

FIRMAIDRÆT

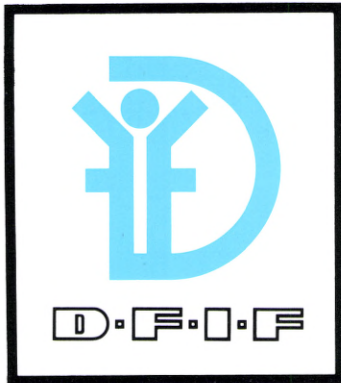
MEDLEMSBLAD FOR DANSK FIRMAIDRÆTSFORBUND



Selv om landet i skrivende stund er dækket af sne, så varer det forhåbentlig ikke længe, inden vi kan begynde at forberede os til DFIF's cykelkampagne CYKL'80. Læs mere inde i bladet om den kommende kampagne.

2 FEBRUAR 1980 . 23. ÅRGANG





DANSK FIRMAIDRÆTSFORBUND

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

Generalsekretær:
Ejgon Bertelsen Porthusvej 38,
5700 Svendborg
Tlf. (09) 21 17 98

Styrelsen

Formand:
Tage Carlsen, Heboltoft 12,
6950 Ringkøbing
Tlf. (07) 32 14 58

1. Næstformand:
Henning Nielsen, Kamillevej 7,
8800 Viborg. Tlf. (06) 62 26 92

2. Næstformand:
Kaj Christensen, Svalevej 34,
7100 Vejle. Tlf. (05) 82 33 63

Alfred Petersen, Bregnevej 7,
5220 Odense SØ
Tlf. (09) 13 79 22

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

DFIF Centret

Strandvejen, 6840 Oksbøl
Tlf. (05) 27 13 11
Forstander: Karl Randrup,

FIRMAIDRÆT

Ansvarshavende redaktør:
Jørgen Rasmussen, Lovvej 10,
Pederstrup, 4700 Næstved
Tlf. (03) 76 16 35

Trykt i Christensens Bogtrykkeri,
Bogtrykkergården a-s,
Struer

Udgivet i 9.300 eksemplarer
ISSN 0106-2700

DFIF's konsulenter

Jens Boe
Langelandsgade 209, 8200 Aarhus N. Tlf. 06 - 16 04 23

Jørgen Rasmussen
Lovvej 10, Pederstrup, 4700 Næstved. Tlf. 03 - 76 16 35

Hans Hove Sørensen
Dølby Gl. Skole, 7800 Skive. Tlf. 07 - 53 13 43

Indhold

Leder. Tilbud udnyttes ikke	3
Hæderstegn til to Middelfart-ledere	4
Leje af film	5
Så skal vi cykle igen	6
Formanden fik »sparemand«	6
Placering af landsstævner 1980	7
DFIF-centret tilbyder	7
Idrættens Forskningsråd	7
Planlagte møder og arrangementer	7
Firmasport Klubbernes Sammenslutning i Odense er en af landets ældste under DFIF	8
Hvad der sker – eller mere rigtigt – ikke sker under DFIF	10
Idrættens fremtidige udviklingsmuligheder	11
Kommunal cykelløb	12
Nordisk familiemotionslejr i Finland	12
Vi var nervøse, men er ikke bange for at gøre det igen	13
Husk	13
Man kan godt tabe sig uden at ændre kostvaner, blot man motionerer mere	14
Hurtigskak for 4-mandshold	15
Set bag fra	16

FIRMAIDRÆT

udkommer 10 gange om året.
Udsendes til sammenslutningerne
ca. den 20. i hver måned,
undtagen juli og december.
Stof, der ønskes optaget
i et nr. af bladet,
må være redaktøren i hænde
senest den 1. i samme måned.

*De i artiklerne
fremførte syns-
punkter er forfat-
ternes og deles
ikke nødvendigvis
af organisationen.*

Tilbud udnyttedes ikke

Til tider må arrangementer af forskellig karakter aflyses på grund af manglende tilslutning. Andre bliver gennemført men i flere tilfælde med et minimum af deltagere. Når vi drager problemet frem her, så er det udelukkende fordi det også berører de arrangementer og tilbud, som forbundet kan og bør give sine medlemmer af enten den ene eller anden art.

DFIF har et stort udbud af fordelagtige tilbud, som medlemsskaren langt fra benytter sig nok af. – Og hvad er årsagen til dette? – Er det Dansk Firmaidrætsforbund, der ikke forstår at sælge sig selv til sine medlemmer, eller er tilbudene ikke gode nok? Er det kommunikationen DFIF, sammenslutninger og klubber imellem, det er galt med? Eller har de enkelte sammenslutninger og klubber nok i sig selv?

Der kunne opstilles et hav af spørgsmål i den forbindelse, men lad os istedet berøre et enkelt emne. Hvis det er kommunikationen, det er galt med, så kan man jo igen diskutere, hvor det er den svigter, eller måske skulle udbygges! Som det vil være den opmærksomme læser bekendt, udvider DFIF fra maj eller juni måned i år en af sine informationskilder, idet forbundsbladet fra det tidspunkt, via avispostkontoret, tilsendes direkte til klubbernes kontaktmadsadresse i et antal svarende til de enkelte klubbers medlemsantal. Bladet vil endvidere også blive tilsendt direkte til sammenslutning- og kredsbestyrelsesmedlemmers oplyste private adresse. Derudover vil der blive tilsendt sammenslutningens adresse et antal svarende til de oplyste udvalgsmedlemmer m.v. samt et fast antal på 10 stk. Disse blade skal sammenslutningen selv forestå fordelingen af.

I skrivende stund er en del af diverse adresser samt oplysning om, hvor mange blade man

endvidere ønsker kommet forbundskontoret i hænde. Arbejdet med at udfylde de tilsendte blanketter er stort set gjort tilfredsstillende. Man undrer sig blot over, hvorfor ikke alle har benyttet sig af tilbuddet fuldt ud!

Vi skal til orientering ikke undlade at gøre opmærksom på, at klubber med indtil 25 aktive medlemmer kan få 1 blad, indtil 50 aktive 2 blade, over 50 aktive 3 blade pr. nummer. Dette tilbud, der er gratis, har ikke alle sammenslutninger benyttet sig af. I disse tider, hvor der tales om manglende og øget information, burde sammenslutningerne ikke »snyde« sine klubber for en bedre og direkte information fra forbundet!

