen".

Oftentimes mangler arbejdspladsen en anledning til at få taget hul på motionstiltagene samt en måde at strukturere dem på. Her kan kampagnen gå ind og lette opgaven.

Sidste år startede Novo Nordisk A/S en intern sundhedsordning ved navn NovoSund. Denne ordning skulle tage fat på de tre områder, der tilsammen er årsag til 50 % af alle dødsfald nemlig; rygning, usund kost og manglende motion.

Til at starte motionsindsatsen valgte Novo Nordisk at benytte sig af kampagnen "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen", og resultatet var ikke til at tage fejl af.

2852 Novo-medarbejdere valgte at deltage i kampagnen, som på den måde fik sat godt gang i virksomhedens sundhedstiltag.

## Sundhedssamarbejde

I år har flere arbejdspladser valgt at benytte sig af samme metode. Ebeltoft Kommune har sammen med virksomhederne Kvadrat og Corus i Ebeltoft valgt at indlede et sundhedssamarbejde med hjælp fra DFIF's afdeling Motion på Arbejdspladsen.

De tre arbejdspladser tager blandt andet udgangspunkt i en deltagelse i kampagnen "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen" som startskud på deres motions- og sundhedssamarbejde. Hermed kan de forhåbentlig se frem til lige så flotte resultater, som Novo Nordisk fik sidste år. |

## Tilmeldingen er startet!

- Tilmeldingen til dette års kampagne er startet og målet for dette års kampagne er 40.000 deltagere
- Kampagnen kører i ugerne 38, 39 og 40, fra den 19. september til den 9. oktober
- Hovedpræmien er en tur for hele vinderholdet til Miami
- Det koster igen 25 kr. pr. deltager at være med
- Tilmelding sker frem til den 12. september på [www.dfif.dk/mpa](http://www.dfif.dk/mpa) under "Arbejdspladsen motionerer"
- Tilmelding kan også ske på mail [mpa@dfif.dk](mailto:mpa@dfif.dk) eller på telefon 70 26 66 62

# Interview med HKH Kronprins Frederik

**“Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen” har interviewet Hans Kongelige Højhed Kronprins Frederik til dette års kampagne-magasin.**

At kampagner som *“Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen”* er en del af løsningen på, at få flere danskere til at motionere, er der ifølge Hans Kongelige Højhed Kronprins Frederik ingen tvivl om.

Selv om det er den enkelte, som i sidste ende bærer ansvaret for at få motioneret, påpeger Kronprinsen, at der må laves en tilbagevendende oplysningsindsats på området for at øge fokus.

- Jeg tror, at det der skal til er vedvarende oplysning omkring mo-

tion, så folk får det ind på nethinden”, siger Kronprins Frederik.

Udtalelsen falder i et helt eksklusivt interview med *“Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen”*, hvor Hans Kongelige Højhed Kronprins Frederik blandt andet giver et billede af sine erfaringer med motion samt hans syn på motion som sundhedsforebyggelse.

Du kan læse hele interviewet med Hans Kongelige Højhed Kronprins Frederik i kampagne-magasinet for *“Arbejdspladsen motionerer – 30 mi-*



Læs det eksklusive interview med HKH Kronprins Frederik i det nye kampagne-magasin, der sendes til alle deltagere i *“Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen”*.

*nutter om dagen”*, 2005, som sendes til alle deltagere i kampagnen.

Tilmeld dig kampagnen sammen med dine kolleger på hjemmesiden her, eller kontakt kampagnesekretariatet på telefon: 7026 6662/ [mpa@dfif.dk](mailto:mpa@dfif.dk)

# Vinderholdet rejser til Miami

**Vinderholdet i kampagnen *“Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen”* kan se frem til en uforglemmelig tur.**

Miami er den største by på den sydlige spids af staten Florida. Med sin kystnære beliggenhed ud til Atlanterhavet ligger byen op til et utal af muligheder. Med over 250 solskinsdage om året og en temperatur, der sjældent bevæger sig under 25 grader celsius, er der rig mulighed for at benytte sig af den berømte Miami Beach. Hvad enten du vil nyde livet i en strandstol eller svømme om kap med fiskene, er der rig mulighed for det her.

## Restauranter og nationalparker

Floridas køkken er kendt og elsket

verden over for dets fisk og skaldyr. Selv om produktion af oksekød har været en hovedindtægtskilde i Florida i en årrække, er det *“Seafood”* som står øverst på menuen. Man går sjældent fejl af nogen af Floridas utallige fiskerestauranter, hvor både rejer, østers, muslinger, snapper og den lokale hummer (crawfish) er specialiteter.

Miami er det eneste storbyområde i USA, som grænser op til to nationalparker, Biscayne National Park og Everglades National Park. En stor del af begge nationalparker består af vand- eller vådområder, derfor er mange af de muligheder

områderne byder på knyttet sammen med vandaktiviteter.

For eksempel er der mulighed for at snorkle eller dykke i det krystallklare vand i Biscayne National Park, eller sejle kano, kajak eller fiske i Everglades. Der er også mulighed for at vandre eller køre mountainbike, eller blot at bruge tiden på at kigge på fugle.



# 1000 skoleelever ”tyvstarter” Firmaidrætsfestivalen

**Et specielt drop-in arrangement for skolebørn i Mølleparken i Aalborg fredag d. 2. september bliver et stort tilløbsstykke.**

Det tog én dag – så havde Dansk Firmaidrætsforbund fået tilmeldinger fra hele 1000 skoleelever til et specielt drop-in arrangement for skoleelever fredag d. 2. september kl. 10:00-13:00.

- Vi havde planlagt at lave et arrangement for maksimalt 1000 elever, og måtte til stor glæde konstatere, at vi fik fyldt meget hurtigt

op, lyder det fra konsulent Steen Sulstad Petersen, som understreger, at der naturligvis er plads til langt flere end 1000 personer til drop-in aktiviteterne i Mølleparken, når festivalen ”rigtigt” åbner fredag d. 2. september kl. 14:00.

## **4.-6. klassetrin**

- Vi ønskede, at tilbyde skolerne en

## Firmaidrætsfestival i Aalborg

**Firmaidrætsfestival.  
Drop-in aktiviteter i Mølleparken d. 2.-4. september.**

Mølleparken vil danne rammen om et væld af spændende og udfordrende friluftaktiviteter, hvor hele familien kan opleve glæden ved at være aktive i det fri. Det sker fredag fra kl. 14:00-18:00, lørdag kl. 10.00-17:00 og søndag kl. 10:00-16:00.

Aktivitetsudbuddet spænder vidt – lige fra halmbal-labyrinth og minilandbrugsland for de mindste, til udfordrende klatreaktivariteter på klatrevæg og i Mølleparkens høje bøgetræer.

Der vil også være mulighed for at prøve en 110 meter lang svævebane fra Mølleparken til atletikstadion (for de voksne). Er man mere til det rolige lejliv, kan man slappe af i hængeskøjler i træerne, lave bålmad, snitte træredskaber og gå på guidet opdagelsestur med naturvejlederen.

Herudover vil der være lejlighed til at udfordre sig selv og andre i følgende aktiviteter:

- Øksekast
- Bueskydning
- Pusterør
- Naturgolf
- Kæmpekataapult
- Naturstafetter
- Blindwalk
- Teamopgaver
- Mountainbike
- Kokosbowling
- Ridning
- Frisbeegolf
- Naturforhindringsbane



I Mølleparken vil man ligeledes kunne prøve to af Dansk Firmaidrætsforbunds friluftskoncepter – Friluftsmærket og Firma Multi Motion (se [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk)) – begge i en form tilpasset til lejligheden.

**Firmaidrætsfestival. Drop-in aktiviteter ved Nørresundby Idrætscenter d. 3.-4. september.**

Ved Nørresundby Idrætscenter kan der lørdag fra 10:00-17:00 og søndag fra 10.00-16:00 prøves kræfter med:

- BMX – race
- Highjumper (hop 6-7 meter op i luften)
- Svævebane hen over søen
- Kajaksejlads på søen

### **Fakta**

Er man tilmeldt DM-stævner, Åbne stævner eller aftenfesten lørdag, kan man gratis deltage i ALLE drop-in aktiviteter undtagen Svømmeland. Ellers koster et dagsarmbånd 20 kr.





For vovehalse. En 200 meter lang svævebane med 25 meters fald skal nok få det til at kildre i maven.

anden form for motion og bevægelse, og til drop-in arrangementet for skoleeleverne har vi satset på 4.-6. klasstrin, fortæller Steen Sulstad Petersen.

Arrangementet for skolebørnene vil centrere sig om de friluftaktiviteter, som også tilbydes under selve festivalen, krydret med hoppeborge og andre aktiviteter målrettet børn.

## Jyllands længste svævebane

Er man lidt af en vovehals, vil der være rig lejlighed til at udfordre sig selv under festivalen. Hovedattraktionen for vovehalsene er en 200 meter lang svævebane med 25 meters fald fra Nørresundby Idrætscenter over en kridtgrav. Svævebanen er Jyllands længste. |

- Rapelling ned af skrænten til søen
- Sørøverforhindringsbane
- Naturgolf
- Frisbeegolf og andre frisbeeaktiviteter
- Trampoliner
- Spejderaktiviteter
- Gymnastik – forhindringsbane
- Hastighedsmåler – hvor hårdt kan du skyde?
- Bungeerun
- Tandem cykelforhindringsbane
- Quinball
- Tennis/squash
- Fodboldtivol
- Minigolf
- Krolf
- Volleyball
- Stavgang
- Hoppeborge



- 11.00-17.00 Rapelling ned af skrænten ved søen
- 10.00-17.00 Klovnen Motley underholder med balloner og klovneri
- 14.00 Bodybowling

### Søndag

- 13.00-14.30 Linedanceopvisning og workshop
- 11.00-14.00 Ballonklovnens Pemboli underholder med gøgleri og klovneri
- 14.00 Konkurrence i gummistøvlekast:

## Aktiviteter i Svømmeland (kun lørdag)

Aktiviteterne i Svømmeland koster 40 kr. for alle.

- 09.15 – 10.00 Introduktion til babysvømning for børn i alderen 3 måneder til 2 år
- 10.00 – 12.00 Aktiviteter til musik. Alle kan være med.
- 10.00 – 10.35 Vandgymnastik
- 10.40 – 11.15 Vandaerobic
- 11.20 – 11.55 Familiefitness
- 12.00 – 15.00 Vandaktiviteter, lege og konkurrencer for børnene. Skipper Clements seminarium underholder
- 15.00 – 16.30 Udspring, kajak og dykning med professionelle instruktører

**(NB. Billetsalg kun til kl. 15.00)**

## Konkurrencer, events, opvisning og workshops

### Lørdag

- 11.00-14.00 Ponyridning
- 13.00-14.30 Stavgangsintroduktion

# Stavgangsstafet går Danmark rundt

Dansk Firmaidrætsforbund sætter fokus på folkesundheden og slår endnu et slag for den nye motionsdille, stavgang.



Danmark Rundt for folkesundheden. Stavgangsstafetten Danmark Rundt fik en forrygende start med 63 deltagere i Helsingør den 8. august og med 92 deltagere i Hillerød den 9. august. Foto. John Jessen Hansen.

Som optakt til DFIF's store firmaidrætsfestival i Aalborg den 2.-4. sept. 2005, har DFIF iværksat en landsdækkende stavgangsstafet med start i 5 forskellige byer og med fælles mål i Aalborg søndag den 4. sept.



Stafetten afvikles ved, at der laves et stavgangsarrangement i en række byer landet over. Arrangementerne afvikles i en bestemt rækkefølge og slutter med at nå Aalborg.

Der deltager ikke færre end 42 byer, og der startes med 5 par "gyldne stave", som hver går sin egen rute. Hver enkelt by laver sit eget arrangement, hvorefter de "gyldne stave" transporteres til den næste by på ruten.

