

idræt | motion | samvær

Firma idræt



Dansk Firmaidrætsforbund

10

Nov./Dec. • 2004



Formandsmøde i Kolding

Firmaidrætten får
ny generalsekretær

Næstved Firma Sport blev
Årets forening 2004 i DFIF



ER FOLKEOPLYSNINGSLOVEN DØD?

I Sidst i 90'erne erstattede den daværende VKR regering med kulturminister Ole Vig Jensen som primus motor den daværende Fritidslov med Folkeoplysningsloven. Trods lovens forholdsvis unge alder, må det siges, at den adskillige gange er blevet fulgt nøje af politikere.

I den socialdemokratiske regeringstid nåede man lige at foretage en revision inden regerings-skiftet i 2001. Den nuværende regering har – til trods for at de to regeringspartier har stået fadder til loven – ikke lagt skjul på, at Folkeoplysningsloven ikke just er deres kop te.

”Ingen tvivl om, at det vil være både mere udviklende og udfordrende at lade de lokale politikere udforme deres egen lokale fritids- og kulturpolitik”

et lovpligtigt folkeoplysningsudvalg er blevet fjernet i henholdsvis 2002 og 2003. Umiddelbart uden den store virkning, da de fleste kommuner både fortsatte med forsøgspuljer og også med folkeoplysningsudvalg.



Peder Bisgaard, forbundsformand, DFIF.

Kommunalreformens indvirkning på det lokale foreningsliv var til debat på DFIF's formandsmøde i november 2004. Med den kommende kommunalreform forude og dermed en umiddelbart forestående svær øvelse med at sammensætte kommunernes mange fritids- og kulturpolitikker under skyldig hensyntagen til den gældende folkeoplysningslov, var det nok ikke helt tilfældigt, at Venstres idrætspolitiske ordfører, Leif Mikkelsen fremkom med den tanke, at fjerne Folkeoplysningsloven helt. Dermed ville man ”give den fulde kompetence til de lokale politikere, der alt andet lige jo nok ved mere om lokalpolitik end en ”tilfældig” politiker på Christiansborg”, lød det fra Leif Mikkelsen.

Umiddelbart en meget alvorlig udmelding fra den selv samme per-

son, som i 1998 var bekymret over, at Folkeoplysningsloven stod overfor en revision, dengang dog som formand for Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger (DGI). Men tidene har ændret sig, og det kunne måske være en spændende tanke, at støtte op omkring Leif Mikkelsens forespørgsel, hvis vi turde tage ansvaret.

Der er ingen tvivl om, at det vil være både mere udviklende og udfordrende at lade de lokale politikere udforme deres egen lokale fritids- og kulturpolitik og dermed også en idrætspolitik. Det ville i sig selv være med til at sætte fokus på et område, der i forvejen er prioriteret lavt i kommunerne. Det vil også uden tvivl være med til at bringe netop fritids- og kulturpolitikken ind i den kommende strukturdebat. Men én ting må i så fald være et must, nemlig fastholdelse af et ”brugerudvalg”, således at vi sikrer brugernes demokratiske medindflydelse.

Hvis Leif Mikkelsens udmelding er udtryk for en reel regeringsovervejelse, vil jeg derfor opfordre til, at vi får en klar udmelding, således at dette kan inddrages i den kulturpolitiske debat omkring kommunalreformen. ■



Indhold



- 4 Temaaften om Firmaidrætsfestival 2005
- 5 Næstved Firma Sport blev Årets forening
- 6 Firmaidrætten får ny general
- 7 Formanden tog forskud på glæderne
- 8 Åbent 24 timer i døgnet



- 9
- 10 Sundhedstjek hos Energi Fyn
- 11 MailMotion slår igennem i medierne
- 12 Indoor Soccer. To forskellige spil
- 13 Giver sved på panden
- 14 FMI-konference i Vildbjerg
- 15 700 tusinde kr. til gode formål
- 16
- 17 Jubi-stævne. "Kom og vær med" for 50. gang
- 18 Kursustilbud fra Dansk Firmaidrætsforbund
- 19 Lone's slankehistorie. Livsstilsklub København
- 20 Åbne stævner i DFIF 2004/05
- 21 Landet Rundt
- 22 Navne
- 23 Kort nyt
- 24 De løber for Landskredsen



Næste nummer af Firmaidræt udkommer den 26. januar 2005.

Redaktionen ønsker alle læsere en god jul og et godt nytår!

TEMAAFTEN OM FIRMAIDRÆTSFESTIVALEN 2005

Formændene blev "rustet" til at sælge festivalen hjemme i foreningerne.



20 rigtige på "Festival tipskuponen". John Erichsen, Vamdrup, Lena Thomsen, KFI, Erik Starup, Give, Svend Mandel, Told*Skat Fritid og Palle Stenhøj Jørgensen, Hillerød.



Den 3-dobbelte medaljevinder ved OL i Barcelona, Atlanta og Sydney, sejlsportsmanden Jesper Bank, holdt et inspirerende foredrag om fascinationen og fællesskabet ved deltagelsen i store idrætsstævner.

Temaet for fredag aften ved formandsmødet var Firmaidrætsfestivalen 2005 i Aalborg. DFIF's afdeling for Idræt og Motion havde sat alle sejl til, så ingen formænd skulle drage fra formandsmødet, uden at de var fuldt opdaterede på Firmaidrætsfestivalen 2005.

Fra talerstolen indledte forbundsformand Peder Bisgaard med en status for forberedelserne set med DFIF's øjne, hvorefter direktøren i Skole- og Kulturforvaltningen i Aalborg, Erik Ravn, og formanden for Aalborg Firmasport, Verner Sørensen, orienterede om de lokale forberedelser i Aalborg og om, hvad deltagerne kan forvente at opleve i Aalborg den 2.-4. september 2005.

Til slut kunne festivalkoordinator Torben Laursen, DFIF orientere om de mange praktiske forhold omkring overnatning, tilmelding og deltagelse i såvel DM-stævner som de Åbne stævner ved festivalen, hvor man forventer op imod 5.000 deltagere, foruden de omkring 10.000 forventede deltagere i de mange "drop-in" aktiviteter i byen og i Mølleparken.

20 spørgsmål

Herefter var formændene godt rustet til at give sig i kast med en helt speciel "Festival tipskupon", hvor der skulle tippes rigtigt på 20 spørgsmål om festivalen, hvis man skulle gøre sig håb om at få en lækker festival sweatshirt.

Idræt & Motion havde stillet en lang række eksempler på aktiviteter og idrætter op, så formændene kunne prøve kræfter med de mange tilbud som festivalen byder på. Bl.a. mini-bowlingbane, en bane med mini-armbryst, pusterør, hockey og boccia og meget mere.

Formændene gik til sagen med stor ildhu, og hvis de udviser det samme engagement når Firmaidrætsfestivalen 2005 skal "sælges" til medlemmerne derhjemme i foreningen, så bliver der ingen problemer med at nå et deltagerantal på 5.000 til DM-stævnerne og til de Åbne stævner!

Suset fra OL

- Jeg har deltaget ved de Olympiske Lege 4 gange, men jeg har kun vundet 3 medaljer!

Den dobbelte guldvinder ved OL i Barcelona og Sydney samt bronzemedaljetager i Atlanta, sejlsportsmanden Jesper Bank, afsluttede temaaftenen med et inspirerende oplæg om sin deltagelse ved de Olympiske Lege i Sydney.

Uden at drage direkte sammenligning mellem DFIF's festival og OL, fik Jesper Bank på en meget personlig måde, fremhævet de fælles værdier og den fascination ved fællesskabet man får, når man deltager i store idrætsstævner.

Jesper Bank fortalte om det hårde slid med hyppige rejser og mange dage væk hjemmefra, og tilhørerne fik et indblik i den langt fra glamourøse indkvartering og dagligdagen ved et OL, hvor offentligheden kun fokuserer på de gyldne øjeblikke. En hverdag, hvor sportsudøverne også skal fungere samtidig med, at de skal holde fokus på hvad det reelt handler om; medaljer til Danmark. ■

NÆSTVED FIRMA SPORT BLEV ÅRETS FORENING 2004

PR-ansvarlig og redaktør af Næstved Firma Sports blad, Aja Andersen sammen med formanden for NFS, Leif Rasmussen (i midten) og forbundsformand i DFIF, Peder Bisgaard. Foto. John Thrane.

På formandsmøde blev Næstved Firma Sport (NFS) hædret som Årets Forening i DFIF 2004. Hæderen tildeles en forening som har gjort sig bemærket på en positiv måde til fremme for firmaidrætten i Danmark. - Næstved Firma Sport er en god ambassadør for firmaidrætten og fortjener om nogen at blive kåret som Årets forening, sagde DFIF's formand Peder Bisgaard, da han motiverede hæderen.

- Næstved Firma Sport er kendt for at være på forkant med udviklingen, når det drejer sig om opstart af nye aktiviteter, og foreningen er meget synlig i medierne, hvilket skyldes en særdeles aktiv information til medierne omkring



foreningens tilbud, sagde Peder Bisgaard og understregede, at det er en holdindsats, der ligger bag de mange initiativer og aktiviteter.

NFS er stiftet i 1951 og foreningen har 1.494 aktivitets-medlemmer fordelt på 11 aktiviteter, blandt andet kroket, livsstilsklub, petanque, senioridræt og stavgang. Hvert år afvikler foreningen landets største

DanmarkStafet med over 300 tilmeldte hold, og er dermed den absolut største løbsby i hele landet.

NFS har i mange år arbejdet ihærdigt på at få sine egne faciliteter, og det ser nu ud til at lykkes med et fælles værested på Næstved Kaserne. Med hæderen fulgte et gavekort til tjenesteydelser fra DFIF på 8.000 kr. |

LEIF SØRENSEN HÆDRET SOM ÅRETS LEDER 2004

Der var stående klapsalver fra formændene, da Peder Bisgaard ved aftenfesten afslørede navnet på Årets Leder i DFIF 2004. Det blev formanden for DFIF's Fyns



Leif Sørensen (th) blev Årets Leder i DFIF i 2004. Tv. DFIF's formand Peder Bisgaard.

Amtskreds, Leif Sørensen fra FKS, Odense, der modtog den fornemme hæder, symboliseret ved Agerbæks Æresskulptur, samt et rejsebevis på 8.000 kr.

