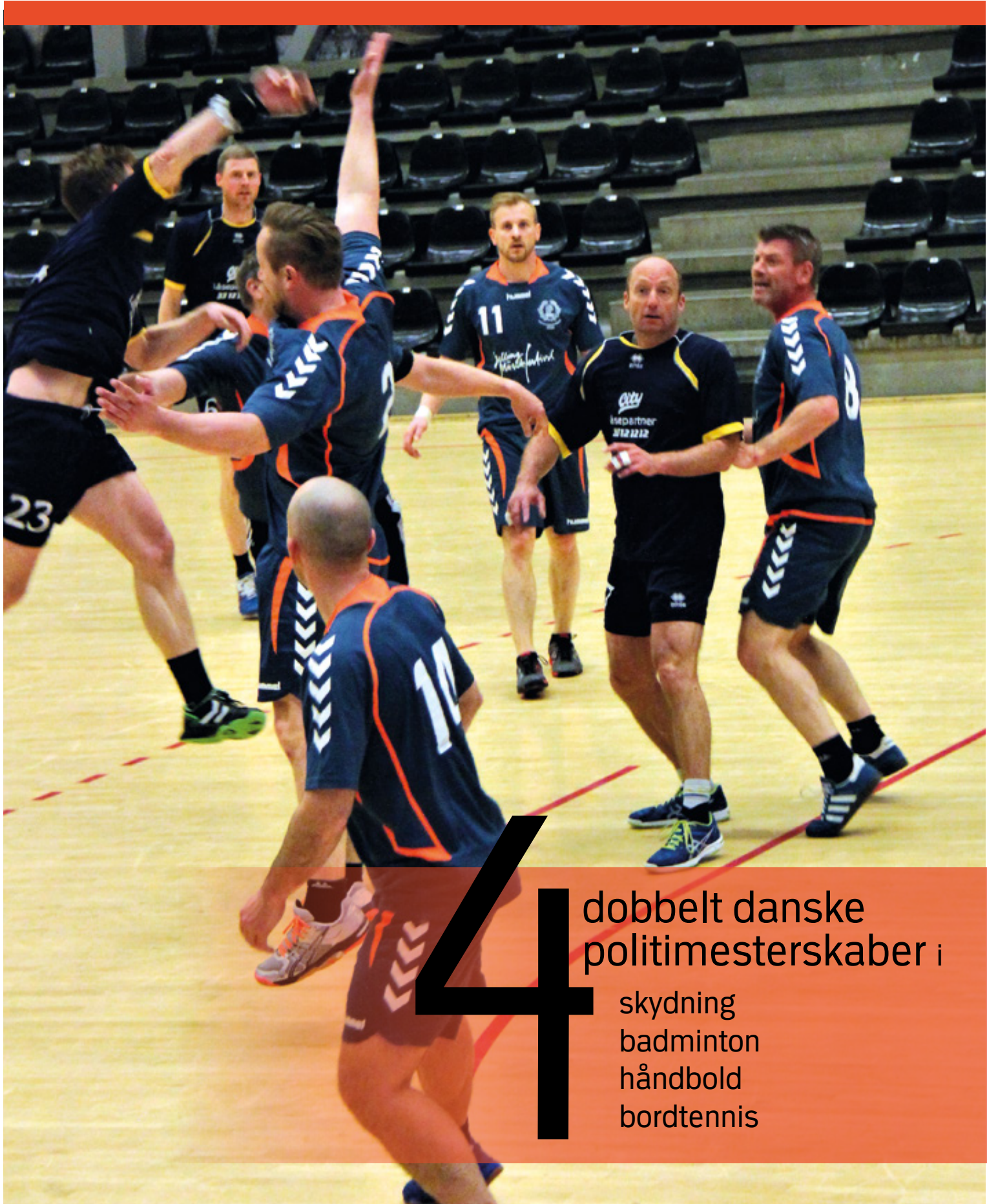


POLITIIDRÆT

Dansk Politiidrætsforbund nr. 3 • 2017



4

dobbelt danske
politimesterskaber i

skydning
badminton
håndbold
bordtennis

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: politiidaet@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
Danske politimesterskaber i håndbold
blev afholdt i København i år.
Foto: Mogens Voigts, PI-København.

Deadline/Udgivelse

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
Danske politimesterskaber i badminton.	6
Albaniløbet	14
Årets sportsnavn 2016.	16
Årets sportsnavn 2015/2016 i Europa	17
Danske politimesterskaber i bordtennis.	20
Lederskifte i Dansk Politiidrætsforbund	27
Danske politimesterskaber i skydning	30
Lån & Spar Bank deltog i politimesterskaberne	32
Poppermo var med ved politimesterskaberne	33
Danske politimesterskaber i håndbold.	34
Danske politimesterskaber i håndbold på kvindesiden	36
Hvorledes har en god kondition indflydelse på politibetjentens arbejdspræstation?	40

PI-Nyt

Badmintonafdelingen: PI-Københavns badmintonafdeling.	47
Cykelafdelingen: På træningslejr i Calpe, Spanien	51
Goldafdelingen: Vinter Tour golf - 2. afdeling	57
Gymnastikafdelingen: PI Opvisningsholdet på tour	60
Sved, sjov og ninja-træning på familieholdet, PI Upcoming.	63
Sejlsports- og Kajakafdelingen: Stor aktivitet omkring Frida, kajakkerne og navigationsundervisningen	65

Formand
Mogens Norup Lauridsen



Næstformand
Gunnar Andersen



Kasserer
Ole K. Jacobsen



Mogens Norup Lauridsen
Formand



En glad formand takker af

På vores netop afholdte repræsentantskabsmøde på Scandic Odense, blev chefpolitiinspektør Knud Stadsgaard valgt til ny formand for Dansk Politiidrætsforbund, ligesom politikommissær Jens Claumarch blev valgt til ny næstformand. Det betød jo så samtidig at jeg efter 10 år i hovedbestyrelsen stoppede som formand, og at Gunnar Andersen efter 14 år i hovedbestyrelsen stoppede som næstformand. Tak til Gunnar for en fantastisk indsats og dejligt at 2 så kompetente mennesker stiller sig til rådighed for politiidrætten når nu de "gamle" trækker sig, og de bliver jo på ingen måde alene, der er heldigvis masser af andre kompetente og engagerede mennesker i politiidrætten, så det lover rigtigt godt for fremtiden.

Selve repræsentantskabsmødet var en uhyre positiv oplevelse, og det er tydeligt, at politiidrætten stadig står meget stærkt, og måske endnu vigtigere, er klar til også at spille en vigtig rolle i fremtiden. Flere benyttede lejligheden til, at understrege vigtigheden af, at mulighederne for, at vedligeholde sin fysiske formåen vil blive et omdrejningspunkt i fremtiden, hvor flere og flere politifolk får operative opgaver der indebærer, at de i mange timer er iført tungt sikkerhedsudstyr og tunge våben, og løser opgaver hvor der er en klar forventning om, at de respektive politifolk er klar til at handle i selv meget farlige situationer. Dette sammenholdt med, at der jo desværre alt for ofte foretages livsfarlige angreb mod politifolk rundt omkring i Europa, ja så er det jo helt åbenbart, at jobbet som politimand er farligt og forudsætter en høj grad af mental og operativ parathed.

I forbindelse med repræsentantskabsmødet modtog vi også en hilsen fra Rigspolitietschefen, der var forhindret i at

deltage. Rigspolitietschefens hilsen blev oplæst på repræsentantskabsmødet, hvor jeg specielt hæftede mig ved følgende budskab, "Dansk politi står i øjeblikket med en række opgaver og udfordringer, der mere end nogensinde kræver, at vore kollegaer er robuste og bedst muligt rustede på såvel det fysiske som det mentale plan. Det kræver bl.a., at vores ansatte er i god form, og at de løbende har mulighed for fysisk træning i gode rammer. Dansk Politiidrætsforbund yder i den forbindelse en helt uvurderlig indsats gennem de mange aktiviteter og tilbud, som forbundet faciliterer og stiller til rådighed".

Jeg har altid sat stor pris på det gode samarbejde med Rigspolitietschefen, og derfor er det jo også dejligt at høre, at han også værdsætter det store arbejde der gøres i de mange politiidrætsforeninger under Dansk Politiidrætsforbund, og som på forbilledlig vis koordineres af idrætskontoret. At Rigspolitietschefen samtidig er meget opmærksom på, hvor vigtigt det arbejde er i forhold til, at kunne løse de operative opgaver vi står overfor, gjorde mig oprigtig glad, og det samme tror jeg gjorde sig gældende for de øvrige delegerede.

Afslutningsvis vil jeg gerne benytte lejligheden til at takke alle de trofaste læsere, der igennem 10 år har kæmpet sig igennem mine mange lederartikler, og jeg tillader mig da også et naivt håb om, at nogle af disse lederartikler har medvirket til at sætte fokus på de mange positive effekter, man kan opnå igennem et aktivt idrætsliv.

Med sportslig hilsen

Mogens Norup Lauridsen



Danske politi **mesterskaber** i badminton





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

De danske politimesterskaber i badminton blev i år afholdt i København. Der var fra Københavns side lavet et kæmpe arrangement, hvor både håndbold, skydning og bordtennis blev afviklet samtidig. Badminton delen skulle afvikles i Frederiksberghallerne, hvor også håndbold blev afviklet.

Forholdene var rigtig gode. Der var 10 baner til rådighed, hvor de 4 var "rene" badmintonbaner. Tilmeldingen i år var gået over alt forventning. I forhold til året før i Randers, var deltager antallet fordoblet. Specielt A-rækken og den uøvede damerække havde trukket mange folk til.

Efter en kort velkomst fra badmintonudvalget, hvorunder der også var tid til at præsentere DPIF's sponsorer, var vi klar til at gå i gang på banerne. Som de andre år spillede vi indledende kampe om tirsdagen og semifinaler og finaler om onsdagen.





A-RÆKKEN

I A-rækken var rigtig mange tilmeldte, og det betød også, at dem der gik til finalekampene fik spillet virkelig mange kampe. I single stod den første mellem Flemming Hellum og Sandi Putros. Det blev en noget ensidig affære, hvor Flemming viste sin styrke og erfaring og avancerede til finalen. I den anden semifinal vandt Simon Andersen ligeledes ganske overbevisende over Kasper Bruzelius. Finalen stod derfor mellem Flemming og Simon. I finalen, som var yderst velspillet, trak Flemming det længste strå. Med cifrene 21-15 og 21-16 kunne han række hænderne i vejret som vinder af A-række single. Tror Flemming skal op og prøve kræfter med mesterrækken næste år.

I herredouble gik Flemming ligeledes til finalen sammen med sin makker Kenneth Sølling. I finalen ventede Kenneth Mogensen og Chris Pedersen, der undervejs i turneringen ikke havde afgivet et sæt. Det kom de dog til i finalen. Kenneth/Chris tog det første sæt, mens Flemming/Kenneth tog det andet. I 3. sæt virkede det som om trætheden havde ramt Flemming/Kenneth og Kenneth/Chris vandt med 21-12 i afgørende sæt. En velspillet kamp havde fundet den fortjente vinder.





DAMERÆKKEN

For efterhånden en del år siden, blev der oprettet en damerække for nybegyndere/oprøvede. Det viste sig at være en god ide, og igen i år var der god tilmelding i rækken. I finalen var det to gamle kendinge der mødtes. Mette Jenstrup og Ditte Kennum. En tæt og flot kamp, hvor begge spillere flere gange var nede og ligge, endte med sejr til Mette. Oprøvede og nybegyndere er efterhånden ikke et prædikat, som man kan sætte på de to.

