

# Firmaidræt

Medlemsblad for Dansk Firmaidrætsforbund

Nr. 2 februar 1990



Idrætspolitik  
i 90'erne  
Af  
Børge Bakholt,  
MF  
*Side 6*



En bombe  
af  
gode forslag  
*Læs side 3*

Læs om  
Årets Aktive  
Ferie  
i dette nummer  
*Side 8*

## Firmaidræt

### Ansvarshavende redaktør:

Anders Johansen  
Bellisvænget 1, Vindinge  
5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 48 03

Firmaidræt udkommer 10 gange om året. Juli og december måneder er undtaget.

De i artiklerne fremførte synspunkter er forfatternes og deles ikke nødvendigvis af Dansk Firmaidrætsforbund.

Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere og forkorte artikler og indlæg.

33. årgang, nr .2  
Februar 1990  
Næste nummer udkommer den 27. marts 1990

Deadline for tekst og annoncer:  
mandag den 12. marts 1990  
Eftertryk med kildeangivelse tilladt.

### Produktion og tryk:

Svendborgtryk  
Box 26  
Ryttermarken 17  
5700 Svendborg  
Tlf. 62 21 01 05

Udgivet i 11.000 ekpl.  
ISSN 0106-2700

## Aftenskolerne og medierne.

Det har været interessant og ikke mindst lærerigt at følge med i mediernes dækning af 1. behandlingen af den ny lov om folkeoplysning, der fandt sted den 25. januar.

De fleste dagblade og sandelig TV-avisen, som normalt ikke interesserer sig nævneværdigt for vort arbejde, blev ledt på sporet af aftenskolerne (oplysningsforbundene). De markerede sig pludselig meget kraftigt i disse villige medier, godt bistået af Jytte Andersen, Socialdemokratiet og forskellige pædagoger:

Det var sket med motionsgymnastikken, afspændingspædagogikken og yoga'en, hvis loven blev vedtaget. Journalisterne labbede det i sig som var det fløde. Man glemte bare at høre nogen anden part, det var nok ikke interessant - for hvad kunne vi have fortalt:

At motionsgymnastikken, afspændingspædagogikken og yoga'en stadig vil blive tilbudt, nu skal tilbudet blot ske indenfor de samme økonomiske rammer, som idrætten gennem flere år har tilbudt sine aktiviteter. Det vil ikke blive væsentligt dyre for deltagerne, hvis man blot finder en fornuftig holdstørrelse.

Omkring motionsgymnastikken er det samtidig interessant, at det forlig man indgik i folkeoplysningsudvalget mellem idrætten og oplysningsforbundene synes glemt af den ene part. Det er naturligvis her det lærerige kommer ind i billedet, det er rart at vide, hvor man har hinanden.

Lad os blot håbe, at denne sag bliver en enlig svale, så vi kan komme videre med det vigtige samarbejde omkring den ny lov.

*Anders Johansen.*



### FORSIDEN.

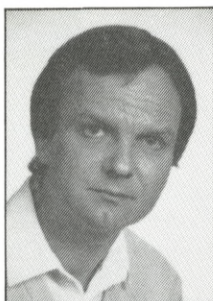
Så nærmer tiden sig for afviklingen af vore landstævner, formen skal pudses af, så man er klar til pletskud.

<b>En bombe af gode forslag</b>	<b>3</b>
<b>1. behandling</b>	<b>5</b>
<b>Idrætspolitik i 90'erne</b>	<b>6</b>
<b>Aktiv Ferie '90</b>	<b>8</b>

# INDHOLD

<b>Motionsinstruktion</b>	<b>11</b>
<b>Cykling styrker livet</b>	<b>12</b>
<b>En vandretur på regnbuen</b>	<b>15</b>
<b>Forandringens tid</b>	<b>16</b>

# En bombe af gode forslag - forbundets 40 projektgrupper.



Af Jan Grumstrup,  
konsulent.

Der er opbrud og omlægning i fritids- og idrætsbilledet. Begreber flyver gennem luften, og flere er godt på vej til at blive realiteter for idrætsledere landet over. Firma-idrætten står midt i denne strøm med alle antenner ude. At der ligger store udfordringer og venter, er der ingen tvivl om.

At stimulere til aktiv deltagelse i idræt, motion og samvær kan ske på utallige måder. Denne mangfoldighed er da også en af firma-idrættens kendetegn, der på godt og ondt har bragt os frem til starten på et nyt 10-år.

## Baggrunden.

På baggrund af ideer fra sammenslutninger, formandsmøder, med flere, nedsatte forbundsstyrelsen i januar 1989 en styregruppe, der fik til opgave at "geare" Dansk Firma-idrætsforbund til mødet med det nye fritids- og idrætsbillede. Styregruppen, der består af forbundsformand Tage Carlsen, styrelsesmedlem Kurt Petersen, generalsekretær Svend Møller og konsulent Jan Grumstrup, udarbejdede en projektoversigt, der resulterede i oprettelsen af 40 projektgrupper.

## Et spørgsmål om prioritering.

Hensigten med de projektemner er at få en debat og afklaring af, hvad firmaidrætten ønsker at prioritere som kvalitative mål i fremtiden.



*Både Danmarks og Dansk Firmaidrætsforbunds fremtid tilhører piger som hende her. Så det ser lovende ud.*

Over halvdelen af arbejdsgrupperne er færdige med deres opgaver. Disse vil blive gjort til genstand for debat på det kommende formandsmøde, hvor de indgår i en samlet bedømmelse af anvendelsen af de kommende lottomidler.

## Projektkatalog.

Styregruppen er i øjeblikket ved at færdiggøre et projektkatalog, der udsendes til sammenslutninger og kredse inden mødet i april.

Kataloget vil i hovedtræk oplyse om de enkelte projekters indhold og midler. Som styregruppens sekretær har jeg til opgave at koordinere med arbejdsgrupperne.

Det har været en fornøjelse og glæde at se de mange gode og konstruktive forslag, der er udsprunget fra disse grupperes arbejde.

## Formandsmøde.

Det er et omfattende og spændende program, der venter mødedeltagerne på formandsmødet.

Der er virkelig lagt op til nytænkning og visioner for firmaidrætten. Resultatet af mødet vil kunne få stor betydning for samarbejdet mellem sammenslutninger, kredse og forbund samt de muligheder, der gives de enkelte aktivitetsområder.

Efter at formandsmøderne for 2 år siden fik ny form og indhold, har vi hver gang oplevet ny rekorddeltagelse. Dette mødes programindhold skulle altså kunne sprænge alle tidligere rekorder.

*På gensyn i april til et formandsmøde, der forhåbentlig sætter handling bag de mange projektforslag til gavn for firmaidrætten.*

# EDB i hverdagen

## - en kommentar fra Vordingborg

**Af Poul Mortensen,  
kasserer Vordingborg Firma  
Sport.**

EDB-alderen er en kendsgerning idag, det er der nok ingen der er uenig i. Til gengæld er selve EDB-markedet meget stort og uigenemskueligt for de fleste af os, vi er på herrens mark når vi skal købe udstyr.

Denne artikel er skrevet fordi vi i Vordingborg Firma Sport af og til, hører om andre sammenslutninger, der godt kunne tænke sig at indkøbe EDB, men tøver fordi de mener, det er for dyrt.

Vi har derfor i Vordingborg Firma Sport selv forhørt os omkring angående priser på programmer. De eneste der os bekendt sælger idrætsprogrammer er Dansk Idræts-Forbund, men da disse programmer koster ca. kr. 5.000,- pr. stk. siger det sig selv, at det næsten er håbløst at investere i sådanne.

Vi er i dette arbejde kommet i kontakt med et mindre nystartet firma, som har vist stor interesse for at lave sportsprogrammer til idrætsklubber.

### EDB i 3 år.

I Vordingborg Firma Sport indførte vi EDB for 3 år siden, den gang kostede det kr. 15.000 incl. programmer og div. i dag er prisen faldet yderligere.

### Meget brugbart.

Hvad kan man så bruge EDB til? I Vordingborg bruger vi det bl.a. til medlemsregistrering, regnskabsføring, turneringstilrettelæggelse, udskrivning af regninger og meget mere.

Hvilken kasserer har ikke prøvet at føre regnskab i en kassebog, der

efterhånden var blevet 1/2 meter lang, og skulle bruge en time eller mere, fordi der skulle laves budget til næste bestyrelsesmøde, eller hvad med at udskrive regninger, og så bagefter skulle holde styr på, hvem der har betalt eller hvem der skylder.