Leif Sørensen har arbejdet både lokalt, på kredsplan og i den centrale ledelse i DFIF, og i øjeblikket sidder han også med i styregruppen for Motion på fynske Arbejdspladser. Leif var i årene 1990-97 en meget aktiv formand for firmaklubben på Micro Matic A/S, men det er skydesporten der står hjertet nær.

Leif er forbundsinstruktør i skydning, og han er altid at finde på deltagerlisten ved forbundets DM-stævner i både riffel- og pi-

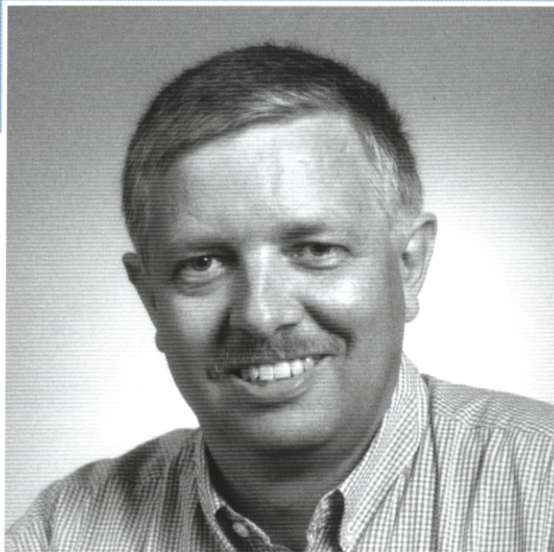
stolskydning. Det er blevet til flere mesterskaber i klasse B, først i 1980 i riffelskydning, i 1996 i pistolskydning og senest i 2002 i riffelskydning igen.

- Du er en firmaidrætsmand med stort F. Du er ikke bange for at sige din mening, men det bliver altid sagt på en konstruktiv måde og med et smil på læben, og det nyder du stor respekt for i alle kredse, sagde Peder Bisgaard, da han motiverede hæderen.

Leif Sørensen fik i 1991 forbundets hæderstegn. I 1993 fik han Leo Frederiksens Mindepokal, og i 2002 blev han hædret med forbundets fortjensttegn. |

FIRMAIDRÆTTEN FÅR NY GENERAL

Den 1. december 2004 sætter Jan Steffensen sig tilrette i chefstolen i Dansk Firmaidrætsforbund.



Jan Steffensen er ansat som ny generalsekretær i Dansk Firmaidrætsforbund pr. 1. december 2004.

■ På formandsmødet kunne forbundsformand Peder Bisgaard løfte sløret for et generationsskifte på topposten som generalsekretær i DFIF. Skiftet sker den 1. december 2004.

Den nye mand på topposten som generalsekretær er Jan Steffensen, der i samarbejde med den øvrige ledelsesgruppe får ansvaret for forbundets daglige ledelse og drift med reference til forbundsstyrelsen.

Jan Steffensen afløser Svend Møller, der har været generalsekretær i DFIF siden 1985, og som efter eget valg ønsker at stoppe. Svend Møller fortsætter dog et halvt år frem til den 1. maj 2005 som chef for DFIF's store satsningsområde "Motion på Arbejdspladsen".

Jan Steffensen er 48 år og stammer fra Brande i Jylland. Efter lærereksamen fra Jelling Statsseminarium i 1979 gik turen til Vissenbjerg på Fyn, hvor han var folkeskolelærer på Vissenbjerg Skole fra 1981 til 1990.

Kendt ansigt

Nyheden om chefskiftet i DFIF blev godt modtaget af formændene, der kvitterede med klapsalver. Jan Steffensen er også et kendt ansigt i DFIF, idet han har været ansat i forbundet siden den 1. marts 1990. Først som forbundskonsulent, fra den 1. oktober 1999 som administrationschef, og fra 1. januar 2003 som souschef på forbundskontoret i Nyborg.

Fra den 1. januar 1999 blev Jan Steffensen gjort til ansvarlig for gennemførelsen af forbundsstyrelsens Vision 2003, og i 2003 ved overgangen til mål- og strategistyring og implementeringen af forbundsstyrelsens indsatsområder var det atter Jan Steffensen, der blev spændt foran vognen.

Det er således en mand med et særdeles godt kendskab til de interne linier og arbejdsgange i forbundet der nu sætter sig tilrette i chefstolen, men Jan Steffensen får næppe tid til at læne sig roligt tilbage. Arbejdsgaverne er mange og forbundet er inde i en rivende udvikling.

Ekspert i folkeoplysningsloven

Jan Steffensen har siden Folkeoplysningslovens indførelse i 1990 været DFIF's ekspert i folkeoplysningsloven. Han har siden 1990 repræsenteret DFIF i Samarbejdsudvalget mellem idrættens organisationer (DIF, DGI og DFIF), Dansk Ungdoms Fællesråd, Oplysningsforbundene, Undervisningsministeriet og Kommunernes Landsforening.

Jan Steffensen betegner sig selv som et rigtigt foreningsmenneske, og han har stor erfaring fra talrige råd, nævn og foreninger. Han har siddet i fritidsnævnet og senere i folkeoplysningsudvalget i Vissenbjerg kommune. I 2001 blev han valgt ind i byrådet i Vissenbjerg for Socialdemokratiet og er pt. formand for kulturudvalget.

I det private er Jan gift med Conny Steffensen, der er afdelingsleder på Fyns Amts specialskole, Skrillingskolen i Middelfart. Parret har tre børn på 22, 20 og 15 år. ■

FORMANDEN TOG FORSKUD PÅ GLÆDERNE

Omkring 200 gæster mødte lørdag den 13. november op for at fejre Peder Bisgaard, da forbundsformanden, ganske vist 14 dage før den egentlige runde dag, indbød til reception i anledning af sin 50 års fødselsdag.

Receptionen fandt sted i forlængelse af efterårets formandsmøde.

■ Næstformand i DFIF's forbundsstyrelse, Jørn Godt, var første mand i talerækken, og han lagde ikke skjul på, at Peder Bisgaard er handlingsmand:

- Peder, du har været formand i tre år – det har været noget af tre år! Din programmerklæring fra din tiltrædelse i 2001 har du fulgt og forfulgt, og der har været ualmindeligt travlt i styrelsen med dig ved roret! Her tænker jeg bl.a. på den lange række af indsatsområder, DFIF nu arbejder målrettet efter og på den omfattende strukturændring, som forbundet har gennemgået det seneste år. Samtidig har du lige fra starten lagt stor vægt på at komme rundt i foreninger, kredse og landsdele for at komme i dialog med vores bagland.

- Du er en flittig og engageret formand og tillige en god kammerat. Du har siden din indtræden i styrelsen udvist flid og grundighed. Samtidig er du klar i mælet – vi er aldrig i tvivl om, hvad du mener, lød det fra Jørn Godt.

En ny generation af formænd

Næste mand i talerækken var DGI's formand Søren Møller, der ligesom Peder Bisgaard repræsenterer en ny generation af formænd – og dermed en ny epoke – i toppen af dansk idrætsliv. Netop generationsskiftet i DFIF og DGI løb som en rød tråd gennem Søren Møllers tale:

- Vi tilhører en ny generation af formænd, der skal løfte en tung arv efter to formænd, der har gjort det



Højt humør hos to nuværende og en tidligere formand. Formanden for DGI, Søren Møller (th) og den tidligere formand for DGI, Leif Mikkelsen (i midten) var på pletten med pæne ord da DFIF's formand Peder Bisgaard markerede sin 50 års fødselsdag.



Mange gæster fra hele landet. Carl Bidstrup fra LTFU sammen med Lizzie Gravert hilste på ved Peder Bisgaards 50 års fødselsdagsreception.

fremragende. Vi står i spidsen for to organisationer, der har store udfordringer i at forny sig – og vi har taget fat på forandringerne.

Søren Møller hæftede sig ved flere ligheder mellem de to "nye" formænd:

- Vi spiller ikke golf, og har ingen børnebørn. Vi snakker "handyman-snak" i stedet og er enige om, at godt værktøj gør det halve arbejde. Vi symboliserer med andre ord begge to den moderne mand

på vej fremad, kom det med glimt i øjet fra DGI-formanden.

Retlinet og retfærdig

- Jeg synes, det er fint, at du tager forskud på glæderne, udtalte Søren Møller med slet skjult hentydning til, at Peder Bisgaard havde valgt at lægge sin fødselsdagsreception 14 dage før det egentlige skarpe hjørne blev rundet.

- Det er betegnende for dit temperament, at du tager glæderne på forskud – hellere lidt for tidligt end lidt for sent, udtalte DGI's formand, der endvidere karakteriserede Peder Bisgaard som en retlinet person med en veludviklet retfærdighedssans.

- Du og jeg løber ikke hinanden på dørene hver dag. Vi har haft de få, men afgørende samtaler, og dem sætter jeg stor pris på. Tak for den gensidige tillid og det gode samarbejde, lød det afslutningsvis fra Søren Møller.

Lægger gode spor ud

Leif Mikkelsen, tidligere formand for DGI, nuværende medlem af Folketinget og idrætspolitisk ordfører for Venstre, ønskede også Peder Bisgaard tillykke fra talerstolen.

Leif Mikkelsen fokuserede på DFIF's øgede fokus på motion og sundhed på arbejdspladsen, og gav dette arbejde pæne ord med på vejen:

- Det firmaidrætten fylder på sundheds- og fritidsområdet bliver særdeles synligt. I lægger nogle spor ud nu, der vil være til stor glæde fremover. ■



Åbent 24 timer i døgnet

160 kvm². tomt administrationslokale hos Tulip i Vejle blev til et lækkert motionscenter.



René Kristiansen har brugt motionscentret siden starten, og han har regnet ud, at det koster ham 17,31 kr. om ugen at bruge tilbuddet. - Det er penge, som er godt givet ud. Både dem Tulip og jeg selv betaler, siger han.



Michael Sørensen, teknisk chef hos Tulip i Vejle og idémænd bag motionscentret med "nøglen" til succes for motionscentret blandt medarbejderne.