Overgangen til den nye ordning har naturligvis ikke været problemfri. Den har endvidere, ud fra flere henvendelser, også givet anledning til, at forbundet ser meget positivt på en yderlig udbygning af postomdelingen af forbundsbladet. Men al begyndelse er svær, så derfor har man i første omgang valgt at starte på det grundlag, som er sammenslutninger og kredse bekendt.

Forbundet er iøvrigt meget interesseret i at høre fra sammenslutninger og klubber m.v., der har forslag og ideer, som kan være medvirkende til, at kendskabet til DFIF udbygges på en fornuftig og effektiv måde.

Men i første omgang kunne man ønske, eller opfordre til, at sammenslutninger og kredse benyttede sig fuldt ud af det tilbud, DFIF har givet i forbindelse med postomdelingen af forbundsbladet. Det vil styrke kendskabet til forbundet og dets aktiviteter og muligvis give anledning til øget tilgang ved diverse arrangementer!

-jr.

Hæderstegn til to Middelfart-ledere

På Middelfart Firmasports ordinære repræsentantskabsmøde i Lillebælts-hallen blev to af sammenslutningens ledere tildelt DFIF's hæderstegn for deres indsats for firmaidrætten.

De to ledere er formanden *Svend Stougård* og medlem af bestyrelsen *Erik Arno*.

Svend Stougård har været med i ledelsen i Middelfart Firmasport siden 1968, hvor han blev valgt ind i bestyrelsen. Året efter valgtes Svend Stougård til kasserer. Denne post

beklædte han med stor omhu, indtil han i 1978 blev valgt til formand for sammenslutningen. – En post han stadig bestrider.

Svend Stougård har lige fra starten ført de fleste forhandlinger med bl.a. kommunen. Det har resulteret i gode og acceptable tilskudsordninger af enten den ene eller anden art. Han har endvidere en stor del af æren for, at Middelfart Firmasport i dag råder over eget klubhus.

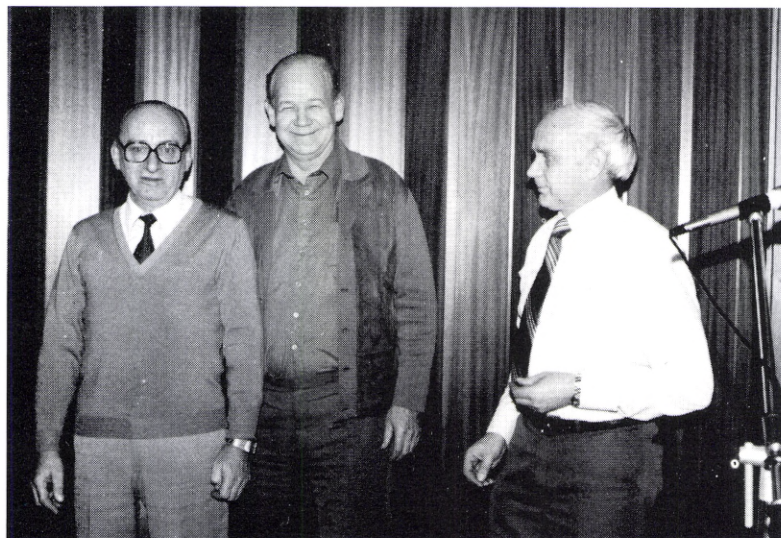
Erik Arno har været med i Middelfart

Firmasports ledelse siden starten i 1965 – og er det stadig. Erik Arno blev i 1969 medlem af det udvalg, som blev nedsat med det formål at få bygget en hal i Middelfart. Han har repræsenteret sammenslutningen på bedste vis, hvilket bl.a. har givet bonus ved fordelingen af haltimer.

I 1978 var Erik Arno initiativtager til, at Middelfart Firmasport fik sit eget medlemsblad. Han blev fra starten bladets redaktør – og er det stadig.

På Dansk Firmaidrætsforbunds vegne overrakte forbundets generalsekretær, *Ejgon Bertelsen*, de to hæderstegn.

Billedet er fra overrækkelsen af de to hæderstegn. Det er fra venstre Erik Arno, DFIF's generalsekretær Ejgon Bertelsen og Sven Stougård.



Leje af film

Dansk Firmaidrætsforbund har med virkning fra 1. januar 1980 tegnet en kontrakt med Statens Filmcentral. Kontrakten indebærer, at forbundets forskellige organer – herunder sammenslutninger og kredse – for et beløb af 15,00 kr. (excl. moms) pr. stk. kan leje film til brug ved f.eks. diverse sammenkomster, m.v.

Forbundet kan desværre ikke få tildelt mere end to kataloger med oversigt over disponible film. Interesserede bedes derfor rekvirere kataloget fra forbundskontoret, men det er en betingelse, at kataloget returneres snarest muligt efter brug.

De nærmere bestemmelser for bestilling af film m.v. er tilsendt sammenslutninger og kredse. Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til forbundskontoret.

Så skal vi cykle igen!

DFIF står igen i år for en stor cykelkampagne i maj måned – CYKL'80

CYKL'80 er ved at være klar til at blive fyret af. På grundlag af erfaringerne fra sidste års CYKL'79 har Aktivitetsudvalget nu færdiggjort sit oplæg til årets cykelkampagne, som vil blive præsenteret på informationsmøder i de tre landsdele i slutningen af februar. Men allerede nu kan vi løfte en del mere af sløret for CYKL'80.

Kampagnen afvikles atter i år som en landskamp mod Norges Bedrifts-

idrettsforbund. Og kampagnen løber i tiden *lørdag den 10. – lørdag den 31. maj*. Og atter i år vil kampagnen bestå dels af arrangerede cykelture, dels af opfordring til at cykle på egen hånd – kort sagt **OP PÅ PEDALERNE, DANMARK!**

Starten afvikles i Grindsted – sidste års cykelby – lørdag den 10. maj. Hertil indbyder vi et hold på 6 personer fra hver af de deltagende sammenslutninger. Hvert hold medbrin-

ger en cykel – og så skal man bringe kampagnen hjem til egen sammenslutning. En mand/kvinde skal være på cyklen hele vejen fra Grindsted, de øvrige kan passende blive transporteret i følgebil. Kampagnen starter hjemme i egen sammenslutning, når holdet fra starten i Grindsted kommer hjem. Vi håber at se alle deltagende sammenslutninger deltage i starten.