- Formålet med stavgangskampagnen Danmark Rundt er at sætte fokus på stavgang som en ny og spændende motionsform, der ikke kun henvender sig til den ældre del

Konsulent Carsten Hansen, konsulent Jane Have Andersen og sekretær Kirsten Mikkelsen(tv) testede de "gyldne stave", der skal gå Danmark Rundt i august måned for at ende i Aalborg den 4. september. Foto. John Thrane.

af landets borgere, men også de yngre målgrupper, siger konsulent Jane H. Andersen, DFIF.

- Samtidig er stavgang en motionsform, der henvender sig bredt. Vi vil gerne have en masse af de ikke-aktive med ud at gå stavgang til gavn for folkesundheden i Danmark.

## Præmier på startkort

Startskuddet for stafetten lød allerede mandag den 8. august i Helsingør. De øvrige 4 ruter startede i Sønderborg den 15. august, i Tønder den 15. august, i Nykøbing F. den 19. august og i Hjørring den 23. august.

Alle deltagere i stafetten registreres med et startkort, ligesom alle deltagere hver får en refleks som kan sættes på stavene.

Ved ankomsten til Aalborg vil der i forbindelse med et stort gangarrangement kl. 10.00 søndag formiddag den 4. sept., blive trukket lod blandt alle startkort om en masse flotte præmier.

Stafetternes vej gennem landet kan følges på DFIF's hjemmeside [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk), hvor man også kan se, hvor mange stavgængere der har været i gang de forskellige steder. |

Læs mere om stavgangsstafetten Danmark Rundt på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk)

**I TILFÆLDE AF  
DU BLIVER SAT  
UD AF SPILLET**



## Næsten hver 3. fritidsulykke er en sportsskade

– og der skal ikke meget mere til, end en uheldig tackling, en flise der ligger skævt eller en gren i hjulet, før uheldet er ude.

Med Falck Sport kommer du hurtigt til på et Falck Sundhedscenter. Vores landsdækkende tværfaglige netværk med ca. 300 behandlere gør, at du får præcis den behandling - eller kombination af behandlinger - din sportsskade kræver. Og der skal ikke meget mere end 3 behandlinger til, så har du faktisk tjent abonnementet hjem.

**Det bedste er naturligvis** at forebygge. Derfor har vi udviklet et kursus i samarbejde med Danmarks Idræts-Forbund, hvor du lærer at undgå og behandle sportsskader.

Med abonnementet følger også en smart Falck Sport-taske, som rummer det der skal til for lindre eller behandle en sportsskade.

**Abonnementspris fra kr. 499,- årligt.**

50% rabat gives det første år.

**Mød Falck i Mølleparken den 2. – 4. september 2005  
og prøv de mange aktiviteter.**



**Falck**

Falck er hovedsponsor for Firmaidrætsfestivalen 2005

# Et nyt liv med motion

**Aktiv livsstil. En artikel i ugebladet Hjemmet blev starten på et nyt og aktivt liv for Nancy.**

I oktober 2001 kom jeg til skade med min ryg, og resultatet blev et plus på vægten på 25 kg. Mange gange siden har jeg sagt til mig selv, at jeg skulle tage mig sammen og gøre noget ved mig selv, men det kan virkelig være svært.

I takt med at jeg blev tykkere og tykkere, blev min ryg også dårligere og dårligere, men jeg kunne ikke se sammenhængen. En dag på kontoret hvor mit snøreband var gået op, og jeg "bare lige ville" bøje mig ned og binde det – lettere sagt end gjort, for maven kom hele tiden i vejen – fik jeg nok af mig selv!

Jeg meldte mig ind hos Vægtkonsulenterne, men det fangede mig ikke. Lige fra starten blev der sagt, at de helst så at man ikke dyrkede motion samtidig med at man var medlem. I mit hoved må den mest naturlige måde at tabe sig på være ved at røre sig.

## Artikel i Hjemmet

En forårsdag i 2004 smed min mor ugebladet Hjemmet i hovedet på mig og bad mig læse om nogle dejlige piger i Varde, der havde startet



*- I mit hoved må den mest naturlige måde at tabe sig på være at røre sig, siger Nancy K. Pedersen.*



*Nancy K. Pedersen har uddannet sig som stavgangsinstruktør og har lige startet sit eget hold i Livsstilsklub Varde.*

en klub for overvægtige - en Livsstilsklub. Efter at have læst artiklen blev jeg nysgerrig, og jeg kontaktede lederen af Livsstilsklubben. Der var desværre sommerferie, men hun inviterede mig hjem til sig selv i Varde, så vi kunne snakke om tingene, og jeg kunne komme i gang.

Jeg begyndte på en kostomlægning, og startede efter sommerferien i klubben. Jo mere jeg kom i klubben, jo bedre fik jeg det. Dag for dag fik jeg det bedre med mig selv og min nye livsstil, og jeg begyndte at gå til stavgang, fordi jeg faldt godt i snak med en af pigerne, der er stavgangsinstruktør, og så måtte jeg jo bare være dér.

## Instruktørkursus

Til klubaften spurgte lederen af Livsstilsklubben, om der var nogle,

der kunne tænke sig at komme på et højskoleophold i 7 uger indenfor sport og livsstil. Det ville jeg gerne. Jeg tog af sted fra 5. november til 17. december 2004. Jeg mødte mange dejlige mennesker, og lærte en masse om mig selv og om en ny og bedre livsstil samtidig med, at jeg var på instruktørkursus 1 i stavgang.

14 dage før opholdet var slut, kom en lærer hen til mig for at høre, om jeg kunne tænke mig at komme en tur med til Vilnius i Litauen, og fortælle om min baggrund for at være på højskolen og om Livsstilsklubben i Varde.

Jeg tog derover, og fortalte dem lidt om vores Livsstilsklub i Varde. De var meget positive og hvem ved, måske kommer der også en Livsstilsklub i Litauen?

Da vi i Livsstilsklubben startede op igen efter nytår, kom jeg stille og roligt mere og mere ind i stavgangsklubben og underviste selv et par gange i de forskellige teknikker. Nu er jeg lige startet med mit eget hold, efter at jeg har været på instruktørkursus 2. Og den ekstra sidegevinst er, at jeg har tabt mig 10 kg siden jeg startede i livsstilsklubben i Varde... |

Læs mere om Livsstilsklubber i Danmark på [www.dfif.dk/livsstilsklubben](http://www.dfif.dk/livsstilsklubben) eller kontakt konsulent Jane Have Andersen på tlf. 6531 6560.

## Livsstilsklubber på vej

### Livsstilsklub Holstebro:

Introduktionsaften på Holstebro Bibliotek, mandag den 5. sept. 2005 kl. 19.00.

### Livsstilsklub Pandrup:

Introduktionsaften hos Pandrup Firma & Familie Idræt, Industrivej 11, Pandrup, mandag den 12. sept. 2005 kl. 19.00.

Begge steder er det gratis at deltage, og alle er velkomne. Aftenen indledes med et indlæg af livsstilsklubbernes tilknyttede psykologer Recke & Kelstrup, som fortæller om "Kend din sult og tab dig". Derefter er der introduktion af Livsstilsklubbens idéer, instruktører og ledere.

AF JØRGEN RASMUSSEN, FORENINGSKONSULENT, DANSK FIRMAIDRÆTSFORBUND. FOTO. JOHN THRANE.

# Idémænd og ildsjæl flytter fra Fakse

## Formanden for Fakse Idræt & Fritid gennem de sidste 6 år, Jørgen Krog, rykker teltpælene op og flytter til Jylland.

| En nærmere præsentation af Jørgen Krog skulle være overflødig i disse spalter. Jørgen er kendt af mange i DFIF og har sat sine tydelige fodspor i Fakse Idræt & Fritid. Det kan man se på mange områder, både organisatorisk men også på de bygninger og faciliteter, han afleverer til sine efterfølgere.

Fakse Idræt & Fritid har meget at sige Jørgen tak for. Da Jørgen overtog formandsposten på et ekstraordinært repræsentantskabsmøde den 25. maj 1999, var foreningen tæt på lukning. Med Jørgen ved roret har han sammen med en stab af frivillige hjælpere fået skabt en velfungerende forening med nogle flotte faciliteter, som mange vil misunde dem.

### Medlem af dopingnævn

Jørgen har nået meget i de 6 år, han har været i Fakse. Udover formand-

skabet i Fakse Idræt & Fritid, har han i en periode været formand for Storstrøms Amtskreds under Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF). Han var også en af initiativtagerne til oprettelsen af Idrættens Fællesråd i Storstrøms Amt på tværs af organisationerne. Jørgen var også med til at sætte doping på dagsordenen i DFIF, og helt naturligt er han også medlem af forbundets dopingnævn.

Skal jeg blot nævne et par andre aktiviteter, som Jørgen har lagt navn til, så er det Fakse Bokseklub - og ikke at forglemme styrkeløftaktiviteten i Fakse Idræt & Fritid. Men nerven i foreningen har i Jørgens tid været Aktivitetscentret på Ny Strandvej. Her har Jørgen lagt mange frivillige arbejdstimer - en imponerende arbejdsindsats, som man desværre sjældent ser i nutidens foreninger i Danmark.

Både på landsplan og lokalt har man fået øje på Jørgens store engagement og arbejdskraft. Han har fået tildelt forbundets ledepokal - og på lokalt plan er han i Fakse Kommune blevet hædret som Årets Idrætsleder. |



Nerven i Jørgen Krogs engagement i firmaidrætten har været Aktivitetscentret på Ny Strandvej i Fakse.

idræt | motion | samvær

# Firma Multi Motion 2005

Lørdag den 24. september  
i Langesøskoven, Fyn

Tilmelding på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk)  
senest den 5. september 2005.

*Vi gentager succesen og inviterer til Firma Multi Motion – den alsidige teamudfordring for aktive motionister.*

*Firma Multi Motion er adventure racet for motionisten, der gerne vil prøve nye måder at udfordre krop, psyke og samarbejdsevner.*



Dansk  
Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11 · 5800 Nyborg  
Telefon 65 31 65 60 · Fax 65 30 14 26  
[www.dfif.dk](http://www.dfif.dk) · [dfif@dfif.dk](mailto:dfif@dfif.dk)

# Ny DFIF-forening på plads

## 3 store FMI-foreninger på den københavnske vestegn går sammen og danner en ny stor DFIF-forening.

Den nye DFIF-forening vil koncentrere sig om at tilbyde aktiviteter for seniorer. Arkivfoto. DFIF.



I forbindelse med arbejdet med at implementere FMI-foreningerne i DFIF, har tre af de store og meget velfungerende dagidræts-foreninger på den københavnske vestegn det seneste års tid arbejdet med etablering af en DFIF-forening på Vestegnen.

De tre initiativtagere er henholdsvis TIK Veteransport i Taastrup, AIF Senioridræt i Albertslund samt IF 32 Motion & Trivsel i Glostrup, der tilsammen tæller ca. 1.500 aktivitetsmedlemmer. En af kræfterne bag initiativet er Flemming Mortensen fra IF 32 Motion & Trivsel, der også er næstformand for FMI's bestyrelse.

- Da det stod klart, at FMI efter den 31. marts 2006 ikke længere ville eksistere som en selvstændig organisation, begyndte vi så småt at tale om et samarbejde på tværs af vore tre foreninger. Vi har i an-

dre sammenhæng tidligere arbejdet på tværs af foreningerne ved regionstræf og lignende, så tanken var os ikke fjern, siger Flemming Mortensen, der også har en baggrund som mangeårig formand for DAI (Dansk Arbejder Idrætsforbund).

### Opretter ny forening

- Vi kiggede os rundt efter allerede eksisterende DFIF-foreninger i området med dagidræt på programmet, og det tætteste var KFS (Københavns Firma Sport) i Grøndalscentret, som jo ligger et stykke væk. På den baggrund, og med en tro på, at det helt givet ville være mest hensigtsmæssigt, at det efter etableringen af den nye forening var de samme velkendte mennesker, som vore medlemmer ville møde i hverdagen, som ansvarlige, valgte vi at gå sammen i en ny forening. Ligeledes er vi jo tre foreninger, der har FMI-ånden tæt inde under huden, ligesom vi alle tre også har været medlemmer af DAI.

