

# POLITIIDRÆT

Dansk Politiidrætsforbund nr. 2 • 2017

Crossfit i Tønder

Vintercup slut for i år







ISSN  
Trykt udgave: 0906-9151  
Online udgave: 2446-1032

Stiftet 1. august 1946  
48. 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: politiidraet@gmail.com

Forbundets adresse  
Dansk Politiidrætsforbund  
Politigården, Københavns Vestegns Politi  
Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund  
Tlf. 2294 9182  
E-mail: info@politisport.dk

Hjemmeside  
www.politisport.dk

Layout  
FL Reklame

Tryk  
Scanprint A/S Horsens

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

Forside  
Vintercup for denne sæson er slut. Fyns PI  
lukkede og slukkede for i år, men på billedet  
er det Peter Bloksgaard, Nordjylland PI, som  
deltog i Viborg PI's afvikling af 5. afdeling.  
Foto: Kim Riis, Viborg PI.

#### Deadline/Udgivelse

**3/17**  
Deadline for indl. af stof: 12. april 2017  
Udgivelse 23. maj 2017

**4/17**  
Deadline for indl. af stof: 6. juni 2017  
Udgivelse 11. juli 2017

**5/17**  
Deadline for indl. af stof: 6. juli 2017  
Udgivelse 18. august 2017

**6/17**  
Deadline for indl. af stof: 24. august 2017  
Udgivelse 29. september 2017

**7/17**  
Deadline for indl. af stof: 4. oktober 2017  
Udgivelse 10. november 2017

**8/17**  
Deadline for indl. af stof: 8. november 2017  
Udgivelse 15. december 2017

Ret til ændringer forbeholdes.



## Politiidræt

Leder .....	5
Mountainbike 5. afdeling i Viborg.....	6
De danske politimesterskaber i landevejscykling .....	10
Tennis.....	12
Fodboldspillere søges .....	14
40 sæsoner i streg.....	17
MedicSport tilbyder hele pakken.....	20
Crossfit i Tønder.....	24
Møde i det europæiske politiidrætsforbunds tekniske komite. . . . .	28
Hvorfor er det vigtigt med et godt fysisk udgangspunkt? .....	32
MTB - vintercup 6. afd.....	34

## PI-Nyt

DHL-stafetten 2017 .....	41
Generalforsamling.....	42
Indefodboldstævne i København.....	44
Floorballafdelingen: PI Floorball .....	48
Gymnastikafdelingen: Fuld fart på opvisningssæsonen .....	54
Syv PI-hold til årets forårsstævne .....	55
PI-X til OD-dag på Fyn .....	56
Motionsafdelingen: Marts løbet .....	59
Sevilla Marathon .....	61
Skytteafdelingen: Travl start i PI-Københavns Skytteafdeling .....	62

Formand  
Mogens Norup Lauridsen

Næstformand  
Gunnar Andersen

Kasserer  
Ole K. Jacobsen







Mogens Norup Lauridsen  
Formand



# Idræt på recept

Jeg ved ikke hvor stor en del af Politidræts læsere, der er bekendt med, at Danskernes Idrætspris 2016 blev tildelt et projekt, FC Prostata, hvor mænd med prostatakræft, som en vigtig del af behandlingen, spiller fodbold. Jeg ved heller ikke hvor mange af jer, der nu undrer sig over hvorfor jeg har valgt at beskæftige mig med denne pris, men jeg mener faktisk, at det er interessant og relevant hver gang en videnskabelig undersøgelse eller et videnskabeligt forsøg, afdækker de mange muligheder og det kæmpe store potentiale, som idrætten rummer i forhold til at forbedre folks generelle helbredstilstand og livskvalitet, og derfor vil jeg med baggrund i en artikel i Idrætsliv forsøge kort, at beskrive ideen med at benytte fodbold, som en del af kræftbehandlingen og hvorfor det virker. I forbindelse med det aktuelle projekt spilles der fodbold på en mindre bane, der sikrer høj intensitet med stor involvering og mange boldberøringer. Det betyder, at træningen byder på tre træningsformer på en gang, styrketræning, udholdenhedstræning og høj pulstræning, og resultaterne viser, at de fysiske effekter af denne form for fodbold er uafhængige af køn, alder og niveau, hvilket ifølge professor Peter Krstrup fra Syddansk Universitet giver nogle spændende perspektiver, ligesom han er af den opfattelse, at denne form for fodbold har et kæmpe potentiale både i forhold til forebyggelse og behandling. Han peger specifikt på type 2 diabetes, for højt blodtryk og som sagt prostatakræft. Ud over det fysiske udbytte af en sådan form for træning, er sammenholdet og samværet med andre i en tilsvarende situation selvfølgelig

også en meget vigtig del af "behandlingen". Ifølge Julie Midtgaard, psykolog og projektleder på FC Prostata, sker der noget med et menneske når man får en alvorlig diagnose, man bliver mere sårbar og får øjnene op for, at andre mennesker også kan have det på samme måde. Hun mener, at succesen med projektet blandt andet skyldes, at mændene i forbindelse med sygdommen ofte føler sig svage, mens fodbolden er med til at fremhæve og understrege deres maskulinitet.

Hvad har det så med politidræt at gøre vil mange af jer måske tænke, men jeg synes faktisk, at det på glimrende vis igen understreger, hvad idræt og fysisk aktivitet sammen med gode kolleger og idrætskammerater kan gøre for en, og netop på det punkt spiller de mange aktive politidrætsforeninger jo fint ind med en masse gode tilbud, som forsøger at tilgodese de mange forskellige ønsker vores medlemmer har til idrætsaktiviteter og socialt samvær. Om de eksisterende tilbud så er gode nok, eller vi skal udvikle nye, ja det er jo nogle af de overvejelser vi, som arbejdspladsrettet idrætsorganisation hele tiden må stille os selv.

Med sportslig hilsen

Mogens Norup Lauridsen  
Formand



# Mountainbikestævner og andre idrætsarrangementer kan forny venskaber og skabe relationer på tværs af politikredse

Jens Glerup, Fyns PI

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





Af Danni Kristensen, Sports- og webredaktør, Viborg Stifts Folkeblad  
Fotos Kim Riis, Viborg PI

Kun en enkelt skilt afslørede, at der ikke var tale om helt almindeligt motions-mountainbikeløb i området ved Klostermarken i Viborg.

Det mudrede cykeltøj, hjelmene, bremsernes hvinen og de forpustede åndedræt var de samme, men rytterne var denne gang politibetjente, falckreddere og folk fra kriminalforsorgen. Det var Viborg Politis Idræts-forening, der afviklede femte afdeling af politiets landsdækkende vintercup i mountainbike.

Og selv om niveauet og alderen hos rytterne varierede, så er det populært og givtigt med den slags arrangementer.





Anders Pille, Esbjerg PI

“Sådan noget som det her giver folk et godt afbræk i en hverdag, der til tider godt kan være rigtig presset. Folk vil gerne møde hinanden på en anden måde. Jeg kender det fra mig selv. Der kan gå længe mellem, at man ser venner eller bekendte fra andre kredse, og det er rart at høre, hvad der er sket i deres liv siden sidst. Det er en god anledning til at komme ud og snakke lidt”, sagde Jens Claumarch, der er vagtchef og formand for Viborg Politis Idrætsforening.

Deltagerne kom fra store dele af landet, og hos politiet bruger man gerne fridage på den slags.

Som noget relativt nyt har man inviteret nogle af politiets nærmeste samarbejdspartnere til også at være med. Og det havde en del takket ja til.

“Det er super fint, at man får en anden relation end lige den på arbejde. Vi har tit et samarbejde med Falck, Flyvestationen i Karup og andre, og når vi så har et samarbejde, så kan det hjælpe, at man har mødt hinanden til et idrætsstævne. Det kan få tingene til at glide lidt lettere, når man kan sætte et ansigt på”, fortæller Jens Claumarch.





Tirsdagens stævne havde deltagelse af omkring 40 ryttere, der var kommet til Viborg fra det meste af landet. Rytterne var inddelt i klasser efter alder og niveau.

Den bedste klasse skulle gennemføre seks runder på en rundstrækning på omkring tre kilometer, hvilket var rigeligt til trække tænder ud på selv den mest hærdede politibetjent.

#### **MASSER AF MULIGHEDER**

Den lokale politiidrætsforening har cirka 100 medlemmer og er aktiv hele året. Om vinteren kan det være gymnastik, svømning, badminton og bowling.

Året rundt kan man også løbe, og man stiller altid op til nogle af de lokale løb for at vise flaget.

”Vi vil gerne holde folk i gang. Og vi prøver at animere interessen for at røre sig. Samtidig vil vi gerne ud blandt befolkningen. Når vi deltager i eksempelvis 24 timers løbet, gør vi det til et familiearrangement, hvor koner, mænd og kærestes er med til fællesspisning, så vi også ses socialt. Ellers ser man jo ikke hinanden på kryds og tværs”, forklarer formanden Jens Claumarch.

*Jakob Nørgaard, Randers PI*



*Rytterne gør sig klar til start.*



*Peter Bloksgaard, Nordjylland PI*





# De danske politimesterskaber i **landevejscykling**





**Af Jørgen Guldborg, formand for Rigspolitiets Idrætsforening**  
**Foto Carsten Dyhr, Københavns Politi (Arkivfoto fra Danish Police Tour 2015)**

Rigspolitiets Idrætsforening er arrangør af De Danske Politimesterskaber i landevejscykling 2017. I anledningen af vores 10-års jubilæum i 2017 har vi anstrengt os ekstra meget for at skabe et brag af et mesterskabsstævne i starten af juli for hele dansk politi. I forhold til rutevalg har vi bevidst ledt efter en spændende, men også 'menneskelig' rute, som kan tiltrække rigtig mange af vores cykel-tossedede kollegaer fra alle politikredsene og rigspolitiet, uanset hvilket niveau de har.

