

## Nyhedsbrev masters december 2022

### Af Ove Lausten

I nyhedsbrevet begynder vi med at se frem mod 2023. Læs derfor blandt andet om holdkampe 2023, møde for masters den 28/1, cross i Sydøstjylland, Doktor Nielsen, men først skal vi have pokalerne der blev uddelt i 2022 retur til Per Glassau.

#### Pokaler retur

I bedes kontakte Per Glassau for at få returneret pokalerne før nytår. Per kan kontaktes på [per.glassau@gmail.com](mailto:per.glassau@gmail.com) Så kan I aftale hvor og hvornår I kan returnere jeres pokaler. De skal jo graves og uddeles igen på masters mødet lørdag, den 28. januar.

#### Holdkampe 2023

Alle jer, som ønsker at deltage på klubbens hold i 2023 bedes returnere vedhæftede tilmelding til Preben Larsson og Ove Lausten. Mailadresser er på tilmeldingen. returneret senest lørdag, den 21. januar, så vi kan få et overblik før masters mødet lørdag, den 28/1.

Til dem der ikke tidligere har været med til holdkampen kan jeg varmt anbefale at prøve denne specielle oplevelse. Jo ældre man er, jo flere point får man for sin øvelse. Det kan godt give overraskelser undervejs. Desuden kan man på holdopstillingen se, at flere hold tænker over hvem der scorer flest point. Så hold jer ikke tilbage, selvom I har rundet 70 eller måske 80.

På mødet den 28. januar skal vi tage endelige stilling til hvilke hold vi ønsker stille med for Vejle IF:

Vi har tre muligheder for at stille med hold: Kvindehold, mixhold eller mandehold.

Hvis det viser sig, at vi mangler deltagere i enkelte øvelser, og ikke kan stille et fuldt hold selv, så har vi fået en mulighed mere. Allan Stapelfeldt fra Esbjerg AM har nemlig kontaktet os for at høre om muligheden for et samarbejde. Desuden overvejes samarbejdet at omfatte en klub mere. Esbjerg har nemlig udfordringer med at stille hold. Vi har derfor været så heldige, at Allan Stapelfeldt har valgt at kontakte os herom. Vi har lovet et endeligt svar herom efter en høring i Vejle IF, som iværksættes med dette nyhedsbrev og afsluttes på mødet den 28/1. I Esbjerg gennemfører man en tilsvarende høring oplyser Allan Stapelfeldt.

---

#### Møde for masters 28/1 2023 12:00

Der er møde for masters lørdag, den 28. januar, kl. 12.00. Alle modtagere af dette nyhedsbrev er hermed inviteret. Men i er også velkommen til at få andre interesserede fra klubben til at komme med til mødet. Den foreløbige dagsorden ser således ud.

#### Uddeling af årets pokaler v/Per Glassau

#### Kommentarer til statistik for 2022 v/Per Glassau

#### Dagens foredrag

I lighed med tidligere år vil vi forsøge at stille med en foredragsholder fra vore egne rækker. I bliver orienteret før mødet om hvem der holder foredrag.

## Holdkampe 2023

Endelig beslutning om hvordan vore hold skal sammensættes. Eventuel beslutning om fælleshold med Esbjerg.

## Kommunikation med holdet

## Forventninger til 2023

## Eventuelt

---

### Cross i Sydøstjylland

Det går rigtig godt for os i masters grupperne, her lige et glimt af den samlede stilling for masters efter tre runder. I M70 fører Leo Justesen, I M60 fører Knud Bangsgaard og i K60 er Susanne Nørrelund nr. 2 sammenlagt. Også i ungdomsrækkerne går det godt. I den samlede holdstilling er Vejle IF således nr. 2 med 1836 point. Fredericia Triatlon fører med 1939 point. Så der er som sædvanlig en meget tæt kamp i toppen, hvor vi er med. Siden starten på cross i Sydøstjylland har vort hold været på podiet hvert år, og vi har vundet to gange. Men vi er med helt fra de yngste til de ældste, så cross er en aktivitet, der går på tværs i klubben.

Hvis I ønsker at smugtræne til vi har hjemmebane den 25/2, så har Per hængt et kort på opslagstavlen i klubhuset over ruten. Her kan vi se frem til en rute, der i hovedtræk er vendt om i forhold til sidste år. Vi har prøvet løbet ruten. Det kan bekræftes, at den er udfordrende. Men prøv endelig selv.

### Doktor Niensens Vinterhygge Maraton

Tilmeldingen til Doktor Nielsen er i fuld gang, og i skrivende stund er der tilmeldt 215. Så det går den rigtige vej. Tilmeldingsfristen er reelt helt frem til selve dagen. Der kommer naturligvis ikke rigtig mange deltagere til et så specielt løb. Men Doktor Nielsen er alle tiders løb/walk, som der ikke mig bekendt findes mage til. Løbere kommer fra hele landet og der kommer også løbere fra andre lande eksempelvis Tyskland. Det er derfor også betydningsfuldt, at vi skriver os på hjælperlisten i klubhuset, og bliver en del af denne succes. Alternativt kan vi kontakte Vibeke Fisker på mail [vibekeft@gmail.com](mailto:vibekeft@gmail.com)

### Cross i Sydøstjylland, hjælpere til den 25/2.

Lørdag, den 25. februar har vi hjemmebane med Per Glassau som stævneleder. Der er ophængt tilmeldingsliste for os hjælpere på tavlen ved omklædningsrummene. Vi gør Per en stor tjeneste ved at skrive os på i så god tid som muligt. Men vi kan også kontakte Per via mail [per.glassau@gmail.com](mailto:per.glassau@gmail.com)

En række af opgaverne er rimelig nemme men ret vigtige, således skal vi bruge 4 poster ude i skoven, så der ikke løbes forkert. Men også bagning af kager er på programmet. Det er jo virkelig hyggeligt at mødes i klublokalet med klubbens hold eller andre deltagere over en kop kaffe eller the med hjemmebakket kage efter løbet.

### DM indendørs

I weekenden den 4 og 5 februar er Randers Freja igen vært for DM indendørs. Ved samme stævne er der udendørs kast, hvis vejret tillader det. Øvelserne ude er hammer, diskos, vægt og spyd. I skrivende stund har jeg ikke detaljer om, hvordan vi skal melde os til, men det får vi afklaret i begyndelsen af det nye år. DM inde er registreret i Connect Atletik. Jeg kan varmt anbefale at deltage i DM indendørs, også nye medlemmer kan få en god oplevelse.

### **DGI LM for masters 2023**

Masters udvalget med Per Glassau, Preben Larsson og Ove Lausten holdt møde mandag, den 12/12. Her blev en række af de emner som er opremset i dette nyhedsbrev behandlet. Desuden er vi via Inge Andersen blevet spurgt, om vi vil arrangere DGI LM i 2023. Det har vi ikke mulighed for, da vores kalender er godt fyldt med andre opgaver. Men DGI er velkommen til at spørge os igen i 2024. Vi skal have informationen tilbage til DGI, så de ikke går og forventer vi tager initiativet.

0000000