

Nyhedsbrev for masters december 2025

Af Ove Lausten

I nyhedsbrevet for december 2025 ser vi primært frem mod den kommende spændende sæson 2026. Men vi kan godt lige før mødet orienteret om, at sæson 2025 har været en rigtig god sæson for os og Vejle IF. Alene formandens beretning på generalforsamlingen afslørede en høj aktivitet og gode resultater hos masters. Vi kan også glæde os over, at vi har fået flere nye medlemmer, både kvinder og mænd, 7 i alt. Det er rigtig godt! Men som tidligere år, så starter vi den nye sæson med et møde for masters, dommere samt alle som hjælper os eller følger os. Det bliver i år i VB Museum, da vort eget klublokale er blevet booket af en anden klub i Vejle.

Dagsorden for masters møde lørdag, den 17. januar kl. 11:00 i VB Museum-----

Uddeling af pokaler

Per Glassau overrækker årets pokaler, og kommenterer undervejs reglerne for de enkelte pokaler.

Mixpokalen for kvinder og mænd stiftet af Per Glassau

Mixpokalen vindes på følgende måde i prioriteret rækkefølge: 1. Hvis man sætter dansk masters rekord. 2. Ved at score flest point i en øvelse på masters holdet. 3. Ved at sætte flest klubrekorder i Vejle IF.

Julepokalen for kvinder og mænd stiftet af Niels Henrik Præstii

Julepokalen vindes af den løber hos henholdsvis kvinder og mænd, som scorer flest point i 3000m løb ved årets juleafslutning.

Starterpokalen for kvinder og mænd stiftet af Ove Lausten

Starterpokalen vindes af den atlet hos henholdsvis kvinder og mænd, som har flest starter i atletik øvelser i kalenderåret. Pokalen gælder for alle øvelser fra maraton, ultraløb, trail, landevejsløb, cross samt atletik øvelser på bane indenfor løb, spring og kast.

Kommentarer til årets statistik v/Per Glassau

Hvor mange starter har vi haft i 2025, og hvordan har udviklingen været. Hvor mange medaljer har vi vundet samt andre oplysninger fra statistik.

Foredrag om atletik ved Inge Andersen og Jann Olsen

Hør hvorfor Inge og Jann dyrker atletik. Hvilke udfordringer er det der gør atletik spændende. Hvordan er det at deltage ved holdkampe, mesterskaber de internationale stævner, eksempelvis EM og VM. Hvilke sportsgrene har de hver for sig dyrket, før de skiftede til atletik. Vi kan se frem til et spændende indlæg fra Inge og Jann, der selv sætter dagsordenen for foredraget.

Fælles hold med Esbjerg AM – til beslutning

Det anbefales, at vi igen i 2026 laver fælles hold med Allan Stapelfeld og Esbjerg AM. Vi har gode erfaringer fra de tre år, hvor vi har arbejdet sammen med vores gode kolleger fra Esbjerg AM. Vi får samtidig en mindre betaling til startpenge med fælles hold, da vi bliver flere klubber om at betale. Startpengene udgør kr. 4.500 for indledende og 4.500 for finalen med tre hold. Vi får også mulighed for at satse på tre hold,

kvinder, mænd og mix. Det anbefales, at vi giver mulighed for at en klub mere kan være med på det fælles hold.

Holdkampe for masters 2026 – til endelig beslutning

Der arbejdes aktuelt med en plan om at samle alle jysk/fynske hold ved to indledende stævner. Som noget nyt forventes indledende runder at blive afviklet i weekenden. Vejle IF har derfor reserveret atletikstadion til en indledende runde lørdag, den 16. maj. Modellen kan anbefales, da der bliver flere deltager i de enkelte øvelser. Hermed bliver holdkampen mere spændende for os alle. Indledende holdkampe bliver med samme øvelser som hidtil. Vores opbygning af tidsplan kan fint rumme en holdkamp med flere hold end vi har været ved aftenstævnerne. Den samlede tidsplan kan skønsomt holdes indenfor 4 timer. Afvikling af stævnet hos os vil dog kræve, at vi får hjælp udefra blandt andet med el-tid. Der kan ikke være atletik stævne samtidig med Superliga fodbold hos VB. Vi kan derfor komme til at vælge en anden dato, så snart datoerne for nedrykningsspillet bliver offentliggjort.

