

idræt | motion | samvær

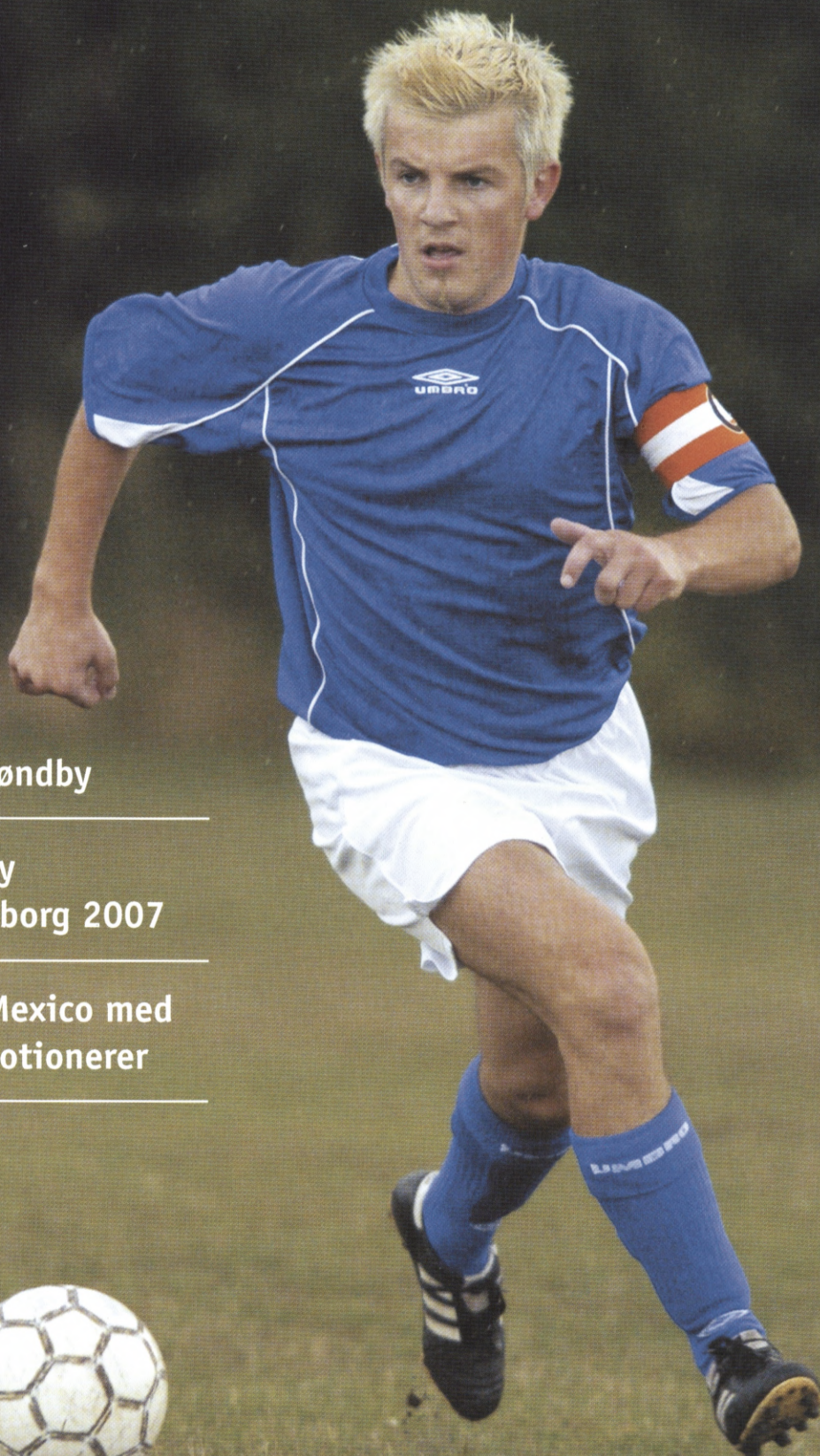
Firma idræt



Dansk Firmaidrætsforbund

7

August • 2006



Fra Bosnien til Brøndby

European Company
Sport Games i Aalborg 2007

Vind en rejse til Mexico med
Arbejdspladsen motionerer



Aja Andersen,
Næstved Firma Sport.

“Vi har også fået ca. 25 nye stavgængere. Det har givet vores stavgangsinstruktører en fornyet begejstring for aktiviteten, blandt andet fordi der er kommet så mange nye deltagere”.

Grib chancen og prøv noget nyt

Tidligere på året læste jeg, at DFIF nu har iværksat en udviklingsplan for de åbne aktiviteter - DanmarkStafetten, LøbeTouren, Tour de Pedal og Panter Dagen. Udviklingsplanen skal sikre, at disse aktiviteter hver især har deltagelse af mindst 10 (firmaidræts)foreninger. Så tænkte jeg - hvorfor mon det er nødvendigt? Hvorfor er der ikke flere foreninger, der deltager?

Som det er nu, har mange foreninger sat én eller flere af de åbne aktiviteter på programmet. Men vi kunne nemt være endnu flere. Rundt omkring i foreningerne hører jeg røster, som alle siger: “det har vi ikke ressourcer til”, “der er så meget andet at gøre” og andre opfindsomme forklaringer på, hvorfor antallet af deltagende foreninger er, som det er. Jeg vil ikke underkende, at det kræver ressourcer at sætte en åben aktivitet på programmet. Men hvis lysten til at prøve det er der, så kommer ressourcerne ofte lettere, end vi tror.

Hvor mange ressourcer skal der egentlig til at starte f.eks. LøbeTouren, hvor også stavgang kan tænkes med ind? Der er ca. 40 foreninger under DFIF, der har stavgang på programmet som et af deres aktivitetstilbud. Under halvdel af disse 40 foreningerne deltager i LøbeTouren. Personligt forstår jeg ikke helt hvorfor. LøbeTouren giver foreningen en unik mulighed

for at fortælle lokalområdet om foreningens virke og om stavgang. Og så kræver det faktisk ikke andet, end at tælle hvor mange der går med på LøbeTouren hver gang, og så at få at vide hvor langt deltagerne går. Svært og ressourcekrævende? Nej, det er det altså ikke.

I Næstved Firma Sport har vi med LøbeTouren fået flere medier til at skrive om os, og i et enkelt tilfælde er de også kommet på besøg hos os. Rigtig god omtale med både billeder og tekst. Vi har også fået ca. 25 nye stavgængere. Det har givet vores stavgangsinstruktører en fornyet begejstring for aktiviteten, blandt andet fordi der er kommet så mange nye deltagere. For instruktørerne ligger udfordringen ofte i, at der kommer nye stavgængere, der skal instrueres og lære at gå rigtigt med stavene.

Hvor mange ressourcer skal der så til for fx at køre Tour de Pedal i foreningen? Det er faktisk heller ikke så mange. Én person, der kan lide at cykle, er reelt set nok. Hvor er det godt, at så mange foreninger er med i Tour de Pedal. Men også hér er der plads til flere foreninger.

Jeg kan kun opfordre til, at langt flere foreninger deltager i de åbne aktiviteter. Grib chancen, prøv det, og I vil opleve, at den energi, I lægger i det, vender mangefold tilbage. God vind med de åbne aktiviteter! █



INDHOLD

- 4 | **KAMPEN OM SPILLEMILLIONERNE**
- 5 | **MIKROBIOLOGER UD I DEN STORE VERDEN**
- 6 | **OPVARMNING TIL EUROPEAN COMPANY SPORTS GAMES 2007**
- 7 | **AALBORG ER KLAR TIL EUROPÆISK INVASION**
- 8 | **FRA BOSNIEN TIL BRØNDBY. FIRMAFODBOLD OG INTEGRATION**
- 9
- 10 | **KROPPEN ER BYGGET TIL AT BLIVE BRUGT**
- 11 | **VIND EN TUR TIL MEXICO MED ARBEJDSPLADSEN MOTIONERER**
- 12 | **ÅBNE STÆVNER I DFIF 2006/2007**
- 13
- 14 | **GØR DET, DU ER BEDST TIL – DET GØR VI**
- 15
- 16 | **KURSER FRA DFIF HER OG NU**
- 17 | **MIDSOMMER STAFETTEN SKUDT GODT I GANG**
- 18 | **NYE SPÆNDENDE KURSUSTILBUD FRA DFIF**
- 19 | **ET STÆRKT HOLD. NY IDRÆT OM DAGEN-GRUPPE ER PÅ PLADS.**
- 20 | **1983. DET SKREV DANSK FIRMAIDRÆT**
- 21 | **LANDET RUNDT**
- 22 | **NAVNE**
- 23 | **KORT NYT**
- 24 | **PANTERE LUFTET I SOL OG REGN**

**NÆSTE NUMMER AF
FIRMAIDRÆT UDKOMMER
ONSDAG DEN 20. SEPTEMBER 2006**

Firmaidræt

Redaktion: John Thrane (ansvh.) og Camilla Svenstrup. 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: 16.500. Årgang 49. Nr. 7 | 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 2006.

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: Adis Babovic spiller firmafodbold for Bosnisk Kultur Center i FKBU's turnering,

og han mener, at firmaidræt er et godt redskab til at fremme integrationen. Foto: Sportsfoto.



Kampen om spillemillionerne

Skatteministeriet og Ladbrokes krydser klinger i Østre Landsret. Ulovlige spilleannoncer fordoblet på et år.

I Europa er fronterne trukket op i kampen om spillemillionerne. Internationale spilleudbydere presser de statslige monopoler på et spillemarked, hvor indtægterne fra Lotto, bingo og andre typer af heldspil er en helt afgørende finansieringskilde for idrætten og andre organisationer indenfor frivilligt socialt og kulturelt arbejde.

I Danmark krydser engelske Ladbrokes lige nu klinger med Skatteministeriet i Østre Landsret, hvor domsforhandlingerne blev indledt den 8. august. Stridens kerne står om Danske Spils (tidligere Dansk Tipstjeneste) monopol på udbud af spil, og Ladbrokes klage over den danske stats afvisning af at udstede en licens til Ladbrokes. Med en

licens i hånden, vil selskabet lovligt og reguleret kunne udbyde spil i Danmark, og fuldt lovlig konkurrere med Danske Spil.

Der forventes en domsafsigelse i slutningen af 2006, og begge parter har på forhånd udtalt, at de vil anke en afgørelse, der går dem imod.

Fordobling af ulovlige spilleannoncer

De senere år har internationale spille-selskaber som Unibet, Betfair, Ladbrokes m.fl. erobret en støt stigende del af spillemarkedet via spil på Internettet. Presset på det danske spillemopol er blevet dokumenteret af dagbladet Børsen, der har opgjort, at udenlandske spilleudbydere i første halvdel af 2006 har indrykket ulovli-

ge spilleannoncer i danske medier for 57 mio. kr. I samme periode sidste år var beløbet 28 mio. kr.

Kampen mellem de statslige monopoler og de internationale spille-selskaber er det overordnede tema for en ambitiøs konference, som Idrættens Analyse Institut, Play the Game og Nordisk Journalistcenter arrangerer den 3. oktober i DGI-byen i København.

