



DANSK FIRMAIDRÆT

Fra fællesmødet i Skåde
mellem DDSG&I, DdGU og DFIF:
De tre organisationers
formænd, fv. Karl Randrup,
H. A. I. Pedersen og Niels Ibsen.



INDHOLD

Leder	2
DDSG&I- DdGU - DFIF	3
DFIF's oplæg til fællesmødet	4
Træn på ergometercyklen	6
Hjemmebaneskydninger	10
Ålborg Firmasport 25 år	11
Ordensudvalgets kendelse	14
»Vær helbredsbevidst«	15
Odense-stævnet i håndbold	16
TRIM - hvad er det?	16

Nr. **2**

FEBRUAR 1973

16. ÅRGANG

Kan vi råbe den landsdækkende presse op denne gang?



Ak, ja. Hvor længe var Jeppe i Baronens seng? En stor dansk håndboldklubs mangeårige leder har i klubbens medlemsblad harceleret over den manglende foromtale af klubbens kampe i pressen. Mens klubben var godt spillende og det ene år efter det andet kunne vinde danmarksmesterskabet, var der tilsyneladende ingen grænser for den interesse, som den landsdækkende (københavnske) presse havde for holdet. Nu er glansen gået af medaljerne, og så er pressens interesse åbenbart også gået fløjten.

De »falmede«, tidligere danmarksmestre »sælger« ikke mere. De er ikke »godt stof« på sportssiderne i øjeblikket, men det er naturligvis ikke det svar, som journalisten, der har taget dette spørgsmål op, giver som begrundelse for den manglende presseomtale. Næh, han beholder sig til, at det må være klubben selv, der informerer pressen om dens kampe, holdopstillinger o.s.v. Det lyder i vore øjne særdeles rimeligt, men kan måske være svært at acceptere for en gammel leder, der gennem klubbens guldalder har været vænnet til, at journalisterne kom i tide og utide.

Håndboldlederens reaktion har selvfølgelig relation til den stærkt nedadgående tendens i tilskuerskaren til håndboldkampene i danmarksturneringen. Og selv om vi inden for firmaidrættens ikke har det problem til fælles med håndbolden, er vi alligevel parate til at tage den gamle håndboldleder i hånden og råbe »Hvorfor har vi ikke pressens (den landsdækkendes) bevågenhed?«

Der ligger i vort spørgsmål ikke noget ønske om, at den landsdækkende presse skal omtale firmaidrættens i tide og utide, fortælle om løbende turneringer o. lign. Vort ønske er, at den presse vil bemærke det enorme arbejde, der lægges for dagen af forbundets, sammenslutningernes og klubbernes ledere, når der f. eks. arrangeres landsomfattende motionskampagner. Det ville være af uvurderlig betydning for tilslutningen til sådan et arrangement, at det blev fulgt af den landsdækkende presse og for den sags skyld også af TV.

Og det er vel at bemærke ikke alene forbundets skyld, at pressen ikke har fat i motionskampagnerne. Der er ved de tidligere års motionskampagner tilsendt samtlige landsdækkende dagblade en udførlig pressemeddelelse om arrangementet, ligesom de har modtaget forskelligt andet materiale herom. Lige meget har det hjulpet. Så grelt er det, at vi det første år, kampagnen skulle afvikles, havde inviteret 10 københavnske dagblade til pressemøde i forbundets kontor i København. Vi havde et stykke mad og en forfriskning til de få, vi regnede med ville møde op, for vi var helt overbeviste om, at ikke alle blade ville forbigå arrangementet i tavshed. Vi få tilstedeværende var ved at »æde os en

Fællesmøde i Skåde: DDSG & I - DDGU og DFIF

De Danske Skytte-, Gymnastik- og Idrætsforeninger havde taget initiativet til en såkaldt »høring« af repræsentanter for denne organisations amtsforeningsledere, De Danske Gymnastik- og Ungdomsforeningers amtsforeningsledere og Dansk Firmaidræts Forbunds kredsledere med henblik på en genoptagelse af de sammenslutningsforhandlinger, som har været i gang gennem et par år, men som pt er indstillet på grund af uenigheden om et fremtidigt fælles forbunds struktur og økonomi.

»Høringen« foregik på Unge Hjemsskole i Skåde den 13. januar med deltagelse af op imod 200 ledere fra de tre organisationer. »Høringen« indledtes med et oplæg fra de tre formænd, *H. A. I. Pedersen*, *Niels Ibsen* og *Karl Randrup*, ud fra spørgsmålet »Hvordan kommer vi videre?«, hvorefter der foregik meget livlige drøftelser i 19 grupper.

Det har gennem adskillige år været opfattelsen, at amtsforeningsledere i de to store organisationer har været meget interesserede i en sammenslutning, fordi det daglige arbejde foregik på tværs af medlemsskabet af det ene eller det andet forbund. Interessen må vist siges at have været knapt så udtalt i firmaidrætskredse. Denne opfattelse fik man rigeligt bekræftet, da man under »høringens« sidste del gennemgik de mange grupperapporter. Ganske vist var der mange, der ud fra devisen »Hellere et godt samarbejde end en dårlig sammenslutning«, gik ind for, at en sammenslutning måtte vente, til tiden var mere moden. En enkelt taler dristede sig dog til at sige, at en sammenslutning hurtigt ville blive en realitet, hvis andre ledere fik sæde i de tre organisationers styrelser.

Enighed om fortsat samarbejde

Vi bringer Karl Randrups oplæg som en særskilt artikel. Deres udsendte medarbejder sy-

nes, at DFIF-formanden på så udmærket vis i sin indledning redegjorde for firmaidrættens stilling til problematikken omkring sammenslutningen, at alle bør have lejlighed til at læse hans ord.

