

# POLITIIDRÆT

Dansk Politiidrætsforbund nr. 5 • 2015



Guld ved europæiske politimesterskaber i bordtennis

Europæiske politimesterskaber i judo

Danske politimesterskaber i maraton og bowling





ISDN 0906-9151

Stiftet 1. august 1946  
47. årgang

#### Medlem af

Dansk Firmaidrætsforbund  
Hjemmeside: www.dfif.dk

#### Ansvarlig udgiver

Dansk Politiidrætsforbund  
v/ formand Mogens Lauridsen

#### Ansvarshavende redaktør

Robert Hansen  
Sydøstjyllands Politi, Fredericia  
Nørre Voldgade 22, 7000 Fredericia,  
Tlf. 2632 2408  
E-mail: politiidaet@gmail.com

#### Forbundets adresse

Dansk Politiidrætsforbund  
Politigården, stuen, fag 29, 1567 København V  
Tlf. 3521 9271  
E-mail: info@politisport.dk

#### Hjemmeside

www.politisport.dk

#### Layout

FL Reklame

#### Tryk

Silkeborg Bogtryk

#### Annonceekspedition

Politiidræt  
Agerbakken 21, 8362 Hørning  
Tlf. 8793 3786  
E-mail: info@politiinfo.dk

#### Forside

Daniel Fynsk sikrede sig en guldmedalje ved de europæiske politimesterskaber i bordtennis i Bulgarien.  
Foto: Jens Claumarch, DPIF

#### Deadline/Udgivelse

##### 6/15

Deadline for indl. af stof: 24. juli 2015  
Udgivelse 28. august 2015

##### 7/15

Deadline for indl. af stof: 6. september 2015  
Udgivelse 14. oktober 2015

##### 8/15

Deadline for indl. af stof: 9. oktober 2015  
Udgivelse 13. november 2015

##### 9/15

Deadline for indl. af stof: 13. november 2015  
Udgivelse 18. december 2015

## Politiidræt

Leder .....	5
Politimesterskaber i maraton .....	6
Europæiske politimesterskaber i bordtennis - stor dansk triumf .....	10
Undersøgelse af politiets arbejdskrav .....	17
Bowlingmesterskab med overvægt af københavnere .....	20
Europæiske politimesterskaber i judo .....	25
EM-kvalifikation i volleyball .....	28
Rigspolitiets squashdag .....	33
Stort beløb roet hjem til julemærkehjemmet .....	34

## PI-Nyt

Stor fest da København PI fyldte år .....	40
Cykelafdelingen: Heino Cup .....	42
Golfafdelingen: Åbent hus arrangement i golfafdelingen .....	45
Bowlingafdelingen: Stationsturneringen i bowling .....	46
Motionsafdelingen: Grillaften i PI motionsafd. ....	49
Gymnastikafdelingen: Skal du gå til gymnastik med dit barn? .....	50
Sejlsport- og kajakafdelingen: Åbent hus arrangement i sejlsportsafdelingen .....	54
Orienteringsafdelingen: Københavnner Cuppen 3. etape .....	56

Formand  
Mogens Norup Lauridsen



Næstformand  
Gunnar Andersen



Kasserer  
Ole K. Jacobsen









# Regeringsgrundlag og politiidræt

Det er altid spændende at se en ny regerings ambitioner på idrætsområdet, og jeg har derfor med stor interesse læst regeringsgrundlaget, for at få en indikation af hvordan rammerne for politiidrætten fremadrettet vil se ud. I regeringsgrundlaget understreges det, at der er tale om regeringens overordnede prioriteringer og ikke et detaljeret arbejdsprogram. Det fremgår, at regeringen ønsker, at styrke danskernes deltagelse i idrætsliv og at regeringen deler DIF's og DGI's fælles vision 25 – 50 – 75 for dansk idræt. Hvor 50 % af danskerne skal være medlem af en idrætsforening i 2025, og at 75% af befolkningen er fysisk aktive. Da der ikke stod så meget mere om idræt kiggede jeg også i afsnittet om et mere trygt Danmark, hvor det fremgår, at regeringen ønsker at politiet skal være mere synligt, hvilket blandt andet skal sikres gennem et øget optag af politielever og en øget opgaveglidning, således at ikke politimæssige opgaver fremadrettet håndteres af andre faggrupper.

Det er jo prioriteringer man som politiuddannet leder i dansk politi og formand for en arbejdspladsrettet idrætsorganisation kun kan hilse velkommen, selvom regeringsgrundlaget jo er meget overordnet, og derfor meget lidt detaljeret. Jeg tror dog, at det er meget vigtigt, at man sideløbende med en øget opgaveglidning hvor flere politifolk skal overføres til operative politiopgaver, også husker, at se på politifolkenes fysiske kompetencer således, at der sideløbende med en opgradering af de operative kompetencer, også sker en øget fokus på de fysiske kompetencer, da de, efter min mening, er en vigtig forudsætning for at opnå den nødvendige operative og mentale parathed.

Når man taler om fysiske kompetencer, så er det jo nærliggende at nævne Danish Police Tour, hvor 160 fokuserede cykelryttere fra ind- og udland i skrivende stund er i gang med sidste etape i et fantastisk 5 dages etapeløb, hvor rytterne har tilbagelagt i nærheden af 1.000 km i bagende solskin, og hvor humøret på trods af en vis fysisk træthed, stadig er højt. Specielt oplever jeg en stor tilfredshed med den måde løbet er organiseret og afviklet, og adskillige ryttere påpeger, at det er den største cykeloplevelse de har været med til. Hvis det er det indtryk der står tilbage når vi er færdige, så mener jeg, at vi har opnået præcist det vi gerne ville, ja måske endnu mere, og det giver jo blot endnu mere blod på tanden i forhold til vores ambition om med mellemrum at arrangere store sportsbegivenheder, som retter sig både mod bredde og elite.

Med sportslig hilsen

Mogens N. Lauridsen  
Formand



# Politimesterskaber i maraton

*Af Mikael Bork, PI København, Motions afdelingen  
Foto Anna Lundbak og Mikael Bork.*

*Morten Lysgaard løber alene*





Løberne ude på ruten

Søndag den 24. maj 2015 blev de danske politimesterskaber i maraton afgjort i hjertet af København i forbindelse med Copenhagen Marathon, hvor vi var med som et lille løb i løbet. PI København Motionsafdeling stod for arrangementet. Der var i lang tid op til løbet meget få tilmeldte, men de sidste to uger kom der en del flere løbere med, så vi kom op på 41 startende løbere. Noget skuffende set i forhold til sidste års deltagerantal – men forventeligt set i forhold til det arbejdspress der har været i foråret.

På dagen var vejrguderne med løberne, og det var næsten perfekt løbevejr, med solskin, let vind og temperaturer mellem 14 og 17 grader. Da jeg så deltagerlisten, var jeg ikke i tvivl om, at vinderen ville blive Thorkild Sundstrup, Østjylland, som også løb med titlen sidste år. Hos kvinderne var der flere nye ansigter med. For de bedste løbere var der en udtagelse til de nordiske politimesterskaber på Island at løbe for.

Det fine vejr gjorde, at der kom rigtigt mange tilskuere ud og heppede på løberne. Fra min base på Station City kunne jeg følge løberne via løbets perfekt fungerende APP, samt se dem passere Station City på Halmtorvet. Det var et flot syn at se de mange løbere passere. De første i vandvittig tempo, og de sidste kæmpende sig afsted.

Som ventet lagde Thorkild Sundstrup sig i spidsen for politiløbet, men også i spidsen af alle danske løbere i løbet, kun med et lille felt på 5 professionelle udenlandske løbere fra Marokko, Kenya og Etiopien foran sig. Thorkild holdt fin afstand ned til næste danske

løber. Thorkild, der holdt sin føring til mål, vandt til slut ind på de udenlandske eliteløbere, der ellers gik efter at sætte løbsrekord, hvilket dog ikke lykkedes. Thorkild Sundstrup kom i mål som en suveræn dansk politimester i tiden 2:24:41, hvilket var marginalt hurtigere end sidste år. Thorkild blev endda ledt nogle hundrede meter på afveje af en forvirret føringscyklist, så tiden kunne have været lidt bedre. Thorkilds tid rakte som nævnt til at blive bedste danske løber i løbet på en samlet 6. plads. 1:46 minut efter 5. pladsen. Vindertiden blev den ene af de marokkanske løbere i tiden 2:15:24.

Der var anderledes spænding om 2. pladsen hos mændene, hvor Kasper Sæderup Madsen, Københavns Vestegn og Morten Lysgaard, Østjylland løb næste lige op. Jeg kunne på APP'en se, at de to løbere passerede kilometer punkterne inden for få minutter. Da løberne kom i mål sagde tiden 2:48:20 til Kasper Sæderup Madsen og 2:28:22 til Morten Lysgaard. Jeg spurgte efter løbet Morten Lysgaard, om de to løbere havde set hinanden og haft spurtopgør, men de to løbere havde slet ikke set hinanden og været klar over, hvor tæt de var på hinanden. Tiderne vi får til afgørelsen af løbet er nettotider, tiden fra løberens chip løbes over startlinjen til løberens chip løbes over mållinjen. Så hvis en løber starter længere tilbage i feltet, så kan han godt vinde, selv om en anden kommer ind lidt før ham. Det er vilkårene, når vi løber som et lille løb i det store løb. På 4. pladsen kom Diego Ayoubi fra København ind i flotte 2:50:14. Så der er ikke mangel på kvalificerede løbere til de nordiske politimesterskaber. »







*Morten Lysgaard under vejs på ruten*

Klasse 2 blev vundet af Thorkild Sundstrup, som er kommet så godt op i alderen, at han lige er rykket op i klasse 2. På 2. pladsen i klasse 2 kom Kasper Sæderup Madsen, der også er klasse to, så de unge fik baghjul.

Klasse 3 blev vundet af Per Kiel Lauritzen, Midt- og Vestjylland i 3:34:42, med Ken Poulsen, Nordsjælland på 2. pladsen.