Man vil kunne opleve aktører fra begge lejre, og konferencen vil sætte fokus på en række temaer, bl.a.: Spilleverdenen i forandring, Den nordiske spillekrig, Idrættens spilafhængighed og Mediernes rolle.

Tilmelding og mere information på Nordisk Journalistcenters hjemmeside www.njc.dk

Penge til Anti Doping Danmark

Finansieringen af Anti Doping Danmark på plads for de kommende fire år.

Idrættens organisationer, Danmarks Idræts-Forbund, Danske Gymnastik og Idrætsforeninger, Dansk Firmaidrætsforbund, Team Danmark og Kulturministeriet er blevet enige om en finansiering af Anti Doping Danmarks (ADD) arbejde de kommende fire år.

Bidraget til ADD opdeles i to dele, en grundbevilling og projektbevillinger, hvor de involverede tilskudsparter kan støtte projekter, der har relevans for dem.

For grundbevillingen gælder, at den eksisterende fordelingsnøgle bevares. Det betyder, at organisationerne bidrager med et samlet årligt beløb til ADD's grundbudget på i alt 11,4 mio. kr.

For støtten til projekter gælder, at ADD hvert år fremsender ønsker til idrættens organisationer og Kulturministeriet om, hvilke projekter man ønsker at gennemføre. Herefter er der op til organisationerne at

forhandle om tilskud til de projekter, der har relevans for dem. Her er der i aftalen lagt op til, at DGI og DFIF ikke har interesse i at være medfinansierende på projekter vedr. eliteidræt.

FAKTA

Årlig finansiering af ADD:

Kulturministeriet	4,0 mio. kr.
Team Danmark	3,4 mio. kr.
Danmarks Idræts-Forbund	2,3 mio. kr.
Danske Gymnastik og Idrætsforeninger	1,3 mio. kr.
Dansk Firmaidrætsforbund	0,4 mio. kr.
I alt	11,4 mio. kr.

Mikrobiologer skal ud i den store verden

Mikro bliver til makro, når de 14 vindere af Vi cykler til arbejde-kampagnen lægger mikroskoperne bag sig og rejser ud i den store verden på Dansk Cyklist Forbunds regning.

— Nej, er det rigtigt? Det er da bare så fedt, udrød holdkaptajn Line Thomsen, da hun modtog den glade nyhed om, at hendes cykelhold var udtrykket som vindere af hovedpræmien i Danmarks største motions-kampagne "Vi cykler til arbejde".

Team Mikrobiologi havde brug for at sige: "Vi vaaandt", højt, mange gange til hinanden, da de havde fået den glade nyhed.

Vinderholdet blev udtrykket blandt mere end 8000 deltagende hold. Holdet består af 14 ansatte fra Institut for veterinær patobiologi på KVL på Frederiksberg. Deres gevinst er en drømmerejse ud i den store verden - og der er frit valg på alle hylder.

Trampet godt i pedalerne

- Vi har cyklet med i kampagnen i flere år. Og der bliver trampet godt til i pedalerne i løbet af maj. Mine kolleger ved godt at de bare har at cykle, når det er mig der er holdkaptajn, fortæller Line Thomsen

med et stort smil i stemmen. Team Mikrobiologi præsterede 251 cykel-dage i maj måned.

- Vi kunne slet ikke fatte, at vi faktisk havde vundet. På trods af at jeg dagligt havde opmuntret holdet til at cykle med ordene: "for så vinder vi jo", havde de vist ikke helt troet på mig, men nu kan de jo selv se, grinede Line Thomsen.

Andenpræmien var nye cykler fra Winther. De gik til Storvorde Plejecenter, der kørte nye cykler hjem. Og så var der præmieregning med cykeljakker, hjelme og andet godt grej til i alt 685 andre deltagere. ■

Yderst til venstre er det Dansk Cyklist Forbunds direktør Jens Loft Rasmussen; nummer to fra venstre er Frederiksbergs borgmester Mads Lebech, i midten med jordkloden er det holdkaptajn Line Thomsen og til højre bag hende rektor for KVL, Per Holten Andersen. Bagerst fra højre er det Dansk Cyklist Forbunds formand Claus Hansen. De øvrige er deltagerne på Team Mikrobiologi fra KVL på Frederiksberg, som vandt hovedpræmien i årets Vi cykler til arbejde-kampagne.

FAKTA

Mere end 1 million cykeldage

81.112 deltagere cyklede med i årets kampagne. Tilsammen cyklede de til arbejde over 1 million dage og tilbagelagde en strækning på mere end 9.6 millioner kilometer.

Vi cykler til arbejde arrangeres af Dansk Cyklist Forbund og Dansk Firmaidrætsforbund i samarbejde med medicinalvirksomhederne Sandoz og Hexal.

Kampagnen kørte i år for 9. gang. Der blev trådt i pedalerne i hele maj måned. Se holdresultater og de heldige vindere af lodtrækningspræmierne på www.vcta.dk



Opvarmning til European Company Sports Games 2007 i Aalborg

Koordinatorerne tilfredse med forholdene i Aalborg.



Østrigske Reinhard Sitzler (tv) og norske Tore Stockdal ser frem til den store internationale firmaidrætsbegivenhed på dansk grund i 2007.

I slutningen af juni næste år vil Aalborg opleve en strøm af forventningsfulde firmaidrætsfolk, der vil indtage byen for at deltage i European Company Sports Games, arrangeret af Aalborg Firmsport, Aalborg Events og Dansk Firmaidrætsforbund. Foreløbig har knap 5.500 firmaidrætsudøvere fra

hele Europa meldt sig til én eller flere af de 21 idrætsgrene, som udvikles 41 forskellige steder i Aalborg og omegn.

Netop med baggrund i planlægningen af næste års store internationale firmaidrætsbegivenhed på dansk grund, der finder sted i dagene den 27. juni – 1. juli, har repræsentanter fra Østrig, Belgien, Kroatien, Frankrig, Tyskland, Litauen, Polen, Spanien, Sverige, Norge, Holland og Danmark, været samlet til koordinatormøde i Aalborg midt i juni i år.

Så idrætsfaciliteterne

Deltagerne i koordinatormødet besøgte spillestederne, stævnecentrum og overnatningsstederne og havde endvidere et møde om

informationsmaterialet til deltagerne.

Koordinatorernes tur rundt i Aalborg gik bl.a. til Skovdalen for at besøge atletikfaciliteterne, til Gigantium, hvor der spilles håndbold, til Nørresundby Idrætscenter, hvor der spilles minigolf, squash, bordtennis og tennis, til Aalborg Stadionhal, hvor der spilles volleyball, til Aalborg Freja, hvor der dystes i fodbold og petanque samt til Hasserisparken, der byder på badminton og tennis.

Det internationale følge så på overnatningsmuligheder, både på en række hoteller i Aalborg, og på Aalborg Kaserne og Strandparken Camping, inden turen gik til Aalborg Kongres & Kultur Center, der kommer til at fungere som stævnecentrum.



Koordinatorer fra en lang række europæiske lande var d. 16.-18. juni i Aalborg for at følge planlægningen af European Company Sports Games.

Begeistrede koordinatører

- Jeg har fået et rigtig godt indtryk af hele organiseringen af European Company Sports Games i Aalborg. Alle idrætssteder og faciliteter tilknyttet arrangementet ligger inden for en radius af få kilometer, og det er en kæmpe fordel, lød det fra forretningsføreren for firmaidrætten i Salzburg, Reinhard Sitzler, der selv stod i spidsen for den meget vellykkede Euro Sports Festival i den østrigske hovedstad i 2003.

- Det er ligeledes godt, at der er mulighed for at dyste i flere discipliner samme sted. Det bliver deltagerne glade for, da det giver dem mulighed for at have et fællesskab på tværs af flere idrætsgrene, sagde østrigieren.

Tore Stockdal, konsulent i Norges "Mosjons- og Bedriftsdrættforbund" var også tilfreds med planlægningen:

- Det er helt suverænt, at der er fundet så kompakt en løsning. Der er rigtig mange transportmuligheder, og indenfor 10 minutter kan man nå rundt til en lang række af spillestederne. |

Aalborg er klar til europæisk invasion

5.500 idrætsfolk fra hele Europa er forhåndstilmeldt European Company Sports Games 2007.

Når det går løs med European Company Sports Games (ECSG) fra den 27. juni til 1. juli 2007, bliver gaderne i Aalborg invaderet af flere tusinde idrætsfolk fra hele Europa. Allerede nu er der forhåndstilmeldt 5.500, og det forventede deltagerantal på 5.000 er dermed overskredet. Det er dog ikke noget, der får formanden for styregruppen bag sportsfestivalen, Søren Thorst fra Aalborg Event, til at ryste på hånden.

- Det er ikke noget problem med hensyn til idrætsfaciliteterne. Det, der styrer den øvre grænse for antallet af deltagere, er indkvarteringen, siger Søren Thorst.

- Vi vil gerne satse på kvalitet frem for kvantitet. Vi vil gerne have, at alle deltagere skal overnatte tæt på idrætsfaciliteterne og tæt på Aalborg centrum. Det betyder, at vi har ca. 5.500 pladser til rådighed. Hvis vi bliver flere, skal vi uden for byen, men vi vil gerne undgå, at deltagerne får en dårlig oplevelse med, at de skal transporteres i busser måske 30 km frem og tilbage hver dag, siger Søren Thorst, der ikke vil afvise, at man bliver nødt til at åbne op for flere deltagere, men at de naturligvis skal informeres om evt. transporttid til overnatning.

Godt benarbejde

Aalborg Event lavede et godt benarbejde under den seneste sportsfestival i Clermont-Ferrand i Frankrig i 2005. Her blev der delt 3-4000 brochurer ud med information om ECSG 2007 i Aalborg, og det har lagt grunden til de mange forhåndstilmeldinger, vurderer Søren Thorst.

- I ugerne efter koordinatormødet i juni måned i år kom der knap 3.000 forhåndstilmeldinger, og vi glæder os over, at over 1624 franske sportsfolk og 1788 tyske sportsfolk har meldt deres ankomst.

De danske deltagere er i stor fare for at blive i undertal. I skrivende stund er der tilmeldt lige under 300 danske sportsfolk, og hvis man går med planer om at deltage i ECSG 2007 i Aalborg næste år, skal man ikke vente med at tilmelde sig til sidste øjeblik, lyder det fra Søren Thorst.

Hent indbydelsen og læs mere om ESCG 2007 på www.dfif.dk |



Styregruppen for ECSG 2007. Fv Kaj John Johansen, John Holm Jensen, Rikke Dahl Jensen, Torben Laurssen, Jette Sørensen, Bramwell Flyckt, Erik Christiansen, Verner Sørensen og Søren Thorst. Henrik Westerm-Jensen var fraværende.



Fra Bosnien til Brøndby

Firmaidræt er et godt redskab til at fremme integrationen, mener Adis Babovic fra Brøndby, der er født og opvokset i Bosnien.

