

POLITIIDRÆT

Dansk Politiidrætsforbund nr. 7 • 2015



Guld på Island i NPM i maraton

Flot slutopgør i DPM i cykling

Fodboldherrer til NPM i Norge



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
Thorkild Sundstrup, Østjylland, viste atter sin suverænitæt, da han på Island blev nr. 1 i de nordiske politimesterskaber i maraton, og samtidig løb sig til en 2. plads i maratonløbet Reykjavik Maraton.

Foto: Gunnar Andersen, DPIF

Deadline/Udgivelse

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 |
| Flotteste slutopgør i mesterklassen nogen sinde set | 6 |
| Cykeludvalget spejdede efter emner til næste års europamesterskaber i cykling. | 11 |
| The Ironman Blues | 14 |
| To'er til en Ironman (kvinde) | 17 |
| Fredericia PI fylder 75 år | 18 |
| Har kropshøjde indflydelse på politibetjentes fysiske testresultater, og kan den have indflydelse på en konflikthåndteringssituation? | 20 |
| Firkantede spillere der bare skal trækkes op. | 23 |
| Nordiske politimesterskaber i maraton. | 29 |

PI-Nyt

| | |
|--|----|
| DHL stafetten | 36 |
| Mænd (og kvinder) og deres små biler. | 39 |
| Invitation til bankospil. | 43 |
| De åbne lufthavnsmesterskaber i beachvolley | 44 |
| Nekrolog | 47 |
| Cykelafdelingen: | |
| Vi cykler for at kurere Parkinson sygdommen. | 49 |
| Orienteringsafdelingen: | |
| Pokalløbet. | 53 |
| Badmintonafdelingen: | |
| PI København badminton på træningslejr i Holland. | 55 |

Formand
Mogens Norup Lauridsen



Næstformand
Gunnar Andersen



Kasserer
Ole K. Jacobsen





Må man arbejde i sin fritid, det må man vel godt....

Den danske sommer var ved at gå på held, jeg sad indenfor i den gode stol og læste en gammel artikel fra Søndagsavisen fra 2. august, som en god kollega havde henledt opmærksomheden på. Artiklen havde en interessant overskrift: "Vi arbejder i fritiden og er private på jobbet". Jeg kunne jo godt selv genkende det med, at grænserne mellem fritid og arbejde er blevet mere flydende med årene, men i hvor høj grad det gør sig gældende for medarbejderne i politiet generelt, var jeg lidt mere i tvivl om. At flere og flere benytter sig af de teknologiske muligheder, der stilles til rådighed af arbejdsgiveren, og at det også foregår i fritiden, det tror jeg ikke, der kan stilles spørgsmålstegn ved.

Artiklen henviser til en undersøgelse fra SSI blandt 400 danskere mellem de 18 – 65-årige. Undersøgelsen viste, at 54% ikke har noget imod at tage sig af arbejdsrelaterede anliggender i fritiden. En undersøgelse af rekrutterings virksomheden Randstad har vist, at 64% af danskere i job ordner private ting i arbejdstiden. Randstads HR-chef Tine Ryg Cebrian udtaler: "Tendensen, hvor arbejdsliv og fritidsliv smelter sammen, vil blive mere og mere udbredt".

Cand. mag. og idrætskonsulent ved Politiskolen, Kenneth Marloth Henze, skriver i Politidræt nr. 6. en længere interessant artikel om skifteholdsarbejde og dens negative påvirkning af kroppen, at fysisk aktivitet kan være med til at forebygge de negative følger af skifteholdsarbejde. At være i god fysisk form har en positiv påvirkning af kroppens restitutionsevne, ligesom det styrker menneskets immunforsvar.

Hvad har det så med politiidrætten at gøre? Ja, hvis de undersøgelser, der er henvist til, taler sandt, om at der ikke er et skarpt skel mellem arbejdsliv og fritidsliv, og hvis vi fortsat mener, at det er vigtigt at medarbejderne er i en tilfredsstillende fysisk form, så bliver det i fremtiden også nødvendigt, at se mere fleksibelt på medarbejdernes muligheder for at kunne dyrke idræt i arbejdstiden. Idræt skal selvfølgelig primært foregå i fritiden, men med den stadigt stigende fokus på operativ parathed, negative følger af skifteholdsarbejde og et til tider voldsomt stort arbejdspress, tror jeg det vigtigt, at der også gives mulighed for en vis træningsmængde i arbejdstiden, og her vil politiidrætten meget gerne medvirke med gode målrettede idrætstilbud.

Rent sportsligt, så går det fortsat fantastisk på landsholdplan, hvor Thorkild Sundstup ved det første officielle nordiske politimesterskab i maraton føjede en titel, som nordisk mester, til hans i forvejen imponerende sejrstatistik. I forhold til vores forskellige danske mesterskabsarrangementer går det desværre ikke helt så godt. Vi mærker tydeligt den enorme belastning dansk politi har været udsat for i år, hvor det i enkelte tilfælde har været nødvendigt, at aflyse planlagte stævner på grund af svigtende deltagerantal, ligesom flere gennemførte arrangementer har været med betydelig decimeret deltagerantal.

Med sportslig hilsen

Mogens Norup Lauridsen
Formand

Karin Storm, Midt- og Vestsjællands PI, i fuld koncentration og med tungen lige i munden under enkeltstarten.

Flotteste slutopgør i mesterklassen **nogen** sinde set



”Sådan lød ordene fra de 2 rutinerede cykelryttere og udvalgsmedlemmer fra DPIF cykeludvalget under dette års afvikling af de danske politimesterskaber i cykelløb. Rikke Guldbæk, forfatter af denne artikel, overhørte de 2 rutinerede herrers samtale, da de omtalte dette års løb. Rikke Guldbæk deltog selv som rytter i dette års mesterskab”.

Af Rikke Guldbæk, Horsens PI/DPIF cykeludvalg.
Foto Lene S. Madsen, Midt/Vestsjællands politi

Årets politimesterskab i landevejscykling blev i 2015 afholdt af Midt- & Vestsjællands Politi, med Kim Løvkvist og Michael Winsløw som tovholdere og arrangører.

Der var både tidligere politikollegaer, (pensionister) samt Politihjemmeværnet i stor stil til at hjælpe med at afvikle løbet. Det viste sig at være en rigtig god løsning, og alle havde en hyggelig dag. Stævneledere begge dage var Jan Schack Andersen og Jakob Bo Christensen, og de var sammen med DGI med til at sikre, at det hele forløb efter bogen.

Enkeltstarten løb af stablen tirsdag den 25. august 2015, med 39 forventningsfulde deltagere til start, hvor alle gennemførte.

- 11 stillede op i mesterskabsklassen
- 6 stillede op i klasse 1
- 6 stillede op i klasse 2
- 6 stillede op i klasse 3
- 5 stillede op i klasse 4
- 5 stillede op i dameklassen

Ruten var en ud/hjem rute på 28 km, blandt andet brugt i Heino Cup og ved tidligere politimesterskaber, så den var godt kendt, og en smule berygtet om end frygtet af flere deltagere. Ruten var inden løbet beskrevet som teknisk let, og med gode oversigtsforhold – hvilket også var en passende beskrivelse. Der var 291 højdemeter på ruten, hvilket under normale omstændigheder ikke er voldsomt, men vejret taget i betragtning måtte der arbejdes lidt hårdere for at holde et fornuftigt tråd. Formiddagen havde budt på en del regn, men vejrguderne viste os nåde, og vi kørte stort set alle sammen i tørvejr. De sidste ryttere kørte store grå skyer i møde og nåede lige at mærke regnen, inden de passerede målstregen i flot stil.

Vinden havde ikke vist sig fra sin barmhjertige side, og jeg tror de fleste, der kører enkeltstart med bøjler, vil medgive mig, at det alt andet lige er rarest at køre i modvind/medvind på en ud- hjem tur. Vinden blæste meget kraftigt fra siden så især ved bunden af bakkerne, hvor der på ingen måder var læ, var man nødsaget til at holde godt fast i styret eller alternativt sætte sig op.

Rytterne blev sendt sikkert og godt af sted med 1 minut mellem hver, og rigtig mange havde en følgebil efter sig, hvilket gav tryghed i forhold til den øvrige trafik. Den bedste tid af herrerne blev kørt af Rasmus Hvarre (OPI), med en tid på 38.40 minutter, hvilket er svarende til 43,44 km/t. Den bedste tid af damerne blev kørt af Rikke Guldbæk (Horsens PI), med en tid på 46.24 minutter, hvilket er svarende til 36,21 km/t, skarpt forfulgt af Lotte Bai (Århus PI), som kun var 11 sekunder efter. Et rigtig flot set-up, og en god rute.

Tilbage på politigården i Roskilde fik vi i den hyggelige kantine på 3. sal lasagne med salat og nybagt brød, samt kaffe og drømmekage til dessert.

»



Evigt unge Johannes Risbjerg, PI-København, fuldt fokuseret under enkeltstarten.

Klasse 3, 4 og dameklassen
passerer målområdet.



Du kan se resultater og placeringer på www.politisport.dk

LINIELØBET LØB AF STABLEN ONSDAG DEN 26. AUGUST 2015 MED

- 68 deltagere, hvoraf 51 gennemførte.
Ud af de 68 deltagere var der:

- | | |
|---------------------------|--------|
| • 19 i mesterskabsklassen | 120 km |
| • 16 i klasse 1 | 100 km |
| • 10 i klasse 2 | 100 km |
| • 12 i klasse 3 | 80 km |
| • 6 i klasse 4 | 80 km |
| • 5 i dameklassen | 80 km |

Mesterskabsklassen blev sendt først af sted, og derefter de øvrige klasser med 5 minutter mellem hver. Damerne samt klasse 3 + 4 startede sammen.

Til start var som nævnt 68 ryttere, men allerede fra starten gav de våde veje problemer, (det havde støvregnet op til starten). To ryttere måtte en tur i asfalten, hvilket heldigvis kun gav overfladiske skrammer. Dertil kom et utal af punkteringer, hvilket medførte at godt 25% valgte at udgå. Vejret ændrede sig positivt, og løbet sluttede med tørre og fine veje, og der blev virkelig kørt godt cykelløb denne dag. Jeg overhørte Jørgen Guldborg og Jens Svenningsen fra cykeludvalget udtale, at det var det flotteste slutopgør i mesterskabsklassen de nogen sinde havde set.

Som det kan ses af resultatlisten på www.politisport.dk, blev der er i flere klasser kæmpet hårdt om sejren/podieplaceringen, og der måtte i både mesterklassen og klasse 1 målfoto til for at afgøre hvem vinderen var. Alle tider blev registreret med chip fra DGI's tidtagningssystem – Lapio – som gjorde, at der ikke bare blev givet "s.t" men individuelle tider. Ikke desto mindre var der i klasse 1 tale om 4 ryttere i mål inden for mindre end 1 sekund.

Som det fremgår af resultatlisten var Rasmus Hvarre godt kørende, og kørte med sejren på både enkeltstarten og linieløbet – rigtig flot kørt Rasmus.