I double spillede man sig frem til en finalepulje bestående af 3 par. Mette og Ditte var igen at finde her. Mette sammen med Kamilla Vang, og Ditte sammen med Anne Hansen. Det sidste par var Mie Hertz/Sara Møller. Der var dog ingen tvivl om, hvem der var det stærkeste par. Mette Jenstrup/Kamilla Vang var suveræne og Mette var dermed dobbelt mester.



VETERANRÆKKEN

Vi har de senere år set en nedgang af tilmeldinger i veteranrækkerne. Og i år var ingen undtagelse. I herresingle var kun 3 herrer tilmeldt, og da den ene blev nødt til at melde afbud på dagen, var de kun to tilbage. Vinderen blev en gammel kending, Per Christensen. Han blev for gud ved hvilken gang mester i single i veteranrækken. Tillykke til Per, der er still going strong.

I doublerækken var der 4 tilmeldte par, og de spillede alle mod alle for at finde en vinder. Idet der var afbud på dagen, meldte Ole Kjær Jacobsen sig på banen som substitut. Han blev makker med Peder Lavridsen, og det skulle vise sig at være en rigtig god ide. Sammen vandt de alle 3 kampe imod de øvrige og kunne kåres som vindere af doublerækken. Stærkt af Ole Kjær Jacobsen at komme som substitut og vinde det hele, måske var det en ok makker han havde fået sig.





MESTERRÆKKEN

Mesterrækken var i år rigtig fint repræsenteret, og der var flere nye spillere vi ikke havde set før. I singlerækken blev finaleopgøret et opgør mellem Jeppe Skov og Henrik Hjortshøj. Jeppe har igennem mange år domineret rækken, hvorimod Henrik var et frisk nyt pust. Henrik spillede en rigtig flot finale, hvor Jeppe blev flyttet godt rundt på banen. Til sidst havde Jeppe ikke mere at stå imod med og Henrik kunne løfte armene mod himlen. Han havde vundet mesterrækken i single efter en flot spillet finale, og mon ikke han skal op og prøve sig selv af i eliterækken næste år.

I doublerækken havde Henrik også spillet sig frem til finalen sammen med sin makker Peder Lavridsen (ja ham fra veteranrækken). I finalen skulle de møde et nyt par, nemlig Michael Skræddergård/Jesper Bjeld. Det blev en tæt og velspillet finale, og scoren 21-19 og 21-19 vidner om det. Henrik/Peder trak dog det længste strå, og de var begge dobbelte mestre.





ELITE RÆKKEN

Eliterække herresingle havde i år fået tilmelding af en ny spiller. Nikolaj Eskesen havde taget kontakt til badmintonudvalget, idet han var på skole. Vi fik det fikset sådan, at han imellem eksaminer og prøver også kunne nå at deltage i DPM i badminton. Nikolaj viste sig at have et temmelig højt niveau, og efter at have tørret gulv med Mads Sumborg og Kasper Storkegaard, stod han i finalen imod Preben Klitgaard. Det skulle vise sig også at være en overkommelig opgave, og han kunne kåres som ny dansk politimester i single. Dejligt med et nyt ansigt, med et så højt niveau.

I herredouble blev der spillet i en stor pulje med 4 hold. Her var der et par der skilte sig ud og vandt alle kampene. Kasper Storkegaard/Michael Andreassen spillede en solid turnering, og kunne kalde sig danske politimestre i herredouble.

I damesingle var der 4 piger tilmeldt. Finalen kom til at stå mellem Susanne Rasmussen og Mette Therkelsen. Det blev et brag af en kamp, hvor ingen ville give sig. Der blev råbt, der blev jublet og der blev skældt ud. Til sidst var det Mette der kunne trække sig sejrrikt ud af kampen, men stort tillykke til begge med en flot spillet kamp.

I damedoublen var 3 par tilmeldt. Men der var ingen tvivl om, hvem der var de stærkeste. Susanne Rasmussen/Pia Merete Emborg fejede al modstand af banen og kunne kåres som suveræne danske mestre.

I mixdouble blev finalen en kamp mellem Susanne Rasmussen/Michael Andreassen imod Pia Merete Emborg/Thomas Holm. En tæt og velspillet kamp

Se alle resultater på
www.politisport.dk

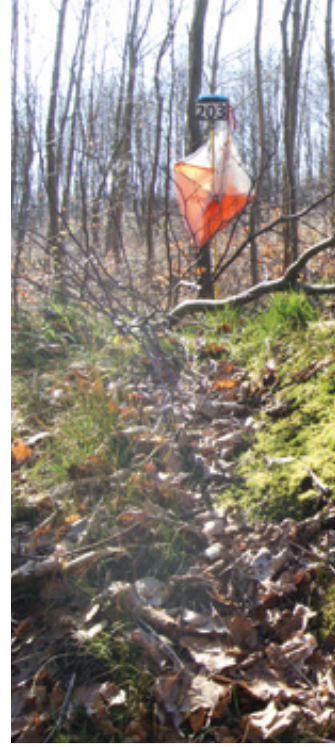


blev afgjort i 3. sæt, og her var Pia Merete/Thomas lige en smule skarpere end deres modstandere. De kunne falde hinanden om halsen og kalde sig for danske mestre.

Efter finalekampene var der præmieoverrækkelse. Her blev vinderne udråbt og tiljublet på behørig vis. Ud over medaljer havde PI-København skaffet tæpper med logo, samt rødvin, til vinderne. Tillykke til alle vinderne med deres præstationer.

Til sidst skal lyde et stort tak fra badmintonudvalget til PI-København for at have arrangeret dette års mesterskab. Rammerne var helt i top, og vi har kun hørt ros fra de deltagende badmintonspillere. Vi ses næste år i Randers.

Lise Klit, Aarhus PI med datteren i skubklapvogn.



Albani løbet



Af Robert Hansen, DPIF

Fotos Hans Aage Hvalsøe Hansen, Fyns PI, og Robert Hansen, DPIF

Mon ikke tirsdag den 4. april 2017 med rette kan kaldes årets første rigtige forårsdag? Der var i hvert fald en glimrende mulighed for ved selvsyn, at få svar på spørgsmålet, hvis man havde taget turen til sydfyn, nærmere bestemt til Kirkeby, ca 10 km nord for Svendborg. Enten som løber eller tilskuer eller hjælper i årets første O-løb, nemlig Albaniløbet.

"Der står et jagttårn lidt længere fremme på ruten", fortalte Peter Wihan fra Slagelse PI mig lige inden han skulle ud på ruten. "Der kan du sikker få nogle gode billeder fra", og så var han væk. Det måtte undersøges og ganske rigtig, lidt længere fremme stod et faldefærdigt og vakkelvornet tårn af træ. Om det var et jagttårn eller en udkigspost for flyverhjemmeværnet, skal jeg lade være usagt, men bestiges, det skulle det. Vel ankommet oppe på toppen kunne jeg så konstatere, at det var nok mere end et par dage siden, at en





Se resultaterne på www.politispport.dk



skytte eller udkigspost havde siddet her. Et mørnet og råddent sæde udgjorde toppen af tårnet, men det gjorde nu ikke så meget, for jeg kunne klare mig med at stå øverst på stigen, og få taget nogle billeder af løberne under mig.

Albaniløbet, en forårsklassiker lige så sikker som cykelløbet Paris – Roubaix, men dog til fods eller rettere "til løbs", hvis man kan sige det? Arrangeret med sikker hånd af Fyns PI og de navnkundige og yderst rutinerede folk Hvalsøe Hansen og Bjarne Rasmussen. En lun forårsdag med 2 cifret varmegrader bød på optimale betingelser for løbet i skoven. Desværre måtte bane 1 og bane 6 udgå, da der ikke var tilmeldte nok. Løbets arrangør Bjarne Rasmussen fra Fyns PI udtalte: "Med 69 deltagere var det en positiv fremgang på medlem 15 og 20 deltagere i forhold til sidste år".

Ude på ruten, under vejs bevæbnet med kamera, mødte jeg en af de mange løbere.

Denne løber skilte sig imidlertid lidt ud fra de andre løbere. "En kvinde iført løbetøj, kort og kompact og med klapvogn..." tænkte jeg, "det var dog et pudsigt sammentræf, at møde en civil orienteringsløber netop denne dag, hvor politiet afholdt et orienteringsløb!". Sammentræffet var dog ikke så tilfældigt skulle det vise sig, da min nysgerrighed skulle stilles. Det var såmænd Lise Klit fra Aarhus PI, som havde taget turen fra Aarhus med sin 2-årige datter i klapvogn, for at løbe årets første orienteringsløb. Og faktisk den eneste deltager fra Aarhus PI. Lise løb på bane 5, men valgte at opgive efter de første 7 poster. Lise fortjener alligevel respekt for sit forsøg på at gennemføre et orienteringsløb med klapvogn.



Årets sportsnavn 2016



Af Robert Hansen, DPIF
Foto Mogens Voigts,
PI København

Jan Poulsen, Aarhus PI, blev valgt til Årets Sportsnavn 2016 i Dansk Politidrætsforbunds regi. Indstillingen til at nominere Jan Poulsen blev på Dansk Politidrætsforbunds vegne begrundet således af næstformand Gunnar Andersen:

Begrundelsen herfor er, at Jan ved de Nordiske Mesterskaber i skydning, der blev afviklet i Estlands hovedstad Tallinn i dagene 15. – 18. september 2016, opnåede følgende resultater:

1. plads og guldmedalje i silhuetpistol foran Jarmo Salo, Finland efter 2. plads indledende efter netop Salo, men da det gjaldt, så slog Jan til i sin favoritdisciplin.

1. plads og guldmedalje for hold i samme disciplin sammen med Keld Boysen og Børge Bladsgaard.

2. plads og sølvmedalje i 60 skud standardpistol.

1. plads og guldmedalje for hold i samme disciplin sammen med Ricky Winther og Hans Kristian Laubel.

5. Plads i luftpistol – 60 skud.

7. Plads i 50 meter pistol.

Ved siden af deltagelse i disse mange skydediscipliner under NM, så har Jan også som holdleder en stor rolle med at supportere debutanterne på alle tænkelige måder, så de fra starten af mesterskaberne har følt sig trygge og har været i stand til at koncentrere sig om at skyde.

At Jan gerne øser af sin store erfaring som mangeårig deltager ved mesterskaber af enhver art, det oplever man på nærmeste hold, når man er tilstede blandt skytterne.

Derfor er det så meget desto mere imponerende, at Jan ved siden af jobbet som holdleder, mentor og inspirator, også formår at præstere godt på skydebanen.

Prisen for hæderen som Årets Sportsnavn blev overrakt af Ole Kjær Jacobsen, DPIF, til Jan Poulsen ved kammeratskabsaftenen under afviklingen af de danske politimesterskaber i København i marts 2017.

Årets sportsnavn

Af Robert Hansen, DPIF
Foto Mogens Voigts,
PI København

Lidt sent vi annoncerer det vil nogen måske mene, men sagen er, at selv om vores danske stortalent i bordtennis Daniel Fynsk, af USPE for længe siden blev kåret som Årets Sportsmand i europæisk politidræt 2015-16, så er diplommet først nået til Danmark for ganske nylig. Lige tids nok til, at Daniel kunne få det overrakt ved afholdelsen af de danske politimesterskaber i bordtennis i København i marts 2017. Så Ole Kjær Jacobsen fra Dansk Politidrætsforbund benyttede kammeratskabsaftenen i København til at overrække Daniel den flotte hæder.



2015-2016 i Europa

Danske politimesterskaber i

København vandt alt i elite-rækken.
Østjylland vandt alt i mester-rækken og
Midt-og Vestjylland vandt alt i a-rækken.