Ligeledes har vi meget hjælp i forhold til de mange gange, hvor forskellige myndigheder skal have oplysninger om medlemstal i forskellige kategorier.

Listen er uendelig lang om disse meget tidskrævende rutineopgaver.

### God lederpleje.

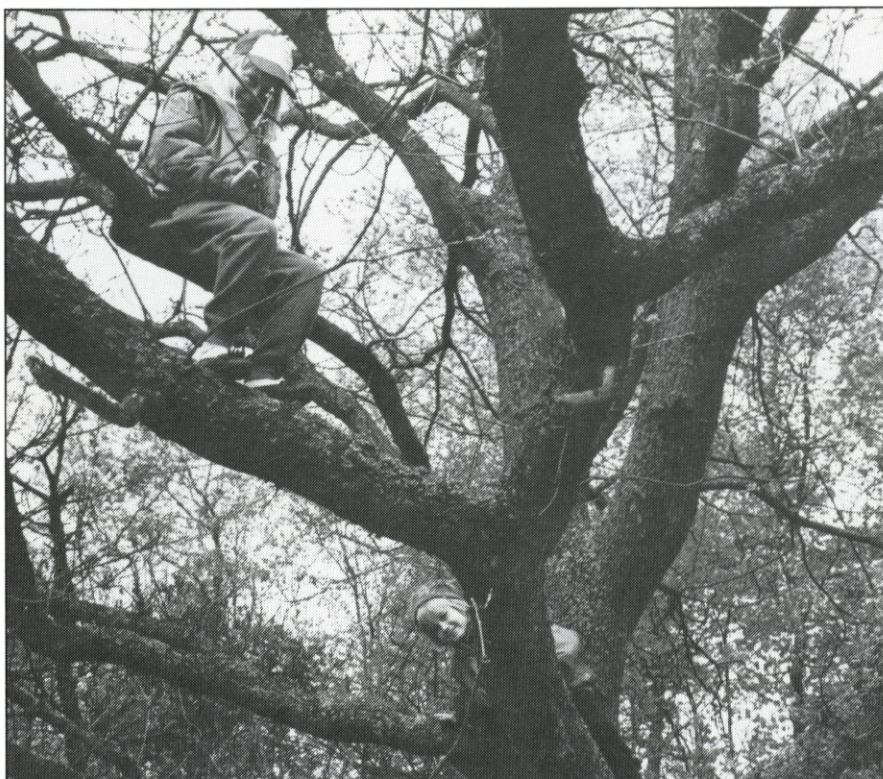
Vi har her i Vordingborg erfaret, at når vi bruger EDB sparer vi meget tid. Arbejdet bliver spændende og

det indebærer, at bestyrelsesmedlemmerne holder længere.

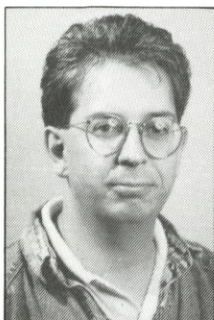
I dag er de fleste EDB-programmer opbygget på en sådan måde, at næsten alle uden kendskab til EDB kan betjene dem.

*Yderligere information om vort EDB i Vordingborg kan fås ved henvendelse til Poul Mortensen, tlf.: 53 77 49 74.*

I forbindelse med denne artikel er det vel på sin plads at gøre opmærksom på, at Dansk Firmaidrætsforbunds nedsatte EDB-gruppe forventer at være klar med et tilbud på en totalløsning til



*EDB er en stor hjælp i hverdagen for mange sammenslutninger, så vi får tid til at komme ud at lave aktiviteter.*



For øjeblikket sker der konstant nye og spændende ting omkring den kommende lov om folkeoplysning.

Torsdag den 25. januar var der første behandling af lovforslag nr. L 115: Forslag til lov om støtte til folkeoplysning, som det hedder på Christanborgsk.

#### Aftenskolerne.

I folkeoplysningsudvalget, hvor både idrætten og aftenskolerne var repræsenteret, blev man enige om, at motionsgymnastikken skulle opfattes som aktivitet og ikke undervisning, således at aftenskolerne ikke i fremtiden skal have tilskud til deres lærer- og instruktørlønninger.

Kulturminister Ole Vig Jensen gik dog endnu videre, idet aftenskolernes andre bevægelsesfag; afspændingspædagogik og yoga, efter ministerens opfattelse ikke længere skal betragtes som undervisning, men som aktivitet på lige fod med badminton, fodbold osv.

#### Motionsgymnastik.

Den stramning af aftenskolernes økonomiske rammer har resulteret i en ivrig debat i medierne. En debat der naturligvis også er blevet ført ind i folketingssalen, hvor specielt Jytte Andersen fra Socialdemokratiet har talt aftenskolernes sag.

Her bringer vi en del af Jytte Andersens indlæg under 1. behandlingen af loven:

"I Socialdemokratiet synes vi ikke, at ministeren har fundet den helt rigtige balance og vi håber og vil arbejde for, at aftenskoleområdet løftes op på samme niveau som

foreningsområdet, som dog også på nogle punkter skal strammes op.

... vi skal have motion, yoga og afspænding placeret som undervisning med lærerlønstilskud. Vi finder det helt uacceptabelt at fjerne grundlaget for voksnes mulighed for motion, afspænding og yoga i aftenskolerne."

#### Mediernes indflydelse.

Medierne, herunder TV, har haft travlt med at gøre fællessag med Jytte Andersen ved at påstå, at nu var det sket med motionsgymnastik, yoga og afspænding.

Det er ikke rigtigt. Aftenskolerne kan naturligvis tilbyde disse aktiviteter som alle andre. Forskellen er, at nu skal de tilbydes på de samme økonomiske vilkår, som gælder for alle andre.

Ændringen er, at aftenskolerne ikke længere har økonomisk fortrinset, når det gælder disse områder.

#### Klar aftale.

Lad os håbe, at Socialdemokratiet finder fodslag mellem den landspolitiske og lokalpolitiske holdning. For man må jo ikke glemme, at Kommunernes Landsforening, der i parentes bemærket er socialdemokratisk ledet, som forhandlingspartner i folkeoplysningsudvalgene gav udtryk for nogle andre synspunkter end dem Jytte Andersen fremlagde i folkettingen den 25. januar.

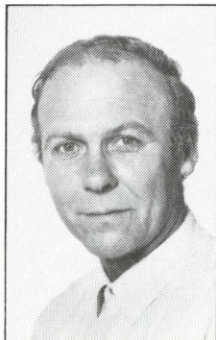
Ligeledes må man håbe, at aftenskolerne er deres ansvar voksen nok til ikke at løbe fra den aftale, de indgik med idrættens organisationer i oplægget til den kommende lov.

Vi må lokalt arbejde hårdt for, at der ikke pludselig ændres kurs i forhold til de intentioner, som folkeoplysningsudvalgets betænkning lagde op til. Vi ved jo, at nogle politikere er lette at forføre, hvis de mærker en holdningsændring i medierne.

# 1. Behandling

Af Anders Johansen,  
redaktør.

# Idrætspolitik i 90'erne - et kig fremad.



Af Børge Bakholt,  
MF. Socialdemokratiet.

**Kravene til idrætten og dens placering i fritidslivet vil blive skærpet. En styrkelse af det lokale og regionale arbejde kan gå gennem sammenslutningen af organisationer.**

De seneste års problemer med økonomi og beskæftigelse har betydet, at der hverken hos den enkelte eller på samfundsplan har været så mange kræfter tilovers til at tænke over og diskutere, om vi har muligheder

*Sådan ser et idrætsbillede ud, når firmaidrætten er med.*



Vore læsere vil i det kommende år møde artikler/kronikker af mennesker, der ikke har direkte tilknytning til firmaidrætten, men til gengæld har de en mening om idræt, folkelighed og fritid. De skulle gerne med deres meninger være med at skabe debat i firmaidrætten.

**God fornøjelse !**

for at bruge fritiden på en anderledes og måske bedre måde end hidtil.

Den samfundsmæssige diskussion om fritiden har i stigende grad været præget af økonomiske behov, hvilket som oftest har været muligheder for besparelser. Samtidig er det vel heller ikke forkert at sige, at stadig flere bruger fritiden og dens udfoldelser som en slags kompensation i forhold til arbejdet. Udfoldelsernes selvstændige værdi er for mange nok blevet noget begrænset.