Klasse 4 for løber på 55 år og derover blev vundet af Henrik Basse, Nordsjælland i 3:27:55 med Allan Ravn Møller, Østjylland på 2. pladsen.

Hos kvinderne var 4 ud af de 5 deltagere gamle kendinge, men Britt Janni Hansen, Syd- og Sønderjylland var ny i PDM sammenhæng. På min APP med de kvindelige løbere kunne jeg se Britt Janni Hansen lægge flot fra start og bygge en fin føring op på over 10 minutter til nr. 2. I den sidste del af løbet gik hun dog noget ned i fart, så Emilie Andrés, Sydøstjylland vandt kraftigt ind på hende. Men Britt holdt føringen og kom i mål som dansk politimester for kvinderne i tiden 3:18:58. Det var 1:56 min. hurtigere end Emilie Andres på anden pladsen i 3:20:54. Sidste års vinder, Sabrina Mose Larsen måtte nøjes med 3. pladsen i 3:27:31.

Da både nr. 1 og 3 kom fra Østjylland, så var der ingen tvivl om vinderen af holdmesterskabet, som blev Østjylland bestående af Thorkild Sundstrup, Morten Lysgaard og Allan Ravn Møller. Nr. 2 i hold konkurrencen blev København bestående af Diego Ayoubi, Mikkel Bølch Olsen og Jeppe Schrøder. Nordsjælland løb med 3. pladsen ved Hans Richardt Petersen, Kenneth Vinkler og Henrik Basse.

Kun 2 af deltagerne måtte udgå af løbet med skader, men ellers kom alle flot igennem.

Efter løbet var der kammeratlig hygge med mad og drikke på Station City, hvor Mogens Lauridsen var mødt op for at uddele velfortjente medaljer og præmier til vinderne. Marathonløb er en disciplin, hvor få konkurrerer om at vinde, mens de fleste løber en kamp mod sig selv og sin egen tid. Som den gamle maraton løber Allan Zachariasen sagde: "Jeg beundrer de løbere, der kan løbe 4½ time i træk". (hans egen pr. er 2:11:05).

Fra arrangørernes side skal jeg bare sig tak for deltagelsen, og håber at vi ses til næste år igen, hvor det vist bliver i København igen – gerne med flere deltagere.

Se den fuldstændige resultatliste på [www.politisport.dk](http://www.politisport.dk)



*Thorkild Sundstrup får overrakt guldmedalje af Mogens Lauridsen, formand DPIF*



*Janni Britt Hansen med sin guldmedalje...*



*... og Morten Lysgaard med sin bronzemedalje*

# Europæiske politimesterskaber i bordtennis - stor dansk triumf

Henrik Laxby og Daniel Fynsk i kamp.



Af Søren Muhlig, bordtennisudvalget.  
Fotos Jens Claumarch, DPIF

Store var forventninger til holdet, der drog afsted mod Bulgarien den 27. maj om morgenen fra Kastrup lufthavn over Istanbul til Varna. Danmark deltog i 3 discipliner med stor succes. Der var realistiske muligheder for guld i alle 3 discipliner – single, double og hold.

Holdet, der bestod af spillerne Daniel Fynsk, Henrik Laxby og Morten Edelbo, havde forinden deltaget i træningslejr mod Norge i København arrangeret af holdleder Jens Skovbjerg Jensen og der blev dengang vist glimrende spil.

Daniels Fynsk havde sin sølvmedalje fra EM for 4 år siden at forsvare, og da Sverige med europamesteren fra sidst havde meldt afbud, var der gode udsigter til en guldmedalje. Endvidere var Henrik Laxby, tidligere Danmarks mester for ungdom og deltager i EM 2008 for ungdom, med som doublemakker til Daniel. Så der var også på dette felt medaljehancer. Til at gøre holdet komplet var som nævnt tredje manden Morten Edelbo, der blev nr. 2 ved de danske politimesterskaber efter Daniel.

Til at "varte" spillerne op havde DPIF valgt at sende 2 medlemmer af bordtennisudvalget afsted som holdledere, henholdsvis Jens Skovbjerg Jensen og Søren Muhlig. Som rosinen i pølseenden deltog som delegeret bestyrelsesmedlem i DPIF Jens Claumarch.

Via Istanbul ankom vi til Varna sidst på eftermiddagen og blev der afhentet i en bus, der bragte os til hotellet "Sofia" beliggende ved Golden Sands ved Sortehavet 20 km uden for Varna og fra spillestedet. Efter ankomst og indkvartering lod vi spillerne blive på hotellet og slappe af, mens Jens Claumarch og jeg gik til teknisk møde. Her blev konditionerne for stævnet gennemgået, og der blev foretaget lodtrækning til holdturneringen, der skulle starte næste dag.





*Morten Edelbo og Henrik Laxby i koncentreret stil.*

I holdturneringen, hvor der skulle spilles bedst af 5 kampe, 4 singler og en double, var det således, at ingen spiller måtte spille mere end 2 kampe. Først skulle der spilles 2 singler så en double. Holdet måtte vente med at sætte doublen efter de 2 spillede singlekampe. Hver kamp bedst af 5 sæt. Det havde således betydning, hvordan holdet blev sat sammen. Ved lodtrækningen kom vi i pulje med Tjekkiet, Italien og Grækenland.

Efter den officielle åbning kl. 09.00, hvor stævnet blev åbnet i Palace of Culture and Sports, hvor der også skulle spilles, var vi klar til 1. kamp for hold. Her mødte vi Tjekkiet, der skulle vise sig at være en for hård nød at knække for holdet. Holdet var sat med Daniel og Henrik som singlespillere og efterfølgende Henrik og Morten i double. Daniel mødte her en ung stærk tjekke, Jiri Cizek, der vandt 3 – 2. Henrik tabte ligeledes sin første singlekamp 3 – 1 og da Henrik og Morten også tabte doublen var kampen ovre og tabt. Der var så Italien og Grækenland tilbage og der var kun en vej frem, hvis vi skulle videre fra puljen som 2'er skulle begge kampe vindes. Det blev aftalt, at holdet skulle stille som i 1. kamp, dog med Henrik som første spiller. Det gik forrygende og begge kampe blev vundet 3 – 0. Nu ventede Frankrig, der var 1. seedede og havde haft en nem pulje med kun 3 hold Norge og Irland, der begge var blevet slået 3 – 0.

Noget tydede på at Frankrig havde haft det for let i puljen, for da de mødte drengene virkede det som om, at Frankrig overhovedet ikke var klar til at spille kampene. De virkede stive og Henrik og Daniel vandt de 2 første singler. Doublen blev tabt, men Daniel gjorde arbejdet færdigt og vandt sin næste single, dog med besvær 3 – 1.

Nu var vi i semifinalen og der ventede Ungarn, der blev endestation. Holdet stillede op i samme opstilling, og Henrik fik glæden af at møde den Ungarske spiller Dabor Gondos, der brugte alle metoder til at psyke modstanderen. Henrik tabte 3 – 0. Daniel udlignede ved at vinde sin single 3 – 0, hvorefter doublen med Henrik og Morten blev tabt 3 – 1. Herefter tabte Morten sin single og Danmark var taber af kampen 3 – 1, men havde nu sikret sig bronzemedaljen. Efterfølgende tabte Ungarn i finalen til Tjekkiet 3 – 1. Tjekkiet dermed Europamester.

**Singlekampene** tog sin begyndelse om fredagen efter førnævnte finale og da Daniel var 1. seedet, skulle han først træde ind i turneringen efter de indledende runder. Henrik og Morten var kommet i de sene puljer og skulle først starte kl. 13.30, så der var afslapning på hotellet, inden vi kørte ind til spillestedet med bus.







*Jens Skovbjerg Jensen, Henrik Laxby, Morten Edelbo, Daniel Fynsk og Søren Muhlig ved åbningsceremonien.*



*Daniel Fynsk til højre i kamp.*



*Fra venstre det danske hold. Delegerede Jens Claumarch og lederne Søren Muhlig og Jens Skovbjerg Jensen. Spillerne Morten Edelbo, Henrik Laxby og Daniel Fynsk.*

Henrik var kommet i pulje med den allerede nævnte Dabor Gondos fra Ungarn samt en englænder og en rumæner. Henrik tabte igen til Gondos 3 – 1, men slog de andre 3 – 0 og gik videre til 16.-delsfinalen som 2'er i puljen efter Gondos.

Morten var kommet i pulje med en stærk franskmand, en østri-ger og en fra Cypern. Morten spillede godt i de 2 første kampe og fulgte med franskmanden og cyprioten, men tabte begge henholdsvis 3 – 1 og 3 – 0. Morten skulle sidst møde østri-geren, der med stærkt spil havde slået franskmanden, og da denne havde slået cyprioten, og cyprioten havde slået østri-geren var der spænding omkring den sidste kamp for alle. Morten rystede på en eller anden måde østri-geren, der aldrig fandt sit gode spil frem, og Morten vandt den kamp 3 – 0. Morten fik således en 3. plads i puljen, der blev vundet af franskmanden med cyprioten på 2.pladsen. Ikke mere spil til Morten, der kunne være ovenud tilfreds med sin indsats.

Man var nu nået frem til 16.-delsfinalerne, hvor Daniel trådte ind i turneringen. Fra nu af spillede de bedst af 7 sæt. Forinden havde man via et sindrigt system fundet frem til hvem, der skulle møde hvem, idet man forsøgte at placere spillere fra samme land i hver sin halvdel. Det resulterede i at Daniel var i øverste halvdel og Henrik i nederste, hvor i øvrigt franske Frederic Lefevre var anden seedet. Begge kvalificerede sig til 8.-delsfinalerne, men Daniel måtte kæmpe hårdt for denne sejr. Han mødte på papiret Frankrigs 4.-mand, der ikke havde spillet holdkamp, men denne franskmand Reynald Resse spillede sit livs kamp og

pressede Daniel ud i 7 sæt, og i 7. sæt havde Daniel en matchbold imod sig ved stillingen 9 – 10. Daniel fik reddet den bold via en heldig netruller, der ligeså godt kunne være endt uden for bordet, og Daniel havde været ude efter blot denne kamp. Herefter tog Daniel de sidst 2 bolde og vandt sættet 12 – 10 og dermed kampen 4 – 3. Henrik spillede suverænt flot spil og vandt 4 – 2 over slovakken Slavomir Kral, der havde vundet sin gruppe.