Af Poul-Erik Sloth Andersen
PI-København, Bordtennisafdelingen
Fotos Poul-Erik Sloth Andersen og Mogens Voigts
PI-København

På vegne af DPIF, PI-København og Pi-København, Bordtennisafdelingen bød artiklens forfatter velkommen til 34 deltagere til 2 dages bordtennis og hygge i gode venners lag. En særlig velkomst til spillerne (7 stk) fra Midt-og Vestsjælland, som var med for første gang og med et håb om, at de også vil være med fremover. Uden deres deltagelse, kunne der have været fare for, at stævnet var blevet aflyst. Også velkommen til stævneleder Kurt Høholdt Jensen, som også har lovet fremad rettet at "køre" stævnerne. Op til stævnet kom der i alt 4 afbud, ligesom nogle spillere trak med nogle småskader og ville spille så få kampe som muligt, hvorfor der – i forhold til lodtrækningen – blev rokeret rundt på spillere/hold i stort set alle rækker.

E-SINGLE

Pulje 1: Daniel Fynsk, Kell Kristiansen, Jann Wincken, Brian Albrechtsen.

Største overraskelse var her, at Brian Albrechtsen vandt et sæt fra storfavoritten Daniel Fynsk.

Fra puljen gik Daniel Fynsk og Kell Kristiansen videre som 1'er og 2'er.

Pulje 2: Villy Dahlgaard, Kent Straagaard, Bent Højgaard Hansen, Bent Arne Jensen.

Puljen blev lidt overraskende vundet af den genopstandne Kent Straagaard, der har været væk fra bordtennis i 13 år. Videre fra puljen gik som 2'er Villy Dahlgaard. Villy og Bent Arne havde en drabelig kamp, som gik over 5 sæt.

Pulje 3: Morten Edelbo, Jens Skovbjerg Jensen, Arne Ravn, Erik Hostrup Nielsen.

Puljen blev sikkert vundet af Morten Edelbo, mens Jens Skovbjerg Jensen lidt overraskende slog Erik Hostrup Nielsen og blev 2'er.

Kvartfinaler

Villy Dahlgaard – Jens Skovbjerg Jensen 3-0
Kell Kristiansen – Kent Straagaard 3-0



Semifinaler

Daniel Fynsk – Villy Dahlgaard, blev en ensidig affære, hvor Daniel vandt sikker i 3-0.

Morten Edelbo – Kent Straagaard blev til gengæld en spændende og flot kamp med mange slagdueller. De endte med at skulle ud i 5. og afgørende sæt. Kent bragte sig foran 5-1 ved sideskiftet og lignede en vinder, men tabte derefter 4 bolde i træk. Fra 5-5 kørte Morten den sikkert hjem med 11-7 i sidste sæt.

Finale

Daniel Fynsk – Morten Edelbo i bedst af 7 sæt. Kun i 3. sæt, som Morten vandt med 11-6, var der lidt spænding. Daniel vandt de øvrige 4 sæt sikkert.

ELITE DOUBLE (1 OG 2 VIDERE)

Pulje 1: Daniels Fynsk-Jens Skovbjerg Jensen, Kell Kristiansen-Bent Arne Jensen, Jann Wincken-Brian Albrechtsen. Daniel/Jens nr. 1 og Kell/Bent Arne 2'er efter en spændende 1er finale, som Daniel/Jens vandt 3-2.

DTENNIS

Se alle resultaterne på
www.politisport.dk



Pulje 2: Villy Dahlgaard-Morten Edelbo, Arne Ravn-Kent Straagaard, Erik Hostrup Nielsen-Bent Højgaard Hansen. Villy/Morten nr. 1 og Arne/Kent 2'er.

Semifinale

Daniel Fynsk – Jens Skovbjerg Jensen mod Arne Ravn – Kent Straagaard sikkert vundet 3-0.
Kell Kristiansen – Bent Arne Jensen mod Villy Dahlgaard – Morten Edelbo, blev særdeles spændende.
Villy – Morten førte 2-0 i sæt og havde i 3. sæt 3 sæt- og matchbolde ved stillingen 10-7. Villy fik indtil flere gummiarme og smed flere bolde væk. Han skældte voldsomt ud på sig selv, som vi kender ham. Kell – Bent Arne fik udlignet og vandt sættet samt det næste, så de måtte ud i et 5. og afgørende sæt. Det blev en meget lige forestilling, hvor Villy – Morten kom lidt foran, men blev hele tiden indhentet igen. Ved 9-9 vandt Villy – Morten de sidste 2 bolde sættet med 11-9 og gik i finalen.

Finalen

Daniel Fynsk – Jens Skovbjerg Jensen mod Villy Dahlgaard – Morten Edelbo.
Den blev vundet af de forsvarende mestre Daniel Fynsk/ Jens Skovbjerg Jensen med stensikre 3-0.

ELITE HOLD (ALLE MOD ALLE)

København 1, København 2, Nord- og Sydsjælland, Nordjylland 1.
I puljens afgørende kamp om 1. pladsen vandt København 1 med 3 – 1 over det sammenbragte hold fra Nord- og Sydsjælland.

M-SINGLE

Pulje 1: Søren Muhlig, Jørgen Rasmussen, Arne Gammelgaard, Kenneth Juhl Hansen, Allan Ulrich.
Puljen blev sikkert vundet af Søren Muhlig med Allan Ulrich som en lige så sikker 2'er.





Pulje 2: Allan Rasmussen, Niels Jørgen Spliid, Erik Cartey Hansen, Kjeld Christensen.
Erik Cartey Hansen gik videre som 1er og Allan Rasmussen blev 2'er.

Semifinaler

Søren Muhlig og Allan Rasmussen. Søren bragte sig foran 2-1 i sæt og til spillede sig 4 matchbolde ved 10-6 i 4. sæt. Han tabte dog 10-12. I 5. sæt kørte Allan kampen sikkert hjem med 11-3.

Erik Cartey Hansen og Allan Ulrich. Denne semifinal blev mindst lige så spændende. De skiftedes til at tage sæt og måtte ud i 5. og afgørende.

I 5. sæt spillede de sig frem til 10-10. Derefter skiftedes de til at ha' matchbolde. Efter en velspillet kamp vandt Allan 17-15 og gik i finalen.

Finale

Allan Rasmussen – Allan Ulrich. Det var de 2 x Allan, der også var blevet 2ere i de indledende puljer, der stod over for hinanden i finalen.

Allan Rasmussen vandt kampen med 3-0, men både 2. og 3. sæt var i om bolde, 12-10 og 14-12, så kampen var mere lige end som så.

M-DOUBLE (1 OG 2 VIDERE)

Rækken blev i sidste øjeblik ændret af sportslige grunde, så Marck Baj - Stig Brøndum, Midt- og Vestjylland blev rykket fra A-rækken op i M-rækken, hvor der blev spillet i 2 puljer. Det viste sig at være en god ide, da de spillede sig i finalen mod Allan og Jørgen Rasmussen.

Pulje 1: Arne Gammelgaard – Poul-Erik Sloth Andersen, Kenneth Juhl Hansen – Allan Ulrich, Marck Baj – Stig Brøndum.

Marck – Stig videre som 1er og Kenneth – Allan videre som 2.er.

Pulje 2: Erik Cartey Hansen – Kjeld Christiansen, Søren Muhlig – Niels Jørgen Spliid, Allan og Jørgen Rasmussen.

Semifinaler

Allan og Jørgen Rasmussen – Kenneth Juhl Hansen og Allan Ulrich. 3-2, efter Kenneth/Allan havde ført 2-1.

March Bay og Stig Brøndum – Erik Cartey Hansen og Kjeld Christensen 3-0.

Finale

Allan og Jørgen Rasmussen mod Marck Baj – Stig Brøndum. Allan og Jørgen (søn og far) vandt sikkert 3-0 i en i øvrigt flot spillet kamp.

M-HOLD

Pulje 1: København 4, Nordjylland 2, Syd- og Sønderjylland, Sydøstjylland Østjylland.

Her vandt Syd-og Sønderjylland sikkert.

Pulje 2: København 3, Sydøstjylland, Østjylland.

Her vandt Østjylland.

Finale

Syd- og Sønderjylland mod Østjylland.

Syd- og Sønderjylland med Kell Kristiansen (E-spiller) og Thomas Obel Jørgensen (A-spiller) mødte Østjylland med Allan og Jørgen Rasmussen (M-spillere) Østjylland var stærkest i doublen og da de begge slog Thomas, så hjalp det ikke, at Kell slog både Allan og Jørgen, der samlet vandt 3-2.

Flot af Allan Rasmussen, Østjylland, der vandt samtlige Mesterrækker, Double og hold med sin far Jørgen Rasmussen.



A-SINGLE (1 OG 2 VIDERE)

Pulje 1: March Baj, Thomas Obel Jørgensen, Per Steenstrup, Ebbe Vestergaard.

Puljen blev helt uden spænding med udelukkende 3-0 kampe. Marck Baj vandt og Thomas Obel Jørgensen, blev 2er.

Pulje 2: Martin Dinesen Schmidt, Michael Sander, Christian Nejrup, Kenneth Bahne.

Puljen blev en rimelig jævnbyrdig med flere 5 sæts kampe. Martin Dinesen Schmidt vandt og Michael Sander blev 2er.

Pulje 3: Stig Brøndum, Peter Riddervold, Mikkel Dalsgaard. Stig Brøndum vandt puljen og Mikkel Dalsgaard blev 2er.

Kvartfinaler

Michael Sander – Mikkel Dalsgaard 3-0.

Martin Dinesen Schmidt – Thomas Obel Jørgensen 3-0.

Semifinaler:

Marck Baj - Michael Sander. Marck vinder uden kamp.

Martin Dinesen Schmidt mod Stig Brøndum. Her vandt Stig sikkert med 3 x 11-8.

Finale

Marck Baj mod Stig Brøndum. Marck var som ventet den stærkeste og vandt sikkert med 3 x 11-5.

A-DOUBLE

Blev ikke afviklet, da flere spillere udeblev.

A-HOLD (ALLE MOD ALLE)

Midt- og Vestjylland. Midt- og Vestsjælland 1, 2 og 3.

Midt- og Vestjylland med Marck Baj og Stig Brøndum vandt sikkert deres 3 kampe.





Stævnet blev afviklet godt og sikkert af Kurt Høholt Jensen og tak for det. Bordtennisudvalget trådte i karakter flere gange og fik flyttet rundt i rækkerne, så stævnet blev afviklet sportsligt korrekt. Lidt øv at flere A-række spillere ikke mødte op på dag 2, og i øvrigt heller ikke meldte afbud. Stor tak til Brønshøj Bordtennis Klub for lån af borde m.v.

Også stor tak til Bordtennisafdelingens civile medlemmer Thomas Hansen og Søren Juul, for deres store arbejde med oprydning, tilretning m.v. under hele stævnet. Til sidst en stor tak til alle spillerne og på gensyn i Hirtshals i 2018.

PS: Søren Muhlig, Nordjylland trækker sig som medlem af Bordtennisudvalget, da han går på pension om kort tid. Tak til Søren for hans mangeårige arbejde i udvalget.

Bordtennisudvalget indstiller Kell Kristiansen, Syd- og Sønderjylland til nyt medlem, hvilket endeligt bliver besluttet ved D.P.I.F.s årsmøde i april 2017.



Lederskifte i Dansk Politiidrætsforbund

Dansk Politiidrætsforbund har valgt ny formand og ny næstformand. Begge kommer fra hver sin ende af landet, men deres fremtid i politiet blev besejlet den samme dag for mange år siden. Læs mere om Dansk Politiidrætsforbunds nye ledelse og deres visioner for forbundet de næste mange år.

