

Firmaidræt



Dansk Firmaidrætsforbund



6

Juni • 2003



Danmark-Stafet i sol og sommer

Ny struktur et skridt nærmere

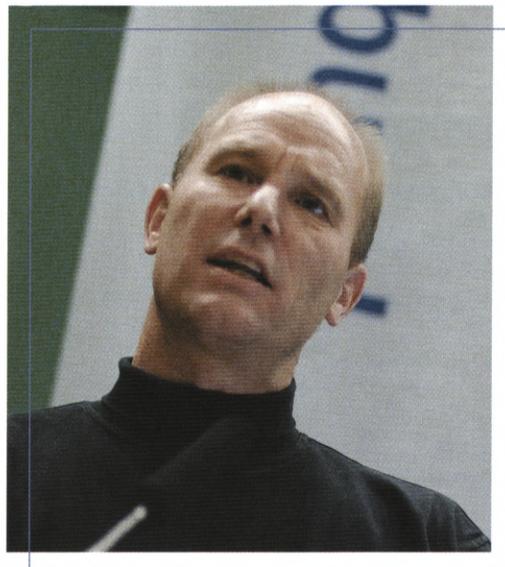
Våd jubilæumsdag
for Tour de Pedal

Seniorer indtog Tåsinge



Åbent brev til Beskæftigelses- ministeren

Motion på arbejdspladsen nedbringer sygefraværet.



Kære Claus Hjort Frederiksen!



I Dansk Firmaidrætsforbund har vi med interesse læst regeringens debatoplæg "Hvad gør vi ved sygefraværet?" At nedbringe sygefraværet handler i vores øjne om at forebygge arbejdsrelateret sygdom, hvilket regeringsoplægget også betoner vigtigheden af.



Dansk Firmaidrætsforbund gør noget ved problemet. Vi har med virkning fra januar 2003 oprettet en ny afdeling kaldet "Motion på Arbejdspladsen", der skal rådgive, motivere og hjælpe danske virksomheder med at integrere motion i arbejdsdagen og dermed mindske sygefraværet.



Har motion effekt på sygefravær?

Inden for firmaidrætten har vi talrige eksempler på virksomheder der, efter at have indført motionsaktiviteter og en decideret motionspolitik på arbejdspladsen, har haft et fald i sygefraværet. Et eksempel herpå er tørmælksproducenten Akafa som, på trods af et i forvejen lavt sygefravær, har nedbragt dette fraværsniveau med 0,5 %. Ud fra den årlige totaludgift til sygefravær i Danmark på 32 milliarder kr. vil det svare til, at indførelsen af en motionspolitik på alle danske arbejdspladser vil give en samlet besparelse på 160 millioner kr. pr. år!



Mindst lige så vigtigt er det, at der kan føres videnskabeligt bevis for, at regelmæssig motion kan forebygge livsstilssygdomme som kræft, hjerte- kredsløbsslidelse, sukkersyge og skader i bevægeapparatet. Dette taler i sig selv for, at motion kan nedbringe sygefraværet - også på arbejdspladsen.

"Dansk Firmaidrætsforbund opfordrer alle danske virksomheder til at indføre en motionspolitik på linie med en ryge- eller alkoholpolitik."

Det er i høj grad op til den enkelte

medarbejder at sørge for at leve sundt. Men Dansk Firmaidrætsforbund finder det naturligt, at den enkelte virksomhed kan tilbyde medarbejderne motion som en integreret del af arbejdsdagen. Og jo flere motionstilbud der udbydes, jo større incitament har den enkelte medarbejder til at gøre noget aktivt for sin egen sundhed.

Hvordan kommer man i gang med at motionere på arbejdspladsen?

Dansk Firmaidrætsforbund opfordrer alle danske virksomheder til at indføre en motionspolitik på linie med en ryge- eller alkoholpolitik. For at ambitionen kan føres ud i livet med den fornødne effekt, er det afgørende, at virksomhederne har en holdning til motion og sundhed og har udarbejdet retningslinier for, hvordan man integrerer motion i arbejdsdagen.

Med enkle budskaber opfordrer Dansk Firmaidrætsforbund medar-

bejderne til at motionere 30 minutter hver dag. Det drejer sig om at indføre rutiner i arbejdsdagen, der gør, at medarbejderne får rørt sig mere: Tag cyklen til arbejde, tag trappen i stedet for elevatoren, rejst dig op, når telefonen ringer. Gå ind til din kollega i stedet for at sende en mail. Rejs dig efter en mappe i stedet for at dreje på stolen. Brug dit hæve/sænkebord mere og få instruktion i brug af fitness rummets maskiner.

Endvidere anbefaler Dansk Firmaidrætsforbund indførelse af pulsterumsaktiviteter i arbejdstiden. Hermed får medarbejderne et break på måske 7 minutter, hvor de kan lave nogle enkle øvelser til gavn for muskler, led og blodomløb. Ofte er det små ting i dagligdagen der gør en forskel, og den daglige motion kan nemt klares uden omklædning og bad bagefter.

Dansk Firmaidrætsforbund er allerede i fuld gang med at implementere motionsaktiviteter i danske virksomheders hverdag. Vi besidder en betydelig viden om forebyggende indsatser på motionsområdet, og vi har kontakten til arbejdspladserne. Der er dog ingen tvivl om, at et formaliseret samarbejde med stat, amter og kommuner samt arbejdsmarkedets parter vil kunne medvirke til at føre ideerne ud i livet i endnu større skala med øget nedbringelse af sygefraværet til følge.

Hermed er bolden givet op - nu er det op til Beskæftigelsesministeren at forfølge idéen! **|**



indhold

- 4 Ny struktur rykker nærmere
- 5 Idræts- og motionsområdet til debat
- 6 Til Cuba med høj cigarføring
- 7 5.800 firmasportsfolk til Salzburg
- 8
- 9 Caroline på 2½ år løb med
- 10 Sommerstafet i Svendborg
- 11 Startskud til aftenløb
- 12 Våd jubilæumsdag i Grindsted
- 13 Vinderne i årets Tour de Pedal
- 14 Seniorer indtog Tåsinge
- 15
- 16 Albani Cup med mange spillere
- 17 Ene mand mod 22 skakspillere
- 18 Motion på Arbejdspladsen søsættes
- 19 MpA – et godt til dig og din virksomhed
- 20 Åbne stævner i DFIF
- 21 Firma Fiske Festival 2003
- 22 Godt besøgt finalestævne i internetbowling
- 23 Kursustilbud fra DFIF 2003/04
- 24 Engsløbet har tag i de unge
- 25 Landet rundt
- 26 Navne
- 27 Kort nyt
- 28 En dag i naturen



God sommer!

Redaktionen af Firmaidræt ønsker alle læsere en god sommer. Redaktionen holder sommerferie i juli måned og vender tilbage med næste nummer den 25. august, hvor du bl.a. kan læse om hvordan det gik de 376 danske deltagere til Euro Sports Festivalen i Salzburg den 25.-29. juni.

Ny struktur rykker nærmere

Efter Formandsmødet. Styrelsen har lyttet til de kommentarer, som oplægget til ny struktur indenfor idræts- og motionsområdet affødte. En revideret model er netop blevet drøftet med IU og sektionerne.

I Styrelsen havde kort tid efter formandsmødet et møde med IU for en sondering af et fælles udspil omkring en eventuel ny struktur for idrætten og motionsaktiviteterne under DFIF. Forud herfor havde styrelsen evalueret Formandsmødet og gjort sig nye overvejelser med baggrund i de fremkomne udsagn omkring fjernelse af den folkevalgte forbindelse mellem forningerne og den centrale ledelse i forbundet – altså en nedlæggelse af sektionerne til fordel for brug af supervisorer.

På nævnte møde med IU fremlagde styrelsen en række overvejelser, hvori der nu indgik en på idrætsmødet valgt idrætsansvarlig for hver DM-idrætsgren samtidig med, at brug af det fornødne antal supervisorer til de enkelte idrætsgrene blev fastholdt. Styrelsen tilbød ydermere, at disse idrætsansvarlige fik møde- og taleret til forbundets stormøder. Desuden blev foreslået om, at der "kun" skulle være idrætsmøder hvert andet år opblødt således, at idrætsgrene med et motiveret behov skal kunne afholde idrætsmøder hvert år af hensyn til regelændringer.

De idrætsansvarlige kunne på tværs af idrætsgrene efter eget ønske eller på anmodning nedsætte udviklingsgrupper for derigennem at gøre brug af hinandens viden og erfaringer. Tanken om at idræts- og motionsfolket også tilknyttes Stor-Træffet (eller et særskilt Visions-Træf) blev ligeledes fastholdt.

Det var styrelsens opfattelse, at

IU forholdt sig positivt overfor de ændringsforslag, som nu blev fremlagt og IU tilkendegav da også, at man følte, at styrelsen havde flyttet sig meget i forhold til det første oplæg, som blev diskuteret på formandsmødet.

Det var derfor med forventning om en positiv modtagelse hos sektionerne, at styrelsen efter mødet med IU fremlagde det nye oplæg for sektionerne. (Se interview med Peder Bisgaard på disse sider.)

Styrelsens reviderede oplæg

De centrale områder i oplægget er følgende:

- 1) IU og AU sammenlægges i et politisk udvalg under navnet "Idræt & Motion".
- 2) UU nedlægges og styrelsen fastlægger fremover forbundets overordnede uddannelsespolitik, der også tager højde for personlige udviklingskurser. Fremtidige kurser udvikles af konsulenter og relevante personer med tilknytning til de aktuelle områder. Den praktiske del varetages og administreres af kursussekretariatet, der fremover bliver en stabsfunktion.
- 3) Sektionerne omlægges, således at opgaverne varetages af én idrætsansvarlig for hver officiel DM-idrætsgren i samarbejde med Idræt & Motion, Idræts- og Motionsafdelingen samt et udpeget netværk af frivillige supervisorer.

Udvalget Idræt & Motion kommer til at bestå af én formand, 4 medlemmer og to suppleanter, der alle vælges på repræsentantskabsmødet for 4 år af gangen.

Idræt & Motion er et politisk udvalg, og for at Idræt & Motion kan benytte sig af gensidig inspiration og vidensdeling, er det særdeles vigtigt, at udvalget består af personer, der har en bred viden, kreative evner og interesse for idræts- og motionsområdet.

Derudover er det vigtigt, at de valgte personer har de fornødne arbejdsressourcer, er team-orienterede og i øvrigt opfylder DFIF's normer for det at være en god leder – kort sagt – hver enkelt skal kunne tilføre udvalget et kompetenceløft.

Idrætsansvarlige

Den idrætsansvarlige vælges på idrætsmødet for 2 år af gangen og har møde- og taleret til forbundets stormøder. Arbejdsopgaverne vil i

Idræts- og mo

I Firmaidræt har talt med forbundsformand Peder Bisgaard og IU medlem Birthe E. Jørgensen om det reviderede oplæg til ny struktur for idræts- og motionsområdet.

Peder Bisgaard ser frem til gennemførelsen af den nye struktur, men ærgrer sig over den manglende opbakning fra sektionerne:

Hvordan tog sektionerne imod styrelsens reviderede oplæg til ny struktur for idræts- og motionsområdet?

"Det virkede som om at langt størstedelen af oplægget blev positivt modtaget af mødets deltagere. Styrelsen var derfor skuffet over at erfare, at sektionerne efter mødet meddelte, at de kun kunne bakke op om det samlede oplæg, hvis der fremover bliver valgt 2 idrætsansvarlige til hver DM-idrætsgren – denne løsning kan styrelsen ikke gå ind for, da det reelt er en videreførelse af sektionerne".

store træk være som tidligere – tilrettet den nye struktur.

Idrætsmøder afholdes hvert andet år for de enkelte idrætsgrene og møderne ledes af den idrætsansvarlige. Idrætsmødet afvikles på en enkelt dag og skal varetage regelændringer samt erfaringsudveksling fra DM.

Der kan dog i de mellemliggende år efter behov og efter godkendelse fra Idræt & Motion afholdes ekstraordinære idrætsmøder, hvis der foreligger en motiveret dagsorden.

StorTræf (VisionsTræf for idræts- og motionsaktiviteter) afholdes hvert andet år i forbindelse med

StorTræf (eller som et selvstændigt VisionsTræf), hvor der vil blive mulighed for drøftelse af idrættens og motionsaktiviteternes udvikling under firmaidrætten. Alle personer med tilknytning til og interesse for de to områder mødes i en form for "Ide-tank" til vidensdeling, idéudveksling samt drøftelse af konkrete nye tiltag.

