

POLITIIDRÆT

Dansk Politidrætsforbund nr. 2 • 2025

DANSKE POLITIMESTERSKABER I BADMINTON

DANSKE POLITIMESTERSKABER I SKYDNING

ÅRETS SPORTSNAVN OG ÅRETS 3 ILDSJÆLE UDNÆVNT





KLAR TIL NYE OPLEVELSER?



**EN ENESTÅENDE
OPLEVELSE
MED DEM, DU HOLDER AF**

Midt i Danmark venter en helt særlig oplevelse. Her kan du nemlig komme op og gå i toppen af Den Gamle Lillebæltsbro – 60 meter over havets overflade! Glæd dig til at opleve den friske luft, en fantastisk udsigt, spændende fortællinger fra din guide – og ikke mindst det kick, det giver at komme op i højden!

Se mere og book en tur
www.Bridgewalking.dk

ISSN

Trykt udgave: 0906-9151

Online udgave: 2446-1032

Stiftet 1. august 1946

51. årgang

Medlem af

Dansk Firmaidrætsforbund

Hjemmeside: www.dfif.dk

Ansvarlig udgiver

Dansk Politiidrætsforbund

v/ formand Henrik Sønderby

Ansvarshavende redaktør

Robert Hansen

Sydøstjyllands Politi

Tlf. 2632 2408

E-mail: politiidaet@gmail.com

Forbundets adresse

Dansk Politiidrætsforbund

Politigården, Københavns Vestegns Politi

Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund

Tlf. 2880 0067

E-mail: info@politisport.dk

Hjemmeside

www.politisport.dk

Layout

FL Reklame

Tryk

Stibo, Horsens

Annonceekspedition

Politiidræt

Agerbakken 21, 8362 Hørning

Tlf. 8793 3786

E-mail: info@politiinfo.dk

Forside

Danske politimesterskaber i badminton

blev afholdt af PI-København i år.

Foto: Carsten Ekstrøm,

Dansk Politiidrætsforbund

Deadline/Udgivelse 2025

3/25

Deadline for indl. af stof: 6. maj

Udgivelse 25. juni 2025

4/25

Deadline for indl. af stof: 10. juli

Udgivelse 22. august 2025

5/25

Deadline for indl. af stof: 1. september

Udgivelse 14. oktober 2025

6/25

Deadline for indl. af stof: 23. oktober

Udgivelse 5. december 2025



Politiidræt

Leder	5
Danske politimesterskaber i badminton.	6
Rigspolitiets Idrætsforening	
Politimesterskaberne i landevejscykling	11
Invitation til DHL Stafetten.	17
Politidirektørens Jubilæumspokal 2024...Eskil Schøning.	18
Årets ildsjælepris 2024	
Esben Møller Blicher.	19
Jesper Press Compier	20
Martin Hjorth Petersen	21
Overbelastningskader - Hvorfor opstår de, og hvad kan du gøre? ...	23
Danske politimesterskaber i skydning	26
Kredsmesterskaber i padel	31

PI-Nyt

Ordinær generalforsamling	38
Bowlingafdelingen	
Landsdelsmesterskab Øst for old girls	41
En lille opdatering på 1. holdet herres strabadser i 1. division	43
Golfafdelingen	
Vinterturnering	44
Gymnastikafdelingen	
Stenbrostævnet 2025	46
Gym- og Dance Event i det Fynske	47
Årets PI Opvisning	49
Jiu Jitsuafdelingen	
PI Jiu Jitsu repræsenteret i Rio de Janeiro	50
Judoafdelingen	
Rapport fra en træningstur til judoens hjemland	52
Orienteringsløbafdelingen	
Vinter OL	55
Padelafdelingen	
PI København padel på medaljeskamlen	56
Skytteafdelingen	
Nyt fra skytteafdelingen	59
Undervandsrugbyafdelingen	
PI undervandsrugby til Felix Cup	61

Formand
Henrik Sønderby

Næstformand
Jens Claumarch

Kasserer
Carsten Ekstrøm

FU medlem
Ea Busch Nielsen



Der er **altid** en anledning til at tage afsted...



MARINA FISKENSØ
- LIGGER SMUKT VED
FJORDEN OG SKOVEN



MARINA FISKENSØ
- SPA & SAUNA I FERIE-
BOLIGEN



MARINA FISKENSØ
- 100 KVM. FERIEBOLIGER
MED 4 SOVEVÆRELSE,
OP TIL 8 PERSONER



MARINA FISKENSØ
- WELLNESS, INDE



RØMØ
Ta' på
Guidede
ostersture
Sæson:
okt.-april



RØMØ - 100 KVM
FERIEBOLIG I 2 PLAN



RØMØ - 2.600 KVM
WELLNESS MED BL.A.
SVØMMEBAD...



GRÅSTEN SLOT
1.000 M FRA MARINA
FISKENSØ



MARINA FISKENSØ
- WELLNESS, UDE

ENJOY FAMILY TIME

Glade børn leger bedst

På ENJOY RESORTS er der noget at komme efter for alle. Bare en enkelt dag, et par dage eller en uge væk fra hverdagen, men alligevel ikke langt væk. Og hvorfor egentlig vente på ferierne og højtiderne? Der er jo altid en anledning til at tage afsted og nyde livet. Her finder du forkælelse til både krop og sjæl med mange aktiviteter, som svømmebad, wellness, spa, fitness, restaurant, golf og marina. Begge resorts ligger midt i naturen, tæt på vandet og med højt til himlen. Så der er god plads til masser af samvær med dine nærmeste.

Der er altid en anledning...

**FRI
ADGANG**
til wellness,
svømmebad
& fitness

**2.600 m²
på Rømø
WELLNESS**
**1.900 m²
i Gråsten**

Events
og oplevelser
TÆT PÅ
Enjoy Resorts Marina Fiskensø
• Historiecenter Dybbøl Banke
• Universe Science Park
• Sønderborg Slot
• Dybbøl Mølle

WEEKEND
for indtil 8 personer i egen feriebolig
GRÅSTEN
Ta' på weekend i Gråsten og bo i 100 m² feriebolig indrettet med køkken inkl. spiseplads til 8, 4 soveværelser, 2 toiletter, badeværelse med sauna og spa. Desuden opholdsstue med brændeovn, TV og internet...
fra 3.195* kr.
Gælder i GRÅSTEN indtil 6 personer i 2 nætter (FREDAG-SØNDAG) i sæson D - eks. 1/3-31/3 2025



Enjoy Resorts Rømø
Vestergade 31, Havneby
DK-6792 Rømø
Tlf. +45 6913 7902

Enjoy Resorts Marina Fiskensø
Fiskensøvej 2
DK-6300 Gråsten
Tlf. +45 6913 7908



* Opholdsprisen inkl. leje af feriebolig og slutrengøring. Fri adgang til svømmebad, fitness, wellness afdeling (børn har adgang ifølge med voksne i udvalgte perioder). Fri adgang til internet i ferieboligen. El- og vandforbrug afregnes efter forbrug ved afrejse. Forbehold for prisændringer og trykfejl.

... bestil ophold på www.enjoyresorts.dk

Henrik Sønderby
Formand

VI SER LYS, MENS ANDRE SER MØRKE

ET AKTIVT FORBUND I FREMGANG (IGEN I ÅR)

Mens man i rigtig mange andre forbund og foreninger rundt om i landet kæmper med et fald i medlemstal og antal frivillige, ja så er det heldigvis ikke tilfældet i Dansk Politidrætsforbund. Som jeg har skrevet om tidligere, ja så havde vi sidste år et rekord højt aktivitetsniveau i landets politikredse, hvilket vi virkelig kan være stolte af. Denne bedrift kan vi nu supplere med, at vi igen i 2024 havde en medlemsfremgang på hele 170 medlemmer, hvorfor vi nu er intet mindre end 11.752 medlemmer i DPIF. Det ser virkelig lyst ud, og jeg vil i den forbindelse gerne sende en stor tak til alle dem centralt som lokalt, der dagligt arbejder for at fremme vores fællesskab omkring idræt og bevægelse i dansk politi.

FINSK POLITIDRÆT ER ET MØRKT STED

I efteråret 2024 fik det finske politidrætsforbund noget af en uventet og ubehagelig besked fra deres Rigspoliti. Deres årlige økonomiske bidrag blev ikke, traditionen tro, forlænget i 2025, og der var ingen tidshorizont for, hvornår man eventuelt ville modtage økonomisk bidrag igen. Denne meget pludselige og overraskende disposition skyldes faktisk den udenrigspolitiske situation i Europa, idet man i Finland jo er naboland til Rusland – ja, faktisk deler man 1340 km grænse, hvilket er den længste grænse mellem et NATO land og Rusland. For at sikre den nationale sikkerhed, var man derfor nødt til at anvende en væsentlig større andel af landets økonomi end normalt på forsvaret i form af personel og materiel, herunder opbygning af sikrede hegn på store strækninger af den lange grænse.

Det betød faktisk, at de økonomiske midler til finsk politi generelt blev hårdt ramt af denne omprioritering, hvilket har medført meget markante og mærkbare besparelser i politiet, herunder også på politidrættens.

De facto har det haft den betydning, at det finske politidrætsforbund reelt er sat på stand by. Det eksisterer forsat, men der er ingen idrætsaktiviteter eller administration i regi af forbundet, og man ved ikke, hvornår (eller worst case) om, der engang i fremtiden pustes liv i forbundet igen. Det rammer selvfølgelig tusindvis af finske kolleger hårdt på deres trivsel, idet de ikke længere har samme muligheder for idræt og bevægelse samt relationsdannelse på og omkring arbejdsfællesskabet, ligesom de ikke længere kan deltage i de nordiske eller europæiske konkurrencer.

Det svenske politidrætsforbund havde faktisk samme situation for nogle år siden (dog af andre årsager) men var kun ude af funktion i et år, og de er heldigvis med for fuld kraft igen.

I forhold til den danske situation, ja så har DPIF et glimrende og konstruktivt samarbejde med Rigspolitechefen og Rigspolitiet, og vi er enorm glade og taknemmeligt for deres kontinuerlige opbakning og forståelse for vigtigheden af, at man som ansat har muligheden for at være en del af vores verden.

[#DPIFibevægelse](#)

Henrik Sønderby

DANSKE POLITIMESTER

AF Erik Hejlesen, DPIF badmintonudvalg
FOTOS Carsten Ekstrøm, Dansk Politiidrætsforbund

Henri Gade var den 1. vinder i DPM (Danske politimesterskaber) i badminton i 1975.....nu skriver vi 2025, og mange har siden da gjort ham kunsten efter.

Badminton har været en stor del af dansk politisport, og i år gjorde PI-København igen sit til, at badminton er en gældende officiel politisport.

DAG 1

Mange politiansatte fra nær og fjern ankom til DGI byen i København den 3. marts for at kæmpe om medaljerne, men også for at forny eller vedligeholde bekendtskaber på tværs af dansk politi.

Der var både nye og velkendte ansigter tilstede i hallen, da Carsten Ekstrøm bød velkommen på vegne af DPIF. Nikolaj Kjærsgaard og Ole Larsen fra DPIF's badmintonudvalg sagde også velkommen, og fortalte kort om afviklingen af stævnet. Alle var klar til kamp, og der gik ikke længe før, at kampene var i gang på banerne.

På dag 1 blev alle de indledende runder spillet, og det gav anledning til stor glæde for nogen, og store frustrationer hos andre.....for alle kan jo ikke vinde. Det var en fornøjelse, at se alle deltagere gå ind til kampene med stort engagement, og kæmpe hele vejen gennem kampen. Selv dem, som måske mest var kommet for det sociale, gav den fuld gas i kampene. Tak for det!

Vanen tro skulle der naturligvis afholdes en kammeratsskabsaften. Dette blev afholdt på Tegholm Allé, hvor der var blevet gjort klar med mad, drikke og snacks. Ligeledes var der sørget for musik og underholdning. Underholdningen går nok over i historiebøgerne for "Bedst afholdte musikquiz" og en nominering til "Bedste quizmaster i dansk politi", skulle nok gå til Nikolaj Kjærsgaard.

Kammeratsskabsaftenen forløb som forventet med glade deltagere på slap line, og kun enkelte glas blev knust – ved et uheld naturligvis. Nogle ville efter festen se, hvad det Københavnske natteliv kunne byde på, og andre havde fået nok til selve festen, og måtte derfor gå i seng i stedet for.

DAG 2

Til trods for hvad man havde valgt aftenen før, stod de fleste klar til finaldagen, hvor der skulle spilles semifinaler og finaler.

SE RESULTATER
OG FLERE BILLEDER PÅ
WWW.POLITISPORT.DK

SKABER I BADMINTON



Igen blev der gået til stålet, og der kunne i sidste ende kåres følgende danske politimestre, og lad os starte med damerne først:

Dansk mester i Damesingle

Louise Gudiksen, Kbh. Vestegn

Dansk mester i Damedouble

Susanne Rasmussen & Camilla Meyhoff, Midt & Vestsjælland & Kbh. Vestegn

Dansk mester i Mixdouble

Louise Gudiksen & Joachim Suder, Kbh. vestegn & NSK

Dansk mester i Herresingle

Mikkel Krogh, Syd & sønderjylland

Dansk mester i herredouble:

Mikkel Krogh & Joachim Suder, Syd & Sønderjylland & NSK

Stort tillykke til dem for den flotte indsats.





