

# POLITIIDRÆT

Dansk Politiidrætsforbund nr. 5 • 2018



#DPIFi bevægelse



## ISSN

Trykt udgave: 0906-9151

Online udgave: 2446-1032

Stiftet 1. august 1946

49. årgang

## Medlem af

Dansk Firmaidrætsforbund  
Hjemmeside: www.dfif.dk

## Ansvarlig udgiver

Dansk Politiidrætsforbund  
v/ formand Knud Stadsgaard

## Ansvarshavende redaktør

Robert Hansen  
Sydøstjyllands Politi  
Tlf. 2632 2408  
E-mail: politiidaet@gmail.com

## Forbundets adresse

Dansk Politiidrætsforbund  
Politigården, Københavns Vestegns Politi  
Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund  
Tlf. 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

Fotograf: Jan Kofoed Nielsen, PI-København.

## Deadline/Udgivelse

### 6/18

Deadline for indl. af stof: 27. august 2018  
Udgivelse 1. oktober 2018

### 7/18

Deadline for indl. af stof: 8. oktober 2018  
Udgivelse 12. november 2018

### 8/18

Deadline for indl. af stof: 12. november 2018  
Udgivelse 17. december 2018

Ret til ændringer forbeholdes.



# Politiidræt

|  |    |
|--|----|
| Leder .....  | 5  |
| Europæiske politimesterskaber i fodbold for herrer .....                       | 6  |
| Større politimæssige indsatser og idræt .....                                  | 10 |
| Dansk Politiidrætsforbund på Folkemødet 2018 .....                             | 12 |
| Parkstafet i Roskilde - politiet var der også .....                            | 14 |
| Nyt fra Teknisk komite i Europæisk Politiidrætsforbund .....                   | 16 |
| Tilskud fra Dansk Firmaidrætsforbund til Vejle PI .....                        | 20 |
| Stafet for livet 2018 .....  | 23 |
| Stafet for livet - Team Ellen .....  | 25 |
| Forholdet mellem fysisk kapacitet<br>og optimal fysisk arbejdspræstation ..... | 26 |

## PI-Nyt

|  |    |
|--|----|
| Sommerevent 2018 .....   | 30 |
| Støtteforeningen - PI-Københavns Venner .....  | 34 |
| Støtteforeningen - PI-Københavns Venner - Bankospil .....                            | 35 |
| <b>Bowlingafdelingen</b><br>Guld, sølv og bronze .....                               | 36 |
| <b>Cykelafdelingen</b><br>Belgien Tour 2018 .....                                    | 40 |
| <b>Fodboldafdelingen</b><br>Lad champagnepropperne springe .....                     | 45 |
| <b>Golfafdelingen</b><br>Åbent hus arrangement 2018 .....                            | 46 |
| <b>Orienteringsafdelingen</b><br>WMOC 2018<br>Sprint - kvalifikation og finale ..... | 48 |
| Mellemdistance og kvalifikation .....  | 50 |
| WMOC 2018 er slut .....  | 54 |

Formand  
Knud Stadsgaard



Næstformand  
Jens Claumarch



Kasserer  
Ole K. Jacobsen



FU medlem  
Jesper L. Bangsgaard





Knud Stadsgaard  
Formand

# Fået lidt for meget flæsk på flankerne i ferien?

Ferien kan være hårdt for polstringen af flankerne, hvilket vi er mange, der har mangeårig erfaring med, men vi ved også, at det er sundt at bevæge sig, måske endda med særlig god og synlig effekt på hullerne i livremmen efter ferien.

Rigspolitiet iværksatte med opstart tilbage i 2017 aktiviteter med netop motion og bevægelse, men tillige det hele menneske for øje. Politiområdet i Ejby og Rigspolitiets Idrætsforening iværksatte to forskellige initiativer – begge med fokus på at motivere til træning og dermed forbedre fysikken.

*Rigspolitiet viste hermed vejen med at fjerne flæsket og få formen justeret.*

Rigspolitiets Idrætsforening (omtalt detaljeret i Politidræt nr. 1/2018) lancerede "Det hele menneske", som var et livsstilsprojekt over 26 uger fra den 1. oktober 2017 til 31. marts 2018. Et fokus på kost, sundhed og motion – og dermed at skabe sammenhæng mellem krop og sjæl. Til projektet fik man hjælp og coaching fra to dedikerede instruktører, der bl.a. hjalp med til at æn-

dre fokus, således potentielle overspringshandlinger i stedet blev til bevidst valgte fysiske aktiviteter og kostvalg og dermed et reelt positivt sundhedsmæssigt sammentalt valg.

Mange politikredse står tilsvarende ikke tilbage for at arrangere Eventdage med idræt, bevægelse og leg som omdrejningspunkt. Det er nemlig tillige en god business case for reduktion af sygefravær og højnelse af trivsel. Ud over sociale gevinster på tværs af politikredsens søjler, linjer og afdelinger, så er Eventdage og lignende arrangementer i den grad også motiverende for træning og idræt – såvel individuelt som på holdbasis.

Og mental og fysisk parathed har aldrig været vigtigere for dansk politi.

Initiativerne og opfordringen er hermed givet videre.

- ✓ for politidrætten  
Knud Stadsgaard

# Europæiske politimesterskaber i **FODBOLD**

Foto: Per Kjærbye/fodboldbilleder.dk





Mads-Kristoffer Kristoffersen i aktion i Parken tidligere i år.

4 - 0 ..... til Bulgarien. SMS'en med resultatet af kvalifikationskampen mellem Bulgarien og Danmark til de europæiske politimesterskaber i fodbold for mænd i Prag sidst i juni 2018 tikkede ind på min telefon i efteråret 2017 og kom fra teamet omkring det danske herrelandshold i fodbold.

Håbet var selvfølgelig, at en sejr over Bulgarien havde bragt Danmark og ikke Bulgarien videre til finalerunden i Prag.

Resultatet betød, at de danske fodboldherrer ikke var blandt de 8 hold, der skulle konkurrere om titlen som europæiske politimestre ved finalerunden i Prag i juni 2018.

Der var dog dansk deltagelse i finalerunden. FIFA-dommer Mads-Kristoffer Kristoffersen, der er rykket op i 3. højeste UEFA-kategori, dommer Patrick Rasmussen, der af DBU netop er rykket op i 1. division, og jeg deltog i finalerunden. Mads-Kristoffer og Patrick havde hver deres funktion inden for dommergerningen, mens jeg deltog fordi fodbold er mit ansvarsområde i det europæiske politiidrætsforbund.

UEFA har tidligere støttet arrangører af europæiske politimesterskaber ved bl.a. at sende højtrangerende dommere til de europæiske politimesterskaber. Denne støtte forsvandt helt i forbindelse med krisen i UEFA i 2013 og 2014, så siden en kvalifikationskamp for kvinder i Horsens i efteråret

Craig TALOR, Patrick RASMUSSEN, John BROOK, Shane O'BRIEN, Eoghan O'SHEA, Erik GEMZICKÝ, Martin DOHÁL, Petyr Kirilos KOSTADINOV, Mads-Kristoffer KRISTOFFERSEN, Lucie RATAJOVÁ, Henri MÜLLER, Oskari HÄMÄLÄINEN



Af Ole K. Jacobsen, Dansk Politiidrætsforbund  
Fotos Per Kjærbye/www.fodboldbilleder.dk

2015 (de danske kvinder vandt 1 – 0 over Irland) havde Mads-Kristoffer og jeg puslet med et projekt om, at vi via fodbolden i europæisk politiregi kunne bidrage til at udvikle unge, talentfulde dommere til glæde for den enkelte dommer, de nationale fodboldforbund og europæisk politiidræt.

Projektet gik i gang og ved finalerunden – også i Prag – for

kvinder i 2016 (hvor det danske hold via sejren over Irland deltog), så "USPE Referee Project" lyset for første gang. Det blev en succes, men selvfølgelig også med plads til forbedringer.

Et møde i Schweiz i efteråret 2017 med UEFA's dommeransvarlige, Chris Wild, løste nogle udfordringer, for han sendte et brev til de nationale fodboldforbund, der havde hold med til vo-

Henri MÜLLER, Shane O'BRIEN, Eoghan O'SHEA,  
Jan MIKYSKA, Patrick RASMUSSEN





res finalerunde. Og det virkede ... 6 nationale fodboldforbund sendte i alt 14 unge og talentfulde dommere og linjevogtere til Prag for at deltage i mesterskaberne.

Mads-Kristoffer havde udarbejdet undervisningsmateriale og emner, som der skulle være fokus på, arrangørerne optog hver eneste kamp på video, og om aftenen blev dommerpræstationerne med udgangspunkt i video-klippene gennemgået og evalueret i teams og i samlet fora. En meget fin måde at udvikle den enkelte dommer på. Samtidig blev der sat stor fokus på den enkeltes individuelle træning og dedikation til dommergerningen.

I nærmeste fremtid vil hele projektet blive evalueret, og denne evaluering vil blive sendt til UEFA og DBU, så vi forhåbentligt kan udvikle projektet yderligere frem mod finalerunden til de europæiske politimesterskaber i fodbold for kvinder i Trondheim, Norge, i 2020.

Stor tak til Dansk Boldspil Union ved Tine Pleidrup for støtten til Mads-Kristoffer og Patrick. Vi håber støtten på sigt vil medvirke til yderligere udvikling af begge.

Alle, der siger, at fodbold handler om 22 mænd, der løber efter en bold og at Tyskland altid vinder ..... fik ret for så vidt angår de europæiske politimesterskaber. Tyskland vandt nemlig ret overbevisende efter en finalesejr over værterne fra Tjekiet.