Nu er hverken økonomiske hensyn eller dette at holde sig i form for bedre at kunne klare sit arbejde negative ting. De er tværtimod ganske fornuftige og ofte nødvendige, men vi bør alligevel spørge os selv, om tyngden i vores dagligdag ikke er blevet forskubbet lidt for meget. Om vi ikke kan finde en lidt bedre balance og sammenhæng.

Det ser jeg i alt fald som en udfordring i 90'erne, og der er for mig ingen tvivl om, at idrætten her har en vigtig rolle at spille.

Mange gode begrundelser for en mere aktiv fritids- og idrætspolitik kan opremses. Bare den kendsgerning, at arbejdstiden siden slutningen af 70'erne er nedsat med 17 dage om året, antyder behovet. Hvorvidt vi i 90'erne vil opleve en tilsvarende forøgelse af fritiden, kan under indtryk af de aktuelle samfundsproblemer synes mere uklar, mens arbejdstidens længde og måske indretning på den enkelte virksomhed utvivlsomt er noget, vi kommer til at diskutere meget i de kommende år.

Mere krævende arbejde på den ene

side og risikoen for isolation af folk uden regelmæssigt arbejde på den anden side er andre begrundelser for flere udfoldelsesmuligheder.

Lad mig her indskyde, at vi allesammen skal være yderst opmærksomme på, at vi ikke får skabt en stor "restgruppe" af mennesker uden uddannelse, arbejde og motivation til fritidsudfoldelser - og at vi alle må have en forpligtelse til at medvirke til, at dette ikke sker. Det gælder også fritids- og idrætsorganisationerne, selv om der i denne forbindelse er andre grundlæggende faktorer, som er vigtigere.

## **Kravene til idrætten vil blive skærpet.**

Jeg skal iøvrigt koncentrere mig mere om idrættens placering i den fremtidige fritidspolitik end de mange andre elementer, der indgår i en sådan politik. Jeg skriver udtrykkeligt den fremtidige fritidspolitik, for nogen egentlig politik på området har vi faktisk ikke, hvis vi skal sammenligne med så mange andre samfundsområder. Vi har nogle enkellove, herunder fritidsloven. Men en politik, der udstikker nogle samlede rammer for bl.a. offentlig støtte til etablering af aktiviteter og faciliteter, savner vi.

Der er dog et element i den øvrige samfundsudvikling, der nok mere end noget andet vil påvirke idrætten i de kommende år, og det er uddannelserne, både deres omfang og niveau.

Omfanget af uddannelse vil stige, og indtil anden lovgivning måtte blive indført, vil en del af voksenuddan-

nelsen komme til at foregå i fritiden. Det vil selvsagt påvirke aktivitetsniveauet i den mere organiserede del af idrætslivet. Det gælder både på deltagersiden, men måske især på rekrutteringen af frivillige ledere. Bedre uddannelser, både blandt unge og voksne, vil også føre til voksende krav i retning af nye aktivitets-, samværs- og demokratiformer.

I begge tilfælde bliver der tale om store udfordringer, som taget fordomsfrit og aktivt op - kan være med til at udvikle idrætten til en endnu vigtigere samfundsfaktor.

### Idrætten i en bredere forstand.

Vi følger vist alle interesseret med i de bestræbelser, der gøres for at omorganisere og styrke eliteidrætten. Der er efter min mening tale om gode og perspektivrige tiltag, for ingen er vel i tvivl om, hvad fodboldlandsholdet og f.eks. Ole Olsen har betydet for deres sportsgren og til slutningen hertil.

Der er for mig at se ingen modsætning mellem denne satsning på eliteidrætten og en udbygning af breddeidrætten. Jeg ser heller ingen naturgivne modsætninger mellem at fastholde det frivillige foreningsarbejde som grundstammen i en idrætspolitik - og så gøre breddeidrætten endnu mere slagkraftig. Men der er nogle forhold, vi bør være meget opmærksomme på.

Særligt vigtigt er det at sikre de frivillige ledere og medarbejdere adgang til vilkår, der gør dem i stand til at leve op til de udfordringer, det moderne samfund byder på. Det betyder, at både staten og kommunerne skal sikre støtte til administrativ og uddannelsesmæssig virksomhed.

Det er samtidig vigtigt, at der afsættes midler til forsøgs- og udviklingsprojekter og til fritidsvejledning. Der forskes også alt for lidt i idræt herhjemme, og især måske i sammenhængen mellem idræt, arbejde og andre dele af hverdagen. Herunder familiens samlede muligheder for udfoldelse.

Firmaidrætten udgør i flere sammenhænge et ganske interessant element, men også idrættens nuværende rolle og evt. udviklingsmulig-

heder i en større social sammenhæng ville det være nyttigt at få nærmere belyst. Hvordan f.eks. med idrættens betydning for udvikling af relationerne i et større boligområde? Fordomsfrihed overfor at tage nye, bl.a. noget mere socialt betonede opgaver op, bliver under alle omstændigheder nok et krav til idrætten og dens ledere i dette årti. Naturligvis uden at det hverken kan eller skal tilsidesætte idrættens fundamentale værdier som motion, kappestrid og konkurrence.

### Fusioner kan give stærkere indflydelse.

Det er naturligt at spørge, om idrætten og dens organisationer er rustet til at udnytte de muligheder, der ligger forude. Og om de er klar til at løse de opgaver, samfundet må forventes at lægge over på dem.

Her er det nok værd at se på, om der ikke er brug for stærkere organisatoriske enheder. Fusioner, om man vil. Det er efter min mening asolut en overvejelse værd, fordi jeg tror, det vil styrke idrættens indflydelse.

Jeg forestiller mig ikke store, centralt styrede enheder. Derimod organisationer, som med udgangspunkt i en fælles styrke har mulighed for at løse nogle fælles basisopgaver og som iøvrigt decentraliserer sine aktiviteter under hensyntagen til den størst mulige, lokale selvbestemmelse.

Tanken vil utvivlsomt skræmme nogle, men skal idrætten sikre sig den nødvendige indflydelse på f.eks. lovgivning og økonomiske midler, er ialtfald et stærkt sammenhold nødvendigt.

Samtidig er der næppe tvivl om, at

sammenslutninger på landsplan vil styrke den enkelte, selvstændige "afdeling" på det lokale eller regionale plan og åbne mulighed for langt mere tværgående og dermed appellerende aktiviteter end i dag.

Man kunne forestille sig, at en sådan styrkelse og opdeling blev fulgt op ved fordelingen af tipsmidlene, således at disse blev mere decentrale. Iøvrigt tror jeg, at en sådan decentral fordeling under alle omstændigheder kommer.

Det er også min opfattelse, at der fra kommunal side vil blive stillet krav om større samarbejde inden for bl.a. skole, kultur- og fritidssektoren, som det er nyttigt at være bedst muligt forberedt på.

### Og så TV-Kanalerne.

Idrættens (og andre fritidsaktiviteters) konkurrence i forhold til de elektroniske medier er det bevidst, at jeg ikke tidligere har nævnt. Det er helt oplagt, at f.eks. de mange nye TV-kanaler rummer en risiko. Der er imidlertid kun mulighed for at få folk til at være mere aktive fremfor passive foran skærmen, hvis idrætten forstår at forny sine egne tilbud og indgå i spændende kombinationer med andre dele af samfundslivet. Det tror jeg til gengæld også på. Og jeg synes i den forbindelse, at firmaidrætten - trods efterhånden nogle år på bagen - er et slående eksempel på en udvikling, hvorunder en gammelkendt opdeling mellem arbejdsplads og fritid så succesrigt er blevet brudt ned.

*Firmaidræt er andet end idræt.  
Det er også samvær.*



# Aktiv Ferie '90

## - en "grøn aktivitet" fra Dansk Firmaidrætsforbund

Af Kaj Larsen,  
fmd. aktivitetsudvalget.

Aktiv Ferie for firmaidrætsmedlemmer og deres familier har absolut været en succesfuld aktivitet i alle de 10 år, det foregik på Dansk Firmaidrætsforbundscenter i Oksbøl.

Efter salget af centret måtte man finde et nyt sted til afvikling af denne aktivitet.

Sidste sommer gjorde vore dygtige ledere deres bedste for, at de deltagende familier kunne have en pragtfuld Aktiv Ferie i Grenå, hvor ihvertfald de ydre rammer i form af idrætsfaciliteter var i orden.

Forskellige problemer af administrativ og personalemæssig art gjorde imidlertid, at vi måtte vælge et nyt sted for Aktiv Ferie 1990.