I 8.-delsfinalerne skulle Daniel op mod bulgareren Kiril Lazarov, der blev besejret 4 – 2. Henrik mødte nu den anden seedede Lefevre, der vandt 4 – 0. Det lyder overbevisende, men Henrik bød ham op til dans og i de første 3 sæt var det tæt. Henrik tabte 11 – 8, 15 – 13, 12 – 10, mens sidste blev tabt 11 – 4. Med lidt mere sikkerhed og tålmodighed i spillet havde Henrik kunnet vinde den kamp og gået det sidste skridt til en finale mod Daniel. Ikke mere single den dag – Resten af turneringen var planlagt til lørdag, den sidste dag.

Man gik så over til **doublerne**, hvor 27 par skulle dyste om europamesterskabet. Ingen doubler var seedet og man spillede bedst af 5 sæt. Daniel og Henrik mødte i 1. runde et rumænsk par, Nistor Dorel/Catalin Donchea, der blev besejret sikkert 3 – 0. De havde nu spillet sig til 8.-delsfinalerne, hvor de løb ind i det franske par Frederic Lefevre/Nicolas Auquiere, der blev deres banemænd. Franskmandene blev i øvrigt senere europamestre. Det kunne dog ligeså godt have været Daniel og Henrik, der var løbet med den titel, idet de havde matchbold mod

»





franskmændene i 5. sæt, hvor de førte 10 – 9, og hvor Daniel havde lavet et af sine flade loop, som blev sendt højt tilbage til Henrik, der "bare" skulle afgøre den, men men... Henrik ramte forbi bolden og franskmændene fik udlignet og tog herefter de næste to bolde og vandt sættet 12 – 10 og dermed matchen 3 – 2.

Tilbage til **singlerækken** hvor vi nu var kommet til kvartfinalen til afvikling på sidste dagen. Daniel skulle her møde den unge tjekke Jiri Cizek, der havde besejret ham i den første holdkamp. I denne kamp fik Daniel så sin revanche, men ikke uden sværdslag. Dog vandt Daniel 4 – 3, men sætterne var tætte og der blev kæmpet om alle boldene. Herefter gik det i semifinalen ud over Henriks banemand Gabor Gondos fra Ungarn, der blev besejret 4 – 0 lynhurtigt og effektivt. Den letteste kamp for Daniel overhovedet i hele turneringen. Gondos blev servet, blokket og loopet ud.

**Finalen** kom til at stå mellem Daniel og slovakken Martin Gajdos, der i sin semifinal havde slået franskmændene Lefevre. Daniel var nu spillet varm og vandt forholdsvis let også denne kamp 4 – 1 og var nu ny europamester. Ikke det store og fine spil i finalen med mange dueller, dertil var Daniel for suveræn. Tilbage står at nævne at Frankrig i øvrigt var suveræne ved dette mesterskab. Der var rene franske finaler i damesingle, dame-double, mixdouble samt herredouble. Efter finalen i herresingle var der præmieoverrækkelse samt afslutningsceremoni, og man kunne se tilbage på et veltilrettelagt stævne af arrangørerne og USPE,

og havde så den afsluttende fest om aftenen at glæde sig til. Tak til holdet for de gode resultater, og tak til Jens Skovbjerg Jensen fra holdets side for den gode oppasning under hele stævnet. Hvis ikke Jens havde været der som logistikmand, hvor han næsten kunne fremskaffe det umulige, er jeg sikker på, at spillerne ikke havde præsteret som de gjorde. Imellem kampene var han ude og handle ind af energibarer, sodavand, bananer og andet frugt mv., ligesom han fremskaffede uanede mængder af vand til spillerne, så de kun skulle koncentrere sig om kampene. Tak til delegeret Jens Claumarch, der støttede holdet hele vejen og hjalp til med det logistiske. Han var at finde i hallen alle dagene og valgte alle "pamper"-turene fra. Han ville være ved drengene. En præstation som vi i bordtennisudvalget er stolte af og som DPIF kun kan være overordentlig tilfreds med.

Se den fuldstændige resultatliste på [www.politisport.dk](http://www.politisport.dk)



Daniel Fynsk som nummer 1 på sejrsskamlen.

## MEDALJEFORDELING EPM-BORDTENNIS

	Guld	Sølv	Bronze
Frankrig	4	4	1
Tjekkiet	1	0	3
Danmark	1	0	1
Ungarn	0	1	2
Slovakiet	0	1	1
Østrig	0	0	2
Norge	0	0	1
Litauen	0	0	1

## ANEKDOTER FRA VARNA

- Mesterskabernes yngste spiller var Lucia Truksova. Hun var netop var fyldt 19 år og startet på Slovakiets politiakademi.
- Frankrigs bedste spiller hedder egentlig Lefevre – men i danskerlejren gik han blot under navnet "Le Bøf".
- De irske herrespillere var stævnets prygelknabe med nul sejre i 18 kampe og en samlet sætscore på 3 – 54.
- 2 liter øl med pilsnerstyrke, kostede i Golden Sands 8 danske kroner.





# Undersøgelse af politiets arbejdskrav



Af Kenneth Marloth Henze, cand. mag., Idrætskonsulent ved Politiskolen.

I Sverige er der på Politiskolen ved Växjö Universitet blevet gennemført en undersøgelse, hvor man blandt andet har forsøgt at klarlægge hvilke fysiske kvaliteter, der primært skulle styrkes, for at politibetjentene fik mindsket deres oplevelse af arbejdspress (Lönn & Lönn & Hansen 2006).

23 politistuderende og politibetjente med op til 5 års erfaring blev fulgt på i alt 128 vagter. Politibetjentene gennemførte derudover nogle fysiske tests, som skulle klarlægge politibetjentenes fysiske kapacitet. Testen omfattede bevægelighed, aerob kapacitet/kondition og funktionel styrke. Politibetjentenes fysiske præstationer blev sammenlignet med deres oplevelse af arbejdspress og deres hjertefrekvens i løbet af de observerede vagter. Således ville forskerne undersøge, om der var en sammenhæng mellem fysisk kapacitet og oplevelsen af fysisk arbejdspress i politiarbejdet.

Resultaterne fra undersøgelsen var, at der i løbet af de 128 vagter forekom 148 situationer, som politibetjentene fandt anstrengende. I 29,7% af disse situationer havde politibetjentene en hjertefrekvens, der var under 50% af deres maksimale puls-frekvens, hvilket svarer til en fysisk aktivitet som rask gang. De situationer, som politibetjentene nævnte som anstrengende, var primært langtidsvirkningerne af at sidde lang tid i bil, skifteholdsarbejdet generelt og at bære på udstyr og uniform mm. Forskerne fandt derudover frem til, at patruljerne i gennemsnit havde 8 minutter i løbet af en vagt, hvor puls-frekvensen kom op på et niveau, hvor den svarede til et arbejde med moderat intensitet/rask gang, og som derfor kunne have en mindre træningseffekt. Resten af vagten var puls-frekvensen derunder. Det vil sige, at arbejdet i sig selv ikke omfatter tilstrækkelig bevægelse og fysisk aktivitet, til at politibetjenten kan opretholde et sundhedsmæssigt tilfredsstillende fysisk niveau, og at en stor del af arbejdsdagen kan klassificeres som stillesiddende arbejde (Anderson 2001 s. 27 og Bonneau & Brown 1995, s. 159 og Pedersen & Saltin 2003, s. 35).

I forbindelse med målingen af politibetjentenes arbejdsbelastning inddrog forskerne også de oplevede psykiske belastninger. Disse blev målt ved puls-frekvensen, eftersom denne også fungerer som indikator for psykiske belastninger, og blev yderligere observeret gennem en logbog, som politibetjentene skulle føre. I de situationer, som blev vurderet til at være både fysisk og psykisk anstrengende, kom hjertefrekvensen over 50% af maksimalpuls i 60,3% af tilfældene. Det kunne være situationer med trusler om vold mod politibetjentene, eller situationer hvor politibetjentene på grund af specielle arbejdsopgaver havde et forhøjet spændingsniveau. Den deraf følgende forhøjede puls-frekvens kunne aflæses resten af vagten (Anderson 2002). 30% af alle de arbejdssituationer, som blev rapporteret som anstrengende, blev registreret som psykisk anstrengende. Det var eksempelvis situationer med selvmord, udsættelsesforretninger og underretninger om dødsfald. Dette ligger i tråd med anden forskning, som pointerer, at arbejdet som politibetjent primært er psykisk belastende, og at det er antallet og intensiteten af de psykiske belastninger, som er medvirkende til psykiske og fysiske helbredsproblemer (Berg 2006). Forskerne konkluderer således, at det ikke er de styrkerelaterede situationer, som politibetjentene finder mest anstrengende, men at det er belastningen over tid og de psykiske belastninger, som opleves hårdest.

Dernæst sammenlignede forskerne politibetjentenes oplevede arbejdsbelastning og hjertefrekvens under arbejde med resultaterne fra de fysiske tests. Forskerne fandt frem til, at det primært er en god aerob kapacitet/kondition og sekundært politibetjentens generelle all-round form (styrke, kondition og bevægelighed), som viser sig at have positiv betydning for at mindske den oplevede arbejdsbelastning. Årsagen herfor er, at kredsløbstrænede politibetjente alt andet lige vil have en højere iltoptagelse end den ikke trænede politibetjent. Det betyder, at det samme længerevarende ikke maksimale arbejde vil føles lettere for den trænede end for den ikke trænede. Dette kan

»



ses ved, at den trænedede gennemfører arbejdet med en lavere puls-frekvens end den ikke trænedede (Pedersen & Saltin 2003, s.23 f. og s. 34). Det er vigtigt at pointere, at politiarbejde oftest foregår i uniform, føringsmidler og nogle gange skudsikker vest, samt i forskelligt terræn og vejrlig, hvilket kan være medvirkende til at øge aktivitetens kredsløbs- og styrkemæssige belastningsgrad (Bonneau & Brown 1995, s. 158).