Af Robert Hansen, DPIF
Foto: Dansk Politiidrætsforbund



Knud Stadsgaard, formand DPIF

“Var der noget der hed microput den gang i 60’erne?” Spørgsmålet blev vendt og drøftet over telefonen, da artiklens forfatter og artiklens hovedperson talte om hvad det hed, når man startede sin fodboldkarriere som 5-6 årig omkring 1966? Svaret fortaber sig i tiden, der er gået siden dengang. En kendsgerning er dog, at artiklens forfatter stoppede sin videre fodboldkarriere i de unge år, (hvis der da overhovedet var udsigt til en karriere), mens artiklens hovedperson lagde kimen til sit indholdsrige fodboldliv og karriere, som de næste mange år skulle byde på et hav af sportslige oplevelser.

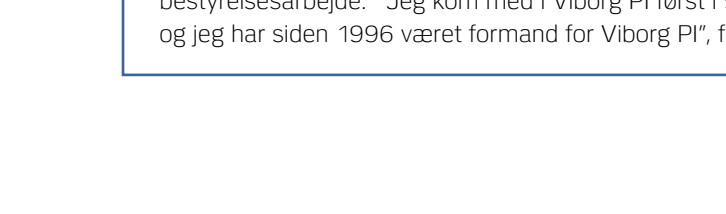
Dansk Politiidrætsforbund har foretaget en udskiftning – for nu at blive i fodboldverdenen – idet den nu tidligere formand Mogens Lauridsen har valgt ikke at genopstille til en ny periode som formand. Inden for en overskuelig fremtid forventer Mogens Lauridsen at gå på pension, og da det meget vel kan ske inden den næste valgperiode er indtruffet, har Mogens Lauridsen besluttet, at nu er det tid til et formandskifte.

På det nyligt overståede repræsentantskabsmøde i Dansk Politiidrætsforbund blev chefpolitiinspektør Knud Stadsgaard valgt til ny formand for Dansk Politiidrætsforbund. Med

arbejdsplads hos Københavns Vestegns Politi er der nok at se til. Alligevel kan Knud Stadsgaard også finde den tid, som der skal til for at være formand i et sportsforbund, som tæller over 10.000 medlemmer.

“Jeg har ikke en 20 punkts plan liggende. Jeg bliver formand for et forbund, som på alle leder og kanter virker som et sundt og velfungerende forbund, og som jeg ikke udefra set vurderer, har behov for en stor reform eller store ændringer. Når der bliver behov for fornyelse, så bliver det i tæt samarbejde med Dansk Politiidrætsforbunds bestyrelse”, fortæller Knud Stadsgaard i telefonen en fredag eftermiddag på vej hjem til Nordsjælland. Sverige har for mindre end en time siden oplevet sit første rigtige terrorangreb, og med arbejdsområde så tæt på den svenske grænse og Øresundsbroen, er der udsigt til en travl weekend for Knud Stadsgaard. Men lige nu handler det om den ny formand.

“Fodbold har altid ligget i generne, og også i resten af familien. Vi er vel det, man kan betegne som en fodboldgal familie. Jeg startede som 4-5 årig med at sparke til en fodbold. Det blev siden hen både til at spille spillet på banen, men også til at udøve den dømmende rolle på banen”, fortæller Knud Stadsgaard, og fortsætter: “Jeg fik interesse for dom-



Hvor Knud Stadsgaards sportskarriere gik i retning af fodbold, var sportsbanen for Jens Claumarch stukket i en anden retning. Det var stadig en læderbold, men lidt mindre. "Jeg har prøvet fodbold i forbindelse med min gymnasieuddannelse, men det er vist også det nærmeste jeg kommer at spille fodbold", fortæller Jens Claumarch, og fortsætter: "Til gengæld har håndbolden haft et fast greb i mig. Siden jeg var 9 år har jeg spillet håndbold".

Kigger man på Jens Claumarchs håndbold cv, så indeholder det bl.a. 6 år med Viborg HK og Holte IF. Noget af tiden i 1. division, som også resulterede i en vunden pokalfinale og en tur i 1. division med Holte, der indbragte en bronzemedalje.

Politilandsholdet i håndbold har også nydt godt af Jens Claumarchs håndboldevner. I Guldårene, som Jens kalder årene fra 1984 til 1994, var han med til at vinde Europamesterskaberne i 1988 og 1992, bronze blev det til i 1984, og ikke mindre end 2 Nordiske mesterskaber i 1986 og 1990, samt en sølvmedalje i 1994.

Jens Claumarch er på ingen måde ukendt med forenings- og bestyrelsesarbejde. "Jeg kom med i Viborg PI først i 90'erne, og jeg har siden 1996 været formand for Viborg PI", fortæller

mergeringen, og på et tidspunkt var jeg nødt til at vælge hvilken retning, jeg ville gå i, og det blev den retning, der førte til dommergerningen”.

Mange fodboldinteresserede vil uden tvivl nikke genkendende til navnet Knud Stadsgaard. Med en international dommerkarriere, som bød på ikke mindre end 80 dømte kampe i udlandet, og omkring 200 superliga kampe, har der været tryk på fodboldoplevelserne. Knud Stadsgaard stoppede sin dommergerning på topplan i en alder af 46 år, da han faldt for DBU's daværende aldersgrænse, men dermed var han ikke helt udelukket for den internationale fodboldverden. Sønnen Kris Stadsgaard, som for længst var blevet smittet med ”fodbold” i en ung alder, havde fået skabt sig et fodboldliv hos FC. Nordsjælland, og siden hen i både norsk, italiensk og spansk fodbold, og opnåede også et par kampe på det danske fodboldlandshold, ligesom han flere gange blev norsk og dansk mester med hhv. Rosenborg og FCK.

På spørgsmålet om et mål for Dansk Politiidrætsforbund, svarer Knud Stadsgaard: ”Det vigtigste for mig er, at der er plads til både breddeidrætten og eliteidrætten. Vi har en masse medlemmer og kolleger, for hvem det er fint og tilfredsstillende at løbe en tur i skoven, eller spille oldboys fodbold en gang om ugen, men vi har også en hel del eliteudøvere, for hvem det er et mål at deltage på vores mange politilandshold. Politiarbejdet kræver i dagligdagen et stort

overskud af fysisk- og mental parathed. Meget af det opnås ved et aktivt og udøvende sportsliv på alle niveauer, så derfor har politisporten også i meget høj grad sin berettigelse. Så derfor har Dansk Politiidrætsforbund også en meget vigtig mission i at fastholde sine medlemmer i at være aktive – på hver sit niveau”, sluttet Knud Stadsgaard.

Selv om han har lagt den internationale og krævende dommerrolle bag sig, holder Knud Stadsgaard sig stadig i en blot nogenlunde form, og kan da derfor heller ikke slippe den aktive sportsudøverrolle. Så der står stadig tennis og ugentlige løbeture i skoven på programmet. Knud Stadsgaard er gift, har voksne børn og bor i Nordsjælland.

Den 1. februar 1983 startede 2 unge mænd på Politiskolen på Artillerivej på Amager. De 2 var selvfølgelig ikke de 2 eneste, som startede på Politiskolen. Men Jens og Knud var 2 af dem. Og ovenikøbet endte de i samme klasse. Men hermed var det ikke slut med den fælles løbebane inde for politiet. Jens Claumarch, som har været ansat i Frederikssund og Gladsaxe, kom til Viborg i Midt- og Vestjylland i 1989. I forbindelse med reformen i politiet i 2007, kom Knud Stadsgaard til Midt- og Vestjylland som chefpolitiinspektør, indtil han i 2014 vendte tilbage til Sjælland. Så Jens og Knud er ikke ukendte med at arbejde sammen i politiet. Nu skal de til det igen, om end det nu bliver inde for politiidrætten de skal samarbejde.

Jens Claumarch, næstformand DPIF

Jens. ”I 2011 fik jeg en post i Dansk Politiidrætsforbunds hovedbestyrelse som repræsentant for Midt- og Vestjyllands Politiidrætsforening”.

Jens Claumarchs mangeårige formandskab i Viborg PI har betydet, at Viborg PI og Midt- og Vestjyllands politiidrætsforeninger adskillige gange, og med stor succes, har været arrangør af flere danske politimesterskaber, nordiske mesterskaber og europamesterskaber i bl.a. håndbold. Men også idrætsarrangementer, som alle deltagere, uanset niveau, kan deltage i, har Jens Claumarch lagt tid og energi i. Således senest Vintercup'en i mountainbike. Og måske er det ikke helt tilfældigt når Jens vælger at være arrangør af mountainbike cykelløb. ”Jeg elsker at køre på racercykel om sommeren, og mountainbike om vinteren”, fortæller Jens Claumarch. Og formen bliver også holdt ved lige med vandreture i det midtjyske og skiture i Østrig. ”Hov, glem ikke ølklubben med Ulrik Wilbech. Det er vel også sport?”, minder Jens's hustru Tina ham om. ”Nå ja, hver anden fredag er der smagning af 5 forskellige øl – selvfølgelig kun i små mængder”, griner Jens og fortsætter: ”Hvis eller tiden er til det, så deltager jeg i Danmarks største ølklub, som Ulrik Wilbech stiftede og stadig er formand for. Det er et dejligt socialt mødested, hvor vi møder mange andre viborgensere”, slutter Jens Claumarch. Jens Claumarch er gift, har voksne børn og bor i Midtjylland.





DANSKE

POLITIMESTERSKABER I SKYDNING

Af Jan Poulsen, DPIF skydeudvalg
Fotos Flemming Harder

"Dansk Politimesterskab i indendørs skydning blev i år arrangeret af PI-København og afviklet på Hvidovre Skytteforenings supergode skydebaner i kælderens under Frihedens Idrætscenter i Hvidovre.

Skydeudvalget ønsker tillykke til alle vinderne. Se stævneresultater på www.politissport.dk

Der var et dejligt gensyn med de kendte ansigter – men desværre stiftede vi ved dette mesterskab ikke bekendtskab med mere end et nyt ansigt, hvilket er særdeles frustrerende og bekymrende.


Endvidere skulle det ved tilmeldingsfristens udløb vise sig, at særligt riffeldisciplinerne var udsat for mandefald – så meget at det var nødvendigt helt at aflyse åben klasse for luftriffel, og kun lige akkurat lykkedes at gennemføre samme klasse salonriffel.

Skydeudvalget er dybt bekymret over denne udvikling, som langsomt, men sikkert truer eksistensberettigelsen af vore indendørs mesterskaber. Den er altså helt gal med rekrutteringen af nye riffelskytter i dansk politiidræt, ligesom det er svært at fastholde de eksisterende.

Historisk kan det oplyses, at Politidrætsforbundets skydeidræt startede med både indendørs og udendørs politimesterskaber på riffel tilbage i 60'erne.

I slutningen af 70'erne blev pistolskydningen koblet på, ligesom det blev besluttet at afholde udendørs mesterskaber.

Vi er helt opmærksomme på, at de indendørs skydediscipliner ikke er action skydninger, og at det i disse tider måske er mere politirelevante action skydninger, som vores kolleger efterspørger. Disse skydninger tilbyder vi årligt ved DPIF's udendørs mesterskaber – særligt med disciplinerne på tjenestepistol.



Se resultaterne på
www.politisport.dk

På grund af manglede skydebanekapacitet kan vi imidlertid ikke tilbyde action prægede skydninger indendørs.

Det overvejes derfor at ændre på disciplinerne ved DPIF's mesterskaber i skydning - derunder overvejes behovet for at afholde to årlige mesterskaber.

