



# DANSK FIRMAIDRÆT

Deltagerne i den nordiske  
firmaidrætskonference ses her  
på trappen til Esbjerg  
Firma Idræts hal, som de var meget  
imponerede af.

## INDHOLD

Leder	2
Nordisk konference	3
Sportsulykkesforsikring	5
Fra hb-mødet	5
Lidt om kursussæsonen	6
100.000 medlemmer	6
Kursusprogrammet	7
Rapport fra konsulenten	11
Imponerende landskamp	11
Vesthallens indvielse	11
Debatoplæg	12
Halplaner i Odense	12
Test dig selv	14
Landsmesterskaberne	16



Nr. **6**

SEPTEMBER 1972

15. ÅRGANG

# Deltageberettigelsen inden for DFIF



I dette nummer af Dansk Firmaidræt er optrykt et debatoplæg, udformet af formanden for FKS, Odense, Alfred Petersen, som fremtidens firmaidræt. Formanden for Kolding Firma-Sport, Henning H. Jensen, der tillige er hovedbestyrelsesmedlem i DFIF, har sin mening om tingene, og de er kommet til udtryk i nedenstående leder:

*Der er på det sidste (på ny kunne man fristes til at sige) opstået diskussion om hvilke personer eller spillere, der er deltageberettigede under DFIF, eller for at præcisere det nærmere: på hold, som er tilmeldt sammenslutninger under DFIF.*

*Det er indtil nu blevet overladt den enkelte sammenslutning (by) at afgøre, hvorvidt man vil tillade, at »gæstespillere«, ægtefæller eller »så nogenlunde ligestillede« eller tidligere ansatte optræder som fuldgyltige spillere på reglementerede hold.*

*Vi har gentagne gange her i Kolding haft dette ømtålelige emne som diskussion på vore møder, og der er hver enkelt gang blevet henviset til, at der altid skal foreligge et ansættelsesforhold til firmaet, før spilleren godkendes.*

*Sidst er der på Fyn sket det, at et »skolehold« af studerende er kommet med i et kredsstævne. Da holdet skulle gå videre til landsmesterskaberne, blev man klar over, at dette hold ikke var gyldigt ifølge DFIF's regler, da der sådan set ikke var et ansættelsesforhold, idet dette også skulle opfattes som et lønningsforhold.*

*Når en klub, som altså ikke er et firma, optages som medlem på det lokale plan, er det selvfølgelig fuldgyldigt medlem her. Men når DFIF's love udtrykkeligt siger, at man skal være ansat i det firma, for hvem man spiller, synes for almindelige mennesker al tvivl at være udelukket.*

*Når man nu på Fyn har begået en fejl og som følge heraf ønsker at gøre sådanne klubber deltageberettigede på kreds- og landsplan, kan det selvfølgelig ikke undgås, at man spørger sig selv, om dette nu også er rimeligt? Om DFIF som følge af en fejl disponering i en enkelt sammenslutning skal ændre kurs?*

*Pave Johannes den 23. sagde bl. a.: »Den kirke, der har den videste (bredeste) portal, får den største menighed.« Og det er uden tvivl rigtigt. Gud ved, om de så alle er katolikker?*

*Hvis DFIF i turneringer »lukkede op« for ægtefæller, familieidræt eller andre former for »løse forbindelser«, ville der måske komme en dag, hvor du spurgte dig selv: »Hvad er firmasport?« Skal vi sætte os selv i den forlegenhed?*

*Det kan jo trods alt være, at selv den bredeste portal ikke kan byttes med den gode idé, som DFIF har bygget og vokset sig stor på!*

HHJ

# Nordiske firmaidrætsledere forsamlet i Esbjerg

Med en fortrinlig blanding af saglig mødevirksomhed og afslappende turisme afvikledes i dagene 9. og 10. juni en nordisk firmaidrætslederkonference i Esbjerg. Det var fjerde gang, en sådan konference blev holdt, og det var første gang, Dansk Firmaidræts Forbund var vært for lederkollegerne fra de øvrige nordiske lande.

At Esbjerg blev valgt som hjemsted for mødet kan næppe undre nogen, idet Esbjerg Firma Idræt på mange områder er forbilledet for landets øvrige firmaidrætssammenslutninger, ligesom de kommunale myndigheder i byen har en sund og god indstilling til foreningslivet, herunder idrætten.

## Begyndte som turister

De nordiske gæster ankom til Esbjerg torsdag aften, og fredag morgen startede man på en rundtur i byen. Turen endte ved EFI-Hallen – Esbjerg Firma Idræts egen hal – og det kan nok være, at den imponerede gæsterne.

Efter at EFI havde været vært ved en kop kaffe, hvorunder gæsterne orienteredes om hallens tilblivelse, gik turen til Fanø, hvor der var lejlighed til at stifte bekendtskab med såvel de gamle, hyggelige byer som den lange, flade sandstrand.

Senere på dagen var Esbjerg by ved borgmester *Henning Rasmussen* vært ved en middag på Kunstpavillonen.

## Den svenske delegation



## Motionslandskamp

Lørdagen var helt helliget de saglige drøftelser. Hvert land havde 3 repræsentanter, hvortil kom, at Danmark foruden var repræsenteret med det meste af hovedbestyrelsen samt formanden for kursus- og motionsudvalget. Konsulent *Ejgon Bertelsen* var mødeleder.

Mødet indledtes med en orientering om de respektive forbunds virke i det år, der var gået siden sidste møde. Det er næppe overdrevet at sige, at især svenskerne, men i nogen grad også nordmændene imponerede vældigt, da de aflagde beretning om deres organisation og virke.