**Husk at alle ansatte i politiet kan tilmelde sig til mesterskabsstævnet.**

#### **RUTE**

Vi har sammen med løbsleder Henrik W. Jensen fundet en rigtig fin rute, hvor vi i udvælgelsen har lagt vægt på sikkerhed, god asfalt, bredde strækninger, alsidighed, natur, og en rute hvor et udbrud er ude af syne i løbet af 30-45 sekunder. Der er relativ få stigninger på rundstrækningen.

En spændende og hurtig rundstrækning på 18 km, som byder på noget for alle.

Vi har valgt at køre både enkeltstart og linjeløb på samme rute.

#### **ENKELTSTART**

Den 5. juli 2017 med 1. start kl. 14.00 og med spisning og socialt samvær fra kl. 17.30.

#### **LINJELØB**

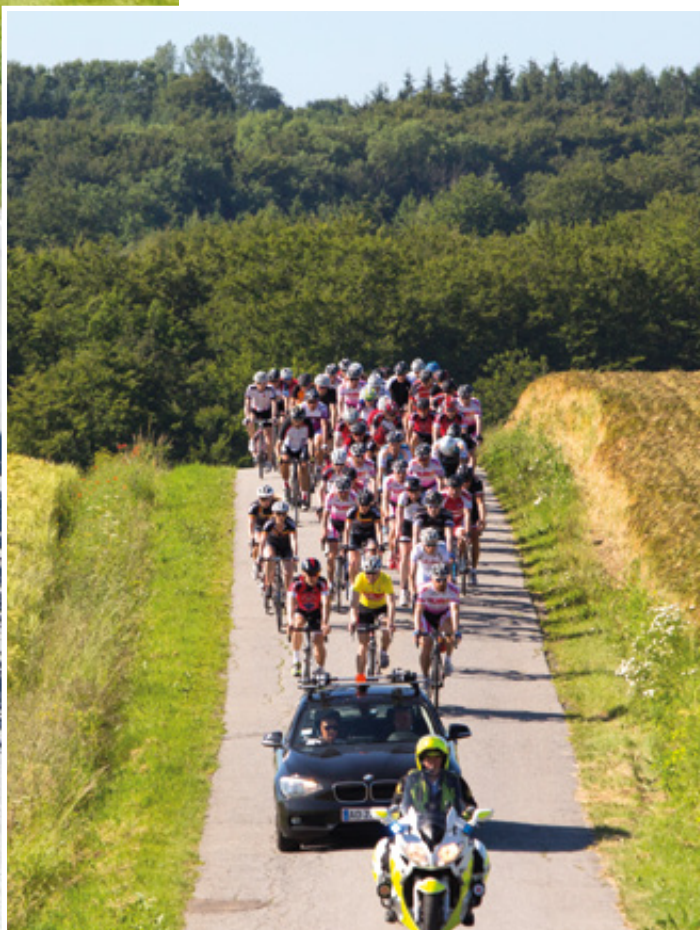
Den 6. juli 2017 med 1. start kl. 10.00 og med spisning og socialt samvær fra kl. 14.30.

#### **PRÆMIERÆKKE FOR MERE END 25.000.**

I anledningen af vores 10-års jubilæum har vi besluttet, også til DPM, at uddele gaver for mere end 25.000 kroner, således at der bliver noget at kæmpe om for rigtig mange af de deltagende ryttere. Vi har nemlig også udvidet præmierækken ud over medaljerækken og supplere med mange lodtrækningspræmier, og naturligvis er der blomster med bånd til alle vinderne.

Kig forbi vores hjemmeside i Rigspolitiets Idrætsforening ([rpif.dk](http://rpif.dk))

Information om rute, kort og hele stævnet samt tilmeldings- og resultatside finder I på foreningens hjemmeside. Kig forbi. **Overhold venligst tilmeldingsfristen den 31. maj 2017.**





# Tennis

Af Niels Mørk, Kolding PI

Fredag den 3. marts 2017 blev den hæderkronede turnering "Kolding PI indendørs tennismesterskaber" afholdt i de mondæne rammer i Kolding Ketsjer Center.

Med et par sene tilmeldinger stillede der 8 til start, som via lodtrækning blev placeret i 2 puljer, hvor der blev spillet alle mod alle. Nr. 1 og 2 gik videre til A finale med semifinaler og finale. Nr. 3 og 4 gik videre til B finale med semifinaler og finale.

Deltagere kom hovedsagelig fra stationen i Kolding, men 4 deltagere kom fra andre steder i kredsen.

BLÅ PULJE		RØD PULJE	
Søren Krog	1 sejr	Dahlgaard	1 sejr
Kent Nielsen	3 sejre	Lars Borup	0 sejre
Jesper Engelund	0 sejre	Hilbig	2 sejre
Niels Mørk	2 sejre	Erik Hejlesen	3 sejre

Landpolitiassistent (Ipa) i Børkop Kent Nielsen havde holdt en mindre pause fra tennis på 20 år, men tog alle med storm. Han startede med at tage det uofficielle Ipa. mesterskab med en 6-4 sejr over Ipa. Christianfeldt Søren Krog på trods af, at Krog var foran 4-3. Dernæst fejede Nielsen gulv med Niels Mørk og vandt en stensikker sejr 6-1. Der var vitterligt kun en spiller på banen. Tilskuerne var målløse. Engelund spillede sig varm i løbet af puljekampene og fik flere og flere partier, som kampene skred frem. Han tog blandt andet 4 partier mod Nielsen. Men det var en hård lodtrækning. I den afgørende puljekamp om at komme i A-finalen vandt Mørk sikkert 6-0 over Krog, som herefter trak sig med en skade.

I den røde pulje kom dagens store overraskelse i form af Erik "pusher" (tennisudtryk om spiller, som er dygtig til "bare" at skubbe bolden over) Hejlesen, som stille og roligt slog de 2 rutinerede spillere Dahlgaard og Hilbig, som plud-

selig skulle spille en afgørende kamp om plads i A-finalen. Erik slog med sit sparsomme repertoire selvfølgelig også Lars Borup. I den afgørende puljekamp slog Hilbig sikkert Dahlgaard 6-2. Noget af en deroute for Dahlgaard, som sidst år på gruset var i semifinalen, og hans spil burde ligge godt til hardcourt underlaget.

Grundet Krogs skade blev B-finale afviklet med alle mod alle konceptet. Dahlgaard fik lidt oprejsning med en sikker sejr over Engelund og en spændende afgørende kamp mod Borup, som blev vundet 7-5.

I den første semifinale i A-finalen var der lagt op til et spændende opgør mellem Willi Hilbig, som var spillet varm og Kent Nielsen, som måske var ved at løbe tør for kræfter, men som havde gjort det fantastisk godt. Hilbig kørte den dog rimelig sikkert hjem 6-4. I den anden semifinale stod overraskelsen Erik Hejlesen overfor Niels Mørk. Erik fortsatte sit spil og var foran 3-1, men herefter satte Mørk sig på kampen og endte med at vinde 6-3.

Turneringsledelsen var nu ikke så bekymrede, da det nu var sikkert, at den gyldne ketsjer ville havne i Kolding PI's regi. I finalen stod Hilbig overfor Mørk i en på forhånd spændende kamp. Mørk havde dog virkelig disponeret fornuftigt over kræfterne og satte sig på kampen med gode slag og ingen fejl. Kampen endte 6-0 i en lille ydmygelse. Man må konstatere, at Mørk nu er regerende mester både på gruset og indendørs. Men flere deltagere gjorde det forfriskende godt, og det lover godt for fremtiden.

En dejlig dag med masser af højt humør og godt spil. Tak til Kolding PI for, at det kunne lade sig gøre og for lidt vådt og tørt og tak til det fremmødte publikum (der var flere end forventet).

Vinder af turneringen Niels Mørk (tv.) med "Den gyldne ketsjer" og runner up Willi Hilbig.



# Vil du spille tennis?

Såfremt der er medlemmer i kredsene, som er interesserede i at deltage i fremtidige tennisarrangementer, så må de meget gerne kontakte Niels Mørk, da man meget gerne vil udvikle turneringen med flere deltagere og på tværs af landet. Det er uforpligtende og Niels kan kontaktes på mobil 27200682 eller nmo006@politi.dk.



*Niels Mørk og Willi Hilbig  
efter dagens tennisdyster.*





# Fodboldspillere søges



# Til alle fodboldspillere

Fotos arkivfotos DPIF (Fotograf Ole Kjær Jacobsen, DPIF)

I efteråret 2017 skal vi med et herrelandshold forsøge at kvalificere os til Politieuropamesterskaberne i fodbold i Tjekkiet 2018.

Derfor vil vi meget gerne have suppleret de emner, vi i forvejen har med mange flere.

Vi har en grundstamme af spillere, der har deltaget senest i Nordisk Mesterskab i 2015. Nogle af disse har lagt støvlerne på hylden og er ude af billedet af den ene eller anden grund.

Vi vil meget gerne høre fra alle, der spiller fodbold på faste hold under et af lokalforbundene under DBU.

Vi er ret sikre på at vi har misset nogle af jer i forbindelse med jeres start i politiet, hvor i formentligt har haft nok andet at koncentrere jer om.

Dermed sagt, vil vi meget gerne høre fra alle fodboldspillere, der kunne være interesseret i at spille noget seriøs fodbold med kollegaer på Politilandsholdet.

Gennem de senere år har vi mønstret spillere fra de lokale rækker i Serie 1, 2 og 3, men også flere spillere med divisionserfaring.

Vi er dybt afhængige af, at vi kan mønstre en bredde, men også nogle aktive elitespillere, der kan løfte niveauet for hele holdet.

Efter henvendelse fra jer, vil vi enten: henvende os til jer pr. mail eller telefon, eller vi/repræsentanter fra DPIF, kunne finde på at kigge forbi og se jer spille.