I Nøgleordet bag succesen med motionscentret hos Tulip i Vejle er fleksibilitet. Medarbejderne kan ved hjælp af en lille nøgle benytte centret 24 timer i døgnet året rundt. Da motionscentret blev taget i brug for et år siden, stod de 350 medarbejdere ikke og klappede af begejstring, men det har ændret sig. I dag ligger medlemstallet konstant omkring 130-140, og det er initiativtageren til motionscentret, teknisk chef Michael Sørensen, godt tilfreds med.

- Den fleksible ordning betyder, at mange af vores medarbejdere benytter motionscentret lige før arbejdsstart eller lige efter arbejdstids ophør, siger Michael Sørensen, der selv er ivrig motionsløber, og har løbet maraton.

- Vi har forskellige arbejdstider, og det gør, at motionscentret aldrig bliver overfyldt. Der er god plads til alle, og så sparer du den transporttid, som ellers er nødvendig, når man først er kommet hjem og derefter skal af sted i et privat motionscenter. Samtidig kan vi matche priserne, hvilket også er en vigtig faktor for succes.

Instruktør giver gode råd

For at driften af motionscentret kan hænge sammen, skal mindst 80 medarbejdere være medlemmer. Det månedlige kontingent er sat til 150 kr. Tulip betaler halvdelen, således at medarbejdere kun bliver trukket 75 kr. om måneden på lønsedlen.

De ansatte på Tulip kan bruge motionscentret alle 365 dage om året, og to gange om ugen kommer en instruktør for at give vejledning, så motionsredskaberne bliver brugt rigtigt. Instruktøren holder med mellemrum foredrag om f.eks. rygtræning og sund kost.

For 20 kr. ekstra om måneden kan medarbejderne blive en del af cykelholdet Team Tulip Vejle, og i vinterhalvåret oprettes der to spinninghold for begyndere og øvede som erstatning for turene på landevejene omkring Vejle.

Også for ægtefællen

Ægtefællerne er velkomne i weekenderne, hvor presset på motionscentret ikke er så stort som på hverdage.

- Vi har den holdning, at motionscentret skal bruges så meget

som muligt. Derfor er ægtefællerne velkomne i weekenderne, og lige nu overvejer vi, om vi kan åbne endnu mere op for ægtefællerne, siger Michael Sørensen, og peger på, at motionscentret udover det fysiske også giver gevinst på det sociale område.

- Når man mødes i motionscentret er alle lige. Der er ingen forskel på medarbejderne fra administrationen og produktionen. Måske kender de ikke hinanden så godt, når sæsonen starter, men det kommer de hurtigt til på en god og positiv måde.

Da beslutningen om investeringen i motionscentret skulle tages, indgik det også i ledelsens overvejelser, at motionscenteret kunne være med til at forebygge arbejdsskader. Om det er sket, tør Michael Sørensen ikke give et bud på.

- Det er svært at sige, om motionscentret har fået antallet af arbejdsskader til at falde. Der er så mange forskellige faktorer, som spiller ind, så jeg vil ikke påstå, at vi i dag har færre arbejdsskader end tidligere på grund af motionscentret. Til gengæld er jeg ikke i tvivl om, at mange af medarbejderne har fået det meget bedre. Det siger de i hvert fald selv. **I**

Sparer tiden i trafikkkøen

I Hvad har trafikken i og omkring Vejle at gøre med brugerne af motionscentret hos Tulip i Vejle at gøre? Det er vist, hvad man kan kalde et godt spørgsmål. Men Linda Kruse, der instruerer medarbejderne i den rette brug af motionsredskaberne, er ikke længe om at komme med et svar: Medarbejderne kan lige så godt bruge en halv time i motionscentret som at sidde i kø i trafikken til eller fra arbejde.

- I bund og grund er det et spørgsmål om at bruge sin tid fornuftigt. Mange af Tulips medarbejdere bliver fanget i en trafikkkø, og det er spild af tid. Hvis de i stedet

for kører til eller fra arbejde på et tidspunkt, hvor morgen- eller aften trafikken er minimal, koster det dem stort set ingen tid at komme i motionscentret, siger Linda Kruse, der også peger på en tidsbesparelse ved, at medarbejderne kan benytte motionscentret direkte i forbindelse med arbejdsdagen. Det giver måske en lidt længere arbejdsdag; til gengæld går det ikke ud over familien, når far eller mor skal af sted igen for et komme i fitnesscenter. I

Til daglig er Linda Kruse lærer på Vejle Idrætsskole, men hun er også tilknyttet Tulips motionscenter som instruktør.



Flittige brugere

I Flemming Staustруп er en af de flittige brugere af motionscentret. Han bruger det to-tre gange om ugen, og han har været med, siden dørene blev lukket op i november i fjor. Han er ikke i tvivl om, hvorfor han motionerer så meget.

- Det er genialt at kunne motionere før eller efter arbejde. Det sparer en masse tid, og det er vigtigt for mig. Jeg er ikke sikker på, at jeg kunne træne to-tre gange om ugen, hvis jeg skulle benytte et privat fitnesscenter, hvor jeg i øvrigt så også skulle af med flere penge, siger Flemming Staustруп, der ofte træner alene i centret.

- Jeg har ikke noget imod, at der er andre til stede i motionscentret, men der kan også være for mange, og så kniber det med effektiviteten. Der skal meget til, for at jeg svigter træningen, for så får jeg ikke brændt de kalorier af, som er nødvendigt med et stillesiddende arbejde.

Billigt og godt tilbud

Også Liana Ligneul er en flittig bru-

ger af Tulips motionscenter, som hun betegner som et godt tilbud til medarbejderne, fordi de har mulighed for at træne, når de har tid og lyst. Og så betyder det også meget, at prisen ikke er højere, end at det f.eks. i sommermånederne går an at springe nogle dage eller uger over.

- Jeg har været med fra starten, og jeg kan kun rose Tulips ledelse

for initiativet. Det er også prisværdigt, at der er tilknyttet en instruktør til centret, så der er god hjælp at hente. Det har jeg haft brug for, da jeg begyndte at bruge den store gymnastikbold. Det er også et godt initiativ med foredrag, for du kan altid lære noget nyt, siger Liana Ligneul. I



- Det er et godt tilbud fra Tulip til medarbejderne, siger Liana Ligneul, der sætter pris på, at der er en instruktør tilknyttet motionscentret.



Sundhedstjek hos Energi Fyn

Medarbejderne hos Energi Fyn henter ny energi til arbejdet med motion på arbejdspladsen.

I - Jeg var faktisk i bedre fysisk form og mere sund end jeg regnede med!

Informationsmedarbejder hos Energi Fyn, Signe Skovgaard blev positivt overrasket, da hun fik resultatet af et sundhedstjek, der blev gennemført af DFIF's afdeling for Motion på Arbejdspladsen på hendes arbejdsplads, Energi Fyn.

Et sundhedstjek er kort fortalt et tjek af folks sundhedsmæssige status, hvor man samtidig får inspiration og gode råd om motion i dagligdagen.

- Det var en god oplevelse, for du kan jo godt have et andet billede af hvordan ens sundhedstilstand er. Det kunne være rigtig godt at få et årligt tjek af ens fysiske tilstand, siger Signe Skovgaard, der fik barn for to år siden, og hun har endnu ikke lige følt, at hun har haft overskud til at komme i gang med at dyrke motion igen.

- Vi fik også at vide, at det er den daglige motion der betyder noget. Jeg cykler hver dag og så er der jo også de mange andre daglige gøremål i hverdagen. Det behøver faktisk slet ikke at være så anstrengende, bare man gør noget hver dag, siger Signe Skovgaard.

Pusterumsøvelser

Det gør de hos Energi Fyn, hvor der er indrettet et motionsrum med forskellige redskaber og med gulvplads til at lave pusterumsøvelser.

Her samles en lille skare hver dag kl. 13 til et lille dagligt afbræk, hvor der bliver sat en cd med pusterumsøvelser på ghettoasteren, hvorefter musklerne løsnes op med små lette øvelser til musik.

Motionsrummet er indrettet på initiativ af Inger Marie Dam. Det hele startede med en opfordring til at lave et slankehold på virksomheden, fortæller hun.

- I samarbejdsudvalget fik vi en opfordring til at oprette et slankekursus, hvor kollegerne kunne få gode råd om rigtig kost og sund madlavning. Det blev faktisk starten til at Energi Fyn nu har en sundhedspolitik.

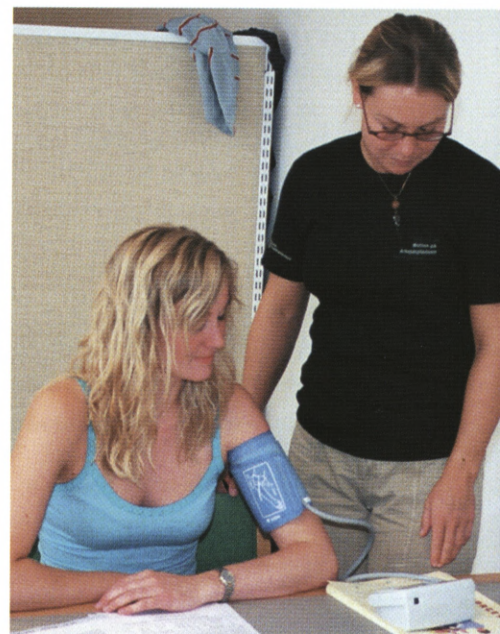
Energi Fyn henvendte sig til DFIF's Motion på Arbejdspladsen, og på et "gå hjem møde" blev der taget hul på motionen hos Energi Fyn.

- Trine Andersen fra DFIF gav os nogle gode idéer til, hvordan vi kan udnytte mulighederne for at få motion på arbejdspladsen og i dagligdagen. Hun forklarede, at det slet ikke behøver at være surt slid og hårdt arbejde at komme i bedre form, siger Inger Marie Dam.

- Det kan være at tage cyklen og lade bilen stå. Tage trappen i stedet for elevatoren. Gå en tur hver aften, eller gøre de sure pligter til et sjovt afbræk; skru op for radioen og tag en god svingom med støvsugeren. Alternativt hørte vi også, hvilke konsekvenser en dårlig fysisk form kan have.



- Hvis der er stemning for det, vil vi gerne tilbyde alle på Energi Fyn et sundhedstjek igen, siger Inger Marie Dam, der her får testet kolesteroltallet af konsulent, Stine Hald fra DFIF.