Still going strong er Hans Hoffmann fra Horsens PI, som kæmpede bravt og lå i udbrud det meste af linieløbet. Kræfterne slap dog desværre op de sidste 800 meter før mål pga. krampe, og dermed var løbet afgjort. Hoffmann har dog givet de usædvanligt gode gener videre til søn-nike (Jakob fra Aabenraa PI), som kom ind på en flot 3. plads – i øvrigt samme placering som på enkeltstarten.

Ruten på linieløbet var en 20 km rundstrækning med åbne marker og tilstødende skov. Det var en rigtig flot rute med 246 højdemeter pr. omgang. Der var 10 følgebiler fra Skoda stillet til rådighed, og det var skönt at se det professionelle islæt, det til enhver tid vil give med følgebiler.

»

Michael Winsløw får overrakt en gavekurv af Kim Løvkvist med tak for sit store arbejde med arrangementet.



Yderligere var ruten godt dækket ind med de mest veloplagte "kom-bar-do'er" jeg længe har set. Der blev heppet og klappet, samt givet thumbs-up og smilet bredt, (muligvis fordi jeg var punkteret mindre end 2 km efter start og dermed kom til at køre en 80 km lang enkeltstar). Heppet blev der i hvert fald, og de gjorde et kanon godt stykke arbejde.

Arrangørforeningen kan bryste sig af, at de begge dage stillede med 25% af deltagerne – det er flot opbakning. Desuden blev medaljerne overrakt af politiinspektør Michael Flemming Rasmussen, som havde taget sig tid til at kigge forbi. Tak for det. På politigården fik vi igen dejlig mad, og der var nogle fantastisk gode lodtrækningspræmier fra blandt andet "Company Cycling" og "Cyclewear". Den meget ihærdige fotograf Lene S. Madsen fra Midt/Vestsjællands politi var at finde mange steder på ruten, og i øvrigt begge dage. Hun har taget en masse gode billeder, der alle ligger på Dansk Politiidrætsforbunds webside: www.politisport.dk

De to løb blev af flere betragtet som en slags optakt til de europæiske politimesterskaber i Belgien september 2016, hvor cykeludvalget var til stede for at spejde efter nye stjernesrud på himlen.

Der vil i 2016 blive afholdt 2 udtagelsesløb i foråret, som vil ligge i forbindelse med et DCU's licensløb, hvor der køres i klasse B. Løbene vil have afgørende betydning for, om de der har søgt om at komme med til EM også kommer det.

Desuden vil de danske politimesterskaber i cykling, hvor den endelige udtagelse finder sted, blive afholdt allerede i juni måned 2016 på Fyn, præcis 3 måneder før EM i Belgien. Det forventes at der kan stilles 6 mænd og gerne minimum 3 kvinder i Belgien 2016.

Til slut tak for et par super gode dage i - og ved Roskilde. Begge løb var planlagt kanon godt ned til mindste detalje og alle fik i gode kollegaers selskab en rigtig god oplevelse med hjem. Stor tak til alle de frivillige fra Midt- og Vestsjællands PI for et super arrangement.



Rasmus Feldballe, Silkeborg PI, spejder forgæves efter feltet, der ikke ventede, da Rasmus punkterede efter kun 10 km.

Cykeludvalget spejdede efter emner til næste års europamesterskaber i cykling

Af Jens Svenningsen og Jørgen Guldborg, DPIF Cykeludvalg

”2 ud af cykeludvalgets 3 medlemmer brugte dette års danske politimesterskaber til at spejde efter emner til næste års europamesterskaber i Belgien. Det 3. medlem af cykeludvalget kæmpede selv en brav kamp ude på ruten på sin cykel, og mon ikke at Rikke Guldbæk, fra sin position blandt rytterne, også har et par mulige emner når de danske repræsentanter skal findes?”

»



Hele 19 ryttere stillede til start i Mesterklassen ved årets DPM i cykling. De kæmper samtidig om en plads på næste års hold til De Europæiske Politimesterskaber i cykling, der afholdes i Belgien i september 2016 for både mænd og kvinder. Dagens løb var således ikke blot kampen om et dansk politimesterskab, men løbet fungerede også som det første af flere iagttagelsesløb med henblik på udtagelsen af det stærkeste mandskab. Så Jens Svenningsen og jeg (Jørgen Guldborg, red.) fra Cykeludvalget havde sat os på første parket lige bag feltet i en af de flotte Skoda biler, som venligst var udlånt til arrangementet. Vi fik et flot cykelløb af se.

Indledningsvis stak Henrik Bandsholm af og fik hurtigt et flot hul. Uheldigvis punkterede Henrik efter 20 km. Det skete på samme tidspunkt som en meget stærk tremandsgruppe bestående af Martin Klitmose (vinderen af Danish Police Tour 2015), Hans Hoffmann og Martin Pedersen var på vej op til ham. Kort tid efter punkterede også Martin Klitmose, så nu var der kun to i front, men de kørte med alt, hvad de havde og blev først hentet på sidste omgang af en meget stærk tre mandsgruppe bestående af Rasmus Hvarre, Mike Christensen og Jakob Hoffmann. Da gruppen nåede Hans og Martin, valgte den stærkt kørende Rasmus Hvarre at rykke straks, hvilket kostede Martin Pedersen 'livet', mens Hans Hoffmann formåede at knibe sig med trods kramper på grund af det lange ridt med Martin. I opløbet måtte Hans dog trække sig, således en meget tæt og spændende spurt blev afgjort med Rasmus Hvarre få millimeter foran Mike Christensen og med en flot kæmpende Jakob Hoffmann på 3. pladsen. Hoffmann senior rullede umiddelbart efter i mål på en flot 4. plads, mens den anden af dagens lykkeriddere, Martin, kom i mål på 5. pladsen.

Rasmus Hvarre blev dobbelt dansk mester 2015, idet han også vandt enkeltstarten dagen før. Det blev et super flot cykelløb og materialet til et meget stærkt EM hold er tilstede. Spændende bliver det at følge udtagelseskampen.

Det skal lige med, at vi på kvindesiden har et større og kvalitativt bedre materiale end nogensinde. Derfor satser vi på at kunne sende 3 kvinder med til EPM i 2016, om alt går vel.

Bemærk:

Der udsendes nærmere fra DPIF i oktober 2015 vedrørende udtagelseskriterier op til EPM i 2016 i Belgien for kvinder og mænd.

Carsten Carnett i afslappet men ærgerlig stil efter at være udgået på grund af punktering.



The Ironman Blues

Af Lene Friedrichsen

Foto Henrik Bjørndal

Mit projekt om at gennemføre en Ironman fandt sin afslutning søndag den 23. august 2015. Forud er gået et år med træning til netop denne dag. Allerede torsdag blev jeg indregistreret og fik mit startnummer på "Expo Ironman" på Rådhuspladsen, og herefter fulgte nogle dage med intens planlægning, pakning af poser til skiftezonerne, klargøring af cykel, gennemgå det udstyr, der skulle bruges på dagen, og ikke mindst klargøring af mad, energi og drikke, som skulle bruges på dagen.

Ironman eventet er et helt utrolig velsmurt og velgennemført arrangement. Alle detaljer er gennemtænkt og den vejledning og hjælp man får, som ny i "gamet", er helt utrolig. Der var absolut intet at være i tvivl om, og alle var utroligt hjælpsomme og venlige.

Lørdag aften afleverede jeg modvilligt min cykel for natten i "T1" på Amager, hvor svømningen skulle finde sted med start for mig kl. 07.50 søndag morgen. T1 er skiftezonen fra svømning til cyklen. Poserne jeg havde fyldt med skiftetøj, mad og energi produkter blev afleveret samme sted og bragt ud til de forskellige poster af frivillige. Så var det bare at håbe på en god nats søvn frem mod vækkeurets kimen omkring kl. 0430 søndag morgen.

Dagene op til stævnet havde jeg sikret mig rigeligt med ro til benene og en masse mad. Jeg følte mig absolut klar. Søndag morgen var klar, lidt blæsende og solrig. Jeg tror jeg har besøgt DMI 500 gange forud for søndag morgen fordi jeg var nervøs for modvind på cykelturen. Da jeg ankom på Amager til svømmestarten ænsede jeg ikke blæsten overhovedet. Jeg tror aldrig jeg har været mere rolig og fokuseret end den morgen. Alle deltagere gik roligt rundt og trak i våddragterne. Smilende og med små venlige kommentarer. En helt utrolig stemning. Starten gik til svømningen, og jeg havde en god placering ude i venstre side i den bagerste del af feltet. Ingen problemer med andre svømmere eller pres og de 3.8 km gik forbavsende let. Jeg var frisk, da jeg løb op til skifteteltet efter 1 time og 19 minutter.

Efter ca. 7 minutter sad jeg på min cykel på vej ud på 180 km i det nordlige Sjælland. Der var kolleger og venner som heppede på vejen og en masse glade tilskuere langs vejene. Igen var der en fin stemning imellem deltagerne, og da jeg kom retur til strandvejen efter 2 loops op omkring Nivå, havde jeg kørt turen på lidt over 6 timer. På lidt mere end stive ben, men ellers med fin energi, klatrede jeg af cyklen i den anden skiftezone og efter et roligt skifte på ca. 11 minutter, gik det løs med et maraton bestående af 4 runder omkring Langebro og Langelinje.

Løbet er der hvor det virkelig begynder at handle om vilje. Det er her hvor man 3 gange passerer start for at fortsætte ud på en ny runde. Det er her kroppen forsøger at forklare en, at der ikke er mere i tanken, og det er her man mentalt skal forsøge at fokusere på ALT andet end det der foregår lige her.

Da jeg kom til tredje runde vidste jeg, at jeg ville komme igennem. Jeg kunne finde overskuddet til at nyde de to sidste runder, og jeg fik igen og igen fortalt mig selv, at disse to runder er punktum for en drøm og et projekt, som har flyttet mig som person på rigtigt mange måder.

Jeg nød hvert et øjeblik!