Og Bulgarien, som jeg omtalte i indledningen .... de endte på en samlet 5. plads.



Bagerst: Craig TALOR, Patrick RASMUSSEN, Henri MÜLLER, Lucie RATAJOVÁ  
Forrest: Shane O'BRIEN, Eoghan O'SHEA, John BROOK, Mads-Kristoffer KRISTOFFERSEN, Erik GEMZICKÝ, Oskari HÄMÄLÄINEN



# Større politimæssige inds

Af Jesper Bangsgaard, Dansk Politiidrætsforbund Forretningsudvalg  
Fotos Carsten Dyhr, Dansk Politiidrætsforbund

Dansk Politiidrætsforbund har et ønske om at komme ud til alle vores medlemmer, og er i den forbindelse blevet opmærksomme på behovet for, at man også i forbindelse med større politimæssige indsatser hvor man flyttes på tværs af landet og midlertidigt indkvarteres, får mulighed for at motionere i sin fritid.

I første omgang havde vi blikket rettet mod indsatserne i København i maj måned med både Kronprinsens fødselsdag og VM i ishockey samt Folkemødet på Bornholm i juni måned, da det er utroligt vigtigt, at de mange timers tjeneste med anlagt udstyr suppleres med lidt fysisk træning for at sikre både fysisk og mentalt overskud til de operative opgaver.

Aftalen blev, at den lokale idrætsforening, der hvor arrangementet skulle løbe af stabelen evt. sammen med en repræsentant fra Dansk Politiidrætsforbund's forretningsudvalg, skulle se, om der var mulighed for at stable et eller andet på benene.

I København lykkedes det desværre af flere årsager ikke at få arrangeret en koordineret indsats på det idrætslige område, mens det omkring Folkemødet på Bornholm så noget anderledes ud. Forudsætningerne for at lykkes med vores forehavende var dog også markant forskellige.

I København boede de indkvarterede betjente spredt og var fordelt på mange arrangementer, hvorimod man på Bornholm boede samlet på indkvarteringsskibet og kun havde en hovedopgave.

I København havde man ikke i planlægningsfasen indtænkt idrætsmæssige tiltag i betjentenes fritid, hvorimod man på Bornholm allerede meget tidligt i planlægningsfasen havde prioriteret muligheden for fysiske træning i fritiden, og entreret med et vægttræningscenter tæt på indkvarterings skibet. Man havde desuden lejet 20 mountainbikes, som kunne lånes til cykelture i den Bornholmske natur. Tæt på indkvarteringen var desuden både skov og strand, så gå/løbeture var mulige, ligesom det var muligt at bade fra stranden.

#DPIFibevægelse



#DPIFibevægelse



# atser og idræt

Ved begge arrangementer viste det sig, at det var vanskeligt at samle personale sammen til holdtræning ud over, hvad der foregik i de grupper og hold, som i forvejen arbejder sammen i forbindelse med den politimæssige indsats.

På Bornholm foregik langt det meste af træningen i meget små grupper af kolleger, som ønskede at cykle/løbe eller gå en tur sammen. Initiativer i retning af fælleshold til spinning eller fælles cykling og løb vandt ikke den store interesse, da aktiviteterne helst skulle passe ind i henholdsvis opgaver, fritid og andre aktiviteter.

På Bornholm uddelte vi i stedet 200 drikkedunke, som blev benyttet flittigt i både træningscentret og på cykelturene.

Mit håb er derfor, at man fremadrettet i politikredse med større opgaver, som kræver assistance fra andre politikredse og indkvartering, allerede på et tidligt tidspunkt i planlægningen indtænker logistiske tiltag i lighed med de tiltag, der var gjort på Bornholm, i forhold til at tilgodese den enkeltes behov for fysisk træning. Vi er i Dansk Politiidrætsforbund meget villige til at komme med gode råd og ideer i forhold til, hvad der er muligt og brugbart.



Jesper Bangsgaard, artiklens forfatter (arkivfoto)



Michael Mortensen til højre, artiklens forfatter, her i selskab med Hans Jørgen Bach. (arkivfoto)

# Dansk Politiidrætsforbund på Folkemødet 2018

Af Michael Mortensen, Dansk Politiidrætsforbund  
Fotos Carsten Dyhr, Dansk Politiidrætsforbund

I forbindelse med det seneste bestyrelsesmøde i Dansk Politiidrætsforbund blev det besluttet, at vi ville iværksætte aktiviteter i forbindelse med de mange afgivelser til København i maj måned og Folkemødet på Bornholm i juni.

Michael Mortensen og Jesper Bangsgaard blev gjort ansvarlige for, at politiidrætten og Dansk Politiidrætsforbund blev gjort mere synlig i forbindelse med Folkemødet på Bornholm.

Vi skal herunder gengive udfordringerne i forbindelse med Folkemødet på Bornholm.

#DPIFibevægelse



#DPIFibevægelse



Ledelsen for politiaktionen havde velvilligt og i lighed med året før indgået en aftale og betalt sig fra, at kollegaerne i deres fritid, havde gratis adgang til et wellness center beliggende på havnen i Rønne.

Dette var en stor succes og blev benyttet af rigtig mange. Der var mulighed for at træne med maskiner, men også spinninghold og forskellige andre træningshold som body, pump, attack m.v.

Det, som kollegaerne benyttede, var træning i maskinerne og ikke træningsholdene.

Som noget nyt havde man også lejet 20 mountainbike cykler, men glemte cykelhelme. Cyklerne blev allerede fra ankomstdagen flittigt benyttet, og det med hjelmene blev der rettet op på. Det var en ordning med stor succes, hvad enten man bare skulle ind til byen eller ud og cykle på egentlige mountainbikeruter.

Endelig blev den lokale natur flittigt benyttet af løbende kollegaer.

En kollega havde skaffet mulighed for at kollegaerne kunne benytte en minigolfbane ude på øen.

Benyttelse af ordningen krævede dog adgang til en bil, så benyttelse af denne ordning var noget, man selv måtte finde ud af. Det vides ikke om nogen havde lejlighed til at benytte sig af tilbuddet.

Det var vores erfaring, at når man selv har tjeneste i forbindelse med aktionen, så er det svært at arrangere større samlede aktiviteter. En koordinator er derfor nødt til at have særligt lempede vilkår i forhold til tjenesten, for at kunne arrangere egentlige arrangementer, turneringer m.v. Man kan ikke gøre begge dele.

Det viste sig, at det ikke var muligt at samle personale sammen til holdtræning ud over, hvad der foregik i de grupper og hold, som arbejde sammen. Langt det meste af træningen foregik to og to eller tre fra en gruppebil, som ønskede at cykle en tur sammen. Initiativer i retning af fælleshold til spinning eller fælles cykling og løb vandt ikke den store interesse, da aktiviteterne helst skulle passe ind i henholdsvis opgaver, fritid og andre aktiviteter.

Vores forslag skal være, at man fremadrettet opfordrer kredse med større opgaver, som kræver assistance fra andre kredse og indkvartering, til at stille diverse træningsfaciliteter til rådighed for kollegaerne i lighed med det, man gjorde til Folkemødet 2018 på Bornholm. Erfaringerne viser, at det er svært at lave egentlige holdarrangementer ved sådanne aktioner, men individuelle træningsmuligheder er et hit hos kollegaerne.

Dernæst skal vi ligeledes opfordre dem til at kontakte Dansk Politiidrætsforbund, som så kan komme med gode råd omkring logistiske tiltag i lighed med de tiltag, der var gjort på Bornholm i forhold til at tilgodese den enkeltes behov for fysisk træning. Om der skal ydes tilskud fra Dansk Politiidrætsforbund til aktiviteterne (eks. et beløb som kunne sikre adgang for alle til vægttræningscenter eller leje af cykler), hvis ikke kredsen ønsker at bruge midler på aktiviteten, må så tages op af bestyrelsen eller repræsentantskabet i Dansk Politiidrætsforbund.

Endelig skal det da tilføjes, at vi var behjælpelige med at skaffe cykelhelme til de 20 cykler og udlevere 200 drikkedunke, som var i meget høj kurs og blev benyttet flittigt både i vægttræningscentret og på cykelturene, så Dansk Politiidrætsforbund blev skam promoveret, men på en lidt anden vis end forudset og forventet.

# Parkstafet i Roskilde – POLITIET VAR DER OGSÅ



*Ole og Karsten fra Hundefdelingen.*

Tekst og fotos Kim Løvkvist, formand PI Midt- og Vestsjællands Politi

Politiets Idrætsforening Midt- og Vestsjælland var i juni måned vært ved årets Parkstafet 2018, hvor kredsen stillede med i alt 21 hold af 4 løbere. Deltagerne havde en skøn aften i Roskilde, hvor alle fik kæmpet mod sig selv og gode kollegaer.

Selvom temaet var et socialt og bredt arrangement, så var der alligevel nogen, der skilte sig ud og løb igennem:

Team "You can run but you can't hide" fra hundefdelingen med Theis, Jacob, Rasmus og Keld sluttede på en samlet 10. plads i en flot tid på 01:30:09.

Stor tak til øverste ledelse for opbakning og økonomisk støtte til arrangementet.

Vi kan garantere, at vi gentager succesen til næste år, så nu er der et helt år til at træne sig op i.



*Vpi. Jacob Olsen fra CE under sit gennemløb.*

*Pi. Jens Børsting til højre viser vejen.*



*Palle Lehman stod for at grille pølser, mens kasseren Tommy Andersen i baggrunden holder øje med forløbet.*







# Nyt fra Teknisk Komite i Europæisk Politiidrætsforbund

Af Ole K. Jacobsen, Dansk Politiidrætsforbund  
Fotos Robert Hansen, Dansk Politiidrætsforbund (arkivfotos)

Den Tekniske Komite i det europæiske politiidrætsforbund (USPE) afholdt møde på Kreta i midten af juli 2018.