Udviklingsgrupper nedsættes for yderligere at styrke idrætten og motionsaktiviteterne og for at opnå optimal vidensdeling og dermed give inspiration til udvikling. I relation til idrætten nedsættes grupperne efter behov og på tværs

af de idrætsansvarliges beslægtede interesseområder. I relation til motion nedsættes udviklingsgrupper ligeledes efter behov, og disse grupper kommer til at bestå af relevante personer med interesse for og kendskab til motionsområdet. ■



DFIFs styrelse har efter formandsmødet drøftet en revideret model med IU og sektionerne for en ny struktur for idræts- og motionsområdet i DFIF.

tionssområdet til debat

Hvordan opfatter du sektionernes rolle i denne debat?

"Det er ærgerligt, at sektionerne tilsyneladende ikke kan rykkes i denne debat. Det virker som om, at det mest vidtgående fra sektionerne er, at man er villige til at ændre begrebet sektion til 2 idrætsansvarlige! Styrelsen har seriøst og positivt bearbejdet formandsmødets tilbagemeldinger fra det første oplæg bl.a. ved at give køb på en nedlæggelse af sektionerne til fordel for brug af supervisorer og ved at foreslå valg af én idrætsansvarlig. Derudover har styrelsen – uden at dette på noget tidspunkt har været inddraget i debatten – tilbudt møde- og taleret for de idrætsansvarlige på stormøder, samtidig med at vi fastholder mulighederne for brug af relevante supervisorer i relation til den enkelte opgaves løsning".

"Når vi er villige til forhandling, burde sektionerne også medvirke til at skrue en konstruktiv løsning sammen til glæde for hele forbundet. Sektionerne har gang på gang

påberåbt sig, at der er mange, der ønsker sektionerne bibeholdt. Men ignorerer sektionerne ikke de mange formænd (over halvdelen), der på formandsmødet reelt gik ind for en nedlæggelse af sektionerne?"

Er der områder i styrelsens reviderede oplæg, som ikke har været til forhandling med IU og sektionerne?

"Det er muligt, at sektionerne vil sige, at de ikke har haft mulighed for at ændre i styrelsens oplæg på enkelte områder. Dette er principielt rigtigt i den forstand, at styrelsen ikke har ønsket at give køb på to fundamentale områder i det nye oplæg, nemlig at sektionerne skal omlægges til én idrætsansvarlig og at Idræt & Motion skal være et politisk udvalg bestående af "ikke-fagspecialister", der vælges på Repræsentantskabsmødet". Netop derfor har styrelsen forsøgt at imødekomme sektionerne på en lang række områder, så vi kunne få samlet opbakning til den nye reviderede model".

Hvad bliver næste skridt?

"Vi tror på, at der med de skitserede ændringer nu er en fælles forståelse blandt foreningerne til at kunne acceptere oplægget, og dermed også se de muligheder, der ligger i en ny struktur, herunder blandt andet en ny pulje med "risikovillig" kapital, til at føre nye ideer ud i livet".

Birthe Jørgensen, medlem af IU, er positivt indstillet overfor strukturoplægget:

Hvad er din holdning til styrelsens reviderede oplæg?

"Jeg føler, at det er positivt, at styrelsen har rykket sig siden Formandsmødet. Især finder jeg det glædeligt, at de idrætsansvarlige nu tildeles møde- og taleret på forbundets stormøder. Jeg har ingen problemer med at tilslutte mig det samlede oplæg til ny struktur for idræts- og motionsområdet. Samtidig vil jeg dog gerne understrege, at dette er et udtryk for min personlige holdning - jeg taler her ikke på vegne af IU". ■

Til Cuba med høj cigarføring

Holdet Cyklus fra Amtsgården i Vejle Amt vandt 1. præmien, en eventyrlig rejse til Cuba, i Vi cykler til arbejde kampagnen.

Cyklus stillede med fuldt hold, i alt 16 deltagere, og holdkaptajn Carsten Bruun var ved at gå bagover af overraskelse, da han tirsdag middag blev ringet op fra Kampagnesekretariatet med nyheden om, at hans hold havde vundet hovedpræmien. Han havde svært ved at bevare fatningen, da resten af holdet skulle have besked.

Ved præmieoverrækkelsen havde holdet fundet det cubanske flag frem, og holdet kvitterede for rejsebeviserne med at synge en slagsang til ære for de mange fremmødte, inden der blevet serveret jordbær og champagne af Kampagnesekretariatet.

Amtsborgmesteren cykler også

På Amtsgården i Vejle bliver der cyklet flittigt, og cykelparkeeringen foran bygningen er fyldt med cykler i alle mulige farver og faconer. 114 personer fra Amtsgården deltog i årets kampagne, bl.a. også Amtsborgmester Otto Herskind Jørgensen, som åbnede kampagnen i fin stil til trods for at han har 22 km(!) til arbejde. Han nøjedes dog også med at cykle denne ene dag.

Holdet cyklede i alt 234 cykeldage, og de tilbagelagde tilsammen 2607 km i løbet af de fire uger kampagnen varede. Annelise Risager blev holdets topscorer og tilbagelagde de fleste km, i alt 598 km, og Henning Saling var flest gange i sadlen, nemlig alle dagene med undtagelse af 1. maj og St. Bededag.

Amtsgården i Vejle Amt stillede med ikke færre end 11 hold og 114 deltagere i Vi cykler til arbejde, og firmasportsklubben på Amtsgården bakkede op om de ansattes deltagelse i cykelkampagnen ved at betale tilmeldingsgebyret på 25 kr. Helge Blom Andersen fra et af de andre hold på Amtsgården cyklede flest km af alle med 693 km.

Amtsgården i Vejle Amt stillede med ikke færre end 11 hold og 114 deltagere i Vi cykler til arbejde, og firmasportsklubben på Amtsgården bakkede op om de ansattes deltagelse i cykelkampagnen ved at betale tilmeldingsgebyret på 25 kr. Helge Blom Andersen fra et af de andre hold på Amtsgården cyklede flest km af alle med 693 km.

Amtsgården i Vejle Amt stillede med ikke færre end 11 hold og 114 deltagere i Vi cykler til arbejde, og firmasportsklubben på Amtsgården bakkede op om de ansattes deltagelse i cykelkampagnen ved at betale tilmeldingsgebyret på 25 kr. Helge Blom Andersen fra et af de andre hold på Amtsgården cyklede flest km af alle med 693 km.



Høj cigarføring. De 16 fra Cyklus er: holdkaptajn Carsten Bruun, Kirsten Holst Jensen, Tommy Mølgaard, Annelise Risager, Hans Jakobsen, Henning Saling, Dorthe Bramsen Clausen, Jette Langkjær, Marit Nielsen-Man, Karen Marie Jensen, Per Gylling, Morten Krøyer Friis Jensen, Dorte Mikkelsen, Jette Provstgård, Max Erik Hansen og Jacob Grunnet.

Kampagnen på landsplan

På landsplan kom godt 93.000 cyklister vel igennem kampagnen. De trodsede således både regn og blæst og cyklede til sammen mere end 10 millioner km fordelt på ca. 1 million dage. Det svarer til et gennemsnit på knap 10 km pr. dag, der blev cyklet, og at hver deltager cyklede 13,5 dage i perioden. Således har hver deltager fået den anbefalede 1/2 times motion, der skal til for at holde sig sund og rask, hver gang de har snuppet cyklen til arbejde.

De øvrige vindere i kampagnen kan ses på hjemmesiden www.vicykler.dk. Her kan man også se, hvor meget og hvor langt, der blev cyklet på landsplan og ude i de enkelte kommuner.



Karen Marie Jensen med sit rejsebevis. Måske kredser tanker allerede om Cubas hvide strande?



5.800 firmasportsfolk mødes i Salzburg

5.800 firmasportsfolk fra 19 europæiske lande mødes i Salzburg til Euro Sports Festival 2003 i dagene fra den 25. til den 29. juni.



Salzburg byder hele Europa velkommen til fire dage med sport og samvær.



DE DANSKE FIRMAHOLD I ØSTRIG

Arriva, Coca-Cola, København, Carstens & Larsen, DFIF, DSB Randers, DSB København, FKBU, FKS, Frederiksberg, FKS, Odense, Hovedstadens Jernbaneidræt, IBBH, IBM, IF Posten, Østerbro, KIMS, Sønderød, KKP, Kallundborg, Lindab, NKT, Aalborg, Nordsjællands Postcenter, Roskilde Firma- og Familieidræt, Stålets Idrætsforening, SVIK – Svendborgskolen, TDC, TM Line 2000, Told & Skat, Frederikshavn, TSF-Sydhavsøerne.

De rød/hvide farver er repræsenteret af 376 danske firmasportsfolk, der skal dyste i 20 forskellige idrætsgrene, lige fra fodbold, bowling og volleyball, til atletik, orienteringsløb, banegolf, skydning, skak og golf.

Åbningsceremonien finder sted på Salzburg Residenzplatz, hvor en udvalgt delegation på 40 firmasportsfolk fra hver af de 19 lande vil marchere ind på stadion.

Tradition for medaljer

Mange af de danske idrætsfolk har deltaget flere gange før, og de danske farver har stolte traditioner. Hvem husker ikke Søren Bech Hansens dobbelte triumf med to guldmedaljer i skakturneringen, først i 1995 i Zaragoza, Spanien, og igen i 1997 i Trondheim, Norge. Vi er også mange der husker FDB Idræts dartspillere, der fejede al modstand til side i Trentino i 1999.

De rød/hvide farver er repræsenteret med 110 bowlingspillere. Vi har 66 fodboldspillere på banerne i 7-mands og 11-mands fodbold. Der er 29 håndboldspillere der skal på banen i Østrig. Der er 25 der skal prøve kræfter med golfbanen i Salzburg, og de rød/hvide skal nok også sætte deres præg på dart-

turneringen med 26 spillere. I volleyballturneringen skal 22 spillere fra Postens idrætsforening og TDC's idrætsklub tage kampen op imod de stærke østeuropæiske hold.

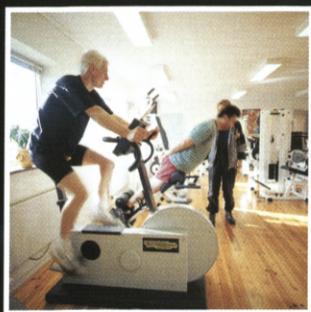
I orienteringsløb stiller Danmark op i stærkeste opstilling. Med forbundsformand Peder Bisgaard i spidsen skal styrelsesmedlemmerne Tonny B. Andersen og Knud Johansen tage kampen op mod nordmænd, svenskere, letter, franskmænd og tyskere i den klassiske disciplin.

Speciel festivaløl

Østrig er jo kendt for sit gode øl, og fra Salzburg forlyder det, at man har fyldt ølkanterne op, så ingen skal gå tørstige fra de 3 store aftenfester, torsdag, fredag og lørdag. I forbindelse med Euro Sports Festivalen har det lokale bryggeri Salzburg Stieglbrau tappet 26.000 ekstra 0,33 liter ølflasker med Euro Sports Festivalens logo på.

- De 5.800 firmasportsfolk til Euro Sports Festivalen vil helt sikkert sætte deres præg på Salzburg by i dagene fra den 25.-29. juni, og den specielle festivaløl skal være med til at sætte ekstra fokus på Euro Sports Festivalen, siger festivalmanager Klaus Höftberger. |

Firma Motion



“Når Virksomhed og Medarbejdere skal ha’ det godt”

At have et firmamotionsrum i virksomheden er en luksus, som flere og flere virksomheder og medarbejdere ikke vil være foruden.

Fordelene taler for sig selv. Både for medarbejdere og virksomhed.

Velvære kommer indefra og ses og mærkes udenpå. Motion er den bedste kilde til bedre velvære og resultatet ses og mærkes efter få uger.

Med et firmamotionsrum i virksomheden får du mulighed for at få indpasset træningen i en travl hverdag f.eks. efter

arbejde når myldretrafikken er på sit højeste. Når du er færdig kan du køre hjem og ofte er du hjemme på samme tid, som du ellers ville have været. Bare friskere og gladere.