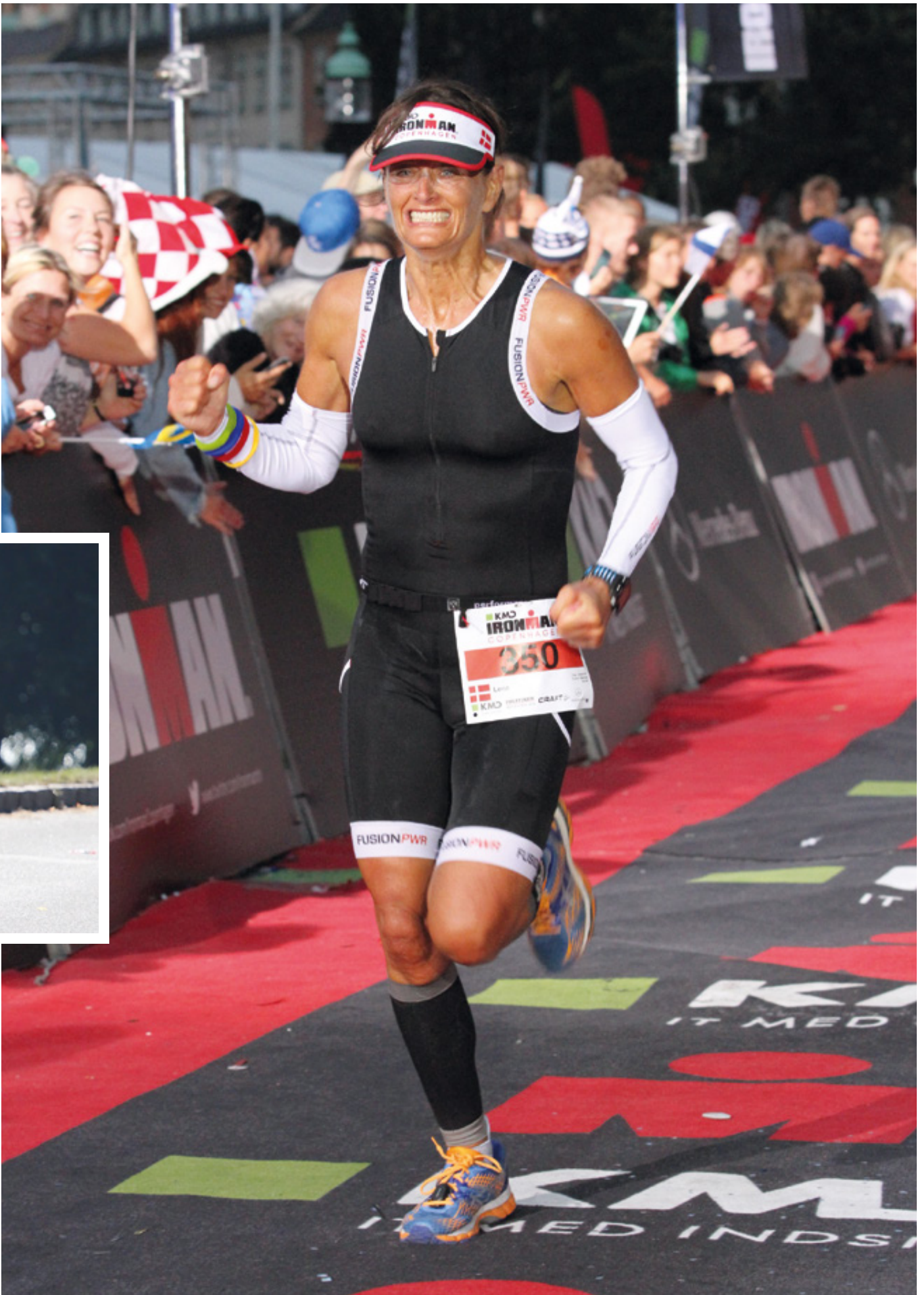
Da jeg nåede frem til de sidste 500 meter, var jeg simpelthen ved at eksplodere af glæde. Al energi kom tilbage på de sidste meter, og da jeg løb ind imod de sidste 30 meter, kunne jeg konstatere, at der på måltavlen stod 12 timer og 39 minutter ud for mit navn. En tid som lå under min absolut bedste forventning på 13 timer. Venner og familie stod klar til at dele øjeblikket, og for mig var det en af de bedste øjeblikke nogensinde.

I skrivende stund er der gået en uge siden løbet. Jeg har ikke været øm eller besværet overhovedet, udover at jeg sov lidt mere end normalt de første dage efter stævnet. Jeg venter på det man betegner som "The Ironman blues". Det er betegnelsen for den lidt "tomme" følelse man har når et stort mål er nået og overstået. For hvad nu? Hvad er det næste store mål? Det forbliver min hemmelighed.

Til slut vil jeg sige tak til alle som har støttet op og særligt Rigspolitiets Idrætsforening, som troede på projektet.

Det er rigtigt som der står i Ironmanlogoet: "Anything is possible".





»

To'er til en Ironman (kvinde)

Tekst og foto Henrik Bjørndal



Som indledning til overskriften og som kæreste til en førstegangs Ironman – kvinde (Lene), fik jeg lyst til at delagtiggøre andre, og i det her tilfælde mænd, som ikke nødvendigvis er triatleter, i hvordan det er at leve sammen med en meget dedikeret kvinde som skal gennemføre en Ironman for første gang.

Hertil skal det nævnes at jeg først er kommet ind i Lenes liv efter at nedtællingen fra de 365 (dage) er begyndt.

For ca. 1 år siden sad jeg i et fitnesscenter, og var dybt fascineret af et fokuseret stenansigt, og ikke mindst en meget veltrænet kvinde, der løb på løbebåndet foran mig. Min første tanke var: "Gud ved hvad hun har gang i, og hvor f... kommer hun fra?" En bekendt til mig fortalte senere, at hun var i politiet (hvilket han i øvrigt også var). Det var ikke så spændende, at hun var i politiet, men at han fortalte at hun var single... "Ja ok, når hun ikke kan smile til verden, så får hun nok lov at være single længe endnu!" tænkte jeg. Men jeg følte mig nu alligevel tiltrukket af det jeg så. Jeg valgte at kontakte Lene, og en lang rejse derfra begyndte, som måske er lidt for privat til, at vi skal trætte læseren med den del af historien her.

I dag, og et lille års tid efter at vi mødtes, er vi ved at nå kulminationen af en træning, der op mod 20 timer om ugen sætter sit præg på en lille ny familie, en hverdag præget af svømning, cykling og løb i et væk. Og her taler vi i BS termer med et "familieliv på kanten", for hold da op! Ikke at det kom bag på mig, at der var meget træning, men at skulle stå model til gråd og en nærmest hysterisk tilgang til en tri cykel, og et svøm som bare ikke virkede pyhhh.... Det kan ikke undgås, at alt i et nyt forhold således kommer på prøve, men her er det at kærlighedens veje er uransaglige. Heldigvis er jeg ud over mit professionelle virke også coach og løbetræner, hvilket hjalp min forståelse noget af vejen i forhold til både at kunne forstå både Lene og mig selv, men herfra hører alt sammenligning så op skal jeg hilse at sige.

Jeg som troede jeg var en veltrænet og fysisk stærk mand, der kan det meste, fik lige klippet lidt af mandigheden (lidt overdrevet, men af hensyn til forståelsen). Vi har med eli-

ten at gøre her tænker jeg. Og ja, det er mig der laver mad (masser af mad), og ja, det er mig der putter hende i seng kl 21:30 fordi hun skal sove i 8 timer. Og ja, sjovt nok føler jeg mig fortsat som en mand.

Jeg ved ikke om Lene er speciel? Det tror jeg nu ikke, men jeg havde valgt, til trods for udfordringen, at give hende alt, for at hun kan komme i mål med sit projekt "Politri 365". Jeg føler jeg er en del af hende og Ironman projektet nu. Vi har det her sammen, med mig som sparring på de punkter, hvor jeg kan gøre mit som partner og med mine erfaringer. Jeg følger med og bakker op så godt jeg kan, vi løber sammen en til to gange om ugen, jeg står ved strandbredden når hun svømmer, og tager imod hende når hun har cyklet 4-5 timer.

Set i forhold til opstarten, så er gråd og hysteriske tendenser ændret til nærmest overskudsagtige tilstande, når hun kommer hjem fra en lang cykeltur, stiller cyklen (inde i stuen), og siger: "Kom skat, "vi" skal lige løbe 15 km" Og ja det skal vi da. Jeg nyder det på min måde, og tror faktisk på at det er opmuntrende for hende, at vi også gør lidt af det sammen.

I skrivende stund er der ca. 14 dage til KMD Ironman Copenhagen 2015 sættes i gang. Jeg har via Lenes kollega og store støtte, Jørgen, fået lov (akkrediteret) til at fotoptage hele forløbet fra en MC med Lars Bork som kører, hvilket også er en kulmination af projektet for mig. Jeg mener vi er nået så langt, at vi kan sige, at Lene er klar, og kun en skade eller en teknisk defekt kan stoppe, at hun kommer igennem Ironman. Om jeg vil opfordre til noget i det jeg skriver, ved jeg ikke helt, men vil egentlig bare understrege, at vi mænd sagtens kan være To'er på et projekt, selvom man er mand med stor M og højt selvværd. Jeg er så super stolt på Lenes vegne, en sej kamp og en jernvilje, som jeg er super glad for at være en del af, og hold da op hvor jeg glæder mig til at tage imod hende, når hun løber gennem målstregen. Det har været hele turen værd!

Lenes kæreste /Henrik

Fredericia PI fylder

Tekst og fotos Robert Hansen, Fredericia Politi

10. september 1940 - 2015

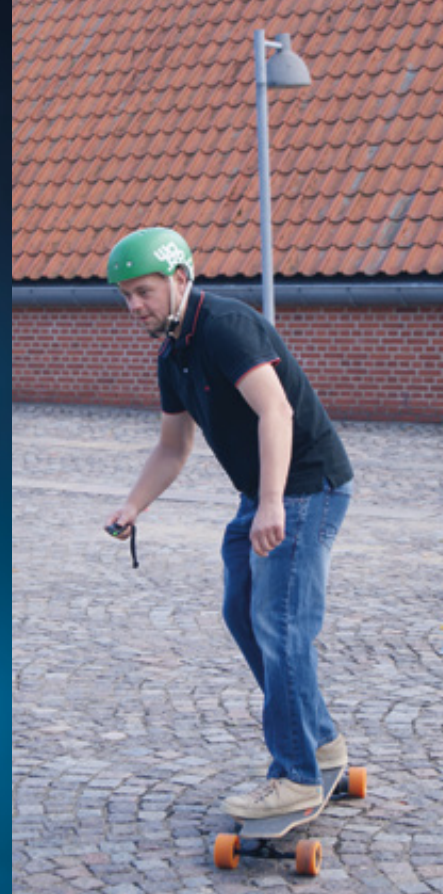
75
Fredericia Politiidrætsforening
år



Susanne på Segway i fuld fart mod sin ny arbejdsplads hos Vejle Politi.



Søren overtager formandsposten i Fredericia PI. Foreløbig over han sig i et køre på et-hjulet Segway.



Bo Helverskov på skateboard Segway

Der var lagt op til stor fest da Fredericia Politiidrætsforenings bestyrelse planlagde fejringen af politiidrætsforeningens 75 års fødselsdag. Alle sejl var sat. Der var lavet aktiviteter for gæsterne, som bl.a. kunne prøve at sejle i havkajak, og for dem som ønskede lidt mere fart over feltet, var der mulighed for at prøve de her 2 hjulede uhyre kaldet Segway. Og for at ingen skulle takke nej til deltagelse i festen, var hele arrangementet gratis. Desværre – på trods af de mange fine tilbud – endte deltagerantallet på 11 deltagere. Bestyrelsen trådte herefter i samråd. Skulle man aflyse det hele og så evt bruge pengene på gavekort til idrætsforeningens medlemmer, eller skulle man sætte pengene hen til om 25 år, når foreningen fylder 100 år? Bestyrelsen valgte det rigtige. At afholde festen om end i en lidt reduceret udgave. Til spisning om aftenen endte vi med i alt 15 deltagere, takket være de 4 kolleger fra patruljedelen, som desværre, på en vanlig travl lørdag aften, måtte forlade bordet og deres mad flere gange for at køre til opgaver.

