

# Firmaidræt



Dansk Firmaidrætsforbund



5

maj • 2002

**Formandsmødet.**  
**Debat om fremtidens indsatsområder**

**Indlagt i dette nummer af Firmaidræt.**  
**Nyt uddannelseskatalog**  
**for 2002/2003**

**FMI-træf i Rønbjerg.**  
**Seniorer i det fri**



# Tipstjenesten under pres

Dansk Tipstjeneste sidder i dag på hovedparten af det danske spillemarked. Danskerne omsætter for ca. 10-12 mia. kr. på spillemarkedet hvert år, og den største del, ca. 6,6

mia. kr., bliver omsat af Dansk Tipstjeneste på de kendte spil lotto, oddset, quick-skrab og tips.

Sidste år sikrede Dansk Tipstjeneste et årligt provenu på 2,4 mia. til staten, hvoraf den ene mia. røg direkte i statskassen, og de 1,4 mia. kr. blev fordelt til

en lang række almennyttige formål, idræt, ungdomsarbejde, sygdomsbekæmpelse m.m.

Tipsmidlerne er stærkt medvirkende til, at vi i Danmark har et velfungerende foreningsliv, hvor støtten fra tipsmidlerne går hånd i hånd med støtten fra amter og kommuner, der tilsammen giver foreningslivet mulighed for at tilbyde børn og unge, voksne og ældre alsidige idræts- og kulturaktiviteter.

Denne model har fungeret i snart 50 år, men kan om få år være en saga blot, hvis regeringen beslutter sig for at spillemarkedet skal liberaliseres. I Finansministeriet har man et privatiseringskontor, og på dette kontor ligger Dansk Tipstjeneste i en sagsmappe ved siden af andre statsligt ejede aktieselskaber, men regeringen har endnu ikke meldt ud, i hvilken retning udviklingen skal gå.

På den ene side har regeringen

støttepartiet Dansk Folkeparti, der i følge skatteordfører Michael Dencker har gjort sin stilling klar. Tipstjenestens monopol skal væk. Man ønsker en liberalisering, så udenlandske bookmakere frit kan operere i Danmark. De udenlandske spilleudbydere skal til gengæld betale skat, der som hidtil, skal kanaliseres videre til almennyttige formål.

På den anden side i Folketingssalen kan regeringen hente støtte hos Socialdemokratiet til et skatteteknisk lovindgreb, der tillader internetudbydere at blokere for kommunikationen til og fra de udenlandske spilleudbydere hjemmesider. I følge Socialdemokratiets skattepolitiske ordfører Jens Peter Vernersen, er det af helt afgørende betydning, at Dansk Tipstjeneste også fremover kan støtte foreninger og kulturlivet, og han bliver bakket op af tidligere erhvervsminister og skatteminister Ole Stavad, der advarer imod at give internationale spilleselskaber frit slag i Danmark.

- Spillevirksomhed i små lande som Danmark, der har sit primære formål at tjene penge til almennyttige formål, vil hurtigt blive udkonkurreret af de store landes spil, der kan lokke med langt større gevinster, siger Ole Stavad, der opfordrer regeringen til at lægge planer om en liberalisering frem til åben debat i god tid.

- Midlerne fra Tipstjenesten er det økonomiske fundament i brede folkelige organisationers arbejde, og det danske samfund får ufatte ligt meget igen for de midler, der kommer fra Tipstjenestens spillevirksomhed.

Samtidig er den danske model kommet under stærkt pres fra multinationale spilleselskaber, hvis eneste formål det er, at skaffe profit til

ejerne. Med de mange muligheder for at spille via Internettet skønnes det, at det allerede nu omsættes årligt for mellem op imod 400 mio. kr. på spil via Internettet, og tallet er stærkt voksende.

Selvom om spillet er ulovligt, skal der betales almindelig indkomstskat af gevinsterne, men det er helt op til den enkelte spiller selv at opgive indtægterne til skattevæsenet, for de udenlandske spilleudbydere har ingen oplysningspligt til de danske skattemyndigheder, og der er mange gode grunde til at tro, at de store gevinster holdes skjult for skattevæsenet.

Ifølge Skatteministeriet er der for øjeblikket ikke mulighed for at kontrollere de danske spilleflugles færd på Internettet, men Skatteministeriet planlægger en analyse af danskernes voksende pengespil i udlandet, og det vil ske i forbindelse med den kommende revision af tips- og lottoloven.

På den baggrund har en lang række almennyttige modtagere af tips- og lottomidler henvendt sig til statsminister Anders Fogh Rasmussen for at få klarlagt hvilke planer regeringen har på spilleområdet. Organisationerne finder, at der er et behov for at få moderniseret spillelovgivningen, og ønsker at få belyst, om regeringen har planer om at privatisere Dansk Tipstjeneste i indeværende valgperiode og i givet fald hvornår og på hvilke vilkår.

Regeringen kan selv vælge hvorfra i Folketingssalen den vil hente et flertal til en revision af tips- og lottoloven, men der er grund til at advare politikerne i mod, at en revision af spillelovgivningen ikke må ske på bekostning af det frivillige organisationsarbejde i Danmark. ■



John Thrane, redaktør DFIF.



## indhold

- 4 Formandsmøde. Virksomhederne skal i tale
- 5 Debat om fremtidens indsatsområder
- 6 Tipstjenesten under pres
- 7 Årsmøde i DIF. Det dovne Danmark skal aktiveres
- 8
- 9 Succes med skydning på nettet
- 10 Tilmeld dig nu til Firmaidrætsfestival
- 11 3 dage med idrætsfest i Kolding
- 12 75 års jubilæumsstævne i KFIU

---

- 13
- 14 Vandgang for krop og sjæl i Sorø
- 15
- 16 DFIF's nye uddannelseskatalog 2002/2003 på gaden
- 17 Oplev Ærø fra en havkajak
- 18 FMI træf. Til lands og til vands i Rønbjerg

---

- 19 FMI træf. Seniorer i fri dressur
- 20 Debat. Jagten på den frivillige leder
- 21
- 22 Arbejdsglæde og firmaidræt
- 23 Havkajakkursus i Marstal
- 24
- 25 Pistolskiver uden 1 og 2 point
- 26 Århus Rundt. Jalabert en populær vinder

---

- 27
- 28 Åbne stævner i DFIF
- 29 Landet Rundt
- 30 Navne
- 31 Kort Nyt
- 32 Grib chancen – brug bolden



Næste nummer af Firmaidræt  
udkommer den 24. juni 2002

# Virksomhederne skal i tale

## Formandsmødet. Firmaidrætten skal ud på virksomhederne med sine budskaber.

Formanden for Dansk Firmaidrætsforbund, Peder Bisgaard, kunne se tilbage på 5 særdeles spændende og aktive måneder i formandsstolen, da han for første gang efter valget i nov. 2001 kunne berette om forbundets aktiviteter. Peder Bisgaard har været på rundrejse og besøgt de fleste af firmaidrættens amtskredse, og det har været en positiv oplevelse.

- Jeg har været meget rundt i landet og jeg er glad for at sige, at jeg har oplevet en positiv modtagelse af såvel mit budskab som min person. Det har givet nye netværk, og samtidig er jeg glad for den fælles vilje til at tage udfordringer op jeg har mødt, sagde Peder Bisgaard, inden han tog hul på debatten om fremtidens indsatsområder.

### Mere udfarende

- Foreningerne er i dag nødt til at have et varieret udbud af aktiviteter på programmet, og det skal vel og mærke være attraktive aktiviteter. Desuden skal foreningerne være

mere opsøgende og udfarende over virksomhederne vel og mærke i arbejdstiden, ellers får vi ikke fat i de rigtige personer. Det er slut med at sidde og vente på at "kunderne" kommer til foreningerne, sagde Peder Bisgaard, der opfordrer formændene til at træde nye veje.

- Hvorfor ikke gå direkte til ledelsen for at fortælle om vort gode produkt, og om vigtigheden af at have sunde og veltrænede ansatte, for det giver flere tilfredse og livsglade medarbejdere.

### Idrættens tæskehold

Med regeringsskiftet har idrætten fået en ny minister, der har meldt ud at han vil være sportens minister, men nu er spørgsmålet så, om det er for bredden eller for eliten?

- Kulturministeren har således nedlagt IPIP-puljen på 20 mio. kr., men som et plaster på såret er 7 mio. kr. herfra blevet øremærket børn og unge samt sundhed på arbejdspladsen. Det har bl.a. ramt folkeoplysningsloven, hvor det nu ikke længere er lovbundet at have en 5% pulje, sagde Peder Bisgaard.

- Kulturminister Brian Mikkelsen vil gøre meget for at det skal være nemmere at være idrætsleder. Han har taget initiativ til oprettelsen af det såkaldte "Tæskehold", der skal kulegrave områder, som kan fritage idrætslederne for forpligtelser af forskellig art, sagde Peder Bisgaard.

Der arbejdes på at have et kommissorium færdigt inden sommer,

og der er nok af problemfelter at tage op.

- Tæskeholdet skal bl.a. kigge på folkeoplysningsloven, arbejdsmiljølovgivningen, regulering af skattefri godtgørelser, ophavsretslovgivning i relation til KODA, og momslovgivning.

I Idrættens Fællesråd er det varme emne lige nu tipstjenestens fremtid, hvor idrættens organisationer med rette frygter, at regeringen vil privatisere tipstjenesten ved en revision af tips- og lottoloven. Hvis idrætten kommer på finansloven, kan idrætten nemt blive en politisk kastebold ved kommende finanslovsforhandlinger.

### Fald i medlemstal

Peder Bisgaard kom også ind på forbundets medlemstal, hvor den seneste opgørelse for år 2001 viser et medlemstal på 324.467. Det er en nedgang fra år 2000 på ca. 20.000 aktivitetsmedlemmer, svarende til ca. 6%.

Nedgangen skal bl.a. ses på baggrund af at Hjerteforeningens Motionsklub er lukket. Det er aktiviteterne badminton, bowling, motionsgymnastik, motionscenter og fodbold, der har de største medlemsfald. Bowling er dog stadig den største enkelte idrætsgren i DFIF, med over 37.000 registrerede bowlingspillere. På plussiden tæller, at der er fremgang på 42 % i floorball, ligesom der er blevet flere der spiller billard, golf og petanque i firmaidrætten. ■



- Foreningerne skal være mere opsøgende overfor virksomhederne. Det er slut med at sidde og vente på at "kunderne" kommer til foreningerne, sagde forbundsformand Peder Bisgaard

# Motion på **jobbet** er hot

## Formandsmødet: Idrætstillidsmand og motion på arbejdspladsen et varmt emne.

Da Peder Bisgaard tiltrådte som ny formand for firmaidrætten i nov. 2001, fremkom han med en programmerklæring, der påpegede nogle aktuelle indsatsområder:

- Foreningen er nødt til at erkende, at der skal andre boller på suppen: Der skal for det første være et varieret tilbud af efterspurgte aktiviteter. Vi skal gøre vore traditionelle aktiviteter attraktive ved at det fungerer, kort sagt, at vi er professionelle. Vi skal være udfarende, og det vel at mærke i arbejdstiden, ellers får vi jo ikke kontakt med de rigtige personer, sagde Peder Bisgaard.

### Nyt begreb: idrætstillidsmand

Formændene fik lørdag lejlighed til at drøfte programmerklæringen i gruppearbejde, og efterfølgende stille en række kritiske spørgsmål til styrelsen. Debatten afslørede, at motion på arbejdspladsen og spørgsmålet om en "idrætstillidsmand" i øjeblikket er hot.

Hidtil har en aktiv kontaktperson været en nøgleperson i kontakten til firmaklubberne. Desværre bliver der færre og færre af den slags, ikke mindst som følge af mere fokus på effektivt arbejde. Forbundet vil derfor arbejde på at få indført en "idrætstillidsmand", og man vil forsøge at gøre det lovbestemt.

- Hvad vil styrelsen gøre for at sælge ideen om en idrætstillidsmand, spurgte Per Møller Jensen, Hjørring, og blev suppleret af Ar-

ne Lampe, Horsens, der ville vide hvilken rolle foreningerne har i forhold til idrætstillidsmanden?

- Vi skal først have klarlagt hvad idrætstillidsmanden skal bruges til, men både foreninger, politikere og arbejdsgivere skal være med på ideen, og det er klart, at idrætstillidsmanden også skal være et bindeled til foreningerne, sagde Peder Bisgaard, og slog samtidig fast, at der ikke længere er forskel på virksomhedstrim og motion på arbejdspladsen.

- Vi skal satse på, at foreningernes tilbud om motion på arbejdspladsen skal være et både og, således at de to tilbud supplerer hinanden, supplerede DFIF's næstformand Jørn Godt, Kolding.

### DFIF ville ikke lønne

Børge Heering fra Dansk Levnedsmiddel Idrætsforbund vil vide, om det er DFIF der skal lønne en motionstillidsmand?

- Det har forbundet hverken intentioner eller mulighed for, og det er i sidste ende firmaerne som vil nyde godt af ordningen. DFIF kan evt. påtage sig at finansiere uddannelsen af motionstillidsmændene, sagde Peder Bisgaard.

Verner Sørensen, Aalborg ville gerne vide, hvem der skal sætte gang i motion på arbejdspladsen, og hvordan strukturen skal være.

- Hvordan hjælpes den enkelte arbejdsplads praktisk i gang med

'motion på arbejdspladsen', spurgte Verner Sørensen.

- Vi er i gang med at udarbejde et kommissorium, og der skal nedsættes en styregruppe. Pilotprojektet "Motion på fynske arbejdspladser skal danne erfaringsgrundlaget for det videre arbejde, og forhåbentlig kan det fynske projekt udvikles og spredes til hele landet, sagde Peder Bisgaard, og slog fast, at det er forbundets konsulenter der skal hjælpe foreningerne i gang med motion på arbejdspladsen.

Jens Lykke fra Esbjerg ville vide, om BST kan være en samarbejdspartner?

- Det kunne være en mulighed, men man skal være opmærksom på, at et samarbejde med BST kan koste penge, svarede Peder Bisgaard.



