



Dansk Politidrætsforbund
Arrangør: Aalborg PI



DHL STAFETTEN

I AALBORG

Den 28. august 2025



VELKOMMEN TIL DHL-STAFETTEN 2025

KÆRE KOLLEGER OG MEDLEMMER AF IDRÆTSFORENINGERNE

Det er med stor glæde, at jeg kan byde jer velkommen til årets DHL Stafet, der finder sted den 28. august 2025 i Aalborg. Dette arrangement er ikke blot en konkurrence, men også en fantastisk mulighed for at fremme vores fysiske velvære og styrke vores kollegiale relationer.

Som i tidligere år vil DHL m.def. både et 5 km stafetløb og en 5 km gåtur, så deltagelse er mulig for alle, uanset konditionsniveau. Jeg opfordrer jer alle til at gribe denne chance, hvor motion og fællesskab går hånd i hånd.

*"Motion er medicinen,
og samvær er lindringen"*

Lad os også huske, at "At træne sammen ikke kun fremmer vores fysiske form, men også skaber dybere forbindelser og stærkere bånd." Det er netop det, vi fejrer ved DHL Stafetten. Det er en dag, hvor vi både plejer vores kroppe og styrker båndene imellem os. Når vi løber eller går side om side, skaber vi minder og relationer, der gør os bedre til at tackle hverdagens udfordringer.

For at gøre dette års stafet ekstra interessant har vi tilføjet nogle nye konkurrencer som en underholdende motivationsfaktor. Disse vil give os mulighed for at udfordre hinanden på en sjov måde og forhåbentlig skabe endnu flere minder sammen.

Husk, at det vigtigste ikke er at vinde, men at deltage og nyde tiden sammen. Lad os snøre vores løbesko, tage et smil på læben og se frem til en dag fyldt med energi og godt selskab.



Med sportslige hilsner
Lasse Vestergaard
Formand
Aalborg Politis Idrætsforening



PROGRAM FOR

DHL 2025

STAFETTEN



Nordjyllands politi opfordrer alle ansatte ved Nordjyllands politi til at slutte op om dette arrangement på Dyreskuepladsen.

Der vil sædvanen tro være opsat telt, hvor deltagerene kan opholde sig, ligesom Nordjyllands Politi betaler startgebyret for de tilmeldte hold.

Alle tilmeldte hold får på dagen udleveret en meget fin madkasse indeholdende gode sager. I tråd med den grønne omstilling genbruger vi trøjerne fra sidste år. Til nye løbere vil der være løbetrøje.

Grillarrangement for alle deltagere. Efter løbet har vi sørget for, at grillen er tændt op, således alle med tilknytning til Nordjyllands Politi efter turen kan nyde en grillpølse eller to og en kold fadøl/sodavand. Vi tænder grillen allerede kl. 18.00, således alle umiddelbart efter deres tur på ruten kan få stillet sulten og slukket tørsten.

DHL Stafetten Stafetløbene afvikles med 5 løbere på hvert hold med første start kl. 18.00. Du kan også vælge at tilmelde dig et gå-hold. Hele holdet starter så samlet kl. 18.30, hvor i går de 5 km på en selvstændig rute. Ønsker i at gå skal dette krydses af på tilmeldingsblanketten. Pladsen åbner fra kl. 16.00.

Løb for sundheden og det gode kollegaskab til
DHL stafetten torsdag den 28. august 2025



TILMELDING

Tilmelding af hold **gerne afdelings-**
vis skal ske ved fremsendelse af til-
meldingsblanketten/fysisk aflevering
til Thomas Kokholm (tpe021@politi.dk)
Såfremt i ikke kan mønstre nok i afde-
lingen er det helt okay, at sammen-
sætte hold på tværs af afdelingerne.
Ellers send en mail til Thomas og han
vil sætte dig på et hold.

HUSK det i igen i år er helt gratis
at deltage, men samtidigt forventer
vi selvfølgelig også at du kommer, da
billetterne er en stor udgiftspost.

HUSK at I samtidig også tilmeldes
grillarrangementet.

**Der vil blandt alle deltagende hold
blive trukket lod om et gavekort på
1000 kr. til Salling. Det eneste kriterie
er, at holdet skal være med 5 tilmeldte
deltagerer.**

FOTOKONKURRENCE OM GAVEKORT PÅ 1000 KR.



OG LODTRÆKNING

I FORBINDELSE MED DETTE ÅRS DHL STAFET ER VI GLADE FOR AT KUNNE PRÆSENTERE ET PAR SPÆNDENDE KONKURRENCER, DER SKAL FUNGERE SOM EN EKSTRA MOTIVATIONSFAKTOR OG SKABE ENDNU MERE GLÆDE OG ENGAGEMENT BLANDT DELTAGERNE.

LODTRÆKNINGSKONKURRENCE

Alle hold fra Nordjyllands Politi deltager automatisk i en lodtrækning om et gavekort på 1000 kr. til Salling. Det eneste krav til konkurrencen er at holdet er flydt op (5 på holdet) og i alle deltager på dagen.

Vinderholdet vil blive trukket og annonceret på dagen, så sørg for at være til stede for at modtage jeres præmie.

FOTOKONKURRENCE

Vi opfordrer alle hold til at tage sociale billeder, der fanger stemningen og fællesskabet ved DHL Stafetten. Det bedste billede vil blive belønnet med et gavekort på 500 kr. til Salling.