Eftermiddagen startede med at køre på Segway. Kajakdelen var udeladt af arrangementet, men til gengæld kunne deltagerne stadig prøve at køre på 2-hjulede uhyrer, der alt efter om man hælder sig frem efter eller til siden eller bagud, kører i den retning man hælder mest til. Det var egentlig forbavsende let at blive fortrolig med køretøjet når man først lige havde taget et par omgange på den lukkede bane. Måske lige lovlig let fristes man til at sige, for usikkerheden gik ret hurtigt over i overmodighed, og så skulle den ikke have for

lidt på fremdriften. Og når man ikke er så rutineret begynder fremdriften at skubbe en bag ud, mens man står på køretøjet, og så falder man af. Heldigvis skete der ingen skader på køretøjerne. Og for resten heller ikke på deltagerne.

Efterfølgende var der spisning og det var glædeligt at se Lis og Sten Jørgensen, der som de eneste af pensionisterne, havde fundet vej til fødselsdagsfesten. Der er sikkert mange årsager til, at der med ca 100 mulige deltagere, kun dukker 11 medlemmer op til fejringen af et rundt år. Jeg skal ikke gætte på hvorfor det forholder sig sådan. Faktum er at det blev en dejlig hyggelig dag i en lille sluttet kreds, og jeg er glad for, at bestyrelsen valgte at holde fast i afviklingen af 75 års begivenheden.

Året 2015 blev så også året for formand Susanne Thomsen Hviids afgang som formand for Fredericia PI. Susanne har fundet udfordringer hos Vejle Politi. Og kasserer Lennart Madsen har fundet udfordringer hos Københavns Politi. Så foreløbig har bestyrelsesmedlem Søren Hedemann overtaget formandsposten indtil generalforsamlingen i foråret 2016, og Marc Appelon Kofoed-Jensen overtager kassererposten efter Lennart.

I anledningen af Fredericia PI's 75 års jubilæum er der udfærdiget et blad omkring foreningens historie og virke. Bladet kan ses på websiden: www.politisport.dk

Har kropshøjde indflydelse på politibetjentes fysik? Indflydelse på en konflikt

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

Den norske forsker Pål Lagestad har i en artikel undersøgt, om der er en sammenhæng mellem kropshøjde og præstation ved den norske fysiske eksamen¹. Undersøgelsen har fokus på forskellen på de præstationer som henholdsvis høje og lave politimænd samt politikvinder opnåede. Ved undersøgelsen definerede forskerne mænd under 174 cm og kvinder under 165 som lave. Mænd over 190 cm og kvinder over 176 blev defineret som høje.

Undersøgelsen kom frem til følgende resultater:

- de lave politibetjente bænkpressede nogenlunde det samme som de høje,
 - de lave politibetjente tog flere krophævninger,
 - de lave politibetjente hoppede lidt kortere og løb lidt hurtigere.
- Resultaterne fra undersøgelsen kunne indikere, at lave mandlige og kvindelige politibetjente præsterede bedre i den fysiske test end høje politibetjente².

Det er især i forbindelse med krophævninger, at der ses en stor forskel på de høje kvinders resultater i forhold til de lave kvinders resultater. Rent biomekanisk har høje politibetjente længere arme og qua deres højde ofte en større kropsmasse, end lave politibetjente har. Ved krophævninger skal de høje politibetjente således løfte en relativt større masse, ligesom de har en læn-

gere arbejdsvej, end de lave politibetjente har. Eftersom kvinder derudover har mindre muskelmasse på overkroppen i forhold til herrer³, kan ovenstående faktorer yderligere forstærkes og således være medvirkende til at forøge forskellen mellem kvindernes præstationer.

Jeg har i artiklen "Påvirker din fysiske formåen din præstation i forbindelse med magtanvendelse og konflikthåndtering?" beskrevet, hvorledes der for norske politistuderende var en klar positiv sammenhæng mellem deres fysiske kapacitet og deres præstation ved en magtanvendelses- og nødværgetest, hvis de politistuderende blev sat sammen i grupper af samme køn og nogenlunde samme højde, og vægt⁴.

Det vil dog være problematisk at overføre resultaterne fra Pål Lagestads undersøgelse til en magtanvendelses- og konflikthåndteringssituation. Ser vi på en magtanvendelses- og konflikthåndteringssituation, vil en politibetjent med stor muskelmasse og højde have en fordel, eftersom vedkommende bedre kan stå imod, skubbe, trække, løfte og holde en anden person. Den høje politibetjent har yderligere fordel af at have længere arme og ben, hvilket kan være med til, at vedkommende har bedre mulighed for at skabe og holde tilstrækkelig afstand til en gerningsmand⁵.

iske testresultater, og kan den håndteringssituation?



I forbindelse med en anholdelse kan det være vigtigt, at politibetjenten kan udbalancere og nedtage gerningsmanden. En høj politibetjent kan lettere få kontrol med gerningsmandens hoved og har en større masse/vægt, som kan bruges til at udbalancere og trække gerningsmanden ned med. I en konflikthåndteringssituation er den høje politibetjent derudover sværere at angribe med sidehalsgreb mm.

I en magtanvendelses- og konflikthåndteringssituation har politibetjente i visse tilfælde mulighed for at anvende diverse magtmidler som eksempelvis politistav og peberspray. I situationen vil politibetjenten derudover forhåbentlig sjældent stå alene, men vil som minimum have én kollega med sig. Problemet er dog, at en magtanvendelses- konflikthåndteringssituation også

kan opstå, når afstanden mellem politibetjentene og gerningsmanden er blevet for lille, eller når politibetjentene bliver overrasket af én eller flere gerningsmænd. Situationerne klares ikke altid som makkerpar, og det er derudover ikke sikkert, at politibetjentene kan nå at bruge deres magtmidler, at magtmidlerne virker på personen, eller at situationen er til at bruge disse magtmidler. I de tilfælde vil det være af afgørende vigtighed, at politibetjentene er veluddannede og rutinerede i deres magtanvendelses- og konflikthåndteringsteknikker⁶, samt har en tilstrækkelig fysisk kapacitet. Det betyder, at alle høje som lave politibetjente skal have en god kredsløbskondition og have arbejdet den fornødne muskelstyrke, for at de således er bedst egnede til at klare de situationer, hvor der skal bruges fysisk magt med størst mulig hensyntagen til egen og borgernes sikkerhed.

¹ Lagestad 2012: 322 ff.

² Lagestad 2012: s. 325

³ Miller et al. 1993: s. 254 ff.

⁴ Henze 2015 og Dillern 2014: s. 2 ff. (Bænkpres 1 RM, kropshævninger, stående samlet længdespring og 3000 meter løb)

⁵ Lagestad 2012: s. 328 f. og Lagestad 2008: s. 310

⁶ Lagestad 2008: s. 305 ff.

Litteraturliste

Dillern 2014: Dillern 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, (Suppl-1, M2) s. 2 – 7. 2014.

Henze 2015: Henze, Kenneth: Påvirker din fysiske formåen din præstation i forbindelse med magtanvendelse og konflikthåndtering? In. *Politi Idræt / PI-nyt –København*. Nr. 2, april 2015. Dansk Politi Idrætsforbund. *Politiidræt*

Lagestad 2008: Lagestad, Pål: Politiets bruk av fysisk makt. *Nordisk Tidsskrift for Kriminalvidenskab*. 95 (3), s. 298 – 314. 2008

Lagestad 2012: Lagestad, Pål: It's not the size that matters: physical skills among tall and short police students. In. *International Journal of Police Science & Management*, Vol. 14, nr. 4, s. 322 – 333.

Miller, A.E.J., Macdougall, J.D., Tarnapolsky, M.A. & Sale, D.G.: Gender differences in strength and muscle fiber characteristics. *European Journal of Applied Physiology*, 66, s. 254 – 262. 1993



Firkantede spillere der bare skal trækkes op

De danske fodboldherrer var i Norge for at spille fodbold om de nordiske politimesterskaber. Læs Jens Søgårds beretning om både hvordan mesterskabet forløb, men også hvordan det islandske hold formåede at spille 90 minutter på fuld damp.

Af Jens Søgård, DPIF/fodboldudvalget

Optakten til Nordisk mesterskab var ikke den bedste, da vi i løbet af den sidste uge modtog 3 afbud, og da truppen i forvejen var presset på grund af politiets generelle arbejdspress, måtte vi tage af sted med et hold bestående af blot 14 spillere til 3 kampe på 3 dage!

Holdet bestod af

- Emil Jensen - debutant
- Kristian Broch - debutant
- Jakob Berner - debutant
- Jesper Skak
- Stefan Ladeby
- Kenneth Smith
- Kasper Brix
- Thomas Quorning
- Mikkel Pedersen - debutant
- Jesper Lund - debutant
- Kenneth Skovbjerg - debutant
- Simon Mørch - debutant (deltog først fra 2. kamp)
- Kim Højland - debutant

Desuden var dameholdets træner Magnus Hansen – skjult reserve, sammen med herreholdets ledere Jakob Søndergaard og Jens Søgård, der begge er gået ud af dato, så alt i alt et presset trup. Her skal rettes en stor tak til alle jer der i sidste øjeblik trådte til, så vi i det hele taget kunne stille et hold, ingen nævnt ingen glemte. Også en stor tak til Monica – fysioterapeuten, som også trådte til ret sent, og fik hænderne fulde af store som små skavanker hos spillerne.

Vel ankommet til Trondheim fik vi den behagelige overraskelse, at vi af arrangørerne var booket om fra vandrehjem til Scandic Lerkendal, et super fint hotel bygget sammen med Lerkendal Stadion – hjemmebane for Rosenborg. Så de fysiske forhold kan vi på ingen måde bruge som undskyldning for ikke at præstere optimalt.

Den 1. kamp onsdag var mod Island – et hold bestående af to-talt firkantede spillere, der bare skulle trækkes op, så løb de 90 minutter. Vores optakt til kampen var mindre god, da Kim Højland under testen til kampen blev meldt "ikke klar" – han blev i øvrigt ikke klar til at spille overhovedet. Stor cadeau til Kim for at tage med på turen og prøve at blive klar.

Vi startede kampen rigtigt godt og dominerede stort hele 1. halvleg, med flere store tilbud til blandt andet Brix og Lund. Dette billede fortsatte 1. halvleg igennem, men et sammenfald af afslutninger, der ikke var skarpe nok og en velspillende islandsk målmand (i øvrigt kåret til stævnets mest værdifulde spiller) gjorde, at vi måtte gå til pausen med uafgjort 0-0. 2. halvleg formede sig som 1. – dog med den undtagelse, at vi på en islandsk kontra – fejlede i venstre forsvarsside og gav dommeren chancen for at dømme straffe, hvilket han gjorde. Dette resulterede i en scoring til Island og pludselig var vi mere pressede end før nu bagud 1-0. Vi fik et par lidt tynde gule kort, men det sker i kampens hede. Desværre skulle det vise sig at få ret stor konsekvens for os senere i turneringen. 10 minutter før tid blev vi yderligere presset, da Jesper Lund måtte indkassere sit an- »



Trænerteamet, Jakob Søndergaard (tv.) og Jens Møller Søgård (i midten) diskuterer sammen med Jesper Skak strategien før første kamp mod Island.