Efter beretningerne koncentrerede debatten sig om et forslag til en nordisk motionslandskamp i 1974. Sådanne motionslandskampe har allerede i nogle år været afviklet mellem Sverige og Norge (ski) og mellem Sverige og Finland (skøjter), og nu var der et udbredt ønske om også at drage Danmark ind i disse landskampe.

Fra Sveriges side »udfordrede« man Danmark til en motionslandskamp på cykel samtidig med, at Sverige foreslog, at en alle-mod-alle motionslandskamp skulle afvikles i svømning. Sverige ville ved siden af naturligvis fortsætte sine motionslandskampe mod Finland og Norge.

Debatten viste en positiv indstilling til motionslandskampene, og den mundede ud i, at

## Den norske delegation



der skulle nedsættes et udvalg, foreløbig med 1 deltager fra hvert land, som skulle fortsætte drøftelserne om arrangementet. Første møde herom blev fastlagt i forbindelse med den europæiske firmaidrætslederkonference, der – når dette læses – er afviklet i Hamburg. *Kaj Olesen*, forbundets konstituerede kasserer, repræsenterer DFIF i udvalget.

### Europæisk firmaidrætskonference

De nordiske firmaidrætsledere drøftede derefter den oven for omtalte europæiske firmaidrætskonference med henblik på en fælles holdning over for den øvrige europæiske firmaidræt for at vise, hvad firmaidrætten i Norden står for.

Den europæiske firmaidrætskonference holdes hvert andet år, og i 1974 er Finland vært for konferencen. Oplægget hertil blev også gennemdrøftet ret indgående, idet dette skal fremtræde som fælles nordisk.

### Kursusarbejdet

Også kursusarbejdet blev drøftet, og der var bred enighed om, at dette samarbejde var særdeles betydningsfuldt, og det måtte fortsættes og udbygges i de kommende år. Fra såvel Finland, Norge som Danmark har man i mange år sendt repræsentanter til Svenska Korporationsidrottsförbundets Bosönkursus, og den svenske kursusleder, *Nils Hagman*,

indbød da også på mødet de 3 øvrige lande til hver at sende 2 repræsentanter til dette års kursus på Bosön nær Stockholm.

Dette kursus samarbejde vil man nu forsøge at udvide til andre kurser, der kan have interesse for firmaidrætsledere på sammenslutnings- og forbundsplan.

### Afslutningen

Efter at debatten var ebbet ud, kunne Ejgon Bertelsen slutte mødet af med en tak for en meget fyldig og udbytterig konference, som ikke kan undgå at virke værdifuld i bestræbelserne på at udvide det nordiske firmaidrætssamarbejde.

*Carl Ljungbeck*, Sverige, overrakte derefter Korpens banner til formanden for Esbjerg Firma Idræt, *Karl Randrup*, som tak for godt værtskab. Carl Ljungbeck, som for mange år siden havde besøgt Esbjerg, var taknemmelig for den gode modtagelse, man havde fået i vesterhavsbymen.

Den nordiske firmaidrætslederkonference i Esbjerg sluttede derefter med, at formanden for Norges Bedriftidrettsforbund, *Ellef Frydendal*, inviterede til Norge i 1973, og efter et lille afskedsmåltid i Esbjergs lufthavn ledte de nordiske ledere med flyet mod deres respektive hjemsteder med et – efter deres eget udsagn – godt indtryk af dagene i Esbjerg.

### Den danske delegation



### Den finske delegation



# Tilbud om kollektiv sportsulykkesforsikring

---

De fleste sportsgrene kan heldigvis dyrkes uden større risiko for at komme galt af sted; men det er nok for optimistisk at tro, at sportsulykker helt kan undgås. Derfor er DFIF af den opfattelse, at der er langt større behov for sportsulykkesforsikringen, end den beskedne afsætning af denne forsikring er udtryk for. Det har hidtil været overladt til den enkelte idrætsudøver at forsyne sig med sportsulykkesforsikringen – men mon ikke medlemmerne er bedre tjent med en kollektiv dækning? Adskillige klubber har allerede fremsat ønske om det.

MLU har i nogen tid arbejdet med problemet, og man kan nu tilbyde kollektiv sportsulykkesforsikring for samtlige aktive medlemmer i en klub eller for en bestemt afdeling, der omfatter en bestemt idrætsgren; en forudsætning er, at medlemstallet udgør mindst 25 personer.

Præmiebetalingen kan ske 1/1-, 1/2- eller 1/4-årligt efter klubbens ønske, idet der en

gang om året foretages regulering på grundlag af medlemstallet.

For administrationsarbejdet med den kollektive forsikring modtager klubben et gebyr på 50 øre pr. medlem.

Den kollektive forsikring omfatter standardforsikringen uden dagpenge, og præmien bliver således 11 kr. om året ÷ administrationsgebyr 0,50 kr.

Endvidere stiller MLU sine assurandører til rådighed for en videre udbredelse af sportsulykkesforsikringen.

Forbund og klubber bør overveje denne mulighed for at sikre medlemmerne gennem kollektiv forsikringstegning. MLU's medarbejdere står til rådighed, hvis der ønskes yderligere oplysninger.

Henvendelse kan rettes til: fuldmægtig *Svend Larsen*, V. Farimagsgade 19, 1641 København V, tlf. (01) 31 42 50, eller nærmeste MLU-medarbejder.