MEN MEN MEN..... vi skal da bestemt ikke glemme dem, som gjorde sig godt i de andre rækker, og ligeledes spillede sig til førstepladser:

Mesterrække herresingle	Marcus Nielsen, Sydsjælland & Lolland-Falster
Mesterrække herredouble	Lasse Simonsen & Rune Bjerring, Sydøstjylland
Damerækken damesingle	Nanna Petersen, Sydøstjylland
Damerækken damedouble	Mette Jenstrup & Kamilla Vang, Kbh. Vestegn
A-række Herresingle	Casper Lund Jensen, Sydsjælland & Lolland-Falster
A-række herredouble	Kris Deleuran & Peter Wihan, Sydsjælland & L-Falster
Veteran Herresingle	Erik Hejlesen, Sydøstjylland
Veteran Herredouble	Rune Petersen & Kem Hellemann, Østjylland

Stort tillykke til alle vindere, og stort tak til alle deltagere.

Ligeledes skal der lyde en stor tak til arrangørerne fra PI-København, og alle andre, som havde en rolle i afviklingen af dette flotte stævne.

Jeg håber alle vil deltage igen næste år, og at alle også lige tager fat i deres kontormakker, og fortæller dem om, hvor hyggeligt det var, og så hiver dem med til næste års politimesterskaber i badminton.

PJ Industrimontage ApS

Limfjordsgade 107 • 9440 Aabybro • Tlf. 30 25 97 30

B2B AUCTIONS A/S



VI TAGER HÅND OM
JERES OVERSKUDSMATERIEL



Efterforskning viser...

Du kan altid med fordel bestille
i gældende hovedkatalog hos AJ Produkter

AJ Produkter har mere end 40 års erfaring i levering af møbler og inventar til arbejdspladser og vi er gerne behjælpelige med indretningsforslag og monteringservice. Vi tilbyder et bredt sortiment med mere end 20.000 produkter, hvoraf mange er af eget design og egen produktion. Det giver os mulighed for at skræddersy smarte løsninger til netop din arbejdsplads.

Bestil vores katalog på ajprodukter.dk
eller kontakt os på tlf. 59 400 999.



Sluk walkie-talkien og tænd for hyggen!

Trænger du til at få ladet batterierne op efter lange vagter?

Så er Bornholm din perfekte feriedestination!

Hos Feriepartner Bornholm finder du sommerhuse, der passer til alt fra total afslapning til aktive eventyr.



Scan mig



Feriepartner
Bornholm

p.s. Aakirkeby bageren har dejlige citronmåner.

Book via feriepartner.dk - Bornholm@feriepartner.dk - Tel: 5697 1220

Politimesterskaberne i landevejscykling

Samarbejde, sundhed og spænding i fokus

AF Jørgen Guldborg, formand Rigspolitiets Idrætsforening
FOTOS DPIF arkiv

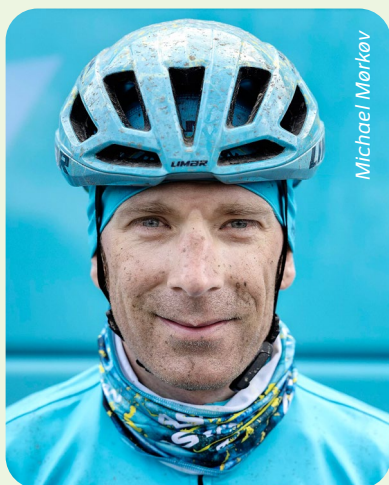
Årets Åbne politimesterskaber i landevejscykling lover at blive en begivenhed ud over det sædvanlige takket være et stærkt hold af engagerede samarbejdspartnere. Vi er utrolig glade for at kunne præsentere et politimesterskab, der ikke kun hylder sporten, men også sætter fokus på sundhed, fællesskab og professionel dækning.

SPORTEN I CENTRUM

Som altid er vi stolte af at stå for selve sporten og afviklingen af løbet. Vi lægger vægt på fair konkurrence, sikkerhed og en professionel afvikling, der giver alle deltagere en god oplevelse.

SUNDHED I HØJSÆDET MED STAI OG JYTTE BILLE

I år har vi et særligt fokus på sundhed, og her er vi glade for at have STAI og Jytte Bille med ombord. STAI, med deres omfattende sundhedstilskud, giver deltagerne mulighed for at optimere deres fysiske og mentale ydeevne. Som Michael Mørkøv, der har brugt STAI i mere end 5 år, kan bevidne, er det "det bedste brændstof" for kroppen, uanset om man er professionel atlet eller tilbringer mange timer foran en computer.



Michael Mørkøv



Jytte Bille

Jytte Bille bidrager med sin ekspertise inden for Functional Sundhed og enkle mikrosundhedsgreb, der kan gøre en stor positiv forskel i hverdagen. Som Jytte selv siger: "Jeg vil hellere være den ældste i fitnesscentret end den yngste på plejehjemmet." Dette motto afspejler hendes engagement i at fremme en aktiv og sund livsstil i alle aldre.

Rigspolitiets Idrætsforening



SERVICE COURSE & CO: ET UNIKT CYKELHUS SOM VÆRT

Vi er stolte af at have Service Course & Co som værter i deres fantastiske cykelhus i Kokkedal. De sørger for, at deltagerne kan nyde lækker mad og drikke i hyggelige omgivelser. Deres passion for cykelsport og deres unikke faciliteter skaber de perfekte rammer for mesterskaberne. Service Course vil derudover også servicere deltagernes cykler, hvis uheldet skulle være ude.

SAUG SOCIAL: SOCIALE MEDIER OG PROFESSIONEL DÆKNING

For at sikre, at alle kan følge med i begivenhederne, har vi Saug Social med ombord. De vil sørge for en professionel dækning af løbene på sociale medier, så alle kan opleve spændingen og fællesskabet, selvom de ikke er til stede.

DIN SUNDHED - DIT ANSVAR

Vi opfordrer alle deltagere til at tage ansvar for deres egen sundhed og ydeevne. Med støtte fra vores fantastiske samarbejdspartnere er vi sikre på, at årets Politimesterskaber i landevejscykling bliver en uforglemmelig oplevelse for alle.

Vi ses i Kokkedal!



De åbne danske politimesterskaber i landevejscykling

Kør om kap med politiet!

Åben for alle - også cykeltusser uden for politiet...!

GØR DIG KLAR TIL ET BRAG AF EN CYKELOPLEVELSE, NÅR DE ÅBNE DANSKE POLITIMESTERSKABER I LANDEVEJSCYKLING LØBER AF STABLEN DEN 23. OG 24. MAJ 2025. HER FÅR DU EN UNIK MULIGHED FOR AT TESTE DINE CYKELEVNER MOD NOGLE AF LANDETS SKARPESTE POLITICYKELRYTTERE - OG FOR FØRSTE GANG NOGENSINDE KAN OGSÅ CIVILE CYKELENTUSIASTER DELTAGE!

AF Jørgen Guldborg, formand for Rigspolitiets Idrætsforening

FOTOS Anne-Dorthe Saugmann Doil og Jørgen Guldborg, Rigspolitiets Idrætsforening





HVAD KAN DU FORVENTE?

- **Enkelstart (23. maj):** Kæmp mod uret på en udfordrende rute og se, hvor hurtigt du kan tilbagelægge distancen. [Link til tilmeldingssiden](#), hvor der er flere oplysninger, kort o.a.
- **Linjeløb (24. maj):** Oplev spændingen ved et ægte cykelløb, hvor taktik, udholdenhed og spurtstyrke er afgørende. [Link til tilmeldingssiden](#), hvor der er flere oplysninger, kort o.a.
- **Åben for alle:** Uanset om du er professionel cykelrytter, motionist eller bare elsker at cykle, er du velkommen til at deltage.
- **'Kør om kap med politiet':** Få en unik mulighed for at dyste mod policitykelryttere fra hele landet. Så bare gi' den gas.
- **Fantastisk stemning:** Oplev en dag fyldt med spænding, fællesskab og masser af cykelglæde og alt sammen med udgangspunkt fra vores fantastiske stævnecenter hos:

Service Course & Co - Et Anderledes Cykelhus

Vibe Alle 4

2980 Kokkedal

HVOR OG HVORNÅR?

- **Dato: 23. og 24. maj 2025**
- **Den 23.** åbner stævnecenteret kl. 17.00 og første start er kl. 18.00
- **Den 24.** åbner stævnecenteret kl. 10.00 og første start er kl. 11.00
- **Sted:** Med udgangspunkt i Kokkedal hos Service Course & Co, Vibe Alle 4 i Kokkedal





HVEM KAN DELTAGE?

- Politykelryttere fra hele landet.
- Civile cykelentusiaster i alle aldre og niveauer.

HOLD DIG OPDATERET For yderligere information om tilmelding, ruter og program, hold øje med:

- Dansk Politiidrætsforbunds hjemmeside: politisport.dk
- Rigspolitiets Idrætsforenings hjemmeside: rpif.dk

Gå ikke glip af denne enestående chance for at opleve spændingen ved et ægte cykelløb og køre om kap med politiet! Vi ses på landevejen! Sikkerheden varetages af certificerede trafik- og MC officials fra Rigspolitiets Idrætsforening.

Det er vigtigt at understrege, at sikkerheden ved De Åbne Danske Politimesterskaber i landevejscykling 2025 vil være i top. For at sikre dette, vil arrangementet blive overvåget og styret af certificerede trafik- og motorcykelofficials i stort antal fra Rigspolitiets Idrætsforening.

HER ER NOGLE VIGTIGE PUNKTER OM SIKKERHEDEN:

- **Certificerede officials:**
 - De tilstedeværende officials vil have den nødvendige certificering og erfaring til at håndtere trafik og sikre rytternes sikkerhed under løbet. Deres ekspertise vil være afgørende for at opretholde en sikker og retfærdig konkurrence.
- **Trafikstyring:**
 - Der vil blive implementeret en grundig trafikstyringsplan for at minimere risikoen for ulykker og forstyrrelser under løbet. Dette kan omfatte afspærring af veje, omlodning af trafik og skiltning.
- **Motorcykelofficials:**
 - Motorcykelofficials vil ledsage rytterne under løbet for at overvåge og reagere på eventuelle sikkerhedsproblemer. De vil også hjælpe med at opretholde en jævn og sikker afvikling af løbet.
- **Trafikofficials:**
 - Rigspolitiets Idrætsforening er den største forening i Danmark i forhold til antal certificerede trafikofficial. De vil i stort antal være på plads til mesterskaberne begge dage, så sikkerheden på ruterne bliver optimeret af hensyn til deltagerne.
- **Førstehjælp:**
 - Der vil være førstehjælpspersonale til stede for at yde hurtig assistance i tilfælde af ulykker eller skader.
- **Rutevalg:**
 - Ruterne er nøje udvalgt og undersøgt for at minimere risici og sikre, at de er egnede til cykelløb.

SERVICEVOGNE

Vi har professionelle servicebiler fra SHIMANO og Danmarks Cykle Union i forbindelse med hele linjeløbet lørdag den 24. maj. Du er også velkommen til at tage dine egne hjul med, som du kan overlevere til servicefolkene inden starten på linjeløbet.

UUNDVÆRLIGE SAMARBEJDSPARTNERE

STAI, Service Course & Co – Et Anderledes Cykelhus og Anne-Dorthe Saugmann Doil danner sammen med undertegnede og næstformanden projektgruppen. Vi er ved at 'skruer' et fantastisk cykelløb og event på benene. Vi glæder os til at præsentere det hele i maj d.å.

Oplev den elektriske ID.4



Den rummelige og komfortable ID.4 fra Volkswagen kan blive din fra kun kr. 334.995, når du vælger ID.4 Pure.

Og vil du have endnu mere udstyr, bliver du i ID.4 Style kørende fra kr. 379.995.

Prøv den elektriske SUV hos din Volkswagen forhandler.



ID.4 Pure (52 kWh) 170 hk. Forbrug: 16,4 kWh/100 km. Rækkevidde: 362 km. ID.4 Style (77 kWh) 286 hk. Forbrug: 16,3 kWh/100 km. Rækkevidde: 543 km. Den viste model: ID.4 Pro med metallak og 21" Narvik letmetalfælg, Designpakke og Eksteriørpakke Silver. Forbrug: 16,4 kWh/100 km. Rækkevidde: 539 km. Ladetid 10-80 % v. max-DC: 28-36 min. Forbrug påvirkes af kørestil, vejrforhold og tilvalg af udstyr.



RIGSPOLITIET INVITERER TIL



STAFETTEN I FÆLLEDPARKEN I KØBENHAVN

Torsdag den 28. august 2025

Løb, gå, grin og hyg med kollegaerne i hele Rigspolitiet og NSK

(SÅFREMT du skal løbe i én af de andre byer så kontakt os via rpif@politi.dk for yderligere)

Løb og gå for sundheden og det gode kollegaskab til DHL-stafetten torsdag den 28. august 2025. Vi opfordrer alle ansatte til at slutte op om dette store arrangement. Rigspolitiet sørger for et fint telt i Fælledparken for alle medarbejdere ansat i **Rigspolitiet**. Embedet betaler deltagergebyr, løbetrøje samt grillarrangement. Alle tilmeldte hold får på dagen udleveret en fin snackkasse i vores telt indeholdende gode sager.

GRILLARRANGEMENT

Vi tænder grillen kl. 18, således at alle har mulighed for at nyde en pølse eller to før, under eller efter løbet. Der vil være kildevand, sodavand og øl.

LØBETRØJE OG STARTNUMRE

TÆNK på miljøet og har du allerede en trøje, så kan du jo passende undlade at bestille yderligere én! Størrelsesguide findes på POLintra under DHL Stafetten og bestilte løbetrøjer kan **ikke** ombyttes til anden størrelse. Løbetrøjer udleveres i dagene op til DHL Stafetten. Startnumrene udleveres på dagen i teltet i Fælledparken.