Og så skulle resten af maj måned gerne gå med masser af cykling, gerne kulminerende den sidste lørdag den 31. Vi håber alle sammenslutninger vil afvikle arrangement denne dag – DFIF skulle gerne kunne lægge navn til »Danmarks største cykelløb«, afviklet over hele landet.

Der er i vejledningen til arrangementet lavet en del småændringer, der gerne skulle gøre afviklingen lokalt forholdsvis simpel. Forbundet stiller selvfølgelig som tidligere et omfattende PR-materiale til rådighed for arrangørerne – ganske gratis! Heriblandt er der også startkort, i år af to typer. Et kort vil blive anvendt til selvregistreringen, et andet kort til arrangementerne. Og fidusen med kortet til arrangementerne er, at det skal afleveres efter hver tur. Det betyder, at jo flere arrangementer, man deltager i, jo flere chancer har man for at vinde i den store landslodtrækning. Og dette betyder samtidig, at det bliver op til den enkelte arrangør, hvor mange arrangementer, man ønsker at afvikle.

Hovedsagen er, at vi får sat mange igang med at cykle. Det er sjovt og hyggeligt at trille en tur ud af en skøn vej – særlig når man er i selskab med andre CYKL'80-deltagere. Snyd ikke jer selv og jeres medlemmer for den oplevelse. Sørg for at komme op på pedalerne, vær med i CYKL'80.

-jb.



Formanden fik »sparemand«

*Jens Ove Rossen, Bov Firma Sport,
hædret af Bikuben for sin indsats for
firmaidrætten*

En af landets yngste sammenslutninger, Bov Firma Sport, der blev stiftet i 1977, har grund til at være stolte. Baggrunden er den, at sammenslutningens formand *Jens Ove Rossen*, er blevet hædret for sin store indsats for Bov Firma Sport. Det skete, da Bikuben i Padborg for anden gang uddelte »Årets sparemand« til en borger i Bov kommune, som har udøvet en særlig indsats, og som ikke har sparet på egen energi i bestræbelserne på at gøre noget for andre.

En komité nedsat af Bikuben pegede enstemmigt på *Jens Ove Rossen* som modtager af »sparemanden« – en buste af fhv. skatte- og afgiftsminister *Anders Andersen*.

Ved overrækkelsen blev det bl.a. fremhævet, at *Jens Ove Rossen* har en stor del af æren for, at flere hundrede ansatte i virksomhederne i Bov kommune i dag er aktive idrætsudøvere.

Jens Ove Rossen, der er ansat hos Bov kommune, var med til at stifte Bov Firma Sport. Firmasporten har oplevet en kolossal tilgang i Bov. Sammenslutningen har i dag 511 aktivitetsmedlemmer fordelt på 51 klubber. *-jr.*

Sparekassebestyrer Poul Blicher Johnsen til højre overrækker »årets sparemand« til formanden for Bov Firma Sport, Jens Ove Rossen.



Placering af landsstævner 1980

Vi beklager, at datoerne for sommerlandsstævnet 1980 i Middelfart var forkerte i sidste nummer af FIRMAIDRÆT.

For en ordens skyld bringer vi derfor de rigtige datoer for både vinter- og sommerlandsstævnet 1980, som herefter ser således ud:

Badminton

Den 22.–23. marts i Frederikshavn

Bordtennis

Den 29.–30. marts i Odense

Billard

Den 29.–30. marts i Odense

Fodbold

Den 29.–30. marts i Ikast

Håndbold

Den 29.–30. marts i Nykøbing Mors

Kegler

Den 15.–16. marts i Middelfart

Skydning

Den 22.–23. marts i Århus

Sommerlandsstævnet

Den 20.–21. september i Middelfart. For skytternes vedkommende bliver det i Skallebølle.

DFIF-centret tilbyder

Aktiv ferie for hele familien

Medlemmer af DFIF sammenslutninger/klubber tilbydes herved *aktiv-ferie* ophold for hele familien på DFIF's kursus- og feriecenter i Oksbøl.

Hvad koster det?

Prisen er 100 kr. pr. værelse – pr. familie – pr. døgn. I denne pris er kun inkluderet logi. Mad og drikkevarer kan købes i centrets cafeteria til rimelige priser. Børn under 12 år skal kun betale halv pris for maden.

Tilbuddet er gældende fra 1. januar 1980.

Som et ekstra tilbud vil der endvidere – på foranledning af centret – i visse perioder i sommerferien blive sat motionsaktiviteter igang. Der vil ligeledes blive arrangeret familiekonkurrencer. Disse tilbud er gratis, og det er frivilligt, om man ønsker at deltage eller ej.

Week-end ophold

Medlemmer af – samt bestyrelser for kredse og sammenslutninger og klubber under DFIF tilbydes herved et billigt og fornøjeligt week-end ophold på DFIF-centret i Oksbøl.

Hvad koster det?

Prisen er 150 kr. pr. deltager (børn under 12 år halv pris) forudsat, at der overnattes på forældrenes værelse (opredning). I prisen er inkluderet overnatning på dobbeltværelse med toilet/bad og radio.

Program

Lørdag kl. 15,00: Kaffe med hjemmebak

kl. 18,30: det store kolde bord (båndmusik under spisingen og til dansen).

Søndag kl. 8–10: morgenkomplet

kl. 12,30: middag med 3 retter mad.

Tilbuddet er gældende for følgende week-ends i 1980: 1.–2. samt 29.–30. marts. Den 26.–27. april, samt den 3.–4. maj.

DFIF-centret oplyser endvidere, at ved større arrangementer er man gerne behjælpelig med at skaffe levende musik, hvis dette måtte ønskes, men det er naturligvis for deltagernes egen regning.

Ønsker man yderligere oplysninger, så kontakt venligst DFIF-centret på tlf. 05-27 13 11

Planlagte møder og arrangementer

Der er på nuværende tidspunkt planlagt følgende møder og arrangementer i DFIF:

Forbundsrådsmøde

Lørdag den 1. marts på DFIF-centret i Oksbøl.