Største og vigtigste punkt på dagsorden var et brev, som det europæiske politiidrætsforbund havde modtaget et par uger før. Brevet var afsendt af en højtstående russisk embedsmand, der oplyste, at Dynamo, som repræsenterer den russiske politiidræt i europæisk politiidrætsregi, desværre måtte aflyse den europæiske politiidræts kongres, som var planlagt til afholdelse i Kazan, Rusland, i oktober måned 2018.

Det medførte ret intensiv korrespondance på tværs af landegrænserne – selvfølgelig først og fremmest blandt Executiv Komiteens medlemmer, for det er deres ansvar, at kongressen afvikles i henhold til regler.

Heldigvis havde der, som omtalt andet sted, været afholdt europæiske politimesterskaber i fodbold for herrer i Tjekkiets hovedstad, Prag, og et af medlemmerne i Executiv Komiteen er formanden for det tjekkiske politiidrætsforbund. Det medførte, at tjekkerne nu er ved at undersøge mulighederne for med kort



varsel at afholde kongressen. Også Bulgarien, der deltog ved fodboldmesterskaberne, vil undersøge om de har mulighed for at afholde den, så efter megen aktivitet faldt korrespondancen ned på lidt mere "ferie-niveau".

Ved kongressen går generalsekretær, Fred Kusserow fra Tyskland, af efter mange år på posten. Rigtig mange af de danske landsholdsdeltagere har gennem tiderne helt sikkert mødt Fred til et eller andet europæisk politimesterskab, da han har deltaget som USPE delegeret i stort set alle europæiske politimesterskaber siden 2006.

Den tyske stat har indvilliget i at "huse" generalsekretæren og sekretariatet, så det bliver indstillet, at det nuværende medlem af teknisk komite, Andreas Röhner, fra delstaten Thüringen, skal overtage posten efter Fred Kusserow.

Der vil i forhold til reglerne blive valg til både Executiv Komiteen, hvor Gunnar Andersen ikke er på valg, og han kan dermed fortsætte de næste 2 år som vicepræsident og til Teknisk Komite.

På den sportslige front var et af de større emner lodtrækningen til de europæiske politimesterskaber i volleyball for kvinder. Hele 14 lande havde tilmeldt sig, så der skal afvikles kvalifikations-

kampe for at finde frem til de 8 lande, der skal deltage i finale-runden næste år. Danmark er ikke tilmeldt, da vi desværre ikke har spillere nok af tilstrækkelig højt niveau.

Desuden var status på de kommende europæiske politimesterskaber i cykling og maraton.

Cyklingen blev jo på grund af terroranslag i Belgien aflyst i 2016, men de belgiske arrangører har forsikret, at alt er klappet og klart til mesterskaberne i september. Der er store forventninger til det danske hold, der som omtalt i en tidligere udgivelse af Politidræt stiller stærkere end nogensinde. 6 mænd og en kvinde deltager fra danske side.

Maraton afvikles i Dublin som en del af Dublin Marathon, og også her er der stor repræsentation. 6 herrer og 5 kvinder er udtaget, og de danske forventninger vil uden tvivl især knytte sig til Thorkild Sundstrup, der skal forsvare den meget fornemme sølvmedalje, han vandt ved de seneste mesterskaber, der blev afviklet i Graz, Østrig, for 4 år siden.

Således informeret kunne vi alle drage hjem efter 3 dages gæstfrihed hos de græske værter.

*Artiklens forfatter Ole Kjær Jacobsen, DPIF.*

*Gunnar Andersen fortsætter som vicepræsident og i Executiv Komiteen.*



*Fred Kusserow afgående generalsekretær fra USPE.*

*Fred Kusserow og Gunnar Andersen i 2017 ved Dansk Politidrætsforbunds repræsentantskabsmøde.*







# Tilskud fra Dansk Firm

Af Kenn Holst Jensen, Vejle PI

Fotos Dansk Firmaidrætsforbund og Carsten Dyhr, Dansk Politiidrætsforbund

Vejle Politiidrætsforening søgte i maj måned 2018 Dansk Firmaidræts Forbund om midler til bl.a. afholdelse af de danske politimesterskaber i landevejscykling samt midler til et cykelstativ og en cykelpumpe til Vejle Politiidrætsforening. Midler for i alt ca. 20.000 kr.

Vejle Politiidrætsforening har flere medlemmer, der er begyndt at være cykelinteresserede, ligesom vi har en årlig kanotur ved Ry, hvor der er mulighed for at cykle fra Vejle til Ry og retur. Man kan dog også vælge at køre i bil retur, hvor cyklerne derfor bliver læsset på en trailer med fare for skader på cyklerne til følge. Det kunne derfor være oplagt med en cykelholder til politiidrætsforeningen, og som vores medlemmer også har mulighed for at låne privat.

I forbindelse med forberedelserne til politimesterskaberne i landevejscykling skulle vi bl.a. have styr på rygnumre til løbet. Rygnumre som Dansk Politiidrætsforbund ikke er i besiddelse af, hvilket vi tænkte kunne være en god ide. Rygnumrene kan derefter udlånes til den politiidrætsforening, der skal være arrangør af det årlige arrangementet.

Dansk Firmaidræts Forbund imødekom vores ansøgning med et tilskud på 10.700 kr. Beløbet var øremærket til rygnumre, cykelpumpe samt en cykelholder.

Vejle Politiidrætsforening takker mange gange for tilskuddet, hvilket medlemmerne i Vejle P.I. vil sætte pris på.





# aidrætsforbund til Vejle PI





A close-up photograph of two hands, one from a person with a darker skin tone and one from a person with a lighter skin tone, holding a light-colored baton. The hands are positioned as if passing the baton, with the fingers of the darker-skinned hand gripping the baton and the lighter-skinned hand reaching towards it. The background is dark and out of focus.

# Kolleger i Sydøstjyllands Politi løb igen i år 'Stafet for livet' for at styrke fællesskabet

Tekst Sydøstjyllands Politis kommunikationsafdeling

Et stærkt hold kolleger fra Sydøstjyllands Politi stod fredag eftermiddag den 25. maj klar til at kæmpe for en god sag ved Kræftens Bekæmpelses 'Stafet for Livet' i Horsens.

Stafet For Livet er et døgn, hvor der sættes fokus på kræftsagen, og hvor deltagerne kæmper sammen og fejrer livet. Det er en anledning til at mindes dem, man har mistet, og give håb til dem, der kæmper.

Holdene skal have minimum én deltager på banen i hele det døgn, stafetten varer. Derfor er der også masser af tid til at hygge sig, hvile, eller tage en lur, for de deltagere, som ikke er ude at løbe eller gå. Det benyttede deltagerne fra Sydøstjyllands Politi sig af.

## SOCIALT SAMVÆR OG RESULTATER

Ud over at støtte det gode formål handler det nemlig lige så meget om at mødes med kolleger i hyggelige og uformelle rammer og styrke det sociale fællesskab – både inden for egen personalegruppe og på tværs af personalegrupper i Sydøstjyllands Politi, under holdnavnet Sydøstjyllands Politis Idrætsforening. Men der blev også skabt sportslige resultater:

Holdet fra Sydøstjyllands Politi gik og løb tilsammen mere end 1107 runder og det blev til sammenlagt 442,8 km.

I stafetten er der ruter på 400 m, 1,9 km og 3,9 km og man kan selv bestemme, om man vil løbe eller gå, samt hvornår, og i hvor lang tid, man vil deltage. Undervejs er der forskellige events som natbanko og midnatsgudstjeneste, ligesom deltagerne kan hygge sig sammen i deres telte på pladsen.

**Tekst og fotos Lasse Nedergaard Jensen,  
Østjyllands Politi – PI Aarhus**

I weekenden den 26. og 27. maj 2018 deltog "Team Ellen" for tredje år i træk i Stafet for Livet i Skanderborg. Stafet for Livet er et 24 timers løb, hvor der er fokus på kræft, og hvor man har mulighed for at indsamle penge til Kræftens Bekæmpelse.

Ellen er min datter, som nu er 5 år gammel. Hun fik leukæmi – AML - i oktober 2014, da hun var to år gammel. Efter 6 måneders indlæggelse i isolation på Skejbs børnecancerafdeling med intensive kemobehandlinger, efterfulgt af et ambulante behandlingsforløb, blev hun i 2015 erklæret rask. Hun har det i dag godt og er uden senfølger efter sygdomsforløbet.

Team Ellens fokus på "stafetten" har igennem de seneste tre år været, at indsamle penge til Kræftens Bekæmpelse, således forskning og behandling indenfor kræft får endnu bedre vilkår.

Team Ellens deltagelse har fået massiv opbakning fra de gode kollegaer hos Østjyllands Politi og Politiets Idrætsforening i Aarhus.

Et overvældende stort antal kollegaer har betalt for tilmelding (100 kr. pr. person) til Team Ellen og har under stafetten været aktive på holdet, hvor de har løbet og gået i timevis for den gode sag.

Endnu flere kollegaer har bidraget økonomisk ved at donere penge til Team Ellen og derved Kræftens bekæmpelse.

PI-Aarhus har bidraget med udlån af telt/pavillon samt et økonomisk tilskud til forplejning, ligesom PI har gjort intern "reklame" for arrangementet via PI-Aarhus's lukkede facebook-gruppe.