### Kongskilde Friluftsgård.

På Vestsjælland, i et af Danmarks skønneste naturområder, har vi fundet en absolut perle til formålet: *Kongskilde Friluftsgård* ved Tystrup-Bavelse Naturpark 8 km. syd for Sorø - læs også modstående artikel.

### Aktiv Ferie 1990.

Aktiv ferie 1990 bliver, som alle de tidligere år, en blanding af aktiviteter ledet og igangsat af firmaidrættens egne lederfamilier, der bliver rige muligheder for aktiviteter på egen hånd på stedet og/eller sightseeing og udflugter i det skønne Vestsjælland.

### Grønt islæt.

Det grønne islæt kommer ikke alene ved placeringen af årets Aktiv Ferie i et så naturskønt område som tilfældet er, men firmaidrættens lederfamilier har mulighed for at samarbejde med Friluftsgårdens naturfolk om nogle spændende aktiviteter, hvor man kommer i tæt kontakt med naturen. Som eksempler kan emner som stenalderdag, vilde blomsterdag, fiskedag og lignende nævnes. Aktivitetsudvalget tror på, at den "grønne linie" tilfører Aktiv Ferie et indhold, der er endnu mere spændende end tidligere, og at det sammen med det velfungerende sted, Kongskilde Friluftsgård, kan danne rammen om fremtidens Aktive Ferier.

Aktivitetsudvalget håber på snart at kunne melde: Udsolgt, for i år, så er der basis for at fortsætte med

Husk at den skal stemples og underskrives af jeres lokale firmaidræts sammenslutning.



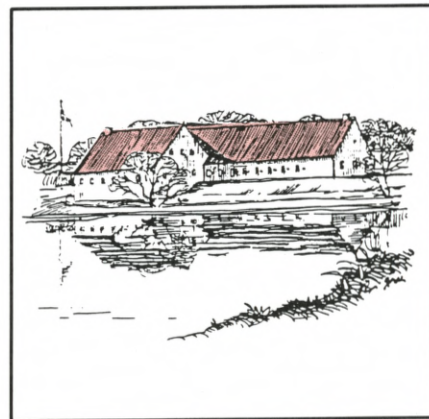
Aktiv Ferie de kommende år og eventuelt forlænge ferieperioden med 1 - 2 uger.

### Tilmelding.

Giv jer selv og jeres familie muligheden for en dejlig Aktiv Ferieoplevelse, ikke alene i 1990, men også i årene fremover.

Læs nærmere om betingelserne for deltagelse og skynd jer så at sende tilmeldingskuponen til:

**KONGSKILDE FRILUFTSGÅRD**  
Skælskørvej 34, 4180 Sorø  
Tlf.: 53 64 92 00



Husk at den skal stemples og underskrives af jeres lokale firmaidræts sammenslutning.

### Hvordan foregår AKTIV FERIE?

I sommerferien vil der være mulighed for at opleve og motionere sammen med andre firmaidrætsfamilier med forbundets egne ledere og Kongskildes friluftsfolk som igangsættere.

Der bydes på mange forskellige lege, boldspil, stafetter og skønne naturoplevelser, da det hele foregår i et af landets skønneste områder.

Der vil naturligvis også være rige muligheder for at opleve en masse spændende ting på egen hånd.

### Hvornår er der AKTIV FERIE?

Der er i år aktiv ferie fra lørdag den 7. juli - lørdag den 28. juli begge dage incl.

Aktiv ferie går fra lørdag til lørdag og er selvfølgelig forbeholdt forbundets medlemmer og deres familie.

HUSK derfor stempel og underskrift fra din firmaidræts sammenslutning på tilmeldingskuponen.

### Hvor er der AKTIV FERIE?

Dansk Firmaidrætsforbund afhol-





der i år aktiv ferie på *Kongskilde Friluftsgård*, der ligger i det skønne sjællandske landskab 8 km. syd for Sorø.

Kongskilde Friluftsgård er indrettet med familieværelser med 3 - 5 sovepladser i hver.

Til vort brug er der plads til ca. 20 familier pr. uge.

Nogle af værelserne har eget bad, mens andre har pæne fælles baderum. Derfor er der en forskel på værelsesprisen. På Friluftsgården er der indrettet tumlepladser, aktivitetsrum, TV-stue, hyggerum m.m.

### Praktiske oplysninger.

Der findes sengetøj, men sengelinned og håndklæder skal I selv medbringe, hvis I ikke ønsker at leje det.

Leje for linned og håndklæder er kr. 45 pr. uge pr. sæt.

Der er indrettet thekøkken, så man selv kan lave the og kaffe. HUSK da at medbringe termokande og kopper.

### PRISER

Værelse m. bad (kategori A)	kr. 1.600
Værelse m. baderum (kategori B)	kr. 1.400
Pension (3 daglige måltider + diverse)	
- pr. voksen og børn fra 12 år	kr. 750
- pr. barn 4 - 11 år	kr. 350
- pr. barn under 4 år	kr. 0

*Alle priser er pr. uge*

## Fakta om Kongskilde Friluftsgård

Midt i det frodige og grønne Sjælland ligger Tystrup-Bavelse Naturpark, og i naturparkens nordvestlige hjørne ligger Kongskilde Friluftsgård.

Gennem århundreder har gården været drevet som møllegård, netop der, hvor den opstemmede møllebæk krydsedes af middelalderens "Europavej" fra Rom til Upsala. Konger, bisper, kræmmere og lejsevende har nydt godt af møllerens gæstfrihed og hjemmebrændte dram.

Siden har Friluftsrådet omdannet

stedet til et ferie- og oplevelsessted, hvor alle kan føle sig velkomne.

Der er en dejlig atmosfære på Friluftsgården. En fortsættelse af møllegårdens ligefremme og djærve stil uden glimmer og forlorenhed. Krostuen i den gamle lade er hyggelig, værelserne er lyse og venlige, og pejsestuerne indbyder til fortrolig snak og samvær.

Kongskilde Friluftsgård er et ypperligt sted for hvile og afslapning. Og der er et væld af muligheder for de aktive. Vestsjælland er fuld af seværdigheder lige fra

vikingeborg til det igangværende Store-bæltsprojekt.

Cyklende og gående bydes på rige muligheder i nærområdet. Gæsterne kan frit færdes i Kongskilde skove og markområder med vedvarende græs. Man må fiske i Mølle-dammen, og der er en dejlig anlagt badestrand kun 500 m. fra Friluftsgården ved Tystrup Sø.

Ikke mindst børnene vil være begejstrede for de aktiviteter naturafdelingen tilrettelægger som supplement og i samarbejde med Dansk Firmaidrætsforbunds egne aktivitetsledere.

### Tilmeldingskupon:

Tilmelding til **AKTIV FERIE 1990** (benyt helst blokbogstaver eller skrivemaskine)

VI: Mor \_\_\_\_\_ Far \_\_\_\_\_  
 Barn \_\_\_\_\_ Alder: \_\_\_\_\_ Barn \_\_\_\_\_ Alder: \_\_\_\_\_  
 Barn \_\_\_\_\_ Alder: \_\_\_\_\_ Barn \_\_\_\_\_ Alder: \_\_\_\_\_

ADRESSE: \_\_\_\_\_

Postnr: \_\_\_\_\_ By: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Tilmelder os hermed til **AKTIV FERIE** fra lørdag d. \_\_\_\_\_ kl. 16.00 til lørdag d. \_\_\_\_\_ kl. 10.00

Vi ønsker at disponere over \_\_\_\_\_ værelse(r) Vi ønsker at bestille \_\_\_\_\_ sæt sengelinned á kr. 45,-

Kategori: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
 Din egen underskrift

\_\_\_\_\_  
 Din DFIF-sammenslutnings underskrift og stempel

# Information

## Instruktør- og lederkurser

### Dart III

Kurset er sidste del af instruktøruddannelsen, og der arbejdes teoretisk og praktisk med:

- Instruktionsmetodik.
- Instruktionsøvelser.
- Fejl- og rettemetodik.
- Udarbejdelse af lektionsplan.