Studier viser, at det ikke er ofte, at politibetjente udsættes for at skulle anvende magt eller nødværgeteknikker, men i de få tilfælde hvor det er nødvendigt, er det essentielt, at politibetjenten er i stand til at kunne håndtere situationen tilfredsstillende (Dillern 2014, s. 2 f.). Det betyder, at politibetjenten, som beskrevet ovenfor bør have en god grundkondition, og derudover være i

besiddelse af en tilstrækkelig styrke til at kunne håndtere fysiske konfrontationer eller andre situationer, hvor all-round fysik og styrke er afgørende for, om arbejdet kan fuldføres tilfredsstillende. Hjerterefrekvens under arbejde er et godt måleparameter i forbindelse med vurdering af arbejdsbelastning over længere tid. Det kunne også være spændende at se, hvorledes politibetjentenes hjerterefrekvens var under og efter en kortvarig, men maksimal kraftanstrengelse som eksempelvis ved en anholdelse af en modstræbende gerningsmand. En god kondition vil også i disse tilfælde være en fordel, eftersom en god kondition blandt andet bevirker, at politibetjenten restituerer hurtigere og bedre efter fysiske og psykiske belastninger (Fox 1999, s. 431 f.).

## Litteratur

---

Anderson et al: Police officer physical ability testing – Re-validating a selection criterion, *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, Vol. 24 Iss: 1, pp.8 – 31. 2001

Anderson et al.: Physical evidence of police officer stress. *Policing: An international Journal of Police Strategies & Management*. Vol. 25 no. 2, s. 399- 420. 2002

Berg, Anne Marie et. al.: An exploration of job stress and health in the Norwegian police service: a cross sectional study. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*. 1:26. 2006

Brown & Bonneau 1995: Brown, J & Bonneau, J : Physical ability, fitness and police work. *Journal of Clinical Forensic Medicine*, 2 (3), s. 157 – 164. 1995

Dillern, Thomas et al.: Arresting a Struggling Subject; Does the Forthcoming Police Officers Physical Fitness have an Impact on the Outcome? In. *The Open Sports Sciences Journal*, 7, s. 2 – 7, 2014

Fox, Kenneth, R.: The influence of physical activity on mental well-being. *Public Health Nutrition*. 1(3a), s. 411 – 418. 1999.

Lönn & Lönn & Hansen: Vi tar pulsen på politen. *Svensk Idrottsforskning* vol.4, s. 29 – 32. 2006

Pedersen, Bente Klarlund & Saltin, Bengt: Fysisk aktivitet – håndbog i forebyggelse og behandling. Sundhedsstyrelsen, Center for Forebyggelse. 2003







*Dansk politimester i single og double, Ulla Lund Nielsen*



*Tv. Sølvmedaljevinder i double, Stig Baasch og dansk politimester i single, Preben Kristensen.*

# Bowlingmesterskab med overvægt af Københavnerne

Tekst og foto: Mogens Voigts, PI-København

"Bowlernes hal" i Grøndalscentret i København dannede onsdag den 20. maj rammerne om De danske politimesterskaber i bowling. Med beskedne 48 deltagere fordelt på 35 herrer og 13 damer og "kun" 9 af deltagere uden for København, kan man vist godt konstatere, at opbakningen fra provinsen godt kunne have været bedre, men alligevel blev mesterskabet særdeles spændende med mange overraskelser i løbet af dagen. "Bowlernes Hal" er kendt for at være et særdeles vanskeligt sted at spille i, og spillerne måtte da også sande, at det var vanskeligt. Der var et usædvanligt stort antal "splittere", og kun 12 serier med over 200 væltede kegler af de 268 serier, der blev spillet, er meget usædvanligt, når man ved, hvad deltagerne plejer at kunne præstere.

## DAMERNES SPIL

13 damer stillede som nævnt til start med kun en enkelt uden for København, nemlig med én deltager fra Odense. Efter indledende runde, hvor de seneste mange års vinder, Ulla Lund Nielsen, ikke overraskende var bedste spiller, var man klar til kvartfinalerne, der skulle vise sig at blive særdeles spændende med mange lige dueller, og flere af kampene måtte ud i en ekstra 9. og 10. runde, før der kunne findes en vinder. Hele 4 gange i løbet af de afsluttende kampe måtte man ud i en ekstra 9. og 10. runde for at finde en vinder, noget jeg ikke kan huske, nogensinde er sket før.

## KVARTFINALERNE

8 spillere var nu klar til at spille sig videre, og allerede nu stod det klart, at alle medaljer ville tilfalde København. Ulla Lund slog uden de store problemer Henriette Wied med 168-114, Lisbeth Olsen, der måtte i omspil for at komme i kvartfinalen, slog lidt overraskende Lena Dahl med 161-135, Idrætskontorets Christine Bertelsen overgik igen sig selv og slog Anne Marker med 164-15,1 og Connie Neuks slog snært Annie Schnoor med 167-163 væltede kegler.

## SEMIFINALER OG FINALER

Ulla Lund besejrede Lisbeth Olsen med beskedne 144-

132, og Connie Neuks slog Christine Bertelsen med 174-159. Christine havde muligheden for sejren, men 9. runde kiksede, og dermed var slaget tabt. I finalen kom Ulla hurtigt foran og vandt da også sikkert med 180-158 væltede kegler, og blev igen igen fortjent Dansk Politimester. Som man kan se af resultaterne var det yderst beskedne resultater, der blev opnået i slutspillene.

## HERRERNES SPIL

I de indledende runder blev der fra flere sider vist flot spil, og vinderen efter de 5 indledende serier blev Klaus Krogstrup fra København med flotte 1124 væltede kegler, hvilket giver et gennemsnit på 224,8 væltede kegler for de 5 serier. Flot flot. Stig Baasch fulgte flot efter med 1000 og et snit på nøjagtigt 200 væltede kegler. Kim Christensen fulgte også flot efter med 947 og et snit på 189,4 væltede kegler, herefter var der lidt længere ned til nr. 4 i indledende, nemlig Carsten Gydesen, Padborg med 894 og et snit på 178,8 væltede kegler.

## 8. DELS FINALERNE

Klaus Krogstrup og Stig Baasch viste ingen nåde og "knuste" deres modstandere, og der var ikke de store overraskelser i de øvrige kvartfinalekampe, dog skal det nævnes, at tidligere tiders stabile spiller, Lars Jacobsen, måtte se sig slået af Carsten Gydesen.

Lars lavede beskedne 147 væltede kegler, men det kan nu også være svært at koncentrere sig, når man er blevet daglig leder af "Bowlernes Hal" og samtidig arrangør af politimesterskaberne, skal fordele baner, sikre resultater m.v., så mon ikke han tager revanche til næste år.

## KVARTFINALERNE

Så begyndte overraskelserne at indfinde sig. Klaus Krogstrup, der indtil semifinalerne havde lavet 4 serier over 200 væltede kegler ud af de 6 serier, han havde spillet, kunne nu ikke få spillet til at fungere. Måske var det "gummiarm" eller sidevind på banen, i hvert fald tabte han til upåagtede Kurt Mouritzen fra Odense, men først efter de havde været ude i en ekstra 9. og 10. runde, og det var nok her Klaus's "gummiarm" kom til udtryk. Kurt vandt med 188 væltede kegler mod Klaus's





Dansk politimester i single,  
Preben Kristensen



177. Tommy Bering, Odense slog knebent Carsten Gydesen, Padborg med 173-171, Kim Christensen slog Ingolf Petersen, Vordingborg med 179-166. I den sidste semifinal kom der endnu en overraskelse, idet den tudsegamle, Preben Kristensen slog Stig Baasch med 174-167.

#### **SEMIFINALERNE OG FINALEN**

Allerede nu stod det klart, at slaget om politimesterskabet skulle stå mellem København og Odense. Kurt Mouritzen skulle i semifinalen møde Tommy Bering og sidstnævnte trak sig sejrrikt ud af kampen med 145-137 væltede kegler. Kim Christensen skulle møde Preben Kristensen, og her viste sidstnævnte, at han har mange års erfaring ud i bowlingspillet og slog sikkert Kim med 181-169 væltede kegler. Finalen mellem Tommy og Preben blev spændende helt til 10. runde, men Preben sluttede som en værdig politimester med 158-149 væltede kegler. Stort tillykke til ham. Igen måtte man konstatere, at slutspillet ikke viste ret store keglefald, og højeste score i kvartfinalerne, semifinalerne og finalen var "kun" 188 væltede kegler.

#### **DOUBLEMESTERSKABERNE**

Hos damerne var der ingen tvivl om, hvem der ville blive danske mestre, idet Ulla Lund Nielsen og Lena Dahl væltede 1600 kegler, hvilket var 100 kegler flere end nr. 2, Conny Neuks og Connie Ravnsbæk, der væltede 1500 kegler til sammen. 3. pladsen blev vundet af Lisbeth Olsen og Annie Schnoor med 1421 væltede kegler, altså alle 3 medaljer til PI-København.

Herrernes mesterskab blev vundet endnu mere suverænt, idet Klaus Krogstrup og Kim Christensen væltede hele 2071 kegler, 296 flere væltede kegler end Michael Jensen og Stig Baasch på 2. pladsen. Bronzemedaljerne gik til Tommy Bering og Kurt Mouritzen fra Odense med 1719 væltede kegler. Altså, der stod PI-København på næsten det hele, men det havde da været noget mere morsomt, hvis der havde været lidt større opbakning fra provinsen til mesterskabet.

Læs alle resultaterne på DPIF's hjemmeside:  
[www.politisport.dk](http://www.politisport.dk)





Nicole Sydbøge og Kim Ørskou

# Europæiske politimesterskaber i judo

Af Morten Bollesen, DPIF judotræner

Fotos: Nicole Sydbøge

Søndag d. 10. maj 2015 drog Nicole Sydbøge, Kim Ørskou og Morten Bollesen til Dresden for at repræsentere Danmark ved "XVII Europäischer Polizeimeisterschaften im Judo". Nicole skulle kæmpe i – 63 kg, Kim i – 90 kg og Morten var med som delegat.