Repræsentantskabsmøde

Lørdag den 26. og søndag den 27. april i København.

Cykellandskampen: CYKL'80

Den officielle start finder sted i Grindsted lørdag den 10. maj.

Sommerlandsstævnet 1980

Lørdag den 20. og søndag den 21. september i Middelfart. For skytterens vedkommende i Skallebølle.

-jr.



Idrættens Forskningsråd

der har til formål at fremme og samordne forskning af idrætslige spørgsmål af medicinsk, fysiologisk, psykologisk, historisk, sociologisk og teknisk art, har mulighed for at yde økonomisk støtte til forskningsarbejde af ovennævnte art.

Der gøres opmærksom på, at støtte ikke kan ydes til udarbejdelse af specialer eller uddannelsesmæssige formål i øvrigt.

Nyt ansøgningsskema kan rekvireres på tlf. (02) 54 55 55, lokal 210, og indsendes til Idrættens Forskningsråd, Idrættens Hus, Brøndby Stadion, 2600 Glostrup, inden den 1. april 1980.

Firmasport Klubbernes Sammenslutning i Odense er en af landets ældste under DFIF

Sammenslutningen fylder 40 år den 18. februar

Når dette læses, har Firmasport Klubbernes Sammenslutning i Odense (FKS) passeret sit 40 års jubilæum.

Sammenslutningen blev stiftet den 18. februar 1940, hvor en kreds af formændene for de daværende firmaklubber, 12 i alt, tog initiativ til sammenslutningens start. Desværre gav krigen også idrætten problemer, idet banerne ofte var »optaget«, når klubberne skulle bruge dem. Men alt får jo som bekendt en ende, og det gjorde krigen også. Der kom igen gang i foreningslivet. Der blev taget initiativ til indkaldelse af et nyt møde kort efter krigens slutning. På dette møde blev FKS rent faktisk gen-skabt.

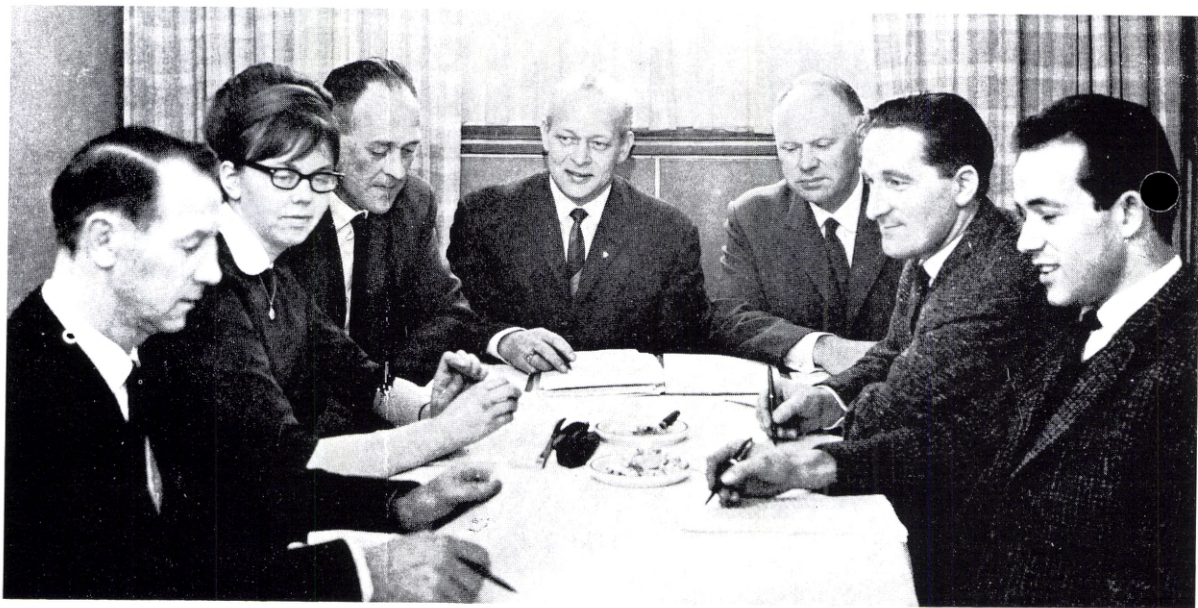
Landet over var der som i Odense stor fremgang og aktivitet at spore. Det var, som folk i de mørke krigens år havde samlet en stor portion energi, som nu skulle komme foreningslivet til gode. Allerede i 1946 var FKS medstifter af Dansk Firmaidrætsforbund. Nogle af initiativtagerne til forbundet var ikke overraskende *P. B. Axelsen* og *P. L. Jensen* fra FKS i Odense. De har begge ydet en stor indsats og specielt i DFIF's første år.

FKS har på flere områder været med til at præge udviklingen både lokalt og på landsplan i firmaidræts-sammenhæng. På nuværende tidspunkt er FKS' formand *Alfred Petersen* medlem af DFIF's styrelse.

Endvidere er FKS repræsenteret i bordtennissektionen ved *Hans E. Jørgensen* og i skydesektionen ved *Larry Hansen*.

Der er sket en stor udvikling i FKS i de 40 år sammenslutningen har eksisteret. Man råder i dag over egen idrætshal samt et udendørsanlæg på over 40 tønder land. De første baner skulle stå klar til brug i år. Efter planen skulle hele idrætsanlægget være færdig i 1986.

FKS har i dag følgende aktiviteter på programmet: badminton, bordtennis, billard, bowling, fodbold, håndbold, skak, skydning samt flere motionsaktiviteter som f.eks. cykling og marchture. På årsbasis står





FKS som arrangør af omkring 25 åbne og lokale stævner. Næsten alle sportsgrene vil i årets løb arrangere jubilæumsstævner, hvor præmierne vil være jubilæumspræget. FKS lægger i vintersæsonen beslag på ca. 1.000 timer om ugen i diverse gymnastiksale og haller m.v. Sammenslutningen har i dag godt 8.000 aktivitetsmedlemmer fordelt i 189 underlagte klubber. Til at forestå den daglige drift har man ansat en kontordame 30 timer ugenlig.