---

## Idé-debatten fastlagt til 30. september-1. oktober

---

Dansk Firmaidræts Forbunds hovedbestyrelse har i weekend'en 12.-13. august holdt møde i Fredericia. Der var mange ting at diskutere, bl. a. det kommende års budget, som nok kan volde vanskeligheder, når bestyrelsen ved, at den ikke får så mange penge at arbejde med, som man gerne ville have for at føre de aktiviteter, man har planer om, ud i livet.

Man diskuterede også konsulentens forslag om en Idé-debat, og der var bred enighed om, at det ville være sundt med en sådan for at lægge kursen for forbundet i fremtiden. Idé-debatten er fastlagt til 30. september og 1. oktober på Unge Hjem Højskole i Skåde.

Når dette læses, vil sammenslutningernes formænd formentlig have modtaget indbydelse til debatten samtidig med, at hovedbestyrelsens oplæg til diskussion er sendt ud. Det er herefter tanken, at der ude omkring hos sammenslutningerne og i kredsene skal tages stilling til oplægget, så formændene har mulighed for at tale hele sammenslutningens sag ved sammenkomsten i Skåde.

Fra forbundets ledelse venter man sig meget af debatten, hvis resultat helt naturligt vil indvirke på bestyrelsens stilling til, hvilke planer der skal prioriteres højest i den kommende årrække.

# Lidt om den kommende kursussæson

Hvor nødt vi end vil erkende det, så står vinteren altså for døren. Dermed også kursussæsonen, der i den kommende vinter byder på det hidtil største antal kurser, som DFIF har arrangeret med interesse for firmaidrættens folk.

Kursusprogrammet har i år et par nyskabelser med. Det er et sekretærkursus og et kassererkursus, men samtidig håber kursusudvalget, at man også i anden halvdel af kursussæsonen kan byde på et par nyheder.

Ved gennemlæsningen af kursusprogrammet vil man bemærke, at der i år opkræves et kursusgebyr, som er fastsat til 30 kr. pr. kursus. Endvidere er der ikke i kursusprogrammet, som er optrykt i dette blad, fastsat datoer på kurserne. Kursusdatoerne vil imidlertid fremgå af de egentlige kursusprogrammer, som kan rekvireres på DFIF's kontor efter den 5. september.

Find nu ud af, hvilke kurser der har din interesse. Skriv det på brevkuponen, som er optrykt sidst i kursusoversigten, og send den ind til DFIF's sekretariat. Du vil herefter få tilsendt det endelige og udførlige program, som fortæller alt om kursusmaterialer, for-kundskaber (hvis sådanne er nødvendige) og kursets omfang.

## Kurser i 2. halvæson

Det optrykte kursusprogram omfatter – som det også fremgår af dets forside – kun første halvdel af kursussæsonen. Kursusudvalget har imidlertid også planerne for 2. halvæson under udarbejdelse på nuværende tidspunkt, og det kan oplyses, at der formentlig bliver tale om følgende kurser:

### Lederkursus II

Dette kursus vil blive en fortsættelse af Lederkursus I, og deltagelse i kurset vil være betinget af, at man har gennemgået det første kur-

sus. Nærmere oplysninger om kurset vil fremkomme ultimo november.

### Administrationskursus

Dette kursus bliver et brevkursus, og også om dette vil der fremkomme nærmere oplysninger i slutningen af november måned.

### Førstehjælpskursus

Selv om DFIF ikke selv afholder sådanne kurser, anbefaler kursusudvalget, at alle ledere deltager i et sådant på de almindelige aftenskoler. Måske vil DFIF på et senere tidspunkt tage et kursus, der fortæller om idrætsskader på programmet, og grundlaget for deltagelse i kurset vil da blive et førstehjælpskursus.

### Motionskursus / Pausegymnastik

Disse 2 kurser er under udarbejdelse og vil blive omtalt nærmere ultimo november.

**Nu over 100.000 aktive i DFIF**

Atter viser gennemgangen af dette års indberetningsskemaer en stor medlemsfremgang inden for Dansk Firmaidræts Forbund. Fremgangen er så stor, at forbundet nu har mere end 100.000 aktive medlemmer, hvilket vi ganske vist har haft før, men det var, medens de københavnske firmaidrætsorganisationer endnu var med i DFIF.

Indberetningsskemaerne er ved redaktionens slutning endnu ikke færdiggennemarbejdede, men det samlede medlemstal og antallet af aktive er gjort op, og det ser nu således ud:

	1972	1971
samlet medlemstal . . . . .	137.382	110.287
aktive . . . . .	100.461	81.311



## Kursus- oversigt 1972-73

### 1. halvdel

#### **DFIF's kursusudvalg**

Torben C. Birkeslund (fmd.)  
Skovløkkevej 6, 5310 Seden  
tlf. (09) 13 26 46

Sven-Erik Svensson  
Bjerggade 8, 4600 Køge  
tlf. (03) 65 56 13

Werner Køhrsen  
Solkrogen 12, 6000 Kolding  
tlf. (05) 52 96 01

Ernst Fald  
Strynøvej 19, 5700 Svendborg  
tlf. (09) 21 61 95

#### **Pædagogisk konsulent**

Allan Andersen  
Taleteknisk Institut  
Akademiet for Kommunikation  
Thorsvej 46, 8680 Ry  
tlf. (06) 89 18 48

#### **Kursussekretariat**

DFIF's kontor  
Rosenvængets Allé 1, 2100 København Ø  
tlf. (01 92) ØB 52 82

## **Sekretærkursus**

Der er meget arbejde ved at drive en forening, og en stor del af dette arbejde har sekretæren. Lad derfor ham eller hende komme nemmere om ved sit arbejde, og det kan han/hun, når dette kursus er gennemgået.