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 gå-holdet starter så samlet kl. 18.30 og går de 5 km på en selvstændig rute med underholdning undervejs. Løbe eller gå-hold **skal** krydses af på tilmeldingsblanketten.

TILMELDING

- Tilmelding af hold skal ske ved at holdleder fremsender tilmeldingsblanketten fra POLintra til Rigspolitiets Idrætsforening (rpif@politi.dk)
- Løbetrøjer udleveres i dagene op til stafetten jf. nærmere info primo august, hvor vi oplyser om afhentningsmuligheder
- Startnumrene udleverer vi på dagen den 28. august 2025 i Fælledparken fra kl. 16.00
- INFO vedrørende placering af telt kan ses på DHL Stafettens hjemmeside op til løbet
- HUSK det igen i år er helt gratis at deltage for alle ansatte i Rigspolitiet
- Tilmeldingsfristen er **onsdag den 14. maj 2025**.

BEMÆRK at det ikke er muligt at tilmelde sig dette fantastiske arrangement efter tilmeldingsfristens udløb!
Vi håber på en lun og hyggelig sensommeraften i Fælledparken i samvær med gode kollegaer

/Rigspolitiet

POLITIDIREKTØRENS JUBILÆUMSPOKAL 2024

Eskil Schønning

ÅRETS SPORTSNAVN I DANSK POLITIIDRÆTSFORBUND



Årets sportsnavn 2024 for årets største idrætspræstation i Dansk Politiidrætsforbund skulle igen kåres, og valget faldt i år på Eskil Schønning.

Eskil blev ansat ved Sydøstjyllands Politi i 2022 og markerede sig allerede samme år som en af landets fremmeste idrætsudøvere, særligt inden for orienteringsløb. Dette blev tydeligt, da han deltog i de Danske politimesterskaber i orienteringsløb i Hobro og uden besvær sejrede i disciplinen lang orientering.

Hans imponerende præstationer førte til, at han hurtigt blev udvalgt til at repræsentere Danmark ved de Nordiske Politimesterskaber i orienteringsløb, som fandt sted i Billund i 2024. Trods travlhed i sin nye stilling meldte Eskil sig klar og leverede en bemærkelsesværdig indsats. Under stafetten havde han den hurtigste tid af alle deltagere, selvom det desværre ikke rakte til en medalje for holdet.

Dagen efter sikrede han sig guld på den lange di-

stance, og på tredjedagen gentog han succesen med endnu en guldmedalje på mellemdistancen. Det var en enestående præstation, som sjældent er set i vores sport. 2 gange guldmedalje og dobbelt nordisk mester.

Foruden sine fysiske evner udviste Eskil også stor sportsånd og et stærkt engagement i at støtte og vejlede nye løbere på landsholdet. Hans indsats blev højt værdsat og var til stor gavn for holdet.

Politidirektør Henriette Rosenberg Larsen overrakte prisen til Eskil i forbindelse med nytårsparolen i Sydøstjyllands politi.

Ud over det synlige bevis, Politidirektørens Jubilæumspokal (indstiftet af politidirektør Hanne Bech Hansen i anledning af Dansk Politiidrætsforbunds 50-års jubilæum i 1996), modtog Eskil også et erindringsbæger samt gavekort fra Politidirektørforeningen, der de seneste år på meget fornem vis har bakket op omkring Dansk Politiidrætsforbund med anerkendelse til blandt andet årets største idrætspræstation i Dansk Politiidrætsforbund.



Endnu engang et kæmpestort tillykke til Eskil

ÅRETS ILDSJÆLEPRIS 2024

Esben Møller Blicher

INDSTILLING TIL ÅRETS ILDSJÆLEPRIS 2024



Esben Møller Blicher, Sydøstjyllands PI, modtog årets Ildsælpris 2024, som blev overrakt ham af Politiskolens rektor Jan Bjørn

skaber i orienteringsløb i Billund, hvor han ydermere var frontfigur. Han holdt her flere fine og flotte taler på engelsk.

I vores relativt lille sport er det utroligt prisværdigt, når nogen tager teten og går forrest. Esben gør det samtidig med et stort smil, smittende humør og god humor. Dette er helt undværligt i vores udvalg. Esbens engagement i DPIF og udvalget gør, at vi finder ham særdeles egnet som kandidat til ildsjæleprisen.

Esben der til dagligt er lærer på (UCV) i Vejle fik overrakt prisen af rektor for Politiskolen Jan Bjørn i forbindelse med nytårsparolen.

Peter Wihan, HB-medlem i DPIF og formand for orienteringsudvalget indstillede, Esben M. Blicher medlem af orienteringsudvalget i DPIF, til året ildsjælspris 2024 med følgende ord:

Esben Møller Blicher har gennem mange år været en uundgåelig figur i orienteringssporten i DPIF.

Han har herigennem formået at fastholde flere løbere og tilføje nye fra egen kreds gennem årene.

I 2021 blev han meldt ind i orienteringsudvalget og har siden da været en vigtig drivkraft i udvalget.

I 2022 startede han som lærer på Politiskolen i Vejle og har der sørget for at få mange nye kollegaer med ud i naturen og i gang med politiidrætten.

I 2023 og 2024 har han med stor ildhu været med til at arrangere og gennemføre og nordiske politi mester-

Esben Møller Blicher til venstre og Jan Bjørn



Dansk Politiidrætsforbund ønsker tillykke med prisen.

Jesper Press Compier

INDSTILLING TIL ÅRETS ILDSJÆLEPRIS 2024

PI Aarhus indstillede, Jesper Compier til årets Ildsjælepris 2024 med følgende ord:

Jesper Press Compier kom til Østjyllands politi som elev i 2004 hvor han ret hurtigt viste sin interesse for politiidrætten. I april 2008 blev han valgt ind i bestyrelsen i PI Aarhus som formand for bat- og ketcher sport. Han deltog dog også i arrangementer i nærmest samtlige andre sportsgrene.

Efter i flere år at have været næstformand, blev han i 2023 formand for PI Aarhus – officielt valgt i foråret 2024.

Jesper står altid klar med smil overskud og en hjælpende hånd uanset hvilke opgaver vi som bestyrelse har sat os for.

Jesper brænder for politiidrætten og for vores medlemmer, ligesom han gør det til en sjov og hyggelig opgave for resten af bestyrelsen at være med til at arrangere alle typer af idrætsarrangementer. Jesper ser ikke begrænsninger men muligheder.

Jesper er et godt forbillede, både for resten af bestyrelsen, men også for medlemmerne i PI Aarhus generelt. Han er selv en aktiv sportsudøver, de seneste år primært inden for badminton og mountainbike, men også volley har han ofte deltaget aktivt i.



Jesper Compier, til højre, modtog Ildsjæleprisen 2024, som blev overrakt ham af politidirektør Lasse Boje

Vi mener derfor, at Jesper fortjener at få prisen for årets ildsjæl - kort og godt, fordi han er en stor personlighed der bidrager med så meget inden for politiidrætten.

På vegne af PI Aarhus, Ditte Kennum, formand for DPIF's volleyudvalg.

Jesper fik overrakt prisen af politidirektør Lasse Boje i forbindelse med nytårsparolen hos NSK.

Dansk Politiidrætsforbund ønsker tillykke med prisen.



Wallenborn

Billund

Cargo Centervej 71 • 7190 Billund

T: 7650 4711

København

Kystvejen 32 • 2770 Kastrup

T: 3246 1212

www.wallenborn.com



Martin Hjorth Petersen

INDSTILLING TIL ÅRETS ILDSJÆLEPRIS 2024



Martin Hjorth Petersen får overrakt Årets Ildsjælepris af kollega Camilla Nottelmann

PI Aarhus indstillede, Martin Hjorth Petersen til årets Ildsjælepris 2024 med følgende ord:

Martin Hjorth Petersen kom til Østjyllands politi som elev i 2018 hvor han ret hurtigt viste sin interesse for politiidrætten. Siden han blev fastansat efter Corona og padelsportens invasion i danskernes liv har han været primus motor for at medlemmerne i PI Aarhus kunne deltage i firmaturneringen i flere rækker. Det har været et kæmpe tilløbsstykke og flere turneringer er blevet afholdt med mange deltagere og med stor succes.

Ud over hans høje engagement for padel, står Martin også altid klar til at hjælpe ved øvrige arrangementer i PI. Blandt andet har Martin hjulpet til årets DHL-stafet og er generelt altid klar, uanset hvor der mangles en hjælpende hånd.

Martin brænder for politiidrætten og for at aktivere vores medlemmer i sportsligt og socialt regi. Han er god til at inddrage nytilkomne elever gennem hans virke som vejleder i beredskabet.

Martin, som pt. er udstationeret i Grønland, fik overrakt prisen af sin kollega Camilla Nottelmann i Maniitsoq i forbindelse med nytårsparolen i Grønland, hvor politidirektør Bjørn Bay holdt tale.



Politidirektør i Grønland Bjørn Bay, til venstre, holdt en tale til Martin Hjorth Petersen



Politistationen i Maniitsoq ved nytårsparolen

Dansk Politiidrætsforbund ønsker tillykke med prisen.



Vil du grine hele vejen til banken?

Som kunde i Lån & Spar er du en del af noget særligt. Lån & Spar er nemlig ejet af en række fagforeninger, som ønsker at give deres medlemmer særlige fordele, når de går i banken. Det er medlemmer som dig, og det er fordele, der er til at forstå. For eksempel får MedlemsKunder Danmarks højeste rente på deres lønkonto. Det betyder, at de i januar kunne glæde sig over at få udbetalt tæt på 150 mio. kr. i renter.

Sammen med din fagforening mener Lån & Spar nemlig, at det er kunderne, der skal grine hele vejen til banken – eller i det mindste trække på smilebåndet.

Udnyt de fordele, der følger med dit medlemskab af Politiforbundet – bliv MedlemsKunde i dag.

Gå ind på lsb.dk/politi eller ring 3378 1966.

Overbelastningsskader – Hvorfor opstår de, og hvad kan du gøre?

AF Kenneth Marloth Henze, Politiskolen
FOTO Dansk Politiidrætsforbunds arkiv

Størsteparten af idrætsskader er overbelastningsskader. Hvis vi dyrker for meget og ensidig idræt uden tilstrækkelig restitution, risikerer vi over tid at pådrage os en overbelastningsskade, som viser sig ved, at de dele af vores krop der overbelastes, opfattes som smertefulde. En overbelastningsskade som for eksempel skinnebens- eller achillessenebetændelse opstår over tid, hvilket vil sige, at symptomerne starter snigende og forværres gradvist. I begyndelsen vil den smerte og stivhed, der føles i vævet om morgenen, mindskes i løbet af dagen og kan helt forsvinde ved opvarmning. Smerterne og stivheden kommer dog oftest igen dagen efter og tiltager med tiden i styrke. Overbelastningsskader rammer oftest muskel-, sene- eller knoglevæv samt slimsække og er kendetegnet ved smerte, hævelse, stivhed, rødme, ømhed og nedsat funktion af de smertegivende områder. Overbelastningsskaden kan udløse inflammation, der er en slags betændelsestilstand og hævelse i vævet, som er med til at fremme helingen.



Kenneth Marloth Henze



Så snart smerterne hæmmer de ønskede aktiviteter, skal området aflastes ved at skrue ned for de smertegivende bevægelser. Dette skal ske for at forkorte længden af den skades- og smerterelaterede træningspause.

Når man bliver skadet eller oplever smerter, kan det være en god idé at overveje, hvad der kan have været med til at skabe skaden eller smerterne. Man kan for eksempel forsøge at inddele årsagssammenhængen i indre og ydre risikofaktorer.

DE YDRE RISIKOFAKTORER KAN VÆRE:

- ensformig træning, for hurtig progression i træningsmængden og -intensiteten, uhensigtsmæssige arbejdsstillinger, arbejdstid og arbejdslængde, arbejdstidspunkt, skiftarbejde samt mangelfuld restitution.

- dårligt eller slidt udstyr og materiel som for eksempel gamle løbesko, beskyttelsesudstyr, træningsunderlag og træningsredskaber.

DE INDRE RISIKOFAKTORER KAN VÆRE:

- tidligere skader, alder, vægt, fysisk tilstand, skævheder og asymmetri i kroppen, uhensigtsmæssig ledbevægelighed, dårlig koordination og balance samt anden fysisk og mental stress.

I forhold til at afhjælpe skaden skal der overvejes mulige årsager til overbelastningsskaden og derefter foretages de nødvendige korrektioner samt ændringer. Det kan være andre løbesko, langsommere træningsprogression, bedre restitution eller at ændre på træningsunderlag, træningsform og træningstidspunkt mm.

Man skal på trods af sin overbelastningsskade fortsat dyrke idræt. Det kan for eksempel være idræt, der ikke overbelaster det ramte muskel- og senevæv. Træningen er med til at sikre, at man kan beholde mest muligt af sin styrke og kondition. Området, hvor overbelastningsskaden er opstået, skal derudover genoptrænes med de relevante styrketrænings-, udspændings- og balanceøvelser. Vær opmærksomheden på, at smerten forsvinder, før området er helet. Det vil sige, at smerte ikke kan bruges som eneste indikator for helingsprocessen - ømhed, hævelse og stivhed også skal inkluderes.

God træning!

Consider it done !