Arne Lampe, Horsens: Hvilken rolle har foreningerne i forhold til idrætstillidsmanden?



Verner Sørensen, Aalborg: Hvordan kommer den enkelte arbejdsplads i gang med motion på arbejdspladsen?



Per Møller Jensen, Hjørring: Hvad vil styrelsen gøre for at "sælge" ideen om en idrætstillidsmand?



# Tipsmidler på spil

**Idrættens organisationer peger i et brev til statsminister Anders Fogh Rasmussen på behovet for en modernisering af spillelovgivningen i Danmark.**



*Skal overskuddet fra danskernes spil gå i lommerne på rigmænd på Malta eller til det danske foreningsliv?*

Der har den seneste måned været megen fokus på Dansk Tipstjeneste og tipstjenestens lovbestemte monopol på spil. I en række kritiske artikler har Berlingske Tidende slået til lyd for, at tipstjenesten er et ineffektivt drevet statsmonopol, der ikke er i stand til at give de danske spillere lige så store gevinster som udenlandske spilleselskaber.

Samtidig trues Dansk Tipstjeneste i stadig større omfang af internationale selskaber, der opererer fra fjerne lokaliteter, hvor de uden konsekvenser kan overtræde dansk lovgivning og Dansk Tipstjenestes monopol.

Det seneste eksempel er det multinationale spilleselskab Unibet, der opererer fra Malta. I en storstilet reklamekampagne opfordres de danske spillefugle til at "bryde spillemonopolet" og få skattefrie gevinster ved at spille på nettet.

## Brev til statsministeren

Mens Unibet og andre multinationale spilleselskaber kun har ét ønske, nemlig at tjene flest mulige penge til ejernes egne lommer, er der i Danmark tradition for, at en del af overskuddet fra spil om penge går til almennyttige formål. Sidste år blev det til 1,4 mia. i tips- og lottomidler, der via staten gik til idræt, ungdomsarbejde, sygdomsbekæmpelse m.v. Samtidig var der et direkte provenu til statskassen på 1 mia. kr.

Det er baggrunden for, at en lang række beløbsmodtagere af tips- og lottomidler har rettet en henvendelse til statsminister Anders Fogh Rasmussen, og bedt ham om at belyse hvilke planer VK-regeringen har for spil i Danmark og tipstjenestens fremtid.

Henvendelsen er underskrevet af idrættens organisationer, DIF, DGI og DFIF, sammen med Dansk Ungdoms Fællesråd, Friluftsrådet, Dansk Folkeoplysnings Samråd og De Samvirkende Invalideorganisationer.

## Behov for modernisering

Idrætten og de almennyttige organisationer frygter, at den lovløshed og aggressive markedsføring, der i øjeblikket kendetegner spillemarkedet i Danmark, vil føre til, at det fremover bliver rigmænd bag multinationale spilleselskaber, der høster overskuddet fra spil om penge frem for det frivillige og almennyttige foreningsliv.

For at undgå det, er der et klart behov for en modernisering af den eksisterende spillelovgivning mener organisationerne, der beder statsministeren belyse regeringens planer på området. Herunder om der er planer om at privatisere Dansk Tipstjeneste i indeværende valgperiode og i givet fald hvornår og på hvilke vilkår? En modernisering af lovgivningen kan sikre fire formål siger organisationerne:

- 1) At beskytte deltagerne i såvel spil med indskud som spil uden indskud
- 2) At hindre kriminalitet i relation til spil
- 3) At sikre midler til almennyttige formål og til staten
- 4) At begrænse privat fortjeneste ved spil

Organisationerne peger samtidig på, at Skatteministeriets rapport „Spil i fremtiden - overvejelser om en samlet spillelovgivning“ har været offentliggjort i et år, uden det har givet den nuværende regering anledning til synlige politiske initiativer. ■



# DIF satser på sundheden

## Idrætsfagets status i skolen skal styrkes og fysisk aktivitet skal ind i danskernes hverdag

*Kai Holm vil have politikerne til at sætte fokus på krop og bevægelse og styrke idrætsfaget i folkeskolen*

Folkesundheden var et af hovedtemaerne for formandens beretning på DIF's årsmøde i Idrættens Hus den 4. maj. Kai Holm kritiserede i stærke vendinger politikernes manglende lyst til at tage problemet med den tiltagende fysiske inaktivitet i befolkningen alvorligt.

- Tag f.eks. den politiske debat om folkeskolens fremtidige indhold. Her retter politikerne al fokus mod de boglige fag, mens bevægelsesfagene og de kreative fag ikke får megen opmærksomhed. Og i den politiske debat om det danske sundhedsvæsen er al fokus rettet imod debatten om behandling, mens forebyggelse får meget lidt opmærksomhed, sagde Kai Holm, og slog fast, at befolkningens fysiske tilstand ikke forbedres ved blot sætte gang i sundhedsforebyggende kampanjer. Der skal samfundsmæs-

sige strukturændringer til for at få fysisk aktivitet i danskernes hverdag.

### Idræt i folkeskolen styrkes

Kai Holm opfordrede derfor til, at idrætsfagets status i folkeskolen styrkes både kvalitativt og kvantitativt ved, at faget opkvalificeres og styrkes i timetal. Derved får eleverne sunde vaner og adfærd, bedre kropslig motorik og bedre fysisk form.

Samtidig skal en samlet landspolitik sikre, at myndigheder på alle niveauer tvinges til at tage højde for befolkningens fysiske udfoldelsesmuligheder, når kommune-, region- og landsplaner vedtages.

Kai Holm henviser bl.a. til, at professor Bengt Saltin fra Center for Muskelforskning har advaret mod den fysiske inaktivitet, der er farli-

gere for folkesundheden end både overvægt, tobaksrygning og alkoholindtagelse.

- Hellere tyk og i god form, end tynd og i dårlig form, er hans budskab. Et godt kondital er således den afgørende faktor for at få et langt og sundt liv og en ordentlig livskvalitet, sagde Kai Holm.

Fra DGI's formand Søren Møller, der talte på årsmødet som formand for Idrættens Fællesråd, var der en udstrakt hånd til DIF om at arbejde sammen om at forbedre folkesundheden.

- Foreningslivet er eksploderet i alle retninger, og at DIF bliver stærkere betyder også at DGI bliver stærkere, se blot på samarbejdet omkring badminton, hvor begge organisationer er i en "win - win situation", sagde Søren Møller.

- Det er de 3 idrætsorganisationers styrke, at de sammen kan fange trenden i idrættens verden og i samfundet. Folkesundhed handler ikke om medlemmer, og DGI er villige til at slække lidt på det hellige, hvis DIF slækker lidt på arrogancen, sagde DGI-formanden. ■

## Danmark værtskandidat for dopingkonference

DIF har lagt billet ind på at være vært for den næste store verdenskonference om doping, som skal afholdes i februar eller marts næste år. Det oplyste DIF's formand Kai Holm på DIF's årsmøde.

Hvem, der får værtskabet for konferencen, forventes at blive afgjort af det internationale antidopingagentur WADA inden for den næste måned. DIF kæmper om værtskabet med bl.a. USA's olympiske komité og Monaco.

Skulle Danmark få opgaven, vil der være tale om at huse den største idrætspolitiske begivenhed, der nogensinde har fundet sted i Danmark. Kulturminister Brian Mikkelsen tilkendegav på årsmødet, at han bakker ansøgningen om værtskabet op - både politisk og økonomisk, og at han forventede, at Danmarks kommende EU-formandskab ville forøge chancerne for at få konferencen til Danmark. ■

# Firma **idrætsfestival**

Tilmeldingsfrist 1. juni 2002



Årets firmabegivenhed

Spændende drop-in aktiviteter

Et væld af idrætsgrene

Nyd samværet  
med dine kolleger

Få indbydelsen tilsendt fra  
Dansk Firmaidrætsforbund

**KOLDING 6.-8. september 2002**



**firma**  
**idræts**  
festival



Dansk Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11 • 5800 Nyborg • tlf. 7010 1015  
fax 6530 1426 • [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk) • [festival@dfif.dk](mailto:festival@dfif.dk)

Firmaidræt – når der går sport i jobbet...



Vinderne af internetskydningen i DFIF fik overrakt deres præmier i f.m. årsmødet i riffel- og pistolskydning der blev afholdt på Ledernes UddannelsesCenter i Odense

TEKST & FOTO: JOHNNY WICHMANN



## Succes med skydning på nettet



Internetskydning er knaldgodt, siger tre af vinderne fra vinterens konkurrence i internetskydning. F.v. er det Ingolf Lorenzen fra Silkeborg, Jeanne Kirk og Irene Møller, begge fra ROFI

### Allerede i forsøgsåret deltog 1100 skytter i den første landsdækkende turnering i internetskydning.

Din konkurrent ligger et andet sted i Danmark og skyder, og stillingen downloades fra serveren på forbundskontoret.

Det er med sommerfugle i maven, man logger sig ind på stillingen hjemme på sin computer og med lettelse opdager, at man stadig holder sin fjerne, ukendte modstander under sig.

Over 1100 skytter har siden november deltaget i den første landsdækkende turnering i internetskydning, der har været åben både for medlemmer af DFIF og andre skytteforbund.

Tre af vinderne, Ingolf Lorentzen, Silkeborg, Irene Møller, ROFI og Jeanne Kirk, ROFI er helt enige:

- Det har været knaldgodt.

Spændingen bliver holdt ved lige, fordi der hver dag tikker nye resultater ind på DFIF's hjemmeside.

- Jeg har været inde flere gange om ugen for at se resultater, siger Irene Møller, der både skyder riffel og pistol.

Men det er en anden måde at konkurrere på. Væk er ham konkurrenten, du plejer at holde øje med. Væk er resultatavlen. Og væk er transporten til stævnerne. Man sparer tid og kørsel. Og man bestemmer selv, hvornår skydningen skal foregå.

Men det betyder ikke, at magien ved de traditionelle turneringer forsvinder. Det er vigtigt at få sat en menneskelig krop på det navn, der ånder en i nakken i stillingen på nettet.

- Når jeg er ude til turneringer, holder jeg da øje med dem, jeg har konkurreret imod på nettet, siger Irene Møller.

Et supplement

- Det her er et supplement til DM stævner, åbne stævner og kvalifikationsstævner. Men det er også noget, vi har lavet for at give lidt mere intern konkurrence i klubberne, siger styrelsesmedlem i DFIF, Kurt Petersen.

Mange steder har man oplevet, at

**Blandt deltagerne blev der hver måned trukket lod om et gavekort fra Hotel Nyborg Strand med et weekendophold. De heldige vindere er:**

**Nov. 2001.** Henrik Øland, Lellinge Skytteforening

**Dec. 2001.** Anker Madsen, ROFI

**Jan. 2002.** Ove Christensen, Herning Firma Idræt

**Feb. 2002.** Maybrith Jensen, Thisted Firma Sport

**Mar. 2002.** Niels E. Nørskov, Skive og Omegns Firmaidræt

internetskydningen har været det nye samlingspunkt i klubberne.

- Det er internetskydning, der er det nye samtaleemne i klubberne. Vi er begyndt at tage mere fat i hinanden, siger Irene Møller, og Ingolf Lorentzen, der er pistolskytte, er enig. Han tror, at flere vil hoppe på internetskydningen næste gang, og at der på sigt i klubberne vil blive arrangeret aftener, hvor der kun skydes internetskydning.

- Jeg tror, tilmeldingen eksploderer næste gang, siger Ingolf Lorentzen.

Helt så galt går det nok ikke. Der er plads til endnu flere. █

# Tilmeld dig Firmaidrætsfestival 2002 nu

Det er ved at være sidste chance, hvis du ønsker at deltage i Firmaidrætsfestivalen.

Sidste frist for tilmelding er den 1. juni 2002.

Om godt 3 måneder – den 6.-8. september – kan Dansk Firmaidrætsforbund og Kolding Firma-Sport byde velkommen til den første idrætsfestival i firmaidrættens historie. Det er billigt at være med – har man først betalt deltagergebyret, får man gratis adgang til en lang række spændende festivalaktiviteter.

## Festival for alle – også for konkurrenten

Firmaidrætsfestivalen vil i 3 dage være præget af spændende idrætsstævner, hyggeligt socialt samvær og pragtfulde oplevelser. Deltagerne vil uden tvivl få en masse gode minder med hjem i bagagen både sportsligt og socialt.

Firmaidrætsfestivalen er åben for alle. Det betyder, at man også kan deltage, hvis man f.eks. er udenfor arbejdsmarkedet eller er pensionist. Du må også gerne tage familien med, for festivalen tilbyder også spændende aktiviteter for hele familien. Også virksomheder der ikke er medlem af firmaidrætten kan deltage, så hvorfor ikke invitere "konkurrenten" med !

## Det er billigt at deltage

Firmaidrætsfestivalens deltagergebyr er **kun** 160 kr. Prisen inkluderer både den aktivitet I tilmelder jer samt alle åbne tilbud og "drop-in" aktiviteter.

## Et seværdigt åbningsarrangement

I forbindelse med åbningen af Firmaidrætsfestivalen har man endvidere mulighed for **gratis** at overvære dragedans, dragebådsshow på Slotssøen samt en koncert med et godt dansk musiknavn. Fredagens aftenfest med musik og dans i det store festtelt er ligeledes med i prisen ligesom "lakskoaktiviteterne" lige før og under aftenfesten lørdag ikke koster noget. Med "lakskoaktiviteter" menes små sjove konkurrencer i en nærliggende hal, hvor man har mulighed for at udfordre sin chef, sine kolleger eller andre, som har lyst til at tage udfordringen op. Konkurrencerne giver ikke sved på panden, men stiller store krav til balance, koordination og behændighed. ■

*Vi kan ikke love at du vinder, men vi kan garantere, at du får en masse gode minder med hjem i bagagen – både sportsligt og socialt – hvis du tilmelder dig og dine kolleger til Firmaidrætsfestivalen i Kolding til september*



## TILMELDING

Tilmelding foretages på Dansk Firmaidrætsforbunds hjemmeside [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk) eller ved at udfylde blanketten bagest i festivalindbydelserne.

