

Masters-afdelingen i Vejle IF

Nyhedsbrev februar 2020

Af Ove Lausten

I dette nyhedsbrev vil vi have fokus på DM indendørs i Randers, stillingen i Cross før sidste runde, mødet i masters den 25/1., navne på modtagere af idrætsprisen for 2019 samt holdkampe 2020. Der er også kommet en arrangør af DM i 10km landevej, der afvikles i Middelfart lørdag, den 28. marts. Læs også om femkamp i atletik den helt nye udfordring, der udbydes til alle i Vejle If. med mulighed for fælles træning af atletikøvelser. DAF er kommet med et godt tilbud om fælles træning i Hvidovre i weekenden den 7. og 8. marts. Tilmeldingsfristen til EM indendørs i Portugal er den 21/2. Der er DM i Cross den 8. marts i Roskilde.

DM indendørs

Lørdag den 1. og søndag, den 2. var Randers Freja igen vært for DM indendørs for masters samt DM inde i mange-kamp. Vejrguderne var med os, så der blev også arrangeret vinterkastestævne udendørs med hammer, diskos og vægt. Her deltog Sara Kjær Andersen i 16/17 års gruppen. I mange kamp startede Nana Nygaard i fire kamp i gruppen P15. Hos masters blev resultaterne som følger.

Jann D. Olsen (67)

60m om lørdagen, resultat 8,12. Resultatet var præget af udfordringer i startfasen, men tilstrækkeligt til at udløse en guldmedalje i M50. Nr. 2 blev Karl Boe fra Aalborg med 8,90 og nr. 3 blev Lars Rasmussen fra Aalborg med 10,11.

200m om søndagen, resultat 26,36 og guldmedalje. Nr. 2 i tiden 28,88 blev Bjørn Lundgaard-Madsen fra Skanderborg, nr. 3 i tiden 29,31 Karl Boe fra Aalborg.

Ove Lausten (54)

Længde 3,35 om lørdagen og guld.

800m 3.00,96 om søndagen og guld. Resultatet er ny klubrekord indendørs.

Stillingen i Cross i Sydøstjylland

Efter 6 runde er fører Vejle If. med 3809 point, Kolding KFUM har 3.588 point og Fredericia triatlon team 3.390 point. Sidste runde afvikles i Fredericia den 22/2. Det er fortsat vigtigt, at vi møder så mange som muligt til start, da det i holdkonkurrencen er top ti målt på point fra alle starter der tæller.

Referat fra mødet lørdag, den 25/1. kl. 13.00 starter her

Valg til masters udvalget

Statistik: Per Glassau blev genvalgt for en ny 2 års periode.

Masters leder: Ove Lausten blev genvalgt for en ny 2 års periode.

Fødselsdagsgaver: Ove Lausten fortsætter foreløbig med at udføre opgaven, men det er fortsat masters udvalgets ambition, at vi gerne må være en mere i udvalget, som eksempelvis klarer denne opgave.

Pokaler

Per Glassau Uddelte årets pokaler.

Per havde i 2019 er rigtig flot sæson, og hvis vi tæller klubrekorder i M65, så står han nu noteret for 8 rekorder. Per orienterede også om, at vi er blevet flere til at starte under masters. Men antal starter er faldet. Det gør vi noget ved i 2020, hvor der er så mange muligheder som aldrig før, for at komme til start.

Julepokalen er stiftet af Niels Henrik Præstiin

Pokalen vindes af den løber der jf. masters point tabellen scorer flest point ved juleløbet på 3000m. Niels Præstiin er et kendt ansigt i klubben og manden bag Doktor Nielsens vinterhygge maraton. Niels er også medlem af den eksklusive klub for maraton løbere, der har løbet 100 maratonløb.

Pernille Radsted (68) 773 point 11,58 min.

Søren Mikkelsen (67) 645 point 11,23 min.

Ballumhus pokalen er 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. Kim Madsen døde i december 2018. Kim var i sine yngre år aktive indenfor atletik, og har fortsat klubrekorden på 1000m for senior, og den er flotte 2.30,7.

Mia Sørensen (69) 899 point 5000m 19, 57.62

Jann D. Olsen (67) 851 point 100m 12,52.

Heinrich Hjorts mindepokal stiftet af Iben og Vivi Hjort

Pokalen vindes ved at have flest starter i året. Heinrich Hjort var æresmedlem af Vejle If. Da den olympiske ild i 1952 kom igennem Vejle på vej til Helsingfors, da løb Heinrich med flammen. Iben og Vivi er Heinrichs døtre.