Line-up til kampen mod Island.

det gule kort – rødt og afgang – karantæne i næste kamp. Vi formåede ikke at omsætte det spillemæssige overtag til mål, hvorfor vi måtte se Island vinde deres første kamp nogensinde ved et Nordisk Mesterskab.

2. kamp var mod værterne fra Norge, der sikkert havde vundet deres 1. kamp mod Finland. Vi havde Jesper Lund ude med karantæne, men til gengæld var Simon Mørch ankommet sammen med dameholdet, så vi var i det store hele status quo. Desuden havde vi rådighed over Magnus, som reserve, så vi var faktisk bedre stillet end i 1. kamp.

Norge startede rigtigt godt og lagde et stor pres på os, men vi stod virkelig godt i kæderne og bageste kæde styret af Skak, tog virkelig godt fra. Emil tog sig sikkert af det der måtte komme forbi bagkæden. Første farlige forsøg fra nordmændene blev dog fatalt, da de havde fået frispark 8-10 meter uden for feltet. Vores mur sprækkede og bolden blev sparket gennem muren og i kassen uden chance for Emil, der har set glædere ud end efter denne episode.

Vi kom dog hurtigt ind i kampen igen, blandt andet takket være godt spillende Simon Mørch, Mikkel Pedersen og Quorning. Efter ca. ½ time gled Quorning gennem det norske forsvar og blev kørt midt over af den bageste mand – straffe og rødt kort var alle på stadion sikre på – undtagen dommeren – han valgte dog at give os straffe. Dette blev omsat sikkert af Quorning selv. Scoringen bevirkede, at vi fik lidt mere tro på tingene og havde et klart overtag resten af halvlegen, dog uden at vi blev rigtigt farlige. Halvlegen benyttede Norge til at skifte et par mand, hvilket vi ikke havde mulighed for, og det var delvist afgørende for kampen.

Men vi kom udmærket ud til 2. halvleg og kampen bølgede lidt frem og tilbage. Efter knap 20 minutter lavede Kenneth Smith et super gennembrud i venstre side og skar ind i feltet, hvor han blev nedlagt – straffe. Igen var Quorning klar på pletten og scorede. Nu var det pludselig Norge der skulle frem af banen. Vi kørte naturligt lidt trætte, og Norges venstre kant, en lynhurtig spiller, der var skiftet ind i pausen, rundede en ellers stærkt spillende Kristian Broch, slog et indlæg, og bang var Norge på 2-2.

Norge trak sig nu lidt tilbage på banen, og vi fik et par chancer for at afgøre kampen, men blev aldrig rigtigt farlige og det endte 2-2. Dog et fint resultat af kampen, som hele holdet skal have stor ære af.

Sidste kamp var mod Finland. En kamp, hvor vi var tvunget til at vinde, for så ville vi blive nummer 2, hvis Norge vandt over Island, hvilket vi forventede.

»



Finland er et stærkt fysisk hold, som Island, dog med et par gode individualister. Et hold som vi havde en god chance mod. Vi var dog igen ramt på karantæner, idet Broch havde fået en advarsel i hver af de 2 første kampe, og derfor måtte sidde over i 3. kamp. Desuden måtte Simon gå ud med en fibersprængning efter ½ time, og bænken var tyndt besat af trænerstaben, så holdet blev væsentligt forringet ved denne episode. Finland kom foran efter en halv time, hvor forsvaret ikke var helt vågne ved et indlæg, hvor Finlands mindste spiller pludselig var fri og headedede bolden sikkert ind bag Emil. Som i kampen mod Island var vi meget på bolden og var spilstyrende, men blev aldrig rigtigt farlige. Vi gik til pausen bagud 1-0.

Efter pausen satsede vi hele butikken og smed Skak op på midten, hvilket gav yderligere tryk på det finske hold. Efter ca. 15 minutter bar det frugt, og vi fik udlignet på et straffespark fremtvunget af Jesper Lund. Quorning scorede igen fra pletten. Vi satte ekstra pres på, og spillet foregik i 75 % af tiden i og omkring Finlands felt. Umiddelbart inden den ordinære tid var udløbet, fik vi en gylden chance for at afgøre kampen, da kampens udmærkede dommer dømte indirekte frispark til os, da

Finlands målmand for 25. gang havde stået med bolden 15-20 sekunder. Episoden blev helt panikagtig og Finland fik i samme forbindelse udvist 2 mand. Det næste minut blev bolden reddet 3-4 gange på målstregen – og det blev en af de dage, hvor den ikke ville ind – og 1-1 – vi blev nr. 4 og Finland nummer 2.

Det var jo ikke fodbold det hele – og dog – vi havde i perioden på hotellet adgang til Telenor Loungen, som benyttedes af sponsorer til Rosenborgs hjemmekampe. Her blev set U 21 landsholdets kampe til Europamesterskabet. Desuden var vi så heldige, at Rosenborg spillede hjemmekamp i pokalturneringen onsdag aften – også den blev indtaget. Slutteligt fik vi en fin rundtur med bus og båd i og omkring Trondheim – afsluttende med en fin festaften med god mad og fin underholdning.

Alt i alt et sportsligt ikke så godt Nordisk Mesterskab, dog blev der udklækket et par nye spændende spillere, som har en stor fremtid foran sig på Landsholdet. Jeg er sikker på at flere også har haft andet udbytte af turen, idet der blev knyttet nye venskaber mellem flere spillere.



*Opvarmningen i fuld gang
- her Louise P. Christensen
og Emilie Bæk Andrés*



*Mette From Søndergaard med
stort overskud efter ca. 9 km*



*Skal man løbe sammen blot fordi man er fra samme
land. I de røde bluser er det fra venstre Claus Bæk
Andrés, Torben Klose og Karsten Bruhn Kristiansen
ved ca. 9 km*

Nordiske politimesterskaber i maraton

Af Martin Preisz Gravesen
Foto Gunnar Andersen, DPIF

Maratondistancen er sagnomspunden. Atletikkens kongedisciplin. De 42,195 km kræver noget ekstra både fysisk og mentalt. At løbe et maraton i vikingernes og sagaernes land gør udfordringen endnu mere mytisk og magisk.



Finn Mortensen og Hans Jørgen Bach på "cykelpatrulje" i Reykjaviks gader.

som for nylig er kommet med i nordisk politidræt på prøve. De danske løbere fik et flot sportsligt udbytte af arrangementet. Alle 11 del-tagere gjorde en god figur og gennemførte løbet i absolut godkendte tider – hele 5 med personlige rekorder som udbytte.

GULD OG BRONZE TIL HERRERNE

På herresiden blev det endda til guld og bronze. Thorkild Sundstrup fra Østjyllands Politi levede op til favoritværdigheden og tog førstepladsen, mens veteranen Torben Klose fra Fyns Politi kom ind på en imponerende tredjeplads.

På forhånd var der knyttet store forventninger til de danske løbere. Ved holdledernes pep-talk inden løbet blev det klart tilkendegivet, at man regnede med, at de danske løbere kom til at præge medaljerækken. Forventningerne var særlig knyttet til Thorkild Sundstrups præstation. Efter en tøvende start, hvor start-skuddet til feltets overraskelse pludselig gik midt i godtur-talen, lagde Thorkild sig da også straks i front. Desværre havde han - efter eget udsagn - en off day. Det siger en del om Thorkilds klasse, at han selv på en dag, hvor benene ikke helt lystrede, og han løb sin dårligste tid nogensinde (2.33.27) blev en suveræn vin-der af de første nordiske politimesterskaber i maraton. Resultatet holdt også til en samlet 2. plads i hovedkonkurrencen Reykjavik Maraton.

En af dansk politidræts *grand old men*, Torben Klose, tog sig som nævnt af bronzen. Torben lagde ud i et forholdsvis roligt tempo, men skruede efter ca. 16 km op for dampen og lod rutinen overtage kommandoen over de ikke længere helt unge »

Den 22. august 2015 blev der for første gang afholdt nordiske politimesterskaber i maraton. Mesterskabet blev afholdt i forbindelse med Reykjavik Maraton med Islandsk politis idrætsforening (ISL) som vært. Reykjavik Maraton blev afviklet for 32. gang. De mange års erfaring kom til udtryk ved et velorganiseret løb, der blev afviklet på en god og afvekslende rute. Lettere kuperet men bestemt til at have med at gøre. Star-ten gik allerede kl. 08.40 om morgenen med noget nær perfekte løbetingelser: 12-13 grader, ingen nedbør, ingen vind og ingen sol.

FLOT DANSK RESULTAT

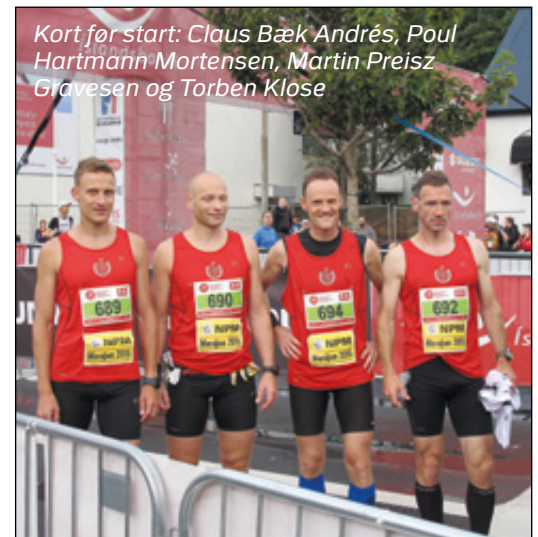
Danmark stillede med både et herrehold og et damehold. 11 trimmede og spændstige løbere i alt, der skul-le i konkurrence med løbende kollegaer fra Island, Norge, Finland og Estland,



Velfortjent restitution i Den Blå Lagune



Emilie Bæk Andrés har også overskud efter 9 km.



Kort før start: Claus Bæk Andrés, Poul Hartmann Mortensen, Martin Preisz Gravesen og Torben Klöse

ben. Stille og roligt pressede han sig op i feltet og spiste den ene konkurrent efter den anden. Fornemt disponeret løb af fighteren fra Fyn, der kom i mål på 2.43.13 Sølvet gik til den finske kollega Petteri Kuorikoski i tiden 2.38.59.