Ovenstående opbakning har udover at tjene det gode formål været medvirkende til, at stafetten for Team Ellens vedkommende har været en kæmpe succes. Der har været kollegialt socialt samvær og hygge på kryds og tværs under fysisk aktivitet. Flere kollegaer havde deres familier med til arrangementet, og stemningen har været helt i top.

Der skal fra Team Ellens side lyde en kæmpe stor tak til alle de engagerede kollegaer, der bidrog til, at vi fik en fremragende weekend og en fantastisk stafet.

På baggrund af tilmeldinger til holdet, donationer og personlige sponsorater, lykkedes det over 24-timer for Team Ellen at indsamle 21.534 kr. til Kræftens Bekæmpelse.





# Stafet for Livet - **TEAM ELLEN**



# Forholdet mellem fysisk kapacitet og optimal fys

Af Kenneth Marloth Henze, cand. mag., Politiskolen

Gennem årene har flere forskere forsøgt at beskrive politiets fysiske arbejdskrav. Forskningen har ofte fokuseret på de politibetjente, der udfører operative arbejdsopgaver. De undersøgte opgaver spænder vidt og kan omfatte patruljekørsel, eftersættelser og magtanvendelsesepisoder mm. Forskningen er foregået ved, at forskerne har fulgt politibetjente i deres arbejde, udsendt og analyseret spørgeskemaer, afholdt fokusgruppemøder, interviewet politifolk mm. Nogle af konklusionerne er, at størstedelen af politiarbejdet består af aktiviteter, som er stillestående og ikke fysisk krævende, men at arbejdet også indeholder jævnlige perioder med moderat belastning samt få, men sikkerhedsmæssigt vigtige situationer med meget høj fysisk belastning (Hälsöhogskolan, 2013, s. 17 ff., Anderson, Plecas & Segger, 2001, s. 18 ff. og 27, Brown & Bonneau, 1995, s. 158, Dillern, Jenssen, Lagestad, Nygård & Ingebrigtsen, 2014, s. 2 ff. og Lagestad, 2012, s. 59). Derudover fandt forskerne frem til, at selve arbejdet som politibetjent ikke er nok til at kunne opretholde en tilfredsstillende fysisk kapacitet, hvilket vil sige det fornødne styrke og kredsløbsmæssige niveau, som skal sikre, at politibetjentene kan klare de moderat- og fysisk meget krævende opgaver, som politiarbejdet indeholder (Anderson, 2001, s. 27).

Både en nyuddannet og en ældre politibetjent skal have den fysiske kapacitet og dermed fysiske parathed, som sikrer, at vedkommende kan løse de opståede operative arbejdsituationer hensigtsmæssigt. Derudover skal politibetjentene også kunne klare den generelle fysiske belastning, som tjenesten medfører (computerarbejde, patruljekørsel og skiftetjeneste mm.).

Hvis politibetjenten ikke gennemfører fysisk træning for at sikre sig den nødvendige fysiske kapacitet, kan hverken den unge eller den ældre politibetjent leve op til målet om at kunne levere optimale arbejdspræstationer.

Det vil hurtigt vise sig, om politibetjenten har formået at opretholde en tilfredsstillende fysisk parathed/kapacitet, når de moderat- og fysisk meget krævende opgaver opstår. Det er problematisk, hvis politibetjenten ikke har den nødvendige fysiske formåen i de situationer, eftersom det ofte er her, at der er borgerkontakt, konfrontationer og større risiko for arbejdsskader samt tilskadecomster (Sörensen 2000, s. 3 f.). Det kan imidlertid være svært at få prioriteret tid til træning, hvilket finske forskere kunne konkludere efter at have undersøgt nogle finske politibetjente over en 15-årig periode. Politibetjentene tog ½ kilo på om året, samt dyrkede ikke nok motion til at de kunne

klare basale fysiske krav, der skulle sikre, at politibetjentene kunne levere optimalt i moderat krævende og meget krævende fysiske arbejdsituationer (Smolander, 1984, s. 3 ff.).

## HVAD KRÆVES DER FOR AT PRÆSTERE OPTIMALT I FYSISK KRÆVENDE SITUATIONER?

Greenberg & Berger udviklede allerede i 1983 en testmetode, hvor de forsøgte at forudsige sandsynligheden for, at politibetjenten ville være i stand til at fange og kontrollere en gerningsmand, der sætter sig til modværge. De fandt frem til, at de politibetjente der præsterede bedst, var dem som scorede de højeste point i et fysisk testbatteri bestående af: maksimalstyrke i bænkpres, styrkeudholdenhed i siddende vertikalt træk til bryst, underarmsstyrke samt benpres (Greenberg & Berger 1983 og Anderson et al., 2001, s. 11). Stanish beskrev derudover i 1999, hvorledes politibetjentenes resultat i stående længdesping var en god indikator for personens underkropsbenstyrke og power (Stanish 1999, s. 671).

Et andet amerikansk studie af Tomislov fandt frem til, at de mindst stærke forsøgspersoner scorede færrest point i de arbejdsrelevante tests (Tomislov 2007, s. 448). Der blev målt på maksimalstyrke i bænkpres samt træk til bryst, grebsstyrke, styrkeudholdenhed i sit-ups og 5 minutters step-test. Det var især de ansøgere som præsterede godt i de gennemførte styrketest og i mindre grad kredsløbstest, som opnåede gode resultater i de arbejdsrelevante tests (Tomislov 2007, s. 453). Barnekow-Bergkvist m.fl. testede i 2004 et antal ambulanceførere, der også har lange perioder med stillesiddende opgaver og kortere perioder med moderat og meget krævende fysisk arbejde. Ambulanceførernes resultater i den arbejdsrelevante test havde sammenhæng med deres målte maksimalstyrke og muskeludholdenhed i ben-, kerne- og aktiverede overkropsmuskulatur samt deres kredsløbskondition (Barnekow-Bergkvist 2004, s. 1240 ff.). Jo stærkere ambulanceførerne var, og jo bedre kredsløbskondition de havde, des bedre præsterede de i den arbejdsrelevante test.

Michaelides m.fl. undersøgte sammenhængen mellem et testbatteri af 6 forskellige arbejdsrelevante tests for brandmænd og diverse styrketests. Forskerne fandt frem til, at der var en klar sammenhæng mellem brandmændenes præstationer ved de arbejdsrelevante tests, og hvor godt de præsterede i forbindelse med en test af deres kerne- og overkropsstyrke, styrken af mave- og skubbemuskulatur samt deres benstyrke (Michaelides, 2011, s. 956 ff.).

# isk arbejdspræstation



Alle studier har stort fokus på de styrkemæssigt meget belastende dele af de undersøgte professioner. Her er det primært arbejdsperioder af relativ kort varighed, men med behov for store kraftudladninger og eksplosive bevægelser, der undersøges. Derfor kan studierne bruges til at analysere de fysiske krav, der stilles til politibetjente i den slags fysisk belastende situationer.

Studierne viser desuden, at det er hele kroppens muskulatur, som bør styrketrænes for større styrke og styrkeudholdenhed. Derudover ses, at kredsløbskonditionen er en vigtig parameter i de situationer, hvor arbejdsperioden bliver lidt længere, eller hvor der er korte pauser mellem arbejdsperioderne.

## Litteraturliste

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

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

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

**Dillern et al. (2014):** Arresting a Struggling Subject; Does the Forthcoming Police Officers Physical Fitness have an Impact on the Outcome? *The Open Sports Sciences Journal*, 7, (Suppl-1, M2) s. 2 – 7. 2014.

**Hälsöhögskolan:** Polisens Arbetsmiljö, Delrapport 1 (3), Fysiska aspekter. 2013.

**Lagestad, Pål (2012):** Physical skills and work performance in policing. *International Journal of Police Science and Management*, Vol. 14, nr. 1, s. 58 – 70.

**Michaelides, M. A., Koulla, M. P., Leah, J. H., Thompson, G. B. & Brown, B. S. (2011):** Assessment of Physical Fitness Aspects and Their Relationship to Firefighters Job Abilities. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25 (4), s. 956 – 965.

**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.

**Sörensen, L., Smolander, J., Louhevaara, V., Korhonen, O. & Oja, P. (2000):** Physical activity, fitness and body composition of Finnish police officers: a 15-year follow-up study. *Occupational Medicine*, vol. 50, s. 3 – 10.

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





Idrætsnyheder

---

PI København

---



# SOMMERE 2018



# VENT 2018

# AFMILSØJER



Af Ea Busch Nielsen, PI-København  
Fotos Jan Kofoed, PI-København

Hermed måske bladets lidt mere selvfede artikel - sådan går det, når arrangøren glemmer og uddelegere artikel tjansen - for hold da op hvor havde vi en god dag.

Den 9. juni stod solen højt på himmelen, som var den bestilt til arrangementet. Endnu engang lagde vores fantastisk Sejlsports- og Kajakafdeling matrikel til, så rammerne var perfekte. Stor tak. Inden længe stod 8 super kampklare hold á 4 klar til dagens strabadser.

Hold fra hele foreningen, endda nogen krydset på tværs af idrætsgrene og afdelinger, en stor blanding af politibetjente, kontoransatte, jurister, studerende, gymnaster og mange flere, hvilket i mine øjne gør netop dette arrangement så unik, og det som gør PI-København så speciel. At kunne samles om noget aktivt og socialt, på tværs af hele organisationen, vil i mine øjne altid gavne det stor fællesskab. Og specielt fællesskabet voksede i løbet af dagen, hvor alle hold blev udfordret i de måske lidt mere kreative discipliner, som var:

**Kajak stafet** – en favorit fra sidste arrangement, hvor det i al sin enkelthed handlede om at sejle hurtigst ud om en bøjle og retur. Første hold igennem vandt. Og så fik man endda ekstra point for at hoppe i vandet – vist ikke rigtig en straf denne solskinsdag. Her skal det måske lige nævnes, at hvis man ender med at ryge i helt ude ved bøjen, og ikke selv kan komme op og skal hentes i ribben..... (gummibåd med motor. red.), så vinder man ikke!