Spørgsmålet »Hvordan kommer vi videre« fik man ikke noget konkret svar på, men én ting var man helt enige om. Man skulle i hvert fald ikke afbryde forbindelsen mellem de tre organisationer. Værdien af en fælles optræden i mange spørgsmål var man ikke i tvivl om.

Hvornår en sammenslutning bliver en realitet, kan man ikke sige noget om. Hvis den i det hele taget bliver til noget. En formodning om, at de firmaidrætsledere, der var tilstede, fik et og andet at tænke på, da Vordingborgobersten (skyttegruppens formand) talte dun-der til rekrutterne (firmaidrætten), fordi de var så formastelige at tale om skytternes tips-tilskud og fondsdannelser, er næppe helt forkert.

På grund af skytteformandens særdeles velvalgte tidspunkt at fremkomme med sine synspunkter lod det sig ikke gøre at komme ind i en debat herom, men det kunne have været morsomt at vide, hvad skytteformanden ville have gjort i dag, dersom det var ham, der skulle administrere et forbund med mere end 100.000 medlemmer for 465.000 kr. Det er mindre, end skytterne får om måneden.

Det er vist et almindeligt synspunkt – også fra anden side end firmaidrættens – at en sammenslutning vil blive meget vanskelig, såfremt et kommende forbunds fremtidige tilskud på forhånd skal være øremærket fra statens side. Det gik igen i mange grupperapporter, at der måtte være »lighed for loven« med hensyn til offentlige tilskud, og at det måtte være et eventuelt kommende forbund, som selv afgør fordelingen af de midler, som måtte blive stillet til rådighed. wor-

Dansk Firmaidræts Forbunds oplæg på fællesmødet i Skåde

Formålet med dette fællesmøde skal vel naturligt være et forsøg på at gøre tanken om en eventuel sammenslutning af vore 3 forbund i et stort landsforbund forståelig for så mange som muligt. Men der er vel også en begrundet forhåbning om, at der på mødet kan komme nye tanker frem, som kan være med til at rydde nogle af de forhindringer af vejen, der nu findes.

Mødet skal også gerne have som resultat, at såvel modstandere som tilhængere af tanken om en sammenslutning kan bibringes forståelse for hinandens synspunkter. Kan det oven i købet bringe disse to parter tættere sammen, har mødet jo ikke været forgæves.

DFIF's ledelse har dog lidt svært ved at acceptere, at den beslutning, som det nedsatte forhandlingsudvalg kom til, skal kunne ændres allerede på nuværende tidspunkt. Beslutningen den gang gik jo ud på at stille forhandlingerne i bero, indtil kulturministerens idrætsudvalg havde afgivet betænkning, og indtil en eventuelt heraf følgende revision af tipsloven var foretaget. Grunden til forhandlingernes afbrydelse var jo som bekendt uoverensstemmelser om henholdsvis struktur og især økonomi, og betænkningens færdiggørelse og tipslovens revision vil efter vor mening have en mulighed for at rydde nogle uoverensstemmelser af vejen.



*DFIF's
formand,
Karl
Randrup,
holdt
den her
refererede
tale på
fællesmødet
i Skåde.*

DFIF er derfor af den mening, at før man bruger yderlig tid og penge til møder af lignende art som i dag, må organisationernes forhandlingsudvalg finde ud af, om der er ændret mening om visse afgørende punkter i det pågældende forbund, så der er skabt mulighed for en genoptagelse af forhandlingerne.

På den anden side vil DFIF også erkende, at et møde som dette kan indebære muligheder for at rydde nogle uoverensstemmelser af vejen.

Det kan dog vist ikke komme bag på nogen, når vi giver udtryk for en vis skeptisk indstilling i så henseende. Selv med den største optimisme har vi ikke i tiden siden sidste forhandlingsmøde kunnet se, at der er sket væsentlige ændringer i de enkelte organisationers opfattelse af, hvordan problemerne omkring strukturen og økonomien skal løses.

På forhandlingsudvalgets første møde fremkom DFIF's repræsentanter med vore – lad os kalde det betingelser, for at vi kunne gå ind i realitetsforhandlinger om en eventuel sammenslutning. Betingelserne gik ud på, at det nye forbund skulle bestå af såkaldte afdelinger (søjler), og at firmaidrættens skulle være sikret en særskilt afdeling (søjle). Begrundelsen var, at firmaidrættens særpræg, der består i de lukkede eller tildels lukkede firmaidrætsklubber – skulle bevares. Såfremt et sådant ønske ikke kunne opfyldes, og DFIF alligevel gik med i en sammenslutning, er det sikkert, at der straks ville blive dannet et nyt firmaidrætsforbund, hvilket vel ikke kunne være meningen.

Det er vort indtryk, at såvel DDGU's som DDSG&I's repræsentanter efterhånden gik ind for DFIF's betingelser i så henseende, og vi ønsker her at præcisere, at vore betingelser på dette punkt ikke er ændret.

Firmaidrættens må, udover dette at udgøre en selvstændig afdeling (søjle), også være sik-

ret en vis repræsentation i det nye forbunds øverste ledelse. Heller ikke på dette punkt mener vi, at det vil være muligt at ændre standpunkt.

I øvrigt kan vi tilslutte os de tanker om struktur, som er kommet til udtryk gennem DDSG&I's forslag til søjleopbygning, dog uden at vi har gjort os særlige tanker eller meninger om, hvor mange søjler der kan være den rigtige løsning.

Der kan vel ikke være tvivl om, at det var de økonomiske problemer og uoverensstemmelser, der var den egentlige årsag til afbruddet af forhandlingerne i første omgang.

Der er brugt mange timer på at finde en udvej for en løsning af dette problem, et problem, som vel bliver særlig stort, dersom man ønsker at tage stilling til DDSG&I's skytteafdelings andel af tipsmidlerne på 20 pct. En procentdel, som vel nok – især i de seneste år – med det store overskud fra tipningen, har stukket mange danske idrætsledere i øjnene.