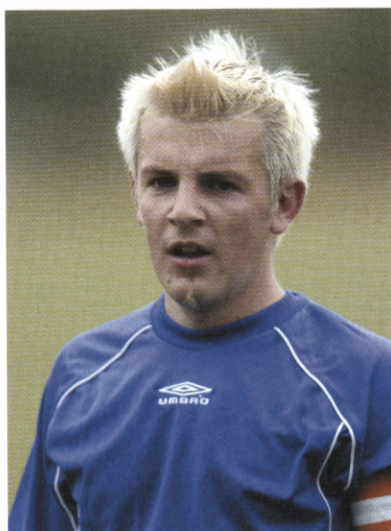
De mørke skyer trækker sig sammen over fodboldbanerne i Valby Idrætspark denne fredag aften i august. Regnbygerne kommer og går, men det anfægter tilsyneladende ikke de mange 7-mands herrehold, der denne aften slår deres folder i Firma-Klubbernes Boldspil Unions (FKBU's) fodboldturnering.

- Jeg håber, de kommer, lyder det fra anføreren for Bosnisk Kultur Center (BKC), Adis Babovic. Kampen skal spilles kl. 18:30, og modstanderholdets spillere er stadig ikke dukket op.

- Hvis de ikke kommer, vinder vi 3-0, men jeg vil hellere spille, for jeg har glædet mig til kampen, lyder det roligt fra Adis, der nok synes skuffet, men ikke irriteret, over udsigten til, at kampen måske ikke bliver til noget.

Firmaidræt fremmer integrationen

Adis Babovic var 12 år, da han i 1992 kom til Danmark fra Bosnien.



Det er meget vigtigt at være sammen med og opleve sine kolleger i andre situationer, end lige netop de rent arbejdsmæssige, siger Adis Babovic, der er anfører for BKC i FKBU's fodboldturnering.

Han arbejder i dag som kunderådgiver i TDC.

Adis har tidligere spillet med i FKBU's fodboldturnering for TDC sammen med en række danske kolleger. Han synes, det er sjovt at spille 7-mands fodbold, og på TDC's hold har han oplevet at komme tættere på sine danske kolleger, som han dermed har lært betydeligt bedre at kende.

- Firmafodbolden har en god integrerende funktion. Holdfællesskabet giver et bedre forhold til kollegerne på arbejdspladsen og dermed også en bedre arbejdsdag, fortæller Adis, der anser det for meget vigtigt at være sammen med og opleve sine kolleger i andre situationer, end lige netop de rent arbejdsmæssige.

- Det skaber en bedre forståelse for både den danske og den bosniske kultur, og mine danske kolleger har nok også fået en bedre forståelse for vores helt specielle bosniske temperament, griner Adis.

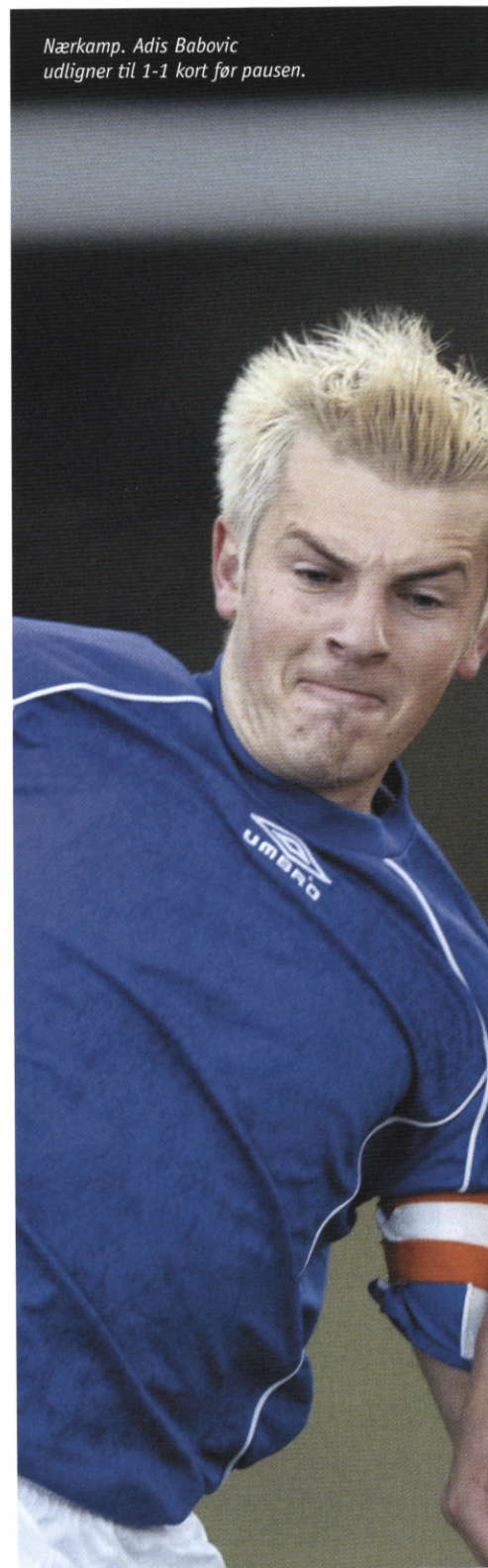
Selv om det er alle tiders at spille på et dansk firmahold, skal man jo ikke helt glemme sine rødder. Samværet med andre bosniere i Bosnisk Kultur Center, hvor 600-700 medlemmer har deres gang, er tydeligvis også vigtigt for Adis. Og som en del af dette fællesskab stævner BKC altså nu ud i FKBU's fodboldturnering med et rent bosnisk hold.

En tæt kamp

Nu gælder det aftenens kamp. For modstanderholdets spillere er nemlig dukket op i sidste øjeblik, og kampen kan gå i gang.

BKC skal møde holdet "Kaffekongerne", der repræsenterer en kø-

Nærkamp. Adis Babovic udligner til 1-1 kort før pausen.





benhavnsk cafékæde af samme navn. Kaffekongerne er nr. 2 i række J, BKC er nr. 3 ud af i alt 9 hold. Halvvejs gennem sæsonen har det bosniske hold kun tabt to kampe, og aftenens opgør vil derfor have stor betydning for placeringerne øverst i rækken.

Kaffekongerne kommer hurtigt foran 1-0. På den regnvåde bane smutter bolden ind under BKC's målmand, der ikke ser for godt ud i situationen. Lige før pausen udligner Adis Babovic med en flad inder-side efter indirekte frispark.

Efter pausen bølger den intense kamp frem og tilbage. Kaffekongerne kommer foran 2-1 og BKC udligner på ny. Kaffekongerne kommer også foran 3-2. BKC presser på for en udligning i den meget lige kamp, men det bliver Kaffekongerne, der trækker det længste strå med en scoring til 4-2 kort før tid i den lige kamp, der spilles på et pænt teknisk niveau.

Efter kampen er det for Adis Babovic tid til hyggeligt samvær med resten af holdet. Men først skal kampen diskuteres igennem: Hvad gik galt, og hvad kan gøres bedre næste gang?

- Det kan vi sagtens bruge et par timer på, siger Adis med alvorsfuld mine. |

FAKTA

Fodbold i FKBU

Fodbold har altid været FKBU's største aktivitet, og i denne sæson tæller FBKU's udendørs turnering ca. 300 hold i følgende rækker; herresenior, oldboys, superoldboys, veteran, superveteran, mix og damesenior, og der er pt. 20 hold på venteliste. I dame- og mix-rækkerne samarbejder FKBU med Københavns Firma Idræts Union (KFIU) om en fællesturnering.

Udendørs turneringen spilles fra april til september. Indendørs turneringen spilles i januar og februar.

FKBU stiller hvert år med adskillige udvalgte hold, der spiller mod hold fra KFIU og Dansk Arbejder Idrætsforbund (DAI) i alle kategorier, og der spilles venskabskampe mod hold fra Malmø og Gøteborg. De udvalgte hold deltager også i Ø-stævner, Landsstævner og Eurosportsfestivaler.

Læs mere på
www.fkbufodbold.dk/



Kamp om bolden. Den intense fodboldkamp mellem de to tophold fra Bosnisk Kultur Center (BKC) i blå og Kaffekongerne i gult ender med en 4-2 sejr til Kaffekongerne.

Kroppen er bygget til at blive brugt

Ny rapport fra Sundhedsstyrelsen om Risikofaktorer og Folkesundhed i Danmark sætter fokus på vigtigheden af at motionere.



Brug din krop. Der er god samfundsøkonomi i at få danskerne til at motionerer mere, fastslår en ny analyse fra Sundhedsstyrelsen. Foto. Mette Johnsen.

En af de helt store udfordringer i fremtidens Danmark når det gælder folkesundheden, bliver at forebyggelse af livsstilsbetingede sygdomme som f.eks. type 2-diabetes og hjerte-kar sygdomme.

Sundhedsstyrelsen skønner i sin rapport fra juni 2006, at knap hver tredje voksne dansker i dag er fysisk inaktiv. Dette medfører at der hvert år, ifølge Statens institut for folkesundhed, er ca. 4-5.000 danskere som dør som følge af de sygdomme som inaktiviteten kan give anledning til.

Derudover viser samme undersøgelse, at op imod 50.000 danskere lever med en langvarigt belastende sygdom som følge af den fysiske inaktivitet. At så mange danskere er påvirket af følgevirkninger af fysisk inaktivitet kan ikke undgå at påvirke samfundet. Derfor er det også et område som allerede nu, har behov for et øget fokus.

DFIF i front

Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF) har de sidste fire år arbejdet på at få flere danskere til at motionere. Dels gennem afdelingen "Motion på

Arbejdspladsen" og dels gennem den landsdækkende motionskampagne "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen". Det betyder, at der hvert år har været ca. 25.000 danskere som har motioneret 30 minutter om dagen i de tre uger kampagnen varer.

Selv om tre uger ikke gør alverdens forskel i forhold til den samlede folkesundhed, så oplever vi alligevel at der hvert år er folk som melder tilbage at de har brugt DFIF's kampagne som anledning til at komme i gang med at motionere, og at de faktisk fortsætter efter kampagneperioden.

Statens Institut for Folkesundhed har ifølge Sundhedsstyrelsens rapport skønnet, at den fysiske inaktivitet og de sygdomme som det afføder, koster sygehusvæsenet ca. 2,9 milliarder kroner. Derfor kan der være temmelig god samfundsøkonomi i, at lave kampagner i stil med "Arbejdspladsen motionerer", som bidrager til at øge fokus på forebyggelse af livsstilssygdomme gennem motion.