Vi har endnu ikke en nøjagtig tidstabel for hvad der skal ske i løbet af 2017, men vi kan se frem til at skulle spille 1 eller 2 kvalifikationskampe. Mindst en af disse bliver på udebane.

Således kan jeg nævne, at sidste gang vi var i en lignende situation i 2013 - var modstanderne Monaco på hjemmebane i Hvidovre, hvor vi vandt 8-0 - og efterfølgende var vi i Schweiz, hvor vi tabte 2-1 efter forlænget spilletid.

Alle rejseomkostninger, mad og ophold på turene er betalt af DPIF - det eneste i skal give er friheden.

Så kom ud af busken og giv os en mail eller et kald.

## DPIFS FODBOLDUDVALG

Jakob Søndergaard, mail [JSO008@POLITI.DK](mailto:JSO008@POLITI.DK), tlf. 72588043

Anne Louise Kent, mail [ALM004@POLITI.DK](mailto:ALM004@POLITI.DK), tlf. 41227420

Jens Møller Søgård, mail [JMS003@POLITI.DK](mailto:JMS003@POLITI.DK), tlf. 72581352

Red.: Seneste nyt: Der blev i slutningen af marts måned trukket lod til kvalifikationskampene, og Danmark skal i første runde møde Østrig på hjemmebane inden den 1. juli. I tilfælde af sejr venter Bulgarien på udebane i anden runde. Vinderen af den kamp er kvalificeret til finalerunden i Prag sommeren 2018. Det haster derfor med din tilmelding til DPIF's fodboldudvalg.







# 40

## sæsoner i streg

*Bent Kristensen og Chresten Moos, 40 års badminton and still going strong*

Tekst og foto Kell Kristiansen, Padborg PI

Politolivet er lagt bag dem. Men kontakten til politiet har de stadigvæk. Både når de møder op hos UKA (politigården i Padborg) og kigger til kollegerne, som de tidligere arbejdede sammen med, og drikker en kop kaffe og snakker med. Men ud over at kigge ind på stationen i Padborg, møder den nu pensionerede vpk. Bent Kristensen og pensionerede pk. Chresten Moos troligt op hver uge for at spille badminton. For begge er nemlig stadig medlem af Padborg Politiidrætsforening, som de har været i mange år. Både Bent og Chresten forsætter ufortrødent med deres ugentlige badmintonspil. Uge efter uge, år efter år. For de 2 herrer er muligvis indehaver af en uofficiel rekord, som kan hedde "40 års badminton i PI regi". Både Bent og Chresten har uden nævneværdige afbrydelser mødt op til det ugentlige spil i over 40 år. Og dette til trods for, at Chresten har måtte udskifte det ene knæ med et nyt, hvilket ikke afholder ham fra den ugentlige dyst.

Padborg PI ønsker begge de pensionerede kolleger tillykke med deres jubilæum.













Af MedicSport og Dansk Politiidrætsforbund  
Foto MedicSport

- Vi har genoptaget det gode samarbejde med MedicSport i 2017/18.

Vi er meget taknemmelige for samarbejdet med MedicSport, der gennem årene har støttet idrætsforbundet og aktiviteterne – og takker samtidig også for støtten under Danish Police Tour i 2015.


Fysisk træning er uhyre vigtigt – ikke mindst for ansatte i vores branche. Med et fysisk og mentalt krævende arbejde er det afgørende at være i god form, så udfordrende situationer håndteres bedst muligt. Og med det rigtige udstyr og passende træning bliver vi bedre rustet til de daglige udfordringer – både på arbejdspladsen og i privatlivet. Flere undersøgelser bekræfter desuden, at regelmæssig motion giver os et højere energiniveau, der er gavnligt både på og uden for jobbet.

MedicSport har i mange år haft et tæt samarbejde med politiet omkring levering af træningsudstyr til stationer rundt omkring i landet. De har allerede hjulpet Bellahøj Politi, NITEC, Politihundeskolen, Rigspolitiet, PET, Helsingør Politi m.fl. med fitnessfaciliteter.

# MedicSport tilby

uanset om du mangler træningselastikker





Som privatperson kan du også få glæde af samarbejdet! MedicSport tilbyder 15% rabat på køb i [www.fitnessbutikken.dk](http://www.fitnessbutikken.dk), hvor du finder alt fra løbebånd til håndvægte, med koden: POLITI

Tag fat i Michael Sørensen hos MedicSport på telefon 2811 1997 hvis du har brug for rådgivning, sparring eller hvis du vil forhøre dig om et konkret produkt.

**der hele pakken -**  
**eller en løsning til komplet fitnesscenter**











# Crossfit

## i Tønder



Tekst Signe Wiberg, Tønder PI  
Fotos SPS Gym.

Så blev det den 1. december. Første dag i julemåneden. Og traditionen tro fejrede vi dette med et Crossfitstævne. Denne gang i et ægte råt crossfit lokale, som Morten fra SPS-gym så venligt havde udlånt til os. Lidt kuldkære og forblæste ankom deltagerne en efter en, og der begyndte at summe af liv i det store lokale.

I år var 21 deltagere tilmeldt, hvilket var lidt færre end sidste år, men på trods af pressede tjenesteplaner og afgivelser, mødte kolleger op fra hele landet. Desuden deltog et par lokale fra SPS Gym. Og moduleleverne fra Syd- og Sønderjyllands Politi deltog som en temadag. Vi er rigtig glade for opbakningen til stævnet, og næste år forventer vi endnu flere deltagere, idet vi planlægger at lave konkurrencen som en ren team konkurrence. Vi håber, at dette vil give flere mod på at stille op.

Tilbage til dagens konkurrence, som var delt op i 4 WOD's i selve konkurrencen samt "Dagens Challenge", der var frivillig.

WOD 1 var 5 minutters "Bear Complex" som består af: 1 Power Clean, 1 Front Squat, 1 Push Press, 1 Back Squat og 1 Push Press. En gentagelse tæller, når man har lavet en af hver af de nævnte øvelser. Mændenes vægt var 40 kg og kvindernes var 25 kg, så øvelsen stiller store krav til både styrke og teknik, og der blev lagt hårdt ud.

Efter WOD 1 havde Niels fra SPS Gym lagt sig i spidsen med 25 gentagelser - skarpt forfulgt af Lars fra Sønderborg PI med 24 gentagelser. Hos kvinderne var det også meget tæt løb, idet både Kathrine fra Horsens PI og AK fra Herning PI lagde ud med 30 gentagelser, mens Elise fra Vestegnens PI lavede 26 gentagelser.

WOD 2 var 21-15-9 GHD Situps, Pushups og Ring Pullups. Først tager man 21 gentagelser af hver øvelse, derefter 15 gentagelser og til sidst 9 gentagelser. Hos kvinderne vandt Kathrine runden i tiden 06.06, mens Rikke fra SPS Gym kom på anden pladsen i tiden 08.03. AK gennemførte på 08.27. Hos mændene viste Lars





overskud og gennemførte på 05.40. Nummer to blev Niels i tiden 06.15, mens Michael fra Herning gennemførte på 07.18. Der var begyndt at tegne sig et billede af deltagerne og eventuelle placeringer, men i WOD 3 viste Jacob fra Esbjerg PI pludselig tænder og vandt i tiden 02.29.

Jesper fra Aabenraa PI kom hen til dommerbordet efter WOD 2 og sagde, at han lige havde været ude og kaste op, og derfor gerne ville trække sig. Efter en lille snak fandt vi ud af, at han formentlig var blevet lettere søsyg af alle mavebøjninger i GHD'en. Han nøjedes med at sidde over WOD 3 og kom stærkt tilbage i WOD 4. Godt kæmpet af Jesper.

WOD 3 var 6-3-1 MobileFit Climb og Burpees. Det foregik på den måde, at man først skulle klatre ca. 4 meter op ad en MobileFit stige 6 gange efterfulgt af 6 Burpees, derefter 3 gange og til sidst 1 gang. På anden pladsen kom Lars fra Sønderborg PI i tiden 02.44, mens Michael fra Herning PI gennemførte på 02.46. Hos kvinderne vandt Kathrine i tiden 02.40, Elise på anden pladsen med 03.00 og AK lige efter på 03.02.











Dagens sidste WOD, WOD 4, bestod af "Squat-Stafetten" Her skulle deltagerne løbe en kort strækning og løfte en vægt og lave 5 squats, inden de måtte løbe tilbage til udgangspunktet med vægten og igen lave 5 squats, inden vægten skulle lægges på gulvet igen. På den måde skulle deltagerne hente 5 vægte mellem 10 og 20 kg. Når de alle var hentet, skulle de på samme måde bringes tilbage til udgangspunktet. Det blev Niels fra SPS Gym der vandt denne WOD i tiden 02:15 i tæt konkurrence med Lars fra Sønderborg PI i tiden 02:18. Michael fra Herning PI gennemførte i tiden 02:23 Hos kvinderne var det AK fra Herning PI der løb med sejren i tiden 02:15, og Kathrine måtte for første gang se sig besejret. Hun kom ind 1 sekund efter i tiden 02:16, mens Elise klarede den på 02:20.

Nu var den officielle konkurrence overstået og resultatet blev som følgende:

<b>MÆND</b>	1. Lars Haucke	Sønderborg
	2. Niels Toft Andersen	SPS Gym
	3. Michael Rasmussen	Herning
<b>KVINDER</b>	1. Kathrine Hachenberger	Horsens
	2. Anne Kristine Voetmann	Herning
	3. Elise Olesen	Vestegnen

Dagens strabadser var dog ikke helt overstået endnu. Vi havde stadig "Dagens Challenge". En frivillig udfordring til de, der stadig havde lidt overskud. "Dagens Challenge" gik ud på at "gå" flest skridt i armgang, som i den gamle legendariske "Monkey-bar" på den nedlagte forhindringsbane på Politiskolen.