DDGU's repræsentanter i forhandlingsudvalget har som bekendt ved flere lejligheder været talsmænd for, at tilskuddet til de enkelte aktiviteter skulle være ens. En demokratisk tankegang ganske vist, men DFIF kan dog ikke umiddelbart gå ind herfor, idet vi må erkende, at med den mangel på kommunal forståelse, der i almindelighed er gældende i forbindelse med etablering af skydebaner, må der på en eller anden måde findes en udvej for at kunne tilgodese skytternes rimelige krav.

DFIF's repræsentanter har tidligere givet udtryk for, at af de penge fra tipoverskuddet, der skulle tilflyde et eventuelt nyt forbund, måtte det være formålstjendtligt hvert år at hensætte en vis procentdel i en fond, hvoraf bl. a. skytterne kunne få midler til skydebaner m. m., men selvfølgelig skulle de øvrige aktiviteter også have mulighed for at

låne eller få tilskud til etablering efter behov.

DDSG&I's skytteafdelings forskellige fonds må – i hvert fald for de flestes vedkommende – afvikles. Det kan ikke være rigtigt, at en skytte kan få tilskud til f. eks. gevær og patroner, medens en badmintonspiller f. eks. selv må betale fuldt ud dyre ketchere og fjerbolde.

Hjælpefonds o. lign., der er til rådighed, må naturligvis omfatte alle aktiviteter og ikke kunne være forbeholdt en privilegeret skytteklasse.

Skulle det inden for en rimelig tid lykkes vore forhandlere at finde frem til en løsning, som man mener vil have mulighed for at kunne godkendes af de respektive organisationers lovgivende forsamlinger, må et sådant forslag være sådan udformet og have et sådant indhold, at ledelserne af de 3 forbund har en sikker overbevisning om, at en sammenslutning vil være bedre end et fortsat godt samarbejde.

Det skal imidlertid ikke være nogen hemmelighed, at i den tid, der er gået, siden sammenslutningsforhandlingerne blev stillet i bero, er mange firmaidrætsledere rundt i vore organisationer blevet mere og mere skeptiske over for tanken om en sammenslutning. Denne skepsis bunder bl. a. i, at det er vort indtryk, at mange DDGU-ledere meget ofte taler hen over hovedet på DFIF. Når man i DDGU's medlemsblad læser referater af møder, kurser o. lign., hvor sammenslutningstanken har været diskuteret, er det altid kun DDGU og DDSG&I, der tales om. Man får det indtryk, at mange af lederne slet ikke aner, at DFIF er med i disse forhandlinger. Retfærdigvis skal dog nævnes, at formanden i officielle redegørelser om sammenslutningsforhandlingerne altid tager DFIF med. Men mange firmaidrætsledere er faldet over dette, og man har i mange tilfælde gjort sig sine

tanker om, om firmaidrætten ikke blot bliver opfattet som noget, der bare følger med i et eventuelt nyt forbund, noget der kun vil få en sekundær betydning og indflydelse, og som muligvis på et senere tidspunkt vil blive reduceret som selvstændig søjle.

Må jeg til slut sige, at såfremt DDGU's manglende tagen firmaidrætten med i billedet kun skyldes manglende kommunikation, så vil det ikke hindre os i at deltage positivt i bestræbelserne for at finde en udvej for en løsning af opgaverne med henblik på en sam-

menslutning. DFIF må dog stille det som en absolut betingelse, at vi bliver anset som en ligeberettiget partner i de forhandlinger, vi deltager i.



Træn på ergometercyklen

Der skal nok være nogle af vore motionsivrige læsere, der husker, at vi i Dansk Firmaidræt nr. 6 i 1972 bragte den såkaldte 12 minutters test, der er »opfundet« af amerikaneren K. H. Cooper, men som var bearbejdet til brug herhjemme af major Ivan G. Fogt, Forsvarets Gymnastikskole.

Nu har samme Ivan G. Fogt lavet et program for træning på ergometercykel. Programmet har han venligt overladt Dansk Firmaidræts redaktion til aftrykning, og vi er overbevist om, at mange »ergometercyklende« motionister har manglet et sådant program at træne efter, så derfor er det en fornøjelse at kunne bringe det her. Husk også at læse de indledende bemærkninger!

Træn på ergometercyklen

Udholdenhedstræning gennemføres med det bedste resultat i både fysisk og psykisk henseende ved rationel løbetræning udendørs, men vejrforhold, manglende tid, mørke eller andre faktorer kan hindre en sådan træning. Er dette tilfældet, kan man træne på en ergo-

metercykel efter det program, som er anført på midtersiderne, men det skal straks anføres, at en sådan træning ikke bør vælges, såfremt der er mulighed for udendørs udholdenhedstræning.

For at kunne bruge det rigtige program skal man kende sit »kondital«, d.v.s. iltoptagelsen pr. kg legemsvægt pr. minut.

Herefter kan man vælge sit program:

Kondital	Program	
Under 25	1	} Intervaltræning + distancetræning
25 - 33	2	
34 - 42	3	
43 - 51	4	
over 51	5	

Hertil er udarbejdet

Kondital	Program	
34 - 42	6	} Tempotræning
43 - 51	7	
over 51	8	

Programmerne er alle udarbejdet således, at ergometercyklens speedometer bruges til kontrol af hastigheden. Arbejdets længde er både angivet i antal hele pedalomdrejninger (fra en pedal er i bund, til den samme pedal er i bund igen) samt i køretid i minutter og sekunder. Man vil altså selv kunne vælge, om man vil tælle pedalomdrejningerne, eller om man vil køre efter uret. Arbejdets størrelse er dels udtrykt ved hastigheden, dels ved den afbremsning cyklen skal indstilles på, i programmerne anført ved: belastning . . kp.

Programmerne gælder for alle aldersgrupper. Kvinder vælger programmet med et lavere nummer end anført ud for deres kondital.