Billedet til venstre viser FKS-styrelsen ved 25 års jubilæet. Det øverste billede viser ledelsen ved 40 års jubilæet. Billedet yderst til højre er FKS' formand, Alfred Petersen.

Sammenslutningen har i de 40 år kun haft 4 formænd. Den nuværende er Alfred Petersen, der har været formand siden 1969.

I forbindelse med jubilæet har det lokale bryghus fremstillet en jubilæumspilsner, som kun forhandles i FKS-hallens cafeteria.

På selve jubilæumsdagen den 18. februar afholdes der reception i FKS-hallen. Først den 22. marts afholder man jubilæumsfest for alle klubber og særlig indbudte i FKS-hallen. Det sene tidspunkt skyldes udelukkende, at hallen har været udlejet til anden side.

På trods af den høje alder er vi bestemt ikke gået i stå, understreger man fra FKS' øverste ledelse. – Og det har de ret i. De første 40 år har bevist, at firmaidrætten også har haft sin berettigelse i Odense.

-jr.



Hvad der sker - eller mere rigtigt ikke sker - under DFIF

læser
debat

Når vi daglig færdes hjemme i vores lokale klubber, ses det tydeligt, at DFIFs formålsparagraf, nemlig gennem arbejdspladsen og familien at stimulere interessen for idræt og motion, efterleves fuldt ud. Det vil blandt andet sige konstant medlemsfremgang, stor aktivitet i alle afdelinger, samtidig med at kammeratskabet dyrkes.

Når det nu faktisk kører så godt i vores klubber, er det derfor meget kritisabelt, at der længere oppe af DFIF-pyramiden nu og da udvises en passivitet, så man den ene gang efter den anden chokeres.

Ulovligt sammensat

F. eks har vores egen kredsbestyrelse her i Ringkøbing amt, på et par områder, været særdeles ineffektive. Ved kredsmesterskabet i indendørs-skydning i Herning i januar 1979, blev mesterskabet i herre A række vundet af et firmahold fra Herning, med Nordsøværftet fra Ringkøbing på 2. pladsen. Ved et tilfælde blev det konstateret, at vinderholdet var ulovligt sammensat, idet holdet bestod af skytter fra flere firmaer. Efter indgivet protest fra Ringkøbing og Omegns Firmaidræt, fik Herning mesterskabet frakendt, og det blev tilkendt Nordsøværftet, som så naturligtvis også skulle have pokal og præmier udleveret. Men selv efter flere henvendelser til kredsbestyrelsen har Nordsøværftet endnu ikke

den dag i dag modtaget synligt bevis for det tilkendte mesterskab. Tilsyneladende har kredsbestyrelsen ikke villet eller gidet følge sin egen afgørelse op, og sørge for, at de rette ejere af mesterskabspokalen fik den overdraget.

Også i år var amtsmesterskabet i skydning henlagt til Herning den 26.-27. januar og en gang til viste kredsbestyrelsen en passivitet, der nærmest kan betegnes som ligegyldighed. Skriftlig indbydelse til amtsstævnet fik vi ikke, og ingen kendte datoen for stævnet før vi den 19. december 1979 telefonisk blev indbudt, og samtidig fik oplyst sidste tilmeldingsfrist, som var den 8. januar, samme dag som fristen for tilmelding udløb. En meget uheldig fremgangsmåde af arrangørerne, vel vidende at i juleferien ville det blive meget svært at få fat i medlemmerne.

Kredsbestyrelsens opgave

En ting er, at de i skydeafdelingen i Herning tilsyneladende ikke har styr på ret meget. Noget andet og meget værre er, at kredsbestyrelsen roligt kan se på, at en af de sammen slutninger, som har fået et amtsstævne overdraget, åbenbart ikke engang kan overkomme at sende indbydelse ud. Det må da være en af kredsbestyrelsens opgaver, som overordnet instans, at sørge for at den slags ikke finder sted. For yderlig at illustrere langsomheden i dette tilfælde,

kan det oplyses, at sidste frist for fastsættelse af datoen til kredsstævnet i år var den 11. september 1979.

Skydesektionen ind i billedet

Til amtsmesterskabet kom vi, men da undertegnede med et par dages forsinkelse ringede til Herning og tilmeldte os, fik jeg yderligere et chok, idet de meddelte, at der ikke skulle skydes i den nyoprettede dameklasse C. Denne klasse havde de aldrig hørt om.

Her kommer DFIFs Idrætsafdelings skydesektion ind i billedet. Der blev ved afdelingens årsmøde på Hotel Munkebjerg i Vejle i efteråret 1979, hvor jeg selv deltog, bl.a. stillet forslag om, og senere vedtaget, at indføre en tredje dameklasse i 15 meter indendørs-skydning. Det blev ydermere bestemt, at klubberne kunne tage denne klasse på programmet fra sæsonstart 1979, og at der omkring 1. januar 1980 ville blive sendt skriftlig materiale om dette. Det ville sige, at til de kommende kreds- og landsstævner skulle alt være i orden, og man kunne opstille i den nye klasse.

Jeg ringede derefter straks til formanden for skydesektionen, Aksel Sørensen, i Løgstrup ved Viborg og spurgte, hvad det her var for noget. Aksel Sørensen fortalte mig frejdigt, at der ikke var noget, der hed dameklasse C. Efter nogen tid, som Aksel Sørensen brugte til at læse referatet

fra årsmødet igennem, måtte han give mig ret. Hvad der var sket, kunne jeg ikke få svar på med det samme, men næste dag ville jeg høre nærmere. Han skulle første tale med skydesektionens to andre medlemmer, *Larry Hansen*, Odense, og *Jørgen Grønbak*, Slagelse, samt med forbundskontoret i Svendborg. Næste dag blev jeg så ringet op af Aksel Sørensen, der oplyste, at der sikkert ingen dameklasse C blev ved amts-

mesterskaberne, men ved landsmesterskabet ville klassen helt sikkert være med.

I denne sag har skydesektionen mildt sagt ligget på den lade side, tænk at tage til årsmøde, stemme for eller imod love og ændringer, og så bare tage hjem igen uden faktisk at vide, hvad der er foregået.