- Henover foråret er de sidste detaljer faldet på plads, der har været et seriøst arbejde med eksempelvis at få love og vedtægter skrevet til rette. I denne fase har de 5 perso-

ner i arbejdsgruppen haft stor glæde af støtten fra DFIF's konsulenter, hvor især Sannie Kalkerup og Gert Raasdal har fulgt arbejdsgruppen tæt, siger Flemming Mortensen.

### Dagidræt og ældreidræt

De tre initiativ-foreninger holder stiftende generalforsamling i oktober og vil herefter påbegynde planlægningen af aktiviteterne for 2006. Det er hensigten, at de tre foreninger vil bibeholde deres lokale aktiviteter, men vil herudover øge samarbejdet i den nye forening, med en lang række dagidrætsstilbud på tværs af de tre foreninger. Foreningen vil alene koncentrere sig om dagidræt og vil derfor som udgangspunkt alene tilbyde ældreidrætsaktiviteter.

Ligeledes vil den nystiftede forening tage kontakt med en lang række af de øvrige FMI-foreninger i og omkring københavnsområdet, med henblik på en invitation til at deltage i foreningens aktiviteter som fulgyldige medlemmer.









- Vi glæder os meget til opgaven, og er helt sikre på, at vi bliver en synlig og velfungerende forening i DFIF, slutter Flemming Mortensen. |



- De tre FMI-foreninger har tidligere arbejdet sammen om regionstræf og lignende, så tanken om en ny samlet forening var os ikke fjern, siger formanden for IF 32 Motion & Trivsel, Flemming Mortensen. Foto. DAI.

# ÅBNE STÆVNER 2005

OVERSIGT ÅBNE STÆVNER I FORENINGER UNDER DFIF I SÆSONEN 2005/06

IDRÆTSGREN	DATE	FORENING	KONTAKTPERSON	TELEFON	SIDSTE TILMELD.	E-MAIL/HJEMMESIDE
	<b>BADMINTON</b>					
Åbent stævne	5/11-05	Odense	Henning Simonsen	76784505	2/10-05	simons@post2tele.dk / www.fks-odense.dk
Badmintonstævne	20/11-05	Aabenraa	Hans Erik Nissen	74618394		henissen@post.tele.dk / www.aafi.dk
Kom og vær med	11-12/2-06	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-05	svendborg@firmasport.dk / www.firmasport.dk
Badmintonstævne	19/2-06	Aabenraa	Hans Erik Nissen	74618394		henissen@post.tele.dk / www.aafi.dk
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Karen Sørensen	75920781	01/10-06	knkp@post.tele.dk / www.fffff.dk
	<b>BILLIARD</b>					
Albani Senior	16-17/10-05	Odense	Arne Christensen	66109967	22/9-05	www.fks-odense.dk
Kom og vær med	11-12/2-06	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-05	svendborg@firmasport.dk / www.firmasport.dk
Albani Cup	20-21/5-06	Odense	Arne Christensen	66109967	1/5-05	www.fks-odense.dk
	<b>BOWLING</b>					
Bowlingstævne	08/10-05	Haderslev	Birthe Gehlert	74524567		birtheo@post.tele.dk / www.dfff.dk / foreninger/haderslev.asp
Åbent Bymesterskab	21-23/10-05	Kolding	KFS Kontor	75533322	23/9-05	kolding@dfff.dk / www.koldingfirmasport.dk
Bowlingstævne	23/10-05	Sønderborg	Svend Christensen	74437802		svchr@dfff.dk / www.sfs-sonderborg.dk
Vælt en and	30/10-05	Svendborg	Ann K. B. Pedersen	62222579	10/10-05	p.e.p.s.i@pedersen.mail.dk / www.firmasport.dk
Bowlingstævne	19-20/11-05	Aabenraa	Rasmus Jørgensen	74629927	28/10-05	rasdrejer@webspeed.dk / www.aafi.dk
Kom og vær med	11-12/2-06	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-05	svendborg@firmasport.dk / www.firmasport.dk
Knæk et æg	19/3-06	Svendborg	Ann K. B. Pedersen	62222579	10/10-05	p.e.p.s.i@pedersen.mail.dk / www.firmasport.dk
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Frank Jensen	75957361	01/10-06	Inge-frank@get2net.dk / www.fffff.dk
	<b>DART</b>					
FKS Åben	15-16/10-05	Odense	Bente Hansen	25349406	01/10-05	bhhh@webspeed.dk / www.fks-odense.dk
Julestævne	3/12-05	Odense	Bente Hansen	25349406	19/11-05	bhhh@webspeed.dk / www.fks-odense.dk
	<b>INDEFODBOLD</b>					
Indefodbold	20/11-05	Odense	Preben Grønberg	66150528	5/11-05	Preben_g@sportby.dk / www.fks-odense.dk
Indefodbold	19/11-05	Kolding	KFS Kontor	75533322	22/10-05	kolding@dfff.dk / www.koldingfirmasport.dk
Indefodbold	14/1-06	Kolding	KFS Kontor	75533322	16/12-05	kolding@dfff.dk / www.koldingfirmasport.dk
Fodboldstævne	21-22/1-06	Sønderborg	Bent Skibsted	74650085		skibsted@dfff.dk / www.sfs-sonderborg.dk
Kom og vær med	11-12/2-06	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-05	svendborg@firmasport.dk / www.firmasport.dk
DM på stor bane	4-5/2-06	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	20/01-06	jirdata@post5.tele.dk / www.fffff.dk
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	01/10-06	jirdata@post5.tele.dk / www.fffff.dk
	<b>UDEFODBOLD</b>					
Hannerupstævnet	13/8-06	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	01/08-06	jirdata@post5.tele.dk / www.fffff.dk
	<b>HÅNDBOLD</b>					
Kom og vær med	11-12/2-06	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-05	svendborg@firmasport.dk / www.firmasport.dk
AH CUP	5/11-05	Kolding	KFS Kontor	75533322	21/10-05	kolding@dfff.dk / www.koldingfirmasport.dk
Intersport Cup	21/1-06	Kolding	KFS Kontor	75533322	6/1-06	kolding@dfff.dk / www.koldingfirmasport.dk
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Karl G. Sørensen	75920525	01/10-06	fredericia@dfff.dk / www.fffff.dk
	<b>KEGLER</b>					
Keglestævne	1-2/10-05	Aabenraa	Kira Nagott	74632002		www.aafi.dk
Keglestævne	15-16/10-05	Kolding	KFS Kontor	75533322	23/9-05	kolding@dfff.dk / www.koldingfirmasport.dk



Keglestævne	15/10-05	Middelfart	Børge Nielsen	64413213	1/10-05	kegler@mfs.dk / www.mfs.dk
Keglestævne	29-30/10-05	Sønderborg	Laila S. Axelsen	74725609	9/10-05	pch@dfif.dk / www.sfs-sonderborg.dk
Keglestævne	5-6/11-05	Haderslev	Tommy Jønsson	74531671	17/10-05	haderslev@dfif.dk / www.dfif.dk/foreninger/haderslev.asp
Keglestævne	12-13/11-05	Sønderborg	Laila S. Axelsen	74725609		pch@dfif.dk / www.sfs-sonderborg.dk
Keglestævne	19-20/11-05	Fredericia	Lone Pedersen	40864240	1/11-05	l.sandberg.p@mail.dk / www.fffff.dk
Keglestævne	26-27/11-05	Tønder	Ninna Christensen	73723090	12/11-05	1-ninna@c.dk www.dfif.dk / foreninger/tønder.asp
Keglestævne	28-29/1-06	Middelfart	Børge Nielsen	64413213	14/1-06	kegler@mfs.dk www.mfs.dk
Keglestævne	4-5/2-06	Haderslev	Tommy Jønsson	74531671	16/1-06	haderslev@dfif.dk / www.dfif.dk/foreninger/haderslev.asp
Keglestævne	18-19/2-06	Sønderborg	Laila S. Axelsen	74725609		pch@dfif.dk / www.sfs-sonderborg.dk
Keglestævne	1-2/4-06	Aabenraa	Kira Nagott	74632002		www.aafi.dk
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Lone Pedersen	40864240	01/10-06	l.sandberg.p@mail.dk / www.fffff.dk
<b>KROLF</b>						
Krolf Åben	17-18/6-06	Fredericia	Carlo Petersen	75912385	1/6-06	pea@dfif.dk/www.fffff.dk
Åben Krolf	12-13/8-06	Fredericia	Carlo Petersen	75912385	1/8-06	pea@dfif.dk/www.fffff.dk
<b>LINEDANCE</b>						
Linedance festival	9-11/9-05	Assens	Axel Reinholt	64714841		vestfyn@dfif.dk
<b>MOTIONSLOB, GANG, CYKELLØB M.M.</b>						
Herregårdsløbet	28/8 05	Nyborg	Grethe Kristensen	2624 2331		www.herregaardsloebet.dk
Motionsbingo	4/9 05	Amager	Poul Enemark	3255 5332		www.motionsklubbenamager.dk
Kongebroløbet	10/9 05	Middelfart	Grethe Kristensen	6440 1091		www.mfs.dk
Lufthavnen Rundt	13/11 05	Amager	Grethe Kristensen	3255 5332		www.motionsklubbenamager.dk
Julemærkemarchen	4/12 05	Hele landet	Ingolf Romlund	5573 0087	15/11	www.julemaerkemarchen.dk
Socialmaraton	31/12 05	Amager	Grethe Kristensen	3255 5332		www.motionsklubbenamager.dk
Nytårsgåtur	1/1 06	Amager	Grethe Kristensen	3255 5332		www.motionsklubbenamager.dk
Påskeløbet	17/4-06	Fredericia	Bent Østergaard	75932514		jldata@post5.tele.dk/www.fffff.dk
Vestkystløbet	11/6-06	Esbjerg	Jens Lykke			
<b>PETANQUE</b>						
Fredericia Åben	13-14/8-05	Fredericia	Poul Erik Andersen	75927639	1/8-05	pea@dfif.dk/www.fffff.dk
Petanquestævne	27-28/8 -05	Kolding	KFS Kontor	75533322	12/8-05	kolding@dfif.dk/www.koldingfirmasport.dk
Middelfartstævne	27/5-06	Middelfart	Kim Sørensen	25543252	3/5-06	petanque@mfs.dk/www.mfs.dk
Fredericia Åben	12-13/8-06	Fredericia	Poul Erik Andersen	75927639	1/8-06	pea@dfif.dk/www.fffff.dk
<b>NATURGOLF</b>						
DM i Naturgolf	17-18/6-06	Fredericia	Carlo Petersen	75912385	1/6-06	pea@dfif.dk/www.fffff.dk
Åben Naturgolf	12-13/8-06	Fredericia	Carlo Petersen	75912385	1/8-06	pea@dfif.dk/www.fffff.dk
<b>SKYDNING</b>						
Riffel og pistol	15-15/10-05	Aabenraa	Kennet Nielsen	74664188		Kbn.@dfif.dk www.aafi.dk
Riffel og pistol	5-6/11-05	Sønderborg	Kirsten Gaba	74405688		www.sfs-sonderborg.dk
Middelfartstævne	19/11-05	Middelfart	Marianne Enemark	64401091	5/11-05	skydning@mfs.dk www.mfs.dk
Riffel og pistol	19-20/11-05	Esbjerg	Mikael Toft	75134159	2/11-05	
Riffel og pistol	26-27/11-05	Vejen	Evald Nielsen	75361545	6/11-05	Evald.nielsen@get2net.dk
Riffel og pistol	03-04/12-05	Tønder	Hans Chr. Lorenzen	74761143		h.c.lorenzen@mail.dk / www.dfif.dk/foreninger/tønder.asp
Odense-stævnet	4/2-5/2-06	Odense	Leif Sørensen	66170320	12/1-06	leif-s@dsa-net.dk / www.fks-odense.dk
Kom og vær med	11-12/2-06	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-05	svendborg@firmasport.dk / www.firmasport.dk
Riffel og pistol	11-12/2-06	Haderslev	Kjeld Østergård	74527765		Kjeld-marcussen@privat.dk / www.dfif.dk/foreninger/haderslev.asp
Riffel 50 m.	17/6-06	Odense	Leif Sørensen	66170320	31/5-06	leif-s@dsa-net.dk / www.fks-odense.dk
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Erik Vang	75927269	1/10-06	fredericia@dfif.dk / www.fffff.dk
Riffel og Pistol	04-05/03-06	Bov	Finn Nikolajsen	74673096		finnikolajsen@privat.dk / www.bovfirmasport.dk
<b>VOLLEYBALL</b>						
Glade dage	18-19/11-06	Fredericia	Karl G. Sørensen	75920525	01/10-06	fredericia@dfif.dk / www.fffff.dk

# Bestyrelsen som et team

## Nyt 3-timers inspirationskursus for ledere i bestyrelse og udvalg sætter spot på bestyrelsens samlede kompetencer.



Et nyt 3-timers kursus i DFIF's lederuddannelse har set dagens lys. Kurset sætter spot på bestyrelsens samlede kompetencer, og dermed åbnes op for målrettet udvikling.