Opvarmningen

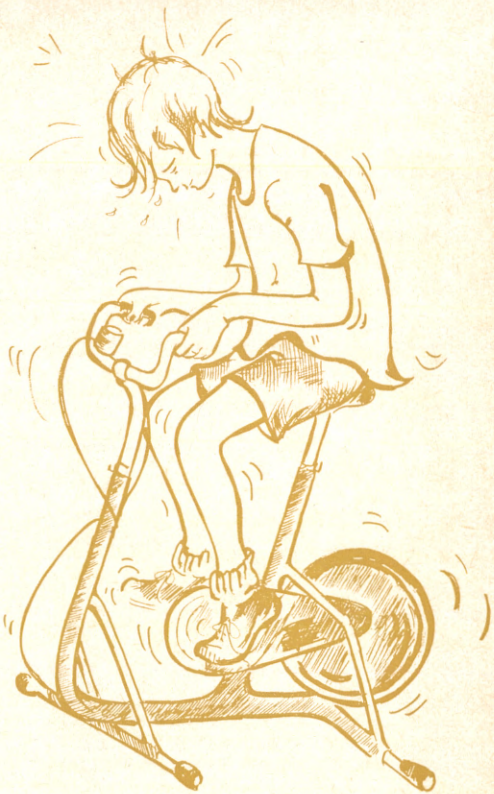
Opvarmningen er beregnet således, at pulsen kommer op på 120–130 slag pr. minut. Uden denne opvarmning vil den første del af det egentlige træningsprogram ikke have den tilsigtede virkning.

Intervaltræningen

Intervaltræningen er beregnet således, at pulsen i arbejdsperioden (den store hastighed) kommer op på en værdi omkring 10–15 slag under den maksimale puls. I hvileperioden (den lille hastighed) vil pulsen falde til ca. 120–130 slag pr. minut. For at give en passende overgang til hvile efter træningen afsluttes med en længere periode med den lille belastning. Den samlede tid for programmet er udregnet og anført.

Distancetræningen

Distancetræningen er beregnet således, at pulsen under hele træningen vil ligge ca. 40 slag under den maksimale puls, svarende til den intensitet man normalt vil kunne arbejde med i



længere tid. Distancetræningen bør ikke vare mindre end 15 minutter.

Tempotræningen

Denne træningsform er så hård, at kun personer med et kondital på 34 og derover bør bruge den.

Programmerne er beregnet således, at pulsen i arbejdsperioden (den store hastighed) kommer op i nærheden af den maksimale puls, således at organismen bliver nødt til at forbruge glykogen anaerobt for at tilfredsstille energikravet. Hvileperioden (den lille hastighed) er beregnet således, at pulsen kun når ned på en værdi omkring 50 slag under den maksimale puls, d.v.s. at man ikke når at blive fuldt restitueret inden næste arbejdsperiode.

Ivan G. Fogt

Program for træning

Læs instruktionen

PROGRAM 1 Kondital under 25

Intervaltræning

Indledende opvarmning:

Belastning 1 kp., hastighed 25 km/t.

300 omdrejninger 5 min. 5 sek.

Træning, belastning 1 kp.:

5 x { 80 omdrejn. med 45 km/t (50 sek)
 30 omdrejn. med 30 km/t (25 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 30 km/t (43 sek).

Samlet tid: 12 minutter 5 sekunder.

Distancetræning

15–20 minutters uafbrudt cykling.

Belastning 1 kp., hastighed 35–40 km/t.

PROGRAM 2 Kondital 25–33

Intervaltræning

Indledende opvarmning:

Belastning 1 kp., hastighed 35 km/t.

400 omdrejninger 4 min. 28 sek.

Træning, belastning 1½ kp.:

5 x { 100 omdrejn. med 35 km/t (72 sek)
 30 omdrejn. med 25 km/t (30 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 25 km/t (51 sek).

Samlet tid: 14 minutter 12 sekunder.

Distancetræning

15–20 minutters uafbrudt cykling.

Belastning 1½ kp., hastighed 30 km/t.

PROGRAM 5 Kondital over 51

Intervaltræning

Indledende opvarmning:

Belastning 2 kp., hastighed 35 km/t.

400 omdrejninger 4 min. 28 sek.

Træning, belastning 2½ kp.:

5 x { 200 omdrejn. med 40 km/t (126 sek)
 30 omdrejn. med 30 km/t (25 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 30 km/t (42 sek).

Samlet tid: 17 minutter 46 sekunder.

Distancetræning

15–20 minutters uafbrudt cykling.

Belastning 2½ kp., hastighed 35 km/t.

PROGRAM 6 Kondital 34–42

Tempotræning

Indledende opvarmning:

Belastning 2 kp., hastighed 30 km/t.

300 omdrejninger 4 min. 14 sek.

Træning, belastning 2 kp.:

8 x { 80 omdrejn. med 40 km/t (50 sek)
 20 omdrejn. med 30 km/t (17 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 25 km/t (51 sek).

Samlet tid: 14 minutter 2 sekunder.

Træningen bør, såfremt ingen anden træning finder sted, gennemføres 3–4 gange

på ergometercyklen

på foregående side

PROGRAM 3

Kondital 34-42

Intervaltræning

Indledende opvarmning:

Belastning 1½ kp., hastighed 25 km/t.

300 omdrejninger 5 min. 5 sek.

Træning, belastning 2 kp.:

5 x { 120 omdrejn. med 35 km/t (86 sek)
 { 30 omdrejn. med 25 km/t (31 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 25 km/t (51 sek).

Samlet tid: 15 minutter 41 sekunder.

Distancetræning

15-20 minutters uafbrudt cykling.

Belastning 2 kp., hastighed 30 km/t.

PROGRAM 4

Kondital 43-51

Intervaltræning

Indledende opvarmning:

Belastning 1½ kp., hastighed 35 km/t.