For at deltage skal I sende jeres bedste sociale billede til lva004@politi.dk **senest fredag den 5. september**. Vinderbilledet vil blive udvalgt og annonceret kort tid derefter på POLIntra.

Vi håber, at disse konkurrencer vil tilføje ekstra sjov og motivation til dagen. Så husk at deltage, både på løbebanen og med kameraet.

*Med sportslig hilsen
Aalborg PI*



APIs LØBEAFDELING



I API's løbeafdeling er vores intention, at samle medlemmerne omkring gode løbeoplevelser. Det er fællesskabet og moti-onen der er i fokus, og der stilles altså ikke krav til hvor hurtigt eller hvor langt du kan løbe. Hvert år bliver der frigivet en liste med løb, hvor API støtter med refusion af hele eller dele af startnummeret. Det er hovedsageligt lokale løb, men også de løb, hvor der samtidig bliver afviklet DPM, Dansk Politi Mesterskab, i både halvmaraton og maraton. Derudover bliver der planlagt en årlig udlandstur, hvor transport, kost og logi er for egen regning, men startnum-meret bliver refunderet. Ens for alle løb er, at der ikke er krav til niveau. Der vil være distancer på 5km, 10km, halvmaraton samt maraton, så der er noget for alle. Der er ikke

planlagt ugentlig fællestæning eller lignende, men via API's facebookside står det medlemmerne frit for at arrangere fællestæning. Informationer om løb gives gennem API's facebookside og via en e-mail liste for alle løbeinteresserede.

For yderligere info, eller tilmelding til e-mail listen, kan du kontakte Thomas Kokholm på 28141493/40267943, tpe021@politi.dk eller via sociale me-dier. Du kan blive medlem af facebook-siden "Aalborg Politi Idrætsforening." ved at ansøge om medlemskab.

*Kærligst
Løbechefen*

LØBSLISTEN FOR RESTEN AF 2025

16/8-25	Aalborg Marathon
17/8-25	Rubjerg Knude Løbet
28/8-25	DHL Stafetten
30/8-25	PTSD Løbet
06/9-25	SOUT Skagen
07/9-25	Wizz Air Budapest Halfmarathon
20/9-25	Cold Hawaii Ultra
27/9-25	Runway Night Run
28/9-25	HCA Marathon Odense
04/10-25	Skagen Marathon
31/12-25	Nytårsløbet Skansen Nørresundby
Efterår 2025 / Forår 2026	Nordjysk Trail Cup (Flere løb)







AALBORG POLITIS IDRÆTSFORENING

Stiftet 13. januar 1926



MED ET MEDLEMSSKAB AF API, ER DER EN LANG RÆKKE TILBUD OG AKTIVITETER MAN KAN FÅ GLÆDE AF:

- Mulighed for at benytte sig af motionsrummet i kælderens på Aalborg Politigård, der er et opdateret motionsrum med nyindkøbte cardio maskiner, som løbebånd, kondicykler, assault bike samt concept 2 romaskiner og SkiErg. Ydermere forefindes div. styrke-træningsmaskiner og med vægte større end de fleste fitnesscentre.
- Under forvisning af sit API-medlemskort er der mulighed for én gang ugentligt at benytte sig af Svømmeland, der er beliggende i tilknytning til Nørresundby Idrætscenter. Endvidere er det via svømmeafdelingen muligt at tage basinprøven en gang årligt.
- Deltagelse i de Danske Politimesterskaber under DPIF i discipliner som fodbold, padel tennis, løb, håndbold, funktionel fitness, bordtennis, orienteringsløb, cykling, skydning, golf, volleyball og badminton.
Rækker evnerne til mere inden for ens sportsgren er der mulighed for at blive udtaget til politilandsholdet og derigennem at deltage i div. mesterskaber i ind- og udland.
- Ud over at deltage i mesterskaber i politiregi støtter API endvidere vores lokale hold, der ønsker at deltage i turneringer afholdt under Firmasport som f.eks. fodbold.
- Som løbeinteresseret støtter foreningen flere af de civile motionsløb, der afholdes i Danmark. Formanden for løbeafdelingen kan kontaktes ved interesse for at høre nærmere om hvilke løb der ydes støtte til. TJK002@politi.dk
- Hvert år afholder API sammen med Nordjyllands Politi DHL-stafet, hvor motion og det sociale samvær kan dyrkes ganske gratis.
- Deltagelse i div. sociale arrangementer, hvortil der ydes støtte. Endvidere er der planlagt for en 100 års jubilæumsfest, hvor vi allerede nu har reserveret et større pengebeløb til afholdelses af arrangementet.
- Med sit medlemskort kan man gennem den lokale Indkøbsforening, opnå store rabatter under forvisning af medlemskortet. En udførlig liste findes på Polintra der spænder fra håndværkerbutikker til tøjforretninger.

**Et medlemskab af API koster den nette sum af 50 kr./md.
Politielever er kontingentfrie når de er på skoleophold.**

Alle ansatte ved Nordjyllands politi har mulighed for at blive medlem af API.

**Ved ønske om indmeldelse i API sker dette ved kontakt til
kasserer Danny Eriksen på mail: DER002@politi.dk**



Støt vores annoncører...
...de støtter os

SE UDGIVELSEN ONLINE



[illegible]



Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund
Politigården, Københavns Vestegns Politi
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund
Tlf. 2880 0067 • Mail: info@politisport.dk

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt
Agerbakken 21 • 8362 Hørning
Tlf. 8793 3786 • Mail: info@politiinfo.dk