I SPS Gym er der 25 trin/barer, og der var flere der tog udfor-

dringen op. Elise fra Vestegnen PI klarede 38 trin inden kræfterne slap op, Thomas fra Sønderborg PI klarede også 38 trin. Så ville vinderen af den officielle konkurrence brænde det sidste krudt af og klarede 64 trin, hvilket fik Tine Thidemann, der er uddannelsesvejleder i Syd- og Sønderjylland til at steppe up. Hun ville vise sine elever hvordan den skulle skæres og kastede sig ud i strabadserne og klarede hele 87 trin. Super flot! SPS Gym ville heller ikke stå tilbage, så Rikke Nissen fyrede lige 100 trin af! Hvem kunne slå den? Michael fra Herning PI gik langsomt frem mod stativet, hoppede op og fløj afsted. 125 trin blev det til inden armene og hænderne sagde stop. Efter den kraftpræstation var det som om energien gik ud af de resterende, og Michael blev vinder af "Dagens Challenge" Rigtig godt gået.

Nu var der ikke mere at komme efter, og dagens næste højdepunkt var bad og buffet, som foregik i Tønder Hallerne. Det var nogle trætte, men glade deltagere, der troppede op i det lokale, hvor buffeten skulle indtages. I det konkurrencerne blev afviklet lidt hurtigere end vi havde beregnet, blev det til lidt ventetid, men snakken gik over bordene, og der blev skulet til gavebordet, som bugnede af præmier. Der var naturligvis placeringspræmier sponsoreret af Liestmann, SPS Gym, MobileFit og Tønder Handelsstandsforening. Butikkerne i Tønder havde igen i år været meget gavmilde, så der var også lodtrækningspræmier til alle deltagere. Da buffeten var indtaget og præmierne fordelt, var der fælles afslutning og vi takkede af for i år med et på gensyn til næste år.

Vi savnede i år vores borgmester Laurids Rudebeck, som ved sidste års præmieoverrækkelse holdt en flot tale for alle deltagere. Vi savner ham stadig.

Æret være hans minde.



Møde i

US





# PE

## Teknisk komite



Af Ole Kjær Jacobsen, DPIF

Dette års første møde i det europæiske politiidrætsforbunds (USPE) tekniske komite fandt sted i Torino i Italien den 23. – 25. marts 2017. På kongressen i USPE i oktober 2016 i Berlin blev der valgt 3 nye medlemmer til komiteen, så vi så frem til at byde dem velkommen til mødet.

Der var rigtig mange punkter til behandling på mødet, men de fleste var mere eller mindre af informativ karakter, herunder bl.a. at der allerede nu arbejdes i kulisserne på at finde en afløser for den nuværende præsident, belgieren Luc Schmeyers, der efter 3 perioder på i alt 12 år ikke kan fortsætte på posten ifølge USPE's regler. Det samme gælder for schweizeren Harry Bruenger, der er kasserer og også falder for 3-periodes-reglen i 2020. Men allerede til den næste kongres i Rusland til efteråret 2018 vil der givet ske ændringer, for generalsekretæren i USPE,

Fred Kusserow, meddelte, at han stopper. Det bliver spændende at se, hvilken kandidat det tyske politiidrætsforbund bringer i spil.

### RENT SPORTSLIGT VAR DER MANGE INTERESSANTE TING PÅ DAGSORDENEN

Mit ansvarsområde i USPE er al herre- og kvindehåndbold og al herre- og kvindefodbold. I 2018 afvikles de europæiske politimesterskaber i håndbold for kvinder i Göppingen i Tyskland, og for første gang i kvindehåndboldens historie i USPE, (startende med at Danmark var vært for de allerførste europæiske politimesterskaber, der blev afviklet i Løjt i Sønderjylland i 2004), ser det ud til at blive med i alt 8 tilmeldte hold. Schweiz og Østrig er "nyere" lande og har tilmeldt sig.





Derudover har vores norske venner, Tyskland, Frankrig, Ungarn, Holland og Danmark tilmeldt sig. Med i alt 8 hold, skal der ikke afvikles kvalifikationskampe, så landene kan stille og roligt forberede sig. Det europæiske håndboldforbund, EHF, har igen lovet at støtte med dommere, og de har også tilbudt at være værter for lodtrækningen, der skal foretages i EHF's hovedkvarter i Wien i starten af december måned.

På fodboldsiden er der endog meget stor lyst til at deltage. Ikke mindre end 18 hold havde tilmeldt sig, og lodtrækningen magede det således, at Danmark trak Østrig på hjemmebane i første kvalifikationsrunde. Vinder Danmark den kamp venter Bulgarien på udebane i 2. runde, og vinderen af den kamp er kvalificeret til finalerunden i Prag i sommeren 2018. Meget spændende sæson venter for fodboldudvalget (Jens Søgård, Jakob Søndergaard og Anne Louise Kent) og spillerne. Vi krydser fingre og ønsker dem held og lykke med forberedelserne.







#### FOR VORES NORDISKE VENNER BLEV RESULTATET AF LODTRÆK- NINGEN TIL DE EUROPÆISKE POLITIMESTERSKABER I FODBOLD:

**Finland – Monaco i første runde.**

Vinder Finland venter Schweiz på udebane i anden runde.

**Rusland – Estland i første runde.**

Vinder Estland venter en meget stærk modstander, nemlig Tyskland på udebane i anden runde.

**Norge – Irland i anden runde.**

Vinderen af den kamp er kvalificeret til finalerunden.

Held og lykke til vores danske hold og vores nordiske venner.

De seneste par år har der med et mildt ord været "en del uro" i det europæiske fodboldforbund (UEFA), der tidligere har støttet med både dommere til finalerunderne og som værter for lodtrækningen. Det har, mens uroen har stået på, været sat lidt på stand by, men på et møde i december hos UEFA, lovede UEFA at genoptage "traditionerne", og især det danske dommerinitiativ, som de 2 FIFA- og superligadommere Mads-Kristoffer Kristoffersen, og Jakob Bille, sammen med unge Patrick Remon og jeg søsatte op til kvindernes finalerunde sidste år, blev meget vel modtaget, og vores mandat er nu, at vi skal arbejde på en nøjere beskrivelse, som UEFA senere vil sende til de regionale fodboldforbund med kraftig appel om at på at støtte op med unge dommere til finalerunden – meget spændende.

Den ansvarlige for judo, schweizeren Oliver Schuerch, fremlagde et meget fint forslag om en holdkonkurrence i judo til de næste mesterskaber. Dette vil medføre at mesterskaberne forlænges med en enkelt dag, men Ungarn, der i 2019 er værter for de næste mesterskaber har givet grønt lys til initiativet.

#### OGSÅ GODE NYHEDER TIL CYKEL- OG SKYDEFOLKET

Belgien måtte på grund af terror aflyse de europæiske politimesterskaber i cykling i 2016. Der er lagt meget kraftigt op til, at mesterskaberne afvikles i september måned 2018, så cykelfolket kan godt få spændt hjelmen.

Også skytterne, hvor seneste mesterskaber blev afviklet i Vingsted i 2011, har længe været holdt på pi-nebænken, men nu er der heldigvis gode udsigter, altså bortset fra at de kommende mesterskaber afvikles i juli måned i Kazan i Rusland med begrænset dansk deltagelse på grund af perioden, men næste mesterskaber er allerede planlagt, og det bliver i 2019 i Suhl i Tyskland i et helt fantastisk område.

Netop det uheldige tidspunkt for mesterskaberne i skydning, samt at kvindemesterskaberne i håndbold er lagt i marts måned (midt i sæsonen), fik Gunnar Andersen, DPIF's næstformand og vicepræsident i USPE, til tasterne, og et langt brev til både teknisk komite og executiv-komiteen i USPE blev livligt debatteret. Der er ingen tvivl om, at placeringen af fremtidige mesterskaber vil blive nøje overvejet før der gives grønt lys.

Efter et par lange mødedage sluttede vi med et meget interessant besøg på verdens næststørste museum for Egyptisk kunst – et meget spændende museum, som klart kan anbefales, hvis vejen skulle falde forbi Torino.



# Hvorfor er det vigtigt uddannelses

Af Kenneth Marloth Henze, cand.mag., Politiskolen

Med tanke på den seneste tids politiske meldinger og den nuværende arbejdssituation, som dansk politi befinder sig i, ser det ud til, at der bliver ved med at være et stort behov for egnede ansøgere til politiet. Den første test, som ansøgere til politiet møder, er "Fysisk test for ansøgere til politiet", som gennemføres i et samarbejde mellem Rigspolitiets Rekruttering, Politiskolen og landets politikredse. Ved den fysiske test for ansøgere til politiet måles ansøgernes fysiske kapacitet. Med fysisk kapacitet menes, at ansøgeren skal vise, at han/hun har det fornødne styrke og kredsløbsmæssige niveau til at kunne gennemføre uddannelsen og senere politiarbejdets mange forskellige arbejdsopgaver tilfredsstillende.

For at afdække om ansøgeren lever op til de fysiske krav, skal han/hun gennemføre og bestå "Fysisk test for ansøgere til politiet". Den består af en almen test på ca. 20 minutter, som også fungerer som opvarmning, en hurtighedstest, stående samlet længdespring, krophævnninger, bænkpres og 2400 meter løb (øvelserne er nærmere forklaret på [www.blivpolitibetjent.dk](http://www.blivpolitibetjent.dk)). Disse øvelser er valgt for at afdække, om ansøgeren har tilfredsstillende koordinative evner, behændighed, hurtighed, styrkeudvikling i ben- og kernemuskulaturen, trækraft og skubbestyrke i overkroppen, samt om kredsløbet er på et tilfredsstillende niveau. For at sikre den bedst mulige overførbare mellem testen og politiprofessionen er der valgt øvelser, der styrke- og kredsløbsmæssigt kan overføres til de fysiske aktiviteter, som forskningen har vist, er kendetegnende for politivirksomhed (Henze 2015 og Henze 2016).