Kampagnen

I år finder Arbejdspladsen motio-

nerer – 30 minutter om dagen" sted i ugerne 38, 39 og 40, fra den 18. september til den 8. oktober. Og forhåbentlig kan vi få rigtig mange danskere til at motionerer igen i år. Du kan læse mere om kampagnen, og tilmelde dig på: www.dfif.dk/am

FAKTA

- Hvert år er knap 4-5000 dødsfald relateret til fysisk inaktivitet. Det svarer til 7-8 % af alle dødsfald.
- De danskere, der årligt dør for tidligt relateret til fysisk inaktivitet, mister 50.000 leveår, ligeligt fordelt blandt mænd og kvinder.
- Personer, der dør på grund af fysisk inaktivitet, mister 11-12 års levetid.
- Fysisk aktive kan forvente at leve 8-10 år længere uden langvarig belastende sygdom end fysisk inaktive
- Hvert år er 100.000 hospitalisindlæggelser relateret til fysisk inaktivitet.
- Fysisk inaktivitet er hvert år relateret til 2,6 mio. ekstra kontakter til alment praktiserende læge.
- Der er hvert år 3,1 mio. ekstra fraværsdage fra arbejdet blandt de fysisk inaktive.
- Hvert år er næsten 1.200 tilfælde af førtidspension relateret til fysisk inaktivitet.

Kilde: Risikofaktorer og Folkesundhed i Danmark, SFI, juni 2006

Vind en rejse til Mexico!

Deltag i motionskampagnen "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen", og vind en rejse for dig og dine kolleger til Mexico.

For de heldige vindere af "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen" i 2006, kan dette blive den næste ferie destination, for hovedpræmien i år, er nemlig en rejse for hele holdet til Playa del Carmen.

Playa del Carmen er en af Mexicos hurtigst voksende kystbyer. Fra at være en lille ukendt fiskerby, er byen de senere år blevet en af de mere populære feriebyer i Mexico, blandt andet fordi der her er alle muligheder for at kombinere afslap-

pende badeferie med spændende oplevelser.

For eksempel er der rig mulighed for at svømme og dykke. Det krystalklare vand, og de mange farvestrålende fisk og planter gør det til en ganske særlig oplevelse.

Hvis man befinder sig bedre over vandet, er der også mulighed for, at sejle kajak eller at tage på dybhavs-fisketur.

Er man mere til det pulserende nattelev, så har man muligheden i det sydligere beliggende Cancun, der har



Vinderne af "Arbejdspladsen motionerer – 30 minutter om dagen" skal gæste en af de mest populære feriebyer i Mexico, Playa del Carmen.

omtrent 450.000 indbyggere, og er Mexicos mest populære ferie ressort.

Årets vinderhold får med andre ord muligheden for at sammensætte en helt fantastisk ferie sammen med kollegerne – uanset interesse og temperament. God tur! |

Læs mere og tilmeld dig på www.dfif.dk/am

idræt | motion | samvær

*Bliv en del af holdet
med årets kampagne T-shirt!*

Bestil T-shirts til dig, dit hold eller hele din arbejdsplads her.

Pris kr. 55,-
(ekskl. moms og forsendelse)

T-shirt i 100 % bomuld til både herrer og damer.
Fås i størrelserne S, M, L, XL og XXL –
Størrelserne er store.

Bestil på www.dfif.dk/am

















Dansk
Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11 · 5800 Nyborg
Telefon 65 31 65 60 · Fax 65 30 14 26
www.dfif.dk/am · mpa@dfif.dk

ÅBNE STÆVNER I DFIF 2006

OVERSIGT OVER ÅBNE STÆVNER I FORENINGER UNDER DFIF I SÆSONEN 2006

IDRÆTSREIN	DATA	FORENING	KONTAKTPERSON	TELEFON	SIDSTE TILMELD.	E-MAIL/HJEMMESIDE
	BADMINTON					
	Åbent stævne	Odense	Henning Simonsen	76784505	1/10-06	simons@post2tele.dk/www.fks-odense.dk
	Glade dage	Fredericia	Karen Sørensen	75920781	1/10-06	knkp@post.tele.dk/www.fffff.dk
	Kom og vær med	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-06	svendborg@firmasport.dk/www.firmasport.dk
	Glade dage	Fredericia	Karen Sørensen	75920781	1/10-07	knkp@post.tele.dk/www.fffff.dk
	BILLARD					
	Albani Senior	Odense	Arne Christensen	66109967	22/9-06	www.fks-odense.dk
	Kom og vær med	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-06	www.firmasport.dk
	Albani Cup	Odense	Arne Christensen	66109967	1/5-07	www.fks-odense.dk
	BOWLING					
	Åbent Bymesterskab	Kolding	KFS' kontor	75533322	9/9-06	kolding@dfif.dk/www.koldingfirmasport.dk
	Vælt en and	Svendborg	Ann Karina Pedersen	23820884	6/10-06	svendborg@firmasport.dk
	Glade dage	Fredericia	Frank Jensen	75957361	1/10-06	inge-frank@get2net.dk/www.fffff.dk
	Kom og vær med	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-06	svendborg@firmasport.dk/www.firmasport.dk
	Knæk et æg	Svendborg	Ann K. B. Pedersen	62222579	3/3-07	p.e.p.s.i@pedersen.mail.dk/www.firmasport.dk
	Glade dage	Fredericia	Frank Jensen	75957361	1/10-07	inge-frank@get2net.dk/www.fffff.dk
	DART					
	FKS Åben	Odense	Bente Hansen	25349406	14/10-06	bhhh@webspeed.dk/www.fks-odense.dk
	INDEFODBOLD					
	Futsal	Otterup	Bjarne Thisgaard	64892699	14/10-06	bjarne.thisgaard@kims.dk
	Futsal	Otterup	Bjarne Thisgaard	64892699	20/10-06	bjarne.thisgaard@kims.dk
	Glade dage	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	1/10-06	jirdata@post5.tele.dk/www.fffff.dk
	Futsal	Odense	Preben Grønberg	66150528	6/11-06	preben_g@sparty.dk/www.fks-odense.dk
	Indefodbold	Kolding	KFS' kontor	75533322	15/12-06	kolding@dfif.dk/www.koldingfirmasport.dk
	DM på stor bane	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	20/1-07	jirdata@post5.tele.dk/www.fffff.dk
	Kom og vær med	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12-06	svendborg@firmasport.dk/www.firmasport.dk
	Glade dage	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	1/10-07	jirdata@post5.tele.dk/www.fffff.dk
	UDEFODBOLD					
	Hannerupstævnet	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	1/5-07	jirdata@post5.tele.dk/www.fffff.dk

	HÅNBOLD Glade dage Kom og vær med	18-19/11-06 10-11/2-07	Fredericia Svendborg	Karl G. Sørensen SFS' kontor	75920525 62225809	1/10-06 10/12-06	fredericia@dfif.dk/www.fffff.dk svendborg@firmasport.dk/www.firmasport.dk
	KEGLER Keglestævne Glade dage Glade dage	21-22/10-06 18-19/11-06 10-11/11-07	Kolding Fredericia Fredericia	KFS' kontor Lone Pedersen Lone Pedersen	75533322 40864240 40864240	18/9-06 1/10-06 1/10-07	kolding@dfif.dk/www.koldingfirmasport.dk l.sandberg.p@mail.dk/www.fffff.dk l.sandberg.p@mail.dk/www.fffff.dk
	KROLF Kroff Åben Åben Kroff	16-17/6-07 11-12/8-07	Fredericia Fredericia	Carlo Petersen Carlo Petersen	75912385 75912385	1/6-07 1/8-07	pea@dfif.dk/www.fffff.dk pea@dfif.dk/www.fffff.dk
	MOTIONSLOB, GANG, CYKELLØB M.M. 30. Julemærkemarch Påskeløbet	3/12-06 9/4-07	Hele landet Fredericia	Ingolf Romlund Ib Østergaard	86276545 40195876	På dagen	www.julemaerkemarchen.dk jirdata@post5.tele.dk/www.fffff.dk
	PETANQUE Bededags Cup (double) Fredericia Åben	4/5-07 11-12/8-07	Ringø Fredericia	Søren Hansen Poul Erik Andersen	62661613 75927639	29/4-07 1/8-07	midtfyn@dfif.dk pea@dfif.dk/www.fffff.dk
	NATURGOLF DM i Naturgolf Åben Naturgolf	16-17/6-07 11-12/8-07	Fredericia Fredericia	Carlo Petersen Carlo Petersen	75912385 75912385	1/6-07 1/8-07	pea@dfif.dk/www.fffff.dk pea@dfif.dk/www.fffff.dk
	SKYDNING Glade dage Riffel og pistol Riffel og pistol Riffel og pistol Odense-stævnet Kom og vær med Glade dage	18-19/11-06 18-19/11-06 24-25/11-06 20-21/1-07 3-4/2-07 10-11/2-07 10-11/11-07	Fredericia Esbjerg Vejen Aabenraa Odense Svendborg Fredericia	Erik Vang Mikael Toft Evald Nielsen Kennet Nielsen Leif Sørensen SFS' kontor Erik Vang	75927269 75134159 75361545 21201587 66176320 62225809 75927269	1/10-06 1/11-06 5/11-06 5/1-07 11/1-07 10/12-06 1/10-07	fredericia@dfif.dk/www.fffff.dk mgt16@esenet.dk/www.esbjergfirmaeraet.dk evald_nielsen@get2net.dk www.aafi.dk leif-s@dsa-net.dk/www.fks-odense.dk svendborg@firmasport.dk/www.firmasport.dk fredericia@dfif.dk/www.fffff.dk
	VOLLEYBALL Glade dage Glade dage	18-19/11-06 10-11/11-07	Fredericia Fredericia	Karl G. Sørensen Karl G. Sørensen	75920525 75920525	01/10-06 1/10-07	fredericia@dfif.dk/www.fffff.dk fredericia@dfif.dk/www.fffff.dk

Få din forenings Åbne stævne eller arrangement med på DFIF's aktivitetskalender.
Send en e-mail til Firmaidræts redaktion, mail pia@dfif.dk med oplysninger om tidspunkt,
sidste frist for tilmelding, arrangerende forening samt tlf. eller e-mail for kontaktperson.

Gør det, du er bedst til - det gør vi

Giv foreningens jobbank et eftersyn og skab plads for de frivillige ledere så de kan lave det de brænder for.



Gør det du er bedst til – også som frivillig leder i foreningslivet.

I Dette slogan har du sikkert hørt anvendt mange gange i forbindelse med markedsføring af et kendt pengeinstitut. Og der er megen sandhed gemt i det, måske mere end man i første omgang vil erkende.

TÆNK, hvis vi kun skulle beskæftige os med det, vi er bedst til og har mest lyst til. Sådan er verden desværre ikke skruet sammen. Virkeligheden er en blanding af det søde, det sure og det trælse arbejde, men det skal dog ikke udelukke os fra at beskæftige os med tanken, og heller ikke hindre os i at anvende denne vision på foreningens frivillige ledere.

Hvis I kunne realisere visionen, så ville det være meget lettere og sjovere at være frivillig leder, samt lettere at rekruttere nye ledere – og det skaber positiv omtale og giver opmærksomhed. Lad mig komme med nogen bud på hvordan foreningen, helt eller delvist, kan rea-

lisere drømmen, og et bud på, hvordan det er muligt at føre opgaven ud i livet.