Hvis tilmelding sker på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk), foretages beregningerne automatisk, og du deltager i lodtrækningen om 6 flasker god rødvin. Har du behov for yderligere information, så ring til festival hotline på 7010 1015.

NB: Du kan tilmelde dig og dine kolleger løbende på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk)

Det er først når du vælger at færdigmelde tilmeldingen, at den binder.

Vi glæder os til at se jer til Firmaidrætsfestival d. 6.-8. september i Kolding!

# 3 dages idrætsfest i Kolding

Forkæl medarbejderne og gå ikke glib af årets store firmaidrætsbegivenhed.

I 3 dage fra den 6.-8. sept. vil 5000 forventningsfulde idrætsudøvere indtage Kolding by til en weekend præget af spændende idrætsstævner, hyggeligt socialt samvær og pragtfulde oplevelser.

Festivalens sportslige omdrejningspunkt er DM stævner i firmaidræt i 8 idrætsgrene, og åbne stævner i 14 idrætsgrene. Udover det, kan du deltage i sjove alternative idrætsaktiviteter, ligesom festivalen byder på en mangfoldighed af kulturelle tilbud i Kolding og omegn.

Festivalen åbnes officielt fredag aften med en stor dragebådsregatta på Slotssøen. Alle firmaer i Kolding og omegn er inviteret til at stille hold, og det er helt sikkert, at de mange deltagere og tilskuere vil give festivalen en flyvende start.

## SE MERE OM FESTIVALEN PÅ [WWW.DFIF.DK](http://WWW.DFIF.DK)

Tilmeld jer på [www.dfif.dk](http://www.dfif.dk), eller via den tidligere fremsendte festivalindbydelse. Ring til DFIFs festival hotline på tlf. 7010 1015, hvis I har spørgsmål, eller få festivalindbydelsen inklusiv tilmeldingsblanket tilsendt.

Deltagerne vil kunne vælge og vrage imellem mange forskellige spændende aktivitets-tilbud, lige fra rapelling og friluftsktivityter over lystfiskeri, til de traditionelle idrætsgrene som fodbold, badminton og håndbold.

### Åbne stævner

Alle kan være med i de åbne stævner uanset medlemskab af Dansk Firmaidrætsforbund. Det er stævneaktiviteter der tilbydes hold, par og deltagere fra lokale firmaidrætsforeninger, firmaer og virksomheder.

Når man deltager i et åbent stævne, kan man selvfølgelig også benytte de mange andre tilbud og "drop in" aktiviteter som festivalen byder på.

Og det koster kun kr. 160 pr. person og deltagergebyret inkluderer både den aktivitet

Personalecheferne i 7.700 virksomheder har modtaget et postkort med opfordring til at forkæle medarbejderne med 3 dages idrætsfest i Kolding

I tilmelder jer samt alle åbne tilbud og drop-in aktiviteter. Fredagens aftenfest er ligeledes med i prisen.

### Fest fredag og lørdag aften

Firmaidrætten handler også om hygge og samvær, og derfor bliver der naturligvis arrangeret aftenfest både fredag og lørdag aften, når sportstøjet bliver skiftet ud med slips og dansesko. Det festlige højdepunkt vil være lørdag aften, hvor op til 4000 deltagere kan spise, danse og hygge sig i et stort centertelt med tilhørende annekstelte, hvor der vil være musik for enhver smag. Musikken i det store centertelt leveres af det kendte Koldingorkester Schmidt & Co, der har ord for at kunne få folk i godt humør og ud på dansesgulvet.

Når festpladsen lukker står nattelivet i Kolding City parat til at tage imod de festivaldeltagere, der har lyst til at opleve stemningen i Kolding by night.

Firmaidræt – når der går sport i jobbet... |



*Danske Bank mod Danske Bank i finalen i seniorrækken. Forrest f.v. er det Mogens Sørensen, Marianne Madsen og Karina Lindhardt, og bagerst f.v. er det Dan Christiansen, Flemming Holscher og John Henriksen.*

## Overraskende vinder

### 75 års jubilæum i KFIU med kæmpe-stævne i 15 idrætsgrene og fest for 1200 medlemmer i Valby Hallen

“Husk nu at stoppe den ved nettet, og lad vær’ med at spille den ned til Flemming!” Marianne fra Danske Bank får gode råd mellem 1. og 2. sæt af kollegaen Mogens, der spændt følger den første mixeddouble i finalen i KFIU’s jubilæumsturnering i badminton.

Den første kamp i finalen, herredoubten, blev lidt overraskende vundet af Flemming og John, der slog Mogens og Dan i 3 sæt, 17/16, 1/15, 15/7.

- Det er ikke så tit det sker, men jeg synes vi fik spillet dem helt rigtigt i 3. sæt, siger John, da han puster ud på bænken. Imens skal makkeren Flemming i gang med mixed-double sammen med Karina.

Modstanderne er Dan og Marianne, og John er ikke meget for at spå om kampens resultat.

- De plejer ikke at møde hinanden til træning, så jeg ved ikke hvordan det går. Jeg tror, det bliver svært, siger John, der får ret i sin spådom.

Dan og Marianne vinder relativt sikkert i to sæt med 15/8, 15/13. Kun i 2. sæt var der lidt tvivl, da Flemming og Karina kommer foran 13/11, men i sin iver kikser Karina et par bolde ved nettet, og så er der pludselig udlignet til 1-1 i holdkampen.

#### Spændende 3-sætter

Stævnet blev afviklet i den flotte gamle KFIU Hal, der med 4 rene badmintonbaner byder spillerne på perfekte forhold. De godt 20 hold i senior- og veteranrækken, skulle spille over 25 holdkampe før end vinderne var fundet.

Med stillingen 1-1- skal afgørelsen falde i den anden

mixeddouble, hvor pigerne får nye makkerer. Marianne får den rutinerede Mogens, og på den anden side af nettet spiller Karina sammen med John.

I det opgør trækker Karina og John det længste strå i en spændende 3-sætter. Marianne og Mogens er favoritter, men kan ikke få spillet til at køre, og taber med 17/15, 8/15, 15/10.

- Vi plejer godt nok at vinde, men i dag lykkedes det ikke rigtigt. Jeg tror også, at det er første gang at Mogens og Dan taber en kamp i år, men engang skal jo være den første, og jeg synes Karina, Flemming og John gjorde det godt i finalen, konstaterer Marianne, da hun puster ud efter mix’en.

- Nu mangler vi blot aftenfesten. Det bliver ligeså sjovt, siger hun.

#### Mange badmintonspillere

Badminton er en populær idrætsgren i Danske Bank, der har 11 hold med i holdturneringen i KFIU. Det er Marianne der til daglig holder styr på ca. 170 badmintonspillere, og sørger for at de rigtige spillere deltager på de rette hold. Marianne sørger også for planlægningen af træningsaftenerne i KFIU-hallen, hvor bankfolkene lægger beslag på 3 timer hver onsdag aften. Derudover spiller bankfolkene også i Hermes-hallen, i KB-hallen og i Grøndal Centret.

- Der er stadigvæk mange der spiller badminton i Danske Bank, men tallet er for nedadgående. Det skyldes at der er mange andre tilbud om motion i dag. Vi har f.eks. dykning, golf og gokart på programmet, og særlig golf har “stjålet” mange medlemmer, fortæller Marianne. █

# Bidt af bridge

Vi er faktisk noget overraskede over så mange spillere der har tilmeldt sig, siger formanden for bridge-spillerne i KFIU, Thomas Andgren.

- Vi havde regnet med 24 par, men der er tilmeldt 36, så vi må sidde lidt klemt. Vi kan ikke være flere i lokalet.

Ifølge Thomas Andgren rammer bridgesporten lige i plet i firmaidrættens ånd. Det er udfordrende og spændende, og så er der en masse hygge og socialt samvær ved bridgetævnerne.

- Det kræver faktisk også en god kondi. Det kan være svært at holde koncentrationen, når du skal spille en hel dag. I de store turne-

ringer spiller de flere dage, så hvis du er i god form, så har du lettere ved at være koncentreret, siger Thomas Andgren.

- Du har nemt ved at blive bidt af bridge hvis du først prøver det, siger Anne Jarling, der ved stævnet danner makkerpar med Susan Just Olesen. De har ikke spillet sammen før, og det kostede et par placeringer i tabellen. Anne og Susan sluttede på en 6. plads ved bridgetspillerens jubilæumsstævne.

Anne Jarling har spillet i 12-13 år, og det var via arbejdspladsen, at hun stiftede bekendtskab med bridgesporten.

- Det var en af mine kolleger der tog mig med til en brigdeaften, og

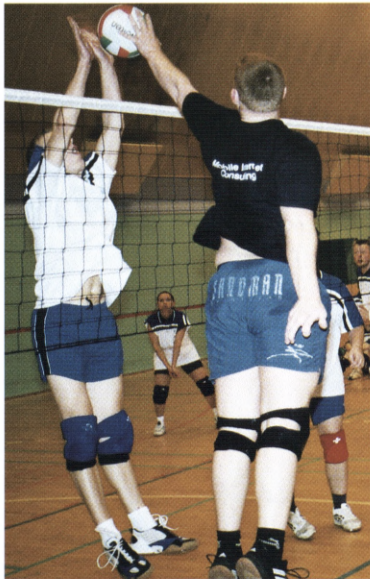
så var jeg solgt. Det er en anden måde at bruge hovedet på, og så er det et meget socialt spil, hvor det også handler om at kunne samarbejde, siger Anne, der spiller i bridgeklub en gang om ugen.



Anne Jarling (tv) og makkeren Susan Just Olesen vandt de 3 spil mod Susanne Pedersen (th) og Jette Krausøe. De 72 bridge-spillere måtte sidde lidt klemt.

## Superfint volleystævne

Finalen i mixvolleyball blev vundet af Ericsson med 25/19, 25/20 over Mærsk Data



**1 - 2 - 3 whisky. 1 - 2 - 3 vodka.** Det er svært at sige hvilket kampråb der er bedst. Whisky eller vodka. Ved KFIU's jubilæumsstævne i volleyball var det whiskyen der vandt. Ericsson brugte whiskyen, og Mærsk Data brugte vodkaen.

Kampråbet er en vigtig del af volleyballspillet, og det er ikke blevet mindre vigtigt af, at der nu spilles med "running score". D.v.s. at der scores point på hver bold, og så er det vigtigt at alle 6 spillere er oppe på mærkerne hele tiden. Ikke noget med at stå og sove lidt over i et hjørne. Det kan koste 4-5 point inden man ser sig om.

Ericsson stillede med 3 hold, så i finalen mod Mærsk Data var der masser af tilskuere og opbakning til tele-folkene, og det skabte en flot kulisse for den velspillede kamp.

- Det har været et superfint stævne. Niveauet har været rigtig fint, så vi har fået nogle gode kam-

pe. Det kan ellers nok knibe lidt i den almindelige turnering, siger Ingrid fra Ericsson's finalehold. Hun vil helst ikke udtale sig om chancerne for sejr i finalen.

- Mærsk Data plejer at være rigtig skrappe, og der har været flere gode hold med, så det er ikke sikkert at vi kan vinde finalen.

Det gik dog for Ericsson-folkene. Finalen blev vundet med 25/19, 25/20, hvor Ericsson lige netop havde det ekstra der skulle til for at hive sejren i hus.

- Det var fedt - nu skal vi til aftenfest og fejre sejren, sagde volleyballspillerne fra Ericsson.

Stævnet blev afviklet i Sundby Hallen 1 plus 2. Der var tilmeldt 17 hold fra 12 forskellige klubber: Codan, Danske Bank, Ericsson, GN Nettest, GN Resound, KPMG, Krumsping, Mærsk, NIF, Nordea, Novo og Pen-Sam.

### 1200 TIL AFTENFEST

Med 1200 deltagere til aftenfesten, oversteg det langt hvad man havde forventet.

- Vi havde regnet med at kunne være i foyeen i Valby Hallen, men det måtte vi hurtigt droppe. Jeg har altid drømt om at arrangere et stort idrætsstævne med en kæmpe aftenfest. Den drøm er nu gået i opfyldelse, sagde formanden for KFIU, Josef Jezewski, da Firmaidræt mødte ham lørdag aften.

# Vandgang for krop og sjæl

**Motion og samvær betyder meget for de 34 deltagere på Firma Sport Sorø's vandgymnastikhold.**

*Det vil vi ikke undvære! 12 deltagere har været med til vandgymnastikken i Firma Sport Sorø i 10 år*

”Så skal vi have lidt løb igen! Husk nu at benene skal højt op! Armene op over hovedet, og sving dem fra side til side”

Det er tirsdag aften, og instruktør Bettina A'Brunni er i gang med opvarmningen til den ugentlige time i vandgymnastik i Sorø Helse og Svømmebad. Bettina dirigerer rutineret og myndigt de 34 deltagere rundt i det 32 grader varme vand i bassinet.

”Nu skal I lave hop på stedet, frem og tilbage og fra side til side, og så skal vi have lidt twist”, siger Bettina fra bassinkanten, og hendes to medinstruktører, Hanne Pedersen og Henrik Lunddahl, går rundt langs bassinet og holder øje med, at deltagerne laver øvelserne korrekt.

Et par stykker af deltagerne klager lidt for sjov: ”Uha – hun forlanger så meget i dag. Er det mon fordi pressen er her”? Man skulle ikke tro, at hun skal føde i morgen”!

Deltagerne er en blandet flok i alderen fra knap 40 til 75 år, med de små skavanker som alderen nu engang giver. Dårlige rygge, forskellige gigttilfælde, stive led og ømme muskler.

*Der bliver brugt forskellige redskaber til vandgymnastikken.*



Stemningen er afslappet, humøret er højt, og man driller hinanden lidt. Deltagerne kender hinanden godt. 12 af deltagerne på vandgymnastikholdet har netop modtaget Firma Sport Sorø's 10 års nål som medlem af vandgymnastikken.