IPL SKANDINAVIEN

STEEL BUILDING SERVICES

RØR & STÅLKONSTRUKTIONER TIL INFRASTRUKTUR & INDUSTRI

Telefon 36 95 99 72

www.iplas.dk

ISHØJ GOLF



Køgevej 275 • 2635 Ishøj

Tlf. 7171 2971

info@ishojgolf.dk

www.ishojgolf.dk

KANEHØJGAARD RESTAURANT & CAFÉ



SE UDGIVELSEN ONLINE



Scan her:



POLITIIDRÆT

BMW Service v/Jan Neumann

Motorcykelværksted i RØDOVRE

Damhus Boulevard 55 • 2610 RØDOVRE

Tlf.: 36 72 49 67

bmw-service-jan-neumann.business.site

Åbningstider:
man: 07.00–17.00
tir: 07.00–17.00
ons: 07.00–17.00
tor: 07.00–17.00
fre: 07.00–17.00
lør: Lukket
søn: Lukket

Autoriseret forhandler af:

BYD



terminalen

BIRKERØD



Bistrupvej 126 • 3460 Birkerød • Tlf.: 45 81 78 08 • www.terminalen.dk

NTG Neptun
Nordic Transport Group



Danmarks førende transportør til Syd-Øst Europa og Tyrkiet

NTG Neptun Transport A/S

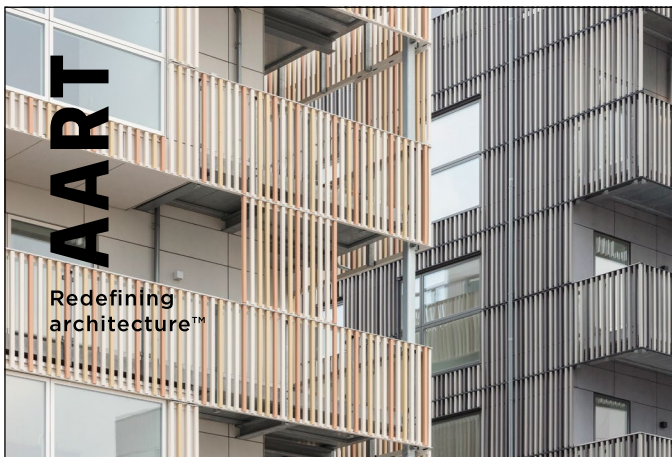
Avedøreholmen 72

2650 Hvidovre

Telefon: 39 27 77 99

E-mail: info@ntgneptuntransport.com

www.neptuntransport.dk



AART

Redefining
architecture™



er en moderne servicevirksomhed, der
leverer rengøring, vinduespolering,
ejendomsdrift og facility management.
FRIIS er etableret i 1987 og ligger i
Brøndby. Firmaet beskæftiger i dag
mere end 70 medarbejdere.



Park Alle 373 - 10 | 2605 Brøndby | www.friis-ren.dk | friis@friis-ren.dk | Tlf. 7020 2146

AutoMester



Bedre kørende

Gerts Auto

v/ Danny Rasmussen

Esrumvej 123 • 3000 Helsingør

Tlf. 49 21 15 59 • automester@gerts-auto.dk

www.gerts-auto.dk

REMA 1000

Milnersvej, Hillerød
Købmand Brian Hviid Kyhl



Danske politimesterskaber i **SKYDNING**

TEKST OG FOTOS Kim Wallbridge, PI-København, Skytteafdelingen

RESULTATERNE
KAN SES PÅ
WWW.POLITISPORT.DK
ELLER
WWW.PI-KBH.DK

Politiets Skytteafdeling i København var vært for dette års indendørs afvikling af de Danske politimesterskaber i skydning i Fløng Skytteforenings lokaler.

Skytter fra hele landet var inviteret og 26 skytter havde tilmeldt sig stævnet. På dagen viste det sig, at 3 skytter var blevet syge og 1 udeblev uden at melde forfald, så vi endte på 22 skytter i alt.

Der blev afviklet 11 skydediscipliner, og alle disciplinerne skulle skydes med enten luftpistol/ lufttriffel eller cal.





22 pistol/ cal. 22 riffel. I to af disciplinerne kunne man også stille op i hold skydning.

Stor tak til Skydeudvalget ved Søren Smith Rasmussen for at vi måtte skyde i Fløng skyttefor-
ening og tak til Fløng for at stille med 2 meget erfarne hjælpere,
der begge gjorde et stort og flot
stykke arbejde.

Og tak til PI-Københavns bad-
mintonafdeling, der stod for
kammeratskabsaftenen. Jeg
må igen opfordre politiskytter i
hele landet til at deltage, når vi
afholde disse skydninger. I er
i trygge hænder og lad jer ikke
skræmme af billeder af skydetøj
og sjovt udseende skydebriller.
Vi har alt det udstyr I skal bruge,
og I bliver vejledt og hjulpet af
alle de ældre deltagere. Opfor-
dring hermed givet videre.



SLAGTER - BAGER - ISENKRAM - TØJ - POSTHUS

Kvickly

Det gir mening

Brøndby

Nygårds Plads 29 • 2605 Brøndby
Tlf. 43 46 02 00 • www.kvicklybroendby.dk

RE//VISION



RÅDGIVNING
BOGFØRING
LØN OG ADMINISTRATION
SKAT OG MOMS
ÅRSREGNSKAB

Krabbesholmvej 5, 2700 Brønshøj
Tlf.: 38 80 20 15 • www.re-vision.dk

BERG'S - den lokale
vinduespudder
VINDUESPOLERING & RENGØRING
både til private og erhverv



Ring for
uforpligtende tilbud

v/Kim Sandberg
Tavlekærvej 32 B, 2650 Hvidovre
Tlf. 40 41 74 73

Selskov elektrik

www.selskov-elektrik.dk

MARTIN OLSEN
SNEDKERMESTER
TLF. 40 14 13 61



Skibstrupvej 12B
3100 Hornbæk
martin@snedkermartin.dk
www.snedkermartin.dk



Det gamle værtshus
Cafe under uret har de
sidste 6 år været frokost-
restaurant med
fokus på den gode danske
smørrebrødstradition



RESTAURANT UNDER URET
Øster Farimagsgade 4, 2100 København Ø
www.restaurantunderuret.dk
Tlf. 28 35 35 10



PUB & SPORT

Sportsbar, Pool & Dart

find os på:



Vester Voldgade 7-9, 1552 København V
33 15 08 10 | pubogsport.dk

Beskyt din bil
mod rust
inden vinter.

★ Trustpilot ★★★★★



dinitrol.dk



Tid til ny bil?
Eller til service af din eksisterende?



Bjørn Caning's Eftf. & Leif Thygesen Biler
BRØNDBY - ROSKILDE - TAASTRUP





KØRERPLADER TIL DET HELE !

Vesterlundvej 11 • 2730 Herlev

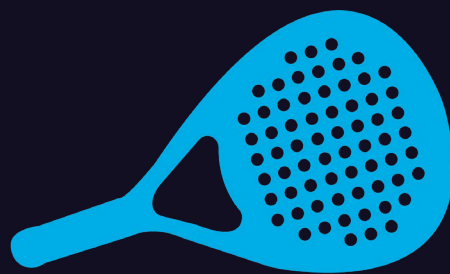
Tlf. 44 94 22 93

www.etrasborg.dk

MOTORJOBS

Ønsker du et godt job i den spændende autobranche?
www.motorjobs.dk

Tlf: 70 20 01 55 - mail: info@motorjobs.dk



PADEL ZONE

HOLSTEBRO



Kredsmesterskaber i PADEL

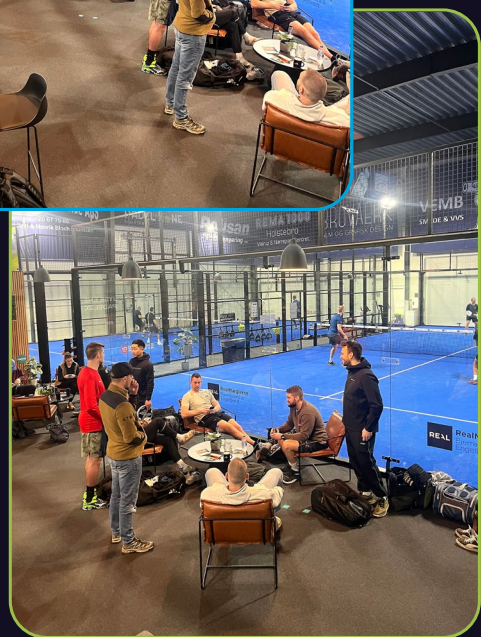


TEKST og FOTOS Brian Højgaard, Holstebro Politiidrætsforening

Den 15. januar 2025 afholdt Holstebro PI for 4. gang kredsmesterskabet i padel. Turneringen kaldes også "Holstebro Open". Som i de foregående år blev der afholdt ét mesterskab for kvinder og ét for mænd. 42 spillere stod klar onsdag morgen til blod, sved og tårer i forbindelse med padelkampene samt lækre hotdogs til frokost.

Alle hold var garanteret mindst 3 kampe, idet turneringerne blev afviklet efter Monrad-formatet. Der var mange gengangere fra de tidligere års turneringer, men der var dog også plads til en del nye spillere, som havde mod på at prøve kræfter med den efterhånden veletablerede idrætsgren i dansk politi.

Efter 37 velafviklede kampe fordelt ud over hele dagen kunne vinderne kåres.



aut. elinstallatør
atjENERGI

– Vi klarer elinstallationen

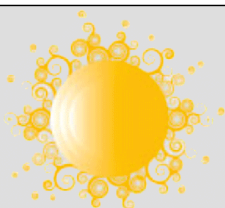
Kornmarksvej 20 • 2605 Brøndby
Tlf. 4242 4332 • www.ATJ-Energi.dk

Elektriker Brøndby, Glostrup & omegn



STILLADSER A/S

Sydholmen 12
2650 Hvidovre
Tlf. 36 77 11 55
www.acstilladser.dk



pizza . pasta . burger . kebab
HELIOS PIZZA

Eriksmindevej 26 • 2670 Greve
Telefon 43 69 29 00

ENGELL

ANLÆGSGARTNER

☎ 6041-1141 ✉ info@engells.dk

coop | Kvickly

Holte

Holte Midtpunkt 23 • 2840 Holte
åbent alle dage kl. 7 – 20

Sunde råd er gratis!

apotek

Tal med os om sundhed,
medicin og personlig pleje

www.naerum.apotekeren.dk

Nærum Apotek
Nærumvænge Torv 35 • 2850 Nærum
Tlf. 45 80 42 50



ROBERT JAKOBSEN
LANDINSPEKTØRER

Landinspektør med mange kompetencer

Rådhusørvet 7, 2. sal
DK-3520 Farum
Telefon 4448 8187
www.robert-jakobsen.dk



Kronholm ⚡ Installation



2800 kongens Lyngby
Telefon 29 26 45 97
kronholm-installation.dk

Din elektriker
i Nordsjælland



HERRER:

1. plads: Steffen Fruergaard Mackenhauer (Viborg PI) og Mikkel Thomsen (Viborg PI)
2. plads: Jesper Skjødt Laursen (Holstebro PI) og Niklas Skjødt Laursen (Thisted PI)

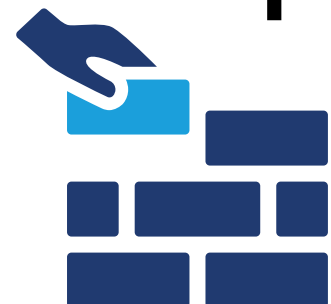


KVINDER:

1. plads: Kine Rosendal Staunbjerg (Holstebro PI) og Malene Grønbæk Sakskjær (Holstebro PI).
2. plads: Ditte Sørensen (Holstebro PI) og Malene Mose Adersen (Holstebro PI).

Græse Fliser & Entreprenør ApS

Græse Skolevej 2
3600 Frederikssund
Tlf. 40 51 24 72

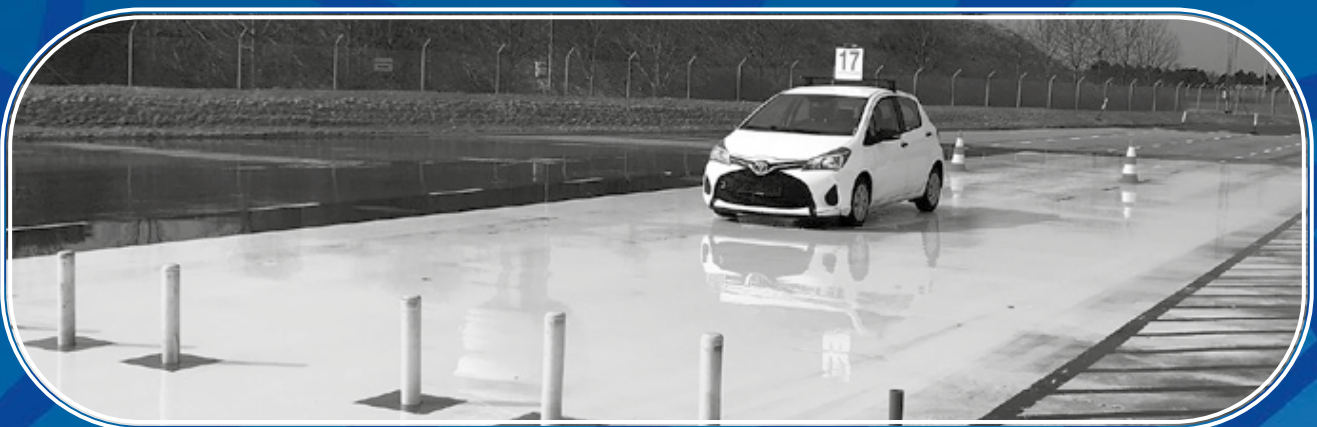




www.gudenaacamping.dk • info@gudenaacamping.dk
Bolundvej 4, Brestenbro, 8740 Brædstrup, Tlf.: 75763070



Storkøbenhavns Køretekniske Anlæg A/S



Amager Landevej 282 • 2770 Kastrup
Tlf. 32 51 04 32 • ska@ska.nu • www.ska.nu

Din PopermoBonus er på vej!

