

Masters-afdelingen i Vejle IF

Nyhedsbrev februar 2018

Af Ove Lausten

Lørdag, den 27. januar var der DM i kort trail på Bornholm. Her kunne Rie Moos Villumsen vinde årets første guldmedalje til Vejle If. i tiden 3.31,42 i K55. Vejle If. var også med i K45, hvor Rikke Gawinski vandt sølv i den flotte tid 2.15,55. Hanne Popp blev nr. 6 i samme aldersgruppe med tiden 3.18,38. Samme dag var der DM i kort cross i Aalborg. Her vandt Leo Justesen bronze i M65 med den udmærkede tid 18,54. Leo ligger jo i front i den Sydøstjyske cross turnering. Samme lørdag var der møde i masters afdelingen som start på sæson 2018, referatet kommer i det følgende. Der er desuden flere resultater længere fremme i nyhedsbrevet fra DM indendørs i Randers samt vinterkastestævne i Randers. Se også hvem der skal have idrætsprisen for 2017.

Referat for mødet 27/1. starter her

Møde for masters lørdag, den 27. januar kl. 13.00

Valg til masters udvalget

Masters leder: Ove Lausten, genvalg.

Fødselsdagsgaver: Ove Lausten, genvalg.

Pokaler og statistik, Per Glassau

Per Glassau startede med at give os et indblik i nogle af de interessante oplysninger, som han samler i årets løb. I 2015 havde vi 223 starter, 66 hos kvinderne og 157 hos mændene. I 2016 havde vi 316 starter, 106 hos kvinderne og 210 hos mændene. I 2017 havde vi 417 starter, 137 hos kvinderne og 280 hos mændene. Det var da en fremgang, der var til at få øje på. I 2017 vandt vi 26 guldmedaljer ved DM mod 25 i 2016. I 2017 satte vi 4 danske rekorder og 31 nye klubrekorder. Per Glassau rundsendte nogle af de oversigter, der bliver udarbejdet i årets løb, blandt andet oversigten over alle medalje vindere. Dernæst uddelte Per årets medaljer som følger.

Julepokalen stiftet af Niels Henrik Præstiin

Pokalen vindes af den løber der jf. masters point tabellen scorer flest point ved juleløbet på 3000m.

Mia Sørensen (69), 11.00, 876 point

Michael Just Pedersen (71), 10.57, 631 point. Pokal til ejendom.

Ballumhus pokalen stiftet af Kim Madsen

Pokalen vindes af den der sætter dansk masters rekord. Hvis der ikke sættes rekord er det den person med højeste score i holdkampe, der vinder pokalen.

Lisbeth Bertelsen (71), 10,79m. Dansk masters rekord i trespring, K45.

Clark Pedersen (35), 16.04. Dansk masters rekord i kort hæk indendørs, M80. Pokal til ejendom.

Arne Jensen havde også sat DR på 200m både inde og ude i M80, men Clark Pedersens resultat blev omregnet til højeste point værdi.

Heinrich Hjorts mindepokal stiftet af Iben og Vivi Hjort

Pernille Borgholm (72), 22 starter.

Ove Lausten (54), 32 starter.

Personlig træner v/Mia Sørensen

Mia Sørensen kom med et meget spændende 30 minutters foredrag om hvordan man træner langdistanceløb med lethed. Mia har med tiden 2.48,20 (klubrekord) på maraton noget til at dokumentere sine træningsmetoder. Mia kom godt rundt både omkring sig selv og den systematik, som hun benytter som træner. Motivation er et væsentligt element i en succes fuld træning. Det er også vigtigt at have modet til at ændre gamle vaner, og få skiftet til den rigtige individuelle træning. Aktuelt er der 20 løbere knyttet til og ikke mulighed for at tage nye ind. Læs mere om Mia Sørensen på Sundfokus.dk, søg evt. via Google.

Internationale stævner v/Rigmor Østerlund

Vejle If. har i tidens løb vundet en række medaljer internationale mesterskaber. Men Rigmor Østerlund er suverænt den blandt os, der har vundet flest medaljer ved internationale stævner. Medalje rækken tæller blandt andet 3 VM guld, flere EM guld og NM guld. Det har derfor længe været et ønske, at få Rigmor til at komme forbi og fortælle om sine oplevelser.