*Deltagere:* Sammenslutningernes sekretærer samt eventuelt kontorphonale, men også bestyrelsesmedlemmer, som har megen korrespondance, lige som alle, der har referentvirksomhed til dagblade, Dansk Firmaidræt og eget blad, vil kunne få stort udbytte deraf. Emner til sekretærjobbet er også velkomne.

*Program:* Kursets første lektioner, der opstiller visse retningslinier for sekretærens arbejde: korrespondance, mødeforberedelse, protokolføring, arkivering, udsendelse af meddelelser og indbydelser til stævner og turneringer, kontakt til presse, er fortrinsvis bygget op som en brevscole, idet emnerne dog vil blive udbygget på et weekendkursus, hvor bl. a. Postens Kundtjeneste og et stort kontormaskinefirma vil medvirke. Der vil også blive vist flere film med relation til emnerne.

## **Turneringstilrettelæggelse**

Samtlige udvalg, der har med turneringstilrettelæggelse i fodbold og håndbold at gøre, bør møde op til dette kursus.

*Deltagere:* Ovennævnte udvalg – og vi ser gerne, at hele udvalget er med. Max. 25 personer pr. kursus.

*Program:* Planlægning af turneringer og stævner i fodbold og håndbold.

*Instruktører:* Carsten Sørensen m. fl.

*Kursusform:* Gennemgang af teknikken bag turneringstilrettelæggelse og praktiske øvelser samt gruppearbejde og diskussion.

## **Lederkursus I**

Man skal vide, hvordan man skal lede. Det viser DFIF på Lederkursus I.

*Deltagere:* Ikke rutinerede klub- og sammenslutningsledere, formænd, næstformænd og udvalgsformænd, som ikke har gennemgået et egentligt lederkursus. Max. 15 personer hvert sted.

*Program:* Hovedvægten er lagt på taler- og mødeteknik og omfatter desuden kommunikationsteori, notat- og referatteknik, ledelse af store og små møder, foreningsledelse, for-

*Instruktører:* Konsulent Ejgon Bertelsen, medlemmer af kursusudvalget samt konsulenter fra Postens Kundtjeneste og private kontormaskinefirmaer.

*Kursusform:* Brevkursus samt afsluttende weekendkursus.

*Kursusdage:* Bestemmer du selv. Weekendkurset afvikles i Svendborg medio januar 1973.

*Sted:* Din egen stue. I Svendborg på DFIF's kontorer og i Svendborg Firma Sports hal på Tåsinge.

*Kursusnr.:* 7273/01

*Sidste tilmelding:* 15. september 1972.

*Kursusdage:* 1 dag, fortrinsvis en lørdag eftermiddag (4<sup>1/2</sup> time).

*Kursussteder:* Osted, Middelfart, Brønderslev, Åbenrå og Holstebro.

*Kursusnr.:*

7273/06 Osted, start nov. 72

7273/07 Middelfart, start nov. 72

7273/08 Brønderslev, start jan. 73

7273/09 Åbenrå, start feb. 73

7273/10 Holstebro, start feb. 73

*Sidste tilmelding:* 25. september 1972

eningsøkonomi, forsikringspørgsmål, idrættens organisation i Danmark m. m.

*Instruktører:* Allan Andersen, Taleteknisk Institut, konsulent Ejgon Bertelsen, DFIF, samt lokale AOF-instruktører.

*Kursusform:* Foredrag, gruppearbejde, enkeltmandsøvelser samt diskussion.

*Kursusdage:* I alt 20 timer fordelt på flere aftener samt et afsluttende weekendkursus.



*Kursussteder:* Odense, Ålborg, Roskilde, Silkeborg og Haderslev.

7273/13 Roskilde, start okt./nov. 72  
7273/14 Silkeborg, start okt./nov. 72  
7273/15 Haderslev, start okt./nov. 72

*Kursusnr.:*

7273/11 Odense, start okt./nov. 72  
7273/12 Ålborg, start okt./nov. 72

*Sidste tilmelding:* 15. september 1972.

### **Kassererkursus**

En god kasserer er guld værd . . . Og nu har alle sammenslutninger en mulighed for at hente guld, nemlig gennem et kursus for deres kasserere.

*Deltagere:* Kurset henvender sig fortrinsvis til sammenslutningernes kasserere, men også formanden og revisorerne indbydes, ligesom andre med interesse for regnskabet i en forening (kommende kasserere) vil få ikke så lidt med hjem. Klubkasserere er også velkomne efter aftale med sammenslutningerne. Max. 25 deltagere hvert sted.

*Program:* Kurset arrangeres i samarbejde med Danmarks Sparekasseforening og vil give indblik i såvel de daglige posteringer som i afslutningen af et regnskab. Reglerne for kilde-skat (lønnen medhjælp) i forbindelse med idrætsforeninger vil også blive drøftet. Tilskudsordninger vil blive gennemgået, og der vil blive givet eksempler på budgetske-maer og deres anvendelse. Andre økonomiske problemer fra foreningslivet vil blive drøftet efter behov, ligesom også EDB i forbindelse

med kontingentopkrævningen contra almindelig opkrævning vil blive berørt.

Kurset skal danne baggrund for et senere brevkursus om foreningsadministration.

*Instruktører:* Konsulenter fra Sparekasserne samt konsulent Ejgon Bertelsen.

*Kursusform:* Gruppearbejde med praktiske eksempler samt diskussion om emnerne.

*Kursusdage:* 2 aftener à 3 timer.

*Kursussteder:* Ålborg, Brande, Kolding og Osted.