## Godt for de stive led

- Vores vandgymnastik er en blanding af opvarmning, styrke-, smidigheds- og udspændingsøvelser. Det varme vand er godt for de stive led og muskler. Vandet yder modstand, men giver også opdrift, så folk bedre kan lave øvelserne, siger Bettina, der har undervist i vandgymnastik i Firma Sport Sorø i 10 år.

Nu tager hun en pause. Barn nummer to er på vej, og denne aften er den sidste. Bettina skal føde om to uger.

Deltagerne bliver beordret ind til bassinkanten, og der bliver delt orange ringe ud. Nu skal der laves

styrketræningsøvelser for ryggen og benene. Man holder fast i kanten, og cykler med benene i vandet: ”Først til højre, og så til venstre. Lidt mere tempo. I skal strække benene og sprede og samle dem under vandet”, kommanderer Bettina.

Medinstruktørerne Hanne og Henrik startede som deltagere, men er nu sprunget op på bassinkanten. Instruktørerne er frivillige og ulønnede, så det er lysten til at gøre noget for andre, der er drivkraften.

- Det er rart at være 3 instruktører når holdet er så stort. Med 34 deltagere i bassinet kan det godt være svært at holde øje med alle, siger Hanne, der har været med i 6 år.

## I stedet for fysioterapi

Sorø Helse og Svømmebad er privatejet, og der er ingen kommunale tilskud til vandgymnastikken i Firma Sport Sorø. Derfor er det ikke helt billigt at deltage. Vandgymna-

stikholdet samles 34 gange på en sæson, og det koster 45 kr. pr. gang, men de penge er givet godt ud, siger deltagerne.

- Det er i stedet for at gå til fysioterapeut. Det er godt for både krop og sjæl, siger Jens, Anni og Rie, der har gået til vandgymnastik i alle 10 år.

- Det er simpelthen noget vi skal gå til! Det varme vand er godt for musklerne, og det er med til at holde os i gang. Og så er det sociale samvær også vigtigt. Vi glæder os til den ugentlige time, hvor snakken går, og vi hører om hvordan det går de andre.

Efter 40 min. gymnastik kan man frit vælge om man vil svømme nogle baner, gå en tur i saunaen, eller lave flere øvelser i bassinet. ■



Armene op over hovedet, og sving dem fra side til side

Gymnastik i det varme vand er godt for stive led og ømme muskler, siger Bettina A'Brunni. I baggrunden medinstruktør Hanne Pedersen.



Så behøver du ikke ha' andet på!

København	fm 91.8	Alltidshits
Østjylland	fm 98.3	
Fyn	fm 101.2 & 106.7	
Nordjylland	fm 105.8	
TDC Kabel TV	fm 102.0 & 105.7	



# Nyt uddannelseskatalog på gaden

Nyt uddannelseskatalog med kurser i firmaidrætten for efteråret 2002 og foråret 2003 har aldrig været større.

**Firmaidrætten** springer atter engang ud med en masse nye kurser, og med dette nummer af Firmaidræt følger også DFIFs nye 32 sider store uddannelseskatalog, der er sprængfyldt med spændende kursustilbud i sundhed, sport og efteruddannelse for ledere.

## Lev sundt, ikke kedeligt!

Et af de nye tilbud er en landsdækkende kostturne – Lev sundt, ikke kedeligt! - der afvikles i samarbejde med en lang række af DFIFs foreninger landet over. Med start i Sæby den 26. sept. bevæger kostturneen sig i løbet af vinteren ned igennem Jylland med stop i Ålborg,

Ringkøbing, Århus, Vamdrup og Sønderborg, over fynske Nyborg og til Ringsted og København for at slutte i Hillerød den 3. april 2003. Fælles for alle aftener er, at kurset afvikles på torsdage fra kl. 19.00 – 21.30.

## Fra idé til virkelighed

Et andet spændende tilbud er en aften med Flemming Darre, der er idémand til bl.a. TV's "Livet er fedt", Ebeltoft Sportscollege og Ebeltoft Kurcenter. Kurset hedder fra "Idé til virkelighed", og afvikles på aftener fra 19.00 – 22.00 i samarbejde med DFIFs foreninger i Roskilde, Kolding, Randers og KFIU i Valby.



Her vil Flemming Darre fortælle om hvor de gode ideer kommer fra, hvordan man kan bruge PR (Public relations) som løftestang, hvad der skaber motivation til igangsætning, og om hvordan man får solgt ideen til myndigheder, organisationer og investorer.

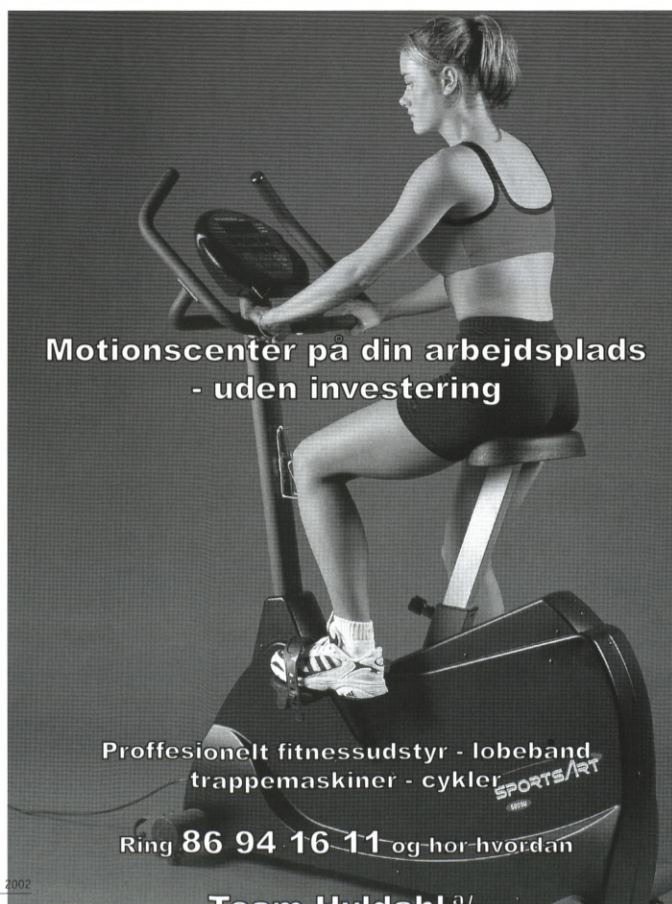
## Stress som positivt værktøj

Uddannelseskataloget er opdelt i sports-, sundheds- og lederkurser, og her er et udpluk af de kurser, firmaidrætten tilbyder i den kommende sæson:

Spinning- og Aerobic kurser. Fitness- og motionscenter uddannelser. Aerobic-træf. Rygtræningskurser og Sundhedsweekend. Lederne kan få masser af efteruddannelseskurser, Edb-kurser, kurser i digitalt bladproduktion og billedbehandling, og instruktøruddannelse i bowling, pistol, petanque samt kajakkurser og friluftsliv.

Hvis der allerede er en af dine kolleger der har snuppet det nye uddannelseskatalog fra DFIF, så kan du få et nyt tilsendt kvit og frit. Du skal blot ringe til uddannelseskonsulent Jane Have Andersen på tlf. 6531 6560, eller send hende en mail på [jha@dfif.dk](mailto:jha@dfif.dk)

God fornøjelse! █



Motionscenter på din arbejdsplads  
- uden investering

Professionelt fitnessudstyr - løbeband  
trappemaskiner - cykler

Ring 86 94 16 11 og hør hvordan

Team Hyldahl a/s



# Havkajak — oplev Ærø og havet

Ærø og havet. Aktivitetsture i sommeren for seniorer i DFIF, DAI og FMI



Havkajak, cykling og vandreture på Ærø. Nyt tilbud til alle seniorer i firmaidrætten, DAI og FMI

Alle seniorer i DFIF (Dansk Firmaidrætsforbund), DAI (Dansk Arbejder Idrætsforbund) og FMI (Foreningen til fremme af Motion og Idræt i dagtimerne) får nu chancen for at opleve Ærø både på land og fra havsiden.

De tre organisationer har indgået et samarbejde med Havkajak Center Marstal (HCM), der gennem 4 uger i sommeren 2002 kan tilbyde alle seniorer et ophold af 6 dages varighed. Den primære idrætsgren bliver havkajakroning, der skal indlæres og dyrkes, men programmet for de 6 dage indeholder også andre idrætsgrene, som f.eks. cykling og vandreture på øen. Prisen for 6 døgn's ophold med fuld forplejning med ankomst kl. 15 lørdag og afrejse torsdag kl. 14 er pr. person 2.700 kr.

Herudover er der i 6-døgn's programmet indbygget kulturelle og

historiske oplevelser, med besøg i Marstal Kirke, hvor provst Anders Hauge vil fortælle om kirken og søfarten og Marstal Søfartsmuseum med foredrag af museumsinspektør Erik B. Kromann, der vil fortælle om Marstal og søfarten. Programmet byder også på naturvandring med naturvejleder Dion Abrahamson, samt på byvandring i Marstal og Ærø.

Selvom den primære del vil handle om indlæring af havkajakroning, kan programmet fraviges, således at opholdet på Ærø også kan tiltrække seniorer som ønsker andre oplevelser på øen, oplyser formanden for HCM, Peter Lund, der ser samarbejdet med organisationerne som et vigtigt skridt i retning af at skabe fuldtidsbeskæftigelse til instruktørerne på HCM. (Se også artiklen side 23 i dette nr. af Firmaidræt).

## Aktivitetstur for seniorer uge 23, 24, 34 og 35

**Fravalg af havkajakroning:** Turen er opbygget således, at man kan fravælge havkajakroningen med cykling/vandring

**Prisen for 6 døgn** med fuld forplejning er 2700 kr. **Indkvartering** i 4 pers. køjerum i kajakcentret/vandrehjem eller i 2 pers. Værelse i skipperhus eller Hotel Marstal

### Tillæg/Rabat

Tillæg: Hotel Marstal pr. værelse enk/dobb. Kr. 900.

Rabat: med bringer du egen cykel – kr. 200 pr. person.

Medbringer du egen havkajak – kr. 600 pr. person.

### Opholdsprisen inkludere:

Havkajakinstruktion (2 instruktører til rådighed)  
Fuldt udstyret havkajak/cykel til rådighed under hele opholdet

Adgang til Marstal Søfartsmuseum

Div. guidede rundvisninger

Naturvejlederture

Adgang til Havkajakcentrets joller/både

### Forplejning

Fælles morgenmad i Havkajakcentret  
Selvsmurt madpakke

Aftensmad. To retter på Hotel Marstal (Tirsdag aften buffet)

Alle drikkevarer, med undtagelse af daglig kaffe/te i kajakcentret og på ture, betales særskilt

### Øvrige friluftaktiviteter

Der vil være mulighed for div. friluftaktiviteter:

Naturgolf

Petanque

Bueskydning

Beachvolley

Øksekast m.m.

Yderlige oplysninger hos: Aktivitetskonsulent Jan Knudsen, DFIF, tlf. 65 31 65 60.

# Til lands og til vands i Rønbjerg

**Rekordtræf. Det 12. FMI-træf blev på flere måder rekordernes træf med 850 deltagere der frit kunne vælge imellem 27 aktiviteter.**



Øksekast på Robin Hood-banen

Med omkring 850 deltagere fra hele landet slog årets FMI-træf alle tidligere rekorder. Og dette, det 12. i rækken af træf, var da også på andre måder specielt. I stedet for, som vanligt, at være i en by, var vi denne gang på feriecenteret DanParcs i Rønbjerg, som til daglig er hjemmebane for "Ældreidræt uden alder" i Løgstør. Det betød en sjælden chance for deltagerne at have alt samlet ét sted, både overnatning og aktiviteter.



I vandet. Aktiviteterne i badelandet trak mange deltagere

På mountainbike. Deltagerne fik testet grænserne på mountainbike i det flotte landskab omkring feriecenteret DanParcs i Rønbjerg



## 27 forskellige aktiviteter

Og Rønbjerg giver virkelig mulighed for at få prøvet aktiviteter af. Ikke færre end 27 forskellige valgmuligheder var der, fra gymnastik over bowling til rally-cart og luftgevær – med andre ord – noget for enhver smag. Og i tilgift til dette var der som sædvanlig forskellige udflugter, hvor gåturen på "Limfjordens Perle", Livø, tiltrak sig mest opmærksomhed, med over 650 deltagere i alt.

## Friluftsdag hittede

Et andet hit var et nyt tiltag blandt aktiviteterne, nemlig en friluftsdag i naturen, hvor knap 80 deltagere var i gang fra kl. 9.00 til 15.30 med forskellige aktiviteter i området omkring centeret, læs mere om dette i artiklen på den næste side i bladet. FMI har i de senere år satset meget på netop friluftsktivering, og det er godt at se, at vores satsning på friluftsområdet tilsyneladende er ved at give bonus. Blandingen af hygge, aktiviteter, festaften og udflugter er tilsyneladende kommet for at blive, alt tyder på at deltagerne, hvoraf der var en del nye i år, har det godt med netop denne "cocktail". Dog er det værd at bemærke, at FMI ikke har intentioner om at øge antallet af udflugter på bekostning af aktiviteterne. Vi er og bliver et idrætsforbund, og vil til næste år i Svendborg bestrebe os på at lave et mindst ligeså godt udbud af aktiviteter. Svendborg vil give fantastiske muligheder for at følge friluftsdelen op, især til vands og til lands – men måske også i luften! █

# Seniorer i fri dressur

**Friluftsliv er en aktivitet for alle året rundt uanset alder, køn og evner.**

Friluftsliv er en aktivitet for alle året rundt. Det blev slået fast, da 68 seniorer fik afprøvet grænser ved FMI-træffet i Rønbjerg. Instruktørerne Margit Juul Larsen og Tonny Hoberg fra DAI samt Jan Knudsen fra DFIF, sørgede for en dag i naturen med både individuelle og holdmæssige udfordringer. Dagen startede kl. 9.00 med samlet afgang til boldbanen, hvor et par fællesaktiviteter "brød isen", da alle kom fra forskellige foreninger. Efter fællesaktiviteterne blev seniorerne inddelt i 2 grupper, som på skift spillede Kanga på boldbanen og lavede en samarbejdsopgave ved søen. Trods lidt bidende vind fik alle varmet lemmerne og hovedet godt op.