Rigmor kunne fortælle helt fra starten, hvor hun mødte vor tidligere holdkammerat Merete Svendsen i skoven. På daværende tidspunkt var Rigmors løbe tempo mere moderat. Men det blev der lavet om på, og i løbet af få år havde Vejle If. en ny stjerne, som kom hjem med internationale medaljer, og var også en periode fast deltager på klubbens kvindehold i atletik og senere med til at vinde DM guld med masters kvindeholdet. Vi fik også vist billeder som et glimt fra nogen af de mange oplevelser, der har fulgt med. Et spændende indlæg, som også gav indtrykket af de fælles oplevelser der venter, hvis vi rejser med rundt til stævner i verden. Rigmor har således i sin tid blandt andet været både i USA, England, Tyskland og Finland. Rigmor Østerlund har fortsat sin egen klinik, hvor vi blandt andet kan få hjælp til diverse sportsskader.

Klar, parat, start til holdkampe 2018

Arne Jensen og Kristian Krarup kunne orientere om, at vi igen i 2018 vil forsøge at have to hold med i masters turneringen. To hold giver mulighed for at mange flere kan komme til start, herunder også nye deltagere, som gerne vil prøve hvad det vil sige at være på atletik hold. Første holdkamp forventes at være i Vejle mandag, den 28/5. Anden runde tirsdag, den 12. juni i Esbjerg. Finalen bliver søndag, den 23/9. øst for

Storebælt. Vi kan allerede nu kontakte Arne og Kristian om at komme på holdet via mail:
sprinter@stofanet.dk

Eventuelt

Der var drøftelse om fælles træning. Ove Lausten kan kontaktes herom.

Der bliver afholdt dommerkursus i Vejle for dommere med dommerkort onsdag, den 11/4.

Referat fra mødet den 27/1. slutter her

DM indendørs i Randers

I weekenden den 3 og 4. februar var der DM indendørs i Randers. Indendørs hallen i Randers er et besøg værd, det er alle tiders indendørs arena. Denne gang har man samtidig vinter kaste stævne udendørs. Det er en god tradition, der er blevet bygget op henover de seneste 10 år. Vi starter netop med et godt resultat fra vinterkastestævnet og efterfølgende kommer der er kort referat fra DM konkurrencerne, der ikke må betragtes som fuldstændig. Resultatlisten kommer snarest på klubbens hjemmeside.

Peer T Jensen (58) er rykket op i M60 i 2018 og startede sæsonen med et rigtig godt resultat i kuglestød. Peer vandt således sin aldersgruppe i vinterkastestævnet med 12,41. Nr. 2 blev Karsten Krogh fra Glostrup med 10,90 og endelig blev Steen Larsen fra Greve nr. 3 med 9,62.

Jann D. Olsen (67) vandt årets første guldmedalje i 60m. Tiden 7,87. Nr. 2 blev Karl Boe fra Aalborg Øst Runners med 9,02 og nr. 3 Tommy Hansen fra Aalborg Øst Runners med 9,22. Så en suveræn sejr til Jann. Desuden blev Jann mester på 200m med tiden 25,65.

Clark Pedersen (35) startede også sæson 2018 med en guldmedalje. Det var i kort hæk med tiden 16,24. Der er ikke mange i 80 års gruppen der kan løbe hækkeløb, kort sagt imponerende af Clark. Det blev dog ikke til dansk rekord i denne omgang, den har Clark nemlig og den lyder på 16,04.

Pernille Borgholm (72) er med i årets cross turnering, og ligger på en anden plads samlet. Det var derfor imponerende, at Pernille ved indendørs kunne løbe 400m på 72,10. Det resultat gav en sølvmedalje. Men om søndagen gik det endnu bedre med guld på 200m i 30,05. Desuden blev der også et mesterskaber i 800m med den flotte tid 3.02,53.