*Kursusnr.:*

7273/02 Ålborg, start okt. 72  
7273/03 Brande, start nov. 72  
7273/04 Kolding, start nov. 72  
7273/05 Osted, start jan. 73

*Sidste tilmelding:* 25. september 1972.

..... KLIP HER!

BREV

Porto  
70 øre

**Dansk Firmaidræts Forbund**

**Rosenvængets Alle 1**

**2100 København Ø**

### Gør os en tjeneste

Kursusudvalget vil gerne gøre kurserne så gode som muligt. Ligeledes vil vi gerne arrangere en kursusrække, som er både alsidig og interessant.

Derfor beder vi dig om:

1. Når du alligevel rekvirerer dine kursusprogrammer, hvorved du jo også fortæller os, hvad der har din interesse, da at udfylde felt B på kuponen, som du sender ind.
2. Hvis du ikke synes, DFIF i denne omgang tilbyder kurser, som du har interesse i, vil vi gerne have kuponen sendt ind alligevel. Nemlig med dine ønsker. Sender du et forslag, vil det også blive taget under overvejelse.
3. Hvis du allerede har bestemt dig, så tilmeld dig straks. Hvis du allerede nu reserverer plads, undgår du, at du ved overtegning får afslag. Anfør i felt C, hvad du tilmelder dig.

### Hvordan tilmelder man sig?

Ja, som det fremgår af ovennævnte, kan du allerede nu tilmelde dig på kuponen. Men du kan også vente, til du har modtaget det endelige kursusprogram med mere udførlige oplysninger om tidspunkter m. m. Pas dog på, at du ikke kommer for sent!

Med venlig hilsen  
*Kursusudvalget*

---

A. Jeg ønsker kursusprogram tilsendt for:

kursusnummer

kursusnavn

stedet, hvor kurset afholdes

---

B. Jeg foreslår følgende kurser afholdt:

---

C. Jeg tilmelder mig

kursusnummer

kursusnavn

stedet, hvor kurset afholdes

---

Navn og fuldstændig adresse:

---

---

# Rapport fra konsulenten

## Fritidsloven

Fritidsloven og lokale tilskudsordninger synes for flere sammenslutninger at være noget af et problem, og jeg tror, at en møderække i kredsene vil kunne give mange sammenslutninger mulighed for at høste større økonomisk udbytte af de forskellige love, end det hidtil har været tilfældet.

Jeg er i øjeblikket ved at tilrettelægge en undersøgelse om de forskellige tilskudsordninger, der benyttes i de kommuner, hvor vi har sammenslutninger. Der vil blive udsendt et spørgeskema til sammenslutningerne, og jeg beder om, at det bliver besvaret hurtigst muligt.

## Ildrætsudvalget

Arbejdet i Kulturministerens Ildrætsudvalg bliver mere og mere omfattende. En stor del af arbejdet er ganske vist »hjemmearbejde«, men udvalget skal inden for en overskuelig fremtid færdiggøre sit arbejde, og derfor arbejdes der nu under et vist tidspres.

## Imponerende landskampstal

Selv om den kommende vinter er nærmere end den forgangne, kan vi ikke lade være med at nævne det tal, som for kort tid siden blev offentliggjort som resultatet af landskampen i motionsskiløb mellem firmaidrætsorganisationerne i Sverige og Norge. Strækningen udgør 5 km for hver startende, og resultatet blev, at Sverige vandt landskampen med 1.122.689 startende mod Norges 355.222. I sandhed imponerende landskampstal.

Selve udfaldet af landskampen blev mere spændende, end tallene viser, idet Norges tal ganges med 3 af hensyn til forskellen i befolkningstallene.

## Lang møderække

Selv om perioden siden sidste rapport har været præget af sommerferie, har der dog været en lang række møder af forskellig karakter. Sammenslutningernes forhold til de samvirkende idrætsforeninger i mange byer bliver nu taget op til drøftelse, og det ser ud til, at forholdet mellem firmaidrætten og den øvrige idræt i flere byer vil kunne bedres betydeligt gennem saglige og positive møder.

## Vesthallens indvielse

Slagelse Firma-Sport og Slagelse Bokseklub har forlængst haft rejsegilde på VESTHALLEN, og når dette læses, er der kun ca. en måned til hallens indvielse, der skal finde sted i to etaper.

Første etape finder steder i weekend'en den 30. september-1. oktober, hvor om lørdagen den officielle indvielse sker med mange indbudte gæster fra nær og fjern. Om søndagen er der planlagt en stor sportskavalkade med mange kendte, danske idrætsfolk, f. eks. venter man at se Stjerneholdet i Slagelse.

Slagelse Firma-Sports og Slagelse Bokseklubs egne medlemmer, som på indvielsesdagen måske nok må indstille sig på at holde sig en smule i baggrunden, får til gengæld mulighed for at fejre den nye hal ved en kæmpefest den efterfølgende lørdag, den 7. oktober. Her vil man feste på sædvanlig Slagelse-måner, og så ved mange, at det bliver både hyggeligt og morsomt. Stort orkester og fin underholdning satser man på til festen.

DANSK FIRMAIDRÆT vil som sædvanlig, når sådanne begivenheder inden for forbundets sammenslutninger løber af stabelen, være til stede, og vi glæder os til at bringe nyt fra Slagelses store dage.

## Debatoplæg:

# Firmaidrætten og fremtiden

---

»Tiden løber alt for hurtigt«, siger mange, når de når lidt op i årene, men også inden man når op i alderen, har man travlt. A propos alderen; her er det, man skal tænke på sig selv og være god ved sit helbred.

En af de bedste gaver, man kan give sig selv, er et forsøg på at bevare sit helbred, og dette forsøg vil igen kunne oversættes med: MOTION.