Med et firmamotionsrum får virksomhedens medarbejdere det bedre. Både med sig selv og hinanden.

Man mødes til træning, på tværs af organisationen og det skaber ofte relationer man ellers ikke ville have fået. Relationer giver forståelse og bedre kommunikation i dagligdagen. Samtidig

giver det motivation i træningen og i arbejdet.

Pedan sørger for at oplevelsen af træningen bliver unik. Med det bedste udstyr på markedet hvor design, funktionalitet, effektivitet og sikkerhed går op i en højere enhed, dækker Pedan's udstyr ethvert træningsbehov du måtte have, lige fra kredsløbstræning til styrketræning.

Virksomheden skaber rammerne. Pedan giver mulighederne - men i sidste ende er det dig, der skaber resultaterne.

TECHNOGYM

The Wellness Company™

PEDAN A/S

- din wellness partner -

KØBENHAVNSVEJ 224 - 4600 KØGE
Tlf. 56 65 64 65

info@pedan.dk - www.pedan.dk

Caroline på 2½ år løb med

331 hold stillede op, da Næstved fejrede 20 års jubilæum med Danmark-Stafetten.

Da Bent O. Nielsen fra HG Atletik og Motion præcis kl. 11 fyrede startskuddet af til dette års Danmark-Stafet, havde 331 hold tilmeldt sig. Vejret viste sig fra den pæne side - masser af sol med mørke skyer, og det gjorde det behageligt at løbe. Og det var jo netop det der med løbet de fleste var kommet for – eller var det nu det?

Med udsigt over Sønderdresset ved Herlufsholm kunne man godt blive i tvivl? Er det løbeturen på 5 km i skoven ved Herlufsholm der trækker, eller er det en hyggelig dag i selskab med familie, venner og kolleger?

På løbetur med gudfar

Caroline Pedersen er 2½ år, og for en måned siden sad familien og talte om, at de igen i år skulle løbe Danmark-Stafet for Næstved Glas. Idéen med, at Caroline også skulle være med, opstod, og det blev arrangeret, at Morten Larsen skulle have sit gudbarn med på turen.

5 km er en lang tur, når man kun er to et halvt år, men en klapvogn hjalp på vej. På vej i "alléen" hvor turen slutter, blev klapvognen parkeret, og de sidste par hundrede meter løb Caroline med Morten i hånden, og smilet var stort, da Caroline hørte tilskuernes heppe og klapper af hende.

Efter løbet fortalte Caroline, at det havde været sjovt at løbe med, og at det sjoveste var: "at der blev klappet". Vi fik også mange sjove tilråb på turen, og flere løbere ville gerne have haft et lift med, fortæller Morten.

20 hold med

Det er Line Christensen, datter af indehaver Mogens Christensen, der har samlet holdene fra Næstved Glas. Ved sidste års løb lovede Mogens, at firmaet, der har halvanden ansat på lønningslisten, at han ved jubilæumsløbet ville tilmelde tyve hold - og det løfte blev holdt.

- Vi sendte invitationer ud til alle, der var med sidste år, og det har bare strømmet ind med tilmeldingerne. Ikke mindre end 118 løbere på 33 hold plus ca. 40 tilskuere. Alle har fået T-shirt i en flot kongebålfarve, så vi kan genkendes, siger Line.

Efter løbet er der tradition for, at løberne fra Næstved Glas spiller en fodboldkamp efter løbet. De unge mod de gamle. Historien melder ikke noget om, hvornår man er "gammel", eller hvem der vinder. Og det er vel også lige meget, bare man har det sjovt.

Mange flotte præmier

I anledning af, at det var 20. gang, der blev løbet Danmark-Stafetten i Næstved, havde sponsorerne været ekstra gavmilde. Flere virksomheder ringede selv i ugen op til løbsdagen, at de gerne ville sponsorere præmier. På selve dagen havde nogle firmaer taget præmier med, og det blev til præmier for omkring 25.000 kr.

DiskontoBanken havde blandt andet sponsoreret fire Millionærkonti på hver 1.000 kr. og de heldige vindere kom fra Danica Pension. Alle tiderne kan læses på www.diskontobanken.dk



- Det sjoveste var at der blev klappet, sagde Caroline på 2½ år der havde gudfar Morten med på turen.



Line Christensen (tv) sørgede for, at Næstved Glas stillede med 20 hold i anledning af 20 års jubilæet.



Sommerstafet i Svendborg

42 hold valgte at prøve kræfter med Danmark-Stafetten Svendborg d. 14. juni. Som noget nyt deltog 8 skolehold i løbet.

I år kunne Svendborg Firma Sport for 24. gang præsentere Danmark-Stafetten med start og mål ved Tåsinge Hallen. Der blev varmet op til rytmerne af countrymusik, inden hver løber fra kl. 15:00 til 17:00 løb distancen på 5,7 km. i de naturskønne omgivelser ved Svendborg Sund.

De 42 deltagende hold fordelte sig på:

- 7 firma herrehold
- 2 firma damehold
- 5 firma mixhold
- 8 herrehold i åben række
- 5 damehold i åben række
- 7 mixhold i åben række
- 8 skole mixhold i åben række

Især de mange tilmeldte skolehold vakte stor tilfredshed hos arrangørerne fra Svendborg Firma Sport, da der ikke er tradition for ret stor deltagelse i denne række.

Målet er at gennemføre MacBaren Tobacco er en af de Svendborg virksomheder, som har valgt at deltage i årets udgave af Danmark-Stafetten – i år med 2 herrehold til start. En af deltagerne er Niels Jul Larsen, som er med for anden gang. Første gang han

deltog i Danmark-Stafetten, kom hans hold ind på en flot 2. plads, så umiddelbart skulle man tro, at ambitionsniveauet er højt. Det er det imidlertid ikke:

- I år er målet at gennemføre, siger Niels Jul Larsen med et smil på læben. - Vi skal kæmpe mod hold fra SG Atletik, og de er vist for stærke til, at vi kan slå dem. Vi stiller op for at få en hyggelig eftermiddag sammen og få dyrket noget motion.

Deltagerne fra MacBaren Tobacco dyrker alle sport i deres fritid. Den står på atletik, håndbold og en smule løbetræning op til denne Danmark-Stafet. Desuden har de fleste deltaget i Vi Cykler til Arbejde.

Ved løbets afslutning kan det konstateres, at Niels Jul Larsen og kollegerne fra holdet Mac 1 har præsteret mere end blot at gennemføre. Det ender med en placering som nr. 5 ud af rækkens 7 hold. Vinder blandt firma herreholdene bliver jernbanens Atletik og Motion, mens fitnesscenteret Fin Form tager sig af førstepladserne i firma damerækken og i mixrækken, hvilket efterfølgende fejres med aftenfest for alle fitnesscenterets ansatte. |



Løbere fra MacBaren. Fra venstre mod højre ses Brian Rasmussen, Peter Greve, Niels Jul Larsen og Peit Christensen.



Startskud til aftenløb



Hillerøds borgmester Nick Hækkerup affyrer startskuddet, der sender de første løbere fra de 113 hold afsted.

Der var fest og stemning og masser af glade børn og voksne på Byskolens idrætsanlæg, da Hillerød Firmsport afviklede Danmark-Stafetten onsdag den 11. juni. Det var første gang løbet blev afviklet en hverdags aften og sikke en succes!

- Der var tilmeldt 113 hold hvoraf de 67 var skolehold. Det er det største antal skolehold nogensinde, og vi tror på at tendensen fortsætter, siger formanden for Hillerød Firmsport, Peder Bisgaard.

Borgmester Nick Hækkerup fyrede som sædvanlig startpistolen af, men deltog for første gang ikke i selve løbet. En borgmester må også af og til arbejde om aftenen, men til næste år er der en klar aftale mellem borgmesteren og Peder Bisgaard, at de begge løber med.

Stafetambassadør på skolerne

Succesen med de mange skolehold skyldes, at Hillerød Firmsport har udnævnt en elev og en lærer som "stafetambassadører" på byens skoler. Marie Mørk's skole stillede med flest hold, 27 i alt, og vi spurgte stafetambassadør Michael Beck fra

skolen om, hvordan han har samlet så mange hold.

- Danmark-Stafetten er et godt produkt. Du får rørt dig og får sved på panden. Kammerater mødes, og man synes det er sjovt at være sammen om noget fælles, og der opstår en holdånd, siger Michael, der er idrætslærer på skolen.

- Som idrætslærer begynder jeg at slå på tromme for Danmark-Stafetten ca. 3 måneder før, og specielt 3., 4. og 5. klasses eleverne synes, at det er en god idé at komme i form. Men det er ikke kun selve løbet, men også forberedelserne og optakten, de går utrolig meget op i. Eleverne har på forhånd lavet holdene, og selv bestemt hvem der skal løbe først, og hvem der skal afslutte, så der går meget taktik i det, siger Michael.

Eleverne på Marie Mørk's skole har idræt i ét modul på 1½ time hver uge, og hvis det kan lade sig gøre, slutter de altid af med 20 min. løb. Yngste deltager er fra 2. klasse og de ældste går i 10., og på nogle hold er årgangene blandet så det også giver noget socialt på tværs af klasserne.

Succes med aftenløb ved Danmark-Stafetten i Hillerød. Ny rekord med 67 skolehold.



Med 27 skolehold vandt Marie Mørk's skole holdkonkurrencen, og børnene glæder sig allerede til 1. præmien, en gratis burger- og bowlingtur til Slotsbowl i Hillerød.

- Vi startede for 3 år siden med 14 hold. Sidste år slog vi rekorden med 18 deltagende hold, og i år har vi så 27 hold på banen, så det vokser år for år, siger Michael, der lover at Marie Mørk's skole også stiller op næste år.

Vellykket arrangement

Arrangørerne af Danmark-Stafetten havde lavet et kæmpe arbejde for at få det hele på skinner. Damerne som havde smurt hundredvis af sandwichboller, ølsælgerne, samaritterne (som heldigvis ikke havde meget at lave), vandbærere og sponsorer. De kan alle nu se tilbage på et meget vellykket arrangement, hvor vejrguderne var med, og hvor flytning af arrangementet fra søndag til onsdag blev en kannon succes. |

Våd jubilæumsdag i Grindsted

Vejrguderne forbarmede sig ikke over Tour de Pedal jubilæumsarrangementet i Grindsted. Alligevel trodsede 123 cyklister regnen og deltog.

Søndag den 25. maj 2003 er ikke nogen helt almindelig dag, hvis man har hang til at cykle med i Tour de Pedal. Og det har man i høj grad i Grindsted Firma Idræt, der år efter år er en af de foreninger, der kan mønstre flest deltagere i kampagnen.

Selvom det småregner, er fremmødet også pænt på jubilæumsdagen. Fra kl. 9:30 til kl. 10:00, hvor starten går, møder folk i en lind strøm op for at udfylde startkort i Hede Hallen. De fleste har iført sig regntøj og snakken går lystigt blandt deltagerne, hvoraf mange tydeligvis kender hinanden fra tidligere cykelture.

Lodtrækning på startkort

Med distancer på henholdsvis 16 km. og 25 km. går turen til Vester Hedeby, hvor der kl. 12:00 er lodtrækning om præmier på startkortene og deltagelse i landslodtrækningen om præmier fra DFIF.

Der er masser af mindre præmier til både børn og voksne, mens hovedpræmierne denne dag er et gavekort og en brødkurv. Anderledes større er præmierne på Tour de Pedals sidste løbsdag den 29. maj, fortæller Åge Larsen, som er ansvarlig for Tour de Pedal i Grind-



En cykeltur i ly for regnen.

sted. Den 29. maj trækkes der bl.a. lod om 2 cykler.

I Grindsted Firma Idræt har man generelt ikke de store problemer med at skaffe præmiesponsorer. Løbet er blevet en tradition, og de lokale handlende vil gerne støtte arrangementet.

De lokale arrangører anser jubilæumsdagens 123 deltagere for værende tilfredsstillende vejret taget i betragtning. Det

spiller også ind, at det traditionsrige Engsløb afvikles samtidig, påpeger medarrangør Egon Kristiansen, der vurderer, at dette løb har tiltrukket omkring 50 af Tour de Pedals faste deltagere.