Inge Andersen (69) 16 starter

Jann D. Olsen (67) 21 starter

Ove Lausten (54) 21 starter

Thorkild Bo Nielsen

Thorkild Bo er i gang med sin tredje periode som bestyrelsesformand. Der er tale om en forbilledlig indsats i bestyrelsesarbejdet og mange andre opgaver i klubben igennem efterhånden mange år. Vi blev vidner til et foredrag med indblik i et spændende liv, som nogen gange har været helt eventyrligt. Nedenstående er ikke

et udtømmende referat fra foredraget, men nogle glimt fra et spændende foredrag, som også indeholdt anekdoter af de mere morsomme.

Efter at have spillet fodbold i de yngre år og gået til boksning havde Thorkild i 1968 fået lyst til at prøve noget andet. Her faldt valget på Vejle If. Første træning blev med Allan Kehlet, der dengang var en ret god langdistanceløber. Den første træningstur blev dog kun på 8 km, men alligevel en udfordring med en så god træningspartner. Fra 1968 og den første periode var det primært baneløb, der var på programmet. Motionsløb var slet ikke blevet populært. Vejleløbet blev således holdt for første gang i 1977.

I 1976 gik turen til Canada for at se OL. Efter OL blev det så til en rundtur i USA populært sagt på tommelfingeren. Hvis man som Thorkild har tilstrækkelig talent som sælger, så kontakter man blot nogle ukendte mennesker og præsenterer sig som en løber fra Danmark. Så kommer man til at kende dem, og får mulighed for at modtage deres gæstfrihed og venlighed i form af overnatning samt blive kørt i bil til et nyt bestemmelsessted. Det var også i denne periode, at kontakten til New Balance for alvor blev skabt. Med virkning fra 1978 etablerede New Balance en fabrik i Irland, som skulle producere til det europæiske marked. Her var der et godt salgsargument, at bladet Runners World havde valgt New Balance til årets bedste. New Balance fik med baggrund i Thorkilds vedholdende indsats en betydelig markeds andel.

Den uddannelsesmæssige baggrund er folkeskolelærer, som jo er en alsidig uddannelse. Thorkild benyttede sin uddannelse som springbræt til et spændende liv som iværksætter. Det er den type som har mod og sætter noget i gang, det har vi altid brug for. Senest har Thorkild arbejdet med sit salgsgagentur for Aloe Vera. Siden oktober 1976 har Thorkild været ude at løbe minimum 1 km, hver dag. Mange tak til klubbens formand Thorkild Bo Nielsen for at spændende foredrag, dette var kun et glimt derfra.

Holdkampe 2020

Kristian Krarup har netop skrevet ud til potentielle deltagere på holdet. Denne tekst er derfor også en orientering til andre interesserede. Sæson 2020 yder på et eksperiment, da vi denne gang kan vælge mixhold, mandehold samt kvindehold. Denne beslutning er truffet via DAF årsmødet i november og DAF masters udvalg. Det er besluttet, at Vejle If. stiller med et mixhold bestående af både mænd og kvinder. Men der kommer også en ændring til øvelserne, som i første runde er som hidtil 100, 400, 1500, 5000, stang, højde, længde, hammer, kugle, diskos og spyd. Stafet tæller dobbelt i point. I anden runde bliver løbe øvelserne ændret til 100, 200, 800, 5000 og 1000 stafet. Stafet tæller dobbelt.

Vejle If. arrangerer første runde mandag, den 11. maj og anden runde er på udebane i perioden 2. til 4. juni. DM finalen afvikles lørdag, den 19. september i København på Østerbro Stadion.

Vi vil gerne have flere med til holdkampe, så I er velkomne til at kontakte en af os, hvis I er interesseret i at dyrke atletik på bane. Kristian Krarup og Preben Larsson sammensætter holdet.

Eventuelt

Leo Justesen spurgte til deltagelse uden klub tilhørsforhold, hvor der var observeret flere der blot udeblev fra medalje overrækkelse. Deltagelse uden klub tilhørs forhold har den fordel, at der kommer flere med. Men ulempen er, at hele klubsystemet med mange frivillige undergraves, og indirekte undergraver man

også Dansk atletik Forbund, der er afhængig af den frivillige indsats i klubberne. Men uanset for og imod, så gælder reglen også i 2020.

Pernille Rasted spurgte om der mangler dommere med dommerkort. Det gør der i nogen grad. Selvom vi har flere dommere med dommerkort, så skal der held til, for at alle kan på en gang.