Læg mærke til at jeg skriver - *give et bud på*, hvilket ikke er et udtryk for, at det er den endegyldige sandhed og en facitliste, som umiddelbart kan overføres på foreningerne. Det er inspiration der kan sætte de små grå celler i gang og medvirke til en fortsat udvikling i foreningerne.

Tankespind

Lad os lege med tanken om, at alle medlemmer i bestyrelsen, afdelinger og udvalg gennemgår de rutinemæssige opgaver, der optræder med en hvis frekvens hen over året.

De opgaver, som I ikke er særligt kompetente til at løse, eller som er en pestilens for jer, sorteres fra, og I beholder de opgaver, der er interessante for jer og hvor kompetencen er på plads efter devisen "gør det, du er bedst til".

Nu er der måske nogen af jer, der allerede er stået af og er i gang med at stille spørgsmålet – hvem skal så lave disse uinteressante opgaver, altså det vi har skrottet – hvem gider det?

Uanset resultatet af indsatsen, så er det altid en god øvelse at revurdere egne og foreningens opgaver ud fra kriteriet, kan opgaverne udføres på en anden og mere hensigtsmæssig måde?

Sortering og kategorisering

Registrer de opgaver, som I gerne vil skille jer af med, og sorter sedlerne i jobkategorier. Det kunne f.eks. være:

- 1) Administrative opgaver og sekretariatsfunktioner så som referatskrivning, kopiering, frankering, forsendelse og distribution, samt oprydning og vedligeholdelse af kontorfaciliteter.
- 2) Regnskabsmæssige opgaver så som bogføring, medlemsregi-

- strering, udskrivning af fakturaer og rykning af debitorer.
- 3) Desktop og kommunikationsopgaver så som udarbejdelse af brochurer, indbydelse, programmer, resultatlist, pressemeddelelser, skrivelser til myndigheder m.v.
 - 4) Diverse andre opgaver, som ikke falder ind under ovennævnte kategorier.

Revurdering af jobbanken

På dette stadie er der jo intet, der forhindrer os i at tænke utopiske tanker. Hvilket så heller ikke blokerer for kreative påhit, som måske i sidste ende kan føre os frem til anvendelige løsninger. Processen bidrager under alle omstændigheder til en revurdering af foreningens samlede jobbank – *pudsigt at jeg lige skulle nævne ordet bank!*

De fleste foreninger er bygget op omkring en formel organisationsstruktur med bestyrelse, afdelinger og udvalg, der tilbyder idræt og motion til byens borgere og arbejdspladser.

Hvis vi nu tænker den tanke, at ovennævnte jobkategorier var en eller flere aktiviteter i lighed med idræt og motion. Hvordan ville det så se ud både i relation til organisering, effektivisering og rekruttering af medlemmer hertil, hvis man opretter en ny afdeling der samler disse funktioner?

En ny afdeling

Afdelingen skal tiltrække de kompetencer og den arbejdskraft, der er behov for i relation til de fire jobkategorier. Med andre ord, personer med de fornødne kompetencer, engagement og lyst til at "gøre det, de er bedst til".

Afdelingen skal have en administrativ leder med den nødvendige myndighed til at lede og fordele arbejdet. Lederen kan være udpeget af bestyrelsen eller være styrelsesmedlem og derved afdelingens forlængede arm til bestyrelsen, så der opnås en høj grad af beslutningskompetence.

Personerne i afdelingen er ikke valgte eller på anden måde bundet op på nogen form for "ansættelses-aftaler", men er frie mennesker, der arbejder under ansvar, sætter egne mål, deler opgaverne imellem sig, store som små opgaver, alt efter personernes muligheder, resurser og kompetencer, altså en selvstyrende gruppe.

Stil egnede kontorfaciliteter til rådighed for afdelingen, med eget budget og de fornødne kontormaskiner. Herunder PC'er, printer, kopimaskine m.v., så de kan udføre deres opgaver til gavn for foreningen og dem selv, hvilket også indbefatter, at der er det nødvendige udstyr så som kaffemaskine, fri kaffe, drikkevarer, køleskab m.v. så samværet omkring opgaverne kan være det samlingspunkt der medvirker til at øge trivsel og styrke fællesskabet.

Rekruttering

Hvordan rekrutterer vi de personer, som er villige til at beskæftige sig

med ovennævnte? Den første hindring har I allerede fjernet, idet afdelingen er selvsupplerende uden nogen form for formelle bindinger til foreningen, altså ikke et personvalg, men et interessevalg.

Analyser af den type jobs viser, at det ikke er så besværligt endda, at finde personer til forskellige og endda trivielle opgaver i foreningen som f.eks. at vaske klubtrøjer, holde orden på klubbens opslagstavler, køre rundt med klubblade mv. Så hvorfor skulle det ikke kunne lykkes for jer, det er trods alt langt mere spændende opgaver I tilbyder disse personer, for slet ikke at glemme fællesskabet i foreningen og samværet afdelingsmedlemmerne imellem.

Skulle denne artikel have givet jer lyst til at gå i gang eller bare revurdere, om opgaverne i foreningen kan løses mere hensigtsmæssigt, så har mit arbejde ikke været spildt.

Held og lykke med jeres forehavende. |

FAKTA

Annoncering

Hvad med at indrykke en annonce i den lokale ugeavis med en opsigtsvækkende titel og indhold der skaber opmærksomhed, som f.eks.:

ULØNNET JOB

- Har du lyst til at indgå i et team af idrætsledere og kolleger, i en nyoprettet afdeling i Xxxxx Firma Sport, så hører vi meget gerne fra dig.
- Vi søger personer, der har viden, kompetence og praktisk erfaring fra tidligere job og har lyst til at arbejde i en selvstyrende gruppe, hvor samværet med kolleger prioriteres højt.
- Vi forestiller os, at du har en baggrund som journalist, redaktør, desktop'er, web-master, PC-bruger, regnskabskyndig eller har lyst til at klare det rutinemæssige arbejde på et kontor.
- Annoncen henvender sig til efterlønnere, pensionist og personer der på anden måde har fritid i dagtimerne.

Mere information om opgaver, muligheder og udfordringer kan indhentes hos: Xxxx Xxxx



KURSER FRA DFIF

► FITNESS 1 - MOTIONSCENTER

Hvordan kommer man i gang med at vejlede og instruere andre f.eks. foreningsmedlemmer eller kolleger i korrekt brug af motionsmaskiner? Kurset er første del af instruktøruddannelsen, der er bygget op omkring Fitness-kursus 1, 2 og 3.

Instruktør: Svend Erik Pedersen

Dato: 16. september 2006

Sted: Ringkøbing

Tilmeldingsfrist: Senest den 1. september 2006

► LINEDANCE INSTRUKTØRKURSUS 1

Til dig, der ønsker at starte linedance. Her får du grundprincipper, musikforståelse og øvelser.

Instruktør: Benny Ray

Dato: 30. september 2006

Sted: Nyborg

Tilmeldingsfrist: Senest den 1. september 2006

► PILATES BEGYNDER

Har du lyst til at bruge pilates i din undervisning, eller ønsker du at starte pilates? Med udgangspunkt i fysio-pilates arbejdes der med grundprincipperne for den rigtige træning.

Instruktør: Alice Sjoerslev

Dato: 7. oktober 2006

Sted: Nyborg

Tilmeldingsfrist: Senest den 1. september 2006

► RIFFEL 1

Et kursus til dig, der ønsker at blive instruktør. Der arbejdes med skydeteknikker og undervisningsøvelser. Kurset er første del af instruktøruddannelsen, der er bygget op omkring riffel-kursus 1, 2 og 3.

Instruktør: Lone Christiansen

Dato: 17.-19. november 2006

Sted: Middelfart

Tilmeldingsfrist: Senest den 1. oktober 2006

► SPINNING

Få den rette viden og fundament til at fungere som spinning-instruktør i en forening/motionscenter. Efter endt uddannelse, skal du som instruktør kunne undervise i spinning på alle niveauer. Uddannelsen er bygget op omkring Spinning 1, 2 og 3 (forløber over 2 weekender).

Instruktører: Birgitte Junker, Claudia Freitag, Sanne Schmidt, Bobby Croshaw og Henrik T. Christensen.

Næstved: 7.-8. oktober 2006
+ 21.-22. oktober 2006

Tilmeldingsfrist den
18. september 2006

Randers: 4.-5. november 2006
+ 18.-19. november 2006
Tilmeldingsfrist den 16. oktober
2006

► LIVSTILSMOTION

Kurset henvender sig til instruktører i Livsstils klubberne, der ønsker nye idéer til motionsaktiviteter (lege, gymnastik og dans).


Instruktører:

Britta Haagen Jensen og
Sebastian Bagergaard Rasmussen

Dato: 29. oktober 2006

Sted: Vejle

Tilmeldingsfrist: Senest den
24. september 2006



Læs mere om kurserne og tilmeld dig på www.dff.dk
Yderligere oplysninger, kontakt Helle Nielsen på tlf. 6531 6560.

Becel Nordic Walking 2006

Stavgangstræf i København den 1. oktober.

Der er lagt op til en hyggelig motionsøndag den 1. oktober i Kongsholmparken i Albertslund, hvor Hjerteforeningen, DFIF og Becel inviterer til stavgangstræf – også kaldet Nordic Walking – fra kl. 10.00 til 15.30. Overskuddet fra arrangementet går til Hjerteforeningen, der støtter forskning og forebyggelse af hjertelidelser.

Becel Nordic Walking 2006 tager deltagerne ud på stavgangsture på enten 3, 5 eller 10 km i Kongsholmsparkens smukke omgivelser.

Stavgangsinstruktører fra Dansk Nordic Walking Association instruerer og giver gode råd både før, under og efter turen rundt med stavene. Arrangementet henvender sig til både nybegyndere og mere rutinerede stavgængere, og mangler man stave at gå med, kan de lånes. Alle deltagere er med i lodtrækning om præmier, hvor de heldigste kan vinde en velværelse til en værdi af 20.000 kr.

DFIF er medarrangør af Becel Nordic Walking 2006, der fint un-

derstøtter stavgangsaktiviteterne rundt i mange af firmaidrætsforeningerne. Frivillige fra en række foreninger hjælper således også til ved arrangementet, ligesom de københavnske firmaidrætsforeninger er til stede med boder. Skuespilleren Lars Bom er konferencier, og ud over selve stavgangen, kan deltagerne købe udstyr, få målt blodtryk og få smagsprøver fra Becel. |

Læs mere og tilmeld dig på www.dfif.dk

TEKST & FOTO. RIKKE PALM VESTERGAARD, FORBUNDSKONSULENT, DFIF.

Midsommer Stafetten skudt godt i gang

Midsommer Stafetten samlede 90 stafethold til en hyggelig og aktiv aften.