Hvor får man så den bedste motion? Det er svært at sige, men firmaidrætten kan tilbyde mange former for motion gennem de mange idrætsgrene, man har på programmet, og som er baseret på motion. Firmaidræt er jo motionsidræt – ikke den vilde konkurrenceidræt.

Men det er på den anden side ikke nok, at man kan få sit motionsbehov dækket i klubben på arbejdspladsen. Det må også tages i betragtning, at ens »mage«, der enten kan være hjemmegående husmor eller være ansat på en arbejdsplads, hvor der ikke er nogen firmaidrætsklub, har et behov for at komme ud og være sammen med andre på en idrætsplads. Afvekslingen fra det daglige er nemlig også en sund ting og af lige så stor værdi som motionen.

Årsagen til, at jeg berører dette, er, at jeg gerne vil slå et slag for FAMILIEIDRÆTTEN inden for firmaidrætten.

Tiderne har ændret sig betydeligt siden firmaidrættens barndom. Vi har i løbet af de ca. 30 år fået mere fritid til vores rådighed, og den skulle gerne udnyttes på den bedst mulige måde sammen med familien. Derfor tror jeg, at det er på tide, at Dansk Firmaidræts Forbund, som det er tilfældet i Norge og Sverige, tager tanken om familieidræt op, og ændrer den – efter min mening – forældede grundtanke, som DFIF stadig er bygget op omkring. Jeg tror, at en sådan ændring vil betyde en endnu større interesse for idrætten og dermed betyde en *endnu større fremgang for al idræt over det ganske land*.

Det, der i fremtiden må kendetegne firmaidrætten, er, at den helt og holdent hviler på en motionstanke – der må ikke gå inflation i vore tanker, det vigtigste er jo ikke at vinde, men at deltage, og alle skal have lejlighed til at deltage i firmaidrætten. På denne måde vil vi også kunne bevare noget af det særpreg, som vi gennem vores opbygning har, og som efter min mening er med til at give os et bedre »klima« indbyrdes, foruden den motion, som vi alle behøver, ikke mindst når man ikke er 20 år mere.

*Alfred Petersen, FKS, Odense*

*Redaktionen modtager gerne indlæg til den debat, Alfred Petersen lægger op til.*

---

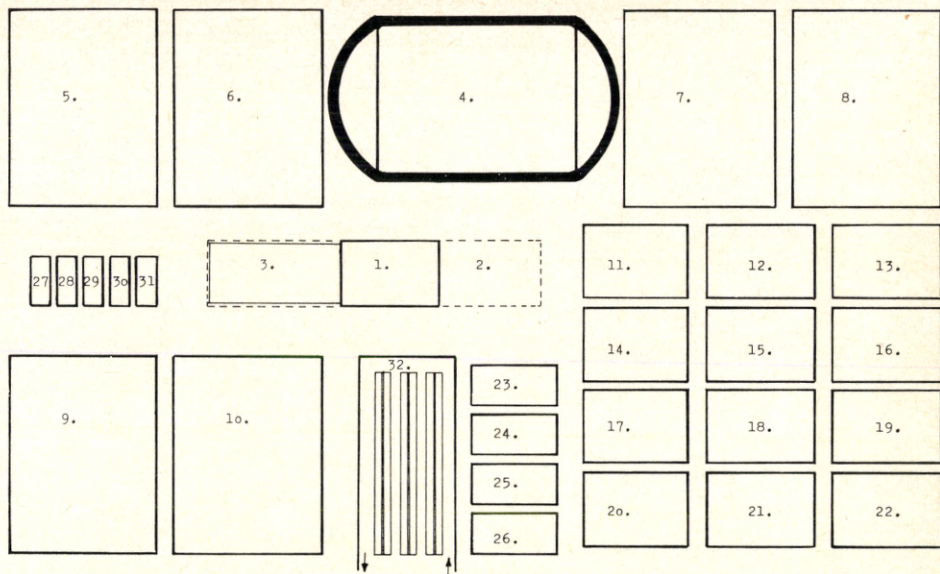
## FKS Odense bag planerne om stort idrætscenter

---

DANSK FIRMAIDRÆT's læsere har haft lejlighed til at stifte bekendtskab med de planer om egen firmaidrætshal, som sammenslutningerne i Slagelse og Svendborg er i fuld gang med at realisere. Nu har Firmasportklubbernes S sammenslutning i Odense offent-

liggjort tilsvarende planer om egen idrætshal, ja mere end det. Man stiler efter et Firmasportens Idrætscenter.

Planerne er endnu på det meget forberedende stadium, men når man ser skitsen over anlægget, som FKS-ledelsen har tænkt



**Firmasportens Idrætscenter:** 1. Idrætshal – 2. Idrætshal nr. 2 – 3. 50 m skydebaner – 4. Opvisningsbane m/ atletikbaner – 5–10. 6 stk. 11 mands fodboldbaner, 120×90 – 11–22. 12 stk. 7 mands fodboldbaner, 65×45 – 23–26. 4 stk. håndboldbaner, 50×25 – 27–31. 5 stk. tennisbaner, 12×30 – 32. Parkeringsplads + til- og frakørsel.

sig det, kan det ikke undre, at der er et stort forberedende arbejde at gøre.