*Tid og sted:* 20 - 22. april '90 i Odense

*Kursuspris:* kr. 600,-

### Jura / dirigent.

Kurset henvender sig til forbundets medlemmer i kredse og sammenslutninger, der er interesseret i at kende en dirigents retningslinier og beføjelser samt at få indblik i den nødvendige viden om foreningsjura, med hensyn til afvikling af møder/forsamlinger og en forenings ledelse således, at forskellige faldgruber kan undgås. Via forskellige situationsspil arbejdes der teoretisk og praktisk med:

- Foreningsdannelse.
- Foreningens vedtægter.
- Medlemmers rettigheder og forpligtelser.
- Generalforsamling/repræsentantskabsmøde.
- En forenings ledelse og ansvar.
- Bestyrelsens opgaver, hæftelse og tegningsret.
- Regnskab og revision.
- Valg og afstemningsmetoder.
- Eksklusion af medlemmer.
- Dirigentens pligter og funktioner.

*Tid og sted:* 06. - 08. april '90 i Horsens.

*Kursuspris:* kr. 600,-

### Blad / foto.

"Hvordan producerer man et foreningsblad?"

Kurset henvender sig til personer, der er interesseret i at få kendskab til, hvordan man skaber et blad, samt hvordan man kan gøre sit eget foreningsblad bedre. Der undervises via situationsspil teoretisk og praktisk med emnerne:

- Redaktionsarbejde.
- Bladanalyse.

**Kursusprisen:** omfatter undervisning, materialer, ophold og forplejning dog ikke drikkevarer.

**Tilmelding:** skal ske på tilmeldingskort, som underskrives af kreds/sammenslutning, og som tilsendes forbundskontoret senest en måned før kursets afvikling.

**Yderligere information:** fås ved henvendelse til kursuskonsulent Jane Have Andersen på tlf.: 65 31 65 60.

- Lay-out.
- Foto- og billedbeskæring.
- Journalistik.

*Tid og sted:* 09. - 11. marts '90 i Horsens.

*Kursuspris:* kr. 600,-

### Økonomi.

Kurset henvender sig til personer i kredse/sammenslutninger, der varetager og har ansvar for kredsens/sammenslutningens økonomi. På kurset gives der forståelse for de økonomiske arbejdsredskaber der findes, og for nødvendigheden af en økonomisk styring i kreds/sammenslutning/klub. Der udarbejdes formål, mål og målbeskrivelse for en sammenslutnings økonomistyring og der arbejdes med flg. emner:

- Faldgruber omkring økonomi/budget/regnskab.
- Budgetlægning og opfølgning.
- Ansvar og økonomisk ledelse
- Bestyrelsens tilsynspligt.
- Kassereren.
- Kontoplan, driftsregnskab, status, revision.
- Informationsbehov.
- Fordeling af arbejdsopgaver og ansvar.
- Forskellige styringsredskaber.

*Tid og sted:* 02. - 04. marts '90 i Middelfart.

*Kursuspris:* kr. 600,-

### KURSUSKONTAKTPERSONMØDE (KKP)

Det årlige kreds-KKP-møde afvikles på Fyn  
den 28. - 29. april '90

### INSTRUKTØRTRÆF

Træf mellem kursusudvalget og forbundsinstruktører på DFIF's instruktør- og lederuddannelser finder sted:  
den 18. - 19. august '90

KURSUSUDVALGET



Dansk Firmaidrætsforbund

Feb.  
'90

# Motionsinstruktion

## - slå vægten ned.



Af Birgit Møldrup,  
Horsens Firma Sport.

De sidste års stigende bevidsthed om, at motion og fysisk aktivitet er en yderst vigtig faktor, når man taler om fysisk og psykisk velvære, har givet sig udslag i nogle meget positive tiltag på en del arbejdspladser. Følgende er et skoleeksempel til fri afbenyttelse for andre.

Overskriften på denne artikel er den samme som på et motionsinstruktionstilbud, der var hængt op på opslagstavlerne på Raackmanns Fabriker i Horsens.

### Gode faciliteter.

På Raackmanns Fabriker, hvor der er 400 medarbejdere, er der etableret to kondirum med bænke, løbebånd, romaskiner, ribbe, kondicykler, m.v.

Der er blandt medarbejderne en stigende interesse for at benytte sig af motionstilbudet, men for at få så mange med som muligt, har idrætsforeningen taget initiativet til, at firmaet engagerer en instruktør til at vejlede medarbejderne om brugen af redskaberne og om netop deres behov for motion.

### Motion en del af dagligdagen.

Det er positivt at erfare, at motion er ved at blive en del af dagligdagen på arbejdspladsen, og at firmaet har forståelse for vigtigheden af, at *alle* får tilbudet om at motionere. Mange medarbejdere mødte op for at få kompetent vejledning af

instruktør Gert Reese fra Vildbjerg Idrætscenter.

### Gode råd.

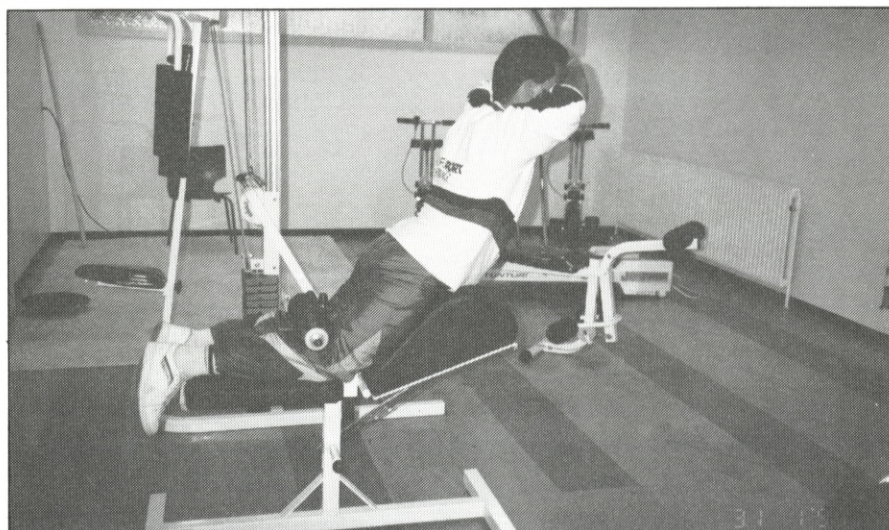
Et godt råd til andre firmaidrætsklubber - overbevis jeres arbejdspladser om, at motion ikke bare er et sundt indslag på fjernsynsskærmen.

Dansk Arbejdsgiverforening har udgivet en bog om stress, af denne fremgår det, at motion kan øge modstandskraften for stressbelastninger.

I bogen opfordres der også til at lytte til sin krop, da der er en tydelig sammenhæng mellem vor livsstil og vores fysiske og psykiske form.

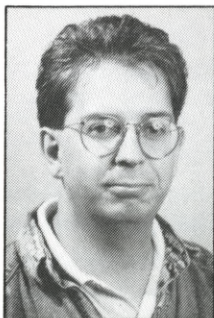
Motion skaber trivsel og overskud både arbejdsmæssigt og i fritiden.

"Bryd ud af ugidelighedens monotoni - og få mere indhold i livet". Med bogen fra Dansk Arbejdsgiverforening i hånden, skulle det ikke volde problemer at få *dit* firma til aktivt at støtte motion på arbejdspladsen.



*Bryd ud af ugidelighedens monotoni - få mere mere indhold i livet. I Horsens har motionsinstruktion været en af vejene mod mere livsindhold.*

# Cykling styrker livet -om cyklens dag.



Af Anders Johansen,  
redaktør.

I FIRMAIDRÆT har man gennem det sidste halve år kunne følge med i samarbejdet mellem Dansk Firmaidrætsforbund og forebyggelsesrådet.

Nu er der et konkret tiltag på vej under sloganet: "Danskerne skal cykle på arbejde".

## Cykling.

Det kan være svært at få tid og overskud til at trække i det kulørte joggingtøj og løbe sig en tur. Så hvorfor ikke tage cyklen, når man alligevel skal på arbejde, i skole, på indkøb eller lignende.

Opfordringen kommer fra Dansk Firmaidrætsforbund, Dansk Cyklist Forbund og Forebyggelsesrådet, der er gået i samarbejde om en landsdækkende under mottoet: Livet er længere på cykel".

Kampagnen skal køre hele foråret og højdepunktet bliver Cyklens Dag den 8. maj, hvor så mange som muligt skal lade bilen og buskortet blive hjemme og snuppe cyklen på arbejde for sundhedens skyld.

## Motion styrker livet.

Kampagnen udspringer af Fore-

byggelsesrådets sundhedsaktiviteter i efteråret under sloganet "Motion styrker livet - 4 timer om ugen".

Baggrunden er, at halvdelen af befolkningen bevæger sig for lidt, nogen næsten ikke.