90 hold var klar til start med 50 løbehold i kategorierne herre, dame og mix samt 40 walk-hold. Løbsruten var på 5 km og førte løberne rundt i den sydlige del af Dyrehaven, de første kilometer langs Skanderborg Sø og ud forbi vandrehjemmet. Dernæst tilbage gennem skoven forbi Friluftsteateret og centrum for Skanderborg Festivalen. Walk-ruten på 7 km var placeret i den nordlige del af Dyrehaven og strakte sig langs de smukke naturstier omkring Sortesø og nær Døjsø.

Tjek ind blev påbegyndt 2 timer før selve starten. Her fik deltagerne udleveret startposerne, der foruden mad, frugt, vinbillet og T-shirt også indeholdte startnumre til hele holdet. Tidtagningen havde Skan-

derborg Firma- og Familieidræt lagt i hænderne på løbsfirmaet SJ-compute ApS, der med stregkoder og på professionel vis registrerede samtlige løbere og walkere når de kom i mål. Alle resultaterne kunne dagen efter ses på Skanderborg Firma- og Familieidræts hjemmeside, med både personlige tider samt holdresultater.

Herre-rækken blev vundet af "De Optimistiske", som tilbagelagde de 3 gange 5 km på 1.05.46 time. I mix-rækken kom HI MØ 50 i mål på 1.04.44 time. I kvinde-rækken var "De Grumme" hurtigst i tiden 1.26.19 time. Den hurtigste walker var Jane Henning fra Team Regnbuen, der tilbagelagde de 7 km på flotte 0:59:27 time.



De første løbere i Midsommer Stafetten på vej rundt i det smukke område der også huser Skanderborg Festivalen.

I målområdet havde deltagerne samt store og især små supporters mulighed for at prøve flødebolle-maskine og gøglerlegeplads, og der var også mulighed for at få tjekket konditallet og fedtprocenten. Aktiviteterne i målområdet var således med til at rammesætte Midsommer Stafetten i Skanderborg som en aktiv og hyggelig dag for alle aldersgrupper. Et meget vellykket arrangement, det uden tvivl lægger op til en gentagelse næste år. |

FEELGOOD

wellness • fitness • sundhed • aktiv livsstil • bodymind



Besøg årets aktive livsstilsmesse

■ Oplev en verden af velvære ■ Se de nyeste trends ■ Modeshows ■ Foredrag

Herning Kongrescenter

Fredag den 29. september - Søndag den 1. oktober - Entre kr. 50,-

Læs mere om årets største motion & sundhedsevent på: www.feelgood2006.dk

Et rigtig stærkt hold

Som tidligere beskrevet er det gamle "FMI" nu definitivt fortid, og aktiviteterne varetages herefter af DFIF og den nye arbejdsgruppe, som er nedsat af DFIF til at varetage disse aktiviteter. Gruppen har blandt andet benyttet overgangsperioden til at få nyt navn, nemlig "Idræt om Dagen-gruppen" (IoD), og den består af følgende personer:

Jørgen Pilegaard

Jørgen er mangeårig leder i DFIF, og sidder i det udvalg, "Idræt & Motion", der blandt andet har ansvaret for forbundets DM-idrætter samt alle de motionsidrætter, der også er i forbundet, herunder "Idræt om Dagen". Jørgen sidder i "IoD-gruppen", som den allerede kaldes i daglig tale på kontoret, som tilfornet fra Idræt & Motion, og bliver altså bindeleddet til det besluttende led i dagligdagen. I udvælgelsen af den nye gruppe er der kigget meget på, at man både skulle kunne videreføre det arbejde, som tidligere lå i FMI, men også kigge fremad mod de kommende tider og arbejdsopgaver. Til det vil Jørgen ganske givet få god opbakning og sparring af den nye gruppe, som er en rutineret flok, der består af:

Kirstine Langagergaard

Kirstine er det "nye" islet i gruppen, idet hun som den eneste ikke har en fortid i den gamle bestyrelse. Til gengæld kommer Kirstine med en fremragende ballast i form af mere end 10 år som leder af det succesfulde senioridrætsprojekt i Ålborg, "Ålborg SeniorSport, ud af røret". Her har Kirstine på bedste måde bevist, at hun ikke blot er en iverig hvirvelvind, men også personen, der får ideerne udført.

Grete Juhler

Grete Juhler har, ganske som Kirstine, gjort en fritidsinteresse til et job. Først som halvtidsansat, og nu som

fuldtidsansat leder af Idræt om Dagen i Silkeborg. Her har Grete gennem årene leveret et kæmpe stykke arbejde, og også vist at hun får ting til at ske. Det har vi nu vidst længe, for Grete har en meeeget lang fortid i Idræt om Dagen, ca. 20 år, og mere end 10 år i den tidligere bestyrelse.

Flemming Mortensen

Som tidligere formand for DAI har Flemming et kæmpe kendskab til den danske idrætsverden. Og en stor del af den tid er heldigvis blevet brugt på Idræt om Dagen-arbejde, for også Flemming er en garvet veteran med over 10 år på bagen fra den tidligere bestyrelse. Flemming slår nu de daglige folder i Glostrup IF 32 sammen med hustruen Rita, som også er et kendt navn i Idræt om Dagen sammenhæng. I Flemming får vi såvel den store praktiske erfaring, som erfaringer fra 'de bonede gulve' i den danske idrætsverden.

Lars Damgaard

Lars arbejder også fuld tid med Idræt om Dagen, nemlig som daglig leder af Idræt i Dagtimerne i Vejle. Her har han ansvaret for en lang række fuld- og deltidsmedarbejdere, som arbejder med hele spektret

af dagidræt, lige fra sindslidende til seniorerne. Lars har som Grete tæt på 20 års erfaringer med til gruppen, heraf de seneste 6 som medlem af den gamle bestyrelse.

Nye planer og tiltag

Det er, efter vores bedste overbevisning, et rigtig stærkt hold, der skal have ansvaret for Idræt om Dagen i DFIF fremover, og bestemt en gruppe, som vil vide at videreføre det gode fra fortiden, samtidig med at der kigges fremad og laves nye planer og tiltag.

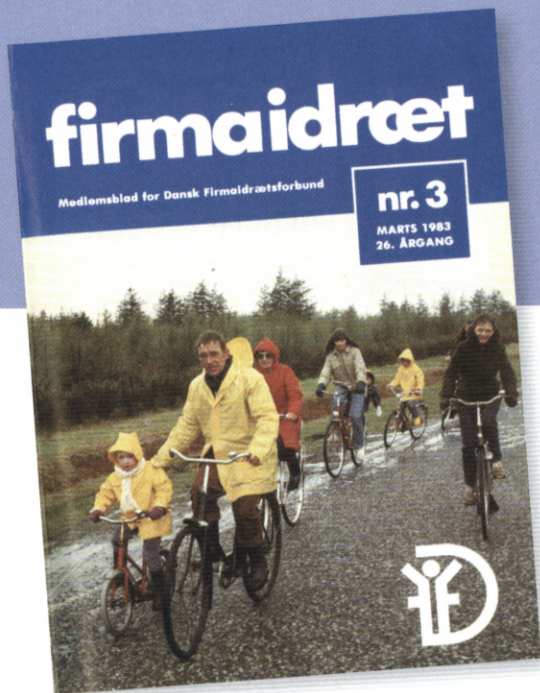
Fra den 1. september er alle overgangsordninger slut, da har vi det præcise billede af de medlemmer som har associeret sig til DFIF's foreninger, og som vi dermed skal arbejde videre for.

I dagligdagen vil gruppen blive bakket praktisk op af sekretær Kirsten Mikkelsen samt konsulent Carsten Hansen, det sidste vraggodt fra FMI! Det bliver en spændende fremtid og den nye Idræt om Dagen-gruppe vil givet vise sig som et stærkt aktiv for DFIF.

Læs i øvrigt mere om gruppens arbejde på 'Foreningsnet' på DFIF's hjemmeside. |



Det nye "Idræt om Dagen-gruppe" der skal sørge for, at Idræt om Dagen i DFIF er i stadig udvikling. Fv Lars Damgaard, Jørgen Pilegaard, Kirstine Langagergaard, Flemming Mortensen og Grete Juhler.



Det skrev Dansk Firmaidræt 1983

DFIF's forbundsblad kunne fejre 25 års jubilæum i 1983. I den anledning blev jubilæumsudgaven trykt med den første 4-farvede forside.

Danmark-Stafetten blev et tilløbsstykke

I samarbejde med Dansk Atletik Forbund og DFIF blev Danmark-Stafetten for første gang afviklet i Viborg den 11. juni. Fra arrangørernes side havde man regnet med omkring 50 deltagende hold til Danmarks nye stafetløb. Man kan roligt sige, at arrangørerne fik langt mere end deres forventninger indfriet. Man havde kun regnet med 50 hold og håbet på 100, men da tilmeldingerne var i hus, var der tilmeldt 216 hold. Altså mere end dobbelt så mange, som man havde håbet på. Det vidner om en stor interesse for netop den form for motionsløb.

Firmaidrættens første skiklub

Så vidt vides er Grindsted den første sammenslutning i landet, der har "organiseret" skisport på programmet. Der deltog 50 personer i den stiftende generalforsamling. På nuværende tidspunkt har skiklubben 113 medlemmer.

Klubinitiativ gav et overskud på 90.000 kr.

For anden gang siden 1979 har Gummibådsfabrikkens Idrætsklub "Viking Boat" i Esbjerg taget initiativ til et kæmpearrangement for Es-

bjerg Firma Idræt. Der er tale om et idrætsstævne, hvor samtlige idrætsgrene under Esbjerg Firma idræt var repræsenteret. Omkring 100 firmaer har skænket præmier for omkring 40.000 kr. Der deltog omkring 1.000 idrætsudøvere i arrangementet. De to arrangementer har i alt givet et overskud på omkring 90.000 kr. Beløbet blev skænket til fordel for sammenslutningens hal 2.

Arbejdsløshedsprojekt i Svendborg

I lighed med andre steder i landet vokser arbejdsløsheden. Også i Svendborg. Under fællesbetegnelsen AKTIV FRITID har initiativtagerne, fællesorganisationen i samarbejde med kommunen, nu kontakt med mindst 400 arbejdsløse, oplyser drivkraften bag initiativet Knud Moritzen. Man tilbyder de ledige motionsaktiviteter i dagtimerne.

Arbejdsløse i Odense har startet egen idrætsforening

Danmarks vel nok første idrætsforening for arbejdsledige er startet i Odense i efteråret 1982. "Vi blev inspireret til at starte foreningen efter at flere af os, sammen med omkring 1.800 arbejdsledige, deltog i en stor idræts-sociologisk un-

dersøgelse i foråret 1982 på Odense Universitet", fortæller formanden for klubben "Sport og Trivsel" – som klubben er blevet døbt – Olaf Overballe.

Rift om pladserne på Aktiv Ferie

Lige siden DFIF i 1980 startede sine tilbud om Aktiv Ferie på DFIF-centret i Oksbøl, er tilslutningen og interessen vokset gevaldigt. Sidste år havde mere end 500 familiemedlemmer valgt at holde Aktiv Ferie for hele familien på DFIF-centret.