Det Tyske Politisportsforbund i regi af USPE stod for arrangementet og de havde sørget for ALT – vi var lidt forundret over at der var afspærring og "Blå blink" foran vores hotel, det mente vi nu nok var lige lovligt meget at gøre ud af det, men vi var da glade - lige indtil vores guide Erik fortalte, at der var fordi der var AC/DC koncert i byen.

Efter ankomst og registrering skulle Nicole vejes ind, og hendes vægt passede, hun havde den sidste måned arbejdet hårdt på at komme ned i vægt, hvilket er noget af en præstation, når hun arbejder i beredskabet i København, har små børn og samtidig skal passe træningen. Men alt klappede til sidst.

I den første kamp som Nicole havde mod en meget dygtig pige fra Holland, styrede hun kampen fra start til slut, men da hollænderen var kommet foran med en yuko, så tabte Nicole kne-

bent – ærgerligt - for hollænderen stod godt til Nicole, og hun styrede hende meget flot. I den næste kamp var Nicole uheldig at blive dømt ude fordi hun havde fået 3 yukoer.

Selve stævnet blev afviklet i Energi Verbund Arena Dresden. Kampene blev afviklet i deres store opvisningshal, hvor der normalt spilles ishockey. Det var et fint sted, de havde fundet. Der var en stort opvarmningsområde samt selve kamparealet. Samtidigt med det var der fine forplejningsforhold. På en udendørs opvisningsbane havde delstatspolitiet opstillet nogle af deres mange køretøjer, herunder en helikopter. Det trak en masse lokale til som også kom ind og så judo, en meget fin måde både at provomere politiet på, samt vise hvad judo er.

Kim skulle først indvejes om mandagen kl. 16.00, og han var ikke helt i vægt. Søndag aften vejede han 92,3 kg, så han skulle ikke spise noget. Mandag morgen måtte han så ud og løbe langs Elben og for at få svedt mest muligt, så var han iført en sort skraldesæk under løbetøjet, et noget særpræget syn. Det hele endte dog godt, idet han kl. 16.01 vejede 89,6 kg iført bukser.

»







Nicole Sydbøge i kamp på måtten

Mandag aften var vi til grillparty med specialiteter fra Sachsen, der manglede ikke noget af hverken vådt eller tørt. Kim fik stillet sulten, og han fik fyldt depoterne op med grillbøffer og salat. Vi fik talt med vores guide Erik som arbejder hos politiet i Dresden. Han er som en del af hans uddannelse tjenestegørende ved det som svarer til den gamle Beredskabsafdeling i København – altid spændende at tale med andre kollegaer fra andre lande og høre om deres forhold. Det kan godt være at vi i Danmark ikke har så gode forhold vedr. materiel mv., men vi har en retsplejelov, som giver os nogle meget bedre arbejdsmuligheder end tyskerne.

Kim skulle kæmpe tirsdag, og i den første kamp mødte han en meget stærk kæmper fra Bulgarien som han vandt over ved en god gulvteknik. Den næste kamp var mod en hviderusser. Her styrede han kampen, men blev dømt ude pga. han ifølge dommerne greb i bukserne i forbindelse med et kast – vi nedlagde protest, men protesten blev "fejlet af bordet" trods det, at Nicole havde optaget kastet på hendes iPad, og vi mente at kunne "underkende" dommerens afgørelse.

Det skal siges at det var nogle meget dygtige dommer, og deres argumentation var der ikke noget imod, idet de mente at kastet ikke var afsluttet, da Kim greb i bukserne. Vi mente blot at det skulle forsøges. Den 3. kamp tabte Kim til en franskmand, der senere gik hen og fik bronze, så en godkendt præstation af Kim.

Rent sporsligt er det svært at hamle op mod lande som Frankrig, Tyskland og formentligt flere af de østeuropæiske lande,



Morten Bollesen, Nicole Sydbøge og Kim Ørskou

hvis kæmpere kun træner judo og sjældent ser noget til politiarbejdet. Med det in mente så er Nicoles og Kims præstationer meget flotte.

Hele arrangementet var meget velorganiseret og der var tænkt på alt. Vi var indlogeret på et 4 stjernet hotel lige ud til Elben, med få minutters gang til det centrale Dresden, hvor Kim og Nicole i et ellers tætpakket program, nåede at komme på en lille cykeltur med guiden. Hele arrangementet blev afsluttet med en fantastisk "Closing Ceremony and Banquet", hvor vi måtte vi trække i det pæne tøj. Her fik Kim en udfordring, idet han ikke havde fået strøget sin skjorte. Det lille problem løste han ved at "dampstryge" skjorten uden strygejern – resultatet blev derefter.

Afslutningsbanketten var et overdådigt og meget fornemt arrangement, hvor der, som under hele stævnet, var rigeligt af alt hvad vi behøvede. Samtidig var der en fantastisk underholdning, så grundlaget for en god aften var lagt. Det blev en god aften. Her var underholdning, dans med DJ og mulighed for bla. at prøve at skyde med cal. 22 rifler med lasersystem påsat og meget mere.

Onsdag morgen var vi 3 trætte politifolk der kørte til Berlin for at flyve hjem, efter 3 gode og oplevelsesrige dage. En stor tak til Dansk Politidrætsforbund for at ville sende os afsted, og til Deutsche Polizeisportkuratorium for et flot og overdådigt arrangement.

Se den fuldstændige resultatliste på [www.politisport.dk](http://www.politisport.dk)



Nicole Sydbøge og danskerens guide Erik



*Det danske hold*

*Det finske hold som blev nr 1*







Det slovakiske hold der blev nr 2

# EM-kvalifikation i volleyball

Af Louise Heiberg, Slagelse Politi.  
Fotos Robert Hansen, DPIF

Med en spændende (drømme?) rejse til EM i Skt. Petersborg i Rusland for øje, rejste 10 politikvinder til træningssamling i Dalum Hallen i Odense hver den første tirsdag i måneden med start i januar 2015. Vi kom fra nær og fjern, lige fra Lisbeth Henriksen i Aalborg til Kitt Hald Nielsen med bopæl i Malmø.

Vi blev trænet af en af Danmarks største volleyikoner, Peter Lyø, der sørgede for nogle rigtig gode timer i hallen. Grundet en skade måtte Louise Paulsen desværre melde fra til de resterende træninger og deltog derfor ikke i selve stævnet. Trine Mark og undertegnede var på barsel, og vi havde glæde af Trines lille Julius til de fleste samlinger. Vi havde heldigvis fået forstærkninger til holdet denne gang med 3 debutanter, Kimmie Bagge, Emma Fehr Therkildsen og Lea Madsen, som sammen med de mere rutinerede kræfter Rikke Munksgaard og Ditte Kennum udgjorde holdet, der skulle deltage i EM-kval i København. Vores delegerede var Robert Hansen fra Sydøstjylland, og han sørgede for at fotodokumentere oplevelsen samt agerede bolddreng til den ene af kampene. Vores skræmmende modstandere var endnu engang Finland og et for os ukendt hold fra Slovakiet.

Onsdag den 27. maj samledes vi alle på hotel Cabinn i Mitchellsgade ved Politigården og fik udleveret vores miniture værelser, hvorefter vi fortsatte til Sundbyhallerne på Amager. Her var Finland i fuld gang med deres træning, og vi kunne hurtigt konstatere, at de bestemt ikke var blevet ringere siden sidst. Efter den sædvanlige kontrol af pas, politiskilt og underskrivelse af antidopingsedler, kunne vi gennemføre vores træning. Træner i VLI, Christoffer Hansen, havde været så venlig at stille sig til rådighed til træningen, idet Peter Lyø først kunne være der til kampene. Efter en god træning ilede vi til restaurant Herzegovina og fik en sen aftensmad sammen med de 2 øvrige lande. Vores holdleder Morten Ebersbach kunne desværre ikke få fri til stævnet og deltog derfor kun denne aften, inden han rejste hjem til Fyn.

Torsdag kl. 10 spillede vi den første kamp imod Slovakiet efter afspilningen af begge vores landes nationalmelodier. Det var absolut ikke hele kampen, der var seværdig, og vi tabte også de tre første sæt. Lea blev udnævnt til bedste spiller af holdet, og fik glæden af Slovakiets vimpel. Resten af dagen druknede nogle af os sorgerne med lidt shopping på Strøget. Kl. 17.30

»







spillede Finland mod Slovakiet, og de uhyggelige finner bankede uden tøven slovakkerne 3-0. Ikke just opløftende for vores chancer mod Finland den efterfølgende dag.

Det blev desværre også som ventet til et nederlag imod Finland på 3-0, men kampen var i perioder meget seværdig med lange gode dueller over nettet. Undertegnede fik æren af Finlands vimpel efter denne kamp, hvorefter vi sagde farvel og forsvandt ud i alle afkroge af Danmark (og Sverige).

Desværre må vi se langt efter drømmerejsen til Rusland, men vi ser allerede frem mod de Nordiske Mesterskaber, der afholdes i 2016 i Finland. Vi håber, at der er endnu flere debutanter at finde på vores volleyhold til næste samling.

Slutteligt vil jeg på holdets vegne sige mange tak til begge vores trænere, til hjælperne under kampene, til Robert for forhåbentlig god fotoredigering, samt til holdets egen Ditte Kennum, der virkelig har knoklet både før og under stævnet.





# Rigspolitiets **squash**dag



*Tekst og foto: Specialkonsulent Thomas Christensen, HR Koncern*

Fredag d. 12. juni blev dagen hvor Rigspolitiets Idrætsforening inviterede til en hyggelig eftermiddag med squash på City Squash' fantastiske anlæg på Kløvermarken i København

Squash er en sportsgren, som i udgangspunktet er beslægtet med badminton og tennis, men det spilles på en lukket bane med fire vægge, oftest med deltagelse af to spillere.

Blandt deltagere fra Politiområdet, PET og Koncern HR var der kun få, som havde spillet squash før og initiativtager og formand for City Squash, Thomas Christensen fra Koncern HR, indledte med en regel-introduktion og et lille teknikkursus.