Kurset blev første gang afviklet hos Lyngby-Taarbæk Firmaidræts Union (CTFU) på en hverdagsaften i maj. Her var samlet 11 medlemmer fra hovedbestyrelsen.

Kurset kræver lidt hjemmearbejde, idet alle medlemmer af bestyrelsen skal bruge ca. femten minutter foran computeren til udfyldelse af en personlig fokusprofil. I profilen bliver deltagerne bedt om at vurdere en række udsagn, som alle fortæller noget om, hvordan de kan lide at arbejde.

### Et billede af arbejdskompetencerne

En fokusprofil tegner et billede af, hvad du fokuserer på i dit arbejde. Det er samtidigt et godt værktøj til udvikling af teams, da den er med til at skabe større forståelse og respekt for hinandens arbejde.

Formålet med fokusprofilen er at tegne et fælles billede af bestyrelsens arbejdskompetencer. "Hvilke arbejdsopgaver kan jeg bedst lide, og hvilke arbejdsopgaver kan jeg ikke lide?" Billedet samt en større bevidsthed, accept og viden om hinandens kompetencer giver et udbytte i foreningens daglige arbejde, eksempelvis når der skal løses opgaver eller sammensættes arbejdsgrupper. En god sidegevinst er, at bestyrelsen samtidig får et bedre beslutningsgrundlag, når der skal rekrutteres nye ledere til foreningen.

### Fokusprofil i Lyngby

Kurset blev afviklet af DFIF's forbundskonsulenter Lise Vestergaard

og Sannie Kalkerup. Efter lidt opvarmning af stemmebånd og lattermuskler, gav deltagerne deres bud på, hvad en bestyrelses opgaver er, samt hvilke kompetencer, der er nødvendige for at løse disse bestyrelsesopgaver. Efterfølgende kom så præsentationen af fokusprofilen og de fire personlighedstyper. Og så skulle der ses på bestyrelsens profiler.

Hos LTFU's hovedbestyrelse er fordelingen med hovedvægten på: 4 integratorer, 4 grundere, 1 resultat søger og 1 udvikler. Det er et billede, som bestyrelsen kunne nikke genkendende til. Billedet bekræfter også, at LTFU er forening, hvor der er orden og struktur på tingene (grunderne), og en forening med god kommunikation og et godt sammenhold (integratorerne).

Man kunne så stille sig selv spørgsmålet. Sker der nogensinde noget nyt i den forening? Det gør der. Der findes en person i bestyrelsen, som er

en resultatorienteret udvikler. Han søger konstant forandring og resultater. Fremdrift, afveksling, nye skibe i søen og afprøvning af nye idéer er ledetrådene for ham i det daglige – og der er ikke langt fra tanke til handling.

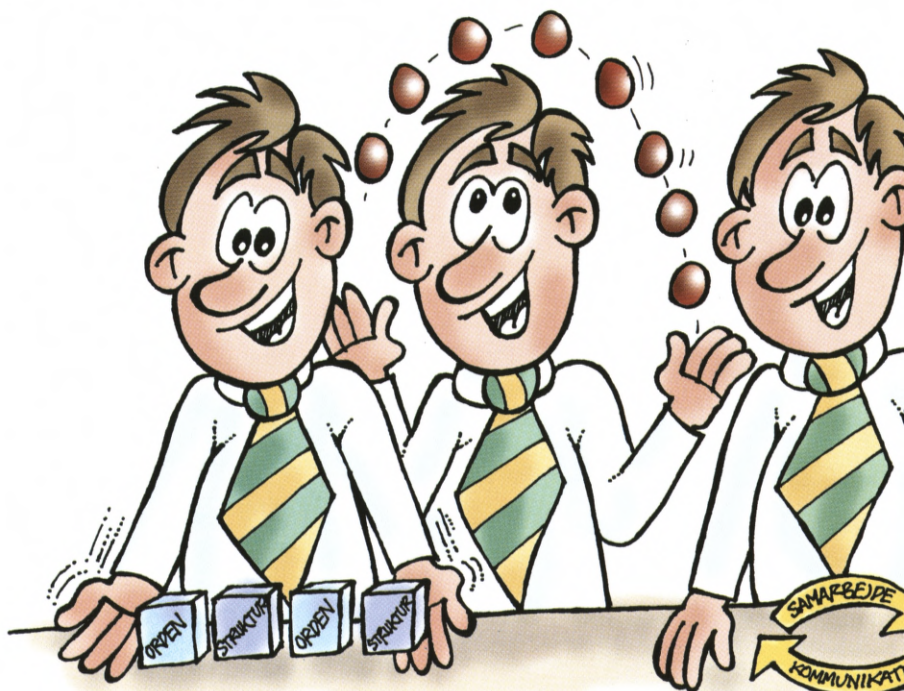
Hvem det er? Det må I selv gætte på!

### Kan det så bruges?

Som konsulenter oplevede vi, at bestyrelsen – om muligt – blev endnu mere sammentømrede end før, også selv om alle profilerne var anonyme. Der blev talt om, at man skulle se hinandens profiler med kommentarer, som vi havde udleveret til hver enkelt, på næste bestyrelsesmøde. Det var jo ikke farligt det her, og ingen var særlig overraskede over resultatet af deres egen profil.

Kurset har allerede forandret arbejdet i bestyrelsen i LTFU.

- Vi brugte al for megen tid på





møderne med at informere og drifte, siger formanden for LTFU, Preben Christensen.

- Fremover er informationer skriftlige, og der skal et tema på til hvert møde. Første tema er bestyrelsens fokusprofiler.

- Jeg er sikker på, at LTFU's hovedbestyrelse bliver endnu bedre og mere dynamisk som team, og at vi fremover vil være meget målrettede og bevidste om, hvilke opgaver, der uddeles til hvem. Er det en opgave for en grunder, eller skal den over på udviklerens bord?

Evalueringen fra deltagerne fortalte, at her var noget, de kunne bruge i dagligdagen. 10 ønskede en opfølgning af kurset, hvilket man effektuerede på det følgende hovedbestyrelsesmøde.

Kontakt din foreningskonsulent, hør nærmere om kurset og få sat fokus på din bestyrelse eller udvalg. DFIF yder tilskud til kurset efter gældende regler. |



## Teorien bag fokusprofilen

| Fokusprofilen bygger på teorien om, at der i hver afdeling eller gruppe skal varetages 4 funktioner, for at tingene fungerer. De 4 funktioner varetages - groft sagt - af 4 personlighedstyper:

- Grunderen - sikrer, at der er orden og struktur på grundlæggende opgaver
- Resultatskaber - udviser handlekraft og skaber hurtige resultater
- Integratoren - sørger for at samarbejde og kommunikation fungerer
- Udvikleren - sikrer, at der sker en vis fornyelse og strategisk udvikling

### De 4 personlighedstyper

*Hvis du har et Grunderfokus*, er du god til og bruger gerne tid på opgaver, hvor du skal strukturere, systematisere og planlægge. Du trives med at følge planer, hvor man skal holde sig til og kende bestemte regler og rammer. Grunderopgaver kræver således fokusering på sikkerhed og punktlighed ned i de mindste detaljer.

*Har du har et Resultatfokus*, er du god til og bruger gerne tid på opgaver, der kræver handling her og nu, hvor der sker noget hele tiden. Det er opgaver, hvor det er vigtigt, at ting og produkter er færdige til tiden, hvor idéer, varer og koncepter skal sælges her og nu. Resultatopgaverne kræver handling for at nå klart definerede mål inden for en kort tidshorisont med et fastlagt ressourcforbrug.

*Med et Integratorfokus* er du god til og bruger gerne tid på opgaver, der sikrer at samarbejdet fungerer i det daglige. Integratoren skaber sammenhold, arbejder for at undgå splid og konflikter, prøver at få folk til at hjælpe hinanden og stå sammen. Integratoropgaverne kræver således forståelse og tålmodighed, at man er tilbageholdende med at profilere egne synspunkter og optræder lyttende og indfølelse.

*Har du et Udviklingsfokus*, er du god til og bruger gerne tid på opgaver, der har noget med det strategiske, det visionære, det overordnede at gøre, det der bringer organisationen fremad. Udviklingsopgaver, er de opgaver, som skaber en kvalitativ forandring af det eksisterende, og dermed en ny virkelighed for foreningen. Udviklingsopgaverne kræver således overblik, kreativitet, evne til visionær tænkning og evne til at kommunikere og blive begejstret.

Her skal understreges, at alle 4 personlighedstyper er lige vigtige og nødvendige for, at opgaverne over en tidsperiode løses optimalt. Alle har dele af to eller flere typer i sig, men ofte ligger fokus på en af personlighedstyperne. Her skal det samtidigt understreges, at fokusprofilen ikke er en facitliste eller en psykologisk test, men et grundlag og udgangspunkt for en samtale om profilens resultat. |



400 danskere  
iklædt ens festi-  
valdragt satte  
deres præg på  
åbningshøjtideli-  
gheden.

## Rød-hvide farver til Eurosportsfestival

De 400 danske deltagere satte deres præg på en festlig åbning af Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand.

Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand blev skudt i gang med en fælles march med deltagelse af alle 5.000 deltagere fra stævnecentrum, Polydome, og til Clermont-Ferrand's fodboldstadion, opkaldt efter byens store internationale virksomhed, dækfirmaet Michelin.

De 400 danske deltagere iklædt ens festivaldragt og flag, lod ingen i tvivl om nationaliteten, og de mange feststemte sportsfolk satte gang i stemningen på ruten frem til stadion. Desværre undgik man – traditionen tro fristes man til at sige – ikke de mange og lange taler af forskellige honoratiores, der åbenbart hører sig til ved åbningen af disse arrangementer.

### Aalborg om to år

Derfor kan man kun opfordre de kommende arrangører af Eurosportsfestivalen i Aalborg i 2007, til at skære ned på talerne, og i stedet bruge krudtet på andre ting. Et godt forslag fra en af de deltagere som Firmaidræt talte med, var at afslutte åbningshøjtideligheden med en koncert med et kendt band, så den forventningsfulde stemning blandt sportsfolkene forbliver på toppen.

De 400 danske deltagere fik alle nogle oplevelsesrige dage, med deltagelse i så forskellige sportsgrene som skak og skydning, fodbold og petanque, mountainbike og bowling og meget mere. Det blev ikke til de mange medaljer, men alle de

danske deltagere fik noget med hjem fra en oplevelsesrig tur sammen med kolleger og venner. For som en af de danske deltagere sagde da de 4 dage med idræt og samvær i Frankrig var overstået: "Vi har alle vundet, for vi har fået nye venner, som vi skal se igen i Aalborg om to år!"