Danmarks cykelby nr. 1

Med i alt 6.172 cykelture i maj måned 2003, har man i Grindsted Firma Idræt grund til at være tilfredse. Hermed slår Grindsted nemlig lige netop sidste års vinder Skjern-Tarm-Ølgod Firma- og Familieidræt (STØFI), som i år nåede op på 5.818 ture. Med denne succes i bagagen tør Åge Larsen godt love, at der også næste år arrangeres Tour de Pedal i Grindsted – for den genvundne førsteplads skal jo forsvares! █



Præmieuddeling med et smil på læben.

Tour de Pedal 2003

Tour de Pedal vinderne 2003

Hovedpræmien

- et rejsegavekort på kr. 5.000, blev vundet af:
Krista Jensen, Grindsted.

De øvrige præmier fordelte sig således:

Game Boy color: Ejvind Jørgensen, STØFI og Anette Tranberg, Aabenraa.

Målfest: Aktiv Fritid, Midtfn.

Løbesæt: Poul Nygaard, Ribe, Svend Bach, Ringkøbing, Lykke Pedersen, STØFI, Peder Madsen, Grindsted, Gitte Lamhauge, Varde, Eli Knudsen, Nakskov, Erling Sørensen, Varde, Jonna Rode STØFI, Erik Sørensen, Hjørring og Martha Brink, Bramming.

Cykelcomputer: Jørgen Christensen, Slagelse, Jens Lorensen, Varde, Gitte Rømer, Brønderslev, Jytte L. Eis, Varde,

Træningsdragt: Bente Skakon, Skælskør og Margrethe Høgild, Aulum.

Fleece jakke: Lasse Nielsen, Korsør.

TdP Sweatshirt: Kirsten Jensen, Hjørring, Inge Kristensen, Hirtshals, Johannes Oesen, Tønder og Inga Jensen, Vejle.

Firmaidræt siger tillykke til alle vinderne. I næste nummer af Firmaidræt kommer der flere historier fra Tour de Pedals Jubilæumsdag, der samlede helt nøjagtig 2.664 friske cyklister.



Pia Hansen var lykkens gudinde da der blev trukket lod blandt de over 38.000 indsendte startkort, og Ivan Bjærga fra DFIF's aktivitetsudvalg så til at alt gik rigtigt til.

Sådan gik det uge for uge i årets Tour.

Forening	uge 18	uge 19	uge 20	uge 21	uge 22	I alt 2003
Grindsted	400	1.304	1.124	1.168	2.176	6.172
Skjern-Tarm-Ølgod	407	1.100	1.151	1.651	1.509	5.818
Varde		798	801	1.131	1.051	3.781
Nakskov	120	614	417	877	1.186	3.214
Ringkøbing	66	476	643	910	800	2.895
Brønderslev	196	420	375	484	471	1.946
Hjørring	139	302	369	638	453	1.901
Bramming		424	361	403	392	1.580
Sæby	286	255	245	362	256	1.404
Farsø		362	202	314	196	1.074
Tønder	76	180	259	172	243	930
Korsør	66	196	209	220	146	837
Ribe	63	149	126	155	124	617
Glejbjerg		114	112	209	160	595
Hirtshals	56	88	80	157	110	491
Struer		93	87	211	75	466
Ikast			229		221	450
Slagelse	34	107	81	163	54	439
Lyngby (L.T.F.U.)		6	6	376		388
Lemvig		76	86	124	91	377
Bov		57	71	69	73	270
Aabenraa	39	46	44	128		257
Vejen		35	71	77	68	251
Odder	24	69	47	78		218
Ringsted	28	44	37	44	55	208
Aulum	48	54	51	53		206
Vejle (Turcyklisterne)	23	45	43	46	45	202
Grenå		27	39	84	47	197
Skælskør	25	53	10	109		197
Frederikshavn		77	64	52		193
Skive		60	37	64		161
Give	16	31	22	38	20	127
Vamdrup		29	22	27		78
Aktiv Fritid, Midtfn		23	7	46		76
Ebeltoft	20	13	10	27		70
Fredericia	5	16	18	17	10	66
Holstebro		18	23	10	14	65
Motion Amager (KFS)	7	13	21	8	15	64
Horsens		4	2	44		50
Hillerød				47		47
Aalborg		11	8	24		43
Nyborg	13	11		17		41
Vestfn					30	30
Herning	4	4		4		12
I alt	2.113	7.798	7.613	10.836	10.144	38.504

44 byer deltog i årets Tour de Pedal, og blandt de nye markerede Lyngby-Taarbæk Firmaidræts Union sig flot med 388 deltagere, heraf alene 376 til jubilæumsarrangementet den 25. maj. Dette års vinder, Grindsted, viste stabilitet med 6.172 cykelture, 47 ture mere end sidste års 6.125 deltagere. Også Varde gjorde det flot med en fremgang fra 3.391 i 2002 til 3.781 i år. Nakskov, der blot deltager for 4. gang, cyklede sig ind på en flot 4. plads med 3.214 cykelture, en fremgang på 595 i forhold til sidste års 2.619.



Seniorer indtog Tåsinge



Seniorer fra hele landet på oplevelsestur på og omkring Tåsinge.

På to døgn vandrede, roede, cyklede og kajakkede 33 seniorer rundt om Tåsinge.

Paul Hansen kan ikke skjule sin begejstring, mens han hiver kajaken op på land i Troense Havn. Det Sydfynske Øhav har været hans legeplads i to døgn:

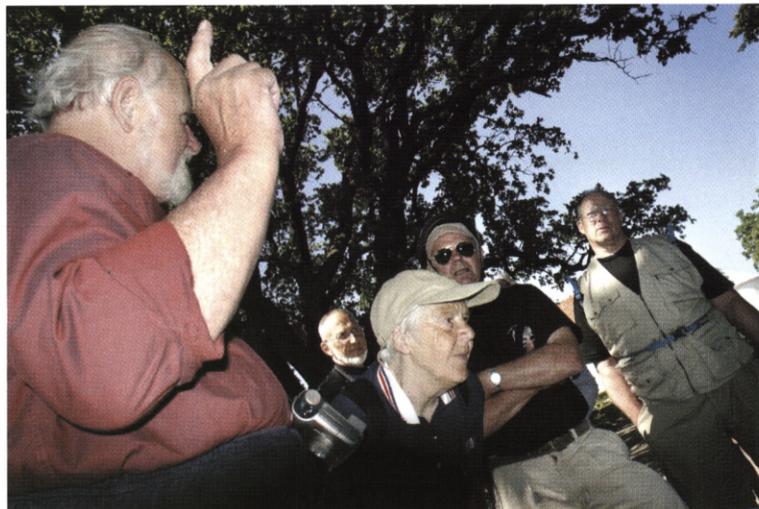
- Jeg har været oppe på to meter høje bølger ud for Valdemar Slot, siger han, og ligner starten på en lystfiskerhistorie. Men 70-årige Paul fra Stjoul lyver ikke. Der

var vidner. Kammeraterne nikker, den er go' nok.

Tåsinge og øhavet omkring blev invaderet af 33 seniorer fra hele landet i starten af juni. I to døgn

Der var plads i robådene til kaffe og Gammel Dansk.

Walther Schmidt fortæller bevægende historier fra anden verdenskrig på Landets Kirkegård.



skulle de enten vandre, cykle, ro eller kajakke øen rundt, og trods vabler og siddesår gennemførte samtlige deltagere.

Seniorene tog sig god tid. Ikke noget med mellemtider og hvem kommer først, det har de ligesom prøvet før.

- Vi kan sagtens nå en masse kilometer, hvis vi vil, siger Litzzi Bach fra Skaarup. Hun er på cykelholdet, der flere gange gør ophold for at få historietimerne genopfrisket. Elvira Madigans gravsted på Landets Kirkegård skal besøges og ved siden af ligger to engelske soldater, som blev skudt ned i nærheden under Anden Verdenskrig. Minderne dukker frem, og snakken går ...

Lejrbål og harmonika

Den bagage, man ikke orker selv at slæbe, sørger arrangørerne for at transportere. De sørger også for vand og sandwich på de aftalte rastesteder. Det giver plads i robådene til både kaffe og Gammel Dansk.

Ikke noget med at indfange og partere levende kyllinger. Menuen står på wokmad, og grupperne bruger lighter og lidt sprit. Om aftenen er der harmonika og rødvin ved bålet, og så kan man selv vælge, om man vil sove under åben stjernehimmel eller i bivuakker.

- Jeg savnede slet ikke min mand i nat, du snorker jo ligeså godt. Karin Jensen fra Skanderborg giver sin vandrekammerat, Nancy Søgaard lidt morgenrøg, mens manden, Eisig rører i morgenkaffen. Nancy får senere på andendagen en vabel, men hun bider ligesom flere andre tænderne sammen til næste overnatning på Skarø.

Hun skulle ikke køres i mål i bil.

Hvis nogen havde en søvnløs første nat i de uvante omgivelser, fik alle til gengæld sovet igennem på Skarø. Sidste etape sluttede i Troense Havn, hvor mange havde lyst til at gentage en komfortabel vildmarkstur en anden gang. |

FAKTA

”Rundt om Tåsinge” blev arrangeret af Dansk Firmaidrætsforbund, Dansk Arbejder Idrætsforbund, FMI og Svendborg Ældre Idræt.

70-årige Paul trækker kajakken på land til første pause mandag.



Cykelholdet kom vidt omkring og fik historietimerne genopfrisket.



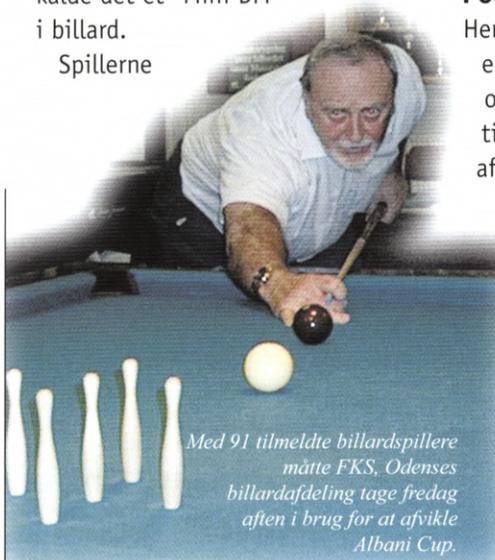
Albani Cup med mange spillere

Fin stemning til jubilæumsbillard i FKS, Odense.

Billardafdelingen i FKS, Odense, der i år kan fejre 25 års jubilæum, afviklede den 23.-25. maj Albani Cup i FKS-Hallen. Stævnet er gået hen og blevet en meget stor succes, og i år var der 91 tilmeldte mod 55 sidste år, så man måtte tage fredag aften med til afvikling af stævnet.

Der var deltagelse fra Ålborg, Viborg, Horsens, Vamdrup, Middelfart, København, Maribo, Århus og Odense, så man kunne næsten kalde det et "Mini DM" i billard.

Spillerne



Med 91 tilmeldte billardspillere måtte FKS, Odenses billardafdeling tage fredag aften i brug for at afvikle Albani Cup.

var inddelt i 30 puljer, og der blev spillet 120 kampe, inden stævnet var færdigt. Albani Bryggeriet a/s sponsorerede præmier til alle 30 puljevindere, og ekstra præmier til de fire bedste i cup finalen.

Dette års vinder blev Poul Lysmose Andersen, Odense. 2. pladsen gik til Tonny Hansen, København, 3. pladsen tog Leif H. Nielsen, Vamdrup sig af, og 4. pladsen gik til Svend Aage Sørensen, Odense.

Positive reaktioner

Henning Hansen fra "Støtteforeningen" i FKS, Odense deltog også i stævnet; men havde dog tid til at få en snak med nogle af spillerne, der var meget begejstrede for stævnet.

- Det er første gang vi herovre, og vi er meget positive over et godt stævne, og der burde være flere af den slags. Vi har 7 spillere med i år, men næste år kommer vi med flere, da flere spillere var forhindret i år, sagde Tonny Hansen, København.

- Der er altid en god stemning, og vi glæder os hver gang vi skal til Odense. Det er tredje gang vi deltager i Albani Cup, denne gang med 7 deltagere. Vi kommer også herved igen til Albani Seniorstævnet til oktober, sagde Poul Klavsen, Viborg der blev bakket op af Per Astrup, Horsens.

- Det er et rigtig fint stævne, og meget professionelt afviklet. Da vi så alle de mennesker var vi enige om, at det ikke kunne lade sig gøre på kun 8 borde, men da dagen var omme havde alle spillet og cup-kampene var også sat i gang.