Skydeudvalget er særdeles interesseret i ideer og holdninger til ovenstående overvejelser. Send venligst disse til skydeudvalgsformanden på mail til jpo004@politi.dk

Vi står selvfølgelig til enhver tid til rådighed med råd og vejledning - ikke mindst i forhold til skydeidrætsaktivitet med vores tjenestepistol, hvor der lokalt opstår spørgsmål om ammunitions- og skydebaneforhold."

Ovenstående artikel blev bragt i Politiidrætsbladet i 2015 efter afviklingen af de indendørs mesterskaber i København i marts 2015.

Artiklen kan næsten kopieres uredigeret i forhold til dette års indendørs mesterskaber, som blev afholdt af PI-København hos Hvidovre Skyttekreds den 28. og 29. marts 2017.

Der er stadig stort behov for tilgang af nye skytter, men til gengæld yder de aktive skytter en god og seriøs indsats på skydebanen. Skydeudvalget ønsker tillykke til vinderne. Vi glæder os til et hyggeligt gensyn og ædel kappestrid på skydebaneanlægget i Viborg den 9. og 10. maj 2017 til de udendørs politimesterskaber.

Lån & Spar Bank deltog i politimesterskaberne

Af Rikke Tvernø Lassen, Lån og Spar Bank
Foto Mogens Voigt

Vi er glade for, at have været en del af jeres flotte stævne. Vi deltog ved håndbold- og badminton stævnet i Frederiksberg hal-lerne med en stand og fik talt med rigtig mange deltagere, i deres passering til og fra cafeteriet. Vi var selvfølgelig også forbi bordtennis- og skydningshallerne og talte med deltagerne der. Der blev vist stor interesse for 5 % Lønkontoen og de øvrige medlems fordele Lån & Spar tilbyder. Flere af dem vi talte med benytter allerede Lån & Spar Bank og får del i de gode fordele.

Mange deltog i konkurrencen om en Ipad Air 2. Vinderen blev fundet til medajleoverrækkelsen da stævnet var slut. Vi kunne stolt overrække præmien til dagens vinder, Frank Rosenstrøm.

Stor tak til PI-København og DPIF for muligheden for Lån & Spar Banks deltagelse til stævnet og til kammeratskabsaftnen. Vi glæder os til at møde mange flere medlemmer i fremtiden.



Popermo var med ved politimesterskaberne

Af Robert Hansen, DPIF
Foto Mogens Voigts

Popermo, forsikringselskabet, der blev startet af nogle politifolk i Odense i 1963, fordi de mente, at politifolk nok var lidt bedre bilister end gennemsnitsbilisten, havde også en stand med ved dette års politimesterskaber i Frederiksberg hallen. Den store til- og afgang fra hallerne i løbet af de 2 dage mesterskaberne varede, gav Popermo muligheden for at komme i

kontakt med rigtig mange af politifolkene. En af de rigtig heldige var Jacob Furu, som deltog i en konkurrence Popermo havde udskrevet, og han blev den heldige vinder af et gavekort på 2.000 kr til Supergavekort.dk

På billedet ses teamleder for Salg og Rådgivning Christina Danielsen.



Danske politimesterskaber



Fyn – Nordsjælland

Af Anders Schardelmann, DPIF håndboldudvalg
Fotos Mogens Voigt, PI-København

Endnu en gang var PI-København arrangør for de Danske politimesterskaber i håndbold. Frederiksberg Hallerne dannede rammerne.

Tilmeldingen viste en forholdsvis stor interesse og der var hele 12 hold tilmeldt. Nogle ønskede dog kun at spille A-række. Østjyllands Politi havde lagt sig i selen og tilmeldt hele tre hold, nemlig Århus 1 og 2 samt Randers. Sydsjælland og Lolland Falsters herrehold måtte desværre efterfølgende trække sig, hvilket gav lidt udfordringer med hensyn til puljeinddelingen og antal kampe pr. hold. Eliterækken blev til to puljer med fire hold, hvorefter man spillede lige over 1-1, 2-2 osv. A-rækkens tre hold, alle mod alle to gange, nok ikke den mest optimale løsning.

ELITERÆKKENS PULJE 1

Her var der ikke så meget tvivl. København 1 vandt stort begge deres kampe tirsdag og var således allerede klar til finalen. Dette måtte have skræmt København 2 / Udrykningen, som via sms valgte helt at udeblive fra deres kampe onsdag! Køben-

havns Vestegn spillede sig lige så overbevisende til en anden plads i gruppen. Midt- og Vestsjælland blev nr. 3 og København 2 / Udrykningen nr. 4.

ELITERÆKKENS PULJE 2

I kampen mellem Østjylland og Sydøstjylland fulgte de to hold ad det meste af kampen. Østjylland forsøgte sig med contra, men en del tekniske fejl, brændte skud og et par udvisninger gjorde, at Sydøstjylland med sin flade 6-0 og en vespillende målmand, bogstaveligt talt "gik" sejren hjem.

I Sydøstjyllands anden kamp mod Nordsjælland kunne puljens første plads så afgøres. Sydøstjylland fik med deres flade 6-0 behersket tempo op ad banen, en god start og bragte sig foran 5-2. Nordsjælland fik så gang i deres contra til 5-5. Herefter fulgte de ad til halvleg. Efter halvleg øgede Sydøstjylland stille og roligt til 12-8 og kampen syntes afgjort. Nordsjælland gik frem og mandsopdækkede to af Sydøstjyllands spillere, hvilket ændrede kampen. Med 3 minutter igen var stillingen 13-12 til Sydøstjylland. Med 40 sek. igen fik Nordsjælland udlignet til 14-

i håndbold

14. Sydøstjylland fik med 8 sek. igen bragt sig foran 15-14. Nordsjælland fik hurtig midte, en lang bold frem og afslutning ind over, men lidt for presset og der blev brændt. Sydøstjylland var så klar til finalen.

Kampen om anden pladsen onsdag morgen havde ikke den spænding, vi som tilskuer kunne håbe. Nordsjælland bragte sig hurtigt foran med 8-1 og så blev der byttet mål frem til en slutstilling på 19-13 til Nordsjælland.

A-RÆKKEN

Østjylland 3 / Randers, vandt begge deres kampe over Nordjylland og Østjylland 2 / Århus. Randers havde herefter et godt udgangspunkt og returkampene dagen efter. Dette fik Nordjylland dog punkteret på en noget kedelig måde. Enten havde kampene været for hårde, festen for god eller også havde man ikke set programmets side 2? Nordjylland mødte slet ikke op onsdag.

I onsdagens kamp i a-rækken fik Østjylland 2 / Århus revanche og vandt 13-12 over Randers.

Randers vinder A-rækken med Østjylland 2 / Århus som nr 2 og Nordjylland som 3'er.

Bronze kampen mellem Nordsjælland og Københavns Vestegn begyndte lige og de to hold fulgtes ad til 3-3. Så rykkede Nordsjælland til 8-3 og 12-4 ved halvleg. Den eneste spænding der var tilbage i kampen var, om Jens Carl ville skifte ud i kampen og bruge nogen af de 7 mand, som sad på bænken. Efter 27 minutter og stillingen 16-4 var tiden moden – to nye fløje og en målmand kom på banen. Nordsjælland endte med at vinde kampen med 23-10.

Finalen blev spillet mellem København 1 og Sydøstjylland. De to hold fulgtes ad dog med København 1 med et lille overtag. Halvlegen endte 11-8 til København 1. Efter halvlegen fik København for alvor styr på deres presspil og contra frem til stillinger 16-10 og 18-11. Sydøstjylland fik pyntet på resultatet uden der var tvivl om udfaldet. København 1 blev Dansk Mester 2017 med finalesejr på 20-16.

Grundet udeblivelser fra København 2 / Udrykningen og begge hold fra Nordjylland blev der en del huller i programmet onsdag. Flere hold var færdige 2-3 kampe før præmieoverrækkelsen og kørte derfor hjem. Dette gjorde præmieoverrækkelsen til en lidt flad fornemmelse. Nordsjælland stillede op med en mand for at modtage bronzemedaljerne. Trist når nu PI-København havde gjort så meget ud af det.

Stævnets bedste spiller blev velfortjent Morten Odderskjær Jensen. Han var med mange mål og gode aktioner stor medvirken til Københavns flotte resultat.

Stort tillykke til København 1 og Morten.



*København 1 City -
Sydøstjylland*



Vestegnen - København 2 Udrykningen

Danske politimesterskaber i på kvindes



Af Camilla Ryborg Eiberg Jørgensen
Fotos Mogens Voigts, PI-København

København 1 – Vestegnen 2

Igen i år var der deltagelse af 7 hold på kvindesiden. Heraf var alene tre hold fra København. Antallet af deltagende kvindehold har nu været stabilt gennem nogle år, hvilket er ganske flot, når man tager de udfordringer i betragtning DM i politihåndbold har været i gennem de sidste par år. Men de danske mesterskaber i politihåndbold bliver prioriteret af kvinderne.

For anden gang inden for de sidste to år skulle mesterskaberne afholdes i København, nærmere betegnet i Frederiksberg-Hallerne. De 7 hold var inddelt i 2 puljer med henholdsvis 3 og 4 hold i hver pulje.

Kvinderne åbnede traditionen tro ballet til DM og lagde ud med første kamp i begge haller. De forsvarende mestre fra Køben-

håndbold iden



havn 1 lagde ud mod Midt/Vest- og Østjylland, der var taget meget tidligt af sted mod hovedstaden og var stødt ind i myldretidstrafikken undervejs. Kampen kom i gang, dog lidt forsinket og København 1 vandt 18-6.

I den modsatte hal var der på samme tidspunkt noget mere spænding i kampen mellem København 2 og Københavns Vestegn. Københavnerne lagde hårdt ud og førte længe kampen, men de gik i stå og måtte til sidst se sig besejret 14-12 af Københavns Vestegn.

I næste runde mødte Midt/Vest- og Østjylland det sidste Københavnerhold – København 3. København 3 fra Teglholmen havde nogle spillere med, for hvem det var første gang de deltog i en håndboldkamp. Men de samlede et hold og stillede op til DM, hvilket er fantastisk for bevarelsen af mesterskabet. Kampen endte med en sejr på 11-5 til Midt/Vest- og Østjylland, men København 3 var nok dem, der jublede højest ved scoringer.

I den modsatte pulje mødte København 2 Nordsjælland. Det var igen en jævnbyrdig affære. København 2 trak sig dog ud af opgøret med en sejr på 14-12, og kunne herefter vente på opgøret mellem Nordsjælland og Københavns Vestegn for at se, om der dagen efter skulle spilles om metal.

Herefter skulle København 1 møde Nordjylland. Det skulle vise sig at blive kamp med noget mere spænding end forventet. Nordjylland var med hjælp fra en utrolig godt skydende venstrehåndet playmaker, Ninna Johansen, med i kampen indtil de sidste to minutter. Københavnerne formåede dog at trække sig sejrrigt ud af opgøret og vandt 15-12.

Nu skulle den sidste kamp i den jævnbyrdige pulje 2 mellem Københavns Vestegn og Nordsjælland afgøre hvilket et af holdene, der skulle spille med om guldet næste dag. Det blev igen en lige kamp. Holdene skiftedes til at have momentum. Københavns Vestegn holdt dog hovedet koldt til sidst og vandt 13-10. Med sejren sikrede Københavns Vestegn sig førstepladsen i puljen og dermed en plads i finalen om det danske mesterskab. Sidste års vicemestre, København 2, måtte se sig henvist til den lille finale, kampen om bronzen, mens Nordsjælland skulle spille om 5. pladsen.