For at få varmen igen marcherede vi fra boldbanen (militaristisk med taktmarch, appel og sang) til havnen, hvor seniorerne nu blev inddelt i et grønt, gult, rødt og blåt hold. Der blev lavet hovedbeklædning, holdnavn og kampbråb.

På stranden blev der med stor

ihærdighed bygget landkort og udvekslet historier om fødeegne, nuværende bopæl, flytteri undervejs i livet mm.

Videre gik det indtil vi var på et engstykke, hvor vi lavede forskellige samarbejdslege, som blev udført med stort engagement og vinderinstinkt. Her gjaldede kampbråbene gang på gang, da det var masser af smålege, som blev gennemprøvet.

## Troen på sig selv

Nu ventede den ultimative individuelle udfordring. En 45 m høj og særdeles stejl bakke skulle forceres alene og ved hjælp af et tov. At kun 10 valgte at gå uden om er stadig en gåde for instruktørerne.

60 seniorer med den ældste på 74 år forcerede denne bakke med opbydelsen af alle kræfter, kondi og troen på sig selv, hvilket på toppen og under picnichen tydeligt havde sat sine spor, da alle var blevet noget »høj« af denne oplevelse. Godt gået til alle!

En velfortjent frokost blev ind-

*I minefeltet. Der skal arbejdes sammen i gruppen hvis du skal frelst igennem minefeltet*



taget inden næste sæt af oplevelser og anstrengelser ventede, nemlig friluftaktiviteter i form af en Robin Hood-bane, MTB-cykling og samarbejdsopgaver som minefelt og sangskrivning.

Alle gik på med krum hals og kastede sig ud i disse for mange nye aktiviteter. Peptalks, kampbråb og instruktører der af og til måtte kaste sig i skjul, da konkurrenceinstinktet klart overskred fornuften, når der blev angrebet i svingene på MTB-cyklerne eller øksen skulle af sted hurtigere end instruktøren var kommet i dækning.

Afslutningsvis blev der sunget 9 sange (på samme melodi) med forskelligt indhold, men som alle gav os små vink om hvad der havde sat sine spor og indtryk fra denne dag.

Fra instruktørerne skal der lyde en stor tak for det store engagement og gå-på-mod samt ikke mindst for den store imødekommenthed over disse for mange underlige aktiviteter kaldet FRILUFTSLIV.

Friluftaktiviteterne har endnu en gang bevist sin berettigelse og styrke med de alsidige muligheder der ligger i naturen. █



*Idræt i naturen. Kanga er et cricket-lignende spil med regler der ligner rundbold*

# Jagten på nye ledere

**Debat:** Er en stiv organisationsstruktur årsagen til manglen på nye frivillige ledere i forbundet? Er tiden inde for en ny struktur, spørger formanden for DFIFs Aktivitetsudvalg i dette debatindlæg.

Torsdagen før formandsmødet den 20.-21. april, havde jeg fornøjelsen af at besøge Gerlev Idrætshøjskole, hvor jeg var inviteret ud for at fortælle de unge højskoleelever om alle Firmaidrættens fortræffeligheder.

Efter sådan ca. en times foredrag om de mange spændende tilbud som firmaidrætten har, og hvilke mange gode og sjove oplevelser jeg har haft som frivillig leder i AU (Aktivitetsudvalget), ja, så kom det til en lille snak om hvordan de unge kunne tænke sig at "overtage butikken" når det nu blev deres tur til at blive frivillig leder.

Dyb tavshed. Aldrig er en bordplade blevet udforsket så meget som da dette spørgsmål blev stillet. Egentlig fik jeg ikke noget konkret svar, men af almindelig høflighed,

kom der en pæn tilkendegivelse om, at de nok skulle tage over en gang – "og så ringede det ud".

## Sølvbryllup med forbundet

Denne oplevelse, plus den nærmest håbløse given op, som kom frem på formandsmødet over den evige frustration over manglen på frivillige ledere, sammenholdt med, at når man sidder bagest i auditoriet på Hotel Nyborg Strand og skuer ud over en temmelig grånende hårbag – hvis der da ellers er hår tilbage – som sidder på rækkerne foran mig, får mig til at komme med dette lille indlæg.

For ganske rigtigt. Der er ikke den store udskiftning af ledere i DFIF. Mange kan fejre "sølvbryllup" med forbundet. Ja, der er sågar



Så behøver du ikke ha' andet på!

København	fm 91.8
Østjylland	fm 98.3
Fyn	fm 101.2 & 106.7
Nordjylland	fm 105.8
TDC Kabel TV	fm 102.0 & 105.7

Alle tiders hits



## En leder opstår kun, når der allerede findes et følge.

Ludvig Marcuse

## Leder er den, der forstår at gøre sig selv overflødig.

Gerhard Schwarz

nogle som kan fejre "guldbryllup". Og det er jo godt – eller er det? – at gennemsnitsalderen for frivillige ledere stiger.

Vi skal dog ikke lade os gribe af panik når snakken kommer på manglen af frivillige ledere, men vi skal prøve at gøre noget ved problemet.

Og hvad er det så lige for et problem? I en kulturundersøgelse for DIF fra 1996, "Kærlighed og Konsensus" af Jan Molin, er der i et afsnit, hvori han beskriver problemet om manglen på frivillige ledere.

I overskriften af afsnittet står der, om idrættens organisering og hundrede års efterlysning af flere frivillige ledere.

Allerede her går han i rette med "vort problem". Vel vidende, at undersøgelsen er foretaget for DIF, er der en mængde udsagn i undersøgelsen, som er samstemmende med netop det, som vi også bør have som fremtidig debatteme.

Her er et par korte udpluk fra afsnittet:

I og med at idrættens organisationer udtrykker et funktions- og nyttebetonet fællesskab, er der et stigende behov for at omforme de demokratiske strukturer til deltagelses strukturer, hvor der er en mere klar og oplevet sammenhæng mellem den symbolske tilstedeværelse og den faktiske adfærd. Demokrati- et, således som det i dag reprodu- ceres i mange udvalg og bestyrel- ser, på generalforsamlinger og re- præsentantskabsmøder, opleves i stigende omfang som et tidsrøven- de, fordyrende indholdsløst ritual.

Det er ganske uholdbart på lang sigt.

....

*Idrættens verden genlyder af det permanente ekko efter råbet om at få flere frivillige ledere. Sådan har det været så længe alle kan huske, og hvis ikke deltagelsesformerne og de formelle organisatoriske strukturer revitaliseres, må man såmænd nok forestille sig, at råbet vil lyde igen og igen.*

....

*Undersøgelsesresultaterne beskriver med al ønskelig tydelighed, hvorledes ledelsesopgaverne varetages af personer, der har "tjent" trofast og længe, og som ikke sådan lader sig "vælte eller flytte".*

Barske udsagn i et spirende forår, men ikke desto mindre nogle udsagn, som måske bør tages op til debat. (For øvrigt vil jeg anbefale at læse undersøgelsen, den er god at kloges af).

Det er nu et kvart århundrede siden, at DFIF sidst fik en ny organisationsstruktur. Den gang var den tidssvarende. Er det ved at være tid for en ny opbygning af forbundet? Eller skal vi fortsætte som det hidtil kendte og trygge.

I dag ser vi nogle tendenser som må give grund til overvejelse. Hvordan passer det det meget om- diskuterede VT/Motion på danske arbejdspladser ind i organisationen? De fleste vil sige – måske af frygt – at det ikke passer ind i vores verden, da det stjæler medlem- mer fra foreningen. Men hvorfor? Vi havde debatten om medlemsregi- strering på formandsmødet. Hvor-

dan registrerer vi alle de motions- aktive "medlemmer" som efterhån- den deltager i motionskampagner- ne? Se blot på "Vi cykler til arbej- de" med ca. 108.000 deltagere, el- ler hvad med "Tour de Pedal" med ca. 45.000 deltagere.

### Ny organisationsstruktur

Når jeg spørger eleverne på idræts- højskolen om de vil tage over, og ser deres vigende blikke, ja, så spørger jeg mig selv, om det måske er noget fra de før citerede udsagn af Jan Molin, som vil være relevant at debattere. Eller er det en hel anden vej vi skal i forbundet frem- over? For det er ganske vist – der er mangel på frivillige ledere med den organisationsstruktur som vi har i dag i DFIF.

Det her handler ikke om, at nogle vejes for lette og nogle er for tunge og skal "ud". Det handler om, at sjælen også er med. Der er fore- taget et hav af undersøgelser som påviser at menneskers ængstelse for forandring påvirker deres hand- linger. Forandringer ses ofte som et tab. Når gamle vaner brydes, forrin- ges mentale præstationer. Og vi sætter barrikader op for forandring. Ofte barrikader som gør os blinde. Blinde og bange for fremtiden. Det hidtil kendte er trygt og godt – så lad os beholde det. Men vi lever i en verden som er under konstant forandring, og dermed befinder vi os i et stadigt pres, hvorfor vi ikke kan undgå forandringer.

I øvrigt – tak for et godt for- mandsmøde. Det var bare det jeg ville sige... ■

# Arbejdsglæde og firmaidræt

**Idræt og motion på arbejdspladsen skaber gode relationer mellem de ansatte, bekæmper den farlige fysiske inaktivitet og er et godt afsæt for bedre trivsel både hjemme, i fritiden og på arbejdspladsen.**

“Firmaidræt er noget af det allerbedste man har, og firmaidræt og arbejdsglæde går hånd i hånd,” sagde chefredaktør Karsten Madsen, Berlingske Tidende, da han bød velkommen til et seminar for godt 100 Human Ressource (HR) personer fra et halvt hundrede danske virksomheder, der ville høre mere om hvad man kan bruge firmaidræt og motion på arbejdspladsen til.

Seminaret blev afholdt i Berlingskes Konferencsal i Pilestræde, og baggrunden var, at Berlingske Tidende vil sætte fokus på motion og trivsel på arbejdspladsen. Samtidig er Berlingske Tidende i færd



- Det er lige så farligt at være inaktiv som at ryge, sagde professor Bengt Saltin fra Center for muskelforskning.

med at relancere motionscykelløbet Sjælsø Rundt, og det bliver bl.a. gjort ved at alliere sig med forskellige samarbejdspartnere, heriblandt DFIF, indenfor motion og idræt, trivsel og virksomhedskultur.

## Gode sociale relationer

Aktivitetskonsulent Bo Isaksen kom med et oplæg om hvad DFIF konkret kan tilbyde virksomheder der vil i gang med firmaidræt og motion på arbejdspladsen. Fra firmaet Telia fortalte personalechef Allan Groth og Peter Haahr, der er formand for Sport og Fritid, om de tiltag og erfaringer som Telia har gjort med at tilbyde de mere end 1000 medarbejdere i Telia motion, idræt og kulturelle aktiviteter på arbejdspladsen.

- Vi er i en branche hvor det stærkt, og vi har erfaring med, at integrationen af nye medarbejdere går hurtigere, hvis vi har et tilbud om idræt og motion på arbejdspladsen, sagde Peter Groth, og fremhævede, at det er med til at

skabe gode sociale relationer imellem medarbejderne.

- Idræt og andre kulturaktiviteter skaber en positiv virksomhedskultur, således at Telia også som arbejdsplads får et godt image, og det er vigtigt hvis man vil have fat i de rigtige medarbejdere.

## Inaktivitet er farligt

Men hvorfor er det så godt at være fysisk aktiv? Det spørgsmål blev besvaret af professor Bengt Saltin fra Center for Muskelforskning, der kort og godt slog fast, at en trænet krop er mindre følsom overfor stressfaktorer.

- Man skal dyrke motion ca. 3-4 timer om ugen. Det er nok at være aktiv ca. 30 min. om dagen, og f.eks. at cykle til arbejde er perfekt, sagde Bengt Saltin, og understregede, at det er lige så farligt at være inaktiv, som at ryge.

- Der er mange andre gode grunde til at være aktiv. Konditallet ikke må komme under 25 - 30, og de nyeste undersøgelser viser, at

- Motion og samvær er et afsæt for bedre trivsel, både hjemme, i fritiden og på arbejdspladsen, sagde den 10-foldige verdensmester i roning, Arne Nielsson



det er bedre at være lidt kraftig og konditionsstærk end at være tynd og konditionssvag, sagde Bengt Saltin.

### Skab gode dage

Arne Nielsson, 10 gange verdensmester i roning, og nu direktør i sit eget firma, Cultivator, tog udgangspunkt i de mange positive effekter ved sammen at lave aktiviteter underfor arbejdspladsen.

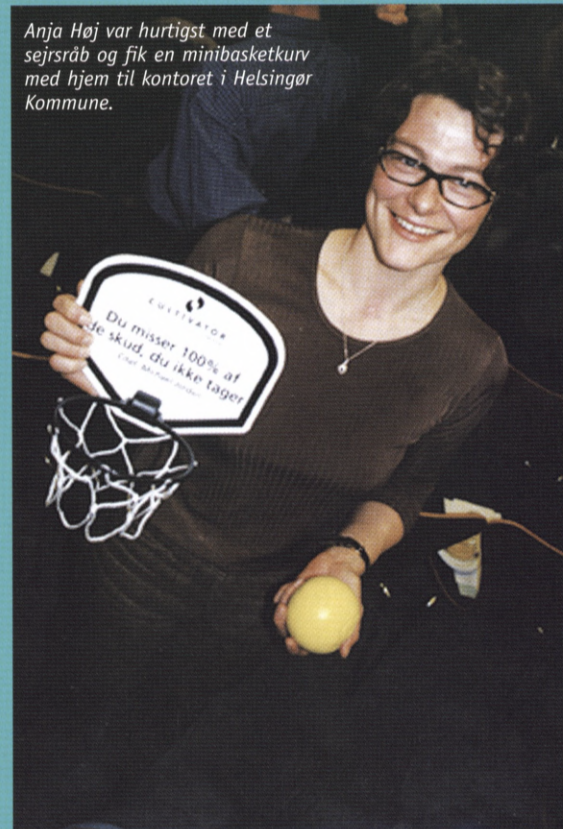
- Motion og samvær er et afsæt for bedre trivsel, både hjemme, i fritiden og på arbejdspladsen. Det handler om at ændre adfærd, og den største værdi ligger i at gøre noget sammen, og skabe nogle gode dage, sagde Arne Nielsson, og fremhævede at man bliver positiv af at dyrke motion, og at det giver energi at give udtryk for glæde og fejre succeser.