Åbningshøjtideligheden blev afsluttet med et fantastisk fyrværkeri- og trommeshow.

# Håndboldpiger på hårdt arbejde

## Cimber Air fra Sønderborg sendte 39 medarbejdere til Eurosportsfestival.

Sønderjyderne stillede op i dame- og herrehåndbold, 7-mands fodbold, badminton og tennis. Håndbold-pigerne var ene om at forsvare de danske farver i damernes håndboldturnering, og de stod overfor en række skrappe modstandere fra Norge, Tyskland og Letland i den indledende pulje.

- Vi fik nogle gode kampe, men det var tydeligt, at modstanderne var bedre sammenspillet, og at de var vant til at spille på et højere niveau. Firmahåndbold er mere hygge i Danmark end i de andre lande, siger holdleder Hanne Schmidt fra Cimber Air.

- Desuden synes vi, at vi havde det svært med de franske dommere. Vi oplevede bl.a. at blive vist ud blot for at snakke sammen!

Håndbold-herrerne fra Cimber Air havde mere succes. Efter at have

vundet puljen over en række franske hold, måtte de dog se sig slået ud i 8-dels finalen, men var godt tilfredse med den sportslige del af festivalen.

Også fodbold-holdet kunne se tilbage på en god turnering, hvor de dog måtte sige farvel i 8-delsfinalen med et nederlag på 4-2.

Cimber Air boede sammen på en campingplads, og det gav naturlig-

vis en masse hyggeligt samvær i dage i Frankrig.

- Vi havde en rigtig kanon hyggelig tur, og problemerne med informationen og med at finde rundt i Clermont-Ferrand er jo hurtigt glemt. Vi kommer helt sikkert til Aalborg i 2007 når Eurosportsfestivalen skal afholdes der, siger Hanne Schmidt. |



Håndboldpigerne fra Cimber Air kom på hårdt arbejde mod det norske hold fra Aftenposten der vandt kampen 14-5. Foto. John Thrane.

# Mountainbike på vulkaner

Med ikke færre end 130 deltagere fra 3 klubber i Århus, Odense og København, var TDC flot repræsenteret ved Eurosportsfestivalen. TDC-folkene deltog i en lang række idrætsgrene med fodbold og bowling som topscorer, men helt usædvanligt var der også 12 TDC-folk der stillede op i mountainbike, og de fik sig en oplevelse for livet i det kuperede vulkanområde omkring Clermont-Ferrand.

Konkurrencen bestod af to løb; et Cross Country på en 15 km rundstrækning den første dag samt et orienteringsløb på 25 km den næste dag. De danske deltagere havde, som de eneste, varmet op ved at cykle de 25 km op til startområdet, så de var klar fra starten!

- Det var sjovt, men også utroligt hårdt. Jeg oplevede bl.a. at blive kørt i grøften af den senere vinder, men han kom dog og sagde undskyld bagefter, fortæller Kirsten Olsen, der til daglig træner på sin racercykel omkring Vissenbjerg-bakkerne på Fyn.

Birthe Madsen, den anden kvindelige deltager fra TDC, var begejstret, men også træt efter turen på 15 km, der tog halvanden time.

- Jeg har aldrig prøvet noget lignende før. Det er meget hårdt for armene, og vi kørte lidt forsigtigt i starten. Nogle steder var det så stejlt, at vi måtte af og bære cyklen, fortæller Birthe, der fik en mountainbike i stedet for en ring i

fødselsdagsgave af manden: "Den er der mange flere oplevelser i". Og det måtte Birthe jo give ham ret i! |



TDC's mountainbikhold på vulkaner i Frankrig. Fv. er det Poul H. Hansen, Mads Sjøravad Olsen, Poul Ege Olsen, John Nielsen, Kirsten Olsen, Leif Petersen, Birthe Madsen, Christian D. Johansen, Keld Pedersen, Arne Nielsen, Jens Kuntz og Erik Berendtsen.

## 3 golfbaner på 3 dage

Det ventede deltagerne i golfturneringen 3 spændende dage på 3 forskellige golfbaner ved Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand.

Spillerne skulle spille de tre golfbaner; "Montpensier", "Orcines" og "Vichy", og vi var fem der deltog i golfturneringen fra Told Skat Fritid Sydhavsøerne, NFFS. Det var dejlige baner beliggende i en smuk natur. Den første spiller fra TSF Sydhavsøerne slog ud den 15. juni kl. 9.33 på "Montpensier" i lidt regn, hvilket skulle vise sig at være den eneste regn vi oplevede på turen. Alle hold bestod af 3 personer mixed

af forskellige nationaliteter. Vejret klarede op og det blev en dejlig dag som blev afsluttet i klubhuset med socialt samvær og en dejlig buffet.

### Mange bunkers

Næste dag gik turen til "Orcines". Bare turen op til Orcines var en dejlig oplevelse. Der var udsigt over det meste af Clermont-Ferrand samt udsigt til Puy-de-Dome, et bjerg der ligger tæt på golfbanen.

Sidste dag spillede vi på "Vichy" som er en meget gammel bane. Golfklubben var startet i 1908, og det var en utrolig spændende bane, hvor jeg tror alt sand fra hele Frankrig var samlet. Der var utrolig mange bunkers. Vejret på 2. og 3. dag var med sol fra en skyfri himmel og meget varmt.

Vi var enige om, at det var dejligt at alle fra samme firma skulle spille på samme bane. Det var også en fordel, at vi der var startet på Montpensier den 15. juni, fulgtes ad på Orcines den 16. juni samt på Vichy den 17. juni. Det betød, at man kom til at lære de andre deltagere bedre at kende.

Clermont-Ferrand er en utrolig spændende by der virkelig er et besøg værd, alt i alt en rigtig god oplevelse. |



Golfbanen "Orcines" ligger ved foden af Puy-de-Dome.

## Stærkt besat bowlingturnering

Mange danske bowlingspillere til Eurosportsfestival.

Ikke færre end 141 danske bowlingspillere havde meldt sig til den stærkt besatte bowlingturnering under Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand. Med et samlet dansk deltagerantal på knap 400, blev bowling dermed den idræt, som flest danskere valgte at deltage i under Eurosportsfestivalen.

Der deltog i alt 115 4-mands hold i bowlingturneringen, som blev vundet af det østrigske hold KSV Wienstrom med en total på 9.604 points svarende til over 200 points i snit pr. serie.

### 3 hold i semifinalen

Danmark var repræsenteret i semifinalerunden med 3 hold. Bedste danske placering stod et hold fra Slagelse Firma Bowling for. Holdet blev nr. 19 med en total på 6.246 points svarende til 173,5 points i snit pr. serie.

"Hos Boldt" fra Aalborg opnåede en plads som nr. 21 med 6.216 point svarende til 172,67 point i snit pr. serie, mens IK Telefonen 1, Odense (TDC) blev tredjebedste danske bowlinghold med en placering som nr. 24 med 6.103 point, svarende til 169,53 point i snit pr. serie. |



Holdet fra Slagelse Firma Bowling, der blev bedste danske hold i Frankrig med en 19. plads. Foto. John Thrane.

# Petanque på fransk

## Mange udfordringer for de rød-hvide farver i Clermont-Ferrand.

Med 24 petanque-spillere var de rød/hvide farver flot repræsenteret ved Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand. Der var dansk deltagelse fra FKS Odense, SAS Petanque og Told Skat Fritid Sydhavssøerne. Vi var 9 petanquespillere fra FKS-Odense der forventningsfulde drog af sted til Clermont-Ferrand for at deltage i Eurosportsfestivalen. På forhånd havde vi talt om, at vi jo nok kunne komme til at spille under andre forhold, end dem vi er vant til. Vi havde alligevel ikke fantasi til at forestille os det, som vi kom til at opleve i Clermont-Ferrand, men på trods af de mange skønhedspletter med hensyn til planlægning og kommunikation, så var det nogle dejlige dage i Clermont-Ferrand.

Vi har efterhånden deltaget en hel del gange i Eurosportsfestivalen, men aldrig har vi været udsat for en sådan mangel på kommunikation, som det var tilfældet denne gang. På forhånd var der kun meget få oplysninger om, hvordan petanqueturneringen skulle foregå, og selv disse sparsomme oplysninger skulle vise sig at være totalt ændrede.

### Petanque på skævebaner

De eneste oplysninger, vi fik ved ankomsten, var, at petanque-turneringen blev afviklet fra kl. 09.00 til kl. 18.00 på Maison des Boulistes. Med noget besvær fandt vi frem til banerne – og hvilke baner! Det var ikke de jord-/sandbaner, vi kender fra Danmark, men skæver, så det var noget af en udfordring. Men inden vi overhovedet kunne komme i gang med at spille, skulle vi først over den forhindring der hed fremvisning af licenskort. Ingen danske spillere kender overhovedet til licenskort, så vi



Dameholdet fra FKS, Odense hentede en bronzemedalje i petanque-turneringen. Fv. Kis Hansen, Hanne Clemmensen og Tove Hansen.

hang noget med hovedet og frygtede et øjeblik, at vi var rejst hele vejen til Frankrig uden at kunne få lov til at spille. Heldigvis viste det sig dog at være en sproglig misforståelse, og at vi blot skulle aflevere noget billedlegitimation for hvert hold, så efter ca. en times forsinkelse kom turneringen i gang.

Som udgangspunkt var der indbudt til en turnering for dame-, herre- og mixhold, men tilsyneladende havde der ikke været tilstrækkelig tilmelding af rene dame- og herrehold, så alle hold spillede i den samme række. Al kommunikation foregik på fransk – og kun fransk – så det blev til mange ture ind til dommerbordet for at finde ud af, hvilke baner vi skulle spille på. Der blev spillet i puljer á 6 hold, så det blev til hele 5 kampe for hvert hold – også en stor udfordring i varmen.

### Fransk dominans

Turneringen var naturligvis domineret af franske hold, og da kun meget få franskmænd taler andet end fransk, var kommunikationen på banerne noget hæmmet, da ingen af os taler fransk, men det lykkedes da alligevel at få nogle gode kampe, selvom vi for det meste fik klø. Vi fik i hvert

fald set noget flot petanque fra de franske holds side, og vi fik også set, hvordan de lokale indbyggere spillede petanque lige uden for banerne.

Vores 3 hold endte som henholdsvis nr. 9, 15 og 21, og i betragtning af at de første 8 pladser var besat af franske hold, har vi vel lov til at være lidt stolte over vores 9. plads. Vores damehold blev kåret som nr. 3 af de tilmeldte damehold og fik udleveret nogle meget flotte medaljer.

Efter min mening er der god grund til at overveje, hvordan petanque-turneringen skal afvikles i Aalborg 2007. Det er en fin ide at lade holdene spille en indledende runde og derefter inddele dem i puljer efter styrke, men der er ingen grund til at spille 5 kampe pr. runde, 3 eller 4 er rigeligt, og det er heller ikke nødvendigt at spille om de sekundære placeringer.

Med hensyn til formidling af resultater kan Aalborg også kun gøre det bedre, for der var absolut ingen i Clermont-Ferrand. Man måtte selv sørge for at spørge for at få at vide, hvornår og hvor man skulle spille næste gang. |

Læs mere om Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand på [www.dfif.dk/eurofest/index.asp](http://www.dfif.dk/eurofest/index.asp)

# FirmaMotion



## “Når Virksomhed og Medarbejdere skal ha’ det godt”

At have et firmamotionsrum i virksomheden er en luksus, som flere og flere virksomheder og medarbejdere ikke vil være foruden.

Fordele taler for sig selv. Både for medarbejdere og virksomhed.

Velvære kommer indefra og ses og mærkes udenpå. Motion er den bedste kilde til bedre velvære og resultatet ses og mærkes efter få uger.