400 omdrejninger 4 min. 28 sek.

Træning, belastning 2 kp.:

5 x { 200 omdrejn. med 45 km/t (111 sek)
 { 30 omdrejn. med 30 km/t (25 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 30 km/t (43 sek).

Samlet tid: 16 minutter 54 sekunder.

Distancetræning

15-20 minutters uafbrudt cykling.

Belastning 2 kp., hastighed 35 km/t.

PROGRAM 7

Kondital 43-51

Tempotræning

Indledende opvarmning:

Belastning 2 kp., hastighed 35 km/t.

400 omdrejninger 4 min. 28 sek.

Træning, belastning 3 kp.:

8 x { 100 omdrejn. med 40 km/t (63 sek)
 { 20 omdrejn. med 25 km/t (20 sek)

Afslutning:

50 omdrejninger med 25 km/t (51 sek).

Samlet tid: 16 minutter 25 sekunder.

PROGRAM 8

Kondital over 51

Tempotræning

Indledende opvarmning:

Belastning 2½ kp., hastighed 35 km/t.

400 omdrejninger 4 min. 28 sek.

Træning, belastning 3 kp.:

10 x { 100 omdrejn. med 45 km/t (56 sek)
 { 20 omdrejn. med 30 km/t (17 sek)

Afslutning:

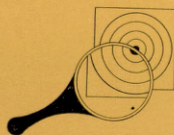
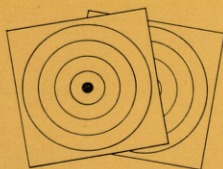
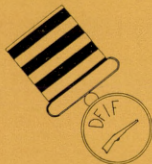
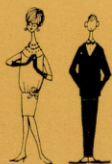
50 omdrejninger med 25 km/t (51 sek).

Samlet tid: 17 minutter 25 sekunder.

ge om ugen. Intervaltræningen bør være den træningsform, der anvendes mest



Hjemmebaneskydninger i forårssæsonen 1973



Skytter fra foreninger under Dansk Firmaidræts Forbund samt deres hustruer indbydes hermed til hjemmebaneskydning i forårssæsonen 1973. Der skydes i 1 dameklasse, som skyder 20 skud med albuestøtte, og 4 herreklasser, som også skyder 20 skud, men uden støtte. Der skal skydes 2 skud til hver plet.

Damer, som er lovgældige medlemmer af klubber under DFIF, kan deltage i begge skydninger.

Mandlige skytter samt kvindelige skytter, der er medlem af en forening under DFIF, skyder i følgende klasser:

- Kl. A skytter, der normalt skyder 185 points og derover
- Kl. B skytter, der normalt skyder 180 points og derover
- Kl. C skytter, der normalt skyder 170 points og derover
- Kl. D skytter, der normalt skyder 169 points og derunder

Våben

Standardgeværer og UIT standardgeværer uden håndstøtte og kolbekrog må benyttes, når vægten ikke overstiger 5 kg.

Medaljer

De tre bedst opnåede resultater præmieres med Dansk Firmaidræts Forbunds guld-, sølv- og bronzemedalje. Øvrige præmier i forhold til deltagelsen.

Skivesættene

Skivesættene kan bestilles hos *Dansk Firmaidræts Forbund, Tåsinge-Hallen, 5700 Svendborg*. Prisen for hvert skivesæt er 5 kr. Efter skydningen skal skivesættene returneres til DFIF.

Skivekontrol

Skydelederen i hver forening må forinden skivesættenes returnering gøre skiverne op og påføre resultatet på de taloner, som følger med hvert skivesæt. Talonerne returneres sammen med skivesættene. Husk alle oplysninger, herunder første og sidste nummer på hvert skivesæt.

Betaling

Indskuddet for deltagelse i hjemmebaneskydningerne skal indsettes på DFIF's postkonto 6 65 08 senest i forbindelse med indsendelse af skivesættene.

Skivesæt og betaling skal være forbundet i hænde senest den 1. april 1973.



Ålborg Firmsport gennem 25 år

Fra mange sider er der forsøgt at finde frem til, hvor firmaidrætten er opstået, men ingen er kommet til et egentligt resultat.

Også i Ålborg har der været udkæmpet sportskampe mellem forskellige arbejdspladser hele vejen op gennem vort århundrede, men vi skal frem til 30'rne, før det begynder at ligne firmaidræt med en vis ensartethed.

Sidst på året – det vides ikke hvornår – i 1947 begyndte man forskellige steder i Ålborg at indse, at det kunne være en fordel, hvis man sluttede sig sammen for at kunne henvende sig samlet, når der var problemer af den ene eller anden art. I vinterens løb puslede man med tanken, og på foranledning af *Kjærs Mølles Boldklub* blev der umiddelbart efter årsskiftet indkaldt til et orienterende møde, hvor man begyndte at arbejde med sagen. Samtidig blev der nedsat et udvalg til at udarbejde lovforslag og indkalde til stiftende generalforsamling.

I begyndelsen af februar måned blev der herefter indkaldt til stiftende generalforsamling den 18. februar 1948. Her blev *Ålborg Firmsport* stiftet af repræsentanter for 20 klubber, der repræsenterede ca. 400 fodboldspillere, idet det udelukkende var fodbold, man ville beskæftige sig med.

Selve starten foregik under meget trange forhold, idet man selvfølgelig i lighed med alle andre firmaidrætsorganisationer måtte starte med at leje sig ind på eksisterende sportsklubbers områder, men man kom i gang.

Dette med at låne baner måtte man slås med helt frem til 1959, hvor der blev stillet et anlæg til rådighed i Vesterkær, men det var først efter, at man havde forhandlet med forskellige instanser i ca. 1 år.

Selve anlægget i Vesterkær er for så vidt godt nok, men for ÅFS er det et højt ønske at kunne etablere en form for klubliv. Det lader sig imidlertid slet ikke gøre derude.