Vi glæder os over, at vi kan give tilbage til vores medlemmer...

I Popermo Forsikring går det godt, og det kan ses på vores resultat for 2024.

Det har været et år med fremgang, og det gode resultat kommer helt naturligt vores medlemmer til gode.

Derfor udbetaler vi **PopermoBonus** til vores medlemmer.

Du kan læse mere om **PopermoBonus** på popermo.dk – og har du spørgsmål, er du velkommen til at ringe til os på **+45 66 12 94 48**.



SKARPESTE!

- landsdækkende
forsikringsselskab



Tak til vores medlemmer for samarbejdet i 2024!

Popermo Forsikring GS
C.F. Tietgens Boulevard 38
5220 Odense SØ

Telefon 66 12 94 48
popermo.dk
CVR 61 67 23 11

Popermo er et dansk forsikringsselskab
og er medlem af Garantifonden
for skadesforsikringsselskaber

 **popermo**
VORES FORSIKRING
medlemmers



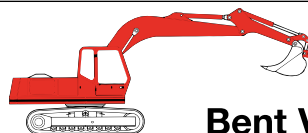
**salomon
FORCES**

GORE-TEX
PRODUCTS

For kontakt og flere oplysninger
skriv til b2b@spejdersport.dk eller ring 43 55 35 45

Per Valdemar Svendsen Transport

Hovedgaden 27 • 3310 Ølsted
Tlf. 24 60 44 01



Bent V. Nielsen A/S

Entreprenør - Aut. kloakmester
Helsingø

Bomose Alle 1 • 3200 Helsingø • Tlf. 48 79 63 27 • www.bvn-as.dk



Metniks Multiservice

Ejendomsservice Amager og København

Rødtjørnen 53 • 2791 Dragør
Tlf. 22 21 88 92
www.metniksmultiservice.dk

M.T.Transport ApS

Mobil 24 84 67 95

T3

TM Montage ApS

FÆLLEDVEJ 61, 2791 DRAGØR

TLF. 32 53 53 69

tmmontage@mail.dk • www.tmmontage.dk
Alt smedearbejde udføres • Speciale: Rustfrit stål



Fejekosten® Ejendomsservice

Hovedvejen 208 • 2600 Glostrup

Telefon 3333 9390

tilbud@fejekosten.dk • www.fejekosten.dk

REMA 1000

KØBENHAVN S, RUNDHOLTSVEJ

Rundholtsvej 6 • 2300 København S

Tlf: 32 57 90 64



Aut. El-installatør - tel: +45 92 260 260 - www.GSR-Teknik.dk



Koncertbussen

Gjeddedalsvej 76
2670 Greve
Tlf. 2441 9350
info@kagan.dk
www.koncertbussen.dk

Agerholms Tømrerfirma

Annebergvej 9 st. tv • 2700 Brønshøj

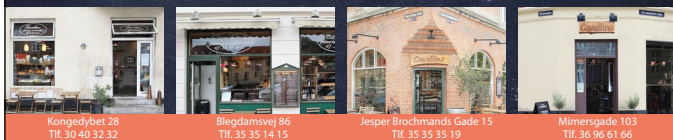
Telefon 27 29 42 99

Cavallino

PIZZERIA



se mere på
www.pizzeriacavallino.dk



Kongedybet 28
Tlf. 30 40 32 32

Blegdamsvej 86
Tlf. 33 35 14 15

Jesper Brochmands Gade 15
Tlf. 33 35 35 19

Mimersgade 103
Tlf. 36 96 61 66



Danske Fragtmænd

Viggo Petersens Eftf. A/S

Letland Alle 3 • 2630 Tåstrup • Tlf. 43 99 05 10





Idrætsnyheder

PI København



Politiets Idrætsforening København - ordinær generalforsamling

AF Mette Hansen-Hersnap, PI-København • FOTOS Stine Bertelsen, PI-København

Generalforsamlingen blev i år afholdt torsdag den 27. februar 2025 på Teglholmen, hvor knap 90 medlemmer var fremmødt. Tusind tak for fremmødet, det var en fornøjelse at se mange både nye og kendte ansigter. Det var Morten Bollesens første generalforsamling som formand for PI København. Med sommerfugle i maven bød han velkommen og tog hul på årsberetningen for 2024.

2024 er forløbet godt, og der har været gang i alle afdelinger. Tak til Mette og FU (Forretningsudvalget) for at hjælpe den nye formand i gang, og tak til DPIF og Carsten Ekstrøm for det gode samarbejde.

I 2024 fik vi afholdt DPM (Dansk Politimesterskab) i maraton, orientering og funktionel fitness, tak til de respektive afdelinger samt de mange frivillige for at være tovholdere på disse arrangementer. DHL-stafetten var igen en succes og vores absolut største arrangement, tak til Grillteamet for at hjælpe til på dagen.

PI Københavns 105 års jubilæumsfest løber af stablen d. 28. maj, hvor formanden forventer at se mange af medlemmerne til en festlig aften på Klampenborg Galopbane.

Afslutningsvis sluttede formanden med at takke alle vores medlemmer, trænere, bestyrelsesmedlemmer og andre frivillige for jeres store indsats for foreningen. Det er jeres arbejde, der gør det hele muligt. Husk: "Glæden ved at give er større end glæden ved at få". Med de ord bad formanden generalforsamlingen om at rejse sig og udbringe et trefoldigt leve for Politiets Idrætsforening København.

Beretningen blev godkendt uden spørgsmål.

PI Københavns næstformand Claus Hansen ønskede ikke genvalg. Forretningsudvalget pegede på en ny næstformand. Tillykke til Ea Busch Nielsen med valget.

Der var genvalg til posten som kasserer og regnskabskontrollanter. Alle blev genvalgt.

Da Ea indtrådte som næstformand, manglede der et nyt FU-medlem. Forretningsudvalget pegede på et nyt FU-medlem. Tillykke til Anne Sofie Winther med valget.

Derefter holdte kassereren Kristian Kjær Jensen en tale for Claus Hansen som tak for sit arbejde som næstformand, og overrakte ham en gave fra PI-København.

Generalforsamlingen pkt. 8, uddeling af æresbevisninger blev "gemt" til under middagen. Dirigenten Stine Bertelsen sørgede for at generalforsamlingen forløb, som det hør og bør sig.

Derudover takkede formanden dirigenten Stine Bertelsen.

MODTAGER AF ÆRESBEVISNINGER:

Holdpokalen blev tildelt Judoafdelingen.

Jubilæumsfadet blev tildelt Spilleudvalget fra Bowlingafdelingen.

Æresnålen i sølv blev tildelt Steffen Lund Madsen fra Badmintonafdelingen, Jesper Mortensen fra Motionsafdelingen, Anna Kinoshita fra Gymnastikafdelingen, Ken Gert Hansen og Erik Hald Jensen fra Cykelafdelingen.

Æresnålen i guld blev tildelt Henning Kamp fra Skytteafdelingen, Lena Dahl og Arne Rasmussen fra Bowlingafdelingen.

Æresmedlem blev tildelt Leif Berg Sørensen fra Motionsafdelingen.



Formandens beretning



Ken Gert Hansen, cykling



Guldnål Lena Dahl, bowling



Sølvnål Anna Kinoshita, gymnastik



Sølvnål Jesper Mortensen, motion



Guldnål Arne Rasmussen, bowling



Kassereren fremlægger regnskabet for 2024



Jubilæumsfadet, bowlings spilleudvalg



Holdpokalen, judo



Guldnål Henning Kamp, skydning



Æresmedlem Leif Berg Sørensen, motion



Formanden og den afgående næstformand



Tillykke til prismodtagerne!



AP PUMPER ApS

Bonderødvej 4 • 4640 Faxe
tlf. 70 12 26 00



Anlægsteknik • Byggeri • Renovering
Vandforsyning • Miljø • Geoteknik
Bygherrerådgivning



DJ MILJØ & GEOTEKNIK

www.dj-mg.dk
25 94 06 66



DINES JØRGENSEN & CO. A/S

www.dj-co.dk
48 26 06 66



S J Ø
D A H L
& Rådgivende
ingeniørvirksomhed
C O

Bygherrerådgivning
Sikkerhedskoordinering
Myndighedsbehandling
Projektudvikling
Projektledelse
Byggeledelse
Krisestyring

SJØDAHL & CO. APS
Bagsværdvej 70A • 2800 Lyngby
WWW.SJODAHL-CO.DK

nemovo

Vi går hele vejen for vores kunders tilfredshed!

Uanset om det drejer sig om tømrerarbejde, gulvafslibning, flytning eller maleroppgaver, er vi klar til at levere den bedste service. Vi sørger for, at du får et resultat, du kan være stolt af.

Kontakt os i dag for et uforpligtende tilbud:
☎ 44 44 00 44
✉ kontakt@nemovo.dk

REMA 1000

Frederiksberg

Smallegade 14-18
2000 Frederiksberg
Tlf: 27 23 04 22



Alexandra Drejer



PI bowling damerne i Grøndal ved Landsdelsmesterskab Øst for Old Girls



Fra venstre: Helle Hønsen, Mette Leiling, Helle Hornbæk, Anne Neven, Heidi K Rasmussen og Hanne Larsen



TEKST og FOTOS af Anne Neven og Mette Leiling, PI-København Bowling afdelingen

Damerne var fint repræsenteret ved dette stævne. Herrerne udeblev - måske på grund af kamp lørdag?

Vi var 6 seje damer, som stillede op. 5 spillede ikke op til deres bedste. Men Heidi K Rasmussen med 1151 kegler på 6 serier var flyvende. Helle Hornbæk spillede nok ikke op til sit bedste, men lavede dog 1055 kegler, hvorfor de to damer kvalificerede sig til Mesterskabsfinalen. I denne finale var det de 6 bedste damer på tværs af alle rækker, der deltog.

Søndag kl. 12.45 skulle der spilles finaler. Finale-spillet blev spillet over 5 serier, hvor spilleren med færrest kegler efter hver serie gik ud. I mesterskabsfinalen, hvor Heidi og Helle Hornbæk befandt sig, overlevede Helle de første 3 serier, hvorefter hun måtte se sig slået. Heidi fortsatte ufortrødent sit flotte spil, og kampen var spændende til allersidste kast, hvorefter Heidi kunne løbe af med guldet.

I Old Girls 2. række var både Anne Neven, Helle Hansen og Hanne Larsen kvalificeret til finalespillet. De endte med at stå de 3 tilbage efter de første 2 serier, så de kunne jo selv vælge, hvem der skulle have hvilken medalje. Det blev guld til Anne, sølv til Helle og bronze til Hanne.

I Old Girls 3 rækken var Mette Leiling kvalificeret til finalespillet. Mod al forventning var spillet fornuftigt og endte med at stå tilbage i sidste serie. Desværre gik Mette ned og endte derfor med en sølvmedalje. Ganske godt resultat, når nu hun troede, hun skulle holde fri.

Der var også medaljer til de, som havde spillet double, og her vandt doublen Heidi/Anne sølv og Helle Hansen vandt bronze med sin makker (Karina fra Center) med kun 9 kegler færre end Heidi/Anne. Helle Hornbæk dannede double med Hanne, og de endte uden for medaljerækken på en 5. plads. Mette endte med sin doublemakker (Mille fra Break Point) på en 11. plads med 300 kegler mindre end 3. pladsen.

Hele søndagen var superhyggeligt, med højt humør. Alle heppede på hinanden, og vi kan være stolte af at tage 7 medaljer ud af 12 mulige.



Polyfa Consultants A/S

Rådgivningsfirma for den europæiske forsvarsindustri. Formidler salg af materiel til politiet og det danske forsvar.

Tlf. 40 35 33 44
www.polyfa.com



v/ Lemvig Feriecenter

Vinkelhagevej 8 . DK 7620 Lemvig

Tlf. 9782 2813
www.restaurantmarina.dk

E-mail: marina@restaurantmarina.dk



Scan QR Koden

 **STEAMREX**



MOBIL BILRENGØRING

Få rengjort din bil hvor du vil, når du vil

På din arbejdsplads, ved dit hjem, i dit sommerhus eller... SteamRex kommer til dig og rengør din bil, inde og ude, mens du laver vigtigere ting.

Så let er det



1. Book online på 2 minutter

Vælg behandling, tid og sted - og betal først, når vi har rengjort din bil



2. Vi kommer til dig i hele landet

På arbejdspladsen, derhjemme eller det sted der passer dig bedst



3. Din bil bliver skinnende ren

Og du skåner miljøet for udledning af +100 liter spildevand

steamrex.com



Fra venstre: Arne Rasmussen, Steffen Petersen, René Petersen, Mads Fridstrup, Mads Frørup, Frederick Nimann Bache-Wiig og Kim Pedersen

En lille opdatering på 1. holdet herres strabadser i 1. division

TEKST og FOTO René Petersen, PI-København, Bowlingafdelingen

Vi er jo kommet op i en række, hvor vi må kæmpe for at få point, og vi ligger i den tunge ende. Men det er nogle spændende kampe, og det giver blod på tanden for at holde os i 1. division. Der har været en del udsatte kampe, så vi har spillet hele 6 kampe efter nytår, og jeg tror ikke jeg skriver noget forkert, når jeg skriver at det har været nogle spændende kampe.