Samtidig viser befolkningsundersøgelser, at selv ganske lidt motion kan nedsætte risikoen for at dø af hjerte-karsygdomme væsentligt.

## Arbejdspladserne.

Målgruppen er folk på arbejdspladserne, der normalt ikke cykler og målet er at få så mange som muligt til at cykle på arbejde på Cyklens Dag.

På den måde får vi gjort opmærksom på, at cyklen er en oplagt men upåagtet mulighed for at få den daglige motion.

## Samarbejde.

Kampagnen gennemføres som sagt i samarbejde mellem Dansk Firmaidrætsforbund, Dansk Cyklist Forbund, lokale forebyggelsesråd, Rådet for større Færdselssikkerhed, og kampagnen vil blandt andet oplyse om, hvor sundt det er at cykle, hvordan man bruger og vedligeholder sin cykel, om det er farligt at cykle og hvordan man undgår uheld.

## Tour de Pedal.

Der er ingen tvivl om, at dette samarbejde er med til at øge opmærksomheden omkring Danmarks største motionscykelkampagne *Tour de Pedal*, som Dansk Firmaidrætsforbund arrangerer hvert år i maj - alene sidste år med knapt 50.000 deltagere.



*Tour de Pedal* - en af Dansk Firmaidrætsforbunds helt store motionssuccesser, alene i 1989 havde vi knapt 50.000 ude at cykle.

Yderligere oplysninger fås ved henvendelse til Jesper Mathiesen, Dansk Firmaidrætsforbund, tlf.: 65 31 65 60.



# Berri klubservice klæ'r dit hold

*Berri Klubservice gør det lettere  
og billigere at udstyre din klub  
med det helt rigtige sportstøj...  
– og Klubservice gi'r dig mange  
flere fordele, f.eks.:*

- utallige kombinationsmuligheder
- ensartet kvalitet for alle medlemmer
- klart og tydeligt klubimage
- økonomisk besparelse
- hurtig levering
- effektiv supplering

**Berri**  
Berri – det er dansk kvalitet

*Kig ind til din lokale  
Berri forhandler...*

*– og oplev hele kollektionen af  
smart Berri sportstøj i vort nye  
idékatalog. Du vælger blot  
modeller, størrelser og farver, så  
klarer Berri forhandleren resten.  
Har du brug for at låne et udvalg  
af kollektionen – f.eks. til præsen-  
tation på et bestyrelsesmøde, klarer  
vi også sagtens det.*

**Vil du høre mere om Berri Klub-  
service - og nærmeste forhandler  
- så ring blot til os på 86 21 00 33**



*"Motion giver godt humør"*

# En vandretur på regnbuen

## - om et spændende familie/ motionsprojekt

Af Thorkild Carlsen,  
motionsformand i Nordjyllands-  
kredsen.

I sidste nummer af FIRMA-  
IDRÆT kunne man læse om  
Dansk Firmaidrætsforbunds nye  
udviklingspulje på 100.000 kr.  
også kaldet "Regnbuen". Allerede  
nu kan vi bringe den første histo-  
rie om de første initiativer.

### Motionsmærke.

Nordjyllandskredsens motionsud-  
valg har været initiativtager og  
fødselshjælper til et familie/  
motionsprojekt, som gennem en  
række forskellige motionsarrange-  
menter fører frem til et motions-  
mærke.

### Projektets formål.

Vi har ønsket at skabe løbende  
familie/motionsaktiviteter, som  
tilgodeser motion og samvær.  
Ideen til projektet opstod på kred-  
sens idrætsudvalgs årsmøde i  
marts '89. Vi havde en diskussion  
om indførelse af "idrætsmærket" i  
DFIF, og gennem denne diskussion  
fremkom ideen om at skabe et  
familiemotionsmærke.

Erhvervsen af mærket skulle  
helst ske uden anden præstation  
end at deltage aktivt i de tilbudte  
motionsarrangementer.

For at få prøvet vore ideers bære-  
dygtighed, samt høre om DFIF's  
fremtidige motionsaktiviteter og  
kampagner indbød vi kredsens  
motionsudvalg og DFIF's aktivi-  
tetsudvalg til et fællesmøde i juni  
'89.

Det blev et godt møde, hvor vi  
kom tættere på hinanden, og vi fik  
et skulderklap til at køre videre  
med motionsprojektet bistået af  
DFIF's konsulent Jesper Mathiesen.

### Deltagere.

For at begrænse, men samtidig for

at få et repræsentativt udsnit af  
vore sammenslutninger, blev  
Sæby, Hjørring og Brønderslev  
opfordret til at deltage i projektet.

I september afholdt de tre  
sammenslutningers motionsudvalg  
et seminar med indlagt gruppear-  
bejde, hvor man skulle fremkom-  
me med forslag til målgrupper,  
fysisk/kulturelle aktiviteter, sam-  
arbejdspartnere og samværsfor-  
mer.

Det gav en mængde gode ideer,  
samtidig med at det var et både  
kreativt og inspirerende seminar.

Vi tabte desværre Brønderslev  
senere i projektet, idet de måtte  
erkende, at de ikke havde tilstræk-  
kelig med frivillige til både  
motionsprojektet og Tour de Pedal  
'90.

### På plads i Sæby.

Sæby og Hjørring er så langt frem-  
me på nuværende tidspunkt, at  
arrangementer og datoer er fast-  
lagt.

Sæby har 14 arrangementer, som  
strækker sig fra april til september.  
Her kan alle aldersgrupper deltage  
uanset medlemskab.

Det drejer sig om aktiviteter, som  
spænder vidt - svømning, virksom-  
hedsbesøg, besøg på idrætspladser,  
byvandring, strandtur, oriente-  
ringsløb, kroket, 2 km. gangtest og  
så et planlagt afslutningsarrange-  
ment.

I forbindelse med stort set alle  
arrangementer, er der aftalt samar-  
bejde med personer, grupper og  
organisationer uden for firma-  
idrætten. Det skulle gerne resultere  
i både flere deltagere, og samtidig  
være en øvelse i at tage arrange-  
menter op med andre til en forhå-  
bentlig fælles glæde

### .... Og Hjørring.

Hjørring kører i den tilsvarende  
periode som Sæby, men med andre

arrangementer og samarbejdspart-  
nere.

Det drejer sig bl.a. om naturvejle-  
dere, den lokale golfklub, Falck,  
spejdere, turistforeningen, folke-  
dansere samt cirkus og gøgl med  
Tom Harpsøe.

Hjørring har desuden et fortræffe-  
ligt samarbejde med lokalradioen  
og de lokale forretningsdrivende.

Det hele vil blive optaget på video  
til brug både lokalt og på lands-  
plan gennem DFIF.

### Stort arbejde.

Det har været et meget stort arbej-  
de indtil nu, og uden konsulent  
Jesper Mathiesens arbejde som  
inspirator og gode evne til at holde  
gryden i kog, havde vi ikke været  
så langt idag.

De to sammenslutninger har fået  
bevilget midler fra Regnbuefonden,  
som et skulderklap til at få  
dette spændende projekt "Motions-  
mærket" til at smitte af på de øvri-  
ge sammenslutninger i DFIF.

Jeg kan kun ønske sammenslutnin-  
gerne i Sæby og Hjørring held og  
lykke med den praktiske del af  
projektet, men spændende har det  
været.

## REGNBUE

skal fremme  
nye ideer indenfor  
familie/motionsområdet

- og nu er der  
penge til at  
hjælpe igang  
med ...

Yderligere information  
om regnbuen på tlf.:  
65 31 65 60

# Forandringens tid

## - på vej mod et nyt årtusind



Af Jane Have Andersen,  
kursuskonsulent.

De kommende år vil byde på mange forandringer på mange områder for danskerne.

På idrætsområdet gør det sig naturligvis også gældende, at de kommende år vil være brydningernes år.

1990 - et spændende rundt tal. Slår vi op i landets aviser, er der endnu mere spænding:

- Indre marked
- tilpasning
- fusioner
- nedskæringer
- ny aktiviteter på sundhedsområdet
- turisme

Der er forandringer på vej - Danmark må tilpasse sig en spændende, men ukendt verden der kan rumme alt.

### Familien.

Mange byer erkender, at hvis de vil følge med, må de satse på turismen - bliver Danmark "ferielandet"?

På aktivitetssiderne i landets aviser står der "Aktive ferier", "ændrede ferier". Flere og flere kroer kommer med tilbud om "weekendophold med indhold"

Den danske befolkning vil underholdes på en ny og anderledes

aktiv facon. Rejsebureauerne erkender, at der skal være fysisk udfoldelse på de rejser, de udbyder.