Med et firmamotionsrum i virksomheden får du mulighed for at få indpasset træningen i en travl hverdag f.eks. efter

arbejde når myldretrafikken er på sit højeste. Når du er færdig kan du køre hjem og ofte er du hjemme på samme tid, som du ellers ville have været. Bare friskere og gladere.

Med et firmamotionsrum får virksomhedens medarbejdere det bedre. Både med sig selv og hinanden.

Man mødes til træning, på tværs af organisationen og det skaber ofte relationer man ellers ikke ville have fået. Relationer giver forståelse og bedre kommunikation i dagligdagen. Samtidig

giver det motivation i træningen og i arbejdet.

Pedan sørger for at oplevelsen af træningen bliver unik. Med det bedste udstyr på markedet hvor design, funktionalitet, effektivitet og sikkerhed går op i en højere enhed, dækker Pedan's udstyr ethvert træningsbehov du måtte have, lige fra kredsløbstræning til styrketræning.

Virksomheden skaber rammerne. Pedan giver mulighederne - men i sidste ende er det dig, der skaber resultaterne.

**TECHNOGYM**

The Wellness Company™

**PEDAN A/S**

- din wellness partner -

KØBENHAVNSVEJ 224 - 4600 KØGE  
Tlf. 56 65 64 65

info@pedan.dk · www.pedan.dk



# Sund, sundere, sundest...

De rådhusansatte i Ebeltoft Kommune starter sammen med medarbejderne på to erhvervsvirksomheder, Kvadrat og Corus Bygge Systemer A/S, et omfattende sundhedssamarbejde.

Sunde medarbejdere er effektive medarbejdere – og medarbejderne er den vigtigste ressource på en arbejdsplads. På den baggrund har de tre arbejdspladser i Ebeltoft med tilsammen mere end 300 ansatte, iværksat en indsats for at sikre medarbejdernes sundhed.

I første omgang dækker samarbejdet de ansatte på kommunens rådhus, samt de ansatte på Kvadrat og Corus Bygge Systemer A/S. Med tiden er det planen, at udvide projektet til resten af kommunens ansatte, og gerne med flere private arbejdspladser.

## Dyster på motion

Sundhedssamarbejdet tager udgangspunkt i en intern konkurrence, hvor de tre arbejdspladser skal

dyste imod hinanden på motion. Ideen er, at de ansatte på den enkelte arbejdsplads gennem konkurrencen skal holde motivationen til at få dyrket den daglige motion. Derudover tilbyder de tre arbejdspladser gratis sundhedstjek og rygestopkurser, kombineret med foredrag om sundhed og motion.

De ansatte på alle tre arbejdspladser kan i løbet af projektet følge motionsindsatsen på en særligt udviklet hjemmeside, som de får adgang til via intranet. Her kan de indtaste deres motion, og følge stillingen i motionsdysten.

Sundhedsindsatsen indledes med sundhedstjek af over 150 medarbejderne i august måned, og det er Motion på Arbejdspladsen, der har været primus motor i udviklingen



Sundhedsindsatsen på 3 store arbejdspladser i Ebeltoft starter med et sundhedstjek.

af projektet for de tre arbejdspladser.

For mere information om projektet kontakt Jakob Thøger Michelsen, jakob@dfif.dk, tlf. 6531 6560. |

# Gratis sundhed på arbejdspladsen

Ringkjøbing Amt investerer i sundhedsfremme på arbejdspladserne.

Ringkjøbing Amts projekt "Sunde arbejdspladser" har intensiveret deres indsats for sundhedsfremme på amtets små og mellemstore arbejdspladser. Der er gode grunde for både arbejdspladsen og de ansatte til at sætte fokus på blandt andet sund kost og motion. Undersøgelser har nemlig vist, at de virksomheder, der har tiltag på kost- og motionsområdet, har et lavere sygefravær, og at ansatte i god form yder en bedre ar-

bejdspræstation. På den måde viser det sig at være en sund forretning at investere i sundhedsfremme.

I forbindelse med indsatsen har Ringkjøbing Amt indledt et samarbejde med en række konsulentvirksomheder, herunder Motion på Arbejdspladsen. Amtet yder i indsatsperioden økonomisk tilskud til sundhedstiltag på arbejdspladser med op til 50 ansatte. Det er nemlig oftest virksomheder af denne

størrelse, der sparer på sundheden, når der lægges budgetter.

Motion på Arbejdspladsen indgår i projektet, så den enkelte arbejdsplads kan bestille udvalgte ydelser helt gratis, idet de finansieres fuldt ud af Ringkjøbing Amt.

Vil du vide mere, så kontakt indsatskoordinator Lene Stockholm Jensen, 9740 6509 eller Morten Bierbaum, Motion på Arbejdspladsen, 6531 6560. |

**Resultaterne var ikke de vigtigste, da Fredericia Fag- og Firma Idrætsforbund arrangerede DM i naturgolf.**

## Naturgolf med plads til hygge

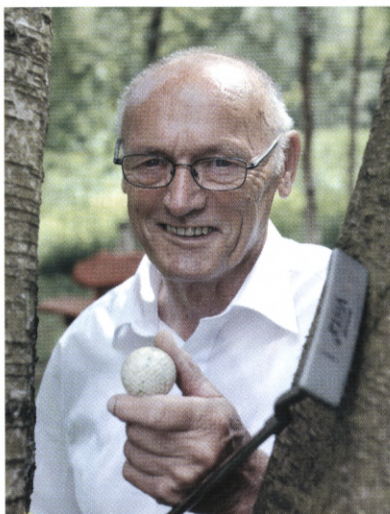
“Nu trænger vi da vist til en øl-pause! Og er tiden ikke inde til en enkelt grillpølse?”

Disse, og mange andre bemærkninger var i højsædet, da Fredericia Fag- og Firmaidrætsforbund (FFFIF) afviklede DM i naturgolf på klubbens naturskønne anlæg i Hannerup tæt ved Lillebælt. Og bemærkningen fortæller alt om, at resultaterne ikke var de vigtigste for deltagerne. Der var både tid og plads til hygge, og som en af spillerne, næstformanden for FFFIF, Ib Østergaard, konstaterede;

- Hyggen skal spille en væsentlig rolle, når det gælder firmaidræt. Vi skal ikke fokusere så meget på resultaterne, men derimod sørge for, at vi har det godt i hinandens selskab.

### Lokale spillere

Og at deltagerne havde det hyggeligt og rart i hinandens selskab,



kunne ingen være i tvivl om. Kun var der en smule skuffelse at spore hos stævneleder, Carlo Petersen, der måtte konstatere, at DM i naturgolf ikke ligefrem har den helt store tiltrækningskraft.

Samtlige deltagere i DM-stævnet kom således fra FFFIF og det til trods for, at der i forbundets blad er blevet inviteret til stævnet i Fredericia.

- Vi har da haft henvendelser fra andre klubber rundt om i landet, men det har hver gang været fra "rigtige" golfspillere. Når de så hører, at naturgolf spilles på nogle baner, som ikke kan sammenlignes med de baner, de normalt spiller på, har vores stævne ikke den store interesse. Det er naturligvis lidt ærgerligt, men det er ikke noget, vi vil lade os slå ud af. Det vigtigste for os er ikke et stort antal deltagere, men at alle får nogle hyggelige timer sammen, lyder det fra Carlo Petersen, som – trods sine mange gøremål – også spillede med selv.

### Mange turneringer

Carlo Petersen har været med siden FFFIF begyndte med naturgolf for 23 år siden.

- Fredericia var et af de første steder i landet, hvor der blev indført naturgolf, og siden har vi gjort meget for at holde fast ved denne

*Carlo Petersen har stået for naturgolf i Fredericia i 23 år. Og man forstår godt hvorfor. Banerne ligger i et meget naturskønt område i Hannerup tæt ved Lillebælt.*



*Der er nok af naturlige forhindringer i naturgolf, men dog ikke flere, end at Bent Jensen fint går banen rundt med piben i munden.*

lidt specielle aktiviteter. Banerne ligger i et naturskønt område, og vi afvikler årligt mange lokale turneringer med god opbakning, fortæller Carlo Petersen, der gerne hjælper andre foreninger i gang med naturgolffen.

En af grundene til, at DM-stævnet kun samlede 12 mixhold, fire herrehold og to damehold, kan skyldes, at stævnet blev afviklet søndag den 19. juni. På det tidspunkt var ferien allerede startet mange steder. ■



# Sammen med ægtefællen

Naturgolf er en aktivitet, som ægtepar kan være sammen om.



Ægteparret Connie og Louis Lindholm var tæt på at nå helt til tops i rækken for mixhold. De måtte dog tage til takke med 2. pladsen og fik derfor overrakt lækre badehåndklæder af en glad stævneleder Carlo Petersen.

■ Selv om det umiddelbart godt kan se lidt svært ud, kan alle være med. Spørg bare Connie Lindholm. Hun har spillet naturgolf i Fredericia Fag- og Firma-idrætsforbund i stort set alle de 23 år, aktiviteten har været på programmet. Hun er samtidig ikke bange for at opfordre andre til at gå i gang.

- Det er en skøn aktivitet, hvor der er plads til alle. Det er altid hyggeligt at møde op til en turnering, for man ved aldrig rigtigt, hvordan spillet vil forløbe. Netop fordi der er tale om naturgolf, ændrer banerne sig hele tiden, så ingen kan træne sig til at blive bedre, og det er der noget charmerende ved, lyder det fra Connie Lindholm.

- I starten var banerne nemmere at spille på, end det er tilfældet i dag. Gennem årene er der kommet mange flere forhindringer i form af trærodde, spor efter maskiner og andre ting som gør, at det gælder om at holde tungen lige i munden. Men for ingen af os er resultatet det afgørende. Langt vigtigere er, at vi mødes med andre spillere, som også har glæden ved at komme ud i na-

turen. Og så gør det da bestemt ikke noget, at naturgolf er en aktivitet, som ægtepar kan være sammen om.

## Topkarakter til grillpølser

FFFIF's næstformand, Ib Østergaard, har alle dage været en festlig fætter, som ikke siger nej til en utraditionel udfordring. Derfor sagde han også straks ja, da han blev bedt om at give karakter til den nye grillpølse, der blev serveret i forbindelse med DM i naturgolf.

- Det er en rigtig god pølse af en passende størrelse, og at betale 15 kr. for den er bestemt OK. Eneste minus ved den er, at den er så stor, at man kun kan spise en enkelt af den, kommer det storgrinende fra Ib Østergaard, som ikke holdt sig tilbage, da han skulle give grillpølsen karakter: Fem stjerner af seks mulige.

Ib Østergaard kunne samtidig med et glimt i øjet forklare, hvorfor grillpølsen ikke nåede de ultimative seks stjerner:

- Jeg skulle selv stå ved grillen. Hvis jeg nu i stedet havde fået den serveret, ville topkarakteren have været hjemme. ■



Næstformanden i FFFIF, Ib Østergaard, går aldrig af vejen for en opgave; her ved grillen. Han var yderst tilfreds med de nye grillpølser, som han gav fem stjerner af seks mulige.



# FRILUFTSKURSER FRA DFIF

## ➤ HAVKAJAK

### — BEGYNDERKURSUS

**Formål:** Begynderkurset introducerer dig til de mange muligheder og oplevelser havkajaksejlad indeholder, og du vil opnå færdigheder i at færdes fortroligt og sikkert i en havkajak.

**Målgruppe:** Kurset henvender sig til motionisten, naturelskeren og eventyreren. Deltagelse i kurset forudsætter, at du kan svømme. Tidligere erfaring med kajak er ikke en forudsætning for at deltage.

**Sted:** Helnæs Mølle, Helnæs, Fyn – naturskole og friluftsgård.

**Dato:** 27.-28. aug. 2005

**Tidspunkt:** Lørdag kl. 9.00 til søndag kl. 17.00

**Pris:** kr. 950,- incl. overnatning, forplejning, vejledning og udstyr.

**Tilmeldingsfrist:** NU

## ➤ HAVKAJAK

### — UDVIDET KURSUS

**Formål:** Kurset vil videreudvikle dig som havkajakroer. Du vil under kyndig vejledning få finpudset din teknik, blive introduceret til nye rotag, forskellige grøn-lændervendinger, krydsninger over åbent vand, natroning og teoretisk og praktisk navigation og rute- og turplanlægning.