Spørgsmål til dommerkursus fra Fritjof Hjort om de gamle dommerkort fortsat gælder. Svaret er, at de gamle dommerkort fortsat gælder, men de nye vil typisk blive udstedet med speciale i løb, kast eller spring.

Referat fra mødet den 25/1. slutter her.

Vejle Kommunes Idrætspris

Vejle Kommune uddeler årets idrætspris torsdag, den 2. april. Masters kan få prisen, hvis vi har vundet DM guld under Dansk Atletik eller international guldmedalje. Vedhæftet følger en oversigt over vore klubkammerater, som indstilles til prisen. Der kan købes billetter til prisoverrækkelsen med virkning fra den 2. marts. Vejle Kommune vender tilbage med en mail til hver enkelt om endelig tilmelding. Tillykke til alle med prisen.

03. feb.	DM inde	Randers	M 50 - 54	Jann D Olsen (67)	200 m	26.72
18. aug.	DM	Hvidovre	M50-54	Jann D Olsen (67)	200 m	25.76
02. feb.	DM inde	Randers	M 50 - 54	Søren Mikkelsen (67)	400 m	64.14
03. feb.	DM inde	Randers	M 50 - 54	Søren Mikkelsen (67)	800 m	2.25.94
02. feb.	DM inde	Randers	M 65 - 69	Ove Lausten (54)	længde	3,17
17. aug.	DM	Hvidovre	M65-69	Ove Lausten (54)	længde	3,07
03. feb.	DM inde	Randers	M 80 - 84	Clark Pedersen (35)	60 m H	20.08
03. feb.	DM inde	Randers	K 45 - 49	Pernille Borgholm (72)	200 m	29.71
02. feb.	DM inde	Randers	K 45 - 49	Pernille Borgholm (72)	400 m	72.22
03. feb.	DM inde	Randers	K 45 - 49	Pernille Borgholm (72)	800 m	2.58.22
02. feb.	DM inde	Randers	K 50 - 54	Inge Andersen (69)	60m	8.75
03. feb.	DM inde	Randers	K 50 - 54	Inge Andersen (69)	200m	30.93
17. aug.	DM	Hvidovre	K50-54	Inge Andersen (69)	100	14.28
18. aug.	DM	Hvidovre	K50-54	Inge Andersen (69)	kugle	7,67
18. aug.	DM	Hvidovre	K50-54	Inge Andersen (69)	200	30.94
09. marts	DM cross	Roskilde	M65-69	Leo Justesen (51)	Cross 6 km	29.00
10. aug.	DM trail	Kolding	M65-69	Leo Justesen (51)	trail 21 km	2.29.51
01. juni	DM	Sæby	K55-59	Rie Moos Villumsen (63)	24 tim løb	111 km

10. juni	DM	København	M80-84	Poul B Madsen (39)	10 km	56.28
10. aug.	DM	Kolding	K60-64	Lilian Starostka	trail 21 km	3.11.31
29. sep.	DM	Odense	K65-69	Lilly Jeppesen (51)	maraton	3.49.32 br
15. sep.	DM	København	M65-69 HOLD	Leo Justesen (51)	½ ma	1.43.20
15. sep.	DM	København	M65-69 HOLD	Thorkild Bo (50)	½ ma	1.49.02
15. sep.	DM	København	M65-69 HOLD	Torben Endahl (54)	½ ma	1.50.51
15. sep.	DM	København	M65-69 HOLD	Jørgen Hansen (51)	½ ma	1.51.08
29. sep.	DM	Odense	M65-69 HOLD	Torben Endahl (54)	maraton	4.04.09 br
29. sep.	DM	Odense	M65-69 HOLD	Thorkild Bo (50)	maraton	4.40.42 br
29. sep.	DM	Odense	M65-69 HOLD	Erik K Koed (53)	maraton	5.18.36 Br

EM indendørs i Portugal

Der er EM indendørs i år. Tilmeldingsfristen er den 21/2 2020. Tilmeldingen skal ske via DAF terminsliste og arrangørens hjemmeside.

DM i Cross

I løbet af vinterperioden arrangerer Dansk Atletik Forbund Cross Nationals. Løbene afvikles som sædvanligt over hele landet, både øst og vest for Storebælt.

Vi skal melde os til individuelt fra gang til gang via DAF's hjemmeside. Startpenge refunderes jf. Vejle If. regler herfor. DM i Cross afvikles i Roskilde søndag, den 8. marts. Marsters skal løbe 6 km. Lad os lige se, om vi kan køre fælles til Roskilde. Så vidt jeg kan se er starten 13.45, men det er naturligvis med forbehold.