Det er simpelthen for dårligt, at den slags kan ske, og jeg kan kun håbe, at skydesektionen fremover vil

tage deres egen funktion i DFIF-sammenhæng lidt mere alvorligt.

Kurt Bilstoft,
formand for skytteklubben under Ringkøbing og Omegns Firmaidræt

Idrættens fremtidige udviklingsmuligheder

Ministeriet for Kulturelle anliggender har nedsat et udvalg til vurdering af eliteidrættens vilkår. DFIF's formand *Tage Carlsen* er med i dette udvalg. Vi gengiver her udvalgets kommissorium samt en fortegnelse over udvalgets medlemmer.

Det offentlige interesse i idrætssektoren vedrører i første række idrætten i bredden, men på baggrund af den uklarhed, der har været omkring eliteidrættens forhold til det offentlige, nedsættes et udvalg til vurdering af eliteidrættens vilkår.

Udvalget har til opgave ud fra en analyse af idrættens nuværende funktion og placering i samfundet at vurdere de fremtidige udviklingsmuligheder for elitesektoren samt vurdere, hvorvidt der bør fremsættes forslag til foranstaltninger, som fra offentlig side bør iværksættes i forhold til denne idrætssektor.

Udvalget forudsætter i sine overvejelser at inddrage følgende elementer:

- eliteidrættens indvirkning på idrætten som helhed,
- eliteudøvernes idrætsmedicinske, uddannelsesmæssige og sociale forhold,
- behovet for forskning, uddannelse af instruktører og udvikling af idrætsanlæg,
- erhvervslivets sponsorvirksomhed samt
- forholdet til massemedierne.

Udvalget forudsættes under sit arbejde at undersøge eliteidrættens forhold i andre lande, specielt i lande hvormed Danmark med rimelighed kan sammenlignes, og er i øvrigt berettiget til i sit arbejde at inddrage andre spørgsmål, som det måtte finde af betydning, ligesom det er

berettiget til at indhente supplerende sagkyndig bistand.

Medlemmer:

Valdemar Bandelowski, solingsejler.

Lisa Blankholm, ungdomsleder i Dansk Tennis Forbund.

Claus Bøje, kulturministeriet.

Tage Carlsen, Dansk Firmaidrætsforbund.

Johannes Clausen, De Danske Skytte-, Gymnastik- og Idrætsforeninger.
Frank Damkier, landsdommer (formand).

Svend O. Hansen, Dansk Idrætsforbund.

Niels Chr. Holmstrøm, træner.

Børge Kaas-Andersen, Dansk Forening for Rosport.

Leif Mikkelsen, landstræner.

Kurt Møller, Danmarks Olympiske Komité.

Carl Nielsen, Dansk Boldspil Union.

Arne Rasmussen, De Danske Gymnastik- og Ungdomsforeninger.

Ivar Berg Sørensen, konstitueret rektor for DHL.

Bjarne Ibsen, De Danske Gymnastik- og Ungdomsforeninger.

Kommunal cykelløb

Selv om sneen endnu dækker det ganske land, så nærmer foråret sig trods alt. Som bekendt startede DFIF sidste år en cykelkampagne, som samtidig var en landskamp mod Norge. Vi tabte til normændene, men det vigtigste var, at vi havde mange ude at cykle.

Som fortalt andet steds i bladet bliver der en lignende kampagne i år. Det er bestemt ikke for tidlig at få fundet cyklen frem og evt. efterset, således den er klar til at tage i brug, når vejret tillader det.

For de sammenslutninger og andre som skal være arrangør af CYKL'80 er det heller ikke for tidlig at komme igang med planlægningen af arrangementet. Der er mange måder at arrangere cykelture på. Vi vil gerne her bidrage med en idé, som vi har hentet fra Greve. Her har kommunen i de sidste 8 år arrangeret en årlig cykeltur, hvor der i 1979 deltog omkring 8.000 cyklister. Baggrunden for starten af cykelløbet var den, at man fornemmede, at borgerne ikke rigtig kendte deres kommune. Opfordringen lød: »Lær din kommune at kende«.

Startsteder

Man starter forskellige steder i kommunen. På startstederne udleveres et program pr. deltager med rutekort. Programmet indeholder 3 kuponer, som giver mulighed for tilsvarende øl eller vand, som er gratis. Der udleve-

res et hvidt program pr. voksen deltager og et rødt program pr. barn. Forfriskninger udleveres ikke til personer, som ikke har fået et program med tilhørende kuponer. Dette for at undgå, at man ikke udleverer drikkevarer til personer, som ikke har deltaget i selve cykelturen.

Ruten

Når starten er gået, kan man f.eks. gøre som i Greve, hvor alle satte kursen mod rådhuset, hvor den første forfriskning kan nydes. Herefter er der kl. 9,00 samlet afgang til bestemmelsesstedet. Cykelturens længde er afhængig af, hvor man er startet, men ca. 15 kilometer i dette tilfælde.

Dertil kommer så turen til startstedet og fra målet. Der gøres samtidig opmærksom på, at man skal komme cyklende til startstedet, idet der ikke er sat plads af til biler med cykler i bagagerummet.

Målet

Det kunne f.eks. være en badestrand eller et andet egnet sted til så mange mennesker. I Greve var målet Køge Bugt Strandpark. Selv om man selv skal have madkurven med, var der dog opstillet diverse boder, hvor der var mulighed for at købe pølser, frikadeller, is m.m. Fra kl. 12,00 til kl. 16,00 var der mulighed for dans til levende musik. Arrangementet sluttede kl. 16,00.

Idékassen

Kræver hjælp

Et sådan arrangement kræver naturligvis hjælp fra mange instanser, men hvem siger, at det skal op i det plan? Var det ikke en idé til din kommune? Det er da et forsøg værd!

Vi kan til orientering oplyse, at Greve kommunes budget for den årlige cykeltur ligger et sted mellem 50.000 og 100.000 kr., og der har aldrig været nogen politisk diskussion om bevillingen.

-jr.