Politiet ønsker at have tilgang af de bedst egnede ansøgere. For at hjælpe ansøgerne med at forberede sig optimalt og præstere deres bedste til testen, har politiet blandt andet oprettet en hjemmeside. Hjemmesiden hedder [www.blivpolitibetjent.dk](http://www.blivpolitibetjent.dk), og på denne kan ansøgere:

Når den studerende er startet på politiskolen, er der i undervisningen fokus på, at den enkelte studerende lærer principperne for fysisk træning og træningsplanlægning. Dette skal den studerende kunne omsætte til en selvstændig træning, der underbygger politiprofessionens arbejdskrav. Det betyder, at det er de studerendes eget ansvar, at vedligeholde og udbygge deres fysiske kapacitet under uddannelsen, på samme måde som det er tilfældet i deres efterfølgende arbejdsliv.

I et studie gennemført af Tomislov m.fl. blev der undersøgt, hvorledes ansøgere til brandvæsenet præsterede i forbindelse med styrke-, kredsløbs- og diverse professionsrelevante tests, hvor der var fokus på situationer med stort fysisk pres. De fandt frem til, at de styrkemæssigt svageste ansøgere scorede færrest point i de professionsrelevante tests (Tomislov 2007, s. 448). De fandt yderligere frem til, at de ansøgere, som havde en god fysisk og især styrkekapacitet ved starten af deres uddannelse, også ved uddannelsens afslutning præsterede bedre i de professionsrelevante tests, end de ansøgere som havde et dårligere udgangspunkt ved begyndelsen af deres uddannelse (Tomislov 2007, s. 467). Det var især de ansøgere, som lå i de nederste 25% af bedømmelsen af den fysiske kapacitet, som præsterede dårligt ved de professionsrelevante tests (Tomislov 2007, s. 449 og 458). På trods af de studerendes markante fysiske forbedringer i løbet af deres studietid på 14 uger forblev opdelingen mellem de bedste og de dårligste ens (Tomislov 2007, s. 447).

I et andet forsøg undersøgte Schendt, hvorledes en gruppe politibetjente præsterede i bænkpres. Ud fra politibetjentenes præstationer i begyndelsen af deres uddannelse blev de inddelt i 5 niveauer/grupper. Sidst i deres uddannelsesforløb blev de testet igen. Forskerne fandt frem til, at de politibetjente der præsterede bedst i begyndelsen af deres uddannelse var blevet lidt mindre stærke, og at de svageste havde forbedret sig.

- se, få forklaret og læse om, de øvelser testen består af.
- se minimumsgrænser og karakterskalaer for testens styrke- og kredsløbsselementer, hvilket gør det muligt, at kunne udmærke og differentiere sig i forhold til andre ansøgere.
- downloade en træningsapp., som kan hjælpe dem med at opnå de ønskede resultater.
- tage personlig kontakt til Rigspolitiets Rekruttering.



# med et godt fysisk udgangspunkt ved start på Politiskolen?



Ingen af de studerende mindskede eller øgede dog deres præstationsniveau nok til at blive flyttet til et andet af de 5 niveauer (Schendt, 2009, s. 2414 f.).

Af ovenstående fremgår det, hvor vigtigt det er, at de studerende ved studiestart er skadesfri og som et minimum har opbygget en tilfredsstillende fysisk kapacitet. Således sikres, at deres

fysiske kapacitet ikke hindrer dem i at kunne deltage aktivt i og gennemføre uddannelsens fysiske og beredskabsfaglige undervisning tilfredsstillende.

Politiets ønske, om at de studerende allerede inden starten på deres uddannelsesforløb på politiskolen har opbygget en tilfredsstillende fysisk kapacitet, har således flere årsager.

- uddannelsen er fysisk krævende
- den studerende har mindre risiko for overbelastnings- og akutte skader.
- der er større risiko for, at de studerende ikke kan nå at træne sig til et acceptabelt fysisk niveau, der kan sikre dem selv og deres klassekammerater i den fysisk krævende undervisning samt undervisningscases med eksempelvis fysiske konfrontationer.
- der er færre timer til rådighed til undervisning end tidligere, og der er derfor ikke fokus på træning, men på uddannelse af de studerende.
- jo bedre fysisk kapacitet den studerende har oparbejdet inden starten på politiskolen, des bedre vil denne ifølge tidligere omtalt forskning kunne præstere i de professionsrelevante tests og dermed i de fysiske dele af uddannelsen samt det efterfølgende arbejdsliv.

## Litteraturliste

**Henze, K. (2015):** Har kropshøjde indflydelse på politibetjentes fysiske testresultater, og kan den have indflydelse på en konflikthåndteringssituation? In. *Politi Idræt / PI-nyt*. København. Nr. 7, september 2015. Dansk Politi Idrætsforbund.

**Henze, K. (2016):** Hvorfor stor maksimal styrke i politiprofessionen? In. *Politi Idræt / PI-nyt* København. Nr. 1, marts 2016. Dansk Politi Idrætsforbund.

**Schendt, K. (2009):** Longitudinal Changes in Strength of Police Officers With Gender Comparisons. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23:8, s. 2411 – 2418.

**Tomislov, Matic & Henderson, N D & Berry, M W (2007):** Field Measures of Strength and Fitness Predict Firefighter Performance on Physically Demanding Tasks. In. *Personnel Psychology*, nr. 60, s. 431 – 473

[www.blivpolitibetjent.dk](http://www.blivpolitibetjent.dk)





Af Peter Wihan, Sydsjælland og Lolland Falsters PI  
Fotos Anette Leisner, Fyns PI

# Vintercup 6 afd.

Tirsdag den 22. marts var det blevet tid til årets sidste afdeling i MTB-vintercuppen. Jeg havde igen, nærmest vanen tro, ikke fået trænet en pind op til endnu et stævne, og var derfor lidt spændt på, om jeg kunne klare en hård tur på cykel. Samtidig var der lidt skade at kæmpe med, så det så ikke alt for lovende ud.

Jeg fik dog fundet frem til Vissenbjerg Hallen, hvor der var stævnecenter. Selve løbet skulle foregå på et privat spor, ca. 2 km. nord for i Grøftebjerg. På stævnecenteret fik jeg mig en god snak med stævnearrangør Peer Leisner. Han kunne oplyse, at jeg var eneste mand på begynderbanen, så presset faldt nu lidt fra mine skuldre. Han havde selv været ude på banen om morgenen for at teste den efter en ualmindelig våd aften dagen før. Her menes ikke alkohol, men derimod vejret, der havde vist tænder, og der var faldet en massiv



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



Artiklens forfatter – Peter Wihan



mængde regn. Ejeren af sporet havde også haft ringet aftenen før til Peer og havde luftet muligheden for, at der måtte aflyses pga. for meget vand på sporet. Testturen havde dog været god, og med et let skælmsk smil, mente Peer nu, at banen var fin og at den ikke var alt for svært – virkeligheden for en begynder var dog en noget anden, skulle jeg erfare.

Vejret på selve dagen var det man kalder ustabil. Solen var fremme, da jeg kørte hjemmefra, men der var godt med vind

og skyer flere steder. 10 minutter før starten kom der også lige en meget kraftig haglbyge, og temperaturen var bestemt ikke til shorts (som undertegnede havde på). Det er selvfølgelig også kun en begynder, der laver den slags rookiefejl. Starten gik, og de knap 30 ryttere drønedede derudaf. Jeg tog det selv roligt og prøvede at spare kroppen. Det skulle dog vise sig umuligt, for der var pløret derude, og ruten var mildest talt kuperet. De fleste måtte af og trække med meget jævne mellemrum, men der blev kæmpet, og det var sjovt som altid. Der var også nogle







## Forårsstemning

Vel i mål – afventer cykelvask



**Finn Kristensen (forrest) og Erik Damgaard  
– klasse 4 - afventer startsignal**

alvorlige nedkørsler, som krævede en del teknik. Jeg valgte nu at løbe ned af de fleste. På et tidspunkt blev jeg dog overmodig og fulgte alligevel efter Line Folkman, der blev på cyklen ned af den allerværste bakke. Hun klarede turen flot – det gjorde jeg ikke! Jeg måtte lige ud over styret en tur, men landede da heldigvis blødt og undgik de værste skrammer. Det var dog enden på mine satsninger den dag, så jeg måtte af og på cyklen mange, mange gange.

Efter godt 80 minutter i hård kamp med naturen, var det slut for mit vedkommende. Jeg var helt kvæstet, men mange andre så også godt trætte ud. Efter en hurtig forfriskning på stævnepladsen var det hurtigt op i hallen og i bad. Herefter var der "byg selv burger" før en ordentlig omgang præmier skulle foredeles. Der var præmier både til dagens løb, men også til de samlede placeringer for alle 6 løb. Selvom jeg selv manglede meget teknisk, var det en super sjov tur og en perfekt afslutning. Tak til Fyns PI og Peer for en festlig, hård og lærerig tur i Vissenbjerg.







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 left, partially overlapping the logo and the oak leaves.

Idrætsnyheder

---

PI København

---







# Politiets Idrætsforening København inviterer til DHL-Stafet 2017

**Løb for sundheden – DHL – stafetten 2017**  
**onsdag den 30. og torsdag den 31. august**

Ca. 750 deltog sidste år i DHL – stafetten, som blev en stor succes. Politiets Idrætsforening, København opfordrer derfor alle til også i 2017 at deltage i stafetten én af de to nævnte dage, hvor Rigspolitiet stiller telt op i Fælledparken til alle løbere fra Sjælland og Lolland Falster, der er ansat i politiet. Rigspolitiet leverer endvidere frugt og vand, og igen år har de besluttet sig for at udlevere en løbetrøje til hver løbsdeltager.

