

Masters-afdelingen i Vejle IF

Nyhedsbrev marts 2017

Af Ove Lausten

Det er dejligt at skrive nyhedsbreve, når der hele tiden er gode nyheder at formidle. I dette nyhedsbrev ser vi på vinterkastestævne nr. 2, DM indendørs i Randers, afslutning på cross i Sydøstjylland samt lidt information om kommende stævner. Men først skal vi have en rund fødselsdag.

Jann Olsen 50 år

Torsdag, den 16. marts fylder Jann Olsen 50 år. Vi kendte godt Jann fra de gange vi har mødt hinanden til diverse stævner rundt i landet, og var klar over, at her er der en hurtig mand med interesse for sprint. Første gang Jann var til træning i Vejle IF. var det i en gul T-shirt med trykket Jamaica. Det var et signal, der var til at forstå. Da vi kom til indendørs DM i Randers fik vi flere eksempler på, at sprint og fart er noget Jann mener alvorligt. På 200 m blev det således til et flot DM med tiden 25,71. Nr. 2 blev Peter Lucht fra AGF med 26,67, nr. 3 Rachio Zaatri fra Århus 1900 med 27,24 og nr. 4 blev Jesper Christiansen fra Aalborg Øst Road Runners i tiden 30,42.

Tillykke med fødselsdagen.

Vinterkastestævner

Tirsdag, den 7. januar kl. 18.00 havde vi årets andet vinterkastestævne. Her var der rigtig vinter med en bidende kold vind fra nordøst og sne på banen. Med Berit Andersen som fast markdommer gik vi i gang og fik blandt andet følgende resultater. Sara Kjær Andersen (02) diskos 0,75kg 27,67m og kugle 3kg 10,52m. Steen Andersen (42) kugle 4 kg, 8,75m (KR). Et godt udlæg af Steen Andersen i sin nye aldersklasse M75. I diskos kastede Steen udmærkede 21,95m. Leo Justesen (51) kugle 5 kg 5,90m og diskos 10,98m. Ove Lausten (54) diskos 1 kg. 19,80 og kugle 5 kg. 6,14m.

Næste vinterkastestævne er lørdag, den 11. marts. Stævnet er for ungdom, senior og masters. Husk at melde til senest tirsdag, den 7/3 til ove.lausten@mail.tele.dk Skriv fornavn og efternavn efterfulgt af fødselsår samt dine redskabsvægte på tilmeldingen. Hvis vi skal aflyse på grund af vejret, vil jeg tilstræbe, at gøre det om morgenen den 11/3. til alle der har meldt til via mail.

Øvelsesrækken den 11. marts er ændret til, da kasteburet er gået i stykker i stormen. Buret er lukket indtil det bliver repareret. Øvelsesrækken den 11. marts bliver derfor i stedet spyd og kugle.

DM indendørs i Randers

I weekenden den 11. og 12. februar havde Randers Atletik Freja indvielse af den nye indendørs atletik hal. Det var et flot syn der mødte os, da vi første gang gik ind i hallen. Hallen er bygget efter reglerne for indendørs arenaer med 200m rundbane og forhøjede sving. Byggeriet er desuden godt gennemtænkt blandt andet med repos på første sals niveau, som en mulighed for tilskuere. Det kan anbefales at gæste Randers, når der næste gang kommer invitation til indendørs stævner. Vi har jo tidligere nævnt Jann Olsen, der var en flittig aktør ved stævnet. I det følgende nævnes en enkelt øvelse og lidt supplerende bemærkninger pr. deltager. Nyhedsbrevene ikke er en resultatliste, men vi undlader ikke at glæde os over i hvert fald en del af de gode resultater. Resultatlisten er til

gengæld på vor egen hjemmeside. Men vi var for alvor til stede i Randers, og det kan ses på de følgende resultater.

Pernille Borgholm (72) der også satser på sprint øvelserne fik en fin start på stævnet med en sølvmedalje på 60m i tiden 9,26. Ann Berit Holm fra Sparta vandt guld i tiden 9,06 og Mette Jepsen fra Hvidovre vandt bronze i tiden 9,63. På sprint distancerne benyttede Pernille lejligheden til at få startet på både 200m og 400m. Mange starter er et af flere midler til at forbedre sig i sprint.

Søren H. Mikkelsen (67) fik også sølv, og her er vi på 800 m med den udmærkede tid 2.26,11. Det lover godt for årets konkurrencer udendørs. Michael Pilegaard Hansen fra Bagsværd vandt guld med 2.13.49 og endelig vandt Jesper Christiansen fra Aalborg Øst Road Runners bronze i 2.34,03.