Nordisk Familie- motionslejr i Finland

Den nordiske familiemotionslejr holdes i år i Finland i dagene 6.-12. juli. En vis forudsætning for at kunne deltage vil fra forbundets side være, at man har deltaget i et eller to af DFIF's familiemotionskurser eller andre tilsvarende kurser. Nærmere vedr. tilmeldingen m.v. vil tilgå sammenslutningerne. Vi kan til orientering iøvrigt oplyse, at familiemotionslejren afholdes i Norge i 1981 og i Danmark 1982.

-jr.

Vi var nervøse, men er ikke bange for at gøre det igen

Det fremgår af dette indlæg fra Vamdrup Firma Sport, da man var værter for kredsstævnet i fodbold og skydning i Vejle Amtskreds

I weekenden den 13.–14. januar var Vamdrup Firma Sport værter for kredsstævner i fodbold og skydning i Vejle Amtskreds.

Der deltog i fodbold, 5 hold fra Kolding, 8 fra Fredericia, 5 fra Horsens, 6 fra Vejle og 9 hold fra Vamdrup.

Da man jo skal have en topplacering ved kredsstævnet for at kunne deltage i landsstævnet i Ikast i februar, var der lige fra starten lagt op til et rigtigt »dynamit-stævne«. Og det var lige hvad det blev.

Der blev fightet lige fra morgenstunden, og vi var vidne til mange

spændende kampe. Men selv om det var spændende, var der ikke en eneste gang, at dommere eller stævneledelse måtte gribe ind. Der var selvfølgelig et par gange hvor temperamentet var ved at løbe af med et par spillere, men deres holdkammerater greb straks ind og fik dem talt til rette. Så der er vist ikke nogen, der overværede stævnet, der kan sige andet, end at det var et virkeligt sportsligt stævne.

De hold, der fik adgangsbillet til landsstævnet i Ikast, blev for damernes vedkommende Kolding Kommune, Vittrup, Vejle gardin og Aktivbanken, Vejle. I old boys rækken blev det Ove Larsen, Vejle og Vejle Plastic. I herre rækken Vejle Kommune, Brdr. Schur, Horsens og Automobilhuset, Kolding.

Var det spændende i hallen, så var

det ikke mindre spændende i skydekælderen. Her dystede 205 skytter fra hele kredsen og det var X-tiere der skilte dem, så spændingen manglede ikke. Der var hele tiden trængsel ved resultatavlerne, og selv om der er fri tilmelding til landsstævnet (man kan godt deltage, selv om man ikke bliver placeret ved kredsstævnet, man skal bare have deltaget), ville alle gerne have del i de pæne præmier.

Da vi fik at vide, at Vamdrup skulle afholde disse kredsstævner, var vi en smule nervøse for, om vi nu også kunne klare det. Men da det nu er vel overstået, er vi slet ikke bange for at gøre det igen. Det gik godt, og det var sjovt at arbejde med folboldhold og skytter, vi ikke kendte.

Til sidst vil vi sige tak til alle deltagerne for deres pæne og sportslige måde at optræde på.

– Også selvom de tabte.

Ole Hansen

Vamdrup Firma Sport

Billedet viser vinderne af damerækken, Kolding kommune.



Husk

Vi erindrer om TV-udsendelsen torsdag den 6. marts om firmaidrætten fra Esbjerg og Frederiksværk.

-jr.

Man kan godt tabe sig uden at ændre kostvaner, blot man motionerer mere

Vi slutter artikelserien omkring kost og motion med nogle eksempler og gode råd

Det er meget lettere at tabe sig, når man kombinerer ændrede kostvaner med motion. Så forøger man nemlig kroppens forbrug af energi, samtidig med at man formindsker tilførslen. Man kan godt tabe sig uden at ændre kostvaner, blot man motionerer mere.

Kroppen forbruger en del energi, også under fuldstændig hvile. Det drejer sig om ca. 1200–1800 kcal. pr. døgn, hvilket svarer til en spadsertur på 30–40 km. Men gennem at røre sig en times tid om dagen og ved at motionere målrettet en tre gange en halv time om ugen kan man øge energiforbruget med ca. 475 kcal. pr. døgn.








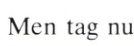
Vil man tabe sig ½ kg pr. uge, må man forøge energiforbruget med ca. 500 kcal. om dagen, eller formindske energitilførslen tilsvarende. Og det går lettest, om man gør både og.

Hvilken motion er bedst?

Alsidig motion er sagen. Det er vigtigt at så mange af kroppens muskler som muligt får træning. Det kan f.eks. fås ved at gå en tur, løbe eller lunte en tur, ved at danse, ved at svømme, ved at cykle, ligesom de fleste boldspil giver alsidig træning.

Her er nogle eksempler på, hvor meget energi man bruger ved forskelligt arbejde.

EKSEMPLER

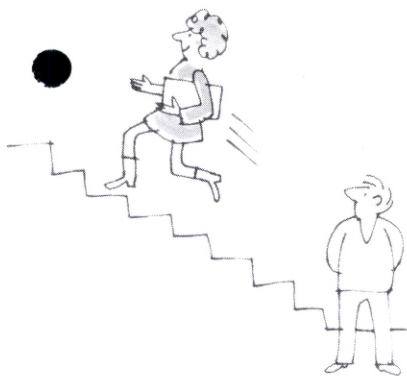
	kcal per min ca
 1 let arbejde, f.eks. husholdningsarbejde	2–3
 2 middeltungt arbejde f.eks. havearbejde	7
 3 tungt arbejde, f.eks. træfældning	10
 4 gåtur	6–7
 5 gymnastik	5–12
 6 boldspil	7–14
 7 cykling	7–14
 8 svømning	7–14

Men tag nu ikke cifrene for bogstaveligt. De kan variere en del, ikke mindst på grund af forskellen på intensitet i arbejdet. F.eks. kommer en eliteidrætsmand op i betydeligt højere cifre.

Man bør samle mindst en times »bevægen sig« hver dag:

Lad være med altid at vælge den letteste løsning på dine transportproblemer. Her følger nogle gode råd:

- stig af bussen et par stoppesteder for tidligt, og gå det sidste stykke af vejen
- kører du i bil, så parker længst muligt fra din arbejdsplads
- snup en lille spadseretur i den friske luft i middagspausen
- brug trapperne i stedet for elevatoren



- sid ikke stille på arbejdet for længe ad gangen
- og måske skulle du også deltage i lidt pausegymnastik

Motioner derudover mindst tre gange ugentligt

Foruden at bevæge sig til daglig bør man motionere tre gange ugentlig, en halv times tid hver gang er tilstrækkeligt. Kom op af lænestolen, væk fra fjernsynet og kom igang med at motionere.