Anja Høj, Idrætskonsulent i Hel-

singør Kommune, var begejstret for seminaret, og hun var også hurtigst, da Arne Nielsson bad de forsamlede HR-personer give udtryk for glæde med et sejrskab. Den hurtigste fik en minibasketkurv, med et citat af Michael "Air" Jordan: "Du misser 100 % af de skud du ikke tager".

- Det var fedt. Vi skal hjem og bekæmpe inaktivitet og jeg har da fået en masse med hjem. Seminaret var dejlig bredt, og vi kom rundt om både de gode råd fra Bo Isaksen til at starte firmaidræt op. Fra Telia fik vi input fra en arbejdsplads der har gjort noget konkret, og Bengt Saltin fortalte om nyttevirkningen af idræt og motion, og til slut en peptalk om glæde og inspiration fra Arne Nielsen, sagde Anja Høj, der vil tage ideen med pusterumsaktiviteter med hjem til Helsingør. ■

Anja Høj var hurtigst med et sejrskab og fik en minibasketkurv med hjem til kontoret i Helsingør Kommune.



AF JOHN THRANE, REDAKTØR, DFIF.

## Nyt samarbejde med havkajakcenter

**DFIF har indledt et samarbejde med Havkajak Center Marstal om afvikling af havkajakkurser for seniorer, samt udvikling af kajakuddannelse i Marstal for medlemmer af forbundet.**

■ Kurset er opbygget som 3 weekendkurser, med ankomst fredag aften og afrejse søndag middag. Den 1. og 2. weekend indeholder begynderkursus, og 3. weekend er afsluttende instruktør.

1. weekend: den 13.-15. sept.
2. weekend: den 27.-29. sept.
3. weekend: 4.-6. okt.

Kursusprisen er incl. kost, logi

og kursusmateriale. Prisen er pr. deltager 6.000 kr.

Yderligere oplysninger om instruktøruddannelse og kajakkurserne hos AU-konsulent i DFIF, Jan Knudsen på 65 31 65 60.

Med i samarbejdet omkring den nye uddannelse er også FMI (Foreningen til fremme af Motion i Dagtimerne) og DAI (Dansk Arbejder

Idrætsforbund), og det er planen at udvikle havkajakkurser for seniorer og tilbyde dem til alle medlemmerne af forbundene i løbet af sommeren. Der er allerede aftalt et større samarbejde omkring senioridræt, hvor Havkajak Center Marstal skal levere 4 ophold af 6 dages varighed. (Læs mere om dette på side 17 i dette nummer af Firmaidræt.) ■

# 1977 - 2002

## Musik & Bowling

### Bowling hver dag

Bowlingstævne med flotte præmier til en værdi af ca. 50.000 kr.

### The Blues Brothers Souvernir Show

Sort tøj og solbriller - så ved du at der er show

### Danser med Drengene

Pop-musik så det basker

### På Slaget 12

Levende musik til hele familien

### Lasse & Mathilde

Alle sangene vi kender

### The Clifters

Musik fra dengang ...

### Mest for børn

Elisabeth & Dingeling Show

Sigurd Barrett Bjørneshow

H.C. Andersens Parade



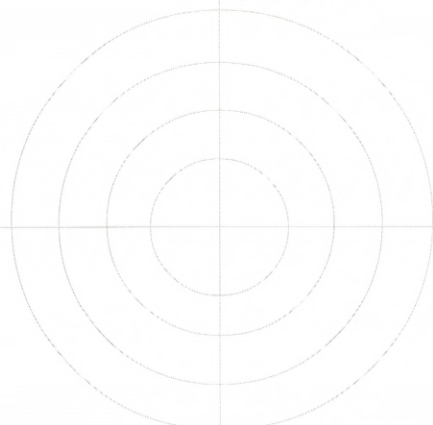
**Præmiesum  
50.000 kr.**



# Bowling Festival 2002



Den nye skive er reduceret i bredden, fra 32 cm til 22 cm. Bortset fra de ydre mål er der ingen forskel på den gamle og den nye skive.



## Ny pistolskive uden 1 og 2

### I orden at DFIFs skytter anvender den nye 15 meter pistolskive uden pointværdi 1 og 2

Pistolsektionen har modtaget nogle henvendelser vedrørende Idrætsudvalgets (IU) og pistolsektionens stillingtagen og godkendelse til at anvende De Danske Skytteforeningers (DDS) nye skive til skydekurrencer under DFIF.

Den nye skives ydre mål er i forhold til den tidligere anvendte skive, model 32, reduceret til 22 cm i bredden. Dette skyldes, at skiven kan anvendes i en elektronisk skivedømme maskine.

#### Første gældende er en 3'er

At skivens ydre mål er reduceret til 22 cm i bredden betyder, at der ikke er plads til en 1'er og 2'er. Første gældende er således en 3'er. De øvrige mål på skiven, afstand mellem ringene og størrelsen af det sorte

m.m. er det samme som nr. 32.

IU og pistolsektionen har vurderet skiverne og fundet, at bortset fra de ydre mål er der ingen forskel på den gamle og den nye skive. De point der reelt mistes ved at skyde forbi hvor det kan fastslås, at skytten faktisk ramte en 1'er eller en 2'er på den gamle skive, vurderes det at det næppe har indflydelse på hvem der vinder konkurrencen.

Selv om uheld er set, er det de færreste skytter med et rimeligt skydeniveau, der skyder 1'er og 2'er. Og det er nok de færreste, der kommer til stævne for at skyde 1'er og 2'er.

Det er fra DDS's og DSU's side undersøgt om de elektroniske skivedømme maskiner kan ændres til at dømme de gamle model 32 skiver. Fra fabrikken er det oplyst, at disse følger internationale skiveformater, og at det vil være uhyre omkostningskrævende at lave en speciel produk-

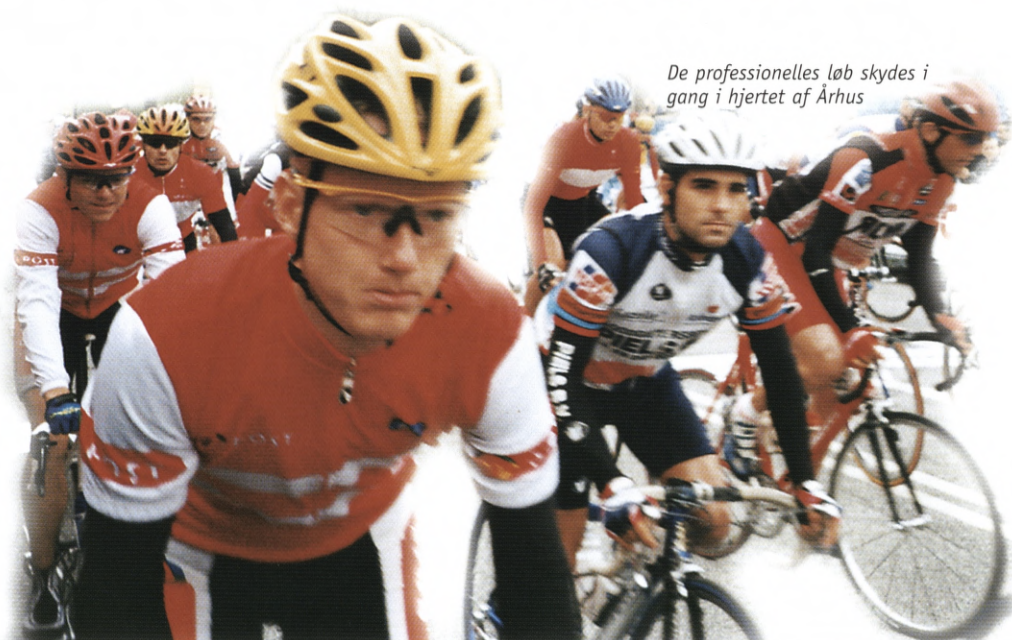
tion til de danske skiveformater.

IU og pistolsektionen har med udgangspunkt i ovenstående således intet imod at den nye 15 meter pistolskive anvendes ved stævner under DFIF. Det gælder såvel DM stævner, DM kval. stævner, åbne stævner samt internetskydning og andre former for konkurrencer. Begrundelsen er bl.a., at DFIF kraftigt har overvejet at købe en elektronisk skivebedømmer.

Hvis vi absolut skal bruge de gamle skiver, bliver prisen en ganske anden, da det pap der skal bruges, nu kun skal bruges i små mængder. Efter udtalelser fra de firmaer der trykker skiverne, vil det hæve prisen med ca. 50%, og det er en udgift hverken IU eller pistolsektionen ønsker at pålægge foreningerne. ■

# Jalabert var en populær vinder

*De professionelle løb skydes i gang i hjertet af Århus*



CSC Classic blev et hårdt men flot cykelløb, hvor de to danske hold CSC Tiscali og EDS-fakta var i tæt kamp om sejren. Publikum var ellevilde, da det franske cykelfænomen Laurent Jalabert vandt sin tredje sejr i år. Franskmanden spurtbesejrede Allan Johansen fra EDS Fakta, mens Rik Reinerink fra Bankgiroloterij Batavus kom ind på tredjepladsen.

**Århus Firma Sport var flot repræsenteret med aktiviteter i målområdet, da cykelløbet CSC Classic blev kørt i Århus og omegn d. 5. maj.**

Laurent Jalabert, Allan Johansen og Rik Reinerink gik i udbrud kort før feltet kørte ind på de fem

gange seks kilometer rundt i de århusianske gader og stræder. Allan Johansen satsede, da han prøvede at angribe venstre om i den sidste kurve før opløbsstrækningen, men han blev lukket inde af Rik Reinerink, og mistede på den måde muligheden for at følge med Laurent Jalabert, der kunne lade sig hylde som en populær vinder af flere tusinde århusianere i målområdet.

"Det var et hårdt løb, og jeg var træt til sidst. Men det var også en meget, meget vigtig sejr for holdet", sagde Laurent Jalabert, der dermed hentydede til CSC Tiscali's manglende resultater i dette forår.

## **Både for motionister og professionelle**

Inden de professionelle ryttere var blevet sluppet løs, havde et felt af motionister ligeledes haft lejlighed til at prøve kræfter med det meste af den professionelle rute. Her havde motionisterne lejlighed til at danne sig et indtryk af stigningerne, de lange sidevindsstrækninger,

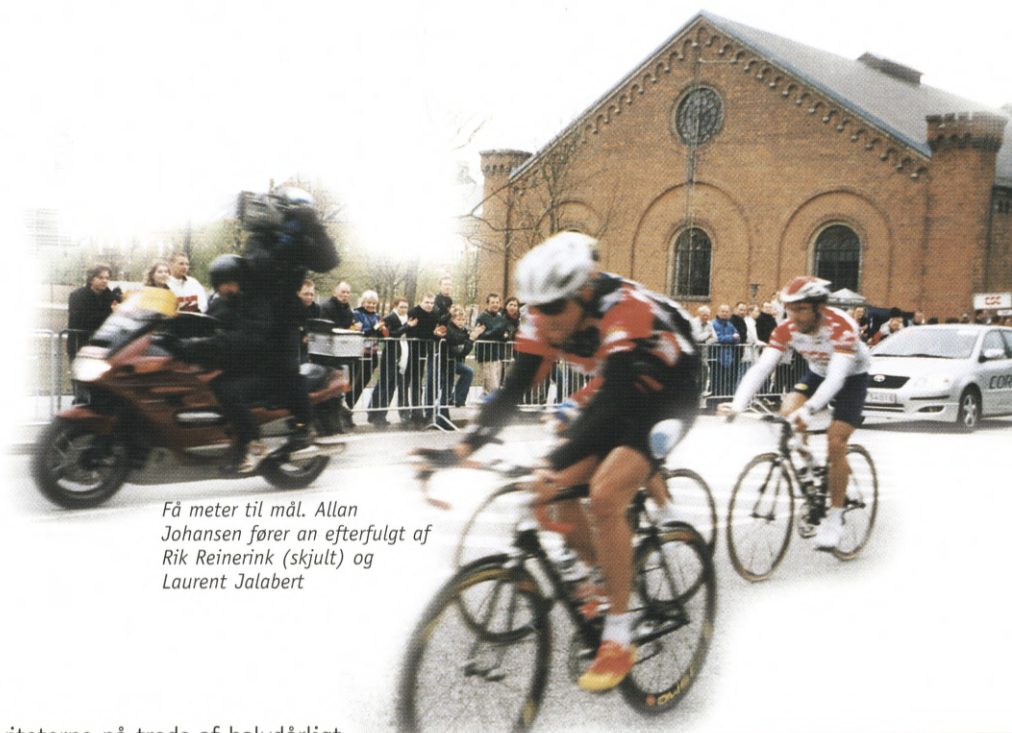
de svære sving, stemningen ude i de små bysamfund, og ikke mindst de mange tilskuere i Århus ved målstregen på Frederiks Allé.

## **Århus Firma Sport i målområdet**

I forbindelse med CSC Classic stillede løbsdirektør Jesper Tikøb et stort areal til rådighed for Århus Firma Sport i målområdet. I samarbejde med DFIF tilbød Århus Firma Sport her en lang række aktiviteter såsom klatrebjerg, fodbold, petanque og pedalofræs. Og århusianerne tog godt imod disse tilbud. Hele dagen igennem var instruktørerne fuldt optaget af at assistere børn og barnlige sjæle, der ønskede at prøve kræfter med aktiviteterne. Samtidig havde Århus Firma Sport opstillet et infotelt, hvor forbipasserende blev budt velkommen til en snak om firmaidrættens mange forskellige idrætsstilbud i Århus. I infoteltet og på det udendørs areal, blev der endvidere reklameret for både DFIF og Firmaidrætsfestivalen i Kol-



Århus Firma Sport og DFIF sikrede børnene en herlig dag i forbindelse med cykelløbet CSC Classic.