Vi har spillet godt. I alle vores kampe i hele sæsonen har vi spillet med over 200 i snit. Sidste sæson spillede vi med 195,7 i snit, så det er en stor forbedring vi har gjort i år. Men alligevel ligger vi som skrevet i den tunge ende.

Et kort resume af de tre sidste kampe, som alle har været på hjemmebane. Først mod HOOK, hvor vi spillede med 212 i snit. Desværre var det ikke nok i mod HOOKs 220. Så vi tabte 32-16, bedste mand blev Mads Frørup med 1445 på 6 serier.

Næste kamp var imod Ravensborg. Her spillede vi med 207 i snit og vandt 38-10. Bedste mand blev René Petersen med 1304, bare en kegle bedre end Frederick Nimann Bache-Wiig. Sidste kamp vi har spillet var imod SAS, hvor resultatet viser

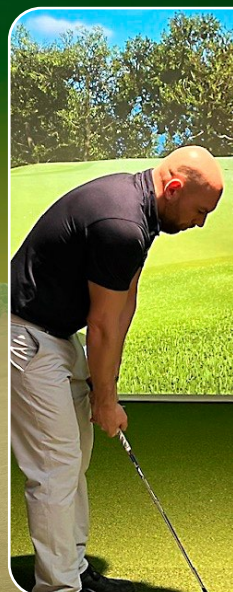
hvor tæt kampene er. Her spillede Frederick og Mads Fridstrup uafgjort i en af serierne, så kampen endte 25-23 til os.

Så inden de 3 sidste kampe ligger vi på næstsidste pladsen, kun et point efter Ravensborg, men 56 points foran Young-Stars, som mangler en kamp (men vi fører betragteligt).

Så der bliver spekuleret meget i hvilke hold, der rykker ned fra ligaen, hvilket afgør om der er 1 eller 2 hold, der skal rykke ud af vores række.



Golfafdelingens VINTERTURNERING





TEKST og FOTOS Søren Norlander, PI-København, Golfafdelingen

Julen og nytåret var overstået, medlemmerne havde fået nyt udstyr i gave og sat sig nye mål for den kommende sæson. Hvad var bedre end at deltage under kontrollerede forhold i SIMgolf i Amagers fine lokale. Dermed sagt, at man var garanteret varme, bolden kunne findes og begrænset vind.

Det var første gang vi skulle afprøve SIMgolf Amager og deres lokale. Der var bedre plads omkring spillerne, det var i et plan, så man lettere kunne komme rundt og tale med de øvrige medlemmer, samt gode parkeringsmuligheder. Bestemt ikke sidste gang vi er der og for dem, som ikke deltog, er det et besøg værd.

Vi skulle også have gang i spillet. Det foregik på de nyeste Trackmann simulatorer med alt hvad det indebærer. Nogle vil nok sige, de ikke målte helt korrekt, men når selv de professionelle stoler på Trackmann udstyret ligger udfordringerne nok et andet sted.

Til dagens runde var en af kvindegolfens Major baner valgt, den franske Evian Championship Course, som ligger ned til Geneve søen. Fantastiske omgivelser og udsigt.

Det viste sig, at være en stor mundfuld her i "offseason". Der var ikke plads til alt for meget kurve på slagene, hvilket vil sige, man blev straffet voldsomt ved skæve slag. Ligeledes var greens meget kuperet, hvorfor det for mange kostede et put eller to ekstra pr. hul.

Da vi havde været der i 5 timer, kunne der findes en vinder af de tre rækker, som spillerne var delt op i.

A-RÆKKEN:

Peter Clausen	38 point
Ulrik Stensbo	37 point
Johnny Fledelius	34 point

B-RÆKKEN:

Kurt Gullits	42 point
Jeppe Sørensen	39 point
Henrik Nielsen	38 point

C-RÆKKEN:

Lars Haugaard	37 point
Niels Erik Nielsen	26 point
Henning Pedersen	25 point

TÆTTEST PÅ PINDEN:

Kim Sørensen	1,3 meter
--------------	-----------





Stenbrostævnet 2025

PI VAR FLOT REPRÆSENTERET VED ÅRETS OPVISING PÅ STENBROEN

AF Silke Borly og Andrea Joensen, PI-X
FOTOS Erik Pedersen (FotoErik)

Stenbrostævnet i København, der altid finder sted en lørdag i slutningen af januar, er en sand klassiker i gymnastikverdenen. Det er et stævne, der markerer starten på sæsonen, hvor gymnaster, dansere, instruktører og publikum samles for at vise og opleve de forskellige opvisninger fra København og Sjælland.

Der er altid en fantastisk stemning og stor opbakning til de optrædende hold, hvilket også kunne mærkes, da PI-X stod på gulvet. Selvom PI-X ikke er det mest aktive hold i forhold til opvisninger og stævner, er det en vigtig mulighed for os til at vise vores arbejde og nyde det sociale samvær og stemningen.

Siden 2019 har PI-X udviklet sig til et stærkt fællesskab under ledelse af de engagerede undervisere Andrea Joensen og Miran Ugljen. Holdet består af 25 dedikerede dansere – nogle har været med fra begyndelsen, mens andre er kommet til undervejs. Danserne bringer forskellige erfaringer inden for dans og gymnastik med sig, hvilket skaber en dynamisk og inspirerende træningskultur.

Vores træning bygger på contemporary og house – to stilarter, der umiddelbart kan virke modsætningsfulde, men som i praksis komplementerer hinanden på en spændende måde. Contemporary indebærer teknisk præcision, flydende bevægelser og et stærkt musikalsk udtryk, mens house er kendetegnet ved hurtige og energiske footwork-sekvenser med en pulserende rytme.

Kombinationen af disse to genrer giver en alsidig træning, der ikke blot forbedrer vores tekniske færdigheder, men også skærper vores musikalitet, samarbejdsevner og evne til at eksperimentere med nye bevægelsesmønstre.



Derfor adskiller vores optræden sig også fra den klassiske gymnastikopvisning, og det er altid spændende at se, hvordan publikum reagerer. Stemningen til Stenbrostævnet var fantastisk, og det var en fed oplevelse at optræde foran et stort publikum for første gang denne sæson – og endnu blev vi mødt med stor begejstring, og vi var meget tilfredse med vores præstation.

Også andre af foreningens dygtige hold var på gulvet til Stenbrostævne 2025: PI Øvede PI Elite, PI Opvisningsholdet og PI Rytme.

Nu glæder vi os til resten af sæsonen og flere muligheder for at vise, hvad vi har arbejdet så hårdt på.

To hold fra PI Gymnastik leverede i spotlight ved Gym- og Dance Event i det Fynske



AF Nina Holk Jacobsen og Julie Lolk, PI Øvede
FOTOS Vejstrup Efterskole

På en almindelig grå fredag eftermiddag i februar, trak vi i de røde frynser eller hvide netdragter og drønedede for anden gang i februar til det fynske. Igen i år fik PI Øvede og PI Elite fra PI Gymnastik nemlig lov til at deltage til Vejstrup Gym- og Dance Event, som altid er en fed oplevelse at være en del af. Det er et event, hvor en masse gymnastik- og danseglade mennesker fylder hallen på Vejstrup Efterskole, klar til at give den maks gas på gulvet med lyd og lys.

Arrangementet løb af stablen 21. februar – kun nogle få uger efter at de to hold havde taget turen til det sydfynske for at deltage i OD-dagene på Gymnastikhøjskolen i Ollerup, hvor begge hold stolt repræsenterede Politiets Idrætsforening sammen med PI Rytme, der også var på gulvet. OD-dagene er blevet udvidet fra en enkelt opvisningsdag med opvisninger i to haller samtidig til to dage, så alle hold får lov til at indtage gulvet i Ollerups store arena og alle får chancen for at se alle de fede gymnastik- og dansehold, der skal opvise.

Trods den lange køretur fra hovedstaden og over Storebælt begav vi os endnu engang afsted og nåede frem til Vejstrup på Sydøstfyn, klar til opvarmning. Opvisningerne var allerede godt i gang, og stemningen var slet ikke til at tage fejl af. Vi blev mødt af en gnist og spænding fra publikum og spotlights, som vi kunne mærke helt ud i fingerspidserne.



Aftenen bød på flotte farver, lysshow, musik, og ikke mindst bevægelser i strukturerede koreografier og synkronne flokke af fjerlette fejesving. Stemningen var tæt af tryllestøv, og hvert et spring eller sekvens efterlod magiske aftryk, som vi sent vil glemme.

Hallen på Vejstrup efterskole var pakket med dygtige gymnaster, og alle hold blev omfavnet af kærlige og jublende bifald, fyldt med opbakning og beundringsglæde. De dygtige gymnaster fra PI Elite svævede over gulvet som det næstsidste hold.

Med brusende gymnastikglæde i maven, ømme hænder af at klappe, og med kinder der gjorde ondt af at smile, spiste vi os senere mætte i tapas og hyggede med gode snakke, inden turen atter gik mod København.

Endnu engang tak for en magisk aften, Vejstrup.

Vi vil også sende en stor tak til Støtteforeningen - PI-Københavns Venner for transportstøtte til eventet. I alt tre hold, PI Elite, PI Rytme og PI Øvede, har modtaget transportstøtte til forskellige opvisninger på både Sydfyn og i Vestjylland.

MTHBILER

Nykøbing M • Thisted • Brovst • Løgstør • Aars • Hadsund • Randers • Grenaa

Tlf. 96 17 89 00
www.mthbiler.dk



Handicap venligt hotel

OnlySleep

3-STJERNET OPHOLD TIL HALV PRIS!

Vores beliggenhed ved motorvejsafkørsel 39 i Slagelse gør os til det oplagte valg for dig, som vil have det nemt og bekvemt



Trafikcenter Allé 2 | 4200 Slagelse | Mail: info@onllysleep.dk
Telefon: +45 58 50 53 60 | www.onllysleep.dk

SITE-SECURITY
- security on site

INNOVATIV OVERVÅGNING - FOR ET TRYGT SAMFUND

Forudse og forebyg kriminalitet Start på sitesecurity.dk

SITE-SECURITY
- security on site

GLAD ZOO



Læs mere på
gladzoo.dk

FIBRE I FOKUS
- Lavt indhold af sukker og stivelse for en velfungerende fordøjelse

NAG

HorsePro

DANSK PRODUCERET KVALITETSFODER

FODERRÅDGIVNING OG SALG

www.HorsePro.dk • +45 48 79 50 00 • HorsePro@nag.dk



ÅRETS PI OPVISNING...

LØRDAG 10. MAJ KL. 13-16.

Ses vi?

Traditionen tro inviterer PI Gymnastik til den årlige PI Opvisning i DGI-Byen – tre timer pakket med fantastisk flot, spændstig og dynamisk gymnastik og dans. Du kan opleve PI Gymnastiks egne dygtige hold samt et par særligt inviterede gæster.

Der tages entré (via MobilePay)

Billeder af Sebastian Max Christiansen fra PI Opvisning 2024



PI Jiu Jitsu repræsenteret i Rio de Janeiro

DET ER MED STOR GLÆDE, AT JEG KAN DELE MIN OPLEVELSE FRA BRASILIEN, HVOR JEG DELTOG I IBJJF'S TURNERING, RIO SUMMER OPEN 2025.

TEKST og FOTOS Jonas, PI-København, Jiu Jitsu afdelingen

BRASILIAANSK JIU JITSU – EN KORT INTRODUKTION

Brasiliansk Jiu Jitsu (BJJ) er en kampsport, der fokuserer på gulvkamp og submissions. BJJ træner udøvere i at kontrollere og overvinde en modstander gennem teknikker som ledlåse og stranguleringer, der kan tvinge modstanderen til at give op, eller "tappe ud".

En vigtig forskel inden for BJJ er mellem Gi og No Gi. Gi refererer til den traditionelle træningsdragt, bestående af en jakke, bukser og et bælte, som man også ser i eksempelvis

judo. Træning i Gi tillader greb på tøjet, hvilket giver flere muligheder for kontrol og submission-teknikker. No Gi derimod udføres i mere tætsiddende tøj som rashguards og shorts, og her er greb på tøjet ikke tilladt. Dette resulterer i en hurtigere og mere eksplosiv stil, hvor fokus ligger på kropskontrol og greb direkte på modstanderens krop. I PI træner vi udelukkende No Gi.

POINTS I IBJJF-KAMPE OG SUBMISSION

I IBJJF-kampe (International Brazilian Jiu Jitsu Federation) scorer man points ved at udføre bestemte teknikker som takedowns, guard passes og andre dominerende positioner. For eksempel giver et takedown 2 point, mens en guard pass giver 3 point. Et guard pass er, når man kommer forbi modstanderens ben og kontrollerer overkroppen. En submission er en teknik, der tvinger modstanderen til at give op for at undgå skade eller bevidstløshed. Eksempler på submission-teknikker inkluderer armbår, rear naked choke og den klassiske Kimura, som man blandt andet bliver lært på Politiskolen og til PFT.

BÆLTESYSTEMET I BJJ

BJJ har et farvekodet bæltssystem, der markerer en udøvers niveau og/eller erfaring. Det starter med hvidt bælte efterfulgt af blå, lilla, brunt og sort bælte. Der er ikke klassiske gradueringer i BJJ. Man får først sit nye bælte, når ens træner synes, man er fortjent det. Der er ikke et bestemt pensum, som man skal kunne ligesom i mange andre kampsporter. BJJ er også en af de kampsporter, hvor det tager længst tid at få et sort bælte. Man siger som tommelfingerregel, at det tager 10 til 15 års træning før man får sit sorte bælte. Det er meget lang tid, hvilket også betyder at bæltene ikke er i fokus for mange udøvere, da man nemmere vil kunne miste motivationen og glæden ved sporten, hvis det er bæltet som fylder for udøveren, hvilket hænger godt





sammen med, at de i Brasilien siger "En sort bælte er bare en hvid bælte, som ikke stoppede med at træne".