I Fælledparken afvikles stafetløbene med 5 løbere på hvert hold med første start kl. 1800 begge dage. I kan også vælge at gå de 5 km sammen med dit hold. Hele holdet starter samlet og går de 5 km på en selvstændig walk-rute med masser af underholdning undervejs. Walk starter også kl. 1800. Ønsker man at gå, bedes dette meddelt ved tilmeldingen.

Tilmelding af hold skal ske direkte til Politiets Idrætsforening København - Idrætskontoret -, cbe007@politi.dk eller pi-kbh@politiidraet.dk. PI - København betaler startgebyr for egne medlemmer, medens løbere, der ikke er medlem af PI - København, skal betale ca. kr. 135,00 pr. person, med mindre der samtidig sker indmeldelse i PI - København.

I forbindelse med tilmeldingen bedes oplyst navn, fødedata samt trøjestørrelse. Af hensyn til bestilling af trøjer er sidste frist den 19. maj.

Idrætsforeningen serverer igen i år grillpølser.

Motion krydret med hyggeligt samvær er en god grund til at tilmelde sig DHL-stafetten 2017.

VI SES

På vegne af PI – København  
Gunnar Nørager  
Formand





*Elisabeth Haslund tildeler guldnålen til  
Gymnastikafdelingens formand Rasmus A. Schultz*



*Kasserer Peder Nielsen og formand  
Michael Warren fra Floorballafdelingen*



*Holdpokalen - Benjamin Darvill, Andreas Hvilsom, Frederik Jørgensen, Mathias Ferre Poulsen, Oliver Nelmark og Morten Bollesen.*





Formanden sammen med bordtennisspilleren Daniel Fynsk



Dirigenten Allan Valkki



Formanden Gunnar Nørager



Træner for Judoafdelingen Lars Maagaard får guldnålen



Kasserer Kristian Kjær Jensen



Formanden for Orienteringsafdelingen og bestyrelsesmedlem i Sejlsports- og Kajakafdelingen Jan Kofoed med jubilæumsfadet.

# Generalforsamling

## i Politiets Idrætsforening, København

Af Gunnar Nørager, formand • Fotos Mogens Voigts

Den 16. marts 2017 afholdt PI – København den årlige generalforsamling i Færdselsafdelingens kantine i Valby.

Knap 80 medlemmer havde fundet vejen. Formand Gunnar Nørager bød velkommen. Allan Valkki blev valgt til dirigent.

Næstformand Nikolaj Kjærsgaard og kasserer Kristian Kjær Jensen blev genvalgt.

Under middagen blev der uddelt æresbevisninger.

**Jubilæumsfadet** blev tildelt Jan Kofoed Nielsen, der er en stor arbejdskraft både som formand i Orienteringsafdelingen og som bestyrelsesmedlem i Sejlsports- og Kajakafdeling.

**Holdpokalen** gik til Judoafdelingen, der igen vandt DM – og derudover vandt Mathias Ferre Poulsen, Anders Bundgaard Olsen og Benjamin Darville individuelt DM, hvorfor de fik tildelt en sølvnål. Oliver Nelmark skal også nævnes, da han også vandt guld. Det gjorde han imidlertid også året før, hvor han fik tildelt en sølvnål.

Michael Warren, formand for Floorballafdelingen, fik tildelt en sølvnål, da han har været formand i 5 år.

Daniel Fynsk fik tildelt en sølvnål for hans store resultater i bordtennis – både nationalt og internationalt.

Formanden for Gymnastikafdelingen, Rasmus A. Schultz, fik tildelt **guldnålen** efter formandskab i 10 år.

Derudover fik træneren i Judoafdelingen, Lars Maagaard, tildelt **guldnålen** for hans store indsats i Judoafdelingen.

Alle blev hyldet med fortjente klapsalver.

Det var igen en hyggelig eftermiddag/aften – tak til alle de fremmødte. Vi ses næste år.

Se i øvrigt vores hjemmeside [www.politiidraet.dk](http://www.politiidraet.dk), hvor I bl.a. kan læse formandens beretning, og I kan også finde os på facebook – <http://facebook.com/sportipolitiet>



# Indefodboldstævne i København



Af Nikolaj Kjærsgaard, PI-København  
Fotos Mogens Voigts, PI-København

Igen i år lod det sig gøre at afholde det traditionsrige indestævne i Valby. Sidste år havde fodboldafdelingen set sig nødsaget til at aflyse. Politiets Idrætsforening Københavns forretningsudvalg besluttede på et møde, at i år skulle vi prøve igen. Det kunne simpelthen ikke passe, at et så populært stævne ikke kunne komme op at køre igen. Forretningsudvalget fik fat på Camilla Christiansen fra Fodboldafdelingen, der indvilgede i at hjælpe med at arrangere stævnet.

Det første bump på vejen var at leje 2 baner i Valbyhallen. Efter lange seje kampe lykkedes det at leje 2 haller fredag den 3. marts – og i øvrigt til en noget højere pris end tidligere.

Indbydelsen blev sendt ud, og vi ventede spændt. Der måtte lige en reminder til, og så begyndte tilmeldingerne at komme. Der kom desværre ingen tilmeldinger fra Fyn og Jylland, men det er jo også hårde tider, hvor det er svært at få fri, og man er tvunget til at prioritere.





Nr 2 i oldboysrækken Vestegnen PI



Det lykkedes at komme op på 20 hold, og det blev besluttet, at stævnet skulle gennemføres. Som altid kan det ikke undgås afbud på grund af arbejde, skader, m.m., men det lykkedes at afvikle stævnet med 17 hold – 8 old boys hold og 9 senior hold. Der var lidt startvanskeligheder med højtaler og ur i hallen, men det kom der også styr på. Alt kan jo lade sig gøre, når man har hjælpere som Jens Jønholt, Anders Norup og Bjørn Bæk. Derudover 3 gode dommere, der i øvrigt ønskede, at der skulle stå i artiklen, at det havde været et godt stævne – i god og sportslig ånd.

Det er fantastisk at stå på sidelinjen og konstatere, at alle – også old boys spillerne – bliver 16 år igen, når de går på banen – altså først efter de er kravlet over banden. Alle går 100 % op i spillet, og hos mange for følelserne frit løb – i hvert fald verbalt.

Idet der var 3 afbud i seniorrækken, resulterede det i at der var en del aflyste kampe. Det kan ikke undgås, men alle tog det med ophøjet ro.

Efter de indledende kampe stod det klart, at de to semifinaler stod mellem Bellahøj-Helsingør og City-Vestegnen. Den første semifinale blev målrig og medrivende med Bellahøj som de klare vindere med 7-4. I den anden blev der scoret knap så mange mål, men igen med en klar vinder Vestegnen vandt med 4-1.

I kampen om 3. pladsen trak City det længste strå og vandt bronzekampen med 4-1.

Finalekampen, der som så mange gange før, stod mellem Bellahøj og Vestegnen. Det blev en medrivende finale, der bølgede frem og tilbage. Dog var Bellahøj hele tiden lige et skridt foran og kunne efter de 9 minutters kamp række armene i vejret efter en sejr på 3-2. Velfortjent og nok det bedst spillende hold under hele turneringen.

Stævnets bedste spiller blev Wahid Elidrissi, Station Bellahøj for anden gang.

I old-boysrækken var der ingen afbud, så spilleplanen holdt stik. I puljerne blev der spillet dobbelt turnering, således at hvert



Nr 2 i seniorrækken Vestegnen PI



Nr 3 i seniorrækken City



Vinder af oldboysrækken EFE-Teglholmen









Finale i seniorrækken - Bellahøj  
- gule trøjer - Vestegnen

mødtes to gange. Resultaterne magede sig sådan, at de to semifinaler stod mellem Vestegnen - ØKO og EFE Teglholmen - Indre By.

I begge semifinaler blev ikke overladt noget til tilfældighederne, og spændingen udeblev. Vestegnen vandt med 6-2 og EFE Teglholmen med næsten de samme cifre 5-2. Derfor var finalen en duel mellem Vestegnen og EFE Teglholmen.

Bronzekampen mellem Indre By og ØKO blev en noget ensidig forestilling, hvor Indre By hurtigt kom foran og endte med at vinde med 8-1.

Derimod var der i finalen mere spænding om resultatet. De to hold fulgtes ad, og da de 9



minutter var udløbet var stillingen 2-2. Når dette er tilfældet, spiller man videre til først scorede mål, det såkaldte Golden Goal. Vestegnen var i boldbesiddelse, men formåede ikke at udnytte det. Og på det efterfølgende angreb fik EFE Teglholmens Golden Boy, Johnny Brandt, bolden i højre side. Iskoldt lagde

han den i nærmeste krog, og EFE Teglholmen kunne fejre sejren. En Golden Boy med et Golden Goal, sådan! Der var vin til de 3 øverste placerede hold i hver række.



Der skal lyde en tak herfra til alle, der var med til planlægningen af stævnet, samt til hjælperne på dagen, ingen nævnt, ingen glemmt. Dog skal Rasmus Hessellund lige have en "GOD BEDRING" med de to brækkede håndled. Vi håber, at vi ses næste år.





# PI Floorball

Det er søndag omkring middag en råkold efterårsmorgen i en idrætshal på Bellahøj. I omklædningen lugter der af værtshus og tigerbalsam. De lavmælte samtaler om nattens eskapader brydes af de skærende og knitrende lyde fra de mange meter sportstape, der rives af rullerne.

Opvarmning balancerer i et ulyksaligt kompromis mellem at få den trætte krop i gang og at holde hovedpinen på et minimum. Kamptrøjen trækkes over hovedet. Spillerne samles i en cirkel omkring målet, og rækker stavnen frem som musketerkårdere. Fra modstander-enden lyder en forkølet Kasper Hvidt kopi: "Hvad kæmper vi for?", og spillerne svarer vattet som var de en strikkeklub "Sejr!". PI Floorballs kaptajn ser sine spiller i øjnene én efter én, og råber så spyttet flyver og hallen runger: "I Dronningens navn!" Spillerne løfter faretruende stavene og svarer: "SÅ TRÆKKER VI STAVENE"!