Få meter til mål. Allan Johansen fører an efterfulgt af Rik Reinerink (skjult) og Laurent Jalabert

ding ved hjælp af flag og bannere.

Formand for Århus Firma Sport, Carsten Pedersen, var godt tilfreds med arrangementet:

"Selv sidst på eftermiddagen var der stor interesse for udendørsakti-

viteterne på trods af halvdårligt vejr og superligakamp på Århus Stadion, som trak mange tilskuere. Århus Firma Sport vil bestemt være interesseret i at deltage i et lignende arrangement til næste år".

# FORÅRSTILBUD



## DFIF - Parasol

**Kun kr. 550,-**

Luksuskvalitet  
polyesterdug m. ventilation og  
Schotchquardbehandling  
2-delt stang i merranti-træ.  
Diameter: 300 cm

excl. fod og porto



Dansk Firmaidrætsforbund



# Stævner 2002

fra 1. maj til 31. september 2002

Idrætsgren	Dato	Måned/år	Sidste frist	Forening	Kontakt nr.
<b>FODBOLD, UDE</b> Hannerupstævne	11.	Aug. 2002	26. juli	Fredericia	4019 5876
<b>MOTIONSLØB</b> Påskeløb	1.	Apr. 2002		Fredericia	7592 7639
Danmark-Stafet	26.	Maj 2002		Ry	8689 2156
Engsløbet	26.	Maj 2002		Grindsted	
Danmark-Stafet	30.	Maj 2002		København	4498 5426
Danmark-Stafet	8.	Juni 2002		Svendborg	6222 5809
Danmark-Stafet	9.	Juni 2002		Hillerød	4826 9643
Danmark-Stafet	9.	Juni 2002		Næstved	5573 2085
Vestkystløbet	9.	Juni 2002		Esbjerg	7513 0470
Gladsaxe's Motions- Løb Motions-, Tri- og duathlon	8.	juni 2002	25. maj	Gladsaxe kasserer@boldklubbensoeborg.dk.	
Danmark-Stafet	24.	Aug. 2002		Frederikshavn	9843 0438
Kongebroløbet	14.	Sept. 2002	25. aug.	Middelfart	6441 2090
Crossløb	15.	Sept. 2002	08. sept.	Fredericia	7592 7639
<b>MOTIONSCYKELLØB</b> Sjælsø Rundt	9.	juni 2002		DFIF/Berlingske Tidende	
Herregårdløbet	26.	aug. 2002	Ingen	Nyborg	6531 5401
Tour de Pedal	1.	maj til 31. maj 2002		Hele landet	6531 6560
<b>NATURGOLF</b> DM I naturgolf	15. & 16.	Jun. 2002	1. juni	Fredericia	7591 2385
<b>PANTER DAGEN 2002</b> Fakse	27.	maj 2002	På dagen	Fakse Idræt & Fritid	5671 5910
Middelfart	29.	maj 2002	På dagen	Middelfart Firmasport	6441 2090
Slagelse	24.	juni 2002	På dagen	Slagelse Firma Sport	5852 7010
Aalborg	25.	sept. 2002	På dagen	Aalborg SeniorSport	2163 3211
Frederikshavn	25.	sept. 2002	På dagen	Frederikshavn F. Klubber	9842 7063
Svendborg	26.	sept. 2002	På dagen	Svendborg Firma Sport	6222 5809
Skanderborg	1.	juni 2002	På dagen	Skanderborg F. og F. Idræt	8651 0660
<b>PENTANQUE</b> Petanque, åben	10. & 11.	Aug. 2002	23. juni	Fredericia	7592 7639
<b>RIFFEL 50 M</b> Riffel 50 m	16.	Juni 2002	01. juni	Fredericia	7592 6342
Riffel 50 m	22.	Juni 2002	31. maj	Odense	6617 6320
<b>VANDRING</b> Fødselsdagsvandring	28.	Maj 2002	Ingen	Wabblerne	6267 1525
Hærvejsvandring	7.-13.	juli 2002		Fodslaw	8661 3588
Ryslinge Marchen	24.	Aug. 2002	Ingen	Wabblerne	6267 1525

Få dit arrangement med på DFIFs kalender  
over åbne stævner og arrangementer.

Send en e-mail til Firmaidræts redaktion, e-mail [jt@dfif.dk](mailto:jt@dfif.dk)  
med oplysninger om tidspunkt, sidste frist for tilmelding,  
arrangerende forening og tlf. eller e-mail for kontaktperson



## Landet rundt

### Skive.

#### Firmaidræt er for alle

Firmaidrætten i Skive har ændret navn til Skive og Omegns Familie/Firma Idræt (SOFI). Navneskiftet blev foreslået på generalforsamlingen i april, og formålet med navneændringen er at signalere, at firmaidrætten er for alle. - Vi vil gerne fortælle, at vi ikke forlanger et tilhørsforhold til et firma af vores medlemmer. Man kan deltage som pensionist eller som familiemedlem, siger PR-mand og tidligere formand for SOFI, Heine Kristensen, der også kan glæde sig over, at de seneste års tilbagegang er stoppet. Foreningen har 730 medlemmer, og antallet af aktivitetsmedlemmer er stigende. Samtidig arbejdes der på at få løst foreningens problem med manglen på lokaler. Foreningen har fået en henvendelse fra Aktivitetscentret på Odgaardsvej, og det kunne være løsningen på lokaleproblemet i SOFI, oplyser Heine Kristensen.

### Esbjerg.

#### Vestkystløb for 28. gang

Så er det atter tid at finde løbeskoene frem og tilmelde sig det største motionsløb i det vestjyske. Vestkystløbet afvikles for 28. gang, og arrangørerne, Esbjerg Atletik og Esbjerg Firmaidræt, forventer omkring 9000 deltagere til løbet, der afvikles den 9. juni. Vestkystløbet har udviklet sig til en folkefest, og traditionen tro skydes løbet i gang kl. 10.30 i Vognsbølparken af Esbjergs borgmester Johnny Søtrup.

### Århus.

#### Fodslaws Molsvandring 2002

Århus Fodslaw inviterer til Molsvandring søndag den 23. juni. Starten går mellem kl. 9.00 og

10.30 fra Femmøller Efterskole. Der er rutelængder på h.h.v. 6, 10, 20 og 29 km., der fører vandrerne gennem det storslåede Mols Bjerge. Ruterne er afmærkede med Fodslawpile og -bånd. Ruterne kan ikke gennemføres af gangbesværede og kørestolsbrugere. Barne- og klapvogne kan komme igennem på den korte rute. Hunde skal være i snor. Det koster kun 12 kr. at deltage, og alle der gennemfører, får foruden en skøn naturoplevelse også et æremærke med et Molbo-motiv eller en bjælke hvor der står Molsvandringen. Yderligere oplysninger hos Birgit Lianri, tlf. 86 19 27 79.

### Svendborg.

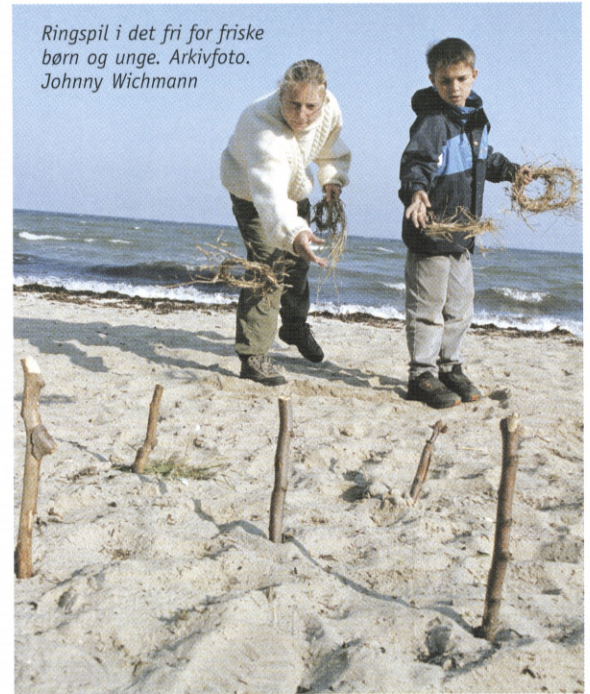
#### Firmaidræt på retur

Der er mange medlemmer som ikke længere dyrker flere aktiviteter i Svendborg Firma Sport, der må notere sig en tilbagegang fra 2117 i 2000 til 1630 aktivitetssmedlemmer i 2001. Det er de traditionelle idrætsgrene der ikke længere kan trække folk til. I sommerfodbold deltog blot 7 hold mod 21 året før, og i indendørs fodbold var der 16 hold med, tre hold mindre end i 2000. Det lykkedes heller ikke for bowlingudvalget at lave en turnering, fordi bowlingcentret selv arrangerer en turnering med firmahold. - Vi skal hurtigt have taget initiativer til at få tilbagegangen vendt. Vi har afviklet et seminar med foreningskonsulent Torben Laursen fra DFIF, hvor konklusionen blev, at vi skal fastholde og udbygge de gamle idrætsgrene, og finde nye og alternative aktiviteter. Desuden skal vi forsøge at få endnu flere virksomheder med, sagde formanden for Svendborg Firma Sport, Jørgen Nielsen, da han gjorde status på generalforsamlingen den 23. april. I dag er

der tilknyttet 106 virksomheder til firmasporten i Svendborg.

### Sæby.

#### Friluftstur for de friske



Ringspil i det fri for friske børn og unge. Arkivfoto. Johnny Wichmann

Sæby Firma Idræt inviterer alle friske børn og unge i alderen fra 10 til 15 år til en tur i det fri fredag og lørdag den 7. og 8. juni. Programmet byder på lejrslagning og madlavning i det fri, og fredag aften kan børnene prøve kræfter med Robin Hood skovløb, Kim's leg og ringspil, før aftenen slutter med hygge omkring lejrbalet. Lørdag formiddag er der Stjerne-træf med træklatrung, samarbejdsopgaver med trillebørkørsel, stifinder, billedlotteri og lagkager, og der bydes også på en James Bond-bane med økse kast, bueskydning, softgun og granatkast. Lørdag eftermiddag sluttet der af med fælles kanotur, før end de sikkert meget trætte børn er hjemme igen til et varmt bad kl. 17.00. Det koster kun 50 kr. at deltage i friluftsturen, og man kan tilmelde sig hos Marianne Rasmussen på tlf. 98 47 90 72 eller på e-mail mr@dfif.dk



## Nyt om navne

### Fortjensttegn til Leif Sørensen

Ved repræsentantskabsmødet i FKS Odense den 12. marts 2002 modtog formanden for FKS, Odenses



Formanden for DFIFs Fynskreds og FKS, Odenses skydeudvalg, Leif Sørensen, har modtaget DFIFs fortjensttegn.

Skydeudvalg, **Leif Sørensen**, DFIFs fortjensttegn for sit mangeårige virke for firmaidrætten i Odense og på Fyn.

Leif Sørensens ledergerning i firmaidrætten er karakteriseret af, at man altid kan spørge ham om en ekstra indsats, og at man aldrig får et nej. Leif blev valgt ind i skydeudvalget i 1975, og i 1982 blev han formand for udvalget. Leif blev medlem af Fynskredsens udvalg i 1981, og i 1987 blev han medlem af bestyrelsen. I 1990 blev han formand for Fynskredsen, en post han stadig bestrider. Leif var også initiativtager til oprettelsen af FKS, Odenses PR-udvalg, og er i øjeblikket også formand for PR-udvalget. Leif har tidligere modtaget DFIFs hædersnål, og han har også modtaget Leo Frederiksen's Mindepokal for sit arbejde for skyttesagen i DFIF. Hæderen blev overrakt af DFIFs næstformand, **Jørn Godt**, Kolding. ■

### Hæder til fem ledere i ROFI

På generalforsamlingen i ROFI (Ringkøbing og Omegns Firmaidræt) den 19. marts 2002 modtog fem ledere hæder fra Dansk Firmaidrætsforbund for deres store frivillige indsats for firmaidrætten i Ringkøbing.

Formanden for svømmeudvalget i ROFI, **Mary Øllgård**, modtog forbundets fortjensttegn for sit mangeårige frivillige arbejde. Mary har været formand for svømmeudvalget i 25 år, og har igennem de mange år altid sørget for at have et velfungerende udvalg omkring sig, der sørger for at de omkring 200 medlemmer i svømmeafdelingen har gode vilkår. Mary er også ROFI's huspoet, og hun har ved de mange festlige lejligheder i ROFI forfattet flere sange. Mary har

tidligere modtaget forbundets hæderstegn.

Formanden for fodboldudvalget i ROFI, **Jacob Skovgård**, modtog forbundets fortjensttegn. Jacob har været medlem af fodboldudvalget i 25 år, heraf de sidste 10 år som formand. Jacob er også aktiv i kredsarbejdet i DFIFs Ringkøbing amtskreds, hvor han sidder i idrætsudvalget. Jacob var også med ved starten af "Sjov Lørdag" der i de sidste 10 år har samlet flere hundrede børn og unge den sidste lørdag aften i hver måned til idræt og motion.

Jacob har tidligere modtaget forbundets hæderstegn.

Formanden for "Motion og samvær", **Inger Carlsen**, modtog forbundets hæderstegn. Inger var en af initiativtagerne til "Motion og samvær" som er en af ROFI's største succeser, der hver onsdag samler omkring 300 seniorer over 60 år til motion og socialt samvær i ROFI-Centret. Inger lægger mange kræfter i udvalget, men har også tid til at tage en tårn, når der er behov for det til større arrangementer.