Et klubliv kræver nemlig andet og mere end de trange omklædningsrum, som findes. Der behøves også samlingslokaler – evt. et cafeteria – og mødelokaler. Der skulle dog være en bedring i sigte. Byrådet har planer om at placere firmaidrætten et andet sted i byen, hvor de manglende faciliteter bliver etableret. Ganske vist kommer firmaidrætten til at dele pladser med andre klubber, men når man ved, at der bliver 12 baner ved klubhuset, skulle der være plads nok.

Klubhuset bliver helt efter firmaidrættens ønske, idet kommunen bygger det med det tilstrækkelige antal omklædningsrum, hvortil kommer cafeteria og bestyrelseslokaler.

Indtil dette anlæg i Østre Uttrup bliver en realitet, må Ålborg Firmsport fortsætte sit arbejde fra kontoret, som man har haft siden 1970 først på året. Kontoret holder åbent 1 gang om ugen hele året, ligesom alle møder holdes der, bortset fra større forsamlinger.

I forbindelse med etableringen af kontoret kom man ind på at starte et medlemsblad for sammenslutningens klubber, og efter at have arbejdet med tanken i nogen tid, kunne man endelig udsende første nummer i marts måned 1972, og det er blevet til 10 numre det første år. Det vil man også tilstræbe i fremtiden.

Lige fra starten har bestyrelsen ikke været bange for at vise en vej og gå i gang med forskellige ting – ind imellem også nye ting.

Allerede i 1950 begyndte man at arbejde på en ny aktivitet, idet bordtennis begyndte at vinde frem. Den første turnering så dagens lys i 1951, hvor der i en cupturnering skulle afvikles 1978 kampe. Turneringen 1972-73 har deltagelse af 41 hold og afvikles som en dobbeltturnering.

I juli måned 1952 arrangeredes den første Fagenes Fest i Ålborg. Det var igen Ålborg Firmsport, der var på pletten. Dette arrange-

ment gennemførte man i en årrække. At der var interesse for disse shows fortæller tilskuerekorden lidt om. Det højeste tilskuertal er på knapt 3600.

Senere på året fik man en ny idé, idet der blev udsendt en opfordring til at indføre industrigymnastik eller pausegymnastik, som det nu kaldes. Dette forslag blev godt modtaget de allerfleste steder og mærkeligt nok af virksomhedernes ledere, medens medarbejderne tog det mere moderat. »Man havde ikke lyst til at deltage, fordi det gik ud over akkorderne«. Der kom dog gang i sagerne, og *Rigmor Johansen* lagde en række arbejdere i Ålborg i en årrække. Mest aktiv for denne form for træning var *FDB*.

I tiden indtil 1964 arbejdede man så på at udbygge sammenslutningen og gøre mere for bredden, men så skete der noget igen. Man begyndte at tale om bowling, og der blev startet en turnering i foråret 1965, men det er gået ud igen efter nogle få år. ÅFS kunne ikke konkurrere med hallens priser. Der firmabowles stadig, men udenfor ÅFS.

Der blev herefter etableret et badmintonudvalg, som gik i arbejde sidst på året 1967 og startede den første turnering i 1968. Der har været en voksende interesse for denne sportsgren, og i denne sæson er der deltagelse af 15 hold, som spiller hver mandag i Stadion Hallen. Desuden er der stor træningsaktivitet, idet der spilles i 3 gymnastiksale 4 gange om



Ålborg Firmsports bestyrelse ved jubilæet. Siddende fra venstre: Jørgen Nielsen, kasserer, Gunnar Pedersen, formand, og Ole Nielsen, næstformand. Stående fra venstre: bestyrelsesmedlemmerne John Luke Rasmussen, Egon Pedersen, Erling Thorsen, Kurt Christensen, Bjarne Øster og Peter Wilhelmsen.

ugen à 5 timer. Disse træningstimer fordeles af ÅFS til de interesserede klubber efter medlemstal. Der er også klubber, som har fået timer udenfor denne tildeling ved direkte henvendelse til skolevæsenet. I øjeblikket er der registreret 731 spillere.

I 1967 skete der en anden glædelig ting, idet ÅFS blev optaget i *Samvirkende Idrætsforeninger i Ålborg* – SIFA – hvilket har haft stor betydning for ÅFS. Her er bedre mulighed for at få gennemført forskellige ønsker, og det er da også gennem SIFA, at ÅFS har fået løfte om bedre baneforhold, ligesom medlemsskabet har medført adgang til at deltage i Sportsmarkederne, hvor man kan vise, hvad man står for.

Som medlem af SIFA fik formanden, *Gunnar Pedersen*, også indbydelse til at deltage i en Olympiaderjese. Det skabte visse problemer, men da det blev ændret til, at man »betalte« for turen, blev det alligevel til noget.

ÅFS har altid deltaget i Dansk Firmaidræts Forbunds turneringer, men det er kun i fodbold, man har kunnet gøre sig gældende. ÅFS har vundet landspokalturneringen i 1952 og 1955 og har været i finalen i 1958 og 1964.

FKS, Odense, afholder kæmpe-BINGO-spil

Nu skal det åbenbart være alvor med halplannerne i Odense, men FKS, Odense, er klar over, at det ikke går uden egenkapital. Der udfoldes i denne tid mange initiativer for at skaffe penge til halbyggefonden, og en af de mest spændende er et kæmpe-BINGO-SPIEL – det største, nogen sportsorganisation har afholdt på Fyn – den 19., 20. og 21. marts 1973. Bingo-spillet afvikles alle tre dage i Fyns Forum, og det skal nok skæppe godt i byggeudvalgets kasse.