Signe Skovgaard får tjekket blodtrykket af konsulent Trine Andersen fra DFIF. Et sundhedstjek indbefatter måling af blodtryk, fedtprocent, kolesteroltal og en konditionstest.

Tjek på sundheden

Mødet blev fulgt op med et tilbud om et sundhedstjek, og ca. halvdelen af de 80 medarbejdere på Energi Fyn tog imod tilbuddet.

- Tilbuddet om et sundhedstjek blev pænt modtaget, og det var virkelig med til at skabe en god snak på gangene. Det er noget som folk går op i, når man får nogle konkrete tal på ens fysiske form, og der var både nogle som blev positivt og negativt overrasket. Det er helt sikkert, at det har medvirket til, at folk nu er mere bevidste

om deres sundhedstilstand. Hvis der er stemning for det, så vil vi gerne tilbyde alle medarbejderne et sundhedstjek igen, siger Inger Marie Dam, der nu arbejder med forskellige tiltag for at følge op på initiativet med motion og sundhed på arbejdspladsen.

- Hvis vi tænker motionen ind i arbejdet, giver det ikke kun en bedre fysik og et bedre helbred. Det giver også et bedre humør og overskud til at klare hverdagens udfordringer. |

FAKTA

Hvad er et sundhedstjek?

- Et sundhedstjek er opbygget af måling af blodtryk, fedtprocent, kolesteroltal og en konditionstest.
- Et sundhedstjek foregår i en afslappet atmosfære, hvor der sættes fokus på sund livsstil og motion som middel til sundhedsfremme.
- Et sundhedstjek belyser medarbejdernes sundhedsmæssige status og give gode råd og inspiration om motion.
- Et sundhedstjek giver anledning til at se lidt kritisk på sin egen livsstil og vurdere, om der er nogle vaner, der skal laves om på eller om der skal indføres nye.
- Et sundhedstjek er en god motivationsfaktor, når det handler om at ændre livsstil og få nye motionsvaner.

MailMotion slog igennem

Den 9. november bragte DFIF's afdeling for Motion på Arbejdspladsen gennem i medierne med MailMotion.

| Tirsdag den 9. november om morgenen bragte Frederiksborg Amts Avis en 4-spaltet artikel om udbredelsen af MailMotion i Frederiksborg Amt. Hovedbudskabet var, at der nu er tilmeldt 1500 deltagere.

Artiklen udløste en sand mediestorm, og i løbet af dagen lød budskabet om MailMotion i mange af landets lokalradioer, i Nyhederne på TV2, i Nyhedsmagasinet på DR1 og på TV-Lorry i hovedstadsregionen. Ligeledes bragte flere af landets store aviser artikler om MailMotion onsdag morgen.

Til grin i "Sværtegade"

Endelig kunne man onsdag den 10. november, på bagsiden af Berling-

ske Tidende i "Sværtegade", læse om sjove eksempler på MailMotion. Et par af dem lød: "Begynd med 6 dybe højreklik på musen" og "kør hæve/sænkebordet op og ned til knappen er blevet varmet godt igennem".

- Når man er blevet så kendt, at man bliver gjort grin med i de morsomme spalter, ja – så er man altså for alvor kendt, siger konsulent Morten Bierbaum fra DFIF's Motion på Arbejdspladsen, der står bag idéen med MailMotion.

- En sådan eksponering er millioner værd for DFIF og Motion på Arbejdspladsen i markedsføringsværdi, og Motion på Arbejdspladsen bestræber sig altid på at ud-



MailMotion hittede i medierne den 9. november. Her viser konsulent Bo Isaksen dagens øvelse.

vikle produkter og tilbud, som øger DFIFs synlighed i blandt danskerne.

Før mediestormen var der ca. 3.000 der modtog en mail med MailMotion og en ny øvelse hver dag. I skrivende stund er der tilmeldt 5740 til MailMotion. Du kan tilmelde dig mailmotion på www.dfif.dk/mpa/mailmotion |



To forskellige spil

Indoor Soccer og indefodbold har intet med hinanden at gøre.

I - Hvis folk tror, at Indoor Soccer er almindelig indefodbold, tager de fejl. Godt nok spilles begge dele i en hal på en håndboldbane og med en fodbold, men så er det også sket med ligheden.

Formanden for Silkeborg Firma-Sport, Sten Nørup, er – efter at have været stævneleder for det første af en række PR-stævner i Indoor Soccer – ikke et sekund i tvivl om, at DFIF er godt på vej med et hit på det sportslige område. Han tror fuldt og fast på, at sporten, som også går under navnet "Futsal", er kommet for at blive. Og han har noget at have sin optimisme i efter PR-stævnet i Silkeborg Hallerne, hvor 10 hold fik mulighed for at prøve spillet.

Et godt alternativ

- Vi har endnu ikke kigget på evalueringsskemaerne fra stævnet, men jeg tør godt sige, at Indoor Soccer har en stor fremtid i DFIF. Vi har stort set kun hørt positive

tilbagemeldinger fra spillerne, så den nye form for indefodbold vil givetvis være et godt alternativ til den traditionelle indefodbold, siger Sten Nørup.

- Der er altid en vis interesse for noget nyt. Vi kan se, at fire af de 10 deltagende hold i PR-stævnet er nye; de plejer ikke at være med, når vi byder på indefodbold. Så jeg tror på, at Indoor Soccer vil kunne tiltrække nye spillere; ikke mindst fordi spillet lægger op til "mere gang i den" med længere kampe, og fordi det er tilladt at gå mere til vaflerne. I store træk er det jo reglerne fra udendørs fodbold, der her bliver anvendt.

Brug for justeringer

Jakob Kjær har været fodbolddommer i næsten 42 år, så "erfaren mand er værd at gæste". Han tog fodboldeksamen i februar 1963 og har siden været med til lidt af hvert. Alligevel er han begejstret for Indoor Soccer, selv om stæv-

Af sikkerhedsmæssige grunde var der bånd langs med siderne på banen i Silkeborg. Idéen er ellers, at Indoor Soccer spilles på baner helt uden bånd og med indspark i stedet for indkast.



net i Silkeborg Hallerne bød på en række udfordringer.

- Der har været mange ting at sætte sig ind i, for der er tale om en helt anden form for indefodbold, end vi er vant til. Derfor brugte vi dommere ved PR-stævnet også tiden mellem kampene på at snakke sammen om, hvordan vi skulle dømme. Der var brug for nogle justeringer, selv om vi har været på et dommerkursus i Fredericia. Men ét er kursus, noget andet er at stå midt i en kamp, siger Jakob Kjær.

En af de nye regler er, at et hold skal straffes med et frispark fra straffesparkstregen, når antallet af frispark har passeret fem. Det sætter hurtigt en dæmper på de vildeste udfoldelser på banen. Det kan måske resultere i flere damehold på banen igen, mener den erfarne dommer. **I**



Såvel formanden som næstformanden i Silkeborg Firma-Sport, Sten Nørup og Stewie C. Hansen (tv), var meget aktive i forbindelse med præsentationsstævnet i Indoor Soccer. Formanden var stævneleder, mens næstformanden var på banen som dommer.

Et spørgsmål om sikkerheden

Indoor Soccer. Spillernes sikkerhed går først. Derfor blev banderne stående ved PR-stævnet i Silkeborg.

■ - Hvis de vil have fjernet banderne, er det ikke et problem. Men jeg mener, at sikkerheden kommer i første række. Og der står altså en række store betonbjælker meget tæt på banen.

Ordene kommer fra Esben Svanberg, der er halassistent i Silkeborg. Han gør opmærksom på, at det – i hvert fald i den ene af de to kommunale haller, der udgør Silkeborg Hallerne – er forbundet med en vis fare at fjerne banderne på siderne af banen. Betonbjælkerne står mindre end en meter fra sidelinjen, og de flytter sig ikke, hvis en spiller får et skub og ryger af banen.

- Selvfølgelig om Silkeborg Firma-Sport forsøger sig med en ny form for fodbold, bør det ikke gå ud over sikkerheden. Så det er altså ikke udelukkende et praktisk spørgsmål for os, om banderne skal bruges eller ej. Det er først og fremmest et spørgsmål om spillernes sikkerhed. I den sidste ende er det dog op til den enkelte forening at afgøre, om banderne skal bibeholdes eller ej, understreger halassistenten. ■

- Sikkerheden kommer i første række. På grund af de store betonpiller tæt ved banen, bør sidebanderne være i brug, siger halassistent Esben Svanberg fra Silkeborg Hallerne.



Giver sved på panden



Kim Schau (i hvid trøje) er ikke i tvivl om, at Indoor Soccer er kommet for at blive; ikke mindst på grund af, at kampene varer 2 x 10 minutter mod kun 1 x 9 minutter til traditionel inddefodbold.

■ Kim Schau fra Energi Midt er ikke i tvivl om, at den nye form for indendørs fodbold er kommet for at blive. Han er en af de mange spillere, som benyttede lejligheden til at teste Indoor Soccer, da Silkeborg Firma-Sport inviterede til

Længere spilletid gør Indoor Soccer populært blandt spillerne.

PR-stævne. Og efter fire kampe var meldingen fra ham klar: "Det giver sved på panden!"

- Denne form for fodbold er meget sjovere at spille end den traditionelle form for inddefodbold. Det gælder om at spille meget mere sammen, man skal kunne kontrollere bolden mere, hvilket også er til at have med at gøre, fordi den er lidt tungere end en almindelig fodbold. Samtidig får vi lov til at spille meget mere, fordi kampene er 2 x 10 minutter mod normalt 1 x 9 minutter, lyder forklaringen fra Kim Schau, alt imens han forsøger at få en normal vejtrækning efter nogle minutter på banen.

Klar til at deltage

Kim Schau og hans arbejdskam-

merater fra Energi Midt er i år ikke med i Silkeborg Firma-Sports inddefodboldturnering fordi kampene altid skal spilles fredag aften. Det gør det svært at skaffe spillere. Han er dog sikker på, at han og kammeraterne vil møde op, hvis firmasporten laver en turnering med Indoor Soccer.

- Jeg tror bestemt, at mange flere vil være interesseret i at være med alene af den grund, at Indoor Soccer byder på længere kampe og dermed mere spilletid til den enkelte. Mange siger fra til almindelig inddefodbold, fordi en kamp på 9 minutter ikke giver megen spilletid til den enkelte. Så vil de hellere bruge en fredag aften til noget andet, slår Kim Schau fast. ■



FMI-konference i Vildbjerg

I dagene den 22.-23. nov. blev FMI's årlige konference afholdt, i år på Vildbjerg Sports- og Kulturcenter.