*Fra venstre mod højre: Formand Michael "The sniper" Warren, Daniel "Assist König" Toldam og ligaens bedste målmand Kenneth Hansen.  
Foto: Mikkel Suppras.*





◀ *Før kampen.*  
Foto: Mikkel Suppras

Tekst Henrik Jøhnk Hess  
Fotos Mikkel Suppras

## EN HEKTISK START

PI Floorball har i sæsonen 2016/2017 kun haft et enkelt hold tilmeldt Danmarksturneringen, da vi kort før sæsonens opstart så os nødsaget til at trække det ene hold, grundet skader, spillere der flyttede til Jylland, og spillere der helt lagde floorballstaven på hylden for at gå på velfortjent floorballpension. I kategorien af sidstnævnte vil jeg benytte lejligheden til kort at fremhæve Morten "G" Gundlach. Han har, udover at være utroligt vellidt både på og uden for banen, været en stjerne-playmaker og kulturbærer længere end nogen kan huske i PI Floorball. Heldigvis dukker han stadig op til træning en gang imellem og giver gode tips og tricks til især vores nyere spillere.

Men vi resterende spillere stod altså tilbage med ét hold, der havde smadret alt og alle i Serie 1 og derfor var rykket op til Sjællandsserien, og på det hold kunne vi nu se frem til at integrere de resterende spillere fra det hold, vi desværre måtte trække fra 1. division. En forstærkning der gav god tro på, at ambitionerne om at spille med om oprykning fra Sjællandsserien var realistiske.

## EN STOLPE-UD SÆSON

Sæsonen løber fra september til marts, hvor der er kamp cirka hver anden weekend. I sæsonens første kampe var det tydeligt, at vi havde samlet to hold, og at spillerne derfor skulle lære hinanden at kende og udvikle nye fælles spilsystemer og taktikker. Der føres heldigvis ikke statistik på hverken stolpeskud, brændte kæmpechancer, eller vanvittige og heldige målmandsredninger. Hvis man førte statistik på dette, ville PI Floorball helt sikkert have toppet alle listerne. Vi spillede ofte fejende flot, men fik ikke omsat det til cifrene på lystavlen. Blandt andet på den baggrund tabte vi alt for mange tætte kampe med et enkelt mål eller to. Til gengæld har vi, som det hold eneste i rækken, slået topholdet fra Uvelse både ude og hjemme. Et tydeligt bevis på, at vores topniveau hører hjemme i toppen af Sjællandsserien – eller måske endnu højere.

## ALLE LAVER POINT TIL HOLDET

En stor forskel fra eksempelvis fodbold er, at alle på et floorballhold kan lave point – selv målmanden. Som det fremgår af topscorerlisten laver nogle selvfølgelig flere point end andre. Lasse Kallehauge fra lokal efterforskning på Station City er med to kampe tilbage af sæsonen klub-











Fem flotte politimedlemmer. Foto: Mikkel Suppras



## ► Fakta

### TOPSCORERLISTE (KUN PI FLOORBALL)

Spiller	Kampe	Mål	Assist	Point	Snit
Lasse Kallehauge	8	19	1	20	2,5
Lars Hansen	11	12	8	20	1,8
Kenneth Svane	13	6	7	13	1,0
Daniel Toldam	12	6	4	10	0,8
Ronny Andreasen	6	6	3	9	1,5
Bo Fuglsang	10	6	2	8	0,8
Teddy Larsen	10	2	5	7	0,7
Behrang Fayazzi	11	1	6	7	0,6
Ulrik Dreijer Hansen	10	4	2	6	0,6
Jakob Andersen	9	3	3	6	0,7
Arne Elvis Fuglsang	13	1	5	6	0,5

bens topscorer på trods af, at ferie og skader har holdt ham ude af flere kampe. Han jagtes dog skarpt af Lars Horstrup Hansen, der blandt andet scorede sejrs målet mod Benløse, da han i kampens døende minutter modtog et genialt udkast fra målmand Kenneth Hansen, hvorved han kom alene i løb mod modstanderens mål. Han udplacerede køligt den sagesløse målmand i Benløse-buret og sendte den blødt i nettet til slutresultatet 6 – 5 til PI.

### KOM OG VÆR MED

PI Floorball er en klub hvor det sociale vægter lige så højt, som de sportslige ambitioner. Vi vil rigtig gerne have flere spillere og kammerater i klubben. Man er velkommen uanset om ens ambition er en ugentlig motions-træning eller den øverste plads på topscorerlisten.



## ► Fakta

### SENESTE FEM KAMPE

Herlev FC - PI  
4 - 11

Hvidovre Attack FC - PI  
3 - 4

PI - Holbæk  
5 - 6

Jyderup Farmers - PI  
6 - 4

PI - Uvelse FC  
6 - 5





Vi træner hver onsdag i Bellahøjhallens Hal 2 fra kl. 19.30 – kl. 22.00. Medbring idrætstøj og et par gode indendørs-sko – så hjælper vi dig med resten!

Vores motto har altid været: "Har du to arme og to ben, og lysten til at være med? – SÅ er du hjerteligt velkommen!".

Find vores offentlige gruppe "PI Floorball" på Facebook

## UDFORDR OS!

Går du og din afdeling på jobbet, eller din idrætsforening, og hygger med lidt gymnastiksalshockey – så udfordr os til en træningskamp. Vi lægger gerne faciliteter til, og I må gerne låne en målmand af os!

Ved alle typer af spørgsmål er man hjerteligt velkommen til at kontakte Formand Michael Warren (Beredskabet, Station City): 5135 5035 **eller** Holdleder Henrik Jøhnk Hess: 2833 5833

## ► Fakta

### STILLINGEN I SJÆLLANDSSERIEN

	Hold	Kampe	V	U	T	Score	Point
1.	Uvelse FC	16	12	1	3	93-61	37
2.	Holbæk Bombers	16	12	1	3	118-62	37
3.	FK Jyderup Farmers	15	10	3	2	83-60	33
4.	Herlev FC 2	16	7	3	6	100-89	24
5.	PI-København	16	7	2	7	76-73	23
6.	Amager Executioners	14	6	3	5	52-52	21
7.	Greve FC	15	5	1	9	70-77	16
8.	Benløse FC 3	16	4	3	9	68-85	15
9.	Hvidovre Attack FC 4	15	3	0	12	56-104	9
10.	Vallensbæk Floorball 2	15	2	1	12	51-104	7

◀ Skribent og holdleder Henrik Jøhnk Hess.  
Foto: Mikkel Suppras





# Fuld fart på opvisningssæsonen for PI-Gymnastik

Af Elisabeth Arnsdorf Haslund, PI-Gymnastiks bestyrelse  
Fotos Vibeke Green

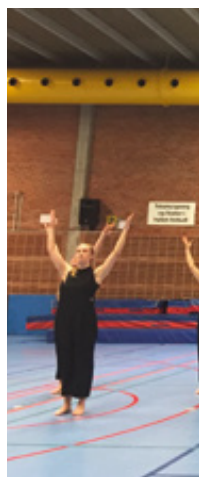
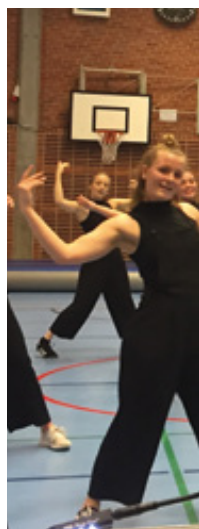
Forår er lig opvisninger i gymnastikverdenen – og sådan er det også for de mange hold i PI-Gymnastik, der lige siden januar har været på farten adskillige gange til opvisninger og stævner rundt omkring i landet.

Som I kan læse om i dette blad deltog flere af foreningens hold ved den tilbagevendende OD-dag på gymnastikhøjskolen i Ollerup i februar – og hele syv PI-hold var med til DGI Storkøbenhavns forårstæвне i marts.

Og det er kun et lille udvalg. Flere hold bliver inviteret til særlige gallaopvisninger og events – og flere hold

gør også et stort arbejde selv i forhold til at opsøge lokalforeninger og landsdelsforeninger rundt i landet for at få lov til at komme på besøg som gæstehold fra Politiets Idrætsforening.

Således kan gymnastik- og danseholdene fra PI hver sæson opleves mange steder uden for Stenbroen i København – i februar var to af PIs hold, Opvisningsholdet og PI Elitepiger, helt i Vestjylland for at deltage i et stort og festligt stævne på Dejbjerglund Efterskole – det kan du læse mere om i næste blad ...







# Syv PI-hold til årets forårsstævne

PI Urban debuterede på opvisningsgulvet ved DGI Storkøbenhavns forårsstævne i marts.

Tekst og fotos Camilla Rueløkke, instruktør PI Urban

Tre dage med sprængfyldte gymnastikprogrammer, god stemning og sprudlende atmosfære. Det er rammerne, når DGI Storkøbenhavns forårsstævne afholdes hvert år.

I år foregik det i Frederiksberg-hallen d. 10.-12. Marts. Stævnet er for alle lokalforeninger i DGI Storkøbenhavn og ved at være repræsenteret med hele syv dygtige hold, dominerede PI Gymnastik programmet. Syv hold, som til og med hver især præsenterede forskellige udgangspunkter for spændende bevægelse inden for gymnastik og dans.

Hvor dette stævne for de fleste hold er placeret midt i rækken af opvisninger i løbet af foråret, så var det for PI Urban sæsonens første opvisning. Det tilførte dagen endnu mere spænding for de 22 piger, som flere gange skulle minde sig selv om at nyde den fantastiske energi og højlydte opbakning fra tilskuerrækkerne i de hurtige otte minutter på opvisningsgulvet.