Stiftelsen udsat

Med baggrund i de forestående planer om revisioner af fritidsloven, har Idrættens Fællesråd besluttet at udsætte en eventuel stiftelse af Idrættens Oplysningsforbund. Man ønsker at se de bebudede revisioner, inden man på ny behandler spørgsmålet. Det var problematikken om den frivillige foreningsidræt og motionsgymnastikken i aftenskolen, der dannede grundlag for Idrættens Fællesråds initiativ til planerne om at oprette sit eget oplysningsforbund.

Brønderslev kåret til årets cykelby

Efter at Brønderslev i årets cykelkampagne havde været henvist til en 2. plads i både 1981 og 1982, lykkedes det i 1983 at blive kåret til Årets cykelby. Brønderslev vandt med 78.194 registrerede cykelture med Grindsted på 2. pladsen med 45.001 registrerede ture. Kolding blev nr. 3. med 19.918 cykelture. |



Landet rundt

Brønderslev. Ny Livsstilsklub

Brønderslev Familie og Firmaidræt starter nu en ny Livsstilsklub i samarbejde med Sund By. Livsstilsklubbens koncept bygger på sund og varieret kost kombineret med motion. Der er introduktionsaften mandag den 28. august kl. 19.00-20.30 i Brønderslev Familie og Firmaidræt's klubhus på Molsgade i Brønderslev. Bemærk, at der ikke er krav om tilknytning til et firma. Yderligere information hos Birthe Birk, tlf. 9880 18 18 eller mobil 2078 1322.

Nyborg. Herregårdsløbet 27. august

Søndag d. 27. august inviterer Nyborg Cykle Klub, Nyborg Firma Sport og Dansk Cyklist Forbund i Nyborg til AL-Herregårdsløbet, der er Østfyns motionscykelløb for familier, klubber, firmaer og enkeltpersoner. Ruterne, der er på 25, 45, 95 og 150 km, går ad smukke fynske veje forbi nogle af de mange fynske slotte og herregårde på syd- og østfyn. Årets herregård er Ravnholt, der ligger smukt omkranset af vidtstrakte marker 9 km fra Ringe. Start og mål sker fra Gasværksvej ud for løbspladsen "Den grønne" i Nyborg. Se mere på www.herregaardsloebet.dk

Thisted. Ny livsstilsklub

Livsstilklub-Thy starter nu op i Norshallen med et daghold om mandagen og et aften hold om tirsdagen. Der er introduktionsmøde tirsdag den 29. august kl. 19.00-22.00. Der er gratis adgang for alle, og der er intet krav om tilknytning til et firma. Yderligere information hos Dorthe Pedersen på tlf. 9798 1141 eller mobil 6095 5210.

Esbjerg. Høj sol over Vestkystløbet

Det forrygende sommervejr i starten af juni måned satte sit præg på

den 32. udgave af Vestkystløbet, der blev afviklet den 11. juni med Esbjerg Atletik og Motion og Esbjerg Firmaidræt som arrangører. Med 9.654 tilmeldte nåede man lige knap op på løbsrekorden fra 2003 med 10.604 tilmeldte, men arrangørerne glædede sig over et perfekt arrangement, hvor de mange tusinde løbere hyggede sig med en kold forfriskning og en grillpølse i solen i Vognsbølparken efter et veloverstået løb på enten den korte rute på 4,8 km eller den lange på 9,2 km.

Kolding. Ny Livsstilsklub

Nu får borgerne i Kolding et nyt tilbud i kampen mod overvægten. Livsstilsklub-Kolding starter op i uge 36 med et Åbent Hus, og målgruppen er alle, der ønsker at få en sundere livsstil, at tabe i vægt og få sundere kost- og motionsvaner. Der er Åbent Hus i Parkhallen, Fynsvej 49 i Kolding den 30. august kl. 19.00-20.30, hvor man kan hilse på Livsstilsklubbens leder og instruktører, og der er intet krav om tilknytning til et firma. Yderligere information hos Rikke Lunding på tlf. 2481 4962 eller mail rikke@lunding.nu

Grindsted. I førertrøjen igen

Årets cykelkampagne Tour de Pedal kører helt frem til september måned, og Grindsted Firmaidræt har lagt sig i spidsen med 6.006 cykelture og 58.093 km. Det er kun STØFI (Skjern, Tarm, Ølgod Firma og Familieidræt) det følger trop med 4.184 cykelture og 55.219 km. Det skal dog lige bemærkes, at STØFI endnu ikke har indberettet tal for juli måned, så placeringen for antal kørte km kan godt skifte, når tallene tikker ind. På 3. pladsen finder vi Nakskov Firma & Familie Sport med 2.583 cykelture og ikke færre end 83.367 km eller godt to gange rundt om Jorden!

Glostrup. Panter Dag i IF32 Motion & Trivsel

På den sidste FMI konference i efteråret 2005 i Vildbjerg Sportscenter lagde IF32 Motion & Trivsel i Glostrup billet ind på afholdelse af en Panter Dag i juni 2006. - Som en forening med motion og idræt om dagen blev vi utroligt inspireret af indholdet i en Panter Dag, fortæller Rita Mortensen fra IF 32 Motion & Trivsel.

Den 9. juni 2006 tjekkede 72 glade seniorer ind til den første Panter Dag, og flagene var hejst i Glostrup Idrætspark. Formanden for Kulturudvalget i Glostrup, Fredie Rose holdt velkomsttalen, og så var der fælles opvarmning inden starten på 4, 6 og 7 km stavgang, vandretur eller 20 km på cykel. Efter motionen stod der frokost, fælles hygge og dans til Ulf Tauberts Trio på programmet, og derefter var der to timer med aktiviteter med bueskydning, pentanque og øvrige spil.

- Umiddelbart var vejret ikke med os på starttidspunktet, men op ad dagen ændrede det sig, så frokosten i Egeparken blev en stor social succes med dejlig musik og dans, fortæller Rita Mortensen, der slår fast, at det ikke er sidste gang IF32 Motion & Trivsel arrangerer Panter Dag i Glostrup.



Panterne i Glostrup hyggede sig med kaffe og musik og dans til Ulf Tauberts Trio.



Nyt om navne

Fortjensttegn til Valdemar Thomsen

Formanden for Århus Amtskreds, Valdemar Thomsen, har modtaget DFIF's fortjensttegn. Valdemar Thomsen er en af grundpillerne i Silkeborg Firma-Sports historie, og han har været en vigtig del af foreningens ledelse siden starten af 1970'erne, enten som bestyrelsesmedlem, formand for foreningen, kredsformand eller udvalgsformand.

Hæderen blev overrakt af DFIF's næstformand Jørn Godt, Kolding, i forbindelse med generalforsamlingen i Silkeborg Firma-Sport den 21. marts 2006.

Idrætslederpris i Nordjylland

Formanden for svømmeudvalget i Pandrup Firma & Familie Idræt, Bettina Bonde har modtaget Nordjyske Service Sparekassers Idrætslederpris. Prisen – der er på 6000 kr. – uddeles hvert år som en påskønnelse og opmuntring til ulønnede frivillige idrætsledere, der har gjort en ekstraordinær indsats.

Hæderstegn i Silkeborg

Ved generalforsamlingen i Silkeborg Firma-Sport den 21. marts 2006 modtog to ledere i foreningen DFIF's hæderstegn.

Kasserer Lene Schmidt blev hentet ind i bestyrelsen i 1995, og det var i høj grad Lene's fortjeneste, at Silkeborg Firma-Sport overlevede en økonomisk krise, der var tæt på at lukke foreningen. Lene er en engageret pige, og hun har også tid og overskud til at varetage sekretærposten i Århus Amtskreds.

Formanden for fodboldudvalget Jan Peter Nielsen har modtaget DFIF's hæderstegn. Jan overtog i 1995 posten som fodboldformand efter Lars Henriksen, der i mange år var kendt som "Mr. Silkeborg Firma-Sport". Jan er utroligt engage-

ret i fodbold, og stod det til ham, afviklede Silkeborg Firma-Sport kredsstævner hvert år. Da Futsal kom på banen var Jan da også straks klar med ordene: "det skal vi prøve – det lyder spændende". Hæderen blev overrakt af DFIF's næstformand Jørn Godt, Kolding.

Fortjensttegn til Karl Gustav Sørensen

Formanden for Fredericia Fag- & Firma Idrætsforbund (FFFIF), Karl Gustav Sørensen, har modtaget DFIF's fortjensttegn. Karl Gustav blev valgt ind i bestyrelsen i FFFIF i 1981, og har siden beklædt formandsposten for flere idrætsudvalg, bl.a. håndbold og volleyball. I 1991 modtog han FFFIF's hæderstegn, og i 1997 blev han næstformand i foreningen, og modtog samme år DFIF's hæderstegn. I 1999 blev han valgt til formandsposten i foreningen, en post han på bedste vis har varetaget lige siden. Karl Gustav blev i 2002 hædret med Hans Borbjerg Pokalen af Vejle Amts Kreds for sit dygtige og initiativrige arbejde på kreds- og foreningsplan for firmaidrætten i Vejle Amtskreds. Hæderen blev overrakt af DFIF's formand Peder Bisgaard ved Karl Gustavs 25 års jubilæumsreception den 29. april 2006.

Fortjensttegn til Jan Reinhold

Formanden for Slagelse Firma Sport, Jan Reinhold, har modtaget DFIF's fortjensttegn. Jan startede 1977 i skydeafdelingen i SFS, og han har også i en periode været formand for afdelingen. Skyttesagen har altid stået Jans hjerte nær, og det er også som mangeårigt medlem af DFIF's pistolsektion, og senere også for formand for DFIF's Idrætsudvalg, at Jan har sat et kraftig fingeraftryk på udviklingen

af DFIF's idrætter. Siden 1995 har Jan også beklædt posten som formand for SFS, og han har også i mange år været en foregangsmand, ildsjæl og igangsætter i forbindelse med firmamesserne og ved starten af talrige nye idrætsgrene og aktiviteter i foreningen. For sit engagerede og seriøse arbejde for firmaidrætten har Jan modtaget flere af SFS's hædersbevisninger, og i 1993 modtog Jan også DFIF's hæderstegn. Hæderen blev overrakt den 26. april 2006 af DFIF's formand Peder Bisgaard i forbindelse med foreningens repræsentantskabsmøde.



Formanden for Slagelse Firma Sport, Jan Reinhold, har modtaget DFIF's fortjensttegn.

Fortjensttegn til Svend Bang Andersen

Medlem af skydeudvalget i Ringkøbing og Omegns Firmaidræt (ROFI), Svend Bang Andersen, har modtaget DFIF's hæderstegn. Svend startede i firmaidrætten i begyndelsen af 1970'erne som en ivrig skytte, og han var med i pionærene da den første ROFI-hal blev opført med frivillig arbejdskraft. I 1976 blev han valgt ind i skydeudvalget, og han gjorde en stor indsats for skydning for børn. Svend har altid været en af de bærende kræfter i de særlige arrangementer for børn, Sjøv Lørdag og Ferie Sjøv i ROFI. Svend blev i 2001 hædret med DFIF's Hæderstegn, og han har for sit store frivillige arbejde modtaget flere hædersbevisninger fra ROFI. Hæderen blev overrakt ved ROFI's generalforsamling den 30. marts 2006.