Derefter indførtes Firmaidrættens Dag, hvorfra der også kan opvises fine resultater. Senere kom landsmesterskaberne til, og i de to første år – 1970 og 1971 – vandt *Ålborg Værft* mesterskabet, medens holdet sidste år nåede frem til finalen. Også i damefodbold har ÅFS en landsmester, nemlig indendørs i 1972, hvor *Værftsfunktionærerne* vandt.

Ålborg Firmasport er en af DFIF's største sammenslutninger med et medlemstal på ca. 7.000, fordelt på 131 klubber, men der ekspanderes stærkt – næsten for stærkt i øjeblikket. ÅFS er ikke ked af væksten som sådan, men der er ikke plads under de nuværende forhold. Når dette er bragt i orden, tager man gerne imod igen.

jøriis-

DANSK FIRMAIDRÆT ønsker Ålborg Firmasport hjertelig til lykke med de første 25 år. Vi udtrykker samtidig håbet om, at løfterne med hensyn til bedre forhold at drive sammenslutningen under snarest må blive opfyldt, så ÅFS også i fremtiden kan tage imod alle de nye medlemmer, som ønsker at dyrke firmaidræt.

Nyt medlemsblad i Svendborg

Man er ikke bange for at tage munden fuld i Svendborg. Kort efter indvielsen af Tåsinge-Hallen giver man sig nu i kast med udgivelsen af eget medlemsblad. Sammenslutningen har ønsket at kunne kommunikere bedre med klubbernes ledere og medlemmer, og det er et blad jo det helt rigtige til. Bladet hedder Firma-Sporten for Svendborg og Omegn og redigeres af *Palle Christiansen* i samarbejde med *Otto Rasmussen*. Bladet agtes udsendt 12 gange om året.

Ordensudvalgets kendelse i DSIO-sagen

Ordensudvalget har den 18. januar 1973 behandlet den af De Studerendes Idræt, Odense, indsendte protest mod deres udelukkelse fra at deltage i Dansk Firmaidræts Forbunds landsmesterskaber i marts måned 1972 og er kommet til følgende

K E N D E L S E

Da DSIO er optaget i en sammenslutning under DFIF, uden at der er taget forbehold af nogen art ved optagelsen, bl. a. vedrørende deltagelse i landsmesterskaber, finder udvalget ikke, at der i DFIF's love er hjemmel til at nægte DSIO deltagelse i det pågældende landsmesterskab.

Det tilføjes, at ordet »ansat« i fællesbestemmelserne, § 6b, efter udvalgets opfattelse ikke entydigt kan fortolkes som et direkte

lønningsforhold i en virksomhed, men lige såvel kan omfatte et »indskrivningsforhold« ved en højere læreanstalt eller lignende institution.

Ordensudvalget har intet at indvende mod denne kendelses offentliggørelse, men da i dens fulde ordlyd.

De ved sagens behandling påløbne omkostninger udredes af DFIF.

*Aa. Lund Sørensen Bjarne Hauger
Gunnar Tamberg*

Ordensudvalgets kendelse, som jo går imod Idrætsudvalgets afgørelse i sagen, er naturligvis blevet diskuteret på det hovedbestyrelsesmøde, som har fundet sted den 4. februar. I næste nummer vil vi bringe hovedbestyrelsens kommentar til sagen.

Kan vi råbe den landsdækkende presse op denne gang?

pukkel til«. Der kom nemlig ikke én journalist!

Når vi bringer dette på bane nu, skyldes det naturligvis, at vor motionskampagne 1973 nærmer sig med raske skridt! Alle anerkender efterhånden motionens betydning for alle aldersklasser, men ingen kan forlede os i at tænke, at betydningen synes større, når visse står bag arrangementerne, end når andre gør det. Den landsdækkende presse burde have mere tanke for den uselviske indsats, som gøres af mange, for at endnu flere kan motionere uden interesse for prestige, førstepladser eller personlig omtale. Den burde acceptere, at en folkemotionsbevægelse godt kan iværksættes af andre end aviserne selv. For når de arrangerer Sjælsø Rundt, Eremitage-løb, maratonløb eller hvad det nu kan være,

er der nemlig ingen grænser for, hvor meget spaltepads der kan ofres på arrangementet.

Vort håb er en god dækning af den kommende motionskampagne, som vi meget snart skal til at »varme op til«. Lad os opleve, at vort håb ikke også denne gang afløses af skuffelse over manglende opbakning fra den landsdækkende presses side. Vi ved udmærket, at vi – for at opnå et bedre resultat end hidtil i vore motionskampagner – er meget afhængige af den del af pressen, som vi her henvender os til. Lige så evident er det, at pressen sagtens kan fylde spalterne uden at omtale firmaidrættens bestræbelser på at få landets befolkning til at motionere mere.

Men lidt forståelse for vort behov for en opbakning bag motionskampagnen kunne vi alligevel godt tænke os.

Hjerteforeningens nye pjece »Vær helbredsbevidst«

Hjerteforeningen har igennem flere år i februar måned afholdt en såkaldt »Hjerzteuge« og i forbindelse med denne udsendt en pjece om hjertesygdomme. Årets »Hjerzteuge« afholdes den 12.-18. februar, og årets pjece fra Hjerteforeningen kaldes »Vær helbredsbevidst« med undertitlen »Hånden på hjertet – passer du på det«. Den er skrevet af foreningens formand, professor, dr. med. A. Tybjærg Hansen og skitserer i korthed, at yngre og yngre mennesker nu rammes af blodprop i hjertet, og at der er flere og flere forskellige samvirkende årsager til denne lidelse. Dette sidste er i øvrigt et forhold, som nok kan forvirre »menigmand«, som snart får ét at vide, snart noget andet og til sidst hverken ved ud eller ind.