- Der er altid en god stemning i Odense. Det er godt at vi også kan være med. Det er første gang vi deltager, idet at det tidligere faldt sammen med "Rock under Broen", hvor Middelfarts billardspillere var hjælpere, sagde Børge Jensen, Middelfart.

Fredag aften blev der spillet 21 puljekampe, lørdag 48 puljekampe og 5 cup kampe, og søndag 19 puljekampe plus 27 cup kampe. |

Åben firmaturnering i floorball

Søndag den 14. september inviterer KFIU (Københavns Firma Idræts Union) DIG og DIT firma til en forrygende firmadag med floorball i KFIU hallen, Knuthenborgvej 24, 2500 Valby.

Floorball er en udvidet udgave af skoletidens populære hockey og der spilles på halv bane, så ALLE kan være med.

Et hold består af max. otte spillere, med fire på banen af gangen hvoraf kun én på holdet må være turnerings spiller. Holdene inddeles i puljer á 4 hold, d.v.s. alle hold får

minimum tre kampe.

Det koster kun 250 kr. pr. hold at være med. Spilletiden bliver 2 x 10 minutter og der er præmier til alle puljevindere. Til de samlede vindere er der:

- 1. præmie: Weekend ophold i luksushuse på Lalandia Feriecenter for 8 personer med ledsager.**
- 2. præmie: Introduktionskursus i golf for 8 personer med ledsager på Smørum golf center.**
- 3. præmie: Bowlingaften for 8 personer med ledsager på Bryggens Bowling Center**

Tilmelding til KFIU, Knuthenborgvej 24, 2500 Valby eller til kfiu@dfif.dk

Sidste tilmeldingsfrist er fredag d. 28. august, hvorefter programmet tilsendes.

Tilmelding og yderligere oplysninger kontakt KFIU på 36 16 46 00 eller Anette Hvidtfeldt, DFIF på 65 31 65 60, mail hv@dfif.dk

Vi ses i september til en dag med aktivitet, sjov og samvær med kollegaerne. |

Ene mand mod 22 skakspillere

International Mester i skak, Svend Hamann, dystede mod 22 skakspillere fra FKS, København.

Den Internationale Mester i skak (IM), Svend Hamann havde indvilget i at deltage i en simultanskak aften for 25 spillere den 6. maj 2003 arrangeret af FKS (Firma Klubbernes Skaksammenslutning) København hos Jernbanens skakklub ved Ellebjerg S-togs station.

Efter en kort introduktion fremviste Svend Hamann et af sine glanspartier, hvor han i 17 træk ned- og udspillede den ungarske GM Lengyel. Partiet fulgte nøje en hjemmeforberedelse fra Svend Hamanns side.

- Jeg kunne have spillet alle trækkene i løbet af få sekunder, men jeg brugte i stedet 3-4 minutter per træk, som om jeg nøje måtte tænke over trækkene, fortalte Svend Hamann.

Under gennemgangen af partiet spurgte Svend Hamann deltagerne, om de kunne finde de rigtige træk i de kritiske situationer. Dette lykkedes i de fleste tilfælde efter nogle få fejlskud. Det var absolut spændende for deltagerne at se skak på et så højt niveau.

Mange spændende partier

Herefter gik vi i gang med simultanskakken, hvor det viste sig, at 22 spillere havde mod på at forsøge sig mod Svend Hamann. Svend Hamann spillede skiftevis med de hvide og de sorte brikker, og delta-



Svend Hamann er her nået til slutstillingen i glanspartiet mod den ungarske GM Lengyel, som blev tvunget til at opgive i 17 træk!

gerne skulle udføre deres træk, når han var nået frem til det pågældende bræt. Svend Hamann udførte derefter sit træk og gik videre til næste bræt.

Der blev spillet rigtig mange spændende partier, og såvel Svend Hamann som de øvrige deltagere havde en fin aften. Svend Hamann var for en gangs skyld i et medgørligt hjørne og indkasserede 2 tab og 9 remiser, mens han altså vandt de resterende 11 partier. Om dette skyldtes deltagernes gode spil eller om årsagen var, at arrangementet blev forsinket står lidt hen i det uvisse. Svend Hamann var dog så fin at sige, at han vist var lidt rusten på simultanskakfronten.



Svend Hamann måtte tænke dybt i partiet mod Stieg-Arne Alsén fra SAS skakklub. Svend Hamann vandt dog senere partiet.

Fine præstationer

De to vindere var Tom Strikert fra SAS skakklub og Poul Bang Nielsen fra Arbejdstilsynets skakklub. Følgende 9 spillere opnåede remis: Jørgen R. Larsen og Robert d'Hermilly fra Sporvejenes skakklub, Egon Madsen fra Postens skakklub, Hans Christensen, Ernst Fabrin og Keld Jarlkov, alle tre fra Jernbanens skakklub, Poul Wentzer Petersen, Verner B. Jensen og Jesper Stenaae, alle tre fra SAS skakklub.

Arrangementet forløb bortset fra en indledende forsinkelse perfekt, og jeg vil gerne fra FKS' side rette en stor tak til Svend Hamann for at afse tid til at deltage i dette arrangement. Også en varm tak til Niels Berthelsen fra Jernbanens skakklub, som stod for lokale, demo-bræt, kaffe med brød og øl og vand gennem hele aftenen.

Jeg føler mig overbevist om, at vi med tiltag som disse vil være i stand til at styrke firmaskakken i København, og FKS, København agter derfor fremover at afholde lignende arrangementer med jævne mellemrum. |

Motion på Arbejdspladsen søsættes

MpA er DFIF's nye indsatsområde rettet imod de fysisk inaktive.

Hvis firmaidrættens satsningsområde Motion på Arbejdspladsen (MpA) skal slå igennem og komme ud til så mange større danske virksomheder som muligt, er det helt afgørende med et positivt samarbejde mellem DFIF's foreninger og MpA.

Det fastslår konsulent i MpA, Morten Bierbaum, og han understreger, at man fra MpA's side vil gøre alt for at sikre, at både foreningerne og virksomhederne får noget ud af DFIF's satsning på MpA.

Nye kontakter

For DFIF's foreninger er der mange fordele ved at indgå i udbredelsen af MpA.

- For det første giver MpA's indsats mulighed for foreningerne at komme i kontakt med nye virksomheder. Hvis MpA f.eks. skal lave aktiviteter på en virksomhed, som selv har henvendt sig, vil MpA altid kontakte den lokale forening, således at man kan afstemme indsatsen overfor virksomheden. Det samme gøres når en aktivitet er blevet afviklet. Foreningerne får dermed mindst to muligheder for at markedsføre sig overfor virksomheden, siger Morten Bierbaum.

- For det andet vil der ofte være et honorar til de frivillige fra en forening, der hjælper til ved afvikling af f.eks. en MpA-aktivitetsdag.

De inaktive skal aktiveres

Det egentlige formål med MpA er at udvide DFIF's samlede palet af motionstilbud til virksomhe-

derne i Danmark. Mere motion og en aktivering af de inaktive skal hæve middellevetiden og forbedre livskvaliteten, således at DFIF kan leve op til sit sociale ansvar som et landsdækkende forbund. Derfor er en af målgrupperne for MpA er da også netop de inaktive mennesker på arbejdspladserne.

- Det er afgørende for DFIF's udvikling, at vi i fremtiden

både kan tilbyde spændende aktiviteter til de aktive uden for arbejdstiden i lokalforeningerne, og til de typisk inaktive på arbejdspladserne. Det er denne nye målgruppe, vi forsøger at nå med MpA-indsatsen, siger Morten Bierbaum.

- Ude i DFIF's foreninger er der masser af medlemmer der kan selv, men der er en stadig voksende gruppe af mennesker, som får rørt sig alt for lidt i dagligdagen. Det betyder stress, dårlig trivsel, vægtproblemer og i sidste ende livsstils sygdomme.

Flere medlemmer

Derfor behøver DFIF's foreninger ikke at frygte, at medlemmerne vil forsvinde over i MpA.

- Nej tværtimod. Ved at vi får nogen af de mindre aktive mennesker på arbejdspladserne i gang med



Et godt samarbejde med DFIF's foreninger er afgørende hvis søsætningen af Motion på Arbejdspladsen skal blive en succes, fastslår projektkonsulent, Morten Bierbaum.

nogle sjove aktiviteter, får vi dem samtidig motiveret til at gå videre med at dyrke mere idræt. Og her er foreningerne jo klar til at tage imod, siger Morten Bierbaum.

- Desuden får vi firmaidrættens gjort kendt også i de virksomheder, der ikke tidligere har gjort brug af de mange spændende tilbud i foreningerne.

Endelig vil foreningens egen markedsføring også kunne forstærkes, idet MpA altid vil sørge for, at samarbejde med foreningerne ved planlægningen og gennemførelsen af lokale markedsføringskampagner.

Morten Bierbaum oplyser, at materiale om MpA vil blive fremlagt på de forskellige møder i løbet af efteråret, så alle har en mulighed for at lære MpA at kende som DFIF's nye fremadrettede indsats overfor de mange fysisk inaktive. |



MpA - et tilbud til din virksomhed

Motion på Arbejdspladsen (MpA) er DFIF's nye indsatsområde målrettet specielt til fysisk inaktive på de danske arbejdspladser.

MpA består af en række konkrete tilbud, eller produkter, som virksomhederne kan benytte sig af ved køb af ydelsen.

Pusterumsøvelser på CD: MpA har udviklet 4 cd'er med pusterumsøvelser for henholdsvis, at få pulsen i vejret, styrkeøvelser med motionselastik, øvelser for ryggen samt nakke og skuldre. CD'erne er på 7 minutter og kan nemt anvendes i en frokostpause, eller sendes igennem virksomhedens fælles radioanlæg.

Aktivitetsdage: MpA arrangerer aktivitetsdage for virksomhederne, hvor glad fysisk aktivitet er i højsædet.

Sundhedstjek: MpA gennemfører sundhedstjek, hvor medarbejderne bl.a. får målt kolesteroltal, blodtryk, kondital og fedtprocent. I tjekket indgår også en individuel motions snak med den sagkyndige MpA-instruktør.

Rekvisitudlejning: MpA står for udlejningen af den store park af spændende aktivitetsrekvisitter. Herunder hoppeborge, kajaker, tæppecurling, økse kast og andre spændende aktiviteter, som virksomheden kan have glæde af ved forskellige lejligheder.

Motionsrumsindretning: MpA vejleder objektivt og uafhængigt virksomhederne i indretning af virksomhedens motionsrum.

Uddannelse: MpA uddanner dels motionsrepræsentanter på virksomhederne, og motionsrumsinstruktører.

Teamaktiviteter: MpA gennemfører team-aktivitetsture for de ansatte på virksomhederne.

Motionspolitik: MpA hjælper virksomhederne med at skabe en bevægelsespolitik på arbejdspladsen, på linie med ryge- og alkoholpolitikkerne.

Motionsforedrag: MpA kommer ud og fortæller om motion som svar på problemer med sygefravær, dårlig trivsel, stress og overdødelighed.

MpA er altid på udkig efter nye aktiviteter, som kan foregå på arbejdspladsen. Derfor hører vi meget gerne fra alle med gode ideer til spændende udvidelse af MpA's tilbud til virksomhederne.

Hos MpA® kan man købe en CD med øvelser for de mest anspændte muskler og led, her for nakke og skuldre.

Motion styrker trivslen på jobbet

To store danske virksomheder, Grundfos i Bjerringbro og Micro Matic Instrument A/S i Sønderød, har erkendt nødvendigheden af at kunne tilbyde sine medarbejdere inspirerende og sjov motion på arbejdspladsen. Derfor har begge virksomheder indgået aftaler om at få leveret ydelser fra DFIF's nye afdeling, Motion på Arbejdspladsen - MpA®.

Pusterumsøvelser og aktivitetsdage

Hos Grundfos har det været en succes at sende lyden fra CD'er med pusterumsøvelser ud igennem Grundfos's interne miljøradio som de ansatte i produktionen har i høreværnet. Pusterumsøvelser er let og inspirerende pausegymnastik med gode øvelser for de mest anspændte muskler og led, typisk nakke og skuldre. CD'erne bliver sat i anlægget to gange om dagen, og så kan man se medarbejderne udføre synkron bevægelser i den store produktionshal.