Forbundsformand Peder Bisgaard præsenterede de muligheder og tilbud som forbundet har til FMI-foreningerne.

Det helt store gennemgående tema var naturligt anlagt til den i gangværende implementering af FMI i DFIF-regi.

Arbejdet er allerede i fuld gang, og Grete Juhler fra den store FMI-forening i Silkeborg, kunne berette om den associeringsaftale hun har indgået med Silkeborg Firma-Sport. Et klart bevis på, at man med god bistand fra DFIF's foreningskonsulenter og I&M-konsulenterne kan få skruet en samarbejdsaftale sammen, således at der bliver tale om en win-win situation.

Sim Krahl fra AIF Senioridræt i Albertslund fortalte om sonderinger med henblik på at lave en firmaidræts-paraply, hvor man vil kunne samle de mange Idræt om Dagen-foreninger på Vestegnen. I arbejdsgruppen, der er nedsat for at gennemføre denne analyse, sidder ud over Sim Krahl også Rita Mortensen fra Glostrup og Vibeke Franzen fra Tåstrup.

De 65 konferencedeltagere fik om aftenen et foredrag med både humor og vid af direktør for Institut for Fremtidforskning; Johan Peter Paludan, der satte fokus på den generation af ældre, der i disse år i stor stil forlader, eller er godt på vej til at forlade arbejdsmarkedet.

Hvad forventer de af en moderne forening, der kan passe til deres forventninger og krav, og hvorledes kan dagidrættens mange udbydere forberede sig bedst muligt på disse opgaver, spurgte fremtidforskeren.

Firmaidræts-messe

Lørdag formiddag blev der afholdt "DFIF-messe". Her fik I&M konsu-

lenterne og foreningskonsulenterne rig lejlighed til at vise, fortælle om de mange muligheder og tilbud der ligger i DFIF-regi overfor medlemsforeningerne.

De mange konferencedeltagere kunne således i grupper surfe gennem 6 messearealer med hvert sit tema; Motionsrummet, DFIF's uddannelsesunivers, Livstilsklubben, Idræt og Samvær, Foreningsservice og Internetcafé.

Det blev på alle måder en intensiv og utrolig givende konference for deltagerne. DFIF's konsulenter havde lagt et kæmpe arbejde i forberedelserne og afviklingen af konferencen, og at dømme ud fra deltagerens evaluering, så var alle kræfter givet ganske godt ud.

Fra arrangørens side skal der herudover lyde en kæmpe tak til Vildbjerg Sports- og Kulturcenter, der med centerchef Kent Falkenvig i spidsen, lagde nogle fantastiske rammer til konferencen og dertil et serviceniveau, der på alle måder var uovertruffen. |

AF CARSTEN HANSEN, KONSULENT, DFIF. FOTO. JAN KNUDSEN, AFDELINGSLEDER, DFIF.



Turnébussen ruller

DFIF's konsulenter er på vej landet rundt for at føre FMI og DFIF-foreninger sammen.

Efter at have fået lavet et større forarbejde med hensyn til implementeringen af FMI's foreninger i DFIF, er samtlige konsulenter i DFIF nu "klædt på" til at tage del i møderne rundt omkring i landet. Som tidligere nævnt her i Firmaidræt er en række af FMI's store

foreninger allerede blevet besøgt, og her foregår det videre arbejde nu lokalt, under foreningskonsulenternes strenge tilsyn!

Nu drager karavanen videre, som et andet 'Palles Tivoli' og en længere række foreninger vil blive besøgt inden jul, hvis det store kalenderpusle-



Konsulent Carsten Hansen tegner og fortæller, når han sammen med de øvrige konsulenter i DFIF er på vej rundt i landet for at føre FMI- og DFIF-foreningerne sammen.

spil ellers kan gå op. Omkring 30 FMI-foreninger er blevet inviteret til møder, så vi nærmest kan lave vores egen julekalender og åbne en låge for hver forening der besøges!

Turnéen gik først til Sydhavsøerne, og selv om både konsulent Gert Raasdal og Carsten Hansen tænkte på sol og strand, da sydhavsøerne blev nævnt, så blev det altså ikke Lanzarote og Fiji, men Lolland og Falster, der først fik besøg! Her besøges såvel FMI- som DFIF-foreninger, som vil blive præsenteret for de fakta implementeringen kan inde-

holde. De indledende møder er udelukkende af oplysende og informativ karakter, og de steder hvor man ønsker det, vil det videre forløb blive fortsat med endnu en møderække.

Turné landet rundt

De næste lokaliteter hvor der bliver "optrådt" er Århus, derefter i Sønderjylland i Tønder og på Als og så i Nordjylland, hvor Skagen, Frederikshavn og Pandrup-området får besøg, og endelig går turen til Fyn, nærmere bestemt i Odense.

Det videre forløb i starten af

2005 afhænger af forløbet af ovenstående møderække, dog er det sikkert, at København indgår her, men de nærmere detaljer offentliggøres naturligvis inden jul.

Her til sidst er det vigtigt at gentage opfordringen fra tidligere, nemlig at man naturligvis kan bede om en "optræden", hvis man ønsker at få besøg i sin forening, inden man kommer på den officielle turnéplan. For yderligere oplysninger så kontakt Carsten Hansen på DFIF's kontor, tlf. 65 31 65 60. Mail ch@dfif.dk |

AF GERT RAASDAL, KONSULENT, DFIF. FOTO. JAN KNUDSEN. AFDELINGSLEDER, DFIF.

700 tusinde kr. til gode formål

FMI's bestyrelse har tilgodeset 95 ansøgninger ved efterårets uddeling, der sendte 700.000 gode kr. ud til foreningerne.

FMI's årlige uddeling af midler til medlemsforeningerne blev behandlet på Fordelingsudvalgets møde i september måned. Der var ved indsendelsesfristens udløb indkommet ikke færre end 101 ansøgninger med et tilskudsbeløb på i alt kr. 1.900.000. Dette kunne Fordelingsudvalget langt fra honorere inden for årets pulje på maks. kr. 900.000.

Ud fra objektive vurderinger og med henvisning til FMI's fordelingspolitik; hvor der kan ydes støtte til opstart, PR- og markedsføring, tilskud til dyre aktiviteter og til vedligeholdelse og nyindkøb af rekvisitter, endte udvalget med at tilgodese 95 ansøgninger og et samlet tilskud på kr. 700.000.

- Vi har behandlet alle ansøgningerne med stor omhu og i en konstruktiv ånd. Vi fik ikke delt alle midlerne ud, men det er ikke et udtryk for, at vi forsøger at holde på pengene. Det er udvalgets klare holdning, at de resterende midler i én eller anden størrelsesorden skal ud og virke efter intentionerne

bag uddelingerne, nemlig ude i de enkelte foreninger. Bundlinien blev som den blev, fordi de foreninger som vi delte pengene ud til, fik hvad vi mente de var berettiget til, udtaler formanden for Fordelingsudvalget, Flemming Mortensen.

Fokus på et særligt indsatsfelt

- Jeg vil derfor på FMI's bestyrelsesmøde i oktober rejse sagen med henblik på at finde idéer, der kan få restbeløbet brugt på en fornuftig og konstruktiv måde. Det kunne eksempelvis være, at vi øremærkede pengene til foreninger der til foråret sætter fokus på et nærmere defineret indsatsfelt. Det gjorde vi eksempelvis både da vi ville opmuntre til at tage friluftsliv på programmet, og vi gjorde det da vi understøttede vores satsning på boldspil. Alternativt kunne man forestille sig at pengene blev lagt oveni uddelingen til næste år, hvor der som bekendt kun vil være kr. 500.000 i uddelingspuljen, siger Flemming Mortensen.

Det højeste beløb der blev uddelt var kr. 25.000 og det mindste kr. 2.000. Bestyrelsen havde besluttet at være særligt opmærksomme på ønsker om stave til stavgang, og på denne baggrund blev der uddelt lige knapt 600 sæt. |



Ved årets uddeling af FMI-midler til medlemsforeningerne, var fordelingsudvalget særlig opmærksom på foreninger der ønskede stave til stavgang.

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 tæller 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.



PEDAN A/S
- din wellness partner -

KØBENHAVNSVEJ 224 - 4600 KØGE
Tlf. 56 65 64 65
info@pedan.dk - www.pedan.dk

Kom og vær med for 50. gang

Svendborg Firma Sports traditionsrige "Kom og vær med" stævne fejrer 50 års jubilæum i 2005.

Når Svendborg Firma Sport den 12.-13. februar 2005 slår dørene op til "Kom og vær med" stævnet i hallerne i Svendborg og omegn, er det 50. gang at stævnet afvikles. Første gang stævnet blev afviklet var det Idrætshallen på Ollerup Gymnastikhøjskole der lagde gulv til firmasportsfolkernes årlige dyst, og der var deltagelse fra hele landet.

- Dengang havde vi kun bordtennis og fodbold på programmet, men håndbold og badminton kom hurtigt med, fortæller formanden for Svendborg Firma Sport, Jørgen Nielsen, der har været med til at arrangere stævnet siden 1973.

- I 1974 flyttede vi fra Idrætshallen i Ollerup og ind til hallerne i Svendborg samt i vores egen hal, Tåsinge-hallen, og på det tidspunkt fik vi også skydning med. Senere er bowling også kommet til, og det

er nu den største idrætsgren ved stævnet, der samler mellem 800 og 1.000 sportsfolk hvert år.

- I jubilæumsåret kan man dyste i fodbold, håndbold, badminton, billard, bowling og 15 m riffel-skydning, men ellers har konceptet i alle årene været det samme; en hyggelig weekend med venner og kolleger i det sydfynske, og naturligvis en god aftenfest lørdag aften, siger Jørgen Nielsen.

Kendetegnet for "Kom og vær med" stævnet er, at der altid har været deltagelse fra svenske og tyske firmaklubber, ligesom der også altid har været flot deltagelse fra politiets idrætsforeninger. Også mange københavnske firmaklubber har gjort det til en tradition at drage til Sydfyn den 2. weekend i februar.