EGEN VÆGT VS. ÅBEN VÆGT

I BJJ-turneringer er der to typer konkurrencer: egen vægtsklasse og åben vægtsklasse. I egen vægtsklasse konkurrerer man mod udøvere i samme vægtskategori, hvilket sikrer en mere jævnbyrdig konkurrence. Jeg kæmpede i "middelweight", hvor jeg skulle veje ind på under 79,5 kg. Hvis man vejer for meget, så bliver man diskvalificeret med det samme. Den åbne vægtsklasse, eller "absolute", tillader deltagere fra alle vægtsklasser at mødes, hvilket gør det muligt for lettere udøvere at møde tungere modstandere, dog kan man kun deltage i den åbne vægtsklasse, hvis man har fået medalje i sin egen vægtsklasse.

Turneringer er også delt op i alder. Jeg kæmper i "Adult" som er for folk mellem 18 og 30 år. Derefter hedder det Master 1, som er for folk mellem 30 og 35 år og så videre.

MIN TURNERING

Jeg har prøvet at konkurrere i Danmark mange gange før, så jeg vidste godt, hvad det handlede om, men dette var min første internationale konkurrence og første konkurrence arrangeret af IBJJF, og da det var i sportens hjemland, var der lidt ekstra sommerfugle i maven. Jeg får altid lidt nerver på inden første kamp, men jeg kan godt lide den spænding, jeg får ved det. Jeg var den eneste udlænding, der deltog i adult blåbælte og mødte en brasilianer i første kamp, som jeg vandt over med en triangle choke. Jeg tabte desværre semifinalen på point 6-0 til en god brasilianer. Det var nok til at give mig en bronzemedalje i min egen vægtsklasse.



Desværre måtte jeg se mig slået i min første kamp i den åbne vægtsklasse med et smalt nederlag på 2-0.

RIO DE JANEIRO OG POLITIETS UDFORDRINGER

Min tid i Rio de Janeiro gav også et indblik i den lokale befolknings opfattelse af politiet. I modsætning til Danmark, hvor politiet generelt nyder høj tillid, er synet på politiet i Brasilien meget skeptisk. Dette skyldes en historie med korrupsion og flere kupforsøg, der har undermineret tilliden til retshåndhævelse. Et konkret eksempel på dette er kupforsøget i 2022, hvor den tidligere præsident Jair Bolsonaro blev anklaget for aktivt at have deltaget i planlægningen af et kupforsøg for at forblive ved magten efter sit valgnederlag til sin politiske modstander Luiz Lula. Bolsonaro fik angiveligt hjælp fra militærpolitiet, og beviser præsenteret for Brasiliens højesteret under retssagen viste hans direkte rolle i planerne. Denne hændelse, hvor Bolsonaro blev sigtet, har yderligere forstærket befolkningens mistillid til politiet og regeringen.



KONKLUSION

At repræsentere PI i en stor international turnering som RIO SUMMER OPEN var en stor oplevelse og jeg synes, det er fantastisk, at vi som politifolk kan være en del af en forening som støtter, at det danske politi bliver repræsenteret i udlandet. Jeg håber, at min oplevelse kan inspirere andre til at udforske BJJ. Vi træner på Artillerivej tirsdag og torsdag kl. 20.00 og søndag kl. 10.00.



To uger i Japan med verdenseliten
Rapport fra en træningstur
til judoens hjemland



TEKST og FOTOS Morgan Aagaard Errboe, PI-København, Judoafdelingen

Den 30. november rejste jeg alene til Japan udelukkende for at træne med verdens bedste judokæmpere. Sidste år var vi en større gruppe fra landsholdet, der var afsted sammen, og det var så inspirerende og motiverende, at jeg besluttede at gøre det igen, selvom ingen andre danskere skulle med i år.

Jeg trænede den første uge på Tokai Universitetet et par timers kørsel fra Tokyo. Det er Japans bedste universitet, når det kommer til judo, og Tokia har fostret utallige olympiske og verdensmestre. Jeg boede i Ishihara, mens jeg trænede på Tokai. Jeg har boet der før, og det fungerer fint. Komforten er ikke noget særligt, men man er så træt i kroppen efter træning, at man mest har brug for en seng at sove i. På Tokai trænede jeg blandt andet med Kihara, der vandt VM for juniorer i min vægtklasse, -73 kg, tidligere på efteråret i Tadjikistan, hvor jeg også deltog. Cheftræneren på Tokai var Riki Nakaya, der er lidt af en legende og blandt meget andet tidligere verdensmester i samme vægtklasse, og der var også en lang række andre fremragende trænere. Generelt er japanerne meget venlige og villige til at dele deres viden, og jeg har haft meget held med bare at spørge, hvordan de udfører deres specialteknikker. Så bruger de som regel gerne et kvarter på at vise alle detaljerne, og man får endda lov at filme, så man kan have materialet med hjem til Danmark og øve videre. Niveauet er virkelig højt, det er nok det bedste sted i verden at træne judo, men de fleste japanere kæmper samtidig så rent, at risikoen for at få skader er mindre end på andre, tilsvarende hårde træningslejre andre steder i verden.

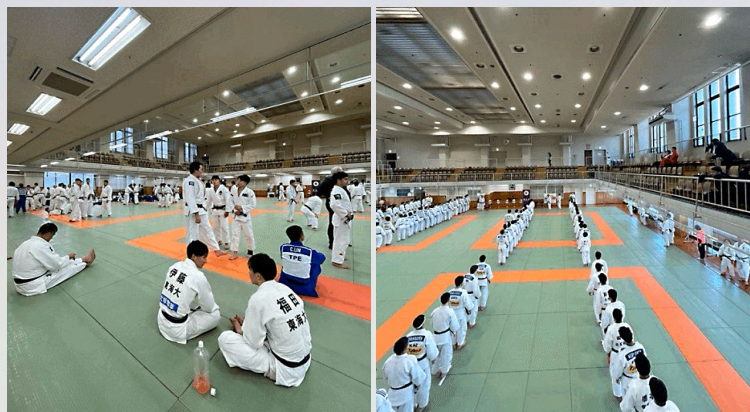
Der var ikke så mange udlændinge på Tokai, mens jeg var der, men jeg hyggede mig med halvdelen af det østrigske landshold, nogle amerikanere og så Matthias Cassé fra Belgien,

der er verdensmester i -81 kg fra 2021 og også har en bronzemedalje fra OL i Tokyo og tre VM-medaljer yderligere. Det er en god mulighed at møde toppen af verdenseliten på den måde, hvor der ikke er så mange, og jeg fik talt lidt med Cassé, blandt andet om, hvordan han kommer ned i vægt.

KODOKAN - JUDOENS HJERTE

Og lige her, sidst på året, var Tokai faktisk ikke det sted i verden, hvor den største del af judoens verdenselite var samlet. Det var nemlig i ugen efter, Kodokan, som er en 8-etagers bygning midt i Tokyo, der udgør hjertet i judo over hele verden. Der er både et judomuseum, et judobibliotek, og som det vigtigste selvfølgelig, de tre øverste etager er dojoer eller træningssale. Kodokan er en særlig institution i judo, fordi det var den skole, som judoens grundlægger, Jigoro Kano, selv etablerede. Derfor er der en statue af Kano på gaden foran bygningen, som nok er den mest fotograferede genstand blandt judofans over hele verden. Og så er der den fine tradition, at når hele verdenseliten samles i december til Grand Slam i Tokyo, så bliver de efter konkurrencen og holder en træningslejr på Kodokan. Jeg skulle selvfølgelig med, og her var det svært at sparke sig frem for nuværende verdensmestre (dem med de røde rygmærker) og nuværende olympiske mestre (dem med de gyldne rygmærker). Jeg sad lige ved siden af, da Lee, som afgjort er en af de 5-10 bedste i verden i -81 kig, og min personlige favorit, spurgte Nagase, der er forsvarende olympisk mester, om han lige kunne vise ham det skridt han tager, inden han angriber med Ashi-Guruma. Jeg nøjedes med at sidde helt stille og lytte.

Jeg var kommet til Japan mest for at træne med japanerne, så selvom træningslejren på Kodokan var fremragende, valgte jeg et par af dagene i stedet at tage til et andet fremragende universitet, Kokushikan, hvor træningen var virkelig god, og hvor jeg blandt andet havde fornøjelsen af at træne med Takeichi, der tabte VM-finalen til Kihara i Tadjikistan.



Det var et fremragende og meget lærerigt og inspirerende træningsophold, og jeg nåede også at se endnu mere af Tokyo og få shoppet en hel del. Det er en rigtig god måde at styrke sit internationale judonetværk på, og man kommer hjem med tasken fuld af gode idéer og tricks, man glæder sig til at prøve.

På vejen hjem måtte jeg tilbringe 19 timer i Beijing, og selvom jeg fik lov at gå ud af lufthavnen og fandt et hotel og fik set lidt af byen, var det ikke nogen specielt mindeværdig eller inspirerende oplevelse, men alt i alt var det ellers en supergod tur!

Damm's Nedrivning ApS



Stydingvej 2 • 6500 Vojens

Tlf.: 23 27 58 81

sosdamms@gmail.com

Følg os på



Nybolig Hirtshals

Jyllandsgade 8

9850 Hirtshals

Tlf. 98 94 47 06



VISSENBJERG STORKRO

Ophold til enhver
smag og lejlighed

Søndersøvej 30

5492 Vissebjerg

Tlf.: +45 6447 3880

E-mail: info@vissebjergstorkro.dk

www.vissebjergstorkro.dk



Miniferien indeholder:

En heldags entrébillet til Egeskov Slot

2 x Dagens 2 retters aftenbuffet

2 x Overnatning i delt dobbeltværelse
på Hotel Vissebjerg Storkro

2 x Stor dansk morgenbord



Strandvejen 150 • 8410 Rønde • Tlf. 64 63 33 02

info@kaloevig-camping.dk • www.kaloevig-camping.dk



VINTER OL

Et interimistisk stævnecenter
i et telt under et halvtag



Peter Sørensen fik hjælp til brik-
aflysningen af Philip Knak



Stævneleder Peter Sørensen havde styr på
både beregning og resultatformidlingen



AF Jørn Lind, PI-København, Orienteringsløbsafdelingen
FOTOS Jan Kofoed Nielsen, PI-København, Orienteringsløbsafdelingen

Orienteringsafdelingen under PI København har nu arrangeret Vinter OL – altså ikke det rigtige Vinter OL, men orienteringsløb!

Klubben er gået i samarbejde med foreløbig fire andre orienteringsklubber om at arrangere otte træningsløb hen over vinteren 2024-2025.

Ballerup OK har i nogle år afholdt træningsløb, som klubben har kaldt Vinter OL, men for at kunne tilbyde flere løb har klubben haft et ønske om at sprede arbejdet med arrangementerne ud på flere klubber, og blandt andre har PI Kbh. budt ind – foreløbig med et enkelt løb.

For at kunne tilbyde løb i alle weekender hen over vinteren, hvor der også er Vintercup med i alt fem løb, har Ballerup OK foreløbig taget det store slæb med flest løb.

D. 22. februar var vi i PI Kbh. således ansvarlige for et løb i Ganløse Ore, hvor Peter Sørensen var tovholder. Han havde forud "stået i lære" hos kyndige medlemmer fra Ballerup OK for at kunne håndtere resultatformidlingen – bl.a. med direkte opkobling til internettet,

hvor man løbende kunne følge resultaterne via <https://liveresultat.orientering.se/> og se de enkelte stræktider for hver bane på Winsplit, men der var også opsat en fladskærm med løbende resultater på stævnepladsen. Vinter OL er nok et træningsløb, men dog med en fin resultatformidling, og vores løb blev således anvendt som klubmesterskab for Ballerup OK.

Mette Stub havde til dagen lavet nogle fine baner, og med yderligere tre hjælpere til at sætte poster ud og hente dem hjem igen, var vi klar til at sende de i alt 78 deltagere ud i skoven. Der var afbud fra otte løbere. Løberne, hvoraf de fleste var tilmeldt på forhånd, blev fordelt på 12 klasser og seks baner fra en let bane på tre km til en svær bane på otte km.

Temperaturen var kommet over frysepunktet, og solen skinnede, men jorden var stadig frosthård, og der var is i moser og grøfter. Karsten Jørgensen, der kom bløddende i mål, kunne oplyse, at man kan skære sig på is, hvis man er uheldig at falde, og det var der rigelig mulighed for med en del væltede træer og mange grene på jorden. Det bør nok her oplyses, at Karsten overlevede.

Når du læser dette, er de to sidste løb i Vinter OL afviklet, men kig alligevel gerne på <https://ballerup-ok.dk/vinter-ol-indbydelse>, for vi vender tilbage næste vinter.



PI KØBENHAVN PADEL PÅ

TEKST og FOTOS Nikolaj Kjærsgaard, PI-København, Padelafdelingen

PI Københavns padelafdeling har haft vokseværk på kvindesiden. På baggrund af at flere medlemmer enten blev gravide eller stoppede, havde vores kvindehold svært ved at få folk til træning. Man besluttede sig derfor for, at lave en hvervekampagne for at skaffe spillere. Udfordringen i padel kan være, at man gerne skal have nogenlunde samme niveau, for at man får noget ud af det.