Micro Matic Instrument A/S har bestilt to store aktivitetsdage med bevægelse og gruppeaktiviteter for de ansatte. Formålet er

at styrke arbejdsmiljøet og det tværfaglige kendskab imellem afdelingerne, og øge bevidstheden om at motion er vigtig.

Fremsynede virksomheder

CD'erne med pusterumsøvelser og aktivitetsdage er blot to af de mange produkter i den fælles kurv, der hedder Motion på Arbejdspladsen - MpA®. Konsulent Morten Bierbaum er glad for, at det netop er to store kendte virksomheder som Grundfos og Micro Matic Instrument A/S, der har fået øjnene op for MpA's tilbud.

- Det er to fremsynede virksomheder, der har erkendt, at motion på arbejdspladsen styrker arbejdsmiljøet og trivslen og i sidste ende kan nedbringe sygefraværet, siger Morten Bierbaum.

Alle danske virksomheder har nu mulighed for at bruge løs af de mange tilbud der findes i MpA. Disse strækker sig lige fra aktivitetsdage og pusterumsøvelser, over rekvisitudlejning, holdopbyggelsesaktiviteter, og sundhedstjek, til grundig vurdering af virksomhedens motionsprofil og udvikling af sunde motionspolitikker til virksomhederne.

DLIF søger nye medlemmer

Dansk Levnedsmiddel Idrætsforbund (DLIF) har nu fået lavet en hjemmeside, hvor alle klubber og medlemmer kan orientere sig om de arrangementer forbundet laver. Klik på www.dlif.dk

DLIF har en valgt bestyrelse, som består af 4 fra Jylland/Fyn og 2 fra Sjælland. Bestyrelsen er konstitueret med en formand, kasserer og sekretær.

DLIF varetager idrætsaktiviteter for alle idrætsklubber inden for levnedsmiddelbranchen over hele landet. Alle idrætsklubber indenfor branchen er velkommen i forbundet.

Der er p.t. ca. 2000 medlemmer fordelt på 15 klubber, men vi

kan være mange flere, da det så er lettere at få deltagere til arrangementerne. DLIF står for mange forskellige arrangementer bl.a. bowling, fodbold, både indendørs og udendørs, havfiskeri, skydning, gokart o.m.m.

Sådan bliver du medlem

DLIF er repræsenteret i Landskredsen som er en landsdækkende organisation med en bestyrelse som varetager de tilsluttede forbunds idrætsinteresser over for Dansk Firmaidrætsforbund. Landskredsen arrangerer hvert år den sidste weekend i oktober et stort DM-kvalifikationsstævne i Fredericia-

Hallerne med mange deltagere.

For at være medlem af DLIF skal der være en bestyrelse på min. 5 pers. og vedtægter, som indsendes til formanden Henning Christensen ved indmeldelse i forbundet. Et medlemskab af DLIF koster kun 400 kr. om året, som igen giver alle i klubben ret til at deltage i de arrangementer som DLIF og Landskredsen laver.

Har du eller din klub fået lyst til at høre mere om DLIF, er du velkommen til at kontakte formanden Henning Christensen, Agerskovvej 40, Hammerum, 7400 Herning, tlf. 97 11 81 80.

Velkommen som medlem. |

Åbne



Stævner 2003

1. juli til 31. august 2003

Idrætsgren	Dato/Måned/År	Forening	Kontaktperson	Telefon	Sidste tilmeld.
 Gang og vandring Ryslinge Marchen Hærvejsvandring	22.-23. aug. 03 6.-12. juli 03	Wabblerne Fodslaw	Fl. Rasmussen	62 67 15 25 86 61 35 88	
 MOTIONSCYKLING Herregårdsløbet	24. aug. 03	Nyborg Firma Sport		26 24 23 31	På dagen
 FODBOLD (ude) Hannerupstævnet	10. aug. 03	Fredericia	Ib Østergaard	40 19 58 76	28. juni 03
 MOTIONSLØB Kongebroløbet Danmark-Stafetten	13. sept. 03 23. aug. 03	Middelfart Frederikshavn	MFS	64 41 20 90 98 43 86 25	24. aug. 03
 PETANQUE Fredericia Åben	9.-10. aug. 03	Fredericia	Poul Erik Andersen	75 92 76 39	25. juni 03
 RIFFEL 50 M Riffel 50 m Riffel 50 m	28. juni 03 16. -17. aug. 03	FKS, Odense Middelfart	Leif Sørensen Vagn Ove Jensen	66 17 63 20 64 41 50 30	2. aug. 03

Få din forenings åbne stævne eller arrangement med på DFIF's aktivitetskalender.

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

Firma Fiske Festival 2003

Find fiskestængerne frem og tilmeld jer til årets højdepunkt for alle lystfiskere.

Så nærmer tiden sig atter for årets Firma Fiske Festival. For 30. gang i træk inviteres alle interesserede til at deltage i denne sensommer skovtur på vandet. Søndag den 21. september stævner bådene ud fra Helsingør, så sæt kryds i kalenderen, så der ikke kommer noget i vejen for denne dejlige udflugt.

I 30 år er der nu i september måned blevet afholdt Firma Fiske Festival i Helsingør. Igennem tiden har der været mange deltagere, og vi håber, at mange gamle som nye deltagere i år vil finde fiskestængerne frem og på den måde være med til at gøre denne hyggelige tradition til en uforglemmelig dag.

Holdkonkurrence

Firma Fiske Festivalen er en holdkonkurrence, hvor idéen er at alle kan være med. Om man er garvet lystfisker eller nybegynder betyder ikke spor, for der er plads til alle. Og det med konkurrence kan man tage ganske roligt.

Man deltager som hold og et hold består af 4 personer. Hvor mange hold hvert firma ønsker at stille med er der til gengæld ingen begrænsning på.

Hvis et firma deltager med flere hold skal man vælge én af følgende deltagelsesformer. Holdene kan deltage på samme båd eller på hver sin båd. Hvis flere hold fra samme firma deltager på samme båd vil resultatet for hvert hold være gennemsnittet af alle holdenes totalvægt. D.v.s. at hvis fire hold fra samme firma samlet

fanger 200 kg. fisk vil hvert hold blive noteret for at have fanget 50 kg.

Valgfrie både

2 gange (formiddag og eftermiddag) bliver der sejlet ud fra Helsingør, hvor chancen for sild skulle være størst. Som de øvrige år, er det valgfrit hvilken båd og hvilket tidspunkt man ønsker at fiske fra, men det gælder selvfølgelig at dem der kommer først til mølle har størst mulighed for at få deres ønske opfyldt. På tilmeldingsblanketten kan det ses hvilke skibe der kan vælges i år.

Præmier og vandrepokal

Igen i år er der mange og flotte præmier til såvel holdvinderne som vinderen af den individuelle konkurrence. Holdvinderen er ganske enkelt det hold der sammenlagt fanger flest kilo fisk. Det er nemlig sådan, at hvert hold som deltager skal udsætte en præmie. Det hold, som fanger flest kilo

fisk, vil få de fire mest værdifulde præmier og så fremdeles. Indenfor kategorien individuel, vinder den som fanger dagens største fisk.

Ikke at forglemme er der til det vindende hold foruden titel, ære og ovennævnte præmier en kæmpe vandrepokal. Vandrepokalen kan erhverves til evigt eje, ved at vinde den 3 år i træk eller 5 gange i alt. Plastsnedkeren som vandt den sidste år skal derfor »blot« vinde den i år og næste år for permanent at kunne have den stående.

Yderligere information

Prisen for at boltre sig på Øresund en dag med solskin og højt humør er pr. hold kr. 1000,- som inkluderer bådleje, deltagerbevis m.m.

Yderligere information på tlf. 65 31 65 60 til Anette Hvidtfeldt eller mail på hv@dfif.dk

Vi ses den 22. september - de første har allerede tilmeldt sig.

Tilmeldingsblanket og regler kan hentes på www.dfif.dk



Bådene sejler ud fra Helsingør to gange (formiddag og eftermiddag), og det er valgfrit hvilken båd man vil sejle med.

Vinderne fundet i Internetbowling

Finalestævnet i Internetbowling i Odense havde deltagelse af 69 spillere, og Erik Petersen fra seniorbowlings under Pandrup Firma og Familie var begejstret for finalestævnet, der blev afviklet den 14. juni i Odense Bowling Hal.

- Jamen det er jo er vældig godt initiativ det her! Der har været stor interesse for at deltage i internetbowlingen i Pandrup, og vi stiller med 14 deltagere her i finalerunden, siger Erik Petersen, der vandt herre E-rækken.

Ellers var det spillerne fra Politiets IF, København, der satte deres

præg på finalestævnet, med 3 førstepladser og 2 andenpladser.

Formanden for DFIF's bowlingsektion, Vagn Jensen afslører, at der bliver afviklet en ny omgang internetbowling med start den 1. sept.

- Der er tilmelding fra den 1. aug. til 1. sept., og det koster 125 kr. at deltage i to perioder. Den første periode går fra den 1. sept. til 1. dec., og anden periode spilles fra den 1. jan. til 30. april 2004. Der skal spilles 5 runder a 2 serie i hver periode, siger Vagn Jensen.

Læs mere om internetbowling på www.dfif.dk

Til alle vinderne i de 10 rækker var der et week-endophold på Hotel Nyborg Strand for to personer.



VINDERNE INTERNETBOWLING 2003

Dame A/B: Hanne Schultz, Lyngbowl

Dame C: Anne-Mette Jørgensen, Buy-Aid

Dame D: Kettey Pedersen, Skansen

Dame E: Kirsten Hebsgaard, Aalborg Seniorsport

Herrer A: Lars Jacobsen, Politiet IF

Herrer B: Kurt Korff, Politiet IF

Herrer C: Svend Erik Larsen, Hos Boldt

Herrer D: Jørgen Jonassen, Politiet IF

Herrer E: Erik Petersen, Pandrup F.F.I.

Herrer F: Edgar Christensen, Aalborg Seniorsport

AF TRINE ANDERSEN, PROJEKTKONSULENT, MOTION PÅ FYSKE ARBEJDSPLADSER.

Oplevelsestur i det sydfynske

Fredag formiddag først i maj måned stod 5 friske medarbejdere fra Ny Møllegaard Ungdomspension i Odense klar ved Skårupøre. Weekenden bød på oplevelser for krop og hoved – en præmie som medarbejderne havde vundet ved deltagelse i sidste efterårs kampagne "Arbejdspladsen motionerer".

Vejret havde fra morgenstunden vist sig fra sin bedste side med solskin og let brise. Holdet lagde ud med rundstykker og kaffe ved stranden og var derefter klar til en formiddagstur i kajak i Skårupøre Sund og en rask gåtur langs stranden gav en perfekt start på weekendens oplevelser.

Hos Thurø Camping var der lejet hytter, og efter formiddagens strandaktiviteter indtog vi her en delikat frokost, og gjorde klar til endnu en udfordrende aktivitet – mest for hovedet.

Minefelt og labyrint i skovens mørke

På stranden mødte der medarbejderne et minefelt. Her skulle de i fællesskab løse opgaven med at finde "den sikre rute" gennem feltet. Indbyrdes kommunikation var nøgleordet og som tiden sked frem blev der rykket i håret, stampet i sandet og bandet lidt af hinanden, men pludselig viste stien sig og hele holdet nåede sikkert igennem. Herefter bød eftermiddagen på bueskydning, endnu en kajaktur, petanque, minigolf og stangtennis.

Sent om aftenen, da mørket havde sænket sig over både campingpladsen og den nærliggende skov var det igen på med de tykke trøjer. Holdet blev bedt om at dele sig i 2 grupper og gennem mørket finde vej gennem en snor-labyrint. Ved labyrintens ende skulle medarbejderne løse en kommunikationsop-

To flotte nordbagger trak holdet fra Ny Møllegaard Ungdomspension rundt i det sydfynske som afslutning på en oplevelsesrig tur.



gave. Alt forløb fint og inden roen sænkede sig over holdet kunne der i hyggeligt samvær grines over en flaske rødvin.

Allerede fra morgenstunden bumlede vi ud af de små veje. 2 store og meget flotte nordbagger trak os rundt i den sydfynske idyl. Vi nød de skønne bondehuse, udsigten ud over vandet og alle de nyudsprungne træer og planter inden weekendens oplevelser måtte ende – vi tog afsked og kørte mod Odense.