Sidste frist for tilmelding til jubilæumsudgaven af "Kom og vær

med" er den 10. december 2004. For yderligere oplysninger – se Svendborg Firma Sports hjemmeside www.firmasport.dk/ eller ring på 62 22 58 09. |



De først år frem til 1973 var det gulvet i Idrætshallen på Ollerup Gymnastikhøjskole der blev slidt af de ivrige firmasportsfolk til "Kom og vær med" stævnet. Siden flyttede man til hallerne i Svendborg og omegn. Arkivfoto SFS.

AF LISE VESTERGAARD, KONSULENT, DFIF.

Grenå Firmasport indvier ny multisal

Både store og små var inviteret til 4 timers motion, inspiration og underholdning, da Grenå Firmasport indviede en ny multisal i Kulturhuset med åbent hus den 23. oktober.

For de voksne var der arrangeret introduktion i linedance, spinning, bodytoning og BOSU-bold. Sidstnævnte er det nyeste hit indenfor fitness, og det trak rigtig mange nysgerrige til.

Udover at Grenå Firmasports egne instruktører var igangsatte, havde foreningen allieret sig med gæsteinstruktører i linedance og BOSU-bold. Disse to aktiviteter har Grenå Firmasport endnu ikke på programmet, men da interessen var

stor, og der oven i købet dukkede en linedance-instruktør op, som netop er flyttet til Grenå, overvejer foreningen nu kraftigt at starte linedance op efter juleferien.

Udover de mange aktiviteter var der mulighed for at blive sundhedstjekket i form af måling af blodtryk, fedtprocent og kondital.

Mens de voksne dyrkede motion blev de mindste underholdt i hallen. Her var der opstillet hoppepuder, en oppustelig fodboldbane,

hastighedsmåler og en masse andre rekvisitter. Ligeledes var der en gøgler til stede, som underholdte børnene med ethjulet cykel, jonglering, gang på glasskår og meget mere.

Det blev en meget vellykket dag med fin tilslutning, og Grenå Firmasport har efterfølgende fået mange roser for arrangementet og de nye initiativer. |

Kurser fra Dansk Firmaidrætsforbund



Keep Fit aerobic 2

Kurset henvender sig til personer, der har været på Keep Fit aerobic 1.

Indhold: Kurset er anden del af DFIF's instruktøruddannelse, og på dette kursus arbejdes der med din personlige aerobicudvikling, og der arbejdes dybere teoretisk og praktisk med følgende emner:

Bevægelseslære • Cueing Takttælling • Opbygning af en aerobic-time • Andre former for aerobics • Aerobic-trin
• Kombinationer og inspiration • Enkelt- og gruppearbejde

Instruktører: Sebastian Rasmussen, Britta Haagen Jensen m.fl.

Dato: Den 4.-6. februar 2005

Tidspunkt: Fredag kl. 18:30 til søndag kl. 15:00

Sted: Ringkøbing

Pris: kr. 2.400

Foreningspris: kr. 1.200

Se flere kurser på DFIF's hjemmeside
www.dfif.dk eller kontakt
Helle Nielsen på telefon 65 31 65 60
eller e-mail hn@dfif.dk

Kost & motivation

Et kursus for Livsstilsklubledere, deres assistenter og instruktører.

Formål: Et kursus for dig, der gerne vil være en endnu bedre livsstilsklubleder/ -medhjælper

Indhold: Du vil blive opdateret med den sidste nye viden indenfor ernæring, vi vil arbejde meget med motivation og motivationsstrategier, både egen motivation og hvordan du motivere andre til at fastsætte mål og nå dem.

Instruktør: Klaus Olsen

Dato: Den 8. januar 2005

Tidspunkt: Kl. 11:00 - 17:00

Sted: Nyborg

Foreningspris: kr. 250

Fitness 1 - motionscenter

Formål: Fitness 1 er et basiskursus med det formål, at give kursisten indsigt i forskellige træningsprincipper og programsammensætning. Kurset er første kursus i instruktøruddannelsen, der er bygget op omkring Fitness-kursus 1, 2 og 3 samt kursisternes praksis i motionsrum.

Målgruppe: Kurset henvender sig til personer, der ønsker at vide, hvordan man kommer i gang med at vejlede og instruere andre f.eks. foreningsmedlemmer eller kolleger i brugen af et motionscenter.

Indhold: På kurset arbejdes der teoretisk og praktisk med følgende emner:

- Rigtig brug af motionsmaskiner
- Hvilke personer må benytte maskiner, og hvilke målgrupper skal man være forsigtige med?
- Opbygning af et træningsprogram for begyndere
- Funktionel anatomi
- Opvarmning
- Sekvenstræning
- Kredsløbstræning
- Andet

Prisen er incl. forplejning, instruktørmappe og bogen "Muskel- og styrketræning".

Instruktør: Fysioterapeut

Dato: Den 2. april 2005

Tidspunkt: Kl. 10:00 - 18:00

Sted: Ringkøbing

Pris: kr. 1.500

Foreningspris: kr. 1.500



Lone's slankehistorie

Lone har fået selvtillid og troen på sig selv igen gennem vægttab på Ubberup Højskole og i Livsstilsklub København.

Efter at have set fjernsynsudsendelsen "Livet er fedt", foreslog mine forældre, at jeg prøvede og komme på Ubberup Højskole. Jeg tænkte lidt over det, og jeg fik to klumper i halsen og begyndte at græde. Jeg er nemlig en "stor" pige, og jeg har prøvet at tabe mig, uden det har hjulpet. Jeg tog heldigvis imod tilbudet og vi kontaktede Ubberup Højskole, og jeg var heldig at få en af de sidste pladser, der var på det kommende kursus.

Råd og støtte i livsstilsklubben

Da jeg kom til Ubberup vejede jeg 92 kg. Efter 12 uger var min vægt

kommet ned på 83 kg. Da jeg kom hjem startede Livsstilsklub København NV i Grøndal Centeret. Her kommer jeg om tirsdagen til træning, og jeg får samtidig vægten kontrolleret, og vi får også målt fedtprocenten i kroppen.

I Livsstilsklubben snakker vi også om kostplaner, så vi kan komme længere ned i vægt, og vi snakker også om de andre problemer der er med til at påvirke vægttabet.

Jeg har været på Ubberup Højskole 2 gange, og i månederne der gik inden jeg kom derop igen, fik jeg tabt mig noget mere, nemlig 8 kg. Det var nemlig en aftale, jeg lavede med skolen, at når jeg kom igen skulle min vægt være nede på 75 kg.

Tæt på målet

Det andet ophold på Ubberup, som startede i januar måned, blev en kold oplevelse. Vi gik lange gåture og vi sluttede af med en rigtig lang tur på 30 km. De lange gåture var med til at få min vægt ned på 68 kg. efter 12 vinteruger. Ud over meget motion er det også vigtigt at få lavet en kostplan. Det betyder, at alt man skal spise først skal vejes, og opdeles i 6 måltider om dagen.

Mit mål for øjeblikket er at komme ned på min normalvægt på 60-65 kg. Det er svært, man skal være stærk og tro på sig selv, men glæden ved at have tabt alle de mange kilo er, at man skal ud og købe nyt smart tøj. Jeg vil aldrig være "stor" pige igen, som jeg var for to år siden. Det er med til at styrke min selvtillid. **I**

- Ud over meget motion er det også vigtigt at få lavet en kostplan, siger Lone, der er godt på vej ned mod sin normalvægt.

"Det er svært og man skal tro på sig selv, men glæden ved at have tabt alle de mange kilo er, at man skal ud og købe nyt smart tøj"

FAKTA

Livsstilsklub København Nord-Vest

Klubaften hver tirsdag kl. 19.00 - 21.30 i Grøndal Centret, Hvidkildevej 64 i Bocciasalen.

En klubaften indeholder info., tema, vejning, social samvær og udveksling af erfaringer omkring kost og motion.

Stavgang hver søndag kl.10. En gang månedligt er klubaftenen med madlavning i et skolekøkken.

Livsstilsklubben er for alle, der ønsker at ændre livsstil.

Har du lyst til at deltage i Livsstilsklubben, kan du bare møde op i Grøndal Centret tirsdag kl.19.00.

Vil du vide mere så kontakt livsstilsklubleder Bodil Wissing, tlf. 4492 4624/6169 4624 eller e-mail: livsstil_kbh@hotmail.com.

Livsstilsklubber i Danmark er til dig der vil

- ændre livsstil
- vil have en ugentlig kostvejledning, hvor du også vejes
- vil have motion og et netværk med andre, der også
- ønsker at tabe overflødige kilo