**Tre kamp** – dyst med tre discipliner.

**Kryds og bolle** – hvor man skal tænke og løbe samtidig... og ja mændene klarede det forbløffende godt. Balancere med et æble på en ske. Trillebør.

**Brille Kongespillet** – Inden det for alvor kunne gå i gang, skulle man selv lave et par "plastisk kop" briller, se gerne de flotte billeder, inden man så måtte hente kasteskytset og forsøge at vælte træ brikkerne med en smule forringet udsyn. Som tilskuer så det meget yndefuldt ud.



**Lego legen** – der skulle samles en skjult Lego figur ved at løbe ned og kigge på figuren, tage en Lego klods med tilbage, og så huske hvordan den skulle samles korrekt. En stafet om at samle og skille Lego figuren hurtigt og korrekt – ja her var der måske en lille forældre fordel.

**Cykkellås Banko** – 9 låste cykellåse med tallene 1-9. 2 nøgler til hver lås (plus lidt nitter), blandet i en stor skål. Værsgo at samle alle tallene ind.

I løbet af dagen mellem dysterne blev der serveret drikkevarer samt grillpølser. Man må aldrig glemme hyggen.

Som tidligere nævnt en helt igennem dejlig dag, hvor den lidt mere aktive del blev afsluttet med en fælles tur i havet. Meget forfriskende og ikke mindst sjovt. Herefter gik turen til station Amager, hvor der ventede mad og drikke.

Ingen sommerevent uden **Tillids banko**, som jeg selv blev introduceret for på Station Amager af Amagers daværende ukronede fest arrangør, Jørgen Thøgersen, og som jeg er stolt af at bringe videre.

Her gælder det om IKKE at have det nummer, der bliver råbt op, for ellers skal man sætte sig ned, og sidste mand stående, vinder. 2. runde blev sågar afholdt på bornholmsk af Jan Kofoed, efter venlig forespørgsel.

Efter point sammentællingen (ja dysterne var da ikke bare for sjov), var der en klar vinder, som blev holdet Turbo Ronni's Helte.

Men derimod var det lighed med hele tre hold om 2., 3. og 4. pladsen, nemlig mellem holdene Team Attack, Team Bronze'on og Team Løjmand.

Igen skulle der dystes, og som forrige gang blev det i kombinationen af snørebåndsspising og flip the cup.

Der blev kæmpet bravt, se igen billederne, men der kan jo kun være en vinder.... eller rettere sagt en 2. plads og en 3. plads vinder.

Vinderen af dysten blev Team Attack. Stærkt efterfulgt af Team Bronze'on. Den samlede top 3 endte derfor således.

- 1. pladsen Turbo Ronni's Helte
- 2. pladsen Team Attack
- 3. pladsen Team Bronze'on

Hvor 1. præmien var et gavekort, et dejligt PI-København tæppe og ikke mindst en krone.

Der var også tæpper til 2. pladsen, og 3. pladsen vandt en drikkedunk fra DPIF.

Her til sidst vil jeg blot sige tak for en super hyggelig, social, varm, sjov, dejlig og ikke mindst berigende dag. Kæmpe tak til holdene, der støttede op om arrangementet og ikke mindste tak til alle hjælperne på dagen, specielt jer dejlige mennesker i sejlsport og kajak, det bare stiller op med familie og det hele, og bare hjælper til, intet arrangement uden jeg. Mange tak.

Håber de læsere, der ikke var med i år, er dybt misundelige (med god grund), og at vi så ses næste år, til jer andre – På gensyn.





# Støtteforeningen - PI-Københavns Venner

## Formål

- Støtteforeningen - PI-Københavns Venner er stiftet den 18. marts 1991 med det formål, at yde økonomisk støtte til Politiets Idrætsforening - København's afdelinger, stationer og enkeltpersoner, der er medlem af af PI-København.

## Medlem

- Alle, der ønsker at støtte politiidrætten i PI-København, kan optages som medlem, hvilket kan ske via e-mail til:
- pi-kbh@politiidraet.dk

## Begrænsninger

- Der ydes ikke støtte til aktiviteter, der i forvejen betales af PI-København, personlige sportseffekter, præmier, fester, o.l.
- Ansøgning om støtte stiles til bestyrelsen i Støtteforeningen, der træffer afgørelse om der ydes støtte eller ej.

Det koster kr. 10,- pr. måned at være medlem og ud over at kunne søge støtte deltager man i én månedlig og 2 ekstra lodtrækninger om store gevinster.



Støtteforeningen havde i juni måned 2018 - 450 medlemmer, der støtter op om politiidrættens mange aktiviteter.

Læs meget mere på Støtteforeningens hjemmeside:

[www.pi-venner.dk](http://www.pi-venner.dk)

eller skan koden



# Støtteforeningen

## PI-Københavns Venner inviterer til sit årlige bankospil

**Torsdag den 11. oktober 2018 kl. 19.00  
på Station Bellahøj, Borups Allé 266**



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

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

Særdeles flotte gevinster.

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

Sidegevinster på pladen fuld i alle spil.

Lodtrækningsgevinster på Indgangsbilletten.

Alle medlemmer af Støtteforeningen med pårørende er velkomne.

Hurtig tilmelding tilrådes.

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

Gå ikke glip af denne store oplevelse.

**IGEN I ÅR:** Gevinst på bankonumre - 1 række kr. 300,- 2 rækker kr. 500,,- pladen fuld kr. 1000,- alt i gavekort til MATAS.  
Plade med alle 90 numre sælges for kun kr. 20,- pr. plade.

**Tilmelding, hurtigst muligt, og senest den 8. oktober 2018 til:**

**Idrætskontoret - på [pi-kbh@politiidraet.dk](mailto:pi-kbh@politiidraet.dk)  
OBS - OBS - kun tilmelding på mail**

Med venlig hilsen og på gensyn. Bestyrelsen i Støtteforeningen

# GULD, SØLV og BRONZE

Stationsturneringens vindere fra venstre Mogens Voigts, Lena Dahl, Preben Kristensen og Ole Buchbald Olsen.



Tekst og fotos Lars Jacobsen, PI-København

Det er en værdig overskrift for Bowlingafdelings sæson 2017 – 2018.

Det er sket igen - Bowlingklubbens bedste damehold spillede sig igen suverænt tilbage til Ligaen efter en meget overbevisende sæson i 1. division øst.

Ingen kampe tabt, men i flere blev der kun afleveret meget få point til modstanderne, så ganske uden egentlig modstand kom de tilbage til Ligaen.

Efter en lidt mere tøvende start fik det næstbedste damehold

en rigtig god opblomstring sidst på sæsonen, og med en rigtig god sidste kamp blev der hentet flotte sølvmedaljer, der stolt er præsenteret rundt om halsen på pigerne på den afsluttende dag.

Lige så overraskende var det, at bedste herrehold hentede bronzemedaljer, hvilket skete på en noget spektakulær måde, idet sidste spilledag blev afgørende.

Herrerne spillede mod rækkens førerhold - de kunne med 16 af 24 point sikre sig rækkesejren i 2. divisionen. Men vore herrer ville det anderledes, for holdet startede med at tage 16 point



Klubmesterne i bowlingafdelingen er fra venstre: Dorthe Ørving, Arne Rasmussen, Camilla Rasmussen og Klaus Schmidt.



fra topholdet, og så fik topholdet sølv, og vores bowlingherrer løb med bronzen, og som nogen ville sige, "Den havde vi ikke lige set komme".

Mange andre ting, som kom, var måske noget overraskende for nogen. At Politiets Bowlingklub den 6. april 2018 kunne fejre 35 års jubilæum, hvilket blev fejret Skærtorsdag, om muligt overraskende for nogen, at en helligdag kunne bruges til det, men det kunne den.

For at en Bowlingklub kan fungere i så mange år, skal der lyde en stor tak til alle dem, der har været med til at yde en stor indsats gennem årene med aktiv deltagelse i administration, praktiske gøremål, og gode input til driften af en sådan størrelse. Der bliver forsøgt mange ting for at finde den rette vej, men når alle er villige til at være med, så går det.

Klubbens interne Jubilæumsstævne blev med deltagelse af 35 deltagere, hvor spillet blev en nyskabelse. 3-mands hold hvor spillerne var seededede, og alle skulle spille med kun 1 slag uanset resultatet af dette.

Det gav mange gode og pudsige situationer til glæde for de fleste.

Der blev selvfølgelig også fundet vindere, men det må siges, at alle 11 hold havde en god dag med spillet og selvfølgelig også medaljer til de bedste, og gaver til dem med de sjoveste resultater. Alt i alt et godt stævne.

Sådan en dag skal selvfølgelig fejres med en Jubilæumsfest, og til denne event blev vi en "lille" samlet skare på 46 personer, der fik en fantastisk eftermiddag og aften med gode indslag, og som alle danskere nyder: fantastisk mad og et fortrinligt sted at være i Brøndby Strand Forsamlingshus.

Stor tak til alle arrangørerne, der var med til at få vores jubilæumsdag til at blive en god og minderig oplevelse.

**Stationsturneringen** skal også have en omtale efter afslutning af endnu en sæson, og holder vi et par år mere, vil vi også kunne fejre et flot jubilæum her.