På damesiden stillede Danmark med 5 løbere, der alle kom flot i mål – 3 endda i personlige rekordtider (Emilie Bæk Andrés/ Sydøstjyllands Politi, Britt Janni Hansen/Rigsadvokaten og Mette From Søndergaard/ Østjyllands Politi). Indsatsen var dog ikke tilstrækkelig til individuelle medaljer. Vinder af damernes konkurrence blev Kaisa Kukk fra Estland i så suveræn stil, at hun med tiden 2.53.09 også blev samlet vinder af damernes Reykjavik Maraton. Kollegaer fra Norge og Finland tog sig af sølv- og bronzemedaljerne.

Det hører med til historien, at Sabrina Mose Larsen fra Fyns Politi under løbet havde overskud til at yde hjælp til en civil løber, der kollapsede ved et depot ude på ruten. Det er god stil og kalder på respekt.

HOLDKONKURRENCEN

Da der ikke var tilstrækkeligt mange lande, som stillede med fuldt hold, var der ikke en officiel holdkonkurrence. Men uofficielt blev det til guld til herreholdet, der udover guld og bronze, også satte sig på 4. pladsen (Martin Gravesen/Færøernes Politi) og 7. pladsen (Claus Bæk Andrés/Sydøstjyllands Politi).

Det blev ikke til individuelle medaljer på damesiden. Men de danske jenter kæmpede sig flot igennem og fik en sølvmedalje i den uofficielle holdkonkurrence v/Emilie Bæk Andrés, Britt Janni Hansen og Mette From Søndergaard.

FLOT OG VELORGANISERET MESTERSKAB

De islandske værter var yderst gæstfri og tog sig godt af delegationerne fra de øvrige lande. Indkvarteringen på et hotel i en forstad til Reykjavik var måske ikke optimal, men til gengæld sørgede værterne for al transport i forbindelse med opholdet. Inklusive en guided gennemgang af ruten dagen før løbet med indlagt besøg på løbets expo. Værterne stod også for fin forplejning, herunder det obligatoriske pastaparty aftenen før løbet og en hyggelig og uformel banket med medaljeoverrækkelse efter løbet. Inden banketten arrange-rede værterne - til deltagerens store begejstring – tillige en saliggørende surprise-tur til Den Blå Lagune. En restituerende dukkert i naturlige varme og svovlholdige kilder kan klart anbefales alle maratonløbere. Aldrig tidligere har mine ben været så lidt ømme i dagene efter et maratonløb.

På det danske hold var der både før, under og efter løbet en herlig team-spirit. Både med sportslig fokus på konkurrencen og en let og humoristisk tone blandt løbere og holdledere. En understregning af hvorfor mange flere bør engagere sig i politidræt: værdien af godt socialt samvær på tværs af kredse og embeder. Arrangementer i regi af politiets idrætsforeninger er alt andet end elitært. Der er plads til ALLE, der holder af sport og hyggeligt samvær med kollegaer. For dem, der er lidt mere konkurrenceorienterede, er det blot en ekstra gulerod, at der kan være mulighed for at deltage i internationale arrangementer og mesterskaber.

De første nordiske politimesterskaber i maraton var på alle måder en mytisk og magisk oplevelse at være med til.

The background is a textured green color. On the left side, there is a large, white, stylized logo consisting of a vertical bar on the left, a circular shape in the middle, and a horizontal bar at the bottom. Overlaid on this background are several white oak leaves and branches. The text 'Idrætsnyheder' is written in a dark green, sans-serif font across the top. A thin white horizontal line is positioned below the text.

Idrætsnyheder

PI København





DHL stafetten

Politiets Idrætsforening, København deltog i DHL-stafet d. 26. og 27. august 2015 i Fælledparken, København.

Af Gunnar Nørager, formand, PI-København.

Foto Mogens Voigts, PI-København.

År 1 med et helt nyt grill-team til at servicere 550 – 600 løbere over 2 aftener. Vi var meget spændte og så alligevel fortrøstningsfulde, da det var nogle gode gamle kendinge, som var fundet frem til de 2 aftener. Ivar Christensen, Anders Norup, Jørgen Lund og Kurt Gullits Rasmussen og lidt på sidelinjen vores alle tiders webmaster Mogens Voigts. Til at holde styr på det hold var det som altid Christine Bertelsen, der var tovholder og styrede de mange medlemmer af Politiets idrætsforening København sikkert igennem de 2 aftener.

En ret stor logistisk opgave var som tidligere år gået forud for arrangementet og i vanlig stil styret med sikker hånd af Christine Bertelsen. Helt unik hvad der planlægges fra hendes hånd til gavn og glæde for rigtig mange kolleger. Rigspolitiet havde i lighed med tidligere år lejet et fint telt og sponsoreret løbetrøjer, frugt og vand. Udover selvfølgelig hovedformålet, nemlig de 5 x 5 km stafet løb, gennemlevede vi 2 aftener, hvor vi med stolthed kan se tilbage på et særdeles vellykket arrangement.

Altid en fornøjelse at hilse og sludre med kolleger, og en stor fornøjelse at gå en tur igennem teltet og fornemme hyggen og den lystige atmosfære, som hersker. Tak til alle de, som på den ene eller anden vis bidrog til gennemførelsen af DHL-stafetten 2015. Vi ses i 2016.



Fra venstre Ivar Christensen, Jesper Larsen, Christine Bertelsen, Jørgen Lund, Gunnar Nørager, Kurt G. Rasmussen og chefen for grillteamet Anders Norup





Mænd (og kvinder) og deres små biler

Tekst og foto: Michael Jensen, Lufthavnen

Ja, så var det tid til endnu en gang gokart i Roskilde på Roskilde Racing Center hos Jacob.

I 2014 var vi 39 hold fordelt på 2 x 3 timers kørsel. I år var der kun 25 tilmeldte hold, og det var kun ved et held, at der blev 25 hold, idet to af sidste års tophold (Mike 1 og Team Bundgas, som havde været med i mange år), havde glemt at tilmelde sig. De bad og bad om at få lov til at være med, men som sædvanligt var vi hårde i filteren og sagde nej, indtil vi fik et afbud, og så var der også plads til Mike 1, men desværre ikke til Team Bundgas.

Vi havde ventet at se Henrik Hauberg (Mike 1) i en gokart, men den gamle sølvvæv var blevet slidt og havde af uransaglige grunde valgt at blive opereret kort tid før arrangementet skulle starte, og derfor valgt ikke at deltage i selve løbet. Han kunne dog ikke holde sig væk, og mødte op på sine to krykker.

Så var det tid til start, og nr. 1 til 4 fra mesterrækken 2014 var blevet seedet som nr. 1 til 4, og der var så trukket lod om resten af startplaceringerne.

Op vi må jo sige, at der er stor forskel på, at være nr. 1 i starten eller nr. 25. Der var nemlig ca. 7 sekunders forskel på de to, da de begge havde passeret startlinjen. Da der var gået 10 minutter, så var afstanden betydeligt større, idet både Curb Riders og SØP Vejle trak fra alle andre, og dog....

Efter 32 minutter var begge hold i pit for at skifte fører, og det benyttede Helicops 2 fra lufthavnen sig af, og lå i 3 omgange som nr. 1, men sluttede på en 7. plads.

Vejrudsigten havde lovet blandet vejr, og 2 minutter før start, startede det med at regne. Der kom ca. 0,01 mm regn og det var alt, men med blæsten det var noget andet. Ca. 10 m/s er til at føle på, så selv om der var meget sol, så var det koldt p.g.a. den kraftige blæst.

Vinden påvirkede dog ikke kørerne, selv om de til tider havde svært ved at styre gokarten, når de var i pit. Der er opsat en plastikbarriere for at sikre, at førerne ikke kom til skade ved førerskift. Denne barriere var blevet flyttet ca. 2 meter ved slutningen af løbet, idet der var en del, der kom flyvende op i pit, ramte barrieren og nærmest fløj ud af gokarten. Enkelte kørte så dårligt, at de i pit, næsten var ved at køre den forkerte vej ud af pit, fordi gokarten var blevet vendt mod færdslen.

Der blev kørt stærkt, og bedste tid for de 1250 meter var 1.09.603 og næstbedste tid var 1.09.623, hvilket var 2/100 langsommere eller 36 cm (banerekorden er omkring 1.06.2). Der blev af vinderholdet i alt kørt 151 omgange, og det svarer til en omgangstid på 1.11.523 inkl. 11 planlagte pitstops og et ekstra p.g.a. skift af gokart, og til det kan man sige, at 2/3 af førerne i hele løbet kørte langsommere end vinderholdets gennemsnit.

»



Og sidste år var det en kvinde, der havde 8. bedste tid, og i år gik det også godt for dem. Den ene af de to kvinder, der deltog, kom ind og fortalte, at hun var glad for, at det gik så godt, for hun kørte hurtigere end de andre på hendes hold, og havde tider omkring 1.11. og det var hun tilfreds med.

Tilbage til selve løbet og Vinderne SØP Vejle var overlegne og var en hel omgang plus en del sekunder foran nr. 2 Curb Riders.

Til vinderne var der vin i præmie, og vin er en god kombination, når man er ude og køre gokart, men dog først efter løbet. Som alle ved, så passer alkohol og kørsel i motordrevet køretøj ikke

så godt sammen. Der blev en del flotte lodtrækningspræmier, og det var bl.a. 2 præmier, hvor 4 personer kunne komme ned at køre gokart hos Roskilde Racing, samt 2 præmier, hvor 4 personer kunne komme til oktoberfest i København. Sidstnævnte blev dog kraftigt frarådet fra sidste års vinder af netop den lodtrækningspræmie, idet han ikke havde det så godt dagen efter oktoberfesten.

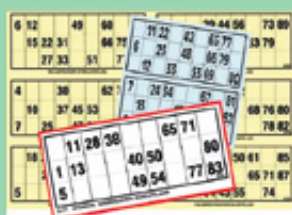
En stor tak til Jacob hos Roskilde Racing Center for et godt arrangement, og vi glæder os til næste års arrangement onsdag den 7. september 2016.

Støtteforeningen

PI-Københavns Venner
inviterer til det årlige



BANKOSPIL



**Torsdag den 29. oktober 2015 kl. 19.00
på Station Bellahøj, Borups Allé 266.**

12 spil og 3 ekstraspil
for kun kr. 80,- inkl. 3 plader.

Ekstraplader kun kr. 10,- stk,
men kun i forbindelse med
betaling af kr. 80,-.

Særlige flotte gevinster.

Gevinst på 1 - 2 og 3 rækker
i alle spil.

Gevinst til sidemændene
på pladen fuld i alle spil.

Lodtrækningsgevinster på
Indgangsbilletten.

Alle medlemmer af
Støtteforeningen med
påørende er velkomne.

Hurtig tilmelding tilrådes.

Kaffe, brød, øl, vin og vand
kan købes til billige priser.

Gå ikke glip af denne store
oplevelse.

**Tilmelding, hurtigst muligt, og senest den 26. oktober 2015 til:
Ildrætskontoret - på pi-kbh@politiidraet.dk - eller tlf. 3521 9270.**

Med venlig hilsen og på gensyn,
Bestyrelsen i Støtteforeningen.

