

# Masters-afdelingen i Vejle IF

## Nyhedsbrev august 2019

### Af Ove Lausten

Nyhedsbrevet for august har været udsat indtil efter DM i Hvidovre, så vi kan få resultaterne med. Leo Justesen og Lilian Starostka vinder desuden DM guld i kort trail. Vi kaster lige et kort blik på DM for senior, hvor Sarah Sækmose vandt bronze på 400m hæk. Men vi starter som tre gange før i 2019 med en fødselsdag.

#### **Vivi Hjort 70**

Torsdag, den 29. august fylder Vivi Hjort 70. Vivi har dyrket atletik siden sine yngre dage, og på et af klubbens mange historiske billeder kan man se fødselaren på klubbens divisionshold blandt andet sammen med Merete Svendsen, Jette Rasmussen og Ella Trærup. På opslagstavlen før omklædningsrummet er der en liste over stadion rekorder. Vivi er noteret for stadion rekorden i tre kast. Det er også blevet til en række år indenfor masters atletik, hvor fødselaren var flittig til at give sit bidrag i kasteøvelserne. Fødselarens navn er således også at finde flere gange i klubbens masters statistik i forbindelse med en klubrekord. Flere vil sikkert kunne huske Vivi for at kunne udføre et diskoskast så diskossen lå ret fladt i luften. Noget helt andet er den hjælp vi i mange år har fået fra Vivi som hjælper ved vore stævner. Her skal der lyde en stor tak for hjælpen, som har været et uundværligt bidrag til at få tingene til at fungere. Sammen med søsteren Iben har Vivi stiftet Heinrich Hjorts mindepokal, som har en særlig værdi. Det er nemlig den atlet både blandt kvinder og mænd, der har flest starter i masters atletik, som får pokalen. Fødselaren har en let læselig håndskrift, så læsning af notater har altid været nemt. Det har der også været brug for, for Vivi har i tidens løb sat mange noter med forskellige mærkedage på vore opslagstavler. Vivi er en af de personer der er rigtig flittig til at huske og lykønske med fødselsdage. Det vil vi gerne gengælde og siger hermed tillykke med de 70.

#### **DM i Hvidovre**

I Perioden den 16. til 18. august var der DM for masters i Hvidovre. I lighed med 2018 i Randers havde man fortsat med at afvikle 10000m om fredagen, hvilket er alle tiders gode ide. DAF forsøger at udvikle mesterskabet, og der var denne gang som et forsøg åben for udenlandske deltagere. Der var mødt flere deltagere fra Norge, Tyskland, Luxemborg, Belgien, Frankrig og Italien. Der var ikke deltagere fra Sverige, da der var svenske mesterskaber for masters samme dag. Man skal dog fortsat være bosiddende i Danmark for at blive mester. Der var sat flag op midt for opløbsstrækningen, så man kunne se hvilke nationer, der var repræsenteret. Deltager antallet var stigende målt i forhold til de seneste år. For Vejle If. blev DM en stor succes, se nedenstående gode resultater.

### **Per Glassau (54) 10000m**

Per var til start allerede fredag aften. Her blev det til en ny klubrekord med 45.47,16, som også udløste mesterskabets første medalje til Vejle If. og den var af sølv. Resultatet var samtidig klubrekord. Den tidligere klubrekord lød på 49.15,8 og var sat i 2008 af Poul Bachmann Madsen. Tillykke til Per med klubrekorden. Per har sat flere klubrekorder i løbet af 2019, og en håndfuld fingre er ikke tilstrækkeligt, når der skal tælles. Se statistikken på klubbens hjemmeside.

### **Inge Andersen (69) kugle, 100m og 200m**

Når man er sprinter som Inge, kan der nemt følge nogle skader. De hurtige løb er hård kost for fiberne, men på trods heraf blev det til gode resultater til DM. Lad mig nævne kugle først, hvor der var årsbedste med 7,67. Det er godt at have øvelser med, som ikke er ens speciale. Det udviklet generelt på fysikken samt motorikken. 100m blev en meget spændende konkurrence, hvor deltagerne sluttede meget tæt. Men med Inge som mester i tiden 14,28 w-0,8. 2) Christina Møller, Odense 14,80 3) Trille Ipsen, Sparta 14,87 4) Gitta Bredvig, Ballerup 15,35. På 200 m blev det igen til en første plads med tiden 30,94, med Trille Ipsen fra Sparta noteret for samme tid på andenpladsen. Der var ikke registreret vind på resultatlisten for K50. Heldigvis var K55 til start i samme heat, og her var vinden +0,1. Inges resultat resultatet kan derfor godkendes som klubrekord. Den tidligere rekord lød på 35,00, og tilhørte Esther Kristensen. Tillykke til Inge med klubrekorden.

### **Jann Dieter Olsen (67) 100m, 200m og spyd**

100m med Jann Olsen og Christian Tjajkovskij, det er sprint på et spændende niveau og ligefrem en klassiker vi ser frem til ved stævnerne. Det er tidligere lykket Jann at besejre Christian Trajkovski, der nu er skiftet fra Sparta til Hvidovre. Ved DM blev resultatet 1) Christian Trajkovski Hvidovre 12,17 2) Robin Rich KIF 12,44 3) Jann Olsen Vejle If. 12,61. På et billede fra starten kan det ses, at Jann er hurtig ude af startblokken. En af flere gode kvaliteter Jann har at bidrage med på 100m. Jann blev nr. 4 i spyd med 37,63. Højre arm er også hurtig i bevægelse, men spyd også en øvelse der kan trække skader. På 200m kom der igen en god tid med 25,76 w +0,8.