FKS har nedsat et haludvalg, som arbejder videre med planernes gennemførelse. Formanden for udvalget er Egon Hansen, og han udtaler til FKS-Nyt:

– Haludvalget blev stiftet den 7. januar 1971, og det gik straks i gang med at få et møde med Odense kommunes sportsudvalg. Der blev afsendt et brev til udvalget den 16. januar 1971, og med stor glæde modtog vi kort efter en indbydelse fra Odense magistrats afdeling til et møde den 28. februar 1971. På dette møde fremlagde vi vore problemer med hensyn til hal og udendørs faciliteter. Magistratens embedsmænd var meget lydhøre og samtidig overrasket over den store aktivitet, der var i FKS, men det blev sagt, at der var andre opgaver, der skulle løses, før vore problemer stod for tur, og at vi nok skulle blive indkaldt til et møde, når tiden var moden.

Der gik ca. 1 år, idet vi den 12. januar 1972 blev indkaldt til et møde, og der fik vi at vide, at med hensyn til halbyggeri måtte vi selv skaffe den fornødne kapital, og når vi havde den, skulle kommunen nok stille grunden til rådighed for os, ligesom vi ville få plads til de baner, vi havde behov for. Det var derfor med glæde, vi forlod dette møde, da vi nu foran os kunne se et FKS-idrætscenter, hvor vi kan have alle idrætsgrene samlet under ét.

Vort mål er at få samlet 500.000 kr. i startkapital, og det skal nås hurtigst muligt. Vi har i sidste nummer af vort medlemsblad indlagt et girokort, så alle medlemmer af FKS kan give et beløb til hallen, og vi er naturligvis glade for ethvert beløb, stort eller lille.

Vi savner et sådant idrætsanlæg her i byen. Vi har ca. 5.000 medlemmer i FKS, og hvis vi løfter i flok, skal vi nok også nå vort store mål: Firmsportens Idrætscenter.

## Test dig selv - og bliv bedre derved

*Denne artikel er skrevet af major Ivan G. Fogt, lærer på Forsvarets Gymnastikskole, og den viser, hvordan du selv kan måle dit kondital på grundlag af 12 min. testen, som er udledt af amerikaneren K. H. Cooper.*

Det er blevet meget populært at blive konditestet, men mange lader det blive derved. Du får et tal opgivet, og er det ikke alt for alarmerende dårligt, gør du ikke mere ved det. Det at blive testet på en ergometercykel, giver ikke nogen særlig træningsvirkning, testen er såkaldt submaximal, dvs. at man arbejder et godt stykke under, hvad man i virkeligheden kan præstere. Derefter beregner man sig frem til, hvor meget man ville kunne præstere, hvis man arbejdede maximalt. Her er en testmetode, der på én gang giver dig dit kondital, og som samtidig virker trænende – det er nemlig en maximaltest.

Testen kaldes »12 min. test«. Den er udledt fra et meget stort forsøgsmateriale, som den i fysiologikredse meget kendte amerikanske flymediciner, K. H. Cooper, har indsamlet. Testen er gennem 2 år blevet kontrolleret på Forsvarets Gymnastikskole og er her fundet at være mindst lige så nøjagtig som den almindelige test på ergometercykel.

Testen går ud på, at du løber så langt som overhovedet muligt på 12 minutter. For at kunne udføre testen skal du altså blot have et ur (helst med sekundviser) og på en eller anden måde finde ud af, hvor langt du har løbet. Her er mange muligheder. Du kan naturligvis løbe på et stadion – så er opgaven let – men du kan også måle en bane på tre km op – brug bilen eller et målehjul. Er dette ikke muligt, kan du skridte banen af. Mål først hvor mange skridt du bruger på 100 m (normalt 118–120) og skridt så banen ud.

Testens gennemførelse: Varm først let op

ved at småløbe og udføre nogen gymnastik. Stil dit ur således, at du let kan aflæse, når 12 minutter er gået. Start nu løbet og forsøg at nå så langt som overhovedet muligt på de 12 minutter – det er her, træningsvirkningen kommer ind. Når de 12 minutter er gået, finder du ud af, hvor langt du har løbet, og derefter kan du gå ind i tabellen (se denne) og finde dit kondital.

Testen har til forskel fra ergometercykeltesten den fordel, at jo flere gange man prøver, jo bedre bliver resultatet.

Der er mange andre fordele ved 12 min. testen. Du kan udføre den alene, den er billig og ukompliceret, man får en masse dejlig frisk luft, den kræver ingen eksperter, store tabeller, metronomer, pulstællerinstrumenter eller lignende.

Da prøven går ud på at flytte sin egen krop – altså ikke at arbejde med en konstrueret modstand – er der ikke mange specielle hensyn at tage. Der er ingen aldersfaktor, der er ingen vægtfaktor – det tal, man finder frem til, er slet og ret konditallet.

Det eneste, der tages hensyn til, er kønnet. Kvinder har en dårligere nyttevirkning end mænd, dvs. at af den totale ekstra energiudvikling i legemet i anledning af løbeturen kan mænd udnytte til ydre arbejde – altså løbet – ca. 23 pct., mens kvinder kun kan udnytte ca. 21,6 pct. Derfor har det været nødvendigt at lave en tabel for kvinder og en for mænd.

At tallene i tabellerne er så mærkelige skyldes, at meterværdierne er omregnet fra engelske mil. Man kan naturligvis runde af og interpolere i de angivne værdier.

K. H. Cooper har også angivet, hvad han finder for passende at have i kondital afhængig af alderen. Disse værdier passer ikke helt sammen med dem, som f. eks. ses offentliggjort i visse blade. Dette er dels en skønssag,

dels et spørgsmål om de tal, man angiver er udtryk for de resultater, man har fundet i kontrolmaterialet, eller de er stillet i relation til de krav, man mener at ville stille i forhold til tilværelsens praktiske krav. Svenskeren P. A. Åstrands krav ligger lidt højere end

Coopers (måske forskellen mellem det næsten fuldt automatiserede Amerika og det mindre automatiserede Sverige).