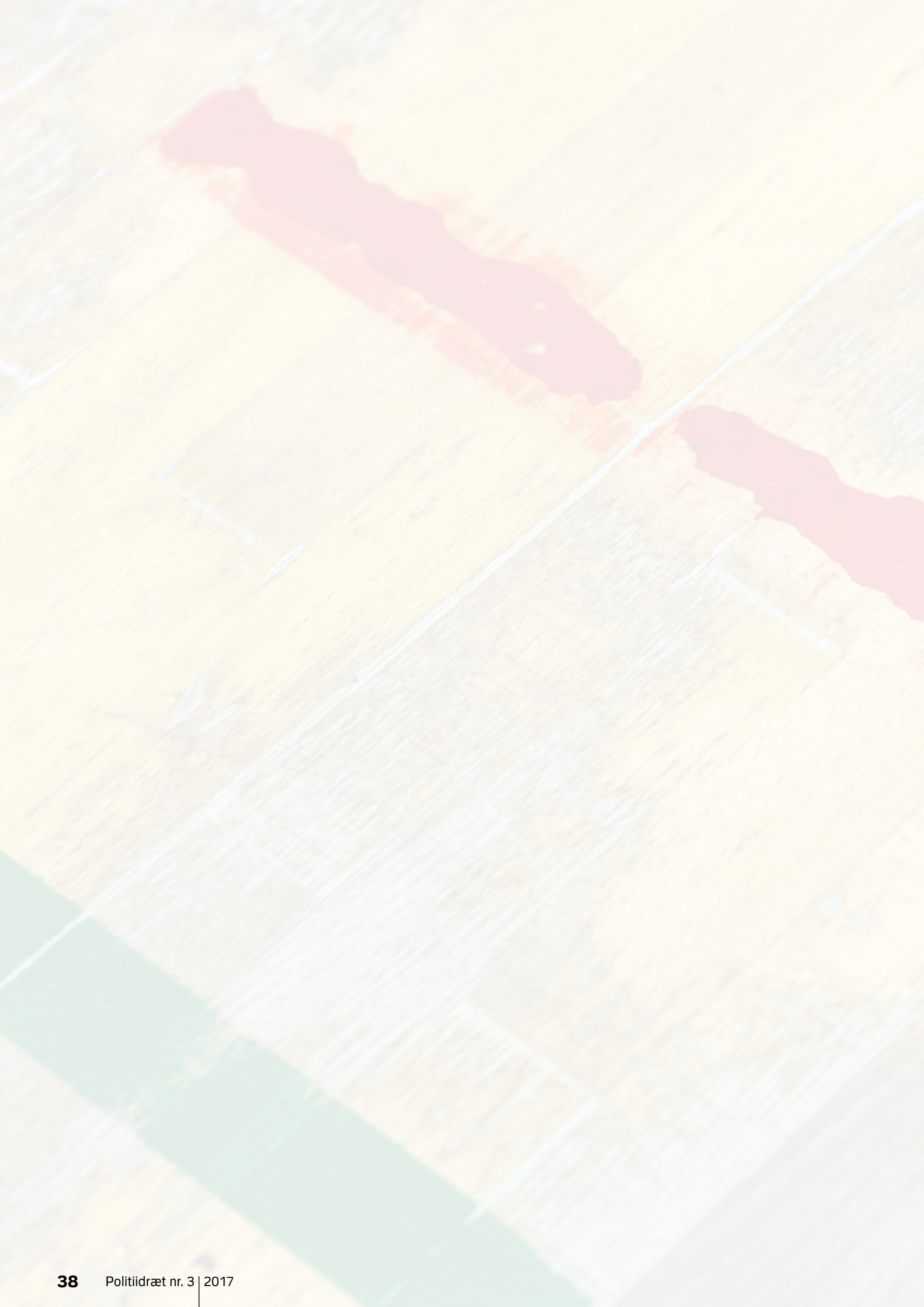
Dagens sidste kamp stod mellem København 3 og Nordjylland. København 3 havde fået noget mere styr på deres forsvarsforpligtelser og holdt det ellers stær-

København 1 – Vestegnen 1



København 2 – Nordsjælland 2

ke nordjyske mandskab nede på 7 scoringer. Desværre formåede københavnerne kun selv at lave 4 mål. Nordjylland kunne med sejren stadig skimte deltagelse i morgendagens medaljekampe. Der resterede dog stadig én puljekamp for Nordjylland og de tre øvrige hold i puljen København 1, Midt/Vest- og Østjylland og København 3. En X-faktor til de danske mesterskaber i politihåndbold er, hvem der kommer stærkest ud af kammeratskabsafteften. Det kan få afgørende betydning for 2.-dagen. Igen var der planlagt morgenkampe for kvinderne. Heldigvis var der ikke mange andre i hallen end dem, der deltog i



kampen. For seværdig håndbold er sjælden i den første kamp oven på kammeratskabsaftenen. Men til gengæld er det der, overraskelserne kan skabes.

De sidste puljekampe i pulje 1 skulle afgøre, hvem der ville få lov til at møde Københavns Vestegn i kampen om mesterskabet. København 1 skulle møde København 3. København 3 var noget hårdere ramt en København 1, nogle talte om svimmelhed, når man bukkede sig ned for at samle en bold op. København 1 vandt en sikker sejr på 21-6 og sikrede sig puljens førsteplads og dermed en plads i finalen.

Midt/Vest- og Østjylland mødte Nordjylland. Midt/Vest- og Østjylland satte sig på kampen fra start med en mandsopdækning af Nordjyllands Ninna Johansen. Det skulle vise sig at være et klogt taktisk træk. Nordjylland kom aldrig rigtig ind i kampen og Midt/Vest- og Østjylland vandt 12-5 og sikrede sig 2. pladsen i puljen og samtidig en plads i kampen om bronzemedaljerne.

I kampen om 5. pladsen skulle Nordsjælland spille mod Nordjylland. Det var nordsjællændernes første kamp ovenpå kammeratskabsaftenen. De mødte friske og klar op til kamp i Frederiksberg-Hallerne. Desværre valgte Nordjylland inden kampens afvikling at tage hjem uden af informere turneringsledelsen og Nordsjælland. Så Nordsjælland måtte nøjes med en kold cola i Frederiksberg-Hallernes cafeteria. Men 5. pladsen var deres uden kamp.

Den lille finale – kampen om bronzen og 3. pladsen – stod mellem Midt/Vest- og Østjylland og København 2. Københavnerne lagde hårdt ud og kom foran, men Midt/Vest- og Østjylland åd sig langsomt ind i kampen. Københavnerne formåede dog at få momentum igen og kunne til sidst trække en sikker 12-7 hjem og dermed var bronzemedaljerne og 3. pladsen sikret.

I finalen stod Københavns Vestegn overfor de forsvarende mestre fra København 1. Der var lagt op til en spændende finale. København 1 havde været tidligt oppe og spille en puljekamp, mens Københavns Vestegn havde fået lov til at sove længe frem til finalen, i det de spillede puljen færdigt dagen forinden. Men København 1 var opsatte på at vise, at de kunne stå distancen og satte sig tungt på kampen. Der blev lukket af i forsvaret og i målet og Københavns Vestegn formåede kun at passere den københavnske mållinje 3 gange, og da Københavnerne samtidig havde god fart op ad banen og scorede 16 mål genvandt de det danske mesterskab i suveræn stil.

Stævnets bedste spiller blev ingen ringere end legenden Lena Hyldekjær.

Stort tillykke til København 1 med guld, til Københavns Vestegn med sølv og til København 2 med bronzen.

Vinder København 1



Hvorledes

Af Kenneth Marloth Henze, cand.mag., Politiskolen

Politiet skal i lighed med mange andre professioner jævnligt kunne gennemføre arbejdsopgaver, der har karakter af let, moderat og hårdt fysisk arbejde. Nogle af opgaverne har et stort kredsløbsmæssigt arbejdskrav i kortere tid, og andre af arbejdsopgaverne kræver en god kredsløbsmæssig udholdenhed. Arbejdskravet kan opstå på mange forskellige måder, og arbejdskravene kan opstå flere gange på samme vagt.

Der kan være et stort kredsløbsmæssigt arbejdskrav ved en eftersættelse, hvor politibetjenten skal kunne accelerere hurtigt, løbe med høj hastighed i kortere eller længere tid samt forcere trapper og forhindringer mm. Det kredsløbsmæssige arbejdskrav kan opstå ved én eller gentagne magtanvendelses- og nødværgesituationer, hvor politibetjenten skal kunne flytte sig hurtigt, kunne løfte og bære en modstander og håndtere en modstræbende gerningsmand over længere tid. I disse situationer skal politibetjenten kunne arbejde med høj intensitet i kortere og længere tid.

I situationer, hvor arbejdsbelastningen føles let, kan der over længere tid også opstå træthed og udmattelse. Det kan for eksempel være ved demonstrationer eller bevogtningsopgaver, hvor politibetjenten skal bære og bevæge sig med tungt udstyr i længere tid. Disse situationer har det til fælles, at de kræver en kredsløbsmæssig udholdenhed.

Opgaverne har den fællesnævner, at politibetjenten i forbindelse med opgaveløsningen også forventes at kunne tænke klart og håndtere de psykiske samt mentalt udfordrende dele af arbejdsopgaverne sideløbende. Evnen til at tænke klart og fokusere, for at kunne foretage de bedste taktiske beslutninger, forringes hvis personen føler sig fysisk hårdt presset. Det pointerer vigtigheden af en god kredsløbsmæssig formåen for politibetjente (Roberts, 2013, s. 479 f.). Derudover hænger politibetjentens mentale overskud og fysik sammen. Det vil sige, at træning af politibetjentens kredsløbskapacitet er en god måde at styrke sin mentale grundform på (Ibsen et al., 2008, s. 287).

På politiskolen vælger vi derfor, at undersøge om ansøgernes og de studerendes kredsløbskapacitet er tilstrækkelig, til at kunne gennemføre uddannelsen på politiskolen og det efterfølgende politiarbejde hensigtsmæssigt. Dette gøres ved en 2400 meter løbetest for ansøgere til politiet og 2000 meter ergometerøvelse for studerende.

Der findes efterhånden mange forskningsresultater, som viser, at kredsløbskapacitet er et vigtigt testelement, hvis formålet er at måle, hvorledes en person vil præstere i en professionsrelevant test, der belyser de respektive professioners moderat og fysisk krævende arbejdskrav (Stanish, 1999, s. 673 og Jamnik 2009, s. 45 f. og Collingwood 2016 og Barnekow-Bergquist 2004, s. 1246 f.).

Forskning ved kriminalforsorgen i Canada har vist, at de ansatte havde lange perioder med lavintensity arbejde, ofte skulle beskæftige sig med moderat fysisk krævende arbejde og jævnligt stod i arbejdssituationer med fysisk meget krævende arbejdsopgaver. Dette kunne ses af blandt andet spørgeskemaundersøgelser, hvoraf det fremgik, at arbejdet generelt krævede en god kredsløbskapacitet og bestod af arbejdsopgaver som celle-gennemfølgninger, hurtigt løb over kortere afstande, håndtering og kontrol af modstridende indsatte samt flytning af indsatte. Ofte efterfulgte arbejdssituationerne hinanden, hvilket yderligere pointerede vigtigheden af en tilstrækkelig udholdenhed og kredsløbskapacitet (Jamnik 2010, s. 45 f.).

Canadisk politi undersøgte de arbejdskrav, som canadisk politi oplevede i deres arbejde. De kom gennem en sammenligning af fysiske tests og en arbejdskravstest frem til, at kredsløbskapacitet og udholdenhed var meget vigtige faktorer for en hensigtsmæssig udøvelse af deres arbejde (Stanish 1999, s. 669).