Søren H. Mikkelsen (67) startede både på 400m og 1500m og fik to sølvmedaljer ud af indsatsen. På 400m var resultatet 73,79, her vandt Benny Machon fra Holstebro med 73,26, så en meget tæt kamp om de to første pladser. Tiden på 1500m var 5.16,95, og her var der langt ned til de følgende konkurrenter. Også for Søren blev søndagen bedre resultatmæssig med guld i 800m og tiden 2.23,44.

Arne Jensen (37) rykkede sidste år op i M80. Her var der også fart på med 39,31 for 200m. For at sætte rekord skal tiden ned i nærheden af 35, Arne har selv rekorden.

Endelige sluttede Arne, Pernille, Jann og Søren med at løbe 4x200 i tiden 2.03,53.

Idrætsprisen 2017

Torsdag, den 12. april overækker Vejle Kommune idrætsprisen til de atleter, som bliver indstillet og godkendt til prisen. Masters kan indstilles til idrætsprisen, hvis man vinder DM guld i en DAF konkurrence, sætter dansk masters rekord eller vinder VM, EM eller NM guld i konkurrencer udbudt via DAF. Vejle If. indstiller følgende masters atleter:

Lilly Jeppesen, Pia Smed Rasmussen, Mia Sørensen, Rigmor Østerlund, Lisbeth Bertelsen, Pernille Borgholm.

Clark Pedersen, Arne Jensen, Kristian Krarup, Søren H. Mikkelsen, Jann D Olsen, Jørgen Hansen, Jørgen Ladegaard. Foruden de nævnte er der vundet DM guld for hold på de lange distancer. Disse hold har Thorkild Bo og Ronny Kehrt fået med på indberetningen til Vejle Kommune.

Vejle If. kontor står for kontakten til Vejle Kommune, og der kommer i nærmeste fremtid link til bestilling af biletter på klubbens hjemmeside eller Facebook.

DM i lang cross og dm på landevej

Vi udbyder dm i lang cross og dm i 10 km landevejssløb med fælles tilmelding via klubbens hjemmeside. DM i lang cross er lørdag, den 3. marts i Fredericia. DM i 10km landevejssløb er lørdag, den 17. marts i Middelfart.

DGI Cross

Lørdag, den 3. februar havde vi hjemmebane med Rikke Gawinski som stævneleder. Jeg talte med en del deltageren fra udenbys klubberne, og har var der gennemgående ros til Vejle If. som arrangør. Roserne gives hermed videre til Rikke.

Konkurrencen blandt de bedste hold er fortsat meget tæt. Efter fem runder fører Fredericia Triatlon Team med 3.754 point, Vejle If. har 3746 point og Hedensted 1 har 3.498 point. Så vi har en god grund til at komme så mange som muligt til sidste runde i Juelsminde.

- 7. runde – 24. februar 2018 – Juelsminde Hallerne, Tofteskovvej 12D, 7130 Juelsminde I tilfælde af en aflysning har vi den 3. marts 2018 som reservedato.

Dommerkursus

Onsdag, den 11. april kl. 18.00 er Vejle if. vært ved genopfriskningskursus for dommere med dommerkort. De dommere som har dommerkort bliver kontaktet direkte, ligesom vi har kontaktet vore naboklubber.

Starterkursus

Lørdag, den 21. april forsøger vi at blive arrangør af starter kursus. Vi har allerede fra Vejle If. en ung atlet, som ønsker at blive starter. Det er vi glade for at høre. Selvom vi er glade for alle dommere uanset alder, så vil det være godt med nogle yngre indenfor kredsen.

Hjælper

Husk at hjælpe ved klubbens stævner. Indtægten fra klubbens motionsløb er med til at reducere vort kontingent. Vi har atletik stævner den 21. april, regions stævne, lørdag, den 26. maj holdkamp for ungdom og mandag, den 28. maj, holdkamp for masters.

Terminslisten 2018

Terminslisten er ajourført, så de fleste datoer nu er med.

Fælles træning i Hvidovre

Der er fælles træning primært i tekniske øvelser i atletik hallen i Hvidovre. Det er i weekenden den 17. og 18. februar. Tilmelding vi DAF's hjemmeside.

OOOOOOO