Kurser fra DFIF 2003/2004

Keep Fit aerobic 1



Målgruppe: Kurset er til dig, der ønsker en toptunet aerobic-instruktøruddannelse. Kurset er første del af DFIF's instruktøruddannelse, og der arbejdes teoretisk og praktisk med flg. emner:

- Hvad er aerobic, korrekt opbygning af en aerobic time
- Bevægelseslære, musikforståelse og aerobic
- Undervisningsteknik herunder cueing
- Opvarmning, konditionstræning, Cool Down
- Stræk, forebyggelse af skader

Instruktører: interne og eksterne samt forbundsinstruktør Sebastian Rasmussen.
Dato & sted: 5.-7. sep. 2003 i Ringkøbing.

Tilmelding: Senest d. 8. august 2003.
Pris: kr. 2.400,-. Foreningspris: kr. 1.200,- incl. overnatning, forplejning, instruktion og materialer.

Spinning 1

Kurset henvender sig til alle, der har lyst til at tage en spinninguddannelse. Kurset er første del af DFIF's instruktøruddannelsen og der veksles mellem teori og praksis i flg. emner:

- Korrekt spinning.
- Musikforståelse, takttælling, cueing
- Undervisningspædagogik
- Timeopbygning
- Historie og udvikling
- Kost, væske, forbrænding
- Spinningniveau
- Udlevering af opgave til kursus 2

Instruktører: Knud Erik Juhl, Conni Einfeldt Kibsgaard og Sebastian Rasmussen.

Dato & sted: d. 21. sep. 2003 kl. 9.30-18.00 i Kolding.

Tilmelding: Senest den 22. august 2003.

Pris: kr. 1.200,- incl. materialer, instruktion og forplejning.

Webmaster 1

Formål: Vil du forbedre din forenings hjemmeside? Har du lyst til at arbejde mere effektivt med hjemmesider?

Indhold: Denne weekend vil vi se på:

- Design/layout, styring af layout med CSS, skab levende sider med DHTML, smarte JavaScripts, markedsføring med HTML, masser af tips & tricks

På kurset arbejdes der med MS FrontPage Express, hvorfor du skal være bekendt med dette program. Det forventes, at du allerede har lavet en hjemmeside, og at den er offentlig tilgængelig på Internettet. Ved tilmelding skal du opgive Internet-adressen.

Instruktør: Freddy Juhl.

Dato & sted: d. 4.-5. okt. 2003 i Nyborg.

Tilmelding: senest d. 28. august 2003.

Pris: kr. 1.800,-. Foreningspris: kr. 1.000,- incl. overnatning, forplejning, instruktion og materialer.

Sundhedsweekend

Oplev en skøn weekend med massage og zoneterapi. Du får indblik i, hvordan du kan kombinere teknikker, så du kan hjælpe dig selv og dine nærmeste, med f.eks. at styrke immunforsvaret og f.eks. tage en forkølelse i opløbet og afhjælpe spændinger i skuldre og nakke. Læs mere om kurset i uddannelseskataloget eller på www.dfif.dk

Dato & sted: d. 27. sep. kl. 13.00 til d. 28. sep. kl. 15.00 i Nyborg.

Tilmelding: Senest d. 22. august 2003.

Pris: kr. 1400,- incl. forplejning, overnatning, materialer og instruktion.



**Dansk
Firmaidrætsforbund**

Storebæltsvej 11, 5800 Nyborg,
tlf. 65 31 65 60, fax: 65 30 14 26,
e-mail: jha@dfif.dk og www.dfif.dk

Hør mere om kurserne eller få DFIF's nye 32 siders uddannelseskatalog gratis. Kontakt uddannelseskonsulent Jane Have Andersen på tlf. 65 31 65 60 eller send en mail til jha@dfif.dk



1055 løbere sendes af sted på den 7,5 km lange rute.

Engsø-løbet har tag i de unge

Grindsted Firma Idræt og Atletikklubben Heden havde 1055 deltagere til start, da det traditionsrige løb blev afviklet for 28. gang.



Vinder Anders Ejby Ernst ser sig tilbage. I baggrunden anes nr. 2. Jens Kofoed.



Engsø-løbet er god PR for Grindsted Firma Idræt, siger formanden Anders Schultz.

Men Tour de Pedal deltagerne på jubilæumsdagen den 25. maj strider sig gennem det åbne landskab i regn og blæst, er Grindsted Firma Idræt samtidig vært ved Engsø-løbet.

Med 1055 deltagere er der lagt op til en stor oplevelse for både deltagere, tilskuere og arrangører. Og deltagerne lader sig ikke gå på af regnbygerne. De tager ihærdigt del i den fælles opvarmning anført af den lokale aerobicinstruktør. Herefter bliver løbet skudt i gang præcis kl. 11:00 og feltet sendes ud på ruten 7,5 km. rundt om Engsøen.

Der løbes både i privatregi og i firmaregi, og generelt er der mange firmahold med. Det er kendetegnet for Engsø-løbet, at alle aldre er repræsenteret, og i modsætning til en del andre firmaidrætsaktiviteter, har løbet godt tag i de unge.

Igen i år bliver løbet intenst med hård kamp om de første pladser. Efter en jævnbyrdig dyst ude på ruten vindes løbet af Anders Ejby Ernst i tiden 23 minutter og 17 sekunder tæt forfulgt af vinderen fra 2002, Jens Kofoed.

God PR for firmaidrætten

Formand for Grindsted Firma Idræt, Anders Schultz er som medarrangør af Engsø-løbet med på sidelinjen hvert år. I år er det 28. gang, at løbet afvikles, og firmaidrætten i Grindsted har været med alle årene i samarbejde med Atletikklubben Heden. Et samarbejde som Anders Schulz er meget glad for – det fungerer upåklageligt til glæde for løbsafviklingen.

- Med et stort arrangement som Engsø-løbet viser Grindsted Firma Idræt sit ansigt udadtil i lokalsamfundet. Som byens største forening med ca. 3500 medlemmer er den PR, som skabes af Engsø-løbet, og for den sags skyld også af Tour de Pedal, utrolig vigtig. Den gør, at vi viser vort ansigt udadtil – og lige så vigtigt – at folk ved, hvad vi står for som idrætsforening. Samtidig kan vi også mærke, at Engsø-løbet smitter af på vores løbeafdeling, som har fået flere medlemmer, udtaler Anders Schultz, der allerede ser frem til næste års Engsø-løb. |



Landet rundt

Danmark Rundt med Vandrestafetten

Næsten 22.000 km er der gået med Vandrestafetten her hvor den første fjerdedel af kampagnen er overstået, og Gunnar Faarup Nielsen fra Dansk Motions Forbund er ikke bleg for at betegne Vandrestafetten som en succes.

- Jeg havde regnet med, at stafetten totalt set ville runde ca. 25.000 km på sin vej rundt i landet, men det tal er jo snart nået. Hvis det fortsætter på den måde, runder vi 100.000 km før vi slutter i Hillerød den 6. marts 2004, siger en tilfreds Gunnar Faarup Nielsen, der også beretter om en massiv tilslutning fra medlemmerne til de lokale arrangementer.

Ærø. Som deltager i denne cykelturistuge lover arrangørerne en helt speciel cykelferieoplevelse. Der forventes 1000-1500 deltagere fra 14-16 europæiske lande.

Deltagelse er billig og der er også billig overnatning i telt eller campingvogn på landsstævnepladsen i Svendborg.

Hoteller og vandrerhjem mv. i en radius af 2-3 km fra AIT-basen på Landsstævnepladsen.

Mere info på www.cykelfestival.dk eller brochure hos: Jørgen Bjerring, formand for Dansk Cyklist Forbunds Fyns Amts afdeling, e-mail jbjerring@mail.dk

Ry. Fint vejr til Danmark-Stafetten

Ry Familie og Firma Idræt afviklede Danmark-Stafetten den 25. maj, og motionsløbet samlede 151 deltagere fordelt på 42 hold. Dette år deltog der især mange lokale hold, både firma og gadehold, men desværre stadig ikke mange skolehold, fortæller løbsleder Erik Kjær Kristensen fra Ry. Løberne var begunstiget af rigtig fint vejr, så de havde en flot tur rundt på de 5,2 km af kondistien ved Knudhule,

hvor der løbes på skovstier, fortove og asfalt. Først efter at præmierne blev uddelt begyndte det at regne lidt.

København. Danmark-Stafet i mosen

32 hold med 120 deltagere havde valgt at prøve kræfter med stafetruten i Utterslev Mose, da Københavns Firma Sport inviterede til Danmark-Stafet den 22. maj. Efter sidste års skuffende deltagerantal

på 24 hold, håber løbsleder Eli Rasmussen fra KFS, at bøtten nu er vendt til fremgang. Der deltog 9 damehold, 11 herrehold og 12 hold i mixrækken. - Deltagerne var tilfredse og der var mange der gik hjem med lodtrækningspræmier og en gave fra firmaidrætten, siger Eli, der også fremhæver Motionsklubben, Amager, der stillede med 8 hold.



Jernbanens Atletik & Motion bakker flot op om Danmark-Stafetten rundt om i landet. Foto. Johnny Wichmann.

Jernbanens Atletik & Motion overalt

Medlemmerne i Jernbanens Atletik & Motion er særdeles aktive deltagere i Danmark-Stafetterne rundt omkring i landet. I København deltog klubben med 3 hold i herre-, dame- og mixrækken, og var ubeskedne nok til at løbe med førstepladsen i alle tre rækker fortæller formanden Carl Erik Hunnerup. I Hillerød stillede jernbanefolkene også op med 3 hold, og det gav to førstepladser, i hhv. herre- og i mixrækken. Også i Svendborg og i Næstved stillede Jernbanen AM op i herre- og i mixrækken, og løb med 1. pladsen i herrerækken, og Carl Erik Hunnerup understreger, at det ikke er tale om gengangere, men nye folk hver gang. Flot opbakning fra en aktiv firmaklub!

Km med hjulet Deltagere Antal km

Fodslaw Fredericia	103,4	167	2158,7
Fodslaw Vejle	142,2	386	2574,1
Fodslaw Horsens	63,7	149	1773,0
Fodslaw Silkeborg	175,6	131	2048,4
Fodslaw Kjellerup	141,5	143	1247,5
Fodslaw Bjerringbro	49,7	39	529,4
Fodslaw Århus	54,2	133	855,4
Fodslaw Randers	32,9	63	569,4
Fodslaw Hadsund	89,3	285	2896,8
Fodslaw Frederikshavn	210,5	294	3352,6
Fodslaw Hirtshals	86,4	82	1261,1
Fodslaw Hjørring	76,1	262	1673,7
Total	1359,8	2205	21870,8

Følg med på hjemmesiden som nås nemmest gennem www.ivv.org/denmark

Svendborg. Cykeloplevelser på sydfyn

I dagene den 12.-20. juli 2003 indbyder Dansk Cyklist Forbund og Sydfyns Turistbureau alle cykelferieinteresserede til Den 60. internationale AIT Cykelturistuge i Svendborg. Base for cykelferieugen er Landsstævnepladsen i Svendborg. Daglige cykelruteforslag af varierende længde, tilrettelagt af aktive cyklister på Sydfyn - bl.a. tur til Langeland og den smukke



Nyt om navne

8 nye gule riffelinstruktører i DFIF

I weekenden d. 23.-25. maj 2003 dannede Middelfart og Fredericia rammen omkring afviklingen af DFIF's riffelkursus 3, hvor 8 nye gule instruktører blev uddannet og afsluttede deres 60 timers uddannelse. Instruktør **Lone Christiansen** fra Vordingborg og medinstruktør **Harry Hansen-Baun** fra Herning førte instruktørerne gennem weekendens mange spændende rifelemner. DFIF's uddannelsesudvalg ønsker tillykke og håber, at instruktørernes foreninger vil gøre brug af dem, så de kan afvikle lokale grundkurser i riffelkydning i foreningerne. De 8 nye riffelinstruktører er: **Benny Andreassen** og **Monica Nielsen**, fra Familie- og Firmaidræt Korsør, **Martin Colin Poulsen**, FKS, Odense, **Jens Peter Byllemos**, Aabenraa Firma Idræt, **Kristian Lange**, Kolding Firma Sport, **Hans H.K. Jensen**, STØFI, **Jørgen Jensen** og **Jens Lund**, fra Århus Firma Sport. |



DFIF's 8 nye gule riffelinstruktører med instruktør Lone Christiansen (tv) og medinstruktør Harry Hansen-Baun (th).