Kristian Krarup (60) vandt sit første DM guld i længdespring med 4,45. Her vandt Knud Erik Pedersen fra FIF Hillerød sølv med 4,44 og endelig blev Per Egge Rasmussen fra Randers Freja nr. 3 med 3,96. Det hører med til historien, at de samme tre atleter også deltog i højde, og her blev Kristian nr. 2 med 1,43, samme højde som Per Egge Rasmussen, der dog havde færre nedrivninger på sluthøjden. Man kan sige, at der var tale om kvalificerede modstandere i gruppen.

Arne Jensen (37) beviste endnu en gang, at han hører til de hurtige. Med tiden 35,99 på 200m blev der sat en ny dansk masters rekord indendørs i aldersgruppen M80. Det er første år Arne starter i M80, og vi kan godt forvente flere rekorder i årets løb.

Clark Pedersen (35), har været i M80 i to år. Clark er en stabil hækkeløber med flere danske masters rekorder bag sig. I Randers blev det til guld og ny dansk masters rekord indendørs i 60m hæk med tiden 16,04.

Vi sluttede dagen med en 200m stafet på tværs af aldersgrupperne med Jann Olsen (67), Søren H. Mikkelsen (67), Arne Jensen (37) og Kristian Krarup (60). Tiden 2.03,21.

Cross i Sydøstjylland

Først tak til Kirsten Kofoed for et godt samarbejde igennem hele sæsonen. Der har været gjort en mærkbar indsats fra Kirstens side for at få de 7 runder til at fungere, og der er nok at se til, når vi er så mange frivillige i arbejde. Resultatmæssigt slutter vi på samme måde som i sidste sæson, nemlig med en anden plads til Vejle IF holdet. Pokalen pryder spisebordet i Allan Simonsens Lounge. Det bedste er, at vi har haft en aktivitet med deltagere fra alle Vejle If. afdelinger. I masters aldersklasserne fik vi følgende medaljer.

K40 Rikke Gawinski guld. K45 Pernille Radsted guld. K55 Susanne Nørrelund bronze. K65 Lilly Jeppesen guld. K75 Esther Kristensen guld M35 Lars Lindgren bronze. M50 Knud Bangsgaard bronze. M60 Per Glassau, sølv. M65 Niels Jørn Jeppesen bronze. M70, Jørgen Ladegaard bronze.

Cross Nationals inklusive DM i 10km landevejsløb

Dansk Atletik Forbund arrangerer i lighed med de tidligere år en række Cross løb om vinteren, og som afslutning på vinterens løb er der som sædvanlig DM i 10km. Den afvikles i Middelfart lørdag, den 1. april. Tilmeldingen til 10km landevej er nu åben via www.dansk-atletik.dk I 2016/2017 har serien navnet Cross Nationals. Den 4. og søndag, den 5. marts er der henholdsvis lang Cross 8km for kvinder og 10km for mænd samt Cross stafet 3X4 km. Bemærk, at DM i lang Cross er i Fredericia. Tilmelding skal ske via link på DAF's hjemmeside.

Holdkampe 2017

Arne Jensen og Kristian Krarup har udsendt invitationen til deltagelse i årets holdkampe til os alle. Flere har allerede besvaret henvendelsen, det er vi rigtig glade for. For dem der ikke har meldt sig endnu kan det fortsat nås. Men husk at melde tilbage til sprinter@stofanet.dk snarest muligt, for den 1. april skal vi endelig beslutte om vi skal have et eller to hold. Skriv hvilke øvelser I ønsker at deltage i, så de to holdledere kan få et overblik over hvordan holdet skal sættes sammen.

Europamesterskaber for Masters i Århus

Tilmeldingen til årets suverænt største begivenhed er åben. Hjemmesiden har adressen www.emacs2017.com Vi skal selv melde os til individuelt, og har mulighed for efterfølgende at få startpengene refunderet. Tilmeldingsfristen er fredag, den 16. juni, så der er god tid. Men vær til gengæld opmærksom på, at når tilmeldingsfristen udløber, så er der ikke mulighed for længere at blive meldt til. Der skal benyttes landholdsdragt ved stævnet.

Hjælper

På www.vejle-if.dk er der en betydningsfuld bjælke, som hedder hjælper. Her kan vi melde os som frivillige hjælpere ved klubbens arrangementer i årets løb. Klubben har ikke faste regler for hvor mange gange vi skal hjælpe. Nogen hjælper således stort set ved alle stævner. Men det er betydningsfuldt, at vi alle giver en hånd med. Klubbens økonomi skabes blandt andet ved de indtægter, som der kommer fra vore stævner, og motionsløb i særdeleshed. En lang række af de opgaver der er ved stævnerne er meget enkle, og få timers indsats kan betyde meget for teamet bag arrangementet. Hvis vi alle tilbyder at hjælpe 3 gange på en sæson, så har vi lagt et pænt niveau.

000000