En amerikansk forskergruppe undersøgte, hvilke faktorer der påvirker den fysiske arbejdspræstation hos universitetsbetjente. Forskerne brugte diverse fysiske målinger og sammenlignede dem med en arbejdsspecifik test. Den arbejdsspecifikke test havde fokus på bevægelser og handlinger, som ligner dem universitetsbetjentene skulle udføre i forbindelse med en eftersættelse og anholdelse. Den arbejdsspecifikke test indeholdt kortere strækninger med løb, eftersættelser over samt under trapper og mindre passager. Dernæst skulle betjentene trække en dukke på 48,5 kg en afstand på 13,4 meter og pålægge dukken håndjern. Det viste sig at være behændighed/hurtighedstest og kredsløbskapaciteten, som var udslagsgivende for resultatet. Forskerne kom derudover frem til, at alder har stor betydning på tiden for gennemførelse af testbanen, hvor de ældre betjente løb markant langsommere end de yngre (Beck et al., 2015, s. 22340 ff.).

Finsk forskning viser at politibetjente ofte kan have svært ved at få prioriteret tid til træning. Undersøgelsen fulgte politibetjentene over en 15-årig periode og fandt, at politibetjentene tog ½ kilo på om året samt ikke dyrkede nok motion, til at de kunne klare basale fysiske krav, der skulle sikre, at politibetjentene kunne levere hensigtsmæssigt i moderat krævende og meget krævende fysiske arbejdssituationer (Smolander, 1984, s. 3 ff.). Dette er yderligere problematisk, med tanke på at en god kredsløbskapacitet også beskytter personer mod hjerte-karsygdomme (Holtermann 2009, s.466 f.)

Med tanke på de mange timer med stillesiddende arbejdsopgaver som politibetjente har i forbindelse med patruljekørsel eller kontorarbejde, er det vigtigt at pointere, at kredsløbstræning vil være gavnlige for at modvirke den akkumulering af kropsmasse/fedt, et sådant arbejde ofte medfører (Mummary 2005, s. og

har en god kondition indflydelse på politibetjentens arbejdspræstation?



Olivares 2012, s. 337 f.). Amerikansk forskning har vist, at de politibetjente, der havde den laveste fedtprocent, havde en markant bedre generel fysisk formåen end de politibetjente, som havde den højeste fedtprocent. Dette kan overføres til kvaliteten af politibetjentenes fysiske opgaveløsninger (Violanti 2016, Stanish, 1999, s. 673 og McCartney 2004 s. 246).

For at forbedre kredsløbskapaciteten bedst muligt bør politibetjenten gennemføre helkropsaktiviteter, der udfordrer kredsløbet i længere tid. Det kan være roning, cykling, løb eller helkropscirkeltræning med høj puls. Den form for aktivitet har et stort energibehov, hvilket kan være med til at stabilisere kropsvægten samtidig med en forbedring af kredsløbskapaciteten.

Litteraturliste

Barnekow-Bergkvist, M. & Aasa, U. & Ängquist, K.A. & Johansson, H. (2004): Prediction of development of fatigue during a simulated ambulance work task from physical performance tests. *Ergonomics*, 47:11, s. 1238 – 1250.

Beck, A.Q., Clasey, J. L., Yates, J.W., Koebke, N.C., Palmer, T.G. & Abel, M.A. (2015): Relationship of Physical Fitness Measures vs. Occupational Physical Ability in Campus Law Enforcement Officers. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Vol. 29(8), s. 2340 – 2350.

Collingwood, T.R. (2016): Underlying Physical Fitness Factors for Performing Police Officers Physical Tasks. www.politcechiefmagazine.org/magazine anvendt december 2016

McCartney, Js S., Hickner, R. C. & McCammon, M.R.: Performance Predictors for the Police officer Physical Ability Test. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. Vol. 36(5), s. 246.

Mummery, M.K., Schofield, G.M., Steele,R., Eakin, E.G. & Brown, W.J. (2005): Occupational sitting time and overweight and obesity in Australian workers. *American Journal of Preventive Medicine*, 29(2):91-7.

Holst, J. (2008) Kommunikation. In: Ibsen, B., Greiner, T., Nigard, P. & Holst, J. (red.) *Politipsykologi – en grundbog*, s. 142-161.

Holtermann, A. m.fl.: The interplay between physical activity at work and during leisure time – risk of ischemic heart disease and all-cause mortality in middle-aged Caucasian men. *Scandinavian Journal of Work and Environmental Health*. vol 35, s. 466 – 474.

Jamnik, V., Thomas, S., Shaw, J. & Gledhill, N.: Identification and characterization of the critical physically demanding tasks encountered by correctional officers. *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, 2010, 35: s. 45 - 58.

Olivares, P.R. et al (2012): Sitting time increases the overweight and obesity risk independently of walking time in elderly people from Spain. *Maturitas*, 73, s. 337 – 343.

Roberts, A.P.J. & Cole, J.C. (2013): The Effects of Exercise and Body Armor on Cognitive Runction in Healthy Volunteers. *Military Medicine*, 178, 5, s. 479 – 486.

Smolander, J., Louhevaara, V. & Oja, P. (1984): Policemen's physical fitness in relation to the frequency of leisure-time physical exercise. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, Vol. 54, s. 295 – 302.

Stanish, H. & Wood, T. & Campagna, P. (1999): Prediction of Performance on the RCMP Physical Ability Requirement Evaluation. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, Vol 41(8), s. 669 – 677.

Violanti, J.M., Fekedulgn, D., Andrew, M.E., Gu, J.K., Hartley, T.A., Charles, L.E. & Burchfiel, C.M. (2016) : Associations between body fat percentage and fitness among police officers: A statewide stydy. *Safety and Health at Work*. doi: 10.1016/shaw.2016.07.004

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



Henrik Borris og Per i 50+ double



Per og Carsten i 50+ double.

PI-København badmintonafdelingen

Tekst og foto formand Casper Stendevad Christensen

Sæsonen går på held. Der er ikke forfærdeligt meget tilbage, der kan ikke spilles om mere i holdturneringerne, og vi skal så småt til at kigge fremad mod næste sæson. Vi havde i denne sæson tre hold med i turneringen. Veteranerne, der med et point i løbet af turneringen, lader til at holde sig over nedrykningsstregen. Vores erfarne hold har ind mellem svært ved at finde damer til deres holdkampe, så her skal lyde en stor opfordring til de erfarne kvinder om at finde ketsjeren frem og komme ud og få lidt motion.

Vores andehold i serie 2 placerede sig med 10 point solidt midt i puljen og kan se frem til, igen næste sæson, at spille i serie 2. Førsteholdet i Københavnerserien startede sæsonen ganske fint med point på tavlen, men så gik det desværre nedad, og de endte i nedrykningsspillet. Der var ikke mange point at hente her heller, selvom sæsonen sluttedes af med en 12-1 sejr over

Charlottenlund. Den sidste kamp var en dobbelt hjemmekamp, hvor også 50+ spillede. Det blev efterfulgt af et socialt arrangement med spisning og en enkelt øl eller to.

I skrivende stund ved vi ikke helt, om holdet kan blive i Københavnerserien, da det afhænger af hvor mange hold, der skal rykke ned fra rækken over. Vi venter i spænding. Sæsonen har generelt været gennemført med ganske fint resultat, vi har som regel mange til træning, og til næste sæson skifter vi vores hjemmebane fra Hermes Hallen på Frederiksberg til det, der tidligere hed Brønshøj Sportshal, hvor vi tidligere har trænet. Hallen har fået en ansigtsløftning, og hedder nu Katrinedalshallen, men vi er bare glade for at kunne træne der igen.

Der har været en del problemer med bookning af baner, især fordi det nye digitale system, man har indført, ikke har virket



Nikolaj coacher Michael Høgholm til to sejre.

helt efter hensigten. Vi gør naturligvis, hvad vi kan for at gøre alle tilfredse og skaffe de tider, der er krævet for, at klubbens medlemmer kan spille det badminton, de har lyst til. Vi oplever heldigvis stadig en lille tilgang til klubben, især er vi glade for at se en del yngre spillere fra politiskolen, der kommer og spiller i klubben.

Der har været afholdt danske politimesterskaber i badminton, hvor PI København tegnede sig for et par nye danske mestre, hvilket vi naturligvis er både glade for og stolte af. Vi kigger frem mod et klubmesterskab, der skal løbe af stablen snart. Der er også en generalforsamling, der skal holdes.

Klubben mangler stadig en træner til næste sæson, og selvom der har været et par gode bud, er der stadig ikke fundet en til at

Vores nyeste Johanne og Marie Louise i en glad damedouble.

stå for vores træning onsdag aften samt sætte holdet til kampene. Det er endnu en af de ting, vi arbejder på at få løst til den næste sæson.

Sæsonen er ved at være færdig, og vi glæder os allerede til, at den starter igen. Der er mulighed for at træne ind over sommeren, og vi håber naturligvis, at det kan lade sig gøre at stable nogle hold på benene undervejs, så vi kan vedligeholde vores niveau ind over sommeren.

Vi håber at se alle vores medlemmer i den nye sæson og håber, at den kan byde på endnu en omgang i Københavnerserien, serie 2 og 50+ serie 5. Vi håber naturligvis også, at vi i næste sæson kan undgå nogle af alle de dumme skader, der lidt har præget vores kampe i år.



Cykelfafdelingen på træningslejr i Calpe, Spanien





Af Johannes Risbjerg, Cykelafdelingen
Foto Dorte Schultz, Cykelafdelingen

13 medlemmer af Cykelafdelingen har igen i år været på træningslejr i Calpe, Spanien i perioden 21. – 31. marts 2017. Træningslejren blev afholdt i samarbejde med vores samarbejdsklub ABC, og ca. 50 ryttere var afsted. Ud over ryttere fra de to klubber var der også ryttere med fra andre klubber.

I invitationen stod der blandt andet:

”Træningslejr med ABC/PI – fastlagte træningsplaner og SERIØS CYKELTRÆNING. Træningen kommer til at foregå niveaudelt i 3 grupper. For at alle kan få bedst muligt udbytte af træningslejren, forventes det, at man holder en nogenlunde god grundform henover vinteren. Alle dagene med afgang ca. kl. 10.00. I nedenstående skema kan man se turens ”træningsbelastning”. Vi vil veksle mellem forholdsvis ”flade” ture og deciderede bjergture – der er dog aldrig helt fladt, så du vil få højdemetre på dagbogen alle dage. Træningsplanen og rutevalg er vejledende, og man bør både lytte til de justeringer, som ”trænerne” kommer med og ikke mindst til ens egen krop. Det er en træningslejr, og det gælder om at få tilpas intensitet og volumen. Derfor er træningslejrens periodisering som følger.

- Fokus 21-24/3 længere kontinuerlige ture med enkelte intervaller og rulleskift.
- Fokus 25-27/3 intensitet og antallet af intervaller øges.
- Fokus 28-30/3 større volumen med intensitet og kvalitet.

Let dag - hvis man er vant til at træne og køre intervaller hver dag, kan denne være op til 3 timer med enkelt medium – for andre er det en helt kort trille dag eller eventuelt helt pause.

Mellem hårde dage – typisk 3-4 timer med intervaller af medium intensitet.

Hårde dage – Her kører vi 3 – 5 timer med 2-3 intervaller (AT/medium).

Træningsplan – detailplanlægning og rutevalg vil foregå fra dag til dag og gruppevis med hensyntagen til vejr, deltagerne i de respektive grupper etc. Men det er ”trænerne”, der er in charge, og deres anvisninger skal følges, hvis man vil køre med i de respektive grupper.