Læs mere om Livsstilsklubber i Danmark på www.dff.dk





Stævner 2004/05

Øversigt Åbne Stævner i foreninger under DFIF i sæsonen 2004/05

Idrætsgren	Dato	Forening	Kontaktperson	Telefon	Sidste tilmeld.	E.mail/Hjemmeside
Aerobic						
Nytårsmaraton	2/1 05	Sønderborg	Ole Galthen		15/12 04	www.ole.galthen.dk
 Badminton						
Badminton	27/12-04	Sønderborg	Otto Svendsen	74486160	06/12-04	dana@dfif.dk
Stævne	20/2 05	Aabenraa	Hans Erik Nissen	74618394		
Kom og vær med	12-13/2 05	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12 04	
 Billard						
Kom og vær med	12-13/2 05	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12 04	
Albani Cup	28-29/5 05	Odense	Arne Christensen	66109967	1/5 05	
 Bowling						
Kom og vær med	12-13/2 05	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12 04	
Knæk et æg	20/3 05	Svendborg	Bjarne Hansen	62261002	4/3 05	
 Indefodbold						
Fodboldstævne	5/12 04	Sønderborg	Bent Skibsted	74650085		
Fodboldstævne	11-12/12 04	Sønderborg	Bent Skibsted	74650085		
Fodboldstævne	16/1 05	Sønderborg	Bent Skibsted	74650085		
Fodboldstævne	22-23/1 05	Sønderborg	Bent Skibsted	74650085		
Kom og vær med	12-13/2 05	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12 04	
Indefodbold	20/2 05	Odense	Preben Grønborg	66150528	07/02 05	
DM på stor bane	5-6/3 05	Fredericia	Ib Østergaard	40195876	01/02 05	jirdata@post5.tele.dk www.fffff.dk
 Håndbold						
Kom og vær med	12-13/2 05	Svendborg	SFS' kontor	62225809	10/12 2004	
 Kegler						
Keglestævne	29-30/1 05	Middelfart	Erik Nielsen	64491978	1/1 05	
Keglestævne	5/2-6/2 05	Haderslev	Tommy Jønsson	74531671	16/1 05	
Keglestævne	19-20/2 05	Sønderborg	Laila S. Axelsen	74725609		
Keglestævne	2-3/4 05	Aabenraa	Kira Nagott	74632002		
Keglestævne	16-17/4 05	Nyborg	Bernt Larsen	65316955	1/4 05	
 Skydning						
Riffel og pistol	5-6/2 05	Odense	Leif Sørensen	66176320	10/1 05	
Kom og vær med	12-13/2 05	Svendborg	SFS' kontor	66225809	10/12 04	
Riffel og pistol	12-13/2 05	Haderslev	Kjeld Østergård	74527765		
Riffel og pistol	19-20/2 05	Fredericia	Erik W. Petersen	75927269	5/2 05	willumsensvaenget3@ teliamail.dk
 Motionsløb/marcher						
Socialmaraton og halvmaraton	31/12 04	M. Amager	Grethe Kristensen	32555332	30/11	
Julemærkemarchen	5/12 04	Hele landet	Ingolf Romlund	86293752/55730087		www.julemaerkemarchen.dk
Påskeløbet	28/3 05	Fredericia	Bent Østergaard	75932514	På dagen	jirdata@post5.tele.dk
 Petanque						
St. Bededagscup	22/4 05	A.F. Midtbyn	Søren Hansen	62661613	18/4 05	
Stævne	28/5 05	Middelfart	Bodil Christensen	64412679	14/5 05	
Fredericia Åben	13-14/8 05	Fredericia	Poul Erik Andersen	75927639	1/8 05	pea@dfif.dk www.fffff.dk
 Naturgolf						
DM i Naturgolf	18-19/6 05	Fredericia	Carlo Petersen	75912385	1/6 05	pea@dfif.dk www.fffff.dk
Krolf						
Krolf Åben	18-19/6 05	Fredericia	Carlo Petersen	75912385	1/6 05	pea@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 jt@dfif.dk med oplysninger om tidspunkt,
sidste frist for tilmelding, arrangerende forening samt tlf. eller e-mail for kontaktperson.



Landet rundt

Grenaa. Spinning er et hit

En af de helt store succeser i Grenå Firmasport er spinning. I denne sæson er der 11 hold, og der er venteliste til alle holdene. Grenå Firmasport overvejer nu at etablere endnu flere nye hold om formiddagen og eftermiddagen for medlemmer med skæve arbejdstider. Interessen for spinning er ikke blevet svækket af, at Grenå Firmasport netop har indviet en ny flot multisal til brug for de mange nye spændende motionsformer som foreningen tilbyder. |

Holbæk. Ny kampagne

En kampagne for livsstilsholdene og en ny type indendørs fodbold skal sætte skub i udviklingen i Holbæk Firma Sport. Deltagerantallet på livsstilsholdene er halveret, og en kampagne til foråret skal skaffe flere medlemmer igen.

På grund af problemer med fodboldhold, der ikke dukker op til de aftalte tider, forsøger Holbæk Firma Sport sig med Indoor Soccer, hvor der spilles uden bander, og hvor målmanden gerne må tage bolden med hænderne. Badminton og gymnastik er de to største succeser i klubben, og de aktiviteter vil man derfor ikke ændre ved. |

Julemærkemarch fra 61 startsteder

Gør som 21.000 andre. Få en sund start på julemåneden med Julemærkemarchen søndag den 5. december kl. 9-11 fra 61 startsteder landet over. Overskuddet går til hjælp for børn og unge på landets fire julemærkehjem, og arrangørerne forventer at over 21.000 vandrere skal ud og hygge sig med frisk motion i den smukke vinternatur. Det er 27. gang at Julemærkemarchen afvikles, og ruterne på 5 eller 10 km fører vandrerne gennem nogle af de smukkeste egne i Danmark. Samtlige tilmeldte får ved mål en medalje med motiv fra årets julemærke. Pris for deltagelse og medalje er kun 30 kr.

Yderligere information om startsteder, tlf.nr. m.v. fås i Julemærkemarchens informationstryksag der udleveres fra de fleste postkontorer. Alle startsteder kan også ses på www.julemaerkemarchen.dk |



Julemærkemarchen starter den 5. december mellem kl. 9-11 fra 61 startsteder landet over, og arrangørerne forventer, at over 21.000 unge og ældre vil trave en frisk tur på 5 eller 10 km i det smukke vinterlandskab.

Korsør. God gang i stavene

Familie- og Firmaidræt Korsør er kommet godt i gang med stavgang, også kendt som Nordic Walking. Man kan vælge mellem 3 til 4 ture hver uge på forskellige tidspunkter. Turene er enten 3 til 4 kilometer eller 5 til 6 kilometer lange, og der er plads til alle, uanset hvilket tempo man går i. Folk kan gå længere med stave, fordi de reducerer belastningen på vægtbærende led med op til 30 procent, og stavgang giver en bedre kropsholdning og styrker muskulaturen i ryg, skuldre og nakke, fortæller formanden for Familie- og Firmaidræt Korsør, Bent Hansen. |

Glejbjerg. 10 års jubilæum

Aktiv Fritid i Glejbjerg (AFG) kunne den 27. september 2004 fejre 10 års jubilæum. Foreningen er et resultat af et målrettet arbejde for at skabe flere aktiviteter i Glejbjerg Fritidscenter. De første 10 år er beskrevet i et lille jubilæumsskrift, hvor aktiviteterne som foreningen byder på bliver præsenteret. Da firmaidrætten startede i Glejbjerg for 10 år siden havde

foreningen fodbold, badminton og volleyball på programmet. På sit højeste havde man i AFG 21 indendørs fodboldhold, 6 badmintonhold og 4 volleyballhold. Siden hen er deltagelsen faldet, således at man de senere år kun har afviklet fodboldturnering.

Firmaidrætten i AFG er et godt tilbud til firmaerne i lokalområdet. Ikke blot for at skabe socialt samvær kollegerne imellem, men også for at mødes med andre firmaer og deres ansatte udenfor arbejdstidens rammer. Derfor vil der også fremover blive tilbudt firmaidræt i AFG, skriver Torben Andersen, bestyrelsesmedlem i AFG i jubilæumsskriftet. AFG har også en stor afdeling med Idræt om Dagen, der er organiseret under FMI. AFG startede i 1996 med Tour de Pedal, og motionscykelkampagnen har kørt hvert år lige siden.

Fra starten har det været en kæmpesucces, og der er i gennemsnit over 100 cyklister der deltager i de 5 til 6 ture der køres i maj måned. Tour de Pedal nyder godt af en fantastisk opbakning af de lokale handlende, der er flinke til at bidrage med lodtrækningspræmier, siger formanden for AFG, Bjarne Knudsen. |



Formanden for Aktiv Fritid Glejbjerg, Bjarne Knudsen, fik overrakt DFIF's 10 års banner i forbindelse med formandsmødet i november 2004.



Nyt om navne

10 nye fitness-instruktører

Søndag den 10. oktober 2004 bestod følgende kursister instruktør-uddannelsen i Fitness-motionscenter, kursus 3, i Dansk Firmaidrætsforbund:

Anders Færgemand Hoyer og **Søren Wollesen**, TDC. **Nis Hejsel**, **Henning Terp**, **Mathias Thomsen**, **Lene Forsberg**, **Kent Forsberg**, **Gitte Hessellund Munk**, **Carsten Vangskov** og **Søren Mølgaard**, alle fra Kjellerup-Hallen.

Instruktører på kurset var **Svend Erik Pedersen** og **Michael Thomsen**. **Dan Lund** var kursusleder.



10 nye fitness- og motionsinstruktører i DFIF samt deres instruktører. Foto. Dan Lund.

Nye spinning-instruktører

Søndag den 7. november 2004 bestod følgende kursister instruktør-uddannelsen i Spinning, kursus 3, i Dansk Firmaidrætsforbund:

Lone Thomsen, Frederikshavn Firma Klubber. **Gitte Knudsen**, Sæby Firma Idræt. **Søren Nielsen**, **Dorthe Lynderup** og **Thomas Andersen**, Dansk Motions Forbund. **Karina Wadsager** og **Elinor Wadsager**, Århus Sporvejes Motionsklub. **Laura Juhl** og **Louise Christensen**, Varde Fitness. **Jens Christian Jensen**, **Sanne Schultz** og **Louise Jensen**, Toftlund Cykel Motion. **Peter Ronald**, Statsfængslet på Kragshovede. **Carl Henrik Pedersen** og **Søren Borup Andersen**, Tholstrup Cheese A/S.

Instruktører på kurset var **Knud Erik Juhl**, **Conni Einfeldt Kibsga-**



15 nye spinning-instruktører i DFIF samt deres instruktører. Foto. Dan Lund.

ard og **Morten Lindorf Nielsen**.

Dan Lund var kursusleder.

DFIF ønsker alle tillykke og håber, at alle de nye instruktører vil gå ud og sprede deres viden og inspiration til foreninger og arbejdspladser.

Fortjensttegn til Ole Sørensen

Formanden for billardudvalget i Morsø Firmasport (MFS), **Ole Sørensen**, har modtaget Dansk Firmaidrætsforbunds fortjensttegn. Ole blev medlem af billardudvalget i MFS i 1979, og i 1989 blev han konstitueret som udvalgets formand, hvorefter han formelt blev valgt til formandsposten i 1990. Ole var i perioden fra 1993 til 2003



Formanden for billardudvalget i Morsø Firmsport, Ole Sørensen, har modtaget DFIF's fortjensttegn. Th. styrelsesmedlem i DFIF, Tonny B. Andersen.

medlem af DFIF's billardsektion. Ole har foruden sin indsats for billardsporten i MFS også ydet en aktiv indsats som udøver indenfor fodbold, håndbold og badminton. Sammen med ægtefællen Åse, har Ole også været meget aktiv indenfor DUI leg

og virke i Nykøbing Mors, både som aktiv udøver, som træner og holdleder samt i bestyrelsen, hvor han i en periode også var formand. Ole modtog i 1996 DFIF's hæderstegn. Overrækkelsen af fortjensttegnet fandt sted i forbindelse med Oles 25 års jubilæum som bestyrelsesmedlem i MFS, der blev markeret med en reception lørdag den 23. oktober. Hæderen blev overrakt af styrelsesmedlem i DFIF, **Tonny B. Andersen**, Randers.