DM i 10 km landevejsløb

Så er der fundet en arrangør af 10km landevej. Det bliver i Middelfart og mesterskabet afvikles samtidig med Strandvejsløbet i Middelfart lørdag, den 28. marts. Vi melder os til ved at

Femkamp

Vi har i 2020 planer om at tilbyde en ny udfordring til alle i Vejle If, nemlig en femkamp.

Femkamp består af længde, spyd, 200m, diskos og 1500m. For dem der ønsker flere udfordringer er femkampen alle tiders mulighed. Vi udbyder derfor denne udfordring til alle i Vejle If., der har lyst til at prøve en udfordring indenfor atletikkens verden. Det er planen, at vi vil finde en plads i den meget tæt besatte terminsliste, og det bliver derfor sandsynligvis sidste weekend i september eller den første i oktober. Undervejs i femkampen sørger vi får god opvarmningstid og flere prøvoforsøg i de tekniske øvelser. Der er naturligvis hygge med kaffe og brød i klublokalet efter udfordringen er klaret.

I løbet af sommeren har vi planer om at gennemføre en række træningssamlinger for alle og især rettet mod de tekniske øvelser. Eksempel på et sådan træningsforløb om torsdagen kan se sådan ud: Dag 1)

Længde med instruktør, dag 2) diskos med instruktør, dag 3) spyd med instruktør, dag 4) længde og 200m, dag 5) Spyd og diskos, dag 6) en eller flere øvelser, dag7) en eller flere øvelser. Der er nu lavet et opslag på tavlen nede ved omklædning, hvor I er velkomne til at skrive jer på eller i kan sende en mail til Ove, der også gerne besvarer spørgsmål. Der kommer meget mere om femkamp i badesæsonen.

Træningslejr i Hvidovre

I weekenden den 7. til 8. marts afholder DAF masters udvalg en meget interessant træningslejr i Hvidovre. Der vil være både fæles opvarmning og trænere på flere tekniske øvelser, blandt andet sprint, højde, kugle, længde og diskos. Desuden er der også træner tilknyttet mellem og langdistanceløb. Deltagelse er gratis, ligesom der er gratis spisning lørdag aften. Træningssamlingerne betales af Dansk Atletik. Informationerne findes på Facebook siden Mastersatletik.dk På denne Facebook side er der hele tiden mulighed for at følge med i hvad der sker indenfor masters atletikken, og det er rigtig meget. Så jeg kan anbefale, at alle der har lyst melder sig ind i gruppen.

Dommerkursus

I løbet af sæson 2020 skal vi igen have gang i dommer uddannelsen, så vi får flere med dommerkort. Uddannelse af dommere sker via DAF og foruden offentliggørelse i DAF terminslisten, så vil vore naboklubber også få en særskilt invitation. Uddannelsen løb, kast og spring varer 5 timer for hver gruppe af øvelser. Sidste weekend i marts, første weekend i april samt weekenden efter påske 17, 18, 19. april er foreløbig i spil. Vi kommer snarest med en konkret dato, der tilstræbes at være før regionsstævnet den 25. april.

MARS og EL-TID

På MARS er Niels Jørn Jeppesen den absolutte ekspert. Men vi vil gerne have flere uddannet i MARS, så vi har en tre stykker, der kan løse denne opgave.

Ved el-tid har Aage Lihn, Jette Grønæk Olsen og Alex Larsen de seneste år udført alt arbejdet. Også her må vi på sigt gerne blive en eller to mere, som kan afløse.

I er meget velkomne til at kontakte mig herom, så søger jeg for kontakten.

Hjælper

Alle der hjælper ved klubbens arrangementer får 100 kroner pr. gang med virkning fra løb/stævne nr. 2. Beløbet udbetales på generalforsamlingen i november. Næste mulighed for at hjælpe er Vejle City Trail den 16. april.

Der er følgende atletik stævner i 2020: Regionsstævne lørdag, den 25. april. Masters holdkamp mandag, den 11. maj. Regionsstævne onsdag, den 2. september. Femkamp eventuelt sammen med et ministævne er ikke endelig planlagt, men forventes ultimo september, primo oktober.

Dommere og hjælpere til holdkampen den 11. maj

Ove har i uge 5 udsendt mail til en række af de trofaste dommere og hjælpere vi tidligere har fået hjælp fra. Indenfor de aktive kan vi som sædvanlig få brug for en hjælpende hånd evt. ved stævnets begyndelse eller slutning. I hører herom i god tid før stævnet.

Næste nyhedsbrev

Det er planen, at næste nyhedsbrev skal udkomme primo marts.

OOOO000