Sæsonen 2017 – 2018 var desværre med lidt færre hold, end vi havde tidligere, men en stor tak til de, der fortsat holder ved, og det er uden tvivl også en selvfølge, at der vil være stationsturnering igen i sæsonen 2018 – 2019.

Udvalget er klar over de udfordringer, der er med tjenesten, men vi vil i meget god tid, primo september, komme med de datoer der spilles stationsturnering på, så i kan nå at tilrettelægge jeres tjeneste efter det.

**Alle resultater kan I finde på vores hjemmeside**  
**[www.Politiets-Bowlingklub.dk](http://www.Politiets-Bowlingklub.dk)**

Her kan i også følge med i alt til den kommende sæson, historik om bowlingklubben, og meget mere.





---

# BELGIEN TOUR 2018







### Tekst og fotos Micael Becker, Cykelafdelingen Pi-København

Vi var to modne gutter Jan Høegh og Micael Becker fra den danske veteran klasse (H70 og H60), der havde fået den ide at prøve at køre 3 løb i Belgien i Pinsedagene. Vi havde valgt at køre i West Vlanderen i byerne Lo-Reninge, Zotegem og Lange-mark-Poelkapelle.

Bilen blev pakket, og vi kørte de 1000 km gennem Tyskland, Holland og Belgien ved hjælp af GPS til Achterstraat 27 i Waregem, hvor vi havde vores base under opholdet, idet det lå centralt til alle løbene.

Strukturen i belgisk veterancykling er en del anderledes i forhold til dansk veterancykling. I Belgien er der en masse forbund, der afholder løb. Vi skulle køre under forbundene OVWF (Onafhankelijke Vlaamse Wieler Federatie) og Vwfkøers (Vrije Wieleramateur Federatie). Løbene udbydes i et samarbejde med en promotor og så byen, der afholder løbet. Som deltager behøver man ikke at være tilknyttet en klub, men man skal have licens. Aldersklasserne minder om den danske.

Tilmelding til løbet sker på dagen og typisk på en lokal cafe/værtshus, og det koster 11 euro at deltage. Til vinderen er der blomster og pengepræmie og pengepræmier (ikke store beløb, men nok til et besøg i baren) til de 10 første. Præmieoverrækkelse bliver foretaget umiddelbart efter løbet på målstregen. Løbene afholdes på helt lukkede ruter på 5 til 7 km, og der køres 10 til 12 omgange, og der startes ud med en "død" omgang.

Vi ankom til vores opholdssted uden for Waregem tidlig fredag morgen. Et hyggeligt lille landsted med langt til naboerne. Vi fik spist morgenmad, pakket ud, købt ind og hvilet lidt, inden vi ved 13-tiden var klar til at komme ud at rulle lidt. Vi kørte mod Kluisberg og ind på Ronde Vlanderen ruten. Planen var egentlig at køre Paterberg og Oude Kwaremont, men vi nøjedes dog med Paterberg fra den såkaldte beton- og brostensvej side. Inde på brostenene dukkede der pludselig 2 belgiere op, og de syntes, at der skulle køres race op ad Paterberg, og de opdagede, at også danske veteraner kunne køre opad på brosten. Vi kørte mod Oudenaarde, hvor vi vil besøge Ronde Vlanderen museet, men det opgav vi og kørte hjem, spiste og faldt hurtigt i søvn. Næste dag løb i Lo-Reninge, 12 omgange á 4,1 km, i alt 49,2

*Micael Becker op ad Paterberg*





Løbskontor



Ronde Valanderen Museet



Jan Høgh sætter rygnumre på

km. En flad teknisk rute med småveje udenfor byen og med brostensopløb inde i byen. Løbet startede med en "død" omgang, men derefter blev det hårdt med brosten, sidevind og angrebslystne belgiere. Feltet knækkede da også mod slutningen, men alligevel var det en større gruppe der kom ind på opløbet. Selvom jeg kom først ind på brostenene, blev jeg oversprintet af flere belgiere, der er dygtige til det, ligesom jeg mangler noget erfaring med brostenene. Jan kom ind med gruppe 2. Vi var tilfredse i et hårdt kørt løb. Vi fik følgende placeringer, Micael nr. 6 i C-klassen 62 – 66 og Jan nr. 2 i C + 63 -. På vejen hjem besøgte vi en engelsk mindepark for faldne soldater i 1. verdenskrig.

Løb i Zottegern, 9 omgange á 6 km, i alt 54 km. Vejret var med solskin og let vind, og ruten en kuperet byrute med en 14 % bakke og med en let stigende lang bred opløb. En super rute. Løbet var under forbundet Vwfkoers, og vi havde samkørsel med E-klassen. Samlet set var det vores bedste løb.

I dette løb var vi udsat for et såkaldt "belgiertrick", som Brian Holm kalder det. Den "døde" omgang var åbenbart genoplivet, idet førerbilen kørte så stærkt væk med 6 mand på smækken, at de efter første omgang allerede havde 1 minuts forspring, og vi så dem aldrig igen. Belgierne kiggede på os og mente, at vi måtte lukke hullet, hvilket vi ikke ville. Da belgierne opdagede, at vi ikke ville være trækdyr, begyndte de at stikke på den belgiske facon: "all out" i 20 – 30 sek., kigge bagud, tage luft ind og vente på den næste for derefter at blive hentet hjem igen. Efterhånden ebbede angrebene ud, og 14 % bakken tærede åbenbart på deres kræfter.

Da der manglede 3 omgange rykkede jeg på bakken, og på toppen var der hul. Jan kom kort efter op, og senere kom yderligere 2 belgier op, blandt andet den belgiske mester. Nu kunne de pludselig godt køre rulleskift, indtil vi nåede ud på sidste om-

gang, så ville de kun sidde på hjul. Vi blev enige om, at så fører vi, selvom det koster, men vi ville ikke have hovedfeltet op. Med 250 m til stregen kom den belgiske mester susende uden om os, og kort efter den anden belgier, men jeg fangede hans hjul og kørte let forbi ham kort før stregen.

Et rigtigt godt løb trods "belgiertricket", og vi fik ros fra belgierne efter løbet. De var så imponeret af Jans kørsel, at løbsudvalget tildelte ham en ekstra pengepræmie. Resultat blev i F-klassen, at Micael blev nr. 7 og Jan nr. 9. Jans pengepræmie blev hurtigt omsat til godt belgisk øl. Vi kørte hjem over Geeradsberg og op ad Kapelmuur - dog i bil.

Løb i Langemark-Poelkapelle, 10 omgange á 5,3 km, i alt 53 km. En hurtig teknisk og flad rute med et langt bredt opløb. Vejret igen med solskin og let vind. Igen blev der lagt hårdt ud, men det virkede som om, at mange kun var interesseret i at holde sammen på feltet. Jeg prøvede flere gange at køre væk uden held. Den ene gang kom jeg af sted med den belgiske mester, men der var ikke bund i hans føringer, og til sidst slog han ud. Pludselig var to mand kørt væk, og det så farligt ud, men så blev jagten sat ind på de to, og temposkiftet splittede feltet totalt, men jeg nåede lige at komme med. Efter en lang og hidsig jagt blev de to hentet, og straks blev der bred front, og det hele blev samlet igen. Løbet skulle nu afgøres i en sprint, og jeg satte mig på den belgiske mester, men da vi kørte over et bump, knækkede min sadel, og så var det løb kørt. Vinder blev den belgiske mester. Resultat: Micael i C-klasen nr. 12 og Jan i C+ nr. 3.

Efter lidt frokost var det tid til at vende snuden mod Danmark. Vi fik sagt farvel til vores nye venner med et forhåbentlig gensyn. Det har været en sjov og behagelig oplevelse.





# Lad champagnepropperne springe



Af Marcus Persson, PI-København.  
Fotos Kent Evers Dalsgaard, PI-København

Sæsonen 2017/2018 har været en mindeværdig én af slagsen for PI Fodbold. Klubben har bibeholdt sit niveau på medlems- og holdsiden henover en sæson med udefrakommende udfordringer som baneforhold, omklædningsfaciliteter m.m. Samtidig har klubben formået at lave en række sociale arrangementer, som har gjort, at der særligt henover foråret har været flere hundrede mennesker ude for at se PI Fodbold. Ikke kun Herrer 1, men så sandelig også de lavere rangerende hold. Noget der vidner om, at klubben favner bredt, og at fællesskabet lever på tværs af holdene, selvom klubben er blevet større de sidste år.

Sæsonen endte med tre oprykninger af seks mulige. Det betyder bl.a. at PI Fodbold igen har et hold placeret i den højest rangerende KBU-række efter mange års fravær. 2. holdet er rykket fra serie 3 til serie 2, således at 'hullet' mellem de to hold er et på at fornuftigt niveau. Vi får et Københavns seriehold, da også PI Damer rykkede op, efter en forårssæson, der ikke er set magen i mange år!

Stor ros til alle spillere, men i særdeleshed trænerne, der laver et kæmpe arbejde for klubben.

I forbindelse med afslutningen på sæsonen blev der også holdt en brag af en fest. Her uddelte hvert hold en pokal til årets spiller (udset af trænerteamet), samt årets fidus (vedkommende som har fået flest stemmer i løbet af en sæson).

De store hædersbevisninger blev ligeledes tildelt her:

## TØRSLEFF POKALEN

En anerkendelse som skal gå til en 1. holdspiller, der har spillet over 2/3 af kampene i en sæson og samtidigt gjort noget ekstra for klubben.

Æren tilfaldt Mikkel Tranberg, der efterhånden har været en del år i klubben. Mikkel er blevet viceanfører, og med det erhverv har han også trådt i karakter udenfor banen. Mikkel giver altid en hånd med de praktiske opgaver, som klubben skal løse – alt fra grillarrangement til at ordne elektriciteten i vores materiale- rum.