DAG	RUTEN – INTERVALLER	TRÆNINGSBELASTNING
Tirsdag 21.3	Ankomstdag. Kort. Informationsmøde i bussen. Cykel samles – let trilletur	
Onsdag 22.3	2-3 timer forholdsvis flad tur – enkelt medium - rulleskift	Mellem komme i gang Tjekke/justere cykel m.m.
Torsdag 23.3	Bjergtur med 2 længere AT intervaller	Hård – men hold intensitet på passende niveau
Fredag 24.3	3 timer forholdsvis flad tur – enkelt medium – samt antrit	Mellem
Lørdag 25.3	Flad tur – rulle eller enkelt medium – samt antrit	Let
Søndag 26.3	Bjergtur med 2 længere intervaller (tilladt at køre om toppen/skilt)	Hård
Mandag 27.3	Bjergtur med 2 længere AT intervaller	Hård – men hold intensitet på passende niveau
Tirsdag 28.3	Længere men forholdsvis flad tur – 2 medium – rulleskift	Let
Onsdag 29.3	3 timer forholdsvis flad tur – enkelt medium – samt antrit	Mellem – men hold intensitet på passende niveau
Torsdag 30.3	Bjergtur med 2 længere AT intervaller	Hård – sidste træningsdag



Lidt om valg af gruppe: Det forventes, at man mellem intervaller (uden besvær) kan følge grundtempoet i den gruppe, man kører i (ellers må man justere en gruppe ned). På intervallerne vil der opstå huller i gruppen, men der vil blive ventet på toppen (eller ved veldefineret punkt) – men det er sjovest for alle, at man finder en gruppe, der passer og at ventetiden bliver rimelig. Så er man meget hurtigere end den næst hurtigste i gruppen, må man springe op og omvendt. Der burde dog være fin lejlighed til, at alle finder lige børn at "lege" med."

Cyklerne blev transporteret til Calpe og hjem igen i kasser i en lukket kassebil, og vi boede på Hotel HS Ifach, der ligger meget centralt i Calpe med flere cykelveje ud af Calpe til det fantastiske træningslandskab, der ligger i området. Ikke underligt, at mange teamhold anvender området til træning, ligesom vejret ofte er meget stabilt med sol. Vi havde fuld pension på hotellet.

En typisk træningsdag forløb således: Morgenmad kl. 08.00, afgang i træningsgrupperne kl. 10.00, tilbage mellem kl. 14.00 og 15.30, frokost og fra kl. 19.00 aftensmad. Normalt var der indlagt en kaffestop i træningen på en af de utallige cafeer, der ligger i området. Vejret var med os – ingen regn. Meteorologerne havde lovet mulighed for en regn en eftermiddag, men det holdt tørvejr. Forfatteren kørte i gruppe 2 og kørte ca. 890 km med 12.800 højdemeter. Gruppe 1 kørte lidt længere, og gruppe 3 mindre. Flere havde brug for en hviledag ind i mellem og kørte ikke alle dage. Alt i alt en god træning, så alle burde nu være klar til sommeren løb.







Deltagerne på golfbanen

Vinter Tour golf - 2. afdeling



Jesper Bangsgaard og Frank Lund



Jesper Bangsgaard og Kasper O.B. Poulsen



Jesper Bangsgaard og Rene Frank Olsen



Af René Frank Olsen
Fotos Peter Levring Madsen

VINTER TOUR 2017 - SIMULATORGOLF

Tirsdag den 14. marts 2017 blev 2. afdeling af årets Vinter Tour afviklet hos Simgolf, Grøndal Multicenter.

Arrangør Søren Norlander bød velkommen og introducerede en svær bane med kraftige vinde og hurtige greens (næsten uden vand, men sværere mente flere - dejlig nem mente vinderne), Innisbrook Resort and Golf Club, Palm Harbor, USA. Der skulle spilles stableford i en række for 2. afdeling og for en samlet vinder af 1. og 2. afdeling.

Efter 1. afdeling var de "gode" blev justeret lidt ned i deres hcp (handicap), og de "mindre gode" var justeret lidt op i deres hcp. Af "baneservice" havde arrangøren sørget for gratis kaffe. Rundstykker med ost eller pålægschokolade kunne købes undervejs - med princippet først til mølle.

Undervejs på runden kunne man på de 5 par 3 huller vinde en runde drikkevarer til alle i boksen ved nærmest pinden i første slag.

Undertegnede og min boks var dog langt fra disse præmier og måtte nøjes med et par kopper kaffe. Vi kunne dog se på scoretavle, at der var stor kamp om tættest på hullerne. Og så kommer den gode historie - efter de 18 huller var der en ekstra tættest på hullet konkurrence.

Jeg "valgte" at slå som den sidste (alle havde 2 slag) og slog et præcist og lige slag kun 1,9 meter fra hullet, og det var vinderslaget.

Simgolf er en dejlig oplevelse og ikke mindst både at spille indendørsgolf (kaldet vintertræning) og spille golf med kolleger. Det er forhåbentlig kommet for at blive.

På en runde golf som denne kiggede vi i hinandens bokse, både for hyggens skyld og ikke mindst pga. vores konkurrence, og det er med til at give den gode stemning.

DAGENS RESULTAT

Vinder	Kasper O.B. Poulsen	40 point
Nr. 2	Søren Norlander	39 point
Nr. 3	Jesper Siholte	39 point

SAMLET RESULTAT VINTER TOUR 2017

Kasper O.B. Poulsen	75 point
Frank Lund	73 point
Søren Norlander	72 point

STOR ROS til dagens matchleder Søren Norlander og til Jesper Bangsgaard for at have stablet Vinter Tour 2017 i Simgolf på benene.



Jesper Bangsgaard og Søren Norlander

Jesper Bangsgaard og Jesper Siholte



PI

Opvisningsholdet på tour

Hele foråret har flere af PIs hold deltaget i stævner og opvisninger landet rundt. Læs her om Opvisningsholdets weekend i Sorø og til det traditionsrige Dejbjerg-stævne.

Af Katrine Frandsen, gymnast på PI Opvisningsholdet
Fotos Mette Lildholdt Schmidt & Rasmus Skovgaard og Vibeke Green

Fredag den 24. februar drog hele PI's Opvisningsholdet traditionen tro på opvisningsweekend.

Første stop var gymnastikefterskolen Sorø. Her skulle opvisningsholdet deltage i efterskolens Opvisningsaften, der år efter år fylder den store hal med tilskuere – og hvor der kommer hold fra nær og fjern.

Igen i år var holddeltager Annas mor og papfar værter for over-

natningen lidt uden for Slagelse, hvor de lagde gildesal til overnatningen for hele holdet. Her stod den på pandekager og fælleshygge, samt kæmpe morgenbord den efterfølgende morgen.

Om lørdagen gik turen så til Dejbjerglund Efterskole, hvor Opvisningsholdet igen i år, meget prisværdigt, var udvalgt til at deltage i festlighederne. Dejbjerglund Efterskole afholder årligt opvisningen, hvor forskellige hold bliver indbudt. Og det er altid med super god stemning, fantastisk opbakning fra tilskuerrækkerne



og flotte opvisninger. Og så følger selvfølgelig altid en temafest, hvor kun fantasien sætter grænser.

Temaet i år var Realityshows, så om aftenen blev salen fyldt med "Landmand søger kærlighed", "Den store bagedyst", "Mit plastikmarridt" og mange andre. PI Opvisningsholdet gik all in på "Livet er fedt", hvilket matchede godt med de søde damer fra "Den store bagedyst", der glædeligt serverede flødeskumskager...



▶ PI Opvisningsholdet

Dejbjerglund Efterskole stævne er altid en succes, og PIs Opvisningsholdet ser frem til mange fremtidige opvisninger her.



▶ PLOpvisningsholdet

Se flere billeder og videoer fra PI Opvisningsholdets træninger og opvisninger her ▶



Sved, sjov på familieholdet





og ninja-træning

PI Upcoming



Tekst og fotos: Kristine Honoré Klitsø, instruktør på PI Upcoming

Hver søndag fra kl. 11.30 til kl. 13.00 i den store hal på Institut for Idræt drøner der gennemsnitligt 20 børn rundt i alderen 4-7 år sammen med deres forældre. Alt i alt er der 36 skønne krudtugler på holdet, så hallen er fyldt, når alle er der.

Opfattelsen hos de voksne er, at børnene går til gymnastik – men spørger du eksempelvis Christian Hansen-Hersnap på fem år, så går han til ninja-træning. Og til ninja-træning får man lov til at løbe, klatre, springe fra redskab til redskab, holde balancen på smalle bomme og lave saltomortaler, præcis som en ægte ninja.

Når spørgsmålet lyder ved træningens begyndelse: Hvad glæder I jer mest til? Så er svaret: At løbe, at hoppe i trampolin og lave pizza.

Der bliver lavet stafetter, hvor mor og far sveder i styrketræningsøvelser, øvet akrobatik som små cirkusartister, og trænet de store riddere og skønne prinsesser i gymnastiske grundøvelser. For slet ikke at nævne, at der også bliver stået på hænder, øvet vejrmøller samt både forlæns og baglæns saltomortaler. Træningen sluttet af med sang og pizza-leg.

På holdet handler det om at have det sjovt, svede, være sammen og lære noget nyt med fokus på de gymnastiske elementer. PI Upcoming laver én opvisning, til Pls årlige opvisning, og derefter slutter sæsonen. Men hold øje med vores hjemmeside, www.pigymnastik.dk eller på vores Facebook-side (PI Gymnastik), hvor der henover sommeren kommer info om opstart næste sæson til september.





Store aktiviteter omkring Frida



Seje forårskajakroere



Forårsklargøring af Frida



Navigationsundervisning

Stor aktivitet omkring Frida, kajakerne og navigationsundervisningen

Af Ivar Brochorst Christensen

Fotos Jan Kofoed Nielsen og Steen Mikkelsen

Foråret er over os, og det mærkes og ses tydeligt på aktivitetsniveauet i klubben. Frida er ret arbejdskrævende, når hun skal gøres klar til sæsonen, og det har da heller ikke været anderledes i år. Heldigvis har mange medlemmer deltaget i klargøringen, som det ses af billederne.

I skrivende stund er Frida endnu ikke i vandet, men Jan har bestilt krantid til Langfredag den 14. april. Vore seje kajakroere er også godt i gang igen, og Steen har da også være ude med flere hold her i foråret. Vi ser frem til en stor sæson med mange timer i bølgerne.

Siden januar, hvor navigationsundervisningen på Holmen med 26 PI-deltagere og 20 deltagere fra Søværnet begyndte, har dronningens adjutant kommandørkaptajn Michael Bager navigeret det store hold frem til den teoretiske eksamen den 19. april og efterfølgende dage med Peter Ditmar

fra Søfartsstyrelsen som censor. Ikke alle har valgt at gå op til den 2 timer lange skriftlige eksamen med efterfølgende 10 minutters mundtlig overhøring, men langt størstedelen af medlemmerne gør det.

I begyndelsen af maj skal der gang i klubbens RIB, da der skal undervises i den praktiske del af duelighedsbeviset. Det bliver igen Peter Ditmar fra Søfartsstyrelsen, der bliver censor ved den endelige og praktiske prøve. Det skal også lige nævnes, at arbejdet med den nye grund (nabogrunden), er godt i gang. Der er målt op, og stolperne til hegn og låge er støbt. Der er meget arbejde endnu, men det bliver rigtigt godt, med noget mere plads.

Husk, at I altid på hjemmesiden www.politiidraet.dk, under Sejl- og Kajakafdelingen kan få et indtryk af, hvad der sker i afdelingen.



MAGASINPOST **SMP**
ID-NR. 42554

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