**Målgruppe:** Kurset henvender sig til dig der har roet kajak før eller/og har deltaget i vores begynderkursus. Deltagelse i kurset forudsætter, at du kan svømme.

**Sted:** Helnæs Mølle, Helnæs, Fyn – naturskole og friluftsgård.

**Andet:** Der afvikles to kurser, begge to over to weekender.

**Dato:** 10.-11. sept. og 17.-18. sept. 2005 samt 24.-25. sept. og 1.-2. okt. 2005.

**Tidspunkt:** Lørdag kl. 9 til søndag kl. 17

**Pris:** Kr. 1950,- incl. overnatning, forplejning, vejledning og udstyr.

**Tilmeldingsfrist:** 31. aug. 2005

## ➤ TRÆKLATRING FOR BEGYNDERE, TOPREB

**Formål:** At gennemgå udstyr og træne procedurer, så deltagerne får en viden og kompetence, der gør dem i stand til at afvikle et klatrearrangement, topreb i træer, for en mindre gruppe.

**Målgruppe:** Kurset henvender sig til dem, der ønsker at lave træklating som aktivitet for en mindre gruppe.

**Minimumsalder:** 18 år.

**Andet:** 2 dages kursus over 2 lørdage.

**Sted:** Langesøskoven, Fyn

**Dato:** 10.-17. sept. 2005

**Tidspunkt:** 9-17

**Pris:** kr. 1.500,-

**Tilmeldingsfrist:** 31. aug. 2005

## ➤ NATURLEGE I SKOVEN

**Formål:** At give deltagerne ideer og forslag til nogle små naturlege, der kan bruges som sjove aktiviteter undervejs på en tur i skoven.

**Målgruppe:** Kurset henvender sig til dem, der ønsker at lave en anderledes, sjovere og måske mere børnevenlig skovtur.

**Sted:** Langesøskoven, Fyn.

**Dato:** 1. okt. 2005

**Tidspunkt:** 9-17

**Pris:** kr. 500,-

**Tilmeldingsfrist:** 1. sept. 2005

## ➤ ORIENTERINGSAKTIVITETER I SKOVEN

**Formål:** At give deltagerne kendskab til forskellige former for orienteringsaktiviteter, herunder forskellige transportformer samt at give deltagerne redskaber til at planlægge og afvikle varierede orienteringsaktiviteter.

**Målgruppe:** Alle der ønsker at lave spændende orienteringsaktiviteter.

**Sted:** Langesøskoven, Fyn.

**Dato:** 8. okt. 2005

**Tidspunkt:** 9.00-17.00

**Pris:** kr. 500,-

**Tilmeldingsfrist:** 9. sept. 2005

Læs mere om kurserne på [www.dff.dk](http://www.dff.dk)



## Kalundborg. Vild med dans?

Er din afdelingsleder eller direktør lidt tung at danse med? Så er det måske en ide at invitere ham/hende til en dans i Kalundborg Firmsport, der nu kommer med et tilbud om at medlemmerne kan lære at danse, skrive Kalundborg Folkeblad. Tilbudet lanceres i samarbejde med KDJ Danseinstitut, som Kalundborg Firmsports formand, Søren Jensen har lavet en aftale med. Søren Jensen tror, at samarbejdet om firmsportdans kan blive til stor glæde for begge parter. Første lektion er den 6. september, og derefter er der yderligere 3 prøvetimer, så deltagerne kan finde ud af om danselektionerne er noget for dem. |

## Struer. Positiv dopingtest

Ved et uanmeldt kontrolbesøg af Anti Doping Danmark i Struer Firmaidræts Fitness Center den 27. juni, er der fundet en positiv test. Det er en af centrets ansatte instruktører, der er testet positiv for stoffet Clenbuterol. Det var ledelsen i Struer Firmaidræt der havde bedt Anti Doping Danmark om et besøg, da man havde en formodning om, at nogle af centrets medlemmer brugte ulovlige midler. Det var derfor en overrasket formand for Struer Firmaidræt, Flemming Odde, der kunne konstatere, at en af instruktørerne blev testet positiv.

- Det er en rigtig træls sag, fordi det er en af vores instruktører. Vi stiller os jo ikke op og beder om en test inden vi tager folk ind. Vi har som forening ikke en jordisk chance for at tage højde for det, siger Flemming Odde.

Struer Firmaidræt har med øjeblikkelig virkning opsagt ansættelsesforholdet, og afventer nu DFIF's dopingnævns afgørelse og behandling af instruktørens en skriftlig indsigelse. Ifølge DFIF's dopingregler står instruktøren til to års karantæne for al aktivitet under DFIF med virkning fra den 15. august 2005. |

# Landet rundt

## Næstved. Spinning og Foreningernes Dag

Næstved Firma Sport (NFS) har nu også taget spinning op som ny aktivitet, skriver redaktør Aja Andersen i medlemsbladet. Der er blevet uddannet 3 nye instruktører, og foreningen har lejet 12 spinningcykler, der fra den 1. september står parate til at blive svedt på i de nyindrettede rum på kasernen. Den 3. september er der på ny Foreningernes Dag i Næstved. Her vil NFS stå parat til at præsentere petanque og det nye spil, qianball, og der vil også være mulighed for at få instruktion i stavgang. |

## Odense. PR-fremstød og gokart

Fredag den 2. september og lørdag den 3. september står FKS, Odense igen på Store Torv i Rosengårdcentret og præsentere en lang række af de aktiviteter som man kan dyrke i FKS, Odense. FKS, Odense's aktive støtteforening er naturligvis også på pletten med et stort nøglespil med mange gode præmier, lokker formanden for FKS, Odense, Vagn Jensen. Et lignende arrangement blev med stor succes prøvet den 3.-4. juni. Det skabte så stor opmærksomhed og interesse for FKS, Odenses aktiviteter, så man har besluttet at gentage PR-arrangementet.



FKS, Odense har nu taget gokart på programmet.

FKS, Odense tager nu også en ny aktivitet op. Det er gokart, og der køres hver mandag fra den 5. september og frem til den 19. december. Hver aften afsluttes med en finale, hvor der findes en vinder, og de indkørte point samles sammen til den helt store finalerunde den 19. december. |

## Ringkøbing. Svømmehal ved ROFI-Centret

Byrådet i Ringkøbing har besluttet at bygge en ny svømmehal, og den skal ligge ved ROFI-Centret. Byrådet har allerede afsat 20 mio. kr. til byggeriet, og byrådet skal i løbet af august tage stilling til om der skal afsættes yderligere 10 mio. kr. til at føre projektet ud i livet, skriver ROFI's medlemsblad, ROFI-Nyt. - Når svømmehallen er bygget, får vi virkelig et "idrætsfyrtårn" i Ringkøbing, siger formanden for ROFI, Tage Carlsen. I tilknytning til de mange faciliteter der findes i ROFI-Centret, vil svømmehallen kunne tiltrække endnu flere gæster til centret, både fra lokalområdet og fra andre dele af landet, bl.a. de mange, der benytter vandrehjemmet. |

## Aalborg. Firmaidræt hjalp Aktiv Sommer

Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF) hjalp Aktiv Sommer i Aalborg med at fejre 25-års jubilæum, blandt andet med indvielsen af en 120 meter lang svævebane mellem Mølleparken og Atletikstadion. For DFIF og Aalborg Firmsport var festlighederne i anledning af jubilæet en oplagt mulighed for at reklamere for de mange aktiviteter, som kommer til at foregå i området i forbindelse med firmaidrætsfestivalen i begyndelsen af september. Der blev bl.a. budt på øksekast, bueskydning, freesbee golf, vandballonkatapult og hoppeborg, og det var en fin forsmag på de mange drop-in aktiviteter som firmaidrætsfestivalen byder Aalborg bys borgere på den 2.-4. september. |



## Nyt om navne

### Ny kontorelev i DFIF

DFIF har den 1. august 2005 ansat Luise Bøgely, 19 år, som kontorelev i administrationen på forbundskontoret i Nyborg, hvor hun skal arbejde med økonomien i DFIF. Når Luise ikke slider i det med tallene i DFIF, underviser hun i springgymnastik. Luise bor i Skellerup ved



Ullerslev, og hun blev færdig med handelsskolens HHX i sommeren 2005. |

*Luise Bøgely er ansat som kontorelev i DFIF pr. 1. august.*

### 5 nye Keep Fit aerobic-instruktører

Søndag den 12. juni bestod følgende kursister instruktøruddannelsen i Keep Fit aerobic: Jeanett Buch, Århus Firma Sport, Tanja Jensen, Frederikshavn Firma Klubber, Pia Holm Thomsen, Aalborg Firmsport samt Annette Maigaard Wirenfeldt og Jette Baastrup, begge fra Farsø Motionsklub. Instruktører på kurset var Sebastian B. Rasmussen og Britta Haagen Jensen. Kursusleder var Kirsten B. Pedersen. |

### To nye grønne instruktører

Dansk Firmaidrætsforbund har i marts og maj udvidet sin stab af grønne instruktører i bowling og riffelskydning. Grethe Christensen, Middelfart Firma-sport, har gennemført DFIF's 60 timers instruktøruddannelse i bowling og afsluttede den 13. marts 2005 sin bowlinguddannelse med yderligere 60 timers medinstruktøruddannelse. Keld Hansen fra Lundby, Sjælland, har i forvejen en uddannelse inden

for hjemmeværnet og er til daglig skydelærer og kompagnichef i det lokale hjemmeværnsskompagni. Keld afsluttede den 22. maj 2005 sin uddannelse med DFIF's grønne instruktørdiplom i riffelskydning. |



*Ny grøn bowlinginstruktør i DFIF, Grethe Christensen fra Middelfart Firmsport.*

### Hæderstegn til Jeanette Thornberg, LTFU

Kasserer i LTFU (Lyngby-Taarbæk Firmaidræts Union), Jeanette Thornberg, har modtaget DFIF's hæderstegn. Jeanette startede i LTFU i 1985, hvor hun var med til at starte unionens volleyball-afdeling som hun blev formand for i 1987. Fra 1995 til 2001 sad hun som sekretær i bestyrelsen, og fra 2001 overtog hun kassererposten. Hæderen blev overrakt af formanden for DFIF, Peder Bisgaard. |

### Hæderstegn i Holstebro

Fire frivillige ledere i Holstebro Firmaidræt (HFI) har modtaget DFIF's hæderstegn. Dorthe Sinderson er leder i HFI's badmintonafdeling, og det er ikke mindst hendes fortjeneste, at afdelingen har udviklet sig meget. Steffen Grønbæk har de seneste år beklædt alle poster i HFI's dartafdeling, først som formand og senere som menigt medlem. I øjeblikket sidder han som kasserer for afdelingen. Ib Poulsen er formand for HFI's skydeafdeling, og medlem af foreningens golfudvalg. Ib har også markeret sig på forbundsplan som

medlem af DFIF's daværende pistolsektion.

Connie Poulsen er medlem af HFI's skydeafdeling, og er bidt af skydesporten. Conni har deltaget aktivt både på kreds- og landsplan, og hun er en af de mange frivillige i HFI, der altid melder sig når foreningen kalder.