## FIDUSFADET

En anerkendelse som skal gå til en i klubben, der har 'fundet fidusen', eller gjort det lille ekstra.

Hæderen tilfaldt fortjent Alexander Kaplan, der har gjort mere end det lille ekstra. Kaplan er udover at være træner på 4. holdet også målmandstræner for klubbens målmand, hjulpet træner-teamet på 3. holdet og været en kæmpe drivkraft i klubbens udvikling udenfor banen. Også denne er meget fortjent.

## TOPSCORER

Denne hæder tilfaldt en gammel kending i klubben. Christian Vinther løber med pokalen igen, efter over 30 mål i løbet af året. Ikke hans højeste målhøst, men nok til at holde de unge angribere bag sig i kampen om titlen.

Stort tillykke til alle tre vindere (og de andre) for jeres indsats for PI Fodbold. Både på og udenfor banen.

Der tælles slag for at finde vinderen i "puttekonkurrencen"



Fuld koncentration på "puttinggreen"



Der blev lyttet godt efter når instruktøren forklarede hvordan man "putter"



PI's golfafdeling afholdte med tilskud fra "Støtteforeningen" et åbent hus arrangement i Værebros Golfcenter, hvor det var muligt for deltagere, som var medlem af PI-København, at prøve kræfter med rutinerede kollegaer på en 9-hulsbane, samt 18-hullers putter-bane.

Arrangementet var rettet mod kollegaer, som enten var helt nye eller havde prøvet kræfter med sporten tidligere, men som muligvis havde lysten til at melde sig ind i PI's Golfafdeling. Det var muligt både at tage sit eget udstyr med, eller man kunne låne fra Golfcenteret.

Vejret op til selve arrangementet havde vist sig fra sin historisk varme side, men selve dagen bød det til trods på skyer med få solhilsner fra oven. Dog var vinden frisk og varm, hvilket satte scenen til en fantastisk golfdag. Diskussionen faldt indledningsvis på, hvad godt golfvejr egentlig er? Det blev klart, at vejret altid er et emne, når man vælger at bevæge sig ud på den tætklippede og toptrimmede grønsvær, hvad enten det er vinter eller en anden årstid.


Vejret viste sig på dagen at være perfekt, selvom kraftige vindpust drillede momentvis. Programmet var givet på for-



# Åbent hus arrangement 2018

Af Esben Meyer Christensen, PI-København

Fotos Mogens Voigts, PI-København



hånd, hvorfor det ikke kom som nogen overraskelse, at vi skulle have en smule teori om sving, slag og fatning på golfkøllerne.

Alle deltagere blev taget godt imod og tålmodigt indført i små tips og tricks af centerets professionelle trænere, således det var muligt for alle deltagere at gå 9-hulsbanen efterfølgende med nogle af de mere rutinerede spillere fra PI's golfafdeling.

Handicap-begrebet blev i stor morskab vendt fra flere vinkler og tolket bredt blandt kollegaerne, men det viste sig at med sportsforståelsen af handicapbegrebet, var det muligt for både rutinerede og nybegyndere at spille lige op.

En god golfdag i herligt selskab sluttede med en fælles puttekonkurrence på banens 18-hullers puttebane. Dagens vindere blev behørigt kåret med fin vin og anerkendende håndtryk.

På vegne af deltagerne på dagen vil jeg gerne udtrykke stor ros og tak for en dejlig, hyggelig og ikke mindst lærerig dag på Værebros Golfcenter i selskab med PI's golfafdeling. På gensyn.

# WMOC



Karsten Jørgensen





# 2018

## Sprint - kvalifikation og finale den 7. og 8. juli

Tekst og foto Peter Sørensen, PI-København

Mere end 4.200 deltagere fra 45 lande fordelt på de mange klasser fra 35 år og opefter var på banen i to dage, dels i terrænet ved DTU i Hørsholm og dels ved Christianshavn/Christiansborg i centrum af København. Det er jo veteranmesterskab, så deltagere under 35 år var henvist til de åbne baner. Det havde ca. 400 benyttet sig af.

Et kæmpe arrangement, som man kun kan blive imponeret af, at fire danske klubber kan stable på benene. Allerede her efter to dage får de et hip fra mig.

Den indledende kvalifikation blev afviklet på den måde, at man deltog i et tilfældigt heat. Eksempelvis var der henholdsvis ca. 325 og ca. 320 deltagere i H60 og H65, som vel nok var de største klasser. I H65 var der 16 fra hvert af de fem heat, som gik videre til A-finalen, og de næste 16 fra hvert heat gik så videre til B-finalen osv.

Som det fremgår af nedennævnte boks, så lykkedes det at få fire m/k i A-finalen, tre m/k i B-finalen og en enkelt i C-finalen. Et flot resultat.

Af p.t. ukendte årsager kom Henrik og Jacob ikke til start i sprinten.

Jørn Lind løb sig i A-finalen i H60 til en endelig placering som nr. 72. Jørn havde et par bom, og det kvitteres der hårdt og kontant for.

Bruno Stub, der p.t. ikke er helt skadefri, løb et stille og roligt løb, og endte som nr. 69 i B-finalen i H60.

Rita Breum løb en flot 22. plads hjem i D55's A-finale, og havde så vidt jeg forstod et godt løb uden de store problemer.

Carsten Mortensen måtte sande, at de løber stærkt i H35, men han formåede fornemt at få en placering som nr. 20 i B-finalen.

Karsten Jørgensen, som jeg ikke fik talt med, måtte ned og løbe C-finalen i H55. Han plejer ellers at komme hurtigt rundt på sprintbanerne, men endte her i C-finalen i den gode ende af feltet på en 15.-plads. Jeg vil tro, at han i den indledende kvalifikation har haft nogle bom, som skabte problemer.

Camilla Nielsen stod efter min opfattelse for dagens største overraskelse, idet hun kom i A-finalen i D45 med 17. hurtigste tid i sit heat. Det var ikke nogen belastning for Camilla, idet hun løb et meget flot løb og placerede sig på en fornem 6.-plads i finalen. Vinderen i denne klasse var i en liga for sig, idet hun vandt med et forspring på 1.42 minut til andenpladsen, hvilket er helt usædvanligt i en sprint.

Jeg selv havde også et meget fint løb, idet det lykkedes mig at blive nr. 3 i mit indledende heat, ca. et minut efter de to danskere, Keld Johnsen og Leif E. Larsen. Jeg formåede at løbe næsten fejlfrit i A-finalen. Nogle få sekunder blev sat til, men det gjorde de andre i klassen nok også, så jeg sluttede i al beskedenhed på en fornem 6.-plads, 37 sekunder efter vinderen.

Vi havde også Anni Lind, Susan Stub og Torkil Hansen ude på de åbne baner, men jeg har i skrivende stund ikke kunnet finde deres placeringer. De var også på de åbne baner under kvalifikationen lørdag.

# Mellemdistance og kvalifikation den 10. og 11. juli

Tekst og foto Peter Sørensen, PI-København

Den 10. juli skulle der løbes kvalifikation til både mellemdistancen og den lange distance. PI-erne var ved godt mod efter de fine placeringer på sprinten.

En fantastisk stævneplads midt i Tisvilde Hegn dannede rammen om begge stævnedage, og stadig med et solrigt vejr, som bevirkede, at alle var i godt humør trods arrangørernes problemer med parkeringen, hvor nogle som følge heraf kom for sent til start. Men der var styr på det, og løberne fik reguleret deres starttid, flot klaret, og endnu en gang et stort hip til arrangørerne.

Men lad mig sige det med samme, det blev ikke samme succes for PI-erne som ved sprinten, idet jeg som den eneste klarede at kvalificere mig til A-finalen på mellemdistancen.

# WMOC

|             |                        |   |
|-------------|------------------------|---|
| H35, heat 2 | Carsten Mortensen      | nr. 39 med tiden 1.34.32 til B-finalen.                 |
| H40, heat 1 | Jacob Spange Mortensen | fejlklip til B-finalen.                                 |
| H55, heat 2 | Karsten Jørgensen      | nr. 68 med tiden 1.17.18 til D-finalen.                 |
| H60, heat 2 | Jørn Lind              | nr. 32 med tiden 54.49 til B-finalen.                   |
| H60, heat 5 | Bruno Stub             | nr. 31 med tiden 60.53 til B-finalen.                   |
| H60, heat 5 | Henrik Wiberg          | nr. 65 med tiden 1.18.18 til D-finalen.                 |
| H65, heat 1 | Peter Sørensen         | nr. 8 med tiden 43.59 til A-finalen.                    |
| D45, heat 1 | Camilla Rath. Nielsen  | nr. 27 med tiden 54.11 til B-finalen.                   |
| D55, heat 3 | Rita Breum             | nr. 31 med tiden 52.38 til B-finalen.                   |
| Åben 1      | Jan Johansen           | nr. 19. med tiden 1.19.02.                              |
| Åben 1      | Torkil Hansen          | (er under "genoptræning" og udgik af hensyn til dette). |
| Åben 3      | Filip Knak             | nr. 15 med tiden 51.14.                                 |
| Åben 3      | Mette Stub             | nr. 16 med tiden 51.15.                                 |
| Åben 5      | Susan Stub             | nr. 13 med tiden 55.07.                                 |



**2018**





Generelt må vi sige, at det ikke var PI-ernes dag i skoven, specielt Camilla havde grund til ærgrelse, idet hun missede den andensidste post, og bommede 12 minutter, trods det at hun rent faktisk havde set posten, men ikke mente det var hendes. Ellers havde hun haft en placering som nr. 7-8 og dermed været i A-finalen. Også flot at Jan Johansen havde mod på Åben 1, selv om han brugte lidt tid derude. Fornemt.