Fortjentstegn til ledere i FKS, Odense

Formanden for FKS Håndbold, **Ellen Sørensen**, og formanden for FKS Fodbold, **Preben Grønborg**, har modtaget DFIF's fortjenstegn. Ellen Sørensen startede som leder i firmaklubben i Odense-firmaet Hastrup i 1976, og har lige siden siddet i et af FKS, Odenses udvalg.

Først i fodboldudvalget, for så i 1979 at skifte fodbolden ud med håndbolden som formand for FKS Håndbold. Ellen er kendt for sit gode humør og for sin seriøse indstilling til sin ledergerning, og man går aldrig forgæves, når der bliver kaldt på hende til andre opgaver i FKS, Odense. Ellen har tidligere modtaget FKS's Hædersnål, DFIF's hæderstegn, FKS's Lederpokal, og i 2002 modtog hun Knud Busch's Mindepokal for sin store indsats for firmahåndbolden.

Preben Grønborg har været bestyrelsesmedlem i sin firmaklub fra 1976 til 1999 og har siddet i FKS, Odenses fodboldudvalg siden 1976, og i 1979 blev han valgt som formand for fodboldudvalget. I 2001 overtog han tillige formandsposten i indefodboldudvalget. Preben er kendt som en leder med sin meningers mod og melder klart ud, hvis der er ting som han føler skal laves om. Preben har tidligere modtaget FKS's Hædersnål, DFIF's hæderstegn og FKS's Lederpokal. Hæderen blev overrakt i f. m. repræsentantskabsmødet i FKS, Odense den 11. marts 2003 af formanden for DFIF's Fyns Amtskreds, **Leif Sørensen**. |

Hæderstegn i Grindsted Firma Idræt

Ved repræsentantskabsmødet den 13. marts 2003 modtog en lang række frivillige ledere i Grindsted Firma Idræt (GFI) DFIF's hæderstegn for deres mangeårige virke for firmaidrætten i Grindsted. Hæderen blev overrakt af DFIF's forbundsformand **Peder Bisgaard**.

Aase Sørensen og **Jørgen Sørensen** modtog hæderen for deres arbejde med skiafdelingen i GFI siden 1982. Sammen har de i over 20 år arrangeret skiture til Sverige og Østrig, og Aase har siden 1984 tillige været revisor i GFI. **Inger Margrethe**

Jepsen og **Kurt Jepsen** startede i GFI's badmintonafdeling i 1985, og har tillige arbejdet meget med Tour de Pedal. **Carsten Nielsen** har været formand for GFI's volleyballafdeling siden 1985. Det er ikke mindst hans fortjeneste, at volleyballafdelingen i GFI hvert år tæller mellem 18 og 24 volleyballhold der spiller i en løbende turnering vinteren igennem. **Tage Gaarde** har været formand for fodboldafdelingen siden 1989, og har desuden taget en stor tørn som fodbolddommer. **Gitte Schultz** og **Anders Schultz** startede løbeafdelingen i GFI i 1989, hvor Anders blev formand. I flere år stod de i spidsen for Danmark-Stafetten, og i dag bruges kræfterne på Eng-sø-løbet. Anders blev sidste år valgt som næstformand i GFI, og har nu overtaget formandsposten efter **Kristian Hansen**. **Margit Reitz** har været formand for petanque-afdeling i 10 år, og det er hendes fortjeneste, at afdelingen har et så flot anlæg ved Lynghallen. |

Ny grøn riffelinstruktør i DFIF

Søndag d. 25. maj blev **Harry Hansen-Baun** fra Herning grøn riffelinstruktør i DFIF. Harry har gennemgået forbundets 120 timers instruktøruddannelse, der giver ret til at bære det grønne instruktørmærke. Harry var medinstruktør på riffelkursus 3, der blev afviklet i Middelfart, og afsluttede sin instruktøruddannelse her. |

DFIF's nye grønneriffelinstruktør, Harry Hansen-Baun, Herning.





Kort nyt

Prøve DM i gokart i Roskilde

DFIF indbyder i samarbejde med København's Firma Sport og Roskilde Racing Center, til prøve DM stævne i gokart for firmahold i weekenden den 30. - 31. august 2003, på banen ved Roskilde. DM stævnet afvikles som Le Mans over 2 timer som holdkørsel med 4 køre (m/k) på hvert firmahold. Samtlige firmahold deles op i heat a 24 firmahold, hvorfra de 6 bedste firmahold fra hvert heat går til finalen. Løbet køres på Roskilde Racing Centers 1250 meter store bane, hvor det er officials fra banen, som står for løbsafvikling og udlevering af køreudstyr i h. t. sikkerhedsreglerne for motorsport. Læs mere om DM stævnet i gokart på www.dff.dk hvor du også kan tilmelde dit hold online. |

Danmark Rundt med Livsstilsklubben

Livsstilsklublederen Flemming Poulsen fra Esbjerg og Klaus Olsen fra Ebeltoft Kurcenter vil i perioden fra den 6. til den 19. juli 2003 cykle rundt i Danmark fra livsstilsklub til livsstilsklub i 12 byer landet over. Turen, der bliver på ca. 1130 km, vil føre de to ildsjæle fra Esbjerg over Odense til København og Hillerød videre til Holbæk og Ubberup og tilbage til det jyske, hvor også Frederikshavn, Sæby og Skagen får besøg inden turen slutter i Ebeltoft.

Flemming Poulsen og Klaus Olsen vil forsøge at samle den lokale presse og lokal TV og tilbyde, at medlemmerne fra livsstilsklubberne kan møde dem, og cykle med på et stykke. |

DM stævne i golf

I weekenden den 20.- 21. september 2003 indbyder DFIF til DM stævne i brutto slagspil over 36 huller på Hjarbæk Fjord Golf Center. Arrangementet afholdes i samarbejde med København's Firma Sport, og i samme weekend afvikles en introduktionsweekend for ikke-golfere. Alle golfspillere med et gældende DGU

kort, eller tilsvarende kort fra en udenlandsk golfunion, som er over 18 år ved turneringens start den 20. september, kan deltage. Der kræves ikke medlemskab af DFIF. Læs mere om DM stævnet på www.dff.dk hvor du også kan tilmelde dig online. |

Nye rekorder i Vestkystløbet

Vestkystløbet i Esbjerg den 1. juni satte ny deltagerrekord. Folkefesten i Vognsbølparken samlede 10.604 løbere, fordelt med 2502 på den korte rute over 4,8 kilometer og 8102 på den lange strækning på 9,2 kilometer. Vestkystløbet fylder 30 år i 2004, og i alle årene har Esbjerg Firmaidræt og Esbjerg Atletik Forening stået bag løbet der nu er Danmarks 4. største motionsløb. Største hold var Esbjerg Kommune med hele 1426 deltagere, hvilket også er ny rekord i løbets historie. |

Stridigheder om Play the Game

Et forsøg fra Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger (DGI) på at skabe en fælles dansk eller nordisk idrætspolitisk platform i samarbejde med DFIF, Danmarks Idræts-Forbund (DIF) og Kulturministeriet om den internationale mediekonference Play the Game har vækket gamle stridigheder i den hjemlige idrætspolitik til live, skriver Jyllands Posten. DGI har afholdt de tre tidligere Play the Game-konferencer, men DIFs formand, Kai Holm, ønsker ikke redaktør Jens Sejer Andersen fra DGI som øverste chef for "Play the Game"-konferencen om etik i idrætsverdenen. Kai Holms betingelser har vagt harme hos DGI-formand Søren Møller, der finder DIF-formandens betingelser uspiselige. Redaktør Jens Sejer Andersen fra DGI, kommunikationschef hos DIF, Morten Møhlholm og redaktør John Thrane, DFIF, har på et møde den 16. juni drøftet hovedlinierne i et fremtidens Play the Game, og vil efter sommerferien aflevere et oplæg til de politiske ledelser. |



DFIF

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@dff.dk

Styrelsen:

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

Næstformand

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

Tonny B. Andersen

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

Kurt Petersen

Lumbyesvej 12
4200 Slagelse
Tlf. 58 52 75 35
Mobiltlf. 4045 7859
E-mail: kurt_pet@dff.dk

Knud Johansen

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

Adm.chef

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

Redaktør

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

Uddannelseskonsulent

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

IT-chef

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

Aktivitetskonsulent:

Jan Knudsen
Westermannsvej 15
5230 Odense M
Tlf. 6591 0803
Fax. 6591 0803
Mobiltlf. 4045 7860
E-mail: au.jan@dff.dk

MpA konsulenter:

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

Morten Bierbaum

Stakdelen 95
5220 Odense SØ
Mobiltlf. 2164 6646
E-mail: mb@dff.dk

Idrætskonsulent

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

PR- og informationskonsulent:

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

Foreningskonsulenter:

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

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

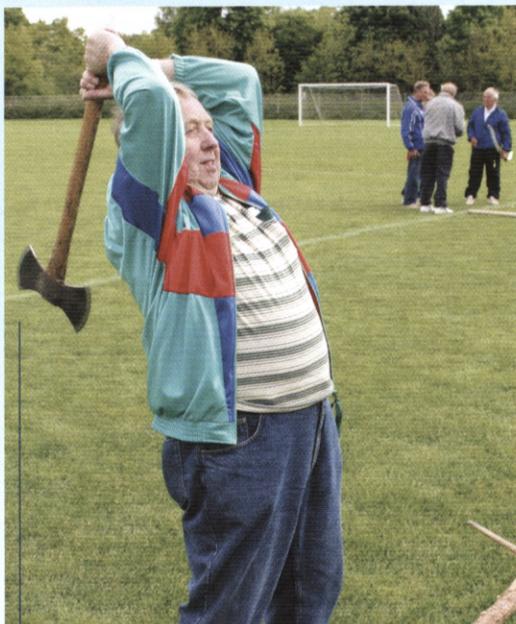
Jan Rask
Fåborgvej 28A
5762 Vester Skerninge
Tlf. 6224 1101
Mobiltlf. 2029 1822
E-mail: jan.rask@dff.dk

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

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

TEKST & FOTO. JOHN THRANE, REDAKTØR, DFIF

En dag i naturen



Frede Munk satte uden det store besvær kasteøksen alle fire gange i plet.



I vikingespil handler det om præcision og taktik.

“Det er da ikke så svært. Jeg ramte plet alle 4 gange!” Frede Munk er lidt høj i hatten, efter han prøvede øksekast ligesom de kendte sportsstjerner i TV 2’s Stjernetræf. Træfsikkerheden var i orden. 4 gange sad den tunge kasteøkse lige i plet i træskiven, så måske skulle nogle af de kendte sportsstjerner kontakte Frede for et lille kursus?

Seniorerne udendørs

Sammen med godt 100 andre seniorer fra Næstved, Korsør og Vordingborg, deltog Frede Munk i Næstved Firma Sports “En dag i naturen”, hvor seniorerne kunne prøve kræfter med bl.a. vikingespil, bueskydning, krocket, miniorientering, petanque og m.m.

Seniorerne i Næstved Firma Sport (NFS) mødes 3 gange om ugen hele vinteren, og idéen er at trække seniorerne udendørs, for at prøve nye aktiviteter.

- Vi prøvede det sidste år, og det var vi glade for, for der skal fornyelse til. Om vinteren står det på gymnastik, badminton, tæppecurling, floorball og boccia, men hvis du kommer ud i naturen, kan du prøve nogle nye ting, som f.eks. miniorientering, krocket, kompasgang og petanque, siger formanden for seniorerne i NFS, Bent Børsting.

Kammeratskabet tæller

- Det har været en dejlig dag, og det var sjovt at prøve nye ting og møde de andre seniorer fra Vordingborg. Det er vigtigt at få noget motion, men vi må heller ikke glemme, at det sociale er ligeså vigtigt, siger ægteparret Inger og Arne Kastrup, der har gået til senioridræt hele vinteren. De bliver bakket op af Niels Hjort og Ole Hansen fra NFS’s krocketafdeling, der også tæller mange seniorer.

- Krocket passer godt til senioridræt, for kammeratskabet har en større plads end pokalskabet. Det er sjovt at vinde, men det er endnu sjovere at være med, siger de to krocket-folk. █



Arne Kastrup sender krocketkuglen af sted med et velrettet slag.