Fælles træningstidspunkter for masters på Vejle Atletik Stadion

Torsdage kl. 16.30 til 18:00: Atletik træning, sprint og spring.

Torsdage kl. 17:30 til 19:00: Kast med Marie.

Lørdag kl. 09:30: Atletik træning, sprint og spring.

Tirsdage og torsdage: Mellem lang gruppen træner 16:30.

Se også bemærkning om andre træningsmuligheder senere i nyhedsbrevet.

Eventuelt

Dagsorden for masters mødet slutter her -----

DM i cross i Kolding

Den nuværende del af atletiksæsonen bliver kaldt for indendørs og cross sæsonen. Der har netop været DM i cross i Kolding. Her fik Vejle IF-masters succes.

Lilly Jeppesen viste igen sit høje niveau ved at vinde DM guld i cross. Lilly er jo kendt for at vinde mesterskaber på landevej. Men foruden årets guld i cross har Lilly tidligere vundet sin aldersgruppe ved Cross i Sydøstjylland.

I M75 vandt Jørgen Ladegaard bronze i tiden 29,35 for de 4,5 km. Jørgen er også kendt for flere gode resultater i triatlon.

I M70 vandt holdet med Torben Endahl, John Hansen og Leo Justesen endnu en guldmedalje til samlingen i M70. I den individuelle konkurrence vandt Torben Endahl bronze skarpt forfulgt af John Hansen i et meget skarpt felt.

I M55 vandt vi også guld i holdkonkurrencen. Søren Mikkelsen havde her samlet et homogent hold med Henrik Sødequist 32,26, Knud Aage Pedersen 33,42 og Søren selv med udmærkede 32,04 for de 7,5 km.

Cross i Sydøstjylland

Vi har nu været til start i Vejle, Horsens og Fredericia. Lad os derfor lige sætte fokus på hvordan det forløber i holdkonkurrencen.

I holdkonkurrencen tælles point fra samtlige 7 runder. Reglen gælder for alle fra den enkelte klub uanset aldersgruppe. Så der er point at hente til Vejle IF's hold ved at være med hver gang.

Vejle IF er efter tre runder nr. 4 med 1616 point. Nr. 1 er Fredericia Triatlon med 1895 point, nr. 2 HLLH med 1759 point og nr. 3 er Gauerslund-Løbeklub med 1711 point. Scoren hos Vejle IF fordeler sig med 5 fra børn og ungdom samt 5 fra masters gruppen. Hos masters er de 5 højst scorende:

Jytte Pabst Borring har scoret 155 point og er nr. 1 i K60-64 – rød.

Dorthe Juul har scoret 140 point og er nr. 5 i K55-59 - rød

Knud Bangsgaard har scoret 206 point og er nr. 1 i M60 til 89 – sort

John Hansen har scoret 180 point og er nr. 2 i M65 – 89 – rød.

Ove Lausten har scoret 186 point og er nr. 1 i M65 – 89 – rød.

Vi har også to deltagere med i walk, som er noget helt nyt her i 25/26. Det er vores engagerede walk træner Jonna Paulsen samt Grethe Højsager, som er startet i 2025 blandt andet med længdespring.

På hjemmesiden www.run2u.dk under bjælken Cross i Sydøst kan alle resultater og informationer læses.

Vejle IF har mange muligheder for fælles træning

Mulighederne for fælles træning er mangfoldige. Foruden den skitserede træning med fokus på masters, så har vi mange andre tilbud, som er åben for alle.

Torsdagsgruppen: Det er torsdag formiddag kl. 10:30 og deltagerne er primært personer, som har forladt arbejdsmarkedet. Men alle tiders mulighed for at løbe en tur sammen eller være med på en gåtur i vores smukke omgivelser. Et tredje alternativ er at træne i Vejle IF Styrkecenter. Der er mulighed for kaffe brønd m.v. i klublokalet efter træning. Ved særlige lejligheder er der mulighed for en frokost. Det er John Hansen der leder torsdagsholdet.