Herefter blev deltagerne sat i gang med nogle enkelte øvelser og spil for at få fornemmelsen for en sportsgren, som i dansk sammenhæng er en kende marginaliseret. Forbes Magazine har imidlertid i en videnskabelig undersøgelse udnævnt squash

som den "sundeste sport" i verden. Denne konklusion kom man frem til, bl.a. på baggrund af vurderinger af faktorer som cardio, udholdenhed, muskulær træning, alsidighed og skaderisici.

At squash er en hård og intensiv sport, fik deltagerne såmænd også at føle – særligt i de efterfølgende dage, hvor muskelgrupper, som sjældent bruges pludselig kunne mærkes. Selvom squash teknisk set er mere avanceret end fx tennis, så er det samtidig en sport, som det er lettere at komme i gang med – også på et lavere niveau.

Således fik alle deltagerne et sportsligt udbytte af dagen, men nærmest lige så vigtig var den hygge og erfaringsudveksling, som ved sådanne lejligheder – i en mere uformelt sammenhæng - finder sted på tværs af fagområderne. Deltagerne vil gerne takke Rigspolitiets Idrætsforening for opbakningen til dette fremragende arrangement.

Skulle du være interesseret i at høre nærmere om muligheden for at spille squash eller vil du gerne deltage næste gang der organiseres en squashdag i Rigspolitiet – så kontakt specialkonsulent Thomas Christensen [tch022@politi.dk](mailto:tch022@politi.dk)



# Stort beløb roet hjem til Julemærkehjemmet



*Teltet blev stillet op hos politigårdens nabo.*



*Pressen var mødt talstærkt op for at dække arrangementet.*





*Der måtte sættes 2 romaskine ind for at alle kunne nå at give deres bidrag med.*

*Af Mogens Matzen, Aabenraa politi idrætsforening.  
Fotos Robert Hansen, DPIF og Mogens Matzen, Aabenraa PI.*

Sammenhold, god form, positiv omtale hos lokalbefolkningen og 38.255,50 kr. til Julemærkehjemmet. Aabenraa politi idrætsforening afholdt den 4-5. maj 2015 et 24 timers ro arrangement, hvor der blev roet i alt 334 kilometer uden at romaskinen stoppede.

Ro eventet har givet et kæmpe sammenhold og et godt kollegaskab på stationen og har derudover gjort, at alle deltagere er kommet i bedre form. Vi oplevede i tiden op til arrangementet en heftig aktivitet i vores motionsrum, og vi måtte endda investere i en ekstra romaskine for at alle kunne få trænet. Stort set alle ansatte deltog, enten med roningen eller ved at give en hånd med ved arbejdet med at skaffe sponsorer, sætte telt op, grille pølser, sælge is osv.

Da vi ikke havde mulighed for at afholde arrangementet på politigårdens område, fik vi en aftale i stand med tandlægekliniken i naboejendommen, hvilket gav perfekt udsyn til politigården, der den 4. maj om aftenen havde stearinlys i alle vinduer i anledningen af Danmarks befrielse. Vi fik sponsoreret et stort telt til formålet, is, pølser, vand og sodavand fra lokale sponsorer, ligesom en lokal radio/tv forhandler stillede en computer til rådighed, således at alle i teltet kunne følge med i ro tiderne på storskærm. Vi havde besøg af julemærkebørnene med sang og



*Og så kunne Aabenraa PI's bestyrelse overrække beløbet til Julemærkehjemmet.*

musik og lokale tv stationer, tv2 syd, og samtlige lokale aviser. Og det blev endda omtalt i Ekstra Bladet. Desuden var radio syd med live, idet de havde udfordret en af de lokale journalister til at ro 5 kilometer.

Mange af de lokale borgere, der kom forbi, tilkendegav at de var glade for at se politifolkene i aktion, også uden at det havde konsekvenser i form af tilkendegivelser og bøder. Arrangementet har givet virkelig god og positiv omtale i lokalsamfundet. Vi synes selv, at vi har vist borgerne, at der er almindelige mennesker bag uniformen.

Vi fik ideen til arrangementet, idet vi i idrætsforeningen i måneden op til vores årlige julefrokost, holder en ro konkurrence i distancen 2000 meter. Ved konkurrencen får man fratrukket bonus sekunder afhængig af alder og køn, således at alle kan konkurrere på en lige og fair måde. Konkurrencen er nærmest blevet et tilløbsstykke på stationen og der er kamp om de fine præmier, der under stor jubel uddeles under julefrokosten.

Vi vil selvfølgelig gerne takke alle kolleger og sponsorer for deres arbejde og bidrag, ikke mindst Dansk Politidrætsforbund, der var en af de største sponsorer ved at give 20 kr. pr. roet kilometer til projektet.











The background is a textured green color. On the left side, there is a large, stylized white logo consisting of a vertical bar, a circle, and a horizontal bar. Overlaid on the background are several white oak leaves and branches. The text "Idrætsnyheder" is written in a dark green, sans-serif font, positioned in the upper left quadrant. A thin white horizontal line is located below the text.

Idrætsnyheder

PI København

---



# Stor fest da København PI fyldte år

*Af Christine Bertelsen  
Fotos Carsten Dyhr*

Politiets Idrætsforening København fyldte 95 år den 12. januar 2015. For ca. 1 år siden blev det besluttet, at det skulle fejres, hvorfor der blev nedsat en arbejdsgruppe.

Denne gruppes arbejde resulterede i et brag af en fest i Wallmans Cirkusbygningen den 13. maj, hvor næsten 600 mødte op i festtøj og godt humør. Alle afdelinger og grupper var repræsenteret.

*Gunnar Nørager byder  
velkommen til den store  
jubilæumsfest.*







Formanden Gunnar Nørager sørgede for en god start på aftenen med en tale, der fik alle op på mærkerne.

Vi har endnu ikke hørt om deltagere, der ikke morede sig. – Festen blev en succes, og vi er allerede gået i tænkeboks – hvordan skal 100 års fødselsdagen fejres?

Der behøves ikke knyttes flere ord til arrangementet – billederne taler for sig selv.





# Heino Cup



*Af Johannes Risbjerg, Cykelafdelingen  
Fotos Erik Schack Andersen, Cykelafdelingen*

Heino Cup 2015 er i gang og er i år et jubilæumsløb, idet det er 20. gang, at Cykelafdelingen arrangerer Heino Cup. Heino Cup har udviklet sig meget siden begyndelsen, hvor der kun var en klasse og deltagere fra Brandvæsnet, Falck og Politiet og til i dag, hvor der er 200 deltagere fordelt på 4 klasser med deltagere fra en række cykelklubber.

Hvorfor denne udvikling? Deltagerne stiller større og større krav til blandt andet tidtagning med mere. Der er en forventning om, at deltagerne umiddelbart efter løbet kan få oplyst deres placering m.m. Derfor har vi DCU dommerbus til at hjemtage rytterne. Det kræver også mange hjælpere, og dermed også større udgifter, hvorfor vi har inviteret flere og flere ryttere med. Men nu har vi også ramt en smertegrænse, idet det kræver meget at håndtere 200 ryttere, der giver store felter og kræver meget sikkerhed for at undgå uheld.

Vi præmierer vinderne fra de enkelte afdelinger, men kårer også en sammenlagt vinder og med præmier til de 10 bedste i hver klasse sammenlagt. Vi får meget ros for vores arrangementer, så det er også derfor, at vi fortsætter, selv om vi skal anvende mange ressourcer på at arrangere løbene. Med god hjælp og støtte fra vores sponsorer: Frederiksberg El-installation A/S, Heino Cykler, DeFeet og Jensen-skilte får vi rammerne for, at vi kan afvikle gode cykelløb. Heino Cykler sponsorerer præmierne.

Første afdeling blev afviklet tirsdag den 28. april 2015 som linjeløb omkring Fløng på en rundstrækning på knap 11 km. Distancerne var: Elite ca. 75 km, A ca. 64 km, B ca. 64 km og C-motion ca. 53 km. C-motion kørte 3 omgange med master, inden løbet blev givet frit. Vejret var godt efter datoen: Tørvej og vinden er altid medvirkende til gode cykelløb tidligt på året, hvor der ikke er læ nogen steder. Alle klasser kom godt igennem løbet uden uheld.



Nærmere info om Heino Cup og cykelafdelingen kan findes på [www.picykel.dk](http://www.picykel.dk)



#### VINDERNE I DE ENKELTE KLASSER BLEV

Elite: Flemming Fisker, Hvidovre Cykle Klub  
 A: Steven Spøhr, Kbh Brandvæsens Idrætsforening  
 B: Morten Aslak, PI København, Cykelafdelingen  
 C: Klaus Bomholt, Dansk Bicykle Club

Anden afdeling blev afviklet tirsdag den 19. maj 2015 som linjeløb ved Gundsømagle på en rundstrækning på godt 12 km. Distancerne var: Elite ca. 86 km, A ca. 74 km, B ca. 74 og C ca. 61 km. Igen havde vi ideelle vejrforhold, selv om det så meget truende ud med regn umiddelbart før start. Desværre var der et mindre styrt i klasse c.

#### VINDERNE I DE ENKELTE KLASSER BLEV

Elite: Mads Bugge Andersen, Hvidovre Cykle Klub  
 A: Henrik Zachariassen, ABC  
 B: Reino Andersen, PI København, Cykelafdelingen  
 C: Mikael Jalving, ABC

3. afdeling blev afholdt den 16. juni 2015 som linjeløb på Elverdamsbakken ved Vester Såby på en meget kuperet rundstrækning på godt 11 km. Vi kunne godt kalde rundstrækningen for Heino Cups "Kongeetape". Dette bevirkede også, at det var et hårdt løb, og ingen kunne sidde og gemme sig i feltet. Så det var de stærkeste, der vandt. Flere end normalt gennemførte ikke løbet, fordi de blev sat af feltet.

Distancerne var: Elite ca. 78 km, A ca. 68 km, B ca. 68 km og C-motion ca. 57 km.