- gå en lang tur
- tag i svømmehallen
- meld dig til gymnastik eller lignende
- og kontakt din firmaidrætsklub og få noget at vide om deres tilbud

Husk – mindst 3 × ½ time pr. uge!

Foruden at man forbruger mere energi, har man meget at vinde ved at motionere.

- man orker mere, man bliver mindre træt
- man får det generelt bedre
- sener og muskelhæftninger forstærkes
- risikoen for ledskader mindskes
- og man får opbygget modstandskraften mod sygdom og lignende

En lille advarsel skal dog med. Er det lang tid siden, man har motioneret, så tag det lidt stille i starten. Øg derefter gradvis både omfanget og intensiteten af motionen. Er man først kommet igang, bliver det en skøn vane, man ikke kan undvære. – Prøv selv!



Denne lille artikelserie om Kost og Motion er udarbejdet på grundlag materiale fra den svenske Socialstyrelse.

-jb.

Hurtigskak for 4-mandshold

Firma Klubbernes Skaksammenslutning i København indbyder til de uofficielle DFIF-mesterskaber i hurtigskak for hold søndag den 30. marts 1980.

Der spilles i en klasse med 5 runder efter Monrad systemet. Ved opstilling af holdene i rækkefølge sker dette først efter matchpoint og derefter efter individuelle point. Afgørelsen af endelig placering sker på grundlag af: 1. matchpoint, 2. individuelle point, 3. korrektion efter Monradreglerne.

Det koster 40,00 kr. pr. hold at deltage. Kampene afvikles i DJIF's fritidscenter, Otto Bussen Vej 5 q, 2450 København SV.

Tilmeldingen kan ske til: Jernbansens Skakklub, Hans Thomsen, J. M. Thieles Vej 12, I, 1961 København V. senest torsdag den 20. marts 1980. Yderlige oplysninger kan fås ved henvendelse til *Hans Thomsen*, tlf. (01) 39 49 45.

-jr.

Opfordring til Horsens

Vi har læst følgende i Firma-Idræt Horsens under denne overskrift: Tilskud til drift af klubhus.

Vi har med megen interesse læst i et byrådsreferat, at sportsklubben »Freja«, vor nærmeste nabo på Hattingvejen, har fået bevilget en refusion af alle deres udgifter til driften af deres klubhus. Det ønsker vi dem så absolut tillykke med.

Det er da godt, at der er nogen, der i så henseende er kørende.

Det er vort forbund så absolut ikke. De stærkt forhøjede oliepriser kan nok få en firmaidrætsleder til at gyse, hvis der skal være blot en smule varme på i klubhuset. Det skal der skaffes mange penge til, hvad igen vil påvirke klubbernes og dermed medlemmernes økonomi, da vi ikke får disse udgifter dækket ind – i det omfang.

Redaktionen af FIRMAIDRÆT vil gerne i den forbindelse ikke undlade at gøre opmærksom på, at DFIF's konsulenttjeneste kan være jer behjælpelig bl.a. i sådanne situationer med råd og vejledning, hvis man ønsker det. Det ville måske være en idé at rette henvendelse til områdets konsulent, som i dette tilfælde er *Jens Boe!*

Efterlyser hjælp

Da Næstved Firma Sports bestyrelse har erfaret, at de fleste af bladudvalgets medlemmer træder tilbage på grund af manglende tid, efterlyser firmasportens bestyrelse hjælp fra medlemmerne. Da bestyrelsen ikke selv kan påtage sig mere arbejde, kan det meget let ende med, at man i

Næstved står uden medlemsblad, hvis ingen interesserede henvender sig til bestyrelsen, understreger man i medlemsbladet.



Berettigede ønsker

Idrætten i Ringsted kommune har fælles det store problem, at der er alt for få faciliteter til at efterkomme alles ønsker om idræt under en eller anden form. Når firmaidrætten har berettigede ønsker om flere lokaler, må man gøre sig klart, at endnu vil det være sådan, at for hver time nye tilbudsgivere får, sker det på bekostning af noget igangværende.

Heri ligger nok en angst fra de etablerede idrætsforeninger, der bl.a. gav sig udtryk i, at firmasportens optagelse i idrætsunionen blev udsat et år.

Idrætsunionens bestyrelse vil igen til det kommende repræsentantskabsmøde anbefale firmaidrættens optagelse, og det skal være mit ønske, at kunne slutte dette møde med at kunne byde firmaidrætten velkommen i rækkerne, skriver *Johannes Lyngsgaard* i Ringsted Firma Sports medlemsblad.

Sidste blad?

Ved vor sidste generalforsamling var det lige før »den gamle redaktør« trak sig tilbage. Han var kørt træt, fordi han aldrig får stof. Det kan man ikke fortænke ham i. Nu er det blevet en realitet, idet redaktøren, *Carl Lund*, har meddelt Kalundborg Firmasport's bestyrelse, at han trækker sig tilbage, fremgår det af medlemsbladet, som nu med lys og lygte leder efter en afløser.

Askebægere hjemkaldes

Om der er nogle, som har været ude efter billige julegaver, skal jeg lade være usagt, men tilfældet er, at der er fjernet adskillige askebægere fra SFS-hallens forhal. Skulle den uheldige askebægerejer imidlertid have fået en sort samvittighed, kan askebægerne jo afleveres i en stille aftenstund, så der atter er mulighed for, at rygere kan få stillet deres behov, skriver *rk* i Sønderborg Firma Sports medlemsblad.

Gjorde det igen

Da Fredericia fodboldommerklub sidste år udsendte indbydelser til bymesterskabet i inddefodbold, blev disse sendt direkte til de enkelte firmaklubber. Det blev påtalt af Fag & Firmas bestyrelse. Alligevel gentog det sig i år, og det er nu meddelt dommerklubben, at såfremt man ikke respekterer FFFIF's regler med hensyn til indbydelser, vil ingen firmaklubber deltage fremover, fremgår det af firmasportens medlemsblad i Fredericia.