Hæderen blev overrakt af styrelsesmedlem i DFIF, Ragna Knudsen, Ringkøbing. |

### Fortjensttegn til Bent O. Hansen, Korsør



*Formanden for Familie- og Firmaidræt Korsør, Bent O. Hansen (th) får overrakt forbundets fortjensttegn af forbundsformand Peder Bisgaard.*

Formanden for Familie- og Firmaidræt Korsør, Bent O. Hansen, har modtaget DFIF's fortjensttegn. Bent O. Hansen viste sig at være en særdeles holdbar løsning, da han på en ekstraordinær generalforsamling den 24. juli 1980 blev valgt som formand for firmaidrætten i Korsør. Bent har haft posten lige siden, og han har stået bag utallige nye tiltag i foreningen, der i dag fremstår som en særdeles veldrevet og velorganiseret forening. Senest har foreningen med stor succes taget stavgang på programmet, og formanden går selv i spidsen både som aktiv og som instruktør. Hæderen blev overrakt ved en reception den 24. juli af formanden for DFIF, Peder Bisgaard. |



## Kort nyt

### Uddeling af FMI-midler

■ Så er det tid for ansøgning af FMI-midler. Ansøgningsfristen er 1. september, og der er maksimalt kr. 450.000 i uddelingpuljen i år. Samtlige medlemsforeninger er tilsendt et ansøgningsskema, der ligeledes er tilgængeligt på FMI's hjemmeside; [www.fmi.dk](http://www.fmi.dk)

Der kan alene søges af foreninger der tilbyder dagidrætsaktiviteter, og midler kan søges til eksempelvis opstart af forening, PR og markedsføring, tilskud til særlig dyr halleje og indkøb af rekvisitter. Yderligere information kan fås hos: konsulent Gert Raasdal, telefon 43 26 24 41, konsulent Carsten Hansen, telefon 65 31 65 60 eller sekretær Kirsten Mikkelsen, telefon 65 31 65 60

### Distributionsstøtte fra bladpuljen

■ Kulturministeriet har udsendt en ny bekendtgørelse om distributionsstøtte til foreningsblade. Tilskud til foreninger skal ikke længere indberettes til Told og Skat, og det er en stor hjælp for små foreninger, hvor tilskuddet hidtil er indberettet på formandens cpr-nummer. Der indføres samtidig en bagatelgrænse på 500 kr. i forbindelse med for meget udbetalt støtte. Det betyder, at hvis den for meget udbetalte støtte er på 500 kr. eller derunder, skal den ikke betales tilbage. De nye regler træder i kraft i forbindelse med ansøgningen om tilskud for 2006. Bladpuljen var i 2005 på 33,5 millioner kr. samt ekstra fem millioner kr. til fordeling blandt blade med et oplag på under 2000 pr. nummer. Det endelige støttebeløb for 2006 kendes først, når finansloven er vedtaget.

Ansøgningsrunden åbnes den 2. september 2005 med frist den 30. september. Ansøgningsblanketten findes på [www.bs.dk/bladpuljen](http://www.bs.dk/bladpuljen)

### Ny motionskampagne. Tæl dine skridt

■ Prøv en skridttæller i de to første uger af november. I samarbejde med en lang

række organisationer, heriblandt DFIF, opfordrer Helse arbejdspladser over hele landet til at konkurrere om at tælle skridt. Kendte personer viser vejen, og håbet er at rigtig mange andre letter numsen fra kontorstolen i uge 44 og 45, når Helse opfordrer ansatte på arbejdspladser til at konkurrere om, hvem der går flest skridt på to uger. Ideen er, at en lille fiks skridttæller og en opfordring til konkurrence med sig selv og andre skal inspirere til at nå op på 10.000 skridt om dagen - eller mere. Helse vil sende opfordringen til at være med til en række større arbejdspladser. Den landsdækkende konkurrence foregår i uge 44 og 45. Det er muligt at melde sig til som arbejdsplads eller hold. Og der er præmier at vinde. Læs mere på hjemmesiden [www.taeldine-skriddt.dk](http://www.taeldine-skriddt.dk) fra den 26. september 2005.

### Motion i overenskomst får lunken modtagelse

■ Forbundet af Offentligt Ansattes (FOA) udspil om ret til motion på arbejdet får en lunken modtagelse. Formand for FOA Dennis Kristensen påpeger, at alle undersøgelser viser, at motion på arbejdspladsen er en god investering for alle parter. Hans nærmeste modstander i overenskomstforhandlingerne om tre år, formand for Kommunernes Løn- og Personaleudvalg, Kjeld Hansen, ser to uafklarede spørgsmål i FOAs oplæg. For det første er der spørgsmålet om pligten til at motionere på jobbet. Bliver parterne enige om en sådan aftale, vil det også blive et krav fra arbejdsgiverens side, at alle deltager, så man får noget for pengene, og det kan blive vanskeligt at gennemføre. For det andet er der spørgsmålet om finansieringen, da der kun er én pose penge at tage fra, og pengene derfor må tages fra lønstigninger eller omsorgsdage.



**DFIF**

## Dansk Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11 • 5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 65 60 • Fax 65 30 14 26

### Ekspedition:

Man.-torsdag kl. 8.00-15.30.  
Fredag kl. 8.00-15.00.

### Generalsekretær

Jan Steffensen  
Ærtekilen 6  
5492 Vissenbjerg  
Tlf. 64 47 33 17  
Mobil: 40 33 99 20  
E-mail: [jst@dfif.dk](mailto:jst@dfif.dk)

### Styrelsen

Formand Peder Bisgaard  
Kighusvænget 21  
3400 Hillerød  
Tlf. 48 26 96 43  
Mobil: 24 45 30 15  
E-mail: [bis@dfif.dk](mailto:bis@dfif.dk)

Næstformand Jørn Godt  
Schultzvej 5  
6091 Bjert  
Tlf. 75 57 23 22  
Mobil: 40 91 42 74  
E-mail: [jgo@dfif.dk](mailto:jgo@dfif.dk)

Tonny Andersen  
Løvetandsvej 73  
8870 Langaa  
Tlf. 86 46 71 04  
Mobil: 20 81 72 52  
E-mail: [tba@dfif.dk](mailto:tba@dfif.dk)

Ragna Knudsen  
Bøgevej 32  
6950 Ringkøbing  
Telefon: 97 32 23 15  
E-mail: [ragna@dfif.dk](mailto:ragna@dfif.dk)

Knud Johansen  
Bragesvej 12  
8680 Ry  
Tlf. 86 89 33 26  
E-mail: [kj@dfif.dk](mailto:kj@dfif.dk)

Lars Borup Andersen  
Kissendrupvej 18  
5800 Nyborg  
Mobil: 40 16 85 60  
E-mail: [lb@dfif.dk](mailto:lb@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Mobil: 20 45 55 02  
E-mail: [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 82 20  
Mobil: 23 29 80 67  
E-mail: [jesper@dfif.dk](mailto:jesper@dfif.dk)

Carsten Hansen  
Westermannsvej 15, st.  
5230 Odense M  
Telefon 65 91 04 01  
Mobil 40 45 78 67  
E-mail: [ch@dfif.dk](mailto:ch@dfif.dk)

Steen S. Pedersen  
Baumgartensvej 25  
5000 Odense C  
Mobil 40 51 10 02  
E-mail: [steen@dfif.dk](mailto:steen@dfif.dk)

Gert Raasdal  
Tranevænget 9  
2605 Brøndby  
Telefon 43 26 24 41  
Mobil 40 27 55 76  
E-mail: [gra@dfif.dk](mailto:gra@dfif.dk)

### Afdelingsleder MpA

Bo Isaksen  
Vestergade 3  
5881 Skårup  
Tlf. 62 23 14 33  
E-mail: [au.bo@dfif.dk](mailto:au.bo@dfif.dk)

Morten Bierbaum  
Stakdelen 95  
5220 Odense SØ  
Mobil: 21 64 66 46  
E-mail: [mb@dfif.dk](mailto:mb@dfif.dk)

### Foreningskonsulenter

Jørgen Rasmussen  
Lovvej 10, Pederstrup  
4700 Næstved  
Tlf. 55 76 16 35  
Mobil: 21 42 16 35  
E-mail: [jr@dfif.dk](mailto:jr@dfif.dk)

Sannie Kalkerup  
Skovhaven 6, Eskilstrup  
4560 Vig  
Tlf. 59 32 83 84  
Mobil: 40 45 78 63  
E-mail: [sk@dfif.dk](mailto:sk@dfif.dk)

Torben Laursen  
Gl. Kongevej 48  
6200 Aabenraa  
Tlf. 74 63 25 15  
Mobil: 40 45 78 64  
E-mail: [tl@dfif.dk](mailto:tl@dfif.dk)

Jan Grumstrup  
Vibevej 20  
9500 Hobro  
Tlf. 98 51 01 01  
Mobil: 40 33 98 32  
E-mail: [jg@dfif.dk](mailto:jg@dfif.dk)

Per Nedergaard Rasmussen  
Kirkebakken 15  
6040 Egtved  
Telefon: 75 55 00 12  
Mobil: 61 61 40 55  
E-mail: [pnr@dfif.dk](mailto:pnr@dfif.dk)

Lise Vestergaard  
Ildervej 24  
8680 Ry  
Telefon: 86 15 16 87  
Mobil: 22 38 11 78  
E-mail: [lv@dfif.dk](mailto:lv@dfif.dk)

### Konsulenter

Jane Have L. Andersen  
Lyngvænget 8  
5800 Nyborg  
Telefon: 65 31 72 53  
Mobil: 40 45 78 62  
E-mail: [jha@dfif.dk](mailto:jha@dfif.dk)

# Gik 500 km for folkesundheden

## Forrygende start på Stavgangsstafetten Danmark Rundt med stort fremmøde i Helsingør og Hillerød.

“Jeg er ovenud tilfreds. Det var et flot fremmøde, og vi havde en fantastisk god aften”.

Formanden for stavgangsudvalget i Hillerød Firmsport, Stig Borgstrøm, var en tilfreds mand efter at 2. etape af Stavgangsstafetten Danmark Rundt var blevet afviklet i Hillerød den 9. august.

1. etape blev afviklet i Helsingør mandag den 8. august, og her samlede arrangørerne fra Helsingør Firma Idræt ikke færre end 63 deltagere til stavgang om formiddagen.

- Jeg havde håbet på 30-40 deltagere, og vi blev meget overrasket over, at der kom så mange. Der var mange yngre og helt nye stavgængere blandt deltagerne, og det har allerede givet flere medlemmer i vores stavgangsafdeling, fortæller Stig Borgstrøm, der havde lavet et stort pr-arbejde forud for arrangementet. Der var bl.a. sendt nyheds-mails rundt til alle foreninger i Frederiksborg Amt.



### Borgmester i spidsen

De 92 stavgængere kunne vælge mellem en rute på 4 km og en på 6 km i området ved Teglgårdssøen, og blandt deltagerne sås Hillerøds borgmester Nick Hækkerup, der fik sin debut i stavgang. Borgmesteren gik med de gyldne stave (stafetten) i fin stil i spidsen for deltagerne på 4 km ruten.

De fleste og mest øvede havde dog valgt at gå den lange rute på ca. 6 km og da denne gruppe virkelig havde skruet turboen på, var begge grupper i mål næsten samtidig, ca. 1 time efter start, og efter at der sammenlagt var blevet tilbagelagt nøjagtig 500 km. Efter turen var der velfortjent sportsdrik til alle deltagere, og lodtrækningspræmier til de heldige.

Og for lige at understrege, at man i DFIF tager spørgsmålet om motion og folkesundhed alvorligt, sprang forbundsformand Peder Bisgaard på racercyklen for at transportere de to gyldne stave fra Hillerød til den næste arrangør, LTFU (Lyngby-Taarbæk Firmaidræts Union) – en tur på 25 km – hver vej.

Stavgangsstafetten slutter i Aalborg i weekenden den 2.-4. september, hvor der i forbindelse med Firmaidrætsfestivalen er afslutning med et specielt gangarrangement søndag formiddag kl. 10.

Alle startbyer og resultater for Stavgangsstafetten Danmark Rundt kan ses på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk)

*Hillerøds borgmester Nick Hækkerup (th) gik i spidsen for deltagerne på 4 km ruten.*



Maskinel Magasinpost

Afsender:

Postbox 7777

7000 Fredericia

ID NR. 42136