#### VINDERNE I DE ENKELTE KLASSER BLEV

Elite: Henrik Scharling, Sydkystens Cykling  
 A: Peter Buhl Jensen, Hvidovre Cykle Klub  
 B: Kristoffer Emil Mikkelsen, VEPI  
 C- Motion: Morten Nebelong, PI Kbh, Cykelafd.

De sidste 2 afdelinger er en enkeltstart ved Roskilde i august og det afsluttende linjeløb i september ved Birkerød. Ved dette løb bliver årets klubmestre fundet.







Forfatteren Lars Jürgensen på 1. teested



Claus Fuldbj Pedersen i flot sving på udslagsbanen



Instruktøren, Kurt Gullits Rasmussen, i formfuldendt slag mens Lars ser beundrende til

# Åbent hus arrangement i Golfafdelingen

Af Lars Jürgensen  
Foto Mogens Voigts

Så kom dagen, hvor GOLFAFDELINGEN holdt åbent hus på Værebros Golfklubs par 3 bane. Arrangementet kunne gennemføres grundet det flotte økonomiske tilskud, som Støtteforeningen – PI's Venner - havde doneret.

Tirsdag den 9. juni skulle vi møde kl. 09.00 ved klubhuset. Vejret var rigtigt godt med sol og kun få drivende skyer - også kun lidt vind. Forventningerne var høje. Jeg også var med sidste år, så jeg vidste, hvad jeg kunne forvente mig, og jeg blev ikke skuffet. Formanden for GOLFAFDELINGEN, Dan Berthelin, bød velkommen og håbede, at alle ville få en god dag og lære rigtig meget om golf og måske kunne blive kommende medlemmer af GOLFAFDELINGEN, hvis interessen blev vakt.

Som sidste år skulle vi, assisteret af en prof-træner, prøve forskellige jern og køller. Jeg havde indtryk af at nogle, som aldrig havde slået med en golfkølle før, blev forbavset over, hvor svært det er at styre en golfbold. Det var endda på et fast plant underlag. Det skulle blive meget værre. Vi var også på puttebanen, hvor vi skulle få den lille hvide i hullet med så få slag som muligt. Det gik til gengæld fint.

Vi 14 deltagere, garvede golfere og vi andre med mere eller mindre kendskab til golf, blev nu opdelt i hold, som så skulle ud og prøve vores færdigheder af på den par 3 bane, som starter umiddelbart ved klubhuset.

Vi fik af formanden udleveret slik og en flaske sodavand inden start. Det viste sig at være hårdt tiltrængt med den væske, da vi kom ud i solens ubarmhjertige stråler.

Holdet, jeg skulle på banen med, var med Kurt Gullits Rasmussen som instruktør, en garvet golfspiller, og de 2 øvrige var Hans Jensen og Mogens Voigts. Jeg, som har spillet et par

måneder, skulle lægge ud. Hvilken start. Jeg kan godt, med lidt held og solen i ryggen, banke bolden ud på 150 meter. Men ak. Jeg koncentrerede mig meget om ikke at gøre en dårlig figur, og hvad skete der - jeg bankede bolden ud på 150 cm. Nå, jeg ved jo godt, at alle kan lave et dårligt slag, så jeg måtte jo bare gøre det bedre næste gang. Den kom da også 7 - 8 m længere ud. Sikke en begyndelse. Nå, men jeg fik da puttet bolden på hul 1.

Derfra gik det bedre og bedre. Men jeg tror, at greenkeeperen har haft ferie, for jeg synes, at han manglede at klippe græsset på mange af de fairways, vi mødte denne dag. De var frygtelig smalle. Eller også var der noget andet galt. Igennem banen kom vi da, og med humøret i behold. Solbrændte var vi også blevet og for mit vedkommende også træt. Vi skulle så slutte af med en puttematch. 18 huller med færrest mulige slag. Der var jeg så heldig at vinde med 33 slag. Ikke helt dårligt, når jeg selv skal sige det.

Jeg vil slutte af med at sige tak til GOLFAFDELINGEN og ikke mindst til de frivillige, der var med for at give os andre en god oplevelse.

## VINDERNE AF PUTTEKONKURRENCEN

1. Lars Jürgensen	33 slag
2. Rita Winther	34 slag
3. Jeppe Fjelsted	35 slag
4. Christine Bertelsen	35 slag
5. Mogens Voigts	37 slag
6. Hans Jensen	38 slag
7. Jens Ole	38 slag
8. Tommy Juhl	40 slag
9. Claus Fuldbj Pedersen	40 slag

*Individuel vinder, Stig Baasch,  
Lufthavnen*



Afvikling i nye rammer, samme koncept, flere nye spillere og holdsammensætninger tegner godt for det fortsatte arbejde med at holde stationsturneringen i bowling i live. For ca. 20. gang blev der inviteret til stationsturnering for bowling, og for 2. gang i levetiden var det nødvendigt af pladsmæssige grunde - læs stor deltagelse igen - at afvikle turneringen i løbet af 4 måneder - alle i foråret 2015.

Det er for arrangørerne altid spændende at se hvilket flow der vil være i tilmeldingerne, og da nogle af de store skar lidt ned i antal, blev dette dog opvejet ved, at der igen kom hold uden for København. Vestegnen tog handsken op og stillede med et hold, der senere viste sig at være af så god kvalitet, at de i næste sæson vil være at finde i den højeste række, Mesterrækken.

17 hold havde meldt sig til, og for at der ikke skulle være en række kun med 3 hold, blev holdene delt i 2 rækker. Efter 1. runde kom yderligere 1 hold mere på banen – de havde misset tilmeldingsfristen, men velkommen til alle.

Afviklingen blev allerede fra starten et opgør i Mesterrækken mellem Lufthavnen, Pensionisterne, Bellahøjs forsvarende mestre og det kombinerede hold fra PG og Rigspolitiet (nu også alle pensionister).

Lad det være sagt med det samme, Lufthavnen havde alt for meget luft under vingerne, så de blev aldrig hentet. Kun i en enkelt runde blev de ikke bedst, da måtte de overlade sejren til pensionisterne. De kunne til gengæld efterfølgende ikke holde pusten, det er jo "ældre" spillere.





# Stationsturneringen i Bowling

Af Lars Jacobsen, Afd.formand  
Fotos Mogens Voigts

Michael Jensen,  
Lufthavnen

Klaus Krogstrup,  
NUC



I midten individuel vinder, Lisbeth Olsen, efterforskningsenheden, th. Annie Schnoor, PG/Rpch nr. 2, tv. Christine Bertelsen, PI's kontor, nr. 3



Vinder af mesterrækken, Lufthavnen, fra v. Stig Baasch, Michael Jensen, Anne Marker og Kurt Aagaard



## Efter de 5 runder blev slutstillingen i Mesterrækken

Nr. 1 guld med 248 point og 10439 kegler Lufthavnen 1  
Nr. 2 sølv med 208 point og 9765 kegler PG og Rpch  
Nr. 3 bronze med 200 point og 9695 kegler Pensionisterne

## Spillet i A-rækken blev lige så spændende. Der blev kæmpet meget om medaljerne gennem hele turneringen, og efter de 5 runder blev resultatet således

Nr. 1 guld med 244 point og 8229 kegler NUC  
Nr. 2 sølv med 239 point og 8199 kegler EAS  
Nr. 3 bronze med 234 point og 8103 kegler Øko-afd.

En meget tæt turnering, hvor alt skulle afgøres i sidste runde.

## I den individuelle konkurrence blev resultaterne følgende

Nr. 1 og KM mester Lisbeth Olsen snit 152,75  
Nr. 3 bronze Christine Bertelsen snit 145,72

Hos herrerne blev der lidt mere gang i løjerne for at finde vinderne, og bronzen blev afgjort med 1 kegle til nr. 4.

Gennem hele stævnet blev der lavet mange flotte resultater, og rundevinderne fik vist, at det ikke kun var tilfældigheder, der afgjorde det endelige resultat. Således lavede, Stig Baasch, Lufthavnen i 2. runde 837 og i 5. runde 807, mens 2. runde gik til Michael Jensen, Lufthavnen med 837 kegler, og i 1. runde væltede han 783 kegler, hvilket Preben Kristensen tangerede i 3. runde. En god opvarmning inden han kronede sæsonen med det danske politimesterskab.

Som helhed en rigtig god turnering, som alle var enig om, skulle gentages i den kommende sæson.

## Vinder af den individuelle konkurrence for herrer

Nr. 1 og KM-mester Stig Baasch, Lufthavnen snit 190,8  
Nr. 2 sølv Michael Jensen, Lufthavnen snit 187,3  
Nr. 3 bronze Klaus Krogstrup snit 180,69 EAS

Stor tak til alle 67 deltagere, der gjorde turneringen festlig og spændende. Efter sidste runde var der arrangeret spising, og der blev uddelt medaljer og pokaler. Vi glæder os allerede til næste år. Politidrætten har det godt med sådanne fælles og sociale aktiviteter, men det kræver at deltagerne kommer.



Vinder af A-rækken, NUC, fra v. Klaus Krogstrup, Kia Barington og Jørgen Rolsted





# Grillaften i PI Motionsafd.

*Af Mikael Bork, PI-Kbh. Motionsafdelingen*

Traditionen tro var der grillpølser m.v. efter sidste løb inden sommerferien i PI Motionsafdelingen. Med de 12 løbere og bestyrelsen var vi en 16-17 stykker, som hyggede og spiste 50 grillpølser med tilbehør. Helle, Jeppe og Jesper skulle have gang i de gamle maraton ben igen. Helle Bengtsen blev den heldige vinder af et gavekort fra Sportigan. Der bliver til grillpøseløbet givet ét ekstra point til løbere over 45 år. Vi holder sommerferie i juli, og starter op igen den 11. august. Jeg prøver at få udsendt oversigten over vores løb i 2. halvår sidst i sommerferien. Husk at holde formen ved lige i sommerferien.