Tirsdag aften: Om tirsdagen er der den højeste trænings aktivitet. Her der er walk med Jonna Paulsen kl. 18:30. Samtidig er der løbehold med trænere på hver distance, jf. opslag i klubhuset. Om tirsdagen er der også mulighed for kaffe og brød. Bente Dalsgaard drager omsorg for indkøb til køkkenet. Tirsdage er der mange børn til atletik træning på stadion. Børnene og deres forældre er også en del af et godt klubliv.

Triatlon: Svømning er også en mulighed, hvis vi melder os ind i Vejle IF Triatlon.

DM indendørs i Randers

Igen i 2026 er DM indendørs for masters i den flotte atletik hal i Randers. Det er i weekenden den 31/1 til 1/2.

Der bliver fælles tilmelding på Vejle IF's hjemmeside, hvor det også er specificeret hvilke øvelser vi kan tilmelde os. Der bliver også kast af vægt, hammer og diskos udendørs. Kast udendørs er alle tiders gode ide, for så kan atleter med speciale i kast også få en ekstra mulighed for at deltage.

Tilmeldingen er klar i uge 51 og være lige opmærksom på tilmeldingsfristen, som bliver sat af webmasteren, så vi kan nå at sende og betale startpenge rettidigt.

VM i halvmaraton i København 20/9 2026

Torben Endahl er indtrådt som leder af Vejle IF's aktiviteter i forbindelse med VM i Halvmaraton. Der bliver indenfor en overskuelig fremtid udsendt en formel bekræftelse til hver enkelt deltager. Efterfølgende skal man betales startpenge.

Hvis man bliver forhindret i at deltage er det vigtigt at kontakte Torben Endahl for at høre om muligheden for at bytte nummer med en anden klubkammerat.

Dansk Atletik og Sparta arrangerer i 2026 VM i halvmaraton i København. Jeg har lige fået oplyst, at samtlige 35.000 numre er solgt. Vejle IF er med i den gruppe af klubber, som har forhåndsreserveret via sit medlemskab af Dansk Atletik. Det var jo allerede i marts, at vi reserverede de 23 numre. Bestyrelsen har besluttet, at man vil betale for en bus til rejsen til København.

Held og lykke til alle deltagere i dette spændende internationale arrangement.

Genopfriskningskursus for dommere

Nu kommer muligheden for at få genopfrisket vores dommerkort. Det er altid en god ide, at deltage i genopfriskningskurser for at have et dommerkort med brugbar dato. Men endnu mere væsentlig er vores viden, der bliver opdateret til et aktuelt niveau ved kurset. Bemærk at kurset er gratis for klubber, der er medlem af Dansk Atletik Forbund.

Genopfriskning af eksisterende dommerkursen på niveau 2 består af selvstudier og gennemgang af kursisternes spørgsmål online. Deltagere skal tilmelde sig disciplinrækkevis (løb/spring/kast) senest fredag den 9. januar. Efter endt tilmeldingsfrist får man tilsendt resumé af de seneste regelændringer i respektive disciplinrækker samt et invitationslink til kurset. Det er muligt at indsende spørgsmål til materialet frem til mandag den 12. januar kl. 23:59. Disse spørgsmål bliver gennemgået til disciplinrække-specifikke møder dagen efter. OBS! Det er obligatorisk at deltage i onlinemødet - også selvom man ikke har spørgsmål til materialet - for at få sit dommerkort fornyet.

Det er gratis at deltage i genopfriskning af eksisterende dommerkort.

Kursussted: Microsoft Teams

Kursusdag: 14. januar 2026

1. kl. 18-18.50: løb
2. kl. 19-19.50: spring
3. kl. 20-20.50: kast

Kursuspris: Gratis

Tilmelding: <https://forms.cloud.microsoft/e/ZzEbu5vQKz>

Doktor Nielsen

Næste motionsløb er Doktor Niensens Vinterhygge Maraton søndag, den 18. januar. Løbet er for de hærdede, der løber hele året uanset årstid og vejrudsigten. Løbet byder på en række poster undervejs med slik, bananer og noget godt at drikke. Meld jer som hjælpere og bak op om dette spændende vinterløb.

Tak for 2025

Herfra skal der lyde en stor tak til alle aktive masters atleter for en god sæson 2025. Tak til vores dommere og hjælpere samt andre, der har hjulpet med til, at 2025 er blevet et godt år.

0000000