### **Preben Larsson (55) Hammer, og vægt**

Preben Larsson har altid været stabil i kast, og var det også ved DM. Her blev det til sølv i hammer med 30,36. Guldet gik til Per Sabroe fra Herning med 45,82. I vægtkast var fordelingen af medaljerne den samme, hvor Preben kastede 12,01 og Per 15,21. Det er værd at nævne, at vægten vejer 9,08 kg, altså en øvelse for stærke mænd.

### **Kristian Krarup(60) højde**

Klubrekorden i højde årgang 55 til 59 tilhører Kristian Krarup, og er sat den 9/6 2015 i Aabenraa. Ved DM kom der et resultat som havde retningen mod rekorden, men Kristian måtte nøjes med det flotte resultat 1,45, ældst i aldersgruppen. Serien ved DM var

1,24 1,27 1,30 1,33 1,36 1,39 1,42 1,45 1,48

--- --- 0 0 0 0 0 xx0 xxx

Knud Erik Pedersen fra FIF Hillerød vandt med 1,48 og Thomas Brinch fra Amager blev nr. 3 med 1,33.

### **Per Sabro træner i hammer**

Det hører med til historien, at Per Sabro er træner for Sara Kjær Andersen i hammer. Sara har netop vundet guld i vægtekast og sølv i hammer ved ungdoms dm.

### **Ove Lausten (54) 400m og længde**

Med 74,45 blev det til års bedste på 400m og en sølvmedalje. Det er et heat, hvor der var overraskende mange afbud lige op til start. I længde blev det til guld med 3,07 et resultat langt fra års bedste, men lige efter 400m.

### **Leo Justesen vinder DM guld i kort trail**

Leo Justesen blev dansk mester i kort trail 21,1 km med nettotiden 2.29,41. Nr. 2 Ole Sørensen Atletica med 2.50,10, nr. 3 Karsten Kobbarnagel fra Blovstrød Løverne med 2.59,16. Trail er for atleter, der søger specielle udfordringer på de lange distancer. Ruten er i en række tilfælde placeret på tværs af buskads, træbælter, stejle stigninger op eller ned, mudder, vandhuller m.v. Så selvom tiden ser beskeden ud sammenlignet med halvmaraton, så har løberne fået deres udfordringer undervejs. Tillykke til Leo med DM guld.

### **Lilian Starostka vinder DM guld i trail**

I K60 fik Vejle If. endnu en guldmedalje, da Lilian Starostka vandt guld. Lillian var eneste deltager. Vi siger tillykke med guldet.

### **Rie Moss Villumsen nr. 4 ved DM i trail**

I k55 blev Rie Villumsen nr. 4. Rie har jo tidligere vundet DM guld, så her har vi en af de rutinerede trail løbere. Rie har tidligere holdt foredrag om trail i Vejle If.

Desuden blev Rie Moos Villumsen nr. 4 i K55 med tiden 3.31,35.

### **DM for seniorer**

Sarah Sækmose (02) vandt bronze på 400 m hæk 62,93. Nr. 4 blev vor færøske klubkammerat Maria Biskopstø. Vejle If. har de seneste år fået medaljer ved senior DM og har efterhånden flere deltagere med. Denne gang var blandt andet Kasper Filsø til start på 100m. I 2018 vandt vor færøske klubkammerat Rebekka Fuglø guld på 1500m og året før vandt Andreas Bertelsen bronze i spyd.

### **Træningstider**

Ungdom træner flere gange om ugen, blandt andet mandag, tirsdag og torsdag fra 16.30 til 18.00. Jeg ved, at Anders Sækmose i tidens løb har givet gode råd til flere indenfor masters. Så udgangspunktet er, at vi er

velkomne til at træne med. Men kontakt lige Anders til træning, så det er en aftale, når vi træner med. Ellers kan vi lige snakke sammen i løbet af året, for der er også nogen af os, som træner i klubben i weekenderne. Vi har også mulighed for individuel træning, som eksempelvis Kenneth Degnebolig, der i 2018 fik stor hjælp fra Steen Andersen ved stangspring.

### **Hjælper til klubbens motionsløb og atletik stævner**

På opslagstavlerne i gangen før omklædningsrummene er der kommet opslag, hvor vi kan tilbyde at hjælpe til klubbens motionsløb. Næste motionsløb er Frøs Stafetten den 28. august. Her har vi fået en god melding, nemlig at der er rekord deltagelse. Det bliver godt for klub kassen. Onsdag, den 4. september er der regionsstævne i atletik. Det er som sædvanlig Niels Olav Nielsen, der er stævneleder.

### **Opslagstavle med resultater**

Per Glassau styrer opslagstavlen lige før omklædningsrummene. Få en god "A ha" oplevelse ved at læse opslagstavlen. Her kommer det virkelig til udtryk hvor mange stævner og mesterskaber der besøges af Vejle If. atleter i løbet af sæsonen. Bemærk også, at der er markeret for nye klubrekorder, dem bliver der også sat nogen af i årets løb. Vi kan også se, hvornår der seneste er foretaget opdatering.

### **Næste nyhedsbrev**

Udkommer primo september, hvor vi ser på de sidste stævner i banesæson 2019.

OOOOOOO