Kort nyt

Vedr. artikel i Firmaidræt nr. 3, 2006

Det var med en vis undren og skepsis, at FKBU's bowlingudvalg læste artiklen på side 11, om "Danmarks største bowlingstævne". Det er især udtalelsen fra Poul Erik Ooppelstrup, om at FKBU's bowlingudvalg har valgt ikke at deltage, der falder os for brystet. Denne udtalelse må vi tage klart afstand fra, da det ikke er noget som FKBU's bowlingudvalg har udtalt sig om.

Det, vi har nævnt over for Poul Erik er, at vi ikke mener, at 3 serier er en sportslig korrekt måde at afvikle et DM på. Specielt ikke når vi hos FKBU bruger 18 serier for at finde vores unionsmester. FKBU's bowlingudvalg opfordre skam vores medlemmer til at deltage i DFIF's arrangementer, hvilket også kan ses af både startliste og præmielisten, men vi føler os også sikker på, at flere fra København ville deltage hvis serieantallet blev hævet til 6 eller 8 serier.

Vi vil gerne tilkendegive, at der var alt for få deltagere her fra regionen, når nu stævnet var lagt her i København.

På vegne af FKBU's bowlingudvalg.
Kaj J. Wiczorek, bowlingformand. ■

19 foreninger har købt CMS-systemet

På Formandsmødet i april 2006 introducerede DFIF et hjemmesidesystem, som er nemt at gå til, og som sikrer en genkendelighed af Firmaidrætten landet over. Systemet er et frivilligt tilbud til alle foreninger og kredse under DFIF, og der gives tilskud i form af, at DFIF refunderer den første licens i hver forening eller kreds, der køber systemet.

Henover sommeren har 19 foreninger og 1 kreds valgt at købe systemet, og flere af dem er rigtig godt på vej.

Følgende foreninger har købt CMS-systemet: Bramming, Esbjerg, Glejbjerg, Grindsted, Firmaklubbernes Skaksammenlutning - København, Fyns Amtskreds, Køge, Herning, Holbæk, Horsens, Midtjylland, Morsø, Randers, Roskilde, Skanderborg, Sæby, Varde, Vejen, Vejle og Vestfyn.

DFIF vil sammen med leverandøren,

MR-system, i den kommende tid følge op med hjælp og støtte til de foreninger der nu er ved at opbygge hjemmesiderne, lige som det vil blive et tema på webmaster-træffet på det kommende Stortræf i september.

Interesserede foreninger og kredse kan læse mere om CMS-systemet på DFIF's hjemmeside på ForeningsNet, eller man kan henvende sig i DFIF's kommunikationsafdeling. Kontakt afdelingsleder Lars B. Andersen eller sekretær Pia Hansen. ■

Ekstra præmier til holdkaptajnerne

Efter en velfortjent ferie, er det på tide at tage hul på motionen og de gode vaner. Arbejdspladsen motionerer sætter i år en række sunde præmier på højkant til holdkaptajnerne i årets kampagne. Hver uge, fra uge 32 til uge 37, sætter vi en ny præmie på højkant. Det eneste du skal gøre for at vinde er, at logge ind på dit hold og sende et tip om kampagnen til en ven eller kollega ved hjælp af "Tip og Tjen".

Hvis du tipper eller tilmelder et hold, optjener du point, og er med i dybden om præmierne. Jo flere du tipper, des større er din chance for at vinde! Præmien i uge 34 er et gavekort på 3000 kr. til en cykel. Præmien i uge 35 er et gavekort til en prøvetime for seks personer på Danmarks første indendørs skibakke til en værdi af 1000 kr. Præmien i uge 36 er et gavekort til Sportmaster til en værdi af 1.000 kr., og præmien i uge 37 er et gavekort til en wellness weekend i DGI-byen til en værdi af 4.500 kr.

Læs mere her: <http://www.dfif.dk/am/præmier/hovedpraemie.asp> ■

Badminton. Bedst af 3 sæt til 21 point

DFIF's Idræts- & Motionsudvalg har besluttet, at de nye regler for point-tælling i badminton, hvor der spilles bedst af 3 sæt til 21 point og med running score, også skal gælde for badmintonspillere under DFIF. De nye regler gælder fremover for alle danske badmintonspillere, lige fra U9 til og med veteraner. ■



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
Ærtekliten 6
5492 Vissenbjerg
Tlf. 64 47 33 17
Mobiltlf. 40 33 99 20
E-mail: jst@dfif.dk

Styrelsen

Formand Peder Bisgaard
Kighusvænget 21
3400 Hillerød
Tlf. 48 26 96 43
Mobiltlf. 24 45 30 15
E-mail: bis@dfif.dk

Næstformand Jørn Godt
Schultzvej 5
6091 Bjert
Tlf. 75 57 23 22
Mobiltlf. 40 91 42 74
E-mail: jgo@dfif.dk

Tonny Andersen
Løvetandsvej 73
8870 Langaa
Tlf. 86 46 71 04
Mobiltlf. 20 81 72 52
E-mail: tba@dfif.dk

Ragna Knudsen
Bøgevej 32
6950 Ringkøbing
Telefon: 97 32 23 15
E-mail: ragna@dfif.dk

Knud Johansen
Bragesvej 12
8680 Ry
Tlf. 86 89 33 26
E-mail: knj@dfif.dk

Afdelingsleder kommunikation

Lars Borup Andersen
Kissendrupvej 18
5800 Nyborg
Mobiltlf. 40 16 85 60
E-mail: lb@dfif.dk

Redaktør

John Thrane
Capellavænget 12
5210 Odense NV
Tlf. 66 16 08 88
Mobiltlf. 20 45 55 02
E-mail: jt@dfif.dk

IT konsulent

Troels Majlandt
Rådsvænget 81
5800 Nyborg
Privat 65 31 86 88
Mobil 21 20 49 40
E-mail: tm@dfif.dk

Kommunikations- konsulent

Camilla Svenstrup
Thuresensgade 4, 2. tv
5000 Odense C
Telefon: 66192093
Mobil: 61556264
E-mail: camilla@dfif.dk

Presseansvarlig

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

Afdelingsleder Idræt & Motion

Jan Knudsen
Sortebrovej 25
5690 Tommerup
Telefon: 65 91 08 03
Mobil: 40 45 78 60
E-mail: au.jan@dfif.dk

Konsulenter Idræt & Motion

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

Carsten Hansen
Westermansvej 15, st.
5230 Odense M
Telefon 65 91 04 01
Mobil 40 45 78 67
E-mail: ch@dfif.dk

Anette Hvidtfeldt
Læssøegade 135
5230 Odense M
Telefon: 6619 1936
Mobil: 2423 7525
E-mail: hv@dfif.dk

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

Afdelingsleder MpA

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

Forenings- konsulenter

Jørgen Rasmussen
Løvej 24, Pederstrup
4700 Næstved
Tlf. 55 76 16 35
Mobiltlf. 21 42 16 35
E-mail: jr@dfif.dk

Sannie Kalkerup
Skovhaven 6, Eskilstrup
4560 Vig
Tlf. 59 32 83 84
Mobiltlf. 40 45 78 63
E-mail: sk@dfif.dk

Torben Laursen
Gl. Kongevej 48
6200 Aabenraa
Tlf. 74 63 25 15
Mobiltlf. 40 45 78 64
E-mail: tl@dfif.dk

Jan Grumstrup
Vibevej 20
9500 Hobro
Tlf. 98 51 01 01
Mobiltlf. 40 33 98 32
E-mail: jg@dfif.dk

Per Nedergaard Rasmussen
Elmeallé 9, V. Nebel
6040 Egtved
Telefon: 7555 3028
Mobil: 6161 4055
E-mail: pnr@dfif.dk

Rikke Palm Vestergaard
Sandgravvej 5, 1. th.
8000 Århus C
Mobil: 2673 0560
E-mail: rpv@dfif.dk

Pantere luftet i sol og regn

Motion, dans og konditest, da panterne i Ulstrup blev luftet på Panter Dagen.

Århus Firma Sport's Livsstilsklub stod for arrangementet af Panter Dagen søndag den 13. august. De havde valgt at flytte Panter Dagen ud til Dannebrogsplassen i Ulstrup. Et lille idyllisk område i den nye Faverskov kommune som ligger helt ned til Gudenåen. Pladsen er opkaldt efter Cirkus Dannebrog, og der var da også lidt cirkus over Panter Dagen, mest af alt fordi, der var stillet et cirkustelt op på pladsen i tilfælde af regn.

Skyerne holdt dog tæt for en stund, da de ca. 40 pantere startede på motionen, hvor de kunne vælge mellem en stavgangstur på 5 km., en gåtur med

naturvejleder på 4 km. eller en cykeltur på 10 km. Til stavgangsturen var vi så heldige at få besøg af Kirstine Langagergaard, som gav nogle gode fif til deltagerne.

Lena, der er med i den lokale stavgangsgruppe i Ulstrup, fik rettet sin stavgangstil.

- Jeg kan mærke at jeg har brugt min mave, ryg og "mormor armene" meget mere end jeg plejer. Det var rigtig godt at få nogle råd og rette underne lidt, sagde Lena efter de 5 km i det smukke område.

Konditest og folkedans

Efter motionen var det madpakketid. Her fik Panterne serveret tre bud på, hvordan sundheden skal tackles i fremtiden fra hhv. Århus Amt, foreningslivet og den kommende borgmester i Faverskov Kommune, Anders G. Christensen.

Bagefter var der frit slag i info-boderne, hvor Århus Firma Sport lavede konditest, vejede og målte fedtprocent, Diabetesforeningen målte blodsukker og i Hjerteforeningens Hjertebus fik man tjekket blodtrykket. Samtidig med info-boderne blev der spillet Krolf.

- Det er rart at få målt, hvordan det ser ud med helbredet, samtidig med, at jeg kan lave nogle sjove aktiviteter og forbedre min fysik, sagde Martin, der også er med i den lokale stavgangsgruppe.

Som afslutning på arrangementet blev der spillet op til dans, og der blev danset folkedans i teltet så enhver cirkushest ville blive misundelig.

Da dagen var omme, var Panterne i Ulstrup blevet luftet, og havde fået meget mere end den halve times motion der tilrådes. Men det gør jo ikke noget, og når det er i fællesskab med andre, samtidig med at det er sjovt, kan det ikke blive meget bedre. ■



Smilene var store hos Tove og Martin Jensen fra Ulstrup, da de vandt lodtrækningen om et minicruise til Oslo. Th. lederen af Livsstilsklubben i Århus Firma Sport, Max Holm.



Stavgangs-folket fik gode fif af instruktør Kirstine Langagergaard (tv) fra Aalborg.



Maskinel Magasinpost

Afsender:

Postbox 7777

7000 Fredericia

ID NR. 42136