Der blev lavet en one-pager, som blev sent rundt i padelkredse, hvor man inviterede til prøvetræning de første 4 træninger i 2025. Hurtigt meldte en del sig til disse prøvetræninger, og det stod hurtigt klart, at fremtiden for afdelingen så lys ud. Prøvetræningerne udmøntede sig i 6 nye medlemmer, som fik meldt sig ind. Både niveauet og det sociale passede perfekt ind i ånden på holdet, og de kan nu fylde 2 baner hver tirsdag til træning.

Og for at det ikke skal være nok, så har 2 af de nye medlemmer været ude at spille



en turnering og repræsentere klubben. Simone Monefeldt og Anne-Marie Bruhn Pedersen (AM) stillede midt februar op i en turnering i Ballerup arrangeret af dansk Padel Forbund. I turneringen var tilmeldt 8 par, hvor man startede i kvartfinalen. Pigerne startede med en sikker sejr i første kamp. I semifinalen ventede hårdere modstand, En tæt kamp, der gik i match tie-break. Men her viste pigerne styrke, og vandt den klart. Så var vejen til finalen banet, og man forventede en hård kamp i finalen. Første sæt blev rigtig tæt, men pigerne var skarpest til sidst og vandt 1. sæt. I andet sæt var der ingen problemer, og pigerne vandt i flot stil, deres første stævne. Fantastisk reklame for PI-København.

På herresiden er vi kommet godt i gang med den nye sæson. Det er lykkes os at få faste banetider i Padel Padel i Brøndby, hvor vi træner hver mandag kl. 20-22. I år har vi 3 hold tilmeldt Lunar Ligaen. Første holdet er placeret i 2. division, ligesom de var sidste år. Her sluttede man i toppen, men i år er der skubbet nogen hold ned fra 1. division, så der bliver hård kamp om de øverste pladser. Andet holdet skal spille 3. division, hvor de havde første sæson sidste år. Har endte de midt i rækken, og forventningen er, at de kan præstere noget af det samme i år. Vores nystartede 3. hold skal spille i serie 3. Vi håber niveauet kommer til at passe, så de kan få nogen gode og lige kampe.

MEDALJESKAMLEN





ROCKWOOL®

Rockwoolvej – Ø. Doense – 9500 HOBRO
Tlf. 96 40 13 00



CARGLASS®

Få repareret dit stenslag eller udskiftet bilruden

www.carglass.dk

Scan mig

Hos dig eller på værksted



Mobil service

- Vi kommer til dig
- Reparation eller rudeskift
- Teknikeren ringer ca. 30 min før ankomst



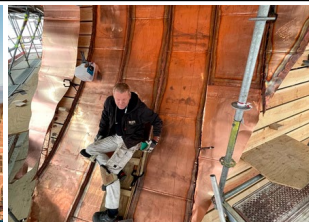
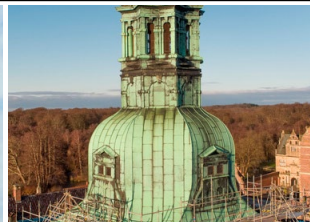
På værksted

- Værksteder centralt
- placeret i hele landet
- Gratis kaffe og WiFi
- Du får besked, når din bil er færdig



Fangetårnet

Frederiksborg Slot, 2021 - 23



Se flere billeder ved at scanne koden med din telefon



TOFT
Kobber

Her kan du få
drømmeboligen
med luft i økonomien

tilflytter.vordingborg.dk

KYST TIL MERE
VORDINGBORG
KOMMUNE





Nyt

FRA SKYTTEAFDELINGEN



AF Skydeudvalget, PI-København

I 2024 søgte skytteafdelingen Dansk Firmaidræt om midler til at købe 10 stk. Sig Sauer X-Carry, 9x19 mm – den nye tjenestepistol. Ansøgningen blev modtaget meget positivt hos Dansk Firmaidræt, og de har bevillet penge til indkøb af 10 stk. Sig Sauer X-Carry. Stor tak til Dansk Firmaidræt for donationen, og stor tak til Idrætskontoret for hjælp til ansøgning med videre.

Det bliver spændende at få de nye pistoler på banen, og forhåbentlig medvirker de nye pistoler til, at det bliver nemmere og mere tilgængeligt, at komme til at træne med en "tjenestepistol" i sin fritid.

Det vides endnu ikke hvornår pistolerne er klar i skytteafdelingen, men der er søgt SKV-tilladelser på pistolerne, og når alt er klart, vil nyheden blive lanceret på forsiden af www.piskydning.dk.

Under nyheder på www.piskydning.dk kan det også ses, at skytteafdelingen som et forsøg i år har lejet en 100 m riffelbane på Københavns Skyttecenter. Banen er lejet over ti søndage, hvor der er tilstræbt en fordeling med både lige og ulige uger. På banen er det muligt at øve liggende, siddende og stående skydestilling. Håbet er at vi ud over at mødes omkring pistol skydning, også kan mødes omkring skydning med rifler. På 100 m banen er tanken at skytteafdelingen giver mulighed for at træne med jagtrifler – både i større kalibre, men også gerne i kaliber 22. Den primære afstand vil være 100 m, men der kan også skydes fra 50 m – læs instruks for banens brug. Som udgangspunkt vil der ikke være en skydeleder på dagen, men det vil være første skytte på banen, der er skydeleder jf. regler for Københavns Skyttecenter. Bemærk, at hvis der er tale om skydning med rifler på SKV-tilladelse skal der være en skydeleder tilstede, der har bestået DGI's skydelederprøve.

Husk - skytteafdelingen lejer fortsat 200/300 m bane hver fredag i hele sommerhalvåret.

Ved fremmøde på riffelbanen bedes I sørge for at kunne fremvise et medlemskort til skytteafdelingen. Vejledning til medlemskort findes på www.piskydning.dk under FAQ.

100 m riffelbane er booket som følger:

Uge 8	23/02/2025	kl. 12-14	bane 11
Uge 12	23/03/2025	kl. 12-14	bane 11
Uge 15	27/04/2025	kl. 11-13	bane 11
Uge 19	11/05/2025	kl. 10-13	bane 11
Uge 24	15/06/2025	kl. 11-13	bane 11
Uge 30	27/07/2025	kl. 11-13	bane 11
Uge 33	17/08/2005	kl. 11-13	bane 13
Uge 37	14/09/2025	kl. 11-13	bane 11
Uge 40	05/10/2025	kl. 12-14	bane 11
Uge 45	09/11/2025	kl. 12-14	bane 11

Skytteafdelingen får ofte forespørgsler om, hvorfor det ikke er alle søndage, at der er en skydeleder på skydebanen med henblik på salg af ammunition? Jo, det ville være optimalt, hvis der kunne være banevagt/skydeleder på skydebanen hver søndag. Det kræver dog at flere af skytteafdelingens medlemmer melder sig som banevagter. Stor tak til jer der allerede er skydeledere og tager banevagter.

For at blive banevagt kræver det som udgangspunkt, at man har trænet aktivt i skytteafdelingen gennem to et halvt år, og har en god forståelse af de civile regler for skydning.

HUSK – på **POLINTRA** kan I finde de gældende regler for civil træning med tjeneste pistol og opbevaring af træningsammunition. På www.piskydning.dk under FAQ findes der links til aktuelle actioncards på POLINTRA.

På gensyn på skydebanen.



Bestil dine plejeprodukter på
abenaprivat.dk
 – og få kvalitet leveret til døren.

Bare scan
 →



BECAUSE WE CARE

ADV852/DV/10.2023/AGDM



DanZafe
GRUPPEN

DØRGREB | LÅSE | BESLAG | VÆRKTØJ | SIKKERHED

SIKRING OG TRYKKE LØSNINGER TIL DIG



Fjordagervej 10A • 6100 Haderslev
 Mail: SC@psvagt.dk • Tlf. 71 75 78 13 • www.psvagt.dk

**Pantaenius – ske
 hvad der vil!**



PANTAENIUS
 Agentur for Lystfartøjsforsikringer
 pantaenius.dk



Hole in one
 - kan vi ikke hjælpe dig med

DERIMOD TILBYDER VI:
 DIGITALTRYK
 DER FORBLØFFER
 PÅ BÅDE LAV PRIS
 OG HØJ KVALITET

Skal der
TRYK på?
 - så brug os

BESTIL ONLINE PÅ
WWW.FLTRYK.DK 

FL TRYK · AGERBAKKEN 21 · 8362 HØRNING · TLF. 70 22 18 70



PI UNDERVANDSRUGBY TIL FELIX CUP

AF Kaj Jensen
FOTO Andreas Linnet

En weekend i december kørte et hold glade undervandsrugbyspillere fra PI København til Göteborg for at deltage i den traditionsrige "Felix Cup". Cuppen blev afholdt i flotte rammer i Valhallabadets imponerende udspringsstadium, hvor alle hold kunne få plads på tilskuertribuner og smukke flisemosaikker prydede endevæggene.

Tolv hold fra syv europæiske lande havde taget turen til Sverige. Kampprogrammet bød således på imponerende 46 kampe, der blev afviklet på cuppens 10 timer - en imponerende bedrift af arrangørerne.

Årets deltagelse var et kærkomment gensyn med en fantastisk turnering, hvor det sociale er i højsædet og mange tætte kampe med hold på godt matchende niveau.

Undervandsrugby i PI er i disse år i en genopbygningsfase da en del af klubbens mange legender, med adskillige DM-titler på CV'et, stille og roligt lægger finner og snorkel på hylden. Det giver plads til den næste generation af unge talenter, og derfor var der adskillige stævne-debutanter med for PI i år. Alle som en gjorde de det fremragende. Det lover godt for fremtiden.

Som i alt muligt andet sport, så betyder erfaring en del og hvad der ellers var meget lige kampe faldt sjældent ud til PI's fordel. Fordelt over en hel dag resulterede det derfor i en del scoringsfri kampe og en samlet 7. plads. Specielt den sidste placeringskamp, som blev tabt til Barcelona med få sekunder tilbage på kampuret, var bitter. Særligt med tanke på at vi slog dem i gruppespillet, og at de føles som et hold, vi vinder over flere gange, end vi taber.

Set over dagens 9 kampe så var der dog en opadgående tendens i mange af spillets facetter, og vi er en masse erfaringer rigere og stærkere.

I højt humør mødtes alle holdene efter en lang dag i poolen til middag, præmieoverrækkelse og hyggeligt socialt samvær - et andet vigtigt aspekt af turneringen ved siden af sporten. Det er bestemt ikke sidste gang, vi tager turen nordpå for at spille Felix Cup. Vi spillede mange tætte kampe med hold på godt matchende niveau og fik fornyet blod på tanden mod de kommende sæsoner.

Undervandsrugby er et spil i tre dimensioner, hvor man holder vejret, mens en tung bold skal puttes i modstanderens kurv på bunden af poolen. Det er et vanvittigt sjovt og stiller samtidig store krav til fysisk og mental styrke. Har du lyst til at prøve kræfter med spillet, er du meget velkommen til at komme forbi begyndertræning i Hillerødgade svømmehal hver mandag 20.30-22.30.

Se mere på www.uvr.dk og facebook gruppen "UV-rugby talent" www.facebook.com/uvrugby.

XL BYG. TOMMERCÅRDEN

HELE LANDET SAC  Følg os på facebook

LEASING OG UDLEJNING AF KASSE- OG LADBILER

www.sacbiler.dk

VANDEL GOKART
PASSION IS OUR FUEL

NYE KARTS FRÅ OTK

1 LAYOUT - 4 FORSKELLIGE RACFLOWS

 **DANREGN**
vandingsanlæg

MUNCK 
FORSYNINGSLEDNINGER
PRODUKTIONSVEJ 24 ST., 2600 GLOSTRUP • +45 4492 8272

Oplev Norge med Fjord Line

Bestil din rejse på fjordline.com

fjordline.com

Nordskoven på Bornholm er Ro og Bålhygge samt Action med Bornholmsoutdoorcenter

 **NORD SKOVEN**
STRAND CAMPING

Se mere Nordskoven.dk
Kontakt os på: 40 20 30 68
info@nordskoven.dk

Naturen tæt på

Nordskoven rummer nogle helt særlige muligheder som base for jeres ferie eller Camp for gruppen. Vi har 28 hytter i forskellige størrelser, vi har velindrettede glampingtelte i 5 forskellige størrelser og udstyrsniveau samt dejlige rammer til at lave jeres egen camp også med egne telte – vi hjælper jer med at finde den helt rigtige løsning for jer.





BESTIL BILLET
215,-

GLOSTRUP STADION
22/8 KL 19:00

BRIAN MØRK
**ENDNU LÆNGERE
OVER GRÆNSEN**

SKARP, FRI OG FRYGTLØS

Al info om adresseændring, forkert levering, ophør af levering af bladet og lignende henvendelse til: **Dansk Politiidrætsforbund**
Politigården, Københavns Vestegns Politi, Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund. Mail: info@politisport.dk
Ved henvendelse, **oplys gerne medlemsnummer - eks.: (A) 40-9999**, der står på linie 2 i adressen ovenfor

Indfri din drøm

FORBRUGSLÅN
– lav rente og
nul gebyrer

Står en ombygning af boligen, nye møbler eller en ny bil højt på din ønskeseddel?

Tjenestemændenes Låneforening formidler billige forbrugslån til de tilsluttede organisationers medlemmer.

Vores variable rente er blandt markedets laveste. Lånet har desuden ingen skjulte omkostninger eller gebyrer.

Siden 1907 har vi tildelt lån til mange typer af ønsker og behov. Måske kan vi også hjælpe dig.

Lån op til 50 % af din faste årsløn, hvis du er låneberettiget.

Se lånebetingelserne og beregn nemt dit lån på tjlaan.dk