Nå, men nogle havde trods alt forhåbning om at kunne nå A-finalen på den lange distance fredag, da resultatet på de forskellige heat kunne betyde, at man rykkede op eller ned i heatene på langdistancen. Et sindrigt system, som jeg ikke skal redegøre for her.

Så med forhåbninger om et lidt bedre resultat onsdag (11. juli) stillede vi alle sammen til start, dog fordelt over tidsrummet fra kl. 09.31 til kl. 12.13. Jeg var på stævnepladsen og fik hilst på de fleste inden start.

Det var min opfattelse, at det ved finalen her på mellemdistancen gik bedre for de fleste. Specielt godt gik det for både Camilla og Rita. Camilla løb et flot løb og vandt B-finalen, mens Rita blev en flot nr. 8 i sin B-finale. Efter hvad jeg i skrivende stund, (startliste for langdistancen foreligger ikke) kan vurdere, så betyder det, at de begge deltager i A-finalen på langdistancen, hvilket jeg også forventer at gøre. Så tre løbere i A-finalen på langdistancen må siges af meget fint, men alt i alt drejer det sig om at have en sjov oplevelse i skoven, og så må resultatet være sekundært. Det tror jeg de fleste vil skrive under på. En meget fin dag i skoven, hvor især løberne fra Norge, Sverige og Finland fik vist, hvor skabet skal stå. Jeg henviser til vores øvrige resultater på mellemdistancen herunder, og siger på gensyn på fredag.

|          |                        |                         |         |        |
|----------|------------------------|-------------------------|---------|--------|
| D45B. 1  | Camilla Rath Nielsen   | PI Copenhagen           | 27:11   | +00:00 |
| D55B. 8  | Breum Rita             | PI Copenhagen           | 35:44   | +04:30 |
| H55D. 17 | Karsten Jørgensen      | PI Copenhagen           | 42:10   | +11:07 |
| H35B. 23 | Carsten Mortensen      | PI Copenhagen           | 49:09   | +14:50 |
| H40B. 16 | Jacob Spange Mortensen | PI Copenhagen ej start. |         |        |
| H60B. 37 | Bruno Stub             | PI Copenhagen           | 38:37   | +07:08 |
| H60B. 77 | Jorn Lind              | PI Copenhagen           | 55:45   | +24:16 |
| H60D. 42 | Henrik Wiberg          | PI Copenhagen           | 54:19   | +15:43 |
| H65A. 37 | Peter Sørensen         | PI Copenhagen           | 36:22   | +09:16 |
| Åben 1.  | Jan Johansen           | nr. 21 med tiden        | 1.24.49 | +41:03 |
| Åben 3.  | Mette Stub             | nr. 4 med tiden         | 42.50   | +4:22  |
| Åben 5.  | Susan Stub             | nr. 12 med tiden        | 51.23   | +18:30 |





# WMOC 2018 er slut

Tekst og foto Peter Sørensen, PI-København

Jeg tog et foto, mens folk var på vej mod bilerne med det danske flag i vajende i baggrunden som et hip for et rigtigt godt stævne.

Hvis man er i tvivl, kan bare gå ind på hjemmesiden og kikke de forskellige filmklip og fotos igennem, så er man overbevist om, at man har deltaget i et fantastisk stævne med mere 4.200 tilmeldte løbere og mange hundrede på de åbne baner.

Som jeg skrev i det sidste skrift fra mellemdistancen, så havde PI-København tre m/k'er i en A-finale, tre mand i en B-finale, én mand i en C-finale og endelige to mand i en D-finale. Alt i alt et fint udtryk for hvordan vores deltagere har oplevet de fem dages strabadser. Ved dagens stævne fik jeg ikke lejlighed til at tale med alle, idet jeg lige benyttede lejligheden til at omdele en brochure for Høst Open på Bornholm til de svenske deltagere (sat på bilerne). Jeg fik nok gået et par kilometer op og ned langs de mange parerede biler. Men hvis et godt stævne giver flere deltagere på det næste, så tror jeg, at flere svenskere vil søge til Bornholm i oktober.

Da jeg nu har pensionsalderen, havde jeg jo ikke behov for at prioritere mine dage, så jeg havde tid på stævnepladsen, og det har været en sand fornøjelse at dele dagene med alle politifolkene. Mit indtryk har været, at alle har haft fornøjelse af løbene, både når det er gået godt, og når det er gået skidt. Tak for samværet.

Det med resultaterne er lidt svært at gøre op, en dags uheld giver en placering i næste dags heat, og samtidig kan løbstiderne ikke sammenlignes; man kan være hurtigere end en fra et andet heat, som til gengæld har løbet en lidt anderledes bane, selv om det er i samme klasse.

Men med f.eks. 350 deltagere i H60, 220 deltagere i D 55, eller som i min klasse 376 deltagere i H65, bare for at nævne de største klasser, ja så glemte jeg lige H70 med 419 deltagere. Man må imponeres. Det vil være umuligt at alle skulle løbe samme bane, derfor et indviklet system, der gør, at tider ikke kan sammenlignes, og man er nødt til ved hvert løb at kikke på dagens resultat i sit eget heat.

At slutte veteranmesterskaberne af med den lange distance kræver efter min vurdering godt nok, at man finder de allersidste kræfter frem. Jeg kan ikke huske, hvornår jeg sidst har løbet 7,1 kilometer i H 65. Men jeg kom dog igennem med et par enkelte bom, og så oplevede jeg at falde i et vandhul, hvor jeg gik i til midt på livet. Faktisk ventede en konkurrent på, at jeg fik mig hevet op, før han løb videre. Tak for det.

Jeg sluttede på en tilfredsstillende 28. plads, og hvis jeg ser tilbage på de fem dages løb, så er det længe siden, at jeg har været så stabil over flere dage.

En enkelt lille historie skal dog medtages, idet Jørn Lind har været lidt uheldig et par gange undervejs, og jeg kan ikke

# 2018







lade være med at nævne det. Undskyld Jørn. Men ved kvalifikationen til mellemdistancen varmede Jørn så meget op, at han kom til at lave en forkert bevægelse og fik et hold i ryggen, som generede ham en del. Da han så endeligt var ovre det til dagens lange etape, så præsterede han at tage et forkert kort, hvilket han opdagede ved post 1 og måtte derefter tilbage til start og hente det rigtige kort. Men det jo de små historier som sætter kolorit på vores fællesskab i klubben.

Jeg vil slutte med at henvise til resultaterne nedenfor og så sige, at nu tager jeg på ferie. Da jeg pakkede bilen, var der lidt usædvanligt noget mere plads i bilen end sædvanlig? Nå ja, der skulle ikke pakkes o-tøj denne gang.

Alle får lige en bemærkning med fra mig - kunne ikke lade være:

|  |                             |   |
|--|-----------------------------|---|
| D45, Heat A  | Camilla Rath Nielsen        | nr. 22 med tiden 61.05. (Godt gået)   |
| D55, Heat A  | Rita Breum                  | nr. 57 med tiden 70.59. (Harde desværre et stort bom undervejs)                           |
| H35, Heat B  | Carsten Mortensen           | nr. 23 med tiden 1.08.55. (Fin tid for banen)   |
| H40, Heat B  | Jacob Spange Mortensen      | nr. 28 med tiden 1.15.52. (Dejligt at du løb, super gået)                                 |
| H55, Heat D  | Karsten Jørgensen           | nr. 1 med tiden 69.35. (Ja det lykkedes jo alligevel og foden holdt)                      |
| H60, Heat B  | Bruno Stub                  | nr. 61 med tiden 78.09. (Super gået, når bentøjet ikke er helt frisk)                     |
| H60, Heat C  | Jørn Lind                   | nr. 36 med tiden 69.11. (Tog et forkert kort, men alligevel flot tid i betragtning heraf) |
| H60, Heat D  | Henrik Wiberg mangler post. | (Dejligt at se Henrik i skoven igen)  |
| H65, Heat A  | Peter Sørensen              | nr. 28 med tiden 64.52. (Hvis tilladt at sige det, så er jeg vældig tilfreds)             |
| Åben 1   | Jan Johansen                | nr. 12 med tiden 1.46.42. (tre løb i træk på Åben 1, stærkt gået)                         |
| Åben 2   | Christopher Wiberg          | nr. 2 med tiden 52.59. (Rart at se hurtigløberen i skoven)                                |
| Åben 2   | Mette Stub                  | nr. 5 med tiden 59.10. (Selv om eksamen har taget tiden, kan hun endnu)                   |
| Åben 3   | Torkil Hansen               | nr. 6 med tiden 54. 08. (Han er ved at komme til hægterne)                                |
| Åben 5   | Susan Stub                  | nr. 24 med tiden 1.01.27. (Susan og Anni kører bare sejt igennem hver gang midt i feltet) |
| Åben 6   | Filip Knak                  | nr. 5 med tiden 58.57. (Rart at se en ny mand på banen)                                   |
| Åben 7   | Anni Lind                   | nr. 13 med tiden 1.11.57. (Som nævnt Anni og Susan er bare stabile i deres klasser)       |
| (Camilla R. Nielsen kvalificerede sig til A-finalen med en 1.-plads i mellemdistancens B-finale /red.) |                             |   |







*Al info om adresseændring, ophør af levering af bladet eller øvrig henvendelse til: Dansk Politidrætsforbund*  
Politigården, Københavns Vestegns Politi, Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund. Mail: [info@politispport.dk](mailto:info@politispport.dk)