Familierne vil være mere sammen, og der dukker flere familieaktiviteter op såvel indenlands som udenlands.

Rapporten fra Socialforskningsinstituttet (omtalt i FIRMAIDRÆT september '89) oplyser, at den danske befolkning fremover vil bestå af flere aktive ældre. Og samtidig med, at ældreorganisationerne vokser, vil behovet for fysisk aktivitet således blive større og større.

Man kan blot se til vore nordiske naboer - her har ældreaktiviteter længe været et naturligt fænomen.

### Folkeoplysning.

I vore egne små cirkler mærker vi også forandringen bl.a. i kraft af den nye folkeoplysningslov. Hvad

indebærer den? Den kreative tilskudsdel kræver en tilpasning til de nye tendenser i samfundet.

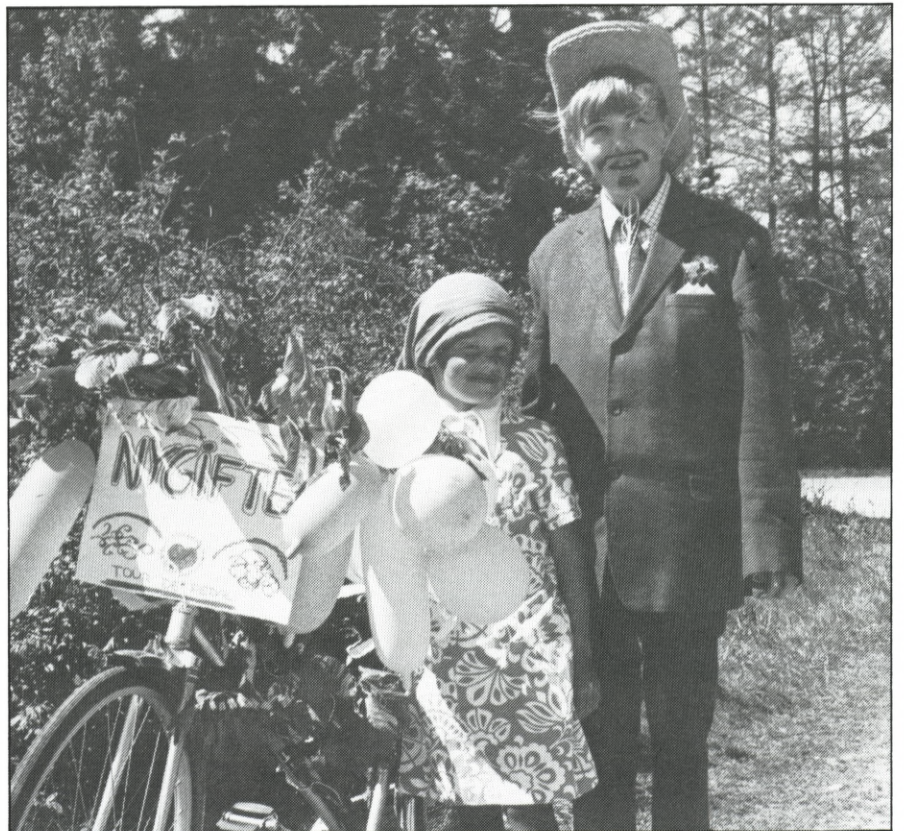
- sundhed
- livsudfoldelse
- samvær på tværs af alder
- samhørighed og medbestemmelse.

### Hvad gør man?

Det er altid svært, men til gengæld også spændende at være med i en brydningstid.

Hvad kan den enkelte sammenslutning i DFIF gøre?

- f.eks. samarbejde med det lokale turistkontor, hotel, kro, kursuscenter og foreslå, at sammenslutningen stiller en instruktør eller flere til rådighed således, at turisterne, kro- og hotelgæsterne i weekenden/ferien tilbydes en aktiv ferie.



Aktiviteter på tværs af skel er blevet et af firmaidrættens kendetegn.



Byens idrætsfaciliteter - der alligevel er ubenyttet i den periode kan anvendes og byens seværdigheder kan beses på sådan en AKTIVTUR.

- Samarbejde med byens ældreklub om motion og bevægelse. Sammenslutningen kan stille med en instruktør, og lokalerne kan f.eks. være de samme, som de ældre i forvejen færdes i.
- Samarbejde med kommunens sundheds- og plejesektor. Sammenslutningen kan stille med en eller flere instruktører, der i samarbejde med personalet kan komme med forslag til fysisk aktivitet.
- Samarbejde med ungdomsklubber og arbejdsformidling.
- Samarbejde med arbejdspladserne om dannelse af klubber for pensionerede medarbejdere/familier. Sammenslutningen kan stille med en instruktør, og lokalerne kan være byens eller arbejdspladsens faciliteter.

De pensionerede medarbejdere har således fortsat en tilknytning til arbejdspladsen og medarbejdere indser, at det måske ikke er så forfærdeligt at blive pensioneret - pensionslivet kan få mere indhold gennem fysisk aktivitet og samvær med andre.

- Der kan indledes pausemotion på arbejdspladsen, kroen, hotellet og kursuscentret - sammenslutningen kan stille med en instruktør.

#### Nye medlemmer.

Sammenlutningerne kan få nye medlemmer, der vil være med i disse tiltag.

- Unge, ældre, arbejdsledige vil måske være med på instruktørsiden.
- Der kan måske gives tilskud til tabt arbejdsfortjeneste, så erhvervsaktive kan deltage midt på dagen på instruktørsiden.

**NYT C&C SCORE NYT**  
 Program til planlægning, afvikling og styring af hold, cup og individuelle sportsturneringer.  
 Kun 946,50 kr.  
 Se hvad I får! Prøv C&C-Demoprogram!  
 Kun 94,65 kr.  
 Priser incl. moms og forsendelse.  
 Pris Demoprg. fratrækkes med 50% ved køb af C&C SCORE.  
**KB SOFT**  
 Bjerrevænget 8, 7088 Børkop.  
**NYT Tlf. 75 86 84 20 NYT**



Man kan lære meget af projektet "ældre i bevægelse" fra Odense universitet, hvor Dansk Firmaidrætsforbund var med som sparringpartner.

Forbundets udvalg kan samarbejde om igangsætning af ovennævnte fysiske tiltag i sammenslutningerne med:

- udannelse af instruktører - inspirationskurser
- udarbejdelse af kampagnemateriale til sammenslutningernes samarbejde med eksterne partnere

- indkøb af materialer. Og sættes kroppene i Dansk Firmaidrætsforbund sammen i et kreativt forum - uden de sædvanlige fordomme - så kan der sikkert fremkomme mange spændende og utraditionelle ideer, så DFIF kan være med til at gøre 90'ernes brydningstid udfordrende og spændende.

## Kort og godt

### Åbent håndboldstævne i Odense

I weekend'en den. 21. - 22. april 1990 afholder FKS-Odense sit årlige Odense stævne i dame, herre og M/K håndbold.

Hvis I ikke har modtaget indbydelse gennem jeres sammenslutning, kan den fås ved henvendelse til FKS på tlf.: 66 17 46 06