Sekretariatschef i Play the game

Play the game har ansat **Jens Sejr Andersen** som sekretariatschef. Jens Sejr Andersen var i perioden 1990 til 2003 chefredaktør for DGI-bladene Ungdom & Idræt og Krumspring. Play the game skal bl.a. skabe opmærksomhed om idrættens rolle i samfundet og sikre en fri, uafhængig, åben og saglig debat om idrættens tilstand og udvikling.

Play the games bestyrelse består af direktør **Michael Andersen** (udpeget af kulturministeren), kommunikationschef **Morten Mølholm** (udpeget af DIF), kommunikationschef **Anne Marie Dohm** (udpeget af DGI), redaktør **John Thrane** (udpeget af DFIF) og journalist **Søren Wormslev** (udpeget af det internationale journalistforbund).



Kort nyt

Værktøjskassen hedder nu ForeningsNet

DFIF har skiftet begrebet Værktøjskassen ud med ForeningsNet. ForeningsNet er placeret yderst til højre i menujækken på DFIF's hjemmeside. Under ForeningsNet finder du de samme ting der altid har været i Værktøjskassen plus en hel del mere information. Som noget nyt kan man bl.a. finde information om DFIF's 8 indsatsområder, og DFIF's afdeling for Idræt og Motion har fået større synlighed på ForeningsNet. ForeningNet er – ligesom Værktøjskassen var det – forsynet med brugernavn og adgangskode. Brugernavn og adgangskode er den samme som tidligere. Klik på www.dff.dk/foreningsnet/ for at se hvad ForeningsNet har af information til dig. ■

1 million kr. til de ældre

Kulturminister Brian Mikkelsen og socialminister Eva Kjer Hansen vil i samarbejde med idrættens organisationer styrke udbudet og kvaliteten af idrætsmulighederne for voksne danskere over 60 år. De 2 ministre ønsker derfor at etablere en satsningsenhed med titlen "Gang i de ældre". Satsningsenheden skal via kampagnetiltag og sparring med idrætsforeninger og kommuner, synliggøre og forbedre idrætsmulighederne for gruppen over 60 år. Der har i det senere år været en stigende interesse blandt danskere over 60 år for at motionere – og ikke mindst for at motionere sammen med andre. En række nye idrætsaktiviteter er blevet populære for denne gruppe, senest har stavgang oplevet en sand deltagereksplosion. Socialministeriet og Kulturministeriet bidrager hver med 1 mio. kr. til den satsningsenhed, der etableres i et samarbejde mellem DGI, DIF og DFIF. ■

Bowlingcentre beholder moms

Landsretten i Viborg har afsagt dom i sagen mellem Haderslev Familie- og Firma Sport og Bowl'n Fun, Haderslev Aps, hvor Dansk Firmaidrætsforbund har repræsenteret Haderslev Familie og Firma Sport. Landsretten stadfæster Haderslev Byrets dom, hvori Bowl' Fun, Haderslev Aps bliver frikendt for at have foretaget en såkaldt overvæltning af moms på Haderslev Fa-

milie og Firma Sport.

Haderslev Familie og Firma Sport får således ikke et beløb på kr. 90.430 tilbage, som foreningen har betalt i moms af banelejen i årene 1997 – 1999. Beløbet har Bowl' Fun fået tilbage fra Told & Skat, men som Bowl' Fun altså med dommen ikke skal sende videre til foreningen.

- Taget på ordene er det rigtigt, når Landsretten skriver, at der ikke er sket en overvæltning af moms i tiden efter 1. marts 1997, men det var der jo umiddelbart forud. Den opkrævede pris for baneleje er incl. moms, og denne moms har Bowl' Fun fået retur, men man skal altså ikke aflevere den videre. Det kan jeg ikke rigtigt forstå den logiske sammenhæng i, udtaler generalsekretær i DFIF, Svend Møller, i en kommentar til dommen.

- Nu har Landsretten talt, og det er umiddelbart min opfattelse, at sagen ikke kan bære at blive behandlet for Højesteret, hvilket kræver en tilladelse fra Procesbevillingsnævnet, siger Svend Møller. ■

Deltag i festival-quizen

Hvad ved du om Firmaidrætsfestivalen i Aalborg den 2.-4. september 2005? DFIF afvikler en lille quiz, hvor man hver måned frem til tilmeldingsfristen kan svare på 3 spørgsmål om festivalen. Hvis du svarer rigtigt, deltager du i lodtrækningen om en lækker festival sweat-shirt, så du kan lave mere reklame for festivalen. Klik ind på DFIF's hjemmeside www.dff.dk og deltag i quizen. Det er gratis at deltage, så du har alt at vinde! ■

Sidste udkald til Clermont-Ferrand

Hvis du går med planer om at deltage i Eurosportsfestivalen i Clermont-Ferrand den 15.-19. juni 2005, så sidste frist for tilmelding den 15. dec. 2004. DFIF giver et kontant tilskud på kr. 500,- pr. person til alle, der er medlem af en lokal DFIF-forening samt et sæt tøj. DFIF arrangerer fælles bustransport for kr. 1735,- t/r. Pris for ophold varierer i pris, alt afhængig af hotelkategori og indkvarteringsform. Yderligere oplysninger hos Anette Holmer, ah@dff.dk eller Jan Steffensen, jst@dff.dk – eller klik ind på www.euro-sportfestival2005.org ■



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

Svend Møller
Cedervænget 14
5700 Svendborg
Tlf. 62 22 57 33
Mobiltlf. 40 13 87 33
E-mail: sm@dff.dk

Styrelsen

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

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

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

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

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

Souschef

Jan Steffensen
Ærtekilen 6
5492 Vissenbjerg
Tlf. 64 47 33 17
Mobiltlf. 40 33 99 20
E-mail: jst@dff.dk

Afdelingsleder kommunikation

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

Redaktør

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

PR- og informationskonsulent

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

Afdelingsleder Idræt & Motion

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

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

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

Gert Raasdal
Tranevænget 9
2605 Brøndby
Telefon 43 26 24 41
Mobil 40 27 55 76
E-mail: gra@dff.dk

MPa konsulenter

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

Morten Bierbaum
Stakdelen 95
5220 Odense SØ
Mobiltlf. 21 64 66 46
E-mail: mb@dff.dk

Foreningskonsulenter

Jørgen Rasmussen
Lovvej 10, Pederstrup
4700 Næstved
Tlf. 55 76 16 35
Mobiltlf. 21 42 16 35
E-mail: jr@dff.dk

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

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

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

Per Nedergaard Rasmussen
Kirkebakken 15
6040 Egtved
Telefon: 75 55 00 12
Mobil: 61 61 40 55
E-mail: pnr@dff.dk

Lise Vestergaard
Ildervej 24
8680 Ry
Telefon: 86 15 16 87
Mobil: 22 38 11 78
E-mail: lv@dff.dk

TEKST OG FOTO, JØRGEN RASMUSSEN, FORENINGSKONSULENT, DTF.

De løber for Landskredsen

Det sociale samvær spiller en stor rolle, når deltagerne i Landskredsens DM-kvalifikationsstævne mødes.

I Sidste år var motionsløb med på programmet ved Landskredsens DM-kvalifikationsstævne for første gang. Det var et populært initiativ blandt løberne, og selv om deltagerantallet ikke var stort, så opfordrede deltagerne Landskredsen til at prøve igen i 2004.

Og det ønske indfriele løbsleder Benny Berggreen. Det bevirkede, at endnu flere havde tilmeldt sig i år. Helt nøjagtig 20 løbere. Der blev løbet stafet og individuelt på 5 og 10 kilometer for både damer og herrer.

Der blev efter løbet givet mange knus og kram af deltagerne til både løbsleder og hjælpere, og man gav hinanden håndslag på, at gøre en indsats for, at endnu flere tilmelder sig til næste år.

- Vi løber gerne videre med et budskab om, at opfordre folk til at tilmelde sig, understregede Anni L. Jensen, der kom direkte fra sit arbejde som postbud i Skanderborg, og lige nøjagtig nåede at stille op til start.

Idræt styrker sammenholdet

Landskredsens DM-kvalifikationsstævne er andet end motionsløb. Der var i år tilmeldt 473 deltagere, der dystede i 9 forskellige discipliner i Fredericia Idrætscenter. Kun billard blev afviklet et andet sted

i byen i Fredericia Billardklubs lokaler.

Flere var med for første gang ved stævnet. Heriblandt Sten Jørgensen og Anders Gustavsen fra COOP i Albertslund. De deltog i badminton.

- Vi er med fordi, at vi godt kan lide at spille badminton, men også på baggrund af det sociale aspekt. Det var et godt arrangement hele vejen igennem, understregede de to førstegangsdeltagere. De vil nu forsøge at få startet en løbende badmintonturnering op i Albertslund. For det mangler vi, og vi er villige til at hjælpe turneringen i gang, pointerede de to aktive badmintonspillere.

COOP Albertslund havde også 5 darts spillere med. Vi fangede Diana Mickelborg og Hanne Hoffmann. De var med for anden gang. Det er hyggen og det sociale samvær der lokker os, var de enige om.

Flere af deltagerne havde valgt at køre i bus til Fredericia, bl.a. Bispebjerg Hospital og COOP Albertslund.

- Det er med til at styrke sammenholdet og øge kendskabet til hinanden på tværs af de forskellige arbejdsfunktioner, man har i dagligdagen, understreger COOP Alliances formand Finn Nielsen.

Landskredsens næste DM-kvalifikationsstævne afvikles den 29. - 30. oktober 2005 i Fredericia Idrætscenter. |



Der er ved at blive gjort klar til start i det individuelle motionsløb.



De stolte vindere af damedouble fra venstre Diana Mickelborg og Hanne Hoffmann, COOP Albertslund.



Vinder af damernes stafetløb fra venstre Pia Hansen, Helle Kristoffersen og Lene Korsgaard, COOP Albertslund.

11-13-13