God fornøjelse med testen – se nu at komme i gang, du har jo lovet dig selv det mange gange.

*Ivan G. Fogt*

## 12 min. test:

Kondital	Antal løbne meter på 12 minutter		Kondital	Antal løbne meter på 12 minutter	
	Mænd	Kvinder		Mænd	Kvinder
25,0	1609	1511	43,8	2462	2312
26,0	1657	1556	45,0	2519	2366
27,0	1714	1610	46,0	2559	2403
28,2	1754	1647	47,2	2615	2456
29,0	1810	1700	48,0	2655	2493
30,2	1851	1738	49,2	2715	2550
31,6	1910	1794	50,2	2768	2600
32,8	1963	1844	51,6	2816	2645
33,8	2012	1890	52,6	2865	2691
34,8	2059	1934	53,8	2924	2746
36,2	2119	1990	54,8	2961	2781
37,0	2156	2025	56,0	3018	2834
38,2	2213	2078	57,0	3058	2872
39,2	2253	2116	58,2	3117	2927
40,4	2313	2172	59,2	3170	2977
41,6	2366	2222	60,2	3219	3023
42,6	2414	2267			

NB! Det har ved forsøgene vist sig, at disse værdier er gældende for almindelige mennesker. Folk, der er konkurrenceløbere, har på grund af deres meget løb udviklet en så økonomisk løbestil, at de normalt vil få lidt for

høje værdier efter disse tabeller. Af denne grund er tabellen standset ved kondital 60. Folk, der har højere kondital end 60, kan ikke uden videre bruge denne testform – de har vel heller ikke brug for det.

## Coopers vurdering

Alder	Meget dårlig	Dårlig	Middel	God	Meget god
20–29	under 25,0	25,0–33,7	33,8–42,5	42,6–51,5	over 51,5
30–39	under 25,0	25,0–30,1	30,2–39,1	39,2–48,0	over 48,0
40–49	under 25,0	25,0–26,4	26,5–35,4	35,5–45,0	over 45,0
over 49 år	under 20,0	20,0–25,0	25,0–33,7	33,8–43,0	over 43,0

# DANSK FIRMAIDRÆT

Udgivet i 6.800 eksemplarer

Redaktion:

Ole Wordolff, Brinken 5, st. tv.,

2600 Glostrup.

Tlf. (01) 96 11 05

Dette nummer er afsendt til

sammenslutningerne

28. august 1972

Trykt i Christensens Bogtrykkeri,

Bogtrykkergården A/S, Struer.

24555

## DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

Rosenvængets Allé 1, 3.,

2100 København Ø.

Tlf. (01) 92 ØBro 5282.

Eksp.: Mandag–fredag 9–16.

## BESTYRELSE:

Kst. formand:

Henry Jepsen, Luthersvej 46, 1.,

7000 Fredericia.

Tlf. (05) 92 30 47.

Kst. næstformand:

Karl Randrup, Sjællandsgade 48,

6700 Esbjerg.

Tlf. (05) 12 71 45.

Kst. kasserer:

Kaj Olesen, Nørremøllevej 23c,

8800 Viborg.

Svend Fladberg, Alperosevej 2,

Ølby Lyng, 4600 Køge.

Tlf. (03) 65 32 01.

Kaj Christensen, Svalevej 16,

7100 Vejle.

Tlf. (05) 82 33 63

Henning Jensen, Havesangerv. 6,

6000 Kolding.

Tlf. (05) 52 72 62.

Børge Kristensen, Vibevej 2,

Rolfsted, 5863 Ferritslev.

Tlf. (09) 98 15 06.

Jørgen Riisom, Nålemagervej 57,

8900 Randers.

Tlf. (06) 42 60 32

Erling Thorsen, Peter Freuchens-

vej 31, 9000 Ålborg.

Tlf. (08) 13 02 62.

Tage Carlsen, Heboltoft, Velling.

6950 Ringkøbing.

Tlf. (07) 32 14 58.

# Landsmesterskaber i Århus

DFIF's landsmesterskaber i sommeridrætterne afvikles i år på det ret nye og imponerende sportscenter i Vejlbjby-Risskov i weekend'en 16. og 17. september.

Landsmesterskaberne omfatter både 11-mands fodbold, 7-mands fodbold for såvel damer som herrer, håndbold for damer og herrer samt skydning på 50 m distancen. I skydning afvikles såvel holdmesterskab som individuelt mesterskab.

Foruden de kræfter, der skal bruges på sportspladserne, får deltagerne også mulighed for at bruge kræfter på dansegulvet, idet der arrangeres aftenfest med spisning i idrætshallen.

Idrætsudøverne skulle ved disse landsmesterskaber få de hidtil bedste forhold at afvikle deres indbyrdes kampe under, og lad os så kun håbe, at omgivelserne smitter af på udøverne, så vi kan få kåret værdige mestre i en god sportslig atmosfære, hvad der de foregående år indimellem har knebet lidt med.



## Opmærksomheden

henledes på, at ansøgninger fra sammenslutningerne om tilladelse til at afholde åbne stævner skal være DFIF i hænde senest den 1. september.

DFIF's konsulent: Ejgon Bertelsen, Porthusvej 38, 5700 Svendborg. Træffetid hver mandag og tirsdag kl. 12–19.

## Åbent stævne

DFIF har givet tilladelse til, at FKS, Odense, afholder et åbent, internationalt stævne, der finder sted lørdag den 9. september.