De åbne Lufthavns mesterskaber i beachvolley

Af Charlotte Olesen, Københavns Vestegns politi
Foto Michael Jensen, Lufthavnen

God modtagning



Det her er en serv



Pas på nettet



Fredag d. 14. august 2015 blev der for 10. gang afholdt De åbne Lufthavns mesterskaber i beachvolley på Amager Strand. Kl. 10.00 var der samling på stranden ud for Italiensvej, hvor der blev budt velkommen og reglerne lige blev ridset op. Vi var heldige at have høj sol hele dagen, så der var ikke noget at klage over. Til gengæld var vi også beriget med nogle lidt drilske vindforhold. Der blev dog som ved tidligere stævner skiftet banehalvdel efter hver 5. spillede bold, så begge hold på banen prøvede at spille i "medvind" og i "modvind".

19 hold med mere eller mindre fantasifulde holdnavne kastede sig med stor iver ud i de indledende kampe. Som sædvanlig var det meget individuelt, hvor meget man havde haft tid til at øve sig sammen op til stævnet, men stemningen, og som regel også underholdningsværdien, var i top!

Der blev kæmpet bravt på banerne hele formiddagen under den bagende sol, og de lækre sandwich, der var bestilt, var tiltrængte.

Efter ca. en times frokost var 4 hold klar til at spille semifinaler i A-rækken og 8 hold var lige så klar til at spille kvartfinaler i Mesterrækken. Dem der ikke lige var så heldige at være "optaget" af finalerækker, kunne nå en tur i bølgen blå, inden de rigtig spændende kampe blev spillet.

Der var færre hold tilmeldt end sidste år. Da finalerne derfor blev spillet lidt tidligere, og solen stadig bagte, så var der god tilslutning til at heppe og overvære de sidste kampe. Vinderne af A-rækken blev "Sydsjælland/Lolland Falster", der kæmpede om førstepladsen mod "Dittes bande". Vinderne af mesterrækken og af De åbne lufthavns mesterskaber i beachvolley 2015 blev "Team Gun Show", der i finalen spillede mod "Hold 3, beredskabet, Amager".

Herefter gik turen til Station Amager på Kamillevej, hvor sandet blev skyllet af, og dagens solskoldninger blev vurderet. Derefter var der vanen tro tændt op i grillen, hvorpå der blev grillet gode bøffer og pølser.

Efter medaljeoverrækkelser til de stolte vindere blev der uddelt lodtrækningspræmier til de fleste af deltagere og afholdt lotteri. I år var der to hovedpræmier bestående af henholdsvis brunch for 2 og buffet for 2 på Hotel Hilton i Lufthavnen. Efterfølgende var der hyggeligt socialt samvær, der blandt andet inkluderede bordfodbold og fadbamser.

Tak til medlemmerne i Lufthavnens idrætsklub for endnu et hyggeligt og veloverstået stævne! Et stævne, som der for øvrigt blev opfordret til, at en anden idrætsklub overtager arbejdet med fra næste år. Lufthavnen har efter 10 år valgt at give stafetten – eller volleyball'en – videre.

»



NEKROLOG ?

Af Michael Jensen, Lufthavnen

Nu er jeg blevet 70 - og ramt af virkeligheden.

70 er nok så meget sagt, men vi har haft 10 års jubilæum med beach-volley og jeg tænkte, om jeg skulle skrive teksten her på baggrund af Shu-bi-duas sang, En rocksangers Farvel, eller på baggrund af de artikler, som ramte Politiets Idrætsforenings medlemsblade sidste år og så hvorfor ikke kombinere det.

Vi holdt i år vores 10-ende beachvolley turnering, og da vi startede for 10 år siden, havde vi 6 hold, hvilket var OK for en begynder.

Sidste år kunne vi læse i flere numre af Pl's blad, at flere arrangører var blevet ramt af virkeligheden med mindsket tilslutning. Jeg var selv til DPM i bowling i år, og i stedet for de op til 100, som vi har for nogen år siden, tror jeg, at vi i år endte på 55 deltagere.

Alle andre mistede i 2014 tilmeldinger til stævner, mens vi i beach-volley steg fra 20 i 2013 til 31 hold i 2014. Vores Gokart arrangement steg fra 25 hold til 40 hold, og fælles for begge stævner var, at folk var ekstremt glade for at komme til vores arrangementer.

I år blev vi så ramt af virkeligheden i Dansk Politi, idet vores beachvolley stævne kun havde 21 tilmeldte hold, og hvor vi så endte på 19 p.g.a. 2 sene afbud på grund af bl.a. arbejde. De hold der mødte op var virkeligt interesserede i stævnet, men når man før i tiden mødte med 6 mand på næsten alle hold, så var man på flere hold nede på af møde den obligatoriske kvinde og så tre mænd.

I flere af de mails jeg modtog med tilmeldinger, stod der, at de ville komme, hvis det ikke lige var sådan, at de skulle stille til bevogtning inde i København, m.m. Alle de, der var til stævnet, var glade op positive, og vi slap i gennem uden skader.

At arrangere sådan et stævne, kører meget på ryggraden. Vi ved hvad vi skal, vi ved hvad vi skal bruge og hvor mange vi skal være o.s.v. Tiden er dog det store problem. At jeg igen torsdag eftermiddag, efter arbejdstid måtte lave de sidste ting i orden, var ved at blive en dårlig vane, for arbejdet tager næsten alle 8 timer, og når man lige har 20 minutter, og skal til at lave et eller andet til arrangementet, så er der lige en ny opgave.

Så velkommen til virkeligheden, og så er det her Shu-bi-dua kommer ind.

De fleste af os er ved at være gamle. Jeg er den yngste på 55, mens flere af de andre er begyndt at tælle måneder inden pensionen, så Shu-bi-duas tekst til en rocksangers farvel:

*Nu er jeg blevet 70
og jeg synger mit sidste vers
si'r farvel, med kæmpegæld, livet går på hæld
det er godt at vær' ung -
det er trist at bli' gammel og tung*

er blevet meget aktuelt.

Vi har efter 10 år besluttet af afslutte vores arrangement med hensyn til beachvolley, og til festaftenen blev følgende salgsannonce læst op:

Sælges: Velrenommeret og traditionsrig beach-volley turnering
Beliggende: Amager Strand
Hvornår: Normalt i august måned
Deltagere: Mellem 20 og 30 hold
Vejret: Normalt godt
Økonomi: God
Begrundelse: På grund af de nuværende arrangørers høje alder, med snarlig pension for en del, og for at stoppe mens legen er god, har man ønsket at sælge denne herlige turnering til en yngre generation, som ønsker at videreføre turneringen.
Pris: Gratis

Hjælp til opstart, formidling af kontakter, udveksling af turneringsplaner m.m. tilbydes.

Henvendelse til Henrik Wiberg (HWI002) eller Michael Jensen (MLJ001) i lufthavnen.

Det var helt tydeligt, at folk blev lidt chokerede, og efter salgstalen blev der talt om, at flere skulle slå sig sammen og forsøge at videreføre stævnet. Jeg fik mange positive tilkendegivelser over stævnet, og den måde vi havde kørt det på, og det ville være synd, hvis det sluttede. Derfor er det mit ønske, at folk følger op på det, retter henvendelse til os for at få hjælp og så fører stævnet videre til alles glæde.

Tak for mange gode år.

Vi cykler for at kurere Parkinson sygdommen

Af Johannes Risbjerg, Cykelafdelingen
Foto Carina Brix, TeamFox Brainstormers

Cykelafdelingen blev kontaktet af Jens Rønnemoes Pedersen, der er primus motor bag ovennævnte cykelløb, om Cykelafdelingen ville indgå i et samarbejde og hjælpe til ved selve løbet ved at stille med nogle ryttere, der skulle fungere som holdkaptajner. Samarbejdet blev indledt og følgende ryttere meldte sig til at deltage som holdkaptajner: Poul E. Hansen, Flemming Thyssen, Steen Ryborg, Bjarne Wermuth og Johannes Risbjerg.



Manden bag det hele - Jens Rønnemoes Pedersen byder velkommen. I baggrunden sponsor Claus Nielsen, Sinatur.



Protector for TeamFox Brainstormers, Frank Hvam

Arrangører af løbet var TeamFox Brainstormers, der er en NGO forening, der har oprettet et koncept Bike4Cure. Foreningens formål er at fremme cykelmotion og fysisk træning som supplement til den traditionelle behandling af neurologiske lidelser, samt styrke det sociale netværk for mennesker med Parkinson syge og deres pårørende.

Cykelløbet Tour Parkinson Danmark 2015 havde et primært formål at indsamle penge via donationer (tilmeldinger), med henblik på at intensivere processen med forskning og udvikling af en kur mod Parkinson sygdom. Sekundær var formålet med cykelløbet at få sat yderligere fokus på sygdommen og de positive virkninger, som det har for de ramte at dyrke idræt og især cykling.

Cykelløbet blev gennemført som et 3-dages etapeløb fra Middelfart til Christiansborg. Der var tilmeldt ca. 70 ryttere, hvoraf cirka en tredjedel var ramt af sygdommen i en eller anden grad. Resten var sponsorer og andre, der ville støtte en god sag.

ETAPERNE I LØBET VAR

| | |
|--------------------------|--|
| Torsdag den 28. maj 2015 | Middelfart – Nyborg 97 km. |
| Fredag den 29. maj 2015 | Næstved – Frederiksdal 100 km. |
| Lørdag den 30. maj 2015 | Frederiksdal – Christianborg Slotsplads 30 km. |

Rytterne kunne selv afgøre, hvilke grupper de ønskede at køre med.

Vi var forventningsfulde, da vi mødte op i Frederiksdal for at blive transporteret til Middelfart. Der var en god stemning i bussen, men også bange anelser, idet regnen silede ned udenfor. Fremme i Middelfart blev der budt på brunch. Da vi gjorde klar til afgang, standsede regnen, men det blæste meget fra vest – en god retning, når vi skulle til Nyborg. Jens Rønnemoes Pedersen bød velkommen, og takkede alle for deres tilmeldinger og bød alle en god tur.

Undervejs skulle vi via Odense Rådhus, hvor borgmesteren ville byde på lidt mad og drikke og holde en tale. Det var planen, at grupperne skulle ankomme på samme tid, men det lykkedes ikke helt, så borgmesterens repræsentant måtte holde talen flere gange. Sidst på eftermiddagen kom vi til Nyborg. De fleste var glade, men også meget trætte. Flere måtte skifte gruppe, idet, ef- »



Holdkaptajnerne Jørgen Eriksen Hansen og Flemming Thyssen, cykelafdelingen.



terhånden som trætheden meldte sig, så faldt farten også, og de havde svært ved at følge med i gruppen. Så flere faldt tilbage til den langsomste gruppe.

Næste morgen blev vi kørt til Næstved, hvor anden etape skulle starte. Efter de indledende taler gik det mod Frederiksdal. Det blev en meget hård tur for den gruppe, der kørte langsomt. Bjarne og Steen gjorde et kæmpe arbejde og fik alle med hjem, selv om det tog lang tid. Men det blev en stor sejr for rytterne, der kæmpede sig i mål sidst på eftermiddagen.