**Næste Motionsløb:** Tirsdag den 11. august kl. 19.00 fra Politiskolen i Brøndby

**Kommende Motionsløb:** Lørdag den 5. september kl. 10.00 **BEMÆRK** i Dyrehaven.

Lodtrækningspræmier fra Motionsafdelingens sponsor:

**Sportigan, Vesterbrogade 54, 1620 København V.**



# Skal du gå til gymnastik med dit barn?







Når PI Gymnastik tager hul på næste sæson er det med to børne- og familiehold på programmet: Ét for de helt yngste, hvor motorikken er i højsædet, og ét for de lidt ældre børn, hvor der igennem leg og redskaber bliver taget hul på gymnastikken.



*Af Elisabeth Arnsdorf Haslund, bestyrelsesmedl. i PI Gymnastik  
Fotos Jakob Peterhånsel og Camilla Hylleberg*

Har dit barn lyst til at springe ud fra højder, kravle op fra dybder, slå sig løs på redskaber, danse rundt til fed musik og i det hele taget brænde krudt af - og kniber det med pladsen derhjemme? Så har PI Gymnastik et godt tilbud.

Efter et års pause er bestyrelsen glade for at annoncere, at familieholdet PI Upcoming er klar til sæsonstart til september. Lige siden holdets debut for flere sæsoner siden, har det været et populært hold for københavnske børnefamilier, både med og uden rødder i politiet.

Og nu åbner holdet så igen for målgruppen, der hedder 3-6-årige børn - og deres forældre. Det er erfarne kræfter fra PI-Gymnastik, der står i spidsen for holdet - Martin Deis, Rasmus Gram og Kristine Klitsø - og holdet træner hver søndag kl. 13-14.30 i Frederik d. IXs hal på Institut for Idræts på Nørre Allé. Her er der fornemme faciliteter: Masser af plads, springredskaber og ikke mindst en springgrav.

Tanken med PI Upcoming er igennem leg at bygge gymnastikkens fundament, og så skal forældrene også trænes og svejdes igennem. Som instruktørerne fastslår i holdbeskrivelsen: "Der vil være aktiviteter for alle. Tykke og smalle, gamle og unge, lette og tunge."

»





Første træning for PI Upcoming er anden søndag i september, 13. september. Og familier møder bare op kl. 13, så vil tilmelding ske ved de første træninger. Prisen for at gå på holdet er 1200 kroner for en hel sæson for hele familien.

## BØRNEHOLD FOR DE HELT SMÅ

I den kommende sæson kan PI Gymnastik desuden slå dørene op til endnu et børne- og familiehold, men her er tale om den endnu yngre målgruppe.

Det nye hold PI Pusling retter sig mod børn i alderen 1-3 år, dog er det et krav, at de kan gå.

”Der er naturligvis forskel i børns kunnen fra 1 til 3 år, men alle aktiviteter og øvelser kan justeres, så de passer til det enkelte barn,” forklarer Helene Thygesen, mangeårigt bestyrelsesmedlem i gymnastikafdelingen og én af instruktørerne på det kommende PI Pusling.

Holdets fokus vil være tumling og aktiviteter med fokus på motorisk udvikling og stimulering. Børnene, og deres forældre, skal kastes ud i en masse forskellige bevægelser: Hoppe, rulle, danse og synge. Og der vil blive arbejdet med genkendelighed og repetition.

Og så skal børn og voksne være aktive i samspil med hinanden, så begge parter grænser bliver udfordret.

Planen er, at holde skal træne en enkelt time søndag formiddag i en gymnastiksal i København. Bestyrelsen mangler dog fortsat overblik over præcis tid og sted, men det vil blive lagt ud på foreningens hjemmeside: [www.pigymnastik.dk](http://www.pigymnastik.dk) og Facebook-side: [www.facebook.com/pigymnastik](http://www.facebook.com/pigymnastik) henover sommeren.

Også for PI Pusling gælder det, at interesserede familier blot skal møde op til første træning for her at blive tilmeldt. Kontingentet for PI Pusling er 1.200 kroner for hele sæsonen for både forældre og børn.



# Åbent hus arrangement i Sejlsportsafdelingen

Af Ivar Brochorst Christensen, sekr.  
Foto Jan og Bente Kofoed

Den 30. maj 2015 mellem kl. 13 og 16 afholdt Sejlsports- og Kajakafdelingen under PI ÅBENT HUS arrangement ved klubhuset i Kastrup. Hvis I husker tilbage til denne dato, vil I måske kunne huske, at det rent vejræssigt var ret trist. Det betyder, at fremmødet ikke var så stort, som der var købt pølser og brød ind til, men alligevel havde 25 medlemmer og ikke medlemmer trodset vejret, og var mødt op til arrangementet.

Vi havde planlagt ture i kajakkerne og ture i Frida, og begge aktiviteter blev også ført ud i livet, og flere besøgende kom ud i kajak og andre kom ud i Frida. Heldigvis kunne alle få varmen ved grillen, hvor der blev lagt pølser og brød på, så alle tilstede kunne få et godt pølsemåltid. Alt i alt en dejlig, men kold dag.

På billederne kan ses nogle stemninger fra dagen.



Grillmesteren spiser







*Kajakfremvisning*



*Kajakinstruktion*



*Royalt look*



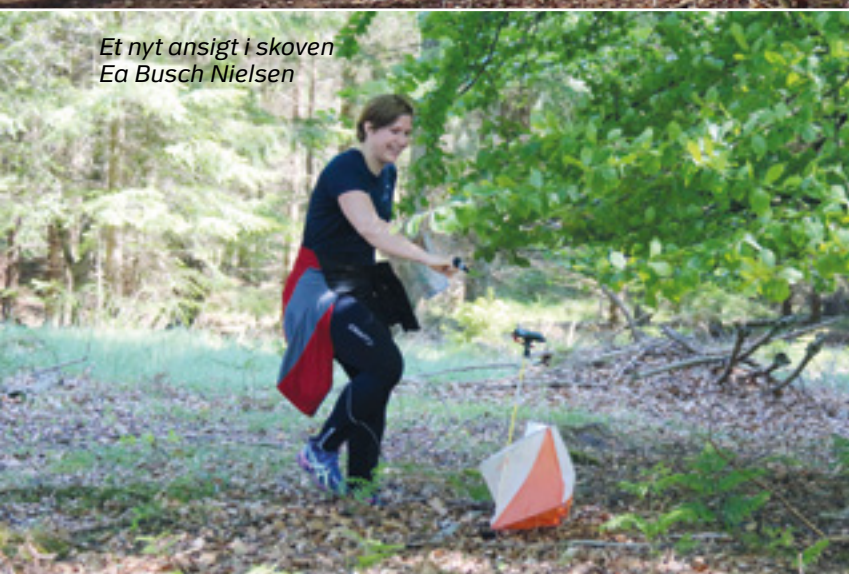
Artiklens forfatter Dennis  
Blæsbjerg under vejs i skoven

# Københavnner Cuppen

## 3. etape



Et nyt ansigt i skoven  
Ea Busch Nielsen



Af Dennis Blæsbjerg, Sydsjællands- og Lolland-Falsters Politi  
Fotos Jan Kofoed Nielsen

En yderst vigtig dag var oprunden. Muligheden for at sikre mig den samlede sejr på bane 5 nærmede sig. Københavnner Cuppen's 3. etape skulle snart starte. Det havde regnet lidt op til dagen, men nu viste vejrguderne sig fra deres bedste side. Jeg havde sovet godt, stået tidligt op, så der var tid til et godt morgenmåltid og en god kop kaffe. Ungerne og konen var blevet kysset farvel, og min kones sidste ord, inden døren lukkede bag mig, hang stadig i mine ører: "Nu sørger du for at komme hjem med noget vin!"

Vi mødtes på Slagelse PG og drog friske af sted mod det nordsjællandske (nogle af os mere friske end andre). En lidt amputeret flok, idet et par stykker peb lidt over "skader" i

forbindelse med et kortere (meget langt) løb i det jyske. Vi ankom i god tid, og da jeg var sidste mand på listen, så havde jeg rigtig god tid til at stå og nyde den lille flok forslugne myg, der var støvet op i dagens anledning.

Så gik starten. Jeg spurtede af sted og fandt relativt hurtigt post 1. Til min irritation opdagede jeg, at banelæggerne havde lavet en stor fejl! De havde skrevet et forkert postnummer på postdefinitionen. Hvor amatøragtigt var det ikke lige? Inden jeg klippede posten, tog jeg lige et ekstra kig på kortet, denne gang med kompasset holdt op ved siden af. Herefter bandede jeg atter, men denne gang af mig selv, da jeg godt kunne se, at jeg formentlig (helt sikkert) stod det "falske" i





*Banelæggerne Christopher og Henrik Wiberg observerer på løbernes kvaler under løbet*

sted. Jeg var dog ikke helt sikker på præcis hvor dette sted var, så jeg løb lidt rundt, indtil jeg kunne fastlægge min position, og derfra fandt jeg lynhurtigt den korrekte post 1. Så var løbet skudt rigtigt i gang.

Jeg drøede videre til post 2 og nåede kortvarigt at tænke, at her havde de FAN' ME lavet samme fejl, men skød dog hurtigt tanken til side, tjekkede kortet og fik løbet videre til den rigtige post 2.

Herfra gik det faktisk ret godt, og på trods af en lidt ringe start, så var det en helt fantastisk dag i naturen. Efterhånden så har jeg også opnået den færdighed at vide, at når jeg



*De havde dog også tid til at slappe lidt af*

tænker, at banelæggerne har sat en post forkert eller skrevet forkert nummer på, så er det helt sikkert, fordi jeg står et andet sted, end jeg tror.

Men efter tre sejre (dog ikke kæmpe sejre) på bane 5, må jeg nok sande, at jeg bliver nødt til at rykke op på bane 3. Så fremover vil jeg satse på lodtrækningspræmierne igen. Min kone fik dog sit krav opfyldt, idet jeg faktisk kom hjem med hele to flasker vin. Hun blev glad. Tusind tak for et godt løb.

Resultaterne kan ses på afdelingens hjemmeside [piorientering.dk](http://piorientering.dk)









MAGASINPOST **SMP**  
ID-NR. 42554



Al henvendelse til: **Dansk Politidrætsforbund** Puggårdsgade 2, 5. th., 1573 København V