Medlem af familie- og motionsudvalget i ROFI, **Grethe Thomsen**, modtog forbundets hæderstegn. Grethe har været medlem af familie- og motionsudvalget i 25 år, og hun har igennem årene bl.a. beskæftiget sig med motionscykelkampagnen Tour de Pedal og ikke mindst Idrætsmærket. De seneste 9 år har hun været meget engageret i "Motion og samvær", hvor hun yder en flot arbejdsindsats.

Medlem af svømmeudvalget, **Bent Lønne**, modtog forbundets hæderstegn. Bent har siddet i svømmeudvalget i 25 år, og han er en person man aldrig går forgæves til, hvis der skal gøres en indsats ved de mange arrangementer i ROFI regi. Hæderen blev overrakt af tidligere forbundsformand for DFIF og nuværende formand for ROFI, **Tage Carlsen**. ■

### 3 nye æresmedlemmer i KFIU

Ved jubilæumsreceptionen den 8. marts 2002 i KFIU Hallen fik KFIU 3 nye æresmedlemmer. F.v. er det næstformand **Hans-Erik Jørgensen**, redaktør af KFIUs medlemsblad Funktionæridræt, **Benny Lindgren** og formanden for bridgeafdelingen, **Thomas Andgren**.



### Hæder til to ledere i Rødby

Ved repræsentantskabsmødet i Rødby Firmasport den 19. marts, modtog to af foreningens frivillige ledere forbundets hæderstegn. Medlem af dartudvalget **Jane Kristiansen** har været aktiv i dartudvalget i foreningen i 10 år. Hendes hjerte brænder for "darten", og hun har lagt mange kræfter i at gøre dartsporten til en spændende aktivitet i Rødby, ligesom hun som spiller har hentet mange medaljer med hjem til Rødby. Jane har gennem årene været omdrejningspunktet i udvalget, og hun har også i en periode været formand for udvalget. Medlem af fodboldudvalget **Bjørn Stralner** har været aktiv i såvel udvalg som bestyrelsesarbejde i foreningen i 10 år. Han er altid klar til at hjælpe ved foreningens arrangementer, ikke kun indenfor sine egne interesseområder, fodbolden og dartsporten, men også andre aktiviteter har nydt stor glæde af hans arbejdsiver og gode humør. Hæderen blev overrakt af foreningskonsulent Jørgen Rasmussen. ■

### Ny formand i Løgstør

Løgstør Firma Idræt har fået ny formand. På generalforsamlingen i april har **Thomas Nielsen** afløst **Jens Madsen**, der ikke længere ønskede at fortsætte på formandsposten.



## Kort nyt

### International World Walking Day

Præsidiets for Det Int. Folkesportsforbund (IVV) har udnævnt onsdag den 29. maj 2002 til international vandredag. Overalt i IVV's ca. 35 medlemslande skal der vandles denne dag, og Dansk Motions Forbund, der er IVV's danske nationalforbund, opfordrer alle vandrere til at slutte op om arrangementet. Der skal vandles ca. 5 eller 10 km efter eget valg, og det koster 10 kr. at deltage. I Danmark startes der fra 8 forskellige startsteder, og man kan få yderligere information ved henvendelse til DFIFs forbundskontor, 65 31 65 60, eller til formanden for Dansk Motions Forbund Klaus Nielsen, tlf. 75 10 15 59, e-mail knielsen@mail.tele.dk

### Aflysning

Middelfart Firmasports skydeafdeling må desværre aflyse det åbne stævne den 17.-18. august, da banerne er optaget til anden side. Med venlig hilsen, Vagn Ove Jensen, skydeafdelingen, MFS

### Panteren er løs igen ...

Motion, samvær og underholdning går op i en højere enhed, når Panter Dagen med deltagere over 50 år finder sted i: Fakse, mandag den 27. maj. I Middelfart, onsdag den 29. maj. I Skanderborg, lørdag den 1. juni. Har du ikke nået det, så tilmeld dig ved startstedet på løbsdagen. Efter et motionsløb/gåtur på 3 km eller 5 km, er der idrætsaktiviteter, underholdning og fælles kaffebord med brød. Prisen for hele arrangementet er KUN kr. 20,- pr. person. Panterdagen er det første danske motionsløb, som alene har deltagelse af motionister over 50 år. Fakse Idræt & Fritid, Middelfart Firmasport, Skanderborg Firma og Familie Idræt og DFIF er arrangører og venter deltagelse fra de omkringliggende byer med senioridræt på programmet. Vi ser gerne, at I samler mange interesserede seniorer og laver en udflugt til værtsbyerne.

### Yderligere oplysninger:

Fakse Idræt & Fritid, Jørgen Krog, tlf. 5671 5910. Middelfart Firmasport, Kjeld Frederiksen, tlf. klubhus 6441 2090, privat 6441 1047 Skanderborg Firma og Familie Idræt, Ulla Staal, tlf. 8651 0660

### Deltagerbegrænsning i Salzburg 2003

Hermed gøres opmærksom på, at der er deltagerbegrænsning i fodbold, volleyball, tennis og bowling ved Eurosportsfestivalen i Salzburg i 2003. Vi skal hermed opfordre interesserede festivaldeltagere til at forhåndstilmelde sig snarest muligt. Så skulla man være garanteret en plads i fodbold, volleyball, tennis og bowling. Samtidig skal vi hermed gøre opmærksom på, at al kontakt vedr. Eurosportsfestivalerne er overgået fra aktivitetskonsulent Bo Isaksen til administrationschef Jan Steffensen.

### Sjælsø Rundt 2002

Søndag den 9. juni går startskuddet til Berlingske Tidendes cykelløb Sjælsø Rundt, der byder deltagerne på en festlig cocktail fra start til mål. Cykelløbet starter på Danmarks Tekniske Universitet (DTU) i Lundtofte med opvarmning til svingende sambatoner. Cykelløbet byder på to ruter, en kort på 50 km og en for de seje på 125 km. Undervejs kan du få stillet din tørst ved diverse rastepladser. I målområdet på DTU venter cykelfestivalen med musik af blandt andre MoonJam. Her har du bl.a. mulighed for at bestille picnickurve til dig selv og dine holdkammerater. I kan også vælge at skabe jeres egen oase i eget telt i et tilstødende område. Ring til Sjælsø Rundt-telefonen på 33 75 25 51. Det koster 190 kr. pr. deltager for 50 km ruten og 290 kr. for 125 km ruten. Tilmelding finder sted hos: Berlingske Tidende, Sjælsø Rundt, Postboks 1123, 1009 København K Du kan også tilmelde dig på Berlingske Tidendes hjemmeside www.berlingske.dk, hvor man kan hente tilmeldingskuponer. Fax dem til nr. 3375 2016.



## Dansk Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11 • 5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 65 60 • Fax 65 30 14 26

### Ekspedition:

Man.-torsdag kl. 8.00-15.30.  
Fredag kl. 8.00-15.00.

### Generalsekretær

Svend Møller  
Cedervænget 14  
5700 Svendborg  
Tlf. 6222 5733  
Mobiltlf. 4013 8733  
E-mail: sm@dfif.dk

### Styrelsen:

Formand Peder Bisgaard  
Kighusvænget 21  
3400 Hillerød  
Tlf. 4826 9643  
Fax. 4824 9643  
Mobiltlf. 2445 3015  
E-mail: bis@dfif.dk

### Næstformand

Jørn Godt  
Schultzvej 5  
6091 Bjert  
Tlf. 7557 2322  
Mobiltlf. 4091 4274  
E-mail: jgo@dfif.dk

### Tonny B. Andersen

Løvetandsvej 73  
8870 Langaa  
Tlf. 8646 7104  
Fax. 8646 7114  
Mobiltlf. 2081 7252  
E-mail: tba@dfif.dk

### Kurt Petersen

Lumbyesvej 12  
4200 Slagelse  
Tlf. 58 52 75 35  
Mobiltlf. 4045 7859  
E-mail: kurt\_pet@dfif.dk

### Knud Johansen

Bragesvej 12  
8680 Ry  
Tlf. 8689 3326  
Fax. 8689 3326  
E-mail: kj@dfif.dk

### Adm.chef

Jan Steffensen  
Ærtekillen 6  
5492 Vissenbjerg  
Tlf. 6447 3317  
Fax. 6447 3387  
Mobiltlf. 4033 9920  
E-mail: jst@dfif.dk

### Redaktør

John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 6616 0888  
Mobiltlf. 2045 5502  
E-mail: jt@dfif.dk

### Uddannelseskonsulent

Jane Have L. Andersen  
Lyngvænget 8  
5800 Nyborg  
Tlf. 6531 7253  
Mobiltlf. 4045 7862  
E-mail: jha@dfif.dk

### IT-chef

Lars Borup Andersen  
Kissendrupvej 18  
5800 Nyborg  
Mobiltlf. 4016 8560  
E-mail: lb@dfif.dk

### Aktivitetskonsulenter:

Bo Isaksen  
Vestergade 3  
5881 Skårup  
Tlf. 6223 1433  
E-mail: au.bo@dfif.dk

### Jan Knudsen

Westermansvej 15  
5230 Odense M  
Tlf. 6591 0803  
Fax. 6591 0803  
Mobiltlf. 4045 7860  
E-mail: au.jan@dfif.dk

### Idrætskonsulent

Anette Hvidtfeldt  
Læssøegade 135  
5230 Odense M  
Tlf. 6619 1936  
Mobiltlf. 2423 7525  
e-mail: hv@dfif.dk

### PR- og informationskonsulent:

Jesper Ræbild  
Dyrehavevej 53  
5800 Nyborg  
Telefon: 6531 8220  
Mobil: 2329 8067  
E-mail: jesper@dfif.dk

### Foreningskonsulenter:

Jørgen Rasmussen  
Lovvej 10, Pedstrup  
4700 Næstved  
Tlf. 5576 1635  
Fax. 5576 0335  
Mobiltlf. 2142 1635  
E-mail: jr@dfif.dk

Sannie Kalckerup  
Skovhaven 6, Eskilstrup  
4560 Vig  
Tlf. 5932 8384  
Fax. 5932 8441  
Mobiltlf. 4045 7863  
E-mail: sk@dfif.dk

Jan Rask  
Fåborgvej 28A  
5762 Vester Skerninge  
Tlf. 6224 1101  
Mobiltlf. 2029 1822  
E-mail: jan.rask@dfif.dk

Torben Laursen  
Gl. Kongevej 48  
6200 Aabenraa  
Tlf. 7463 2515  
Fax. 7463 2514  
Mobiltlf. 4045 7864  
E-mail: tl@dfif.dk

Jan Grumstrup  
Vibevej 20  
9500 Hobro  
Tlf. 9851 0101  
Fax. 9852 0235  
Mobiltlf. 4033 9832  
E-mail: jg@dfif.dk

AF JOHN THRANE. FOTO. JOHNNY WICHMANN

# Grib chancen - brug bolden

## Ny inspirationsvideo om boldspil for seniorer



- Det var sjov at være med til optagelserne og sjovt at videoen, siger Henny, Hanne, Ingrid og Inge, der er af sted to gange om ugen til ældredræt i Svendborg.

■ Bolden er verdens bedste legeredskab uanset hvor gammel dåbsattesten er. Det blev slået fast, da 144 "skuespillere" fra Ældredræt i Svendborg var samlet til premiere på en ny video om boldspil for seniorer.

Selvom hurtigheden og balancen ikke er hvad den har været, bliver der gået frisk til sagen i de mange nye og gamle boldspil som videoen viser, og de mange sjove situationer der opstår i legen med boldene i alle mulige afskygninger og størrelser, fik latteren til at runge igennem biografens sal i Scala i Svendborg.

### Seniorer kan godt

Ind i mellem kan det se lidt voldsomt ud når boldlegen ender i en ufrivillig gulvtur, men boldaktiviteter for seniorer er ikke farligt, siger aktørerne.

- De laver kun det de kan, så jeg synes ikke at øvelserne er for svære eller farlige. Det er vigtigt at gøre op med den forestilling som mange har, at ældredræt er noget med stoleygnastik og pedigrørsfeltning. Videoen viser mange øvelser som vi kan bruge i det daglige. Der er noget for alle, både for de mobile, og for dem der ikke er så mobile, siger Litzi Bach, der er instruktør i Ældredræt i Svendborg.

Og Litzi Bach bliver bakket op af "skuespillerne".

- Vi synes videoen er god og viser en masse glade mennesker der har det sjovt. Vi synes ikke at boldspil er for voldsomt, og vi er gode til at



De 144 friske seniorer stillede villigt op da kameraerne snurrede under optagelserne i februar, og de stillede op alle som én op igen, da resultatet af de mange timers råbånd blev præsenteres for offentligheden.

passe lidt på hinanden, siger Henny, Hanne, Ingrid og Inge, der er af sted to gange om ugen til ældredræt i Svendborg.

De fire piger synes især at opvarmingsøvelserne med bold og huskeøvelserne hvor man både skal koordinere og huske rækkefølgen og navne på medspillerne er gode. De er med til at holde hjernecellerne i gang.

### For konkurrencefolk

- Vi vil vise seniorerne, at det er muligt at dyrke forskellige traditionelle og tilpassede boldspil, så alle kan få glæde af det. Der er mange der dropper de traditionelle konkurrence-boldspil, når de kommer lidt op i årene, siger DFIFs aktivitetskonsulent, Jan Knudsen.

- De "gamle" konkurrencefolk er ikke så motiverede til at gå i gang med bløde motionistaktiviteter. De vil stadig have lidt aktion og gang i den. Med en inspirationsvideo der handler om boldaktiviteter og boldspil der er tilpasset seniorer, kan vi også få motiveret den gruppe.

Videoen er blevet til i et samarbejde med Nordjyllands MedieCenter og organisationerne DAI, FMI og DFIF. Videoen skal være inspirationskilde for de allerede uddannede seniorinstruktører og de kommende boldspilsinstruktører i de mange senioridrætsprojekter som de 3 organisationen har i gang landet over.

Videoen er gratis (i begrænset omfang) og kan fås ved henvendelse til DFIF, tlf. 65 31 65 60. ■