Om aftenen var der fælles buffet, og holdkaptajnerne uddelte trøjer til de ryttere, der havde været den bedste team-player i gruppen på dagen. Der blev hygget, og der blev udviklet netværk på tværs af grupperne.

Lidt utraditionelt sluttede vi af med en prolog til Christiansborg Slotsplads. Her mødte flere sponsorer frem, og andre kendte, der ville støtte en god sag. Her kan nævnes Frank Hvam, der er protektor for TeamFox Brainstormers, og Alexandra, Grevinde af Frederiksborg, der mødte op mod familie. Dagen var desværre præget af regnbyger, så det blev en kold tur. Vi kørte forbi

rådhusene i Gladsaxe, i Herlev og på Frederiksberg. Alle steder blev der holdt taler for den gode sag. Afslutningen af touren blev holdt på Christiansborgs Slotsplads. Her blev der sagt farvel og med håbet om gensyn til næste år.

Det skal nævnes, at blandt deltagerne var vores tidligere kollega Leif Flytkjær fra Ringkøbing, der er ramt af Parkinson, og Leif kæmpede sig flot igennem touren. Det var en stor oplevelse for os holdkaptajner, og umiddelbart er vi indstillet på også at deltage til næste år. Ved evaluering af touren var der enighed om, at touren også skal gennemføres i 2016. Vi besluttede blandt andet at for de "svagere" deltagere, bør der være en kortere rute, fordi ruterne i år var for lange for de langsomste. Det skulle også åbne for muligheden, at flere Parkinson-ramte vil deltage til næste år.

Cykelafdelingen vil gerne være med til at promovere en god sag, og har derfor besluttet at indgå i et samarbejde på de områder, hvor vi har vores kompetencer. Overvej om det ikke er noget for dig at være med til at støtte en god sag ved at deltage til næste år.





Pokalløbet

Af Henrik Wiberg, Lufthavnen

Foto Jan Kofoed Nielsen, orienteringsafdelingen

Så blev det dagen, hvor jeg skulle deltage i mit 3 konkurrence orienteringsløb i 2015. Og hvilket vejr at stå op til. Regnen stod ned i stridende strømme og efter et kort kig på DMI, blev det bekræftet, at den kraftige regn ville fortsætte langt ud på dagen. En lille skål solgryn og en kop kaffe og så ud af døren. Vel ankommet til Nørreskoven ved Værløse var det tid til et par håndtryk til stævneleder Lind og crew. Nørreskoven var i 2014 brugt til DM på mellemdistancen, hvor jeg deltog og i øvrigt slog stævnelederen for 1. gang i mindst 10 år. Det kunne ikke gå galt i dag, selvom bane 3 havde flere nuværende og gamle (meget) landsholdsløbere til start.

Starten gik og fremad gik det ud ad stien, men hov, post 1 lå til højre ca. 300 meter fremme ved en grøfteende. Derfor ind i vildniset og posten blev fundet med ca. 1 minuts tidstab. De næste 5 poster blev fundet med løb "på den røde linie". Terrænet var tungt og svært gennemløbeligt. Post 7 og post 8 var lagt i et tæt område og her var skoven "meget mørk", så det var svært at læse detaljerne på kortet. Pandelampe på måske? Post 7 blev ikke fundet i 1. hug. Skulle jeg cirkle lidt rundt eller vende tilbage til et sikkert udgangspunkt?

Jeg valgte naturligvis det forkerte og cirklede rundt, rundt og rundt og fandt til sidst posten. Den forkerte, nemlig post 8. Tilbage til post 7, som blev fundet med lidt hjælp og igen til post 8. Her mødte jeg Juda, som blev min rejsefælle resten af løbet. På dette tidspunkt af løbet havde jeg allerede tabt 9 minutter. Det viste sig hurtigt, at Juda's hastighed passede mig godt i dag. De følgende poster blev fundet uden problemer indtil post 14 skulle findes. Vi var nu blevet lidt væk i skoven. Efter en god vejledning af en anden løber blev posten fundet efter et enkelt forlæns rullefald. De sidste 6 poster blev herefter fundet uden problemer. I mål måtte jeg konstatere, at der havde været for meget tidstab på 2 poster til en topplacering. Stor ros til banelægger Sørensen, som havde lavet en fin og fysisk krævende bane.

Der var 31 løbere til start i de 4 klasser og imponerende at finde 2 løbere fra Aalborg, 3 fra Randers og hele 12 fra Fyn. Uden dem var løbet formentlig blevet afløst.

Husk at DPM 2016 i orientering bliver afholdt på Bornholm.



PI København badminton på træningslejr i Holland

Tekst og foto: Mette Therkelsen, badmintonafdelingen



Karakteristiske huse.

En forlænget weekend med udsigt til badminton, socialt samvær samt sightseeing i intet mindre end Amsterdam – var hvad 21 badmintonspillere fra PI København kunne se frem til i slutningen af august måned.

Efter adskillige vellykkede træningslejre enestående steder i Danmark, hvor bl.a. Bornholm og en perle som Ringsted kan nævnes, var der i år arrangeret en tur til Amsterdam. Med Nikolaj Kjærsgaard som primusmotor, var lejren planlagt med hjælp fra hollandske badminton-politi-kolleger.

”Holdet” bestod af 21 medlemmer – med vidt forskellig alder – med hver sit badmintontalent og på hvert sit sted i formkurven. MEN alle var begejstrede over at skulle på tur med ketcheren i håndbagagen – og ikke mindst på tur med hinanden.

Flyveturen på ca. halvanden time udgjorde en perfekt start med mulighed for en eftermiddagslur. Fra lufthavnen kørte vi til vores hotel ”West side inn” ca. 5 km fra centrum i Amster-

dam. Vi ankom i passende tid til torsdagens aftenmåltid, som blev indtaget ved langbord på en italiensk restaurant. 20 af os bestilte skønne pizzaer, hvilket nummer 21 nok også troede, at han havde gjort. I stedet blev serveret en tallerken fyldt med forskellige slags skinker og spegepølser – uden andet tilbehør. Der måtte bestilles lidt brød til – og til os andre var der ekstra fyld på pizzaerne.

Fredag i dagtimerne var der fri til sightseeing. PI-erne valfartede naturligt til de store attraktioner såsom Van Gogh museet og Anna Franks hus. Det må erkendes, at det for alles vedkommende blot blev til en konstatering af at køen var for lang. Sejlturn rundt i kanalerne var et stort hit, ligeledes var kaffe og frokost på de fine cafeer i bymidten.

Fredag aften gik den ikke længere. Afsted til hallen. 3 timers dejlig træning indeholdende bl.a. krabbefodbold, badmintonøvelser for ”børn”, småspil på badmintonbanen samt kampe blev gennemført. Vi havde fået lov at låne hallen i politiets ”sports-

»



*Mads Sumborg og Lasse Taulov.
Vinder af HD.*



*Per og Per vender gerne ryggen
til når taktikken lægges.*



*Peder og Jeppe.
Vinder af HD plus 50.*



*Mens de andre trods
alt hører efter.*

center", hvilket var meget fornemt. Et stort center med en stor sportshal, styrketræningscenter, udendørsarealer, cafeteria mv. Som en af dem, der måske ikke har passet træningen så godt, følte det allerede der som om, at det var en rigtig hård badmintonlejr.

Lørdag formiddag var den gal igen. Afsted til hallen. Fra 11-15 var der arrangeret turnering med hollandske spillere – primært politikollegaer. Det var fedt. Så skønt når kollegaer mødes på tværs af lande. Gerard og Marthe fra Holland havde forinden planlagt programmer til turneringerne. Der blev spillet i flere kategorier og inddelt i 2 aldersgrupper. "De unges" herredouble-række blev vundet af Mads Sumborg og Lasse Rasmussen. "De lidt ældres" herredouble-række blev vundet af Peder Lavridsen og Jeppe Dam Sørensen. Damedoublen blev trukket hjem af Julie Ohlsson og Sarah Kamper, mens mixdoublen gik til et hollandsk par. Tankevækkende var det kun "de lidt ældre", der havde kræfter til at spille singlekategorien. Ganske imponerende. Tættest på finalen kom Peder, som inden da måtte se sig slået efter flot kamp mod et energibundt af en hollænder. Det blev til en hel del kampe – så nu var selv "dem i topform" trætte og ømme i lemmerne.

Efter turneringen blev vi kørt tilbage til hotellet til bad og omklædning. Om aftenen spiste vi på en hyggelig restaurant i det nordlige Amsterdam. Her erfarede vi, at der fra Central Station sejler færger nærmest konstant og ganske gratis. Dette til det netop nordlige Amsterdam. Til bords havde vi fornøjelsen af vores hollandske venner. Maden var god, rødvinen var også god, og sikke nogle goder taler, der også blev holdt. Et rigtig hyggeligt arrangement.

Ved 22 tiden tog 1/3 del af os afsted sammen med Marthe. Marthe arbejder som betjent i Red Light District og havde tilbudt at give en rundvisning på politistationen. En lille ældre politistation direkte i hjertet af Red Light District blev fundet, og vi fik den fineste rundvisning. For at anskueliggøre "lille" kan som eksempel forklares, at der kun var en væg imellem betjentenes "briefingrum/afslapningsrum" og detentionerne. Da vi var der, var der flere højtråbende personer i detentionerne – det kunne man ikke være i tvivl om. Såfremt stationen var større, ville man nok omrokere lidt. Efter rundvisningen på stationen gik vi en tur i området med 2 civile betjente i front. Turen gik forbi adskillige vinduer, hvori der stod kvinder med tomme blikke. Da det jo ikke er en politisk artikel, vil jeg udelade at kommentere på hvor forargeligt og usmageligt jeg synes det er, at sådanne tilstande er tilladt i omhandlende Red Light District.

Efter rundvisning lykkedes det efter lidt tid at få samlet troppeperne på en beværtning i midtbyen. Rundvisningsgruppen blev kørt den direkte vej af politikollegaerne. Den resterende del var på egne ben, hvorfor de lod vente på sig. Nogle kom gående, andre kom i taxa, en var blevet forsinket, da han fik smag for at lave ballondyr undervejs, andre var blevet væk og kom så i anden taxa, men det lykkedes til sidst. Holdet blev samlet.

Søndag var de fleste nok lidt mere stille end normalt. Flyveturen hjem var igen god. Tilpas til en lille lur. En bonus med denne træningslejr var, at den også foregik sammen med hollandske kollegaer. Det er så smukt og dejligt, at der stadig er overskud til at hjælpe hinanden, og til at opretholde og videreudvikle internationale sportsrelationer. Det er så godt givet ud. Det er fedt at være en del af. PI København er en enestående og unik klub. Hvor er det skønt at sæsonen kun lige er gået i gang. Desto flere stunder har vi til gode sammen i sæsonen 2015/2016.



MAGASINPOST **SMP**
ID-NR. 42554

Al henvendelse til: Dansk Politidrætsforbund Politigården, stuen, fag 29, 1567 København V