Den efterfølgende stemning var præget af velfortjent stolthed, glæde og lettelse oven på den gode oplevelse, som gymnastikken og opvisningsgulvet igen havde sat rammen for.











# PI-X til OD-dag på Fyn

Det eksperimenterende dansehold i PI-Gymnastik, PI-X, satte kurs mod Ollerup for at deltage i den traditionelle OD-dag.

Af Silke Borly, danser på PI-X  
Fotos Vibeke Green

Den 4. februar tog vi afsted mod Gymnastikhøjskolen i Ollerup for at lave vores anden opvisning på sæsonen.

Den traditionelle OD-dag, der foregår på Gymnastikhøjskolen i Ollerup på Fyn, er en fed dag fyldt med gymnastik og dans og en masse glade mennesker, som netop samles om dette. Fem af os på holdet er tidligere elever på gymnastikhøjskolen - og for os betyder denne dag rigtig meget, da vi samles med vores højskolevenner og har en virkelig hyggelig dag.

Det er altid spændende at komme som et lille hold på 14 dansere fra Sjælland til et stævne, som består af rigtig mange gymnaster fra Jylland og Fyn. Selvom PI-X deltager i en dag som OD-dag, der er et gymnastikstævne, så er vi nok mere et dan-

sehold end et gymnastikhold. Vi eksperimenterer med bevægelserne og sammensætningen af vores show - og bryder gymnastikrammerne. Og det er rigtig spændende. Spændende at udføre, spændende at vise og spændende at se, hvordan publikum tager imod det og oplever det.

Heldigvis var der stor opbakning og mange klapper af os. Opvisningen gik godt, og det var fedt bag efter at få roser fra en masse kompetente mennesker, som ved, hvad de taler om.

Vi var på gulvet tidligt, så resten af dagen stod på at bakke de andre hold op, når de var på gulvet. Også PI Elitepiger fra PI-Gymnastik var til OD-dag og leverede en flot opvisning - men det var selvfølgelig Ollerups Elitehold, som lukkede og slukkede showet med et brag af en performance.









# Marts løbet i PI Københavns Motionsafdeling

Af Mikael Bork, Motionsafdelingen, PI-København

Lørdag den 11. marts startede 2017 sæsonen i PI-Kbh.s Motionsafd. med det første løb i stationsturneringen. Foråret viste sig fra sin pæne side med årets første forårsdag med høj blå himmel og solskin. De fremmødte løbere havde en fin tur i skoven. Som vanligt blev der trukket lod om en løbevest blandt deltagerne. Denne gang gik løbevesten til en af de flittige deltagere, Jeppe Schrøder. Der var flere pensionerede deltagere. Der skulle jo komme flere og flere pensionister, så måske det er dem, som afdelingen skal bygge sin fremtid på. Det var en fornøjelse at se Jan på 69 år heppe på Svend på 78 år frem til første halvdel af idrætsmærket. Vi ender jo alle som pensionister med tiden.

**Kommende Motionsløb: Tirsdag den 9. maj kl. 1900 fra Politiskolen i Brøndby**

Lodtrækningspræmier fra Motionsafdelingens sponsor:

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









# Sevilla Marathon



Tekst og fotos Jens Vuust, PI-København

Så var tid til endnu et maraton, og denne gang var valget faldet på Sevilla. Et rigtigt godt valg, når vi selv skal sige det, da vinterens sure, korte, mørke og triste dage blev udskiftet med høj sol, 20 grader, appelsintræer og korte bukser. Der skal lyde en stor tak til PI - Københavns Motionsafdeling for økonomisk støtte til turen.

Vi var 9 forventningsfulde deltagere, hvoraf den ene deltager skulle have sin debut, resten havde alle løbet maraton før. Vi præsterede endnu engang at lave den fejl, at lørdagen blev brugt på nummerudlevering og EXPO, som jævnt kortet over Sevilla lå forholdsvis tæt på, hvorfor vi som friske motionister selvfølgelig sagtens kunne gå fra hotellet og til nummerudlevering og retur. Dette medførte en god opvarmning på ca. 25 kilometers vandretur – måske ikke den mest optimale optakt til maraton om søndagen, men vi fik set meget af den smukke by.

På løbsdagen mødte vi alle forventningsfulde og spændte op til startlinjen, faktisk så tidligt, at det stadig var mørkt. Et fint arrangeret løb, hvor der stort set ikke var ventetid ved startlinjen og rigeligt med toiletter i startområdet – der sker et eller andet med maven op til et maratonløb og behovet for akut toiletbesøg. Løb

et afviklet i perfekt løbevejr. Ca. 15 grader, ingen vind og masser af plads til løberne og gode depoter undervejs. Ikke de store mængder tilskuere i starten, men mod mål i den gamle del af Sevilla var der rigtig mange og meget aktive tilskuere, som højlydt støttede løberne (håber jeg, da mit spanske ordforråd er noget begrænset).

Alle havde et godt løb, og alle kom i mål og fik en fortjent medalje. Undertegnede havde et styrt undervejs, men grundet den lave hastighed må det nok nærmere beteges som et elegant rullefald, og det var kun stolthed, som blev såret. Et meget godt arrangeret og udført maraton, som er det fladeste i Europa og kan klart anbefales til andre. Tiderne for deltagerne svingede fra 3.06 til 4.45.

Der skal endnu engang opfordres til at deltage i denne type løb – glem løbetider og husk på glæden ved at have sat sig et mål, trænet og gennemført et maraton – det er stadig en fantastisk fornemmelse af komme i mål, og så er tiden heldigvis underordnet. En rigtig god tur, hvor det sociale var i højsædet og humøret højt. Vi planlægger naturligvis allerede for et løb næste år, og mon ikke Rom skal testes – det er jo vanedannende.



# Travl start

i PI-Københavns Skytteafdeling







Af Michael Randrup  
Fotos Robert Hansen, DPIF, arkivfotos

2017 har været en travl start for PI-Skydning, København. Vi har fået skiftet ud i bestyrelsen – Vores kære formand, Conny Jensen, valgte efter mange år og træde tilbage grundet personlige forhold. Conny har været en markant personlighed i PI, og hun bliver svært at erstatte.

Det er også personlige forhold, der er grunden til at vores kasserer gennem 2 år, Lars Toft, er trådt tilbage – Lars vil blive savnet i klubben for sit gode humør og altid styr på regnskaberne.

Conny erstattes af Michael, der til daglig er ansat i Udrykningssektionen. Michael er en rutineret skytte til glæde for nye medlemmer. Michael kommer fra en suppleantplads i bestyrelsen. Lars erstattes af Søren, der gennem mange år har været medlem af PI – Skydning. Søren har en bred erfaring med skydning både i relation til politi, sportsskydning og jagt. Ligeledes har han et bredt kendskab til lovgivning inden for våbenområdet grundet civil interesse og arbejdsmæssige opgaver. Morten træder ind som bestyrelsesmedlem. Morten er SKIN i beredskabsfagligt afsnit på Artillerivej. Hvis du ikke har mødt Morten endnu i forbindelse med en tjenestestydning, så er det din fejl. Manden er hele tiden på Kalvebod! Philip Aaen, har du mødt på depotet. Philip træder ind i bestyrelsen som suppleant. Philip har en stor viden om våben og skydning, som vi håber at nyde godt af i bestyrelsen.

PI - Skydning oplever en kæmpe medlemsfremgang, det er naturligvis dejligt, men det giver lidt sved på panden til banevagten. De mange nye medlemmer gør også, at vi i bestyrelsen kigger på muligheden for andre baner/flere baner i forbindelse med skydning søndag og mandag. Vi har også taget en del nye banevagter ind i folden, hvilket gerne skal fylde kalenderen ud og sikre, at der altid er en vagt på banen.



Mange medlemmer (nye som gamle) spørger endvidere omkring brugen af tjenestepistol i fritiden – vi har på [www.piskydning.dk](http://www.piskydning.dk) lavet en gennemgang af regler på dette område. Kort fortalt så må du kun anvende din tjenestepistol i fritiden, hvis du er medlem af en skytteafdeling under Dansk Politiidrætsforbund og har et medlemskort udstedt af DPIF med dit navn og våbennummer påført samt anvender Rigspolitiets ammunition.

Er du i tvivl om reglerne, er du altid velkommen til at spørge enten en fra bestyrelsen eller en banevagt.

Vi arbejder hårdt på og få IPSC op at køre i PI – Skydning. Vi håber at kunne tilbyde et rent politi-teori/sikkerhedskursus. John og Morten er i spidsen for dette. Har du interesse i IPSC, så kontakt enten John Cramer eller Morten Juul. Vi arbejder i forbindelse med IPSC også med, at det skal være muligt for PI medlemmer med IPSC licens og anvende bane 14-15 på Kalvebod til egen træning... mere om det senere.

Er du endnu ikke på PI - Skydning, KBH's Facebook gruppe, så kom af sted. Søg gruppen frem og anmod om medlemskab, så lukker vi dig ind. Gruppen er tænkt som en hurtig kommunikationsplatform til spørgsmål og info omkring skydning.

Vores nuværende hjemmeside [www.piskydning.dk](http://www.piskydning.dk) står også til renovation, så i løbet af året vil du stille og rolig se en opdateret hjemmeside med relevant information omkring klubben.

PI – Københavns Skytteafdeling er i stor medlemsfremgang, så vil du være med i foreningen, så meld dig ind via blanketten på vores hjemmeside. Findes under fanebladet "kontakt". Efter ca. 14 dage modtager du medlemskortet med tjenesteposten, og du er lovligt skydende i fritiden.

Range is hot – vi ses på banen.



*Den afgangende formand gennem mange år Conny Jensen ved et tidligere politimesterskab i Vingsted.*















MAGASINPOST **SMP**  
ID-NR. 42554

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