## Tænk positivt - det smitter

### Du kan tænke dig rask

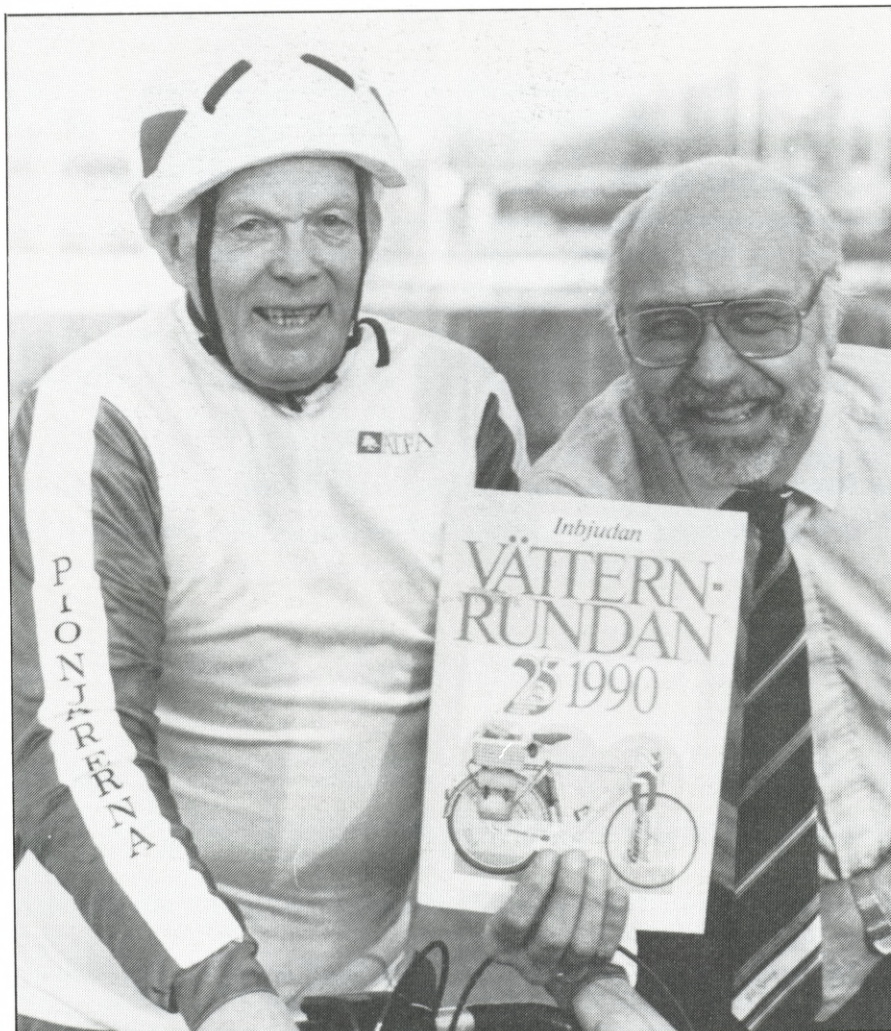
Det er derfor vigtigt

- at have glade forventninger
- at lege og få en sund latter
- at sprede sin positive holdning (det smitter)
- at aktivt tage ansvar for sin egen sundhed.

"Nyd livet og lev længere"

Begynd i det små og glæd dig over dit nye liv.

*GOD FORNØJELSE*



### Vättern Rundt

Årets udgave af Vättern Rundt er en jubilæumsudgave. Det traditionsrige arrangement kan nemlig fejre 25 års jubilæum i år.

I 1990 har man åbnet for et deltagerantal på maksimalt 15.800 glade cyklister.

Selvom løbet først afvikles den 15. - 16. juni, skal man nok være på stikkerne, hvis man ønsker at deltage i årets Vättern Rundt.

Organisationskomiteen har for sjov skyld regnet på, hvor mange der alt i alt har været med igennem de 25 år. Med dette års forventede deltagerantal runder man 200.000 deltagere, det er jo fantastisk flot.

Jubilæumsarrangementet bliver noget særligt - allerede nu ved man, at der vil være lodtrækningspremier for mere 200.000 Skr.

Det skal nok blive festligt.

Yderligere oplysninger fås ved henvendelse til forbundskontoret, tlf.: 65 31 65 60 - Anders Johansen.

*Nordens største motionscykelløb afholdes over en dag er for motionister i alle aldre.*

## Navnlig navne

**Leif Pedersen, Nyborg Firma Sport** har modtaget Dansk Firmaidrætsforbunds hæderstegn.

Leif Pedersen har igennem en periode på 11 år været medlem af Nyborg Firma Sports bestyrelse og han besidder for øjeblikket posten som næstformand, han har gennem en årrække været formand for fodboldudvalget.

Leif Pedersen har desuden været kredsbestyrelsesmedlem.

Han har deltaget aktivt i arbejdet med byggeriet af Idrætsparkhallen i Nyborg.

Leif Pedersen er tidligere blevet kåret som årets NFS'er.

**Jørgen Andersen, Nyborg Firma Sport** har modtaget Dansk Firmaidrætsforbunds hæderstegn.

Jørgen Andersen har været medlem af Nyborg Firma Sports bestyrelse gennem 10 år, og formand for håndboldudvalget gennem en årrække.

Jørgen Andersen er ligeledes medlem af kredsbestyrelsen og er kontaktperson i kredsen.

Jørgen Andersen fungerer samtidig som dommer.

**Hans Henrichsen, Nyborg Firma Sport** har modtaget Dansk Firmaidrætsforbunds hæderstegn.

Hans Henrichsen har siddet i Nyborg Firma Sports bestyrelse gennem 10 år, og som formand for badmintonudvalget i flere år.

Desuden har Hans Henrichsen været medlem af byggeudvalget for dansk Firmaidrætsforbunds nye forbundskontor, han har fungeret som juridisk rådgiver i forbindelse med byggeriet af Idrætsparkhallen i Nyborg. Endelig sidder Hans Henrichsen i forretningsudvalget for Nyborg Idrætspark.

## Ny konsulent

**Jan Steffensen fra Vissenbjerg på Fyn er blevet ansat som ny konsulent i området Sydjylland og Fyn.**

Jan Steffensen afløser Torben Laurson, der gennem seks år ydede en stor indsats for Dansk Firmaidrætsforbund. Torben Laurson har nu søgt nye udfordringer i det private erhvervsliv.

Jan Steffensen er uddannet skolelærer, og han har fungeret som sådan indtil nu. Jan har en del erfaring med foreningsarbejde og han har interesseret fulgt arbejdet med den kommende folkeoplysningslov.

I det næste nummer af FIRMAIDRÆT bringer vi et interview med den nye konsulent, så vi kan få Jan præsenteret ordentligt.

**Flemming Johnson, Aabenraa Firma Idræt** har modtaget Dansk Firmaidrætsforbunds hæderstegn.

Flemming Johnson har været medlem af indedefodboldsudvalget siden 1980.

Flemming Johnson har røgtet sit udvalgsarbejde med flid og interesse gennem alle årene.

**Kennet Nielsen, Aabenraa Firma Idræt** har modtaget Dansk Firmaidrætsforbunds hæderstegn.

Kennet Nielsen har været medlem af skydeudvalget siden 1979.

Kennet Nielsen har altid arbejdet seriøst og interesseret med sit udvalgsarbejde.

- T-SHIRTS
- SWEAT-SHIRTS
- SPORT & FRITIDSTØJ
- NYLONTASKER
- ALT I TEXTILTRYK



**SPORT & FRITID**  
v/Svend Erik Pedersen  
Korsevænget 58, 4100 Ringsted  
Tlf. 53 61 46 45 (Gerne aften)



### Dansk Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11  
5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 65 60  
Fax 65 30 14 26  
Ekspedition:  
Mandag-fredag kl. 8-15.30

#### Generalsekretær:

Svend Møller  
Cedervænget 14  
5700 Svendborg  
Tlf. 62 22 57 33

#### Styrelsen:

##### Formand:

Tage Carlsen  
Heboltoft 12  
6950 Ringkøbing  
Tlf. 97 32 55 20

##### Næstformand:

Jørn Godt  
Schultzvej 5  
6091 Bjert  
Tlf. 75 57 23 22

Kristian Hansen  
Blåbærvej 2  
7200 Grindsted  
Tlf. 75 32 17 34

Kurt Petersen  
Strandvejen 46  
4200 Slagelse  
Tlf. 53 52 75 35

Verner Sørensen  
Kløvervej 32  
9400 Nørresundby  
Tlf. 98 17 17 63

#### DFIF's konsulenter:

##### Foreningskonsulent øst for Storebælt

Jørgen Rasmussen  
Lovvej 10  
Pederstrup  
4700 Næstved  
Tlf. 53 76 16 35

##### Foreningskonsulent Nord- og Midtjylland

Jan Grumstrup  
Vibevej 9  
9500 Hobro  
Tlf. 98 51 01 01

##### Foreningskonsulent Sydjylland og Fyn

Jan Steffensen  
Poppelvej 29  
5492 Vissenbjerg  
Tlf. 64 47 33 17

##### Kursuskonsulent

Jane Have L. Andersen  
Lyngvænget 8  
5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 72 53

##### Aktivitetskonsulent

Jesper Mathiesen  
Gl. Vindingevej 212  
5800 Nyborg  
Tlf. 65 30 15 05



Vier på KURSUS

i Dansk Firmaidrætsforbund

Har du også et kursusbehov  
så kontakt kursuskonsulenten på lokal 23.

Vi samler trådene og arrangerer  
kurser efter behov.



**Dansk Firmaidrætsforbund**

Storebæltsvej 11, 5800 Nyborg. Tlf. 65 31 65 60