Der gives forklaring og almene råd for, hvordan i hvert et tilfælde mange af os bør omlægge levevanerne noget. En ændring af ryge-, kost- og motionsvaner pointeres, og det behøver ikke at gøre livet kedeligere – tværtimod. Det understreges, at man i høj grad selv bør tage initiativ til at bevare helbredet og ikke først tænke på det, når man er blevet

syg. Det fastslås, at man for at få mere viden inden for forebyggelse, behandling og efterbehandling af hjertesygdomme bl. a. bør iværksætte helbredsundersøgelser med disse formål for øje.

Pjecen er trykt i 300.000 eksemplarer; den koster 1 krone og distribueres i første række via de store fødevarer kæder og skoler. Det kan nævnes, at sidste års pjece blev bestilt i et antal af ca. 175.000 fra fødevarer kæderne og ca. 150.000 fra danske skoler.

I 1972 blev der fremstillet ark med 12 små »hjertermærker« – selvklebende etiketter med forskellige »budskaber«. På grund af den store efterspørgsel fremstilles der atter i år »hjertermærker«. Seks af mærkerne er blevet udskiftet, således at der nu også introduceres en »hjerter-dame«. Hun blev desværre glemt sidste år.

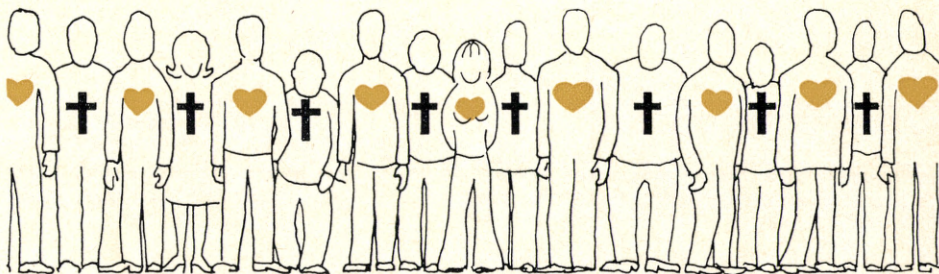
Hjerteforeningens medlemstal er i løbet af det sidste år steget ca. 25 pct. og er nu oppe på ca. 28.000. På trods af dette alt for lille medlemstal (årskontingentet er 10 kr.) ydede foreningen sidste år mere end 1,2 mill. kroner til forskning af hjertesygdomme.

ÅREFORKALKNINGSSYGDOMME
er i stadig stigen og
KOSTER HVER ANDEN DANSKER
LIVET

Den alvorligste:

Blodprop i hjertet

rammer nu yngre og yngre personer



DANSK FIRMAIDRÆT

Udgivet i 6.600 eksemplarer

Redaktion:

Ole Wordolff, Brinken 5, st. tv.,
2600 Glostrup. Tlf. (01) 96 11 05

Dette nummer er afsendt til
sammenslutningerne
14. februar 1973

Trykt i Christensens Bogtrykkeri,
Bogtrykergården a-s, Struer.

25171

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

Tåsinge-Hallen, 5700 Svendborg
Tlf. (09) 22 55 92
Eksp.: Mandag-fredag 9-16

Konsulent:

Ejgon Bertelsen, Porthusvej 38,
5700 Svendborg. Tlf. (09) 21 17 98
Træffetid uden for kontortid:
Mandag-tirsdag kl. 16-19,

BESTYRELSE

Formand:

Karl Randrup, Sjællandsgade 48,
6700 Esbjerg. Tlf. (05) 12 71 45.

Næstformand:

Henning Jensen, Havesangerv. 6,
6000 Kolding. Tlf. (05) 52 72 62.

Kasserer:

Henning Nielsen, Kamillevej 7,
8800 Viborg. Tlf. (06) 62 26 92.
Niels Bak Andersen, Frejasvej 1,
8500 Grenå. Tlf. (06) 32 30 72.
K. Just Andersen, Kastanjevej 12,
6600 Vejen. Tlf. (05) 36 17 84.

Tage Carlsen, Heboltoft, Velling,
6950 Ringkøbing.
Tlf. (07) 32 14 58.

Kaj Christensen, Svalevej 16,
7100 Vejle. Tlf. (05) 82 33 63.

Børge Kristensen, Vibevej 2,
Rolfsted, 5863 Ferritslev.
Tlf. (09) 98 15 06.

Erik Mørk, Stokbrogade 24,
9700 Brønderslev.

Jørgen Olsen, H. C. Andersensv. 19,
3000 Helsingør. Tlf. (03) 21 58 29.

Odensestævnet i håndbold

Den store succes, som FSK Odense har haft med sine store, åbne badmintonstævner hvert år i november, bliver nu fulgt op med et håndboldstævne af samme format.

Til det første Odense-stævne i håndbold inviteres foruden danske klubber også udenlandske, således at stævnet virkelig kan blive af internationalt snit.

Stævnet finder sted lørdag den 24. marts 1973 i Allesøhallen ved Odense, og deltagerprisen er 70 kr. pr. hold. Der er fine præmier til puljevinderne i såvel herrerækkerne, damerækkerne som old-boysrækkerne. Naturligvis får også nr. 1 og 2 i hver række fine præmier. Tilmelding skal ske senest den 3. marts til FKS, Håndboldafdelingen, Langegade 4-6, 5000 Odense, som også gerne vil være behjælpelig med indkvartering for hold, der vil overnatte.

a-a-t

TRIM - hvad er det?



Så kom det første resultat af TRIM-Komiteens arbejde gennem flere år. Brochuren »TRIM er osse for dig - og dig« kan nu rekvireres på DFIF's kontor. Brochuren er lavet som folder og trykt i 4 farver. Den giver naturligvis gode råd til den, som gerne vil have en bedre tilværelse, men den fortæller også, hvordan man kan ødelægge sig selv. Send bud efter den, læs den og ret dig efter den.

Det kan i øvrigt nævnes, at TRIM-Komiteen har ansat lederen af TRIM-sekretariatet. Det blev sekretær i DBU, Poul

Gregersen, der blev den foretrukne blandt nogle og tredive ansøgere.