

POLITIIDRÆT

Dansk Politidrætsforbund nr. 4 • 2019



Europæiske politimesterskaber i judo

Danske politimesterskaber i bowling

Danske politimesterskaber i orienteringsløb

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

Stiftet 1. august 1946
50. 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
Europæiske politimesterskaber i judo
i Ungarn. Mathis Damgaard, i hvid gi,
Vestegnens PI, er i kamp.
Foto: Christina Andersen, Fyn PI.

Deadline/Udgivelse

5/19
Deadline for indl. af stof: 16. juli 2019
Udgivelse 20. august 2019

6/19
Deadline for indl. af stof: 27. august 2019
Udgivelse 1. oktober 2019

7/19
Deadline for indl. af stof: 1. oktober 2019
Udgivelse 5. november 2019

8/19
Deadline for indl. af stof: 12. november 2019
Udgivelse 17. december 2019

Ret til ændringer forbeholdes.



Politiidræt

Leder	5
Fyn Open i golf	6
Multipel sclerose bike challenge	12
Internationale Mesterskaber for Europæiske Politifolk og Danske politimesterskaber i orienteringsløb i Silkeborgskovene .	16
Europæiske politimesterskaber i judo	20
Æresnåle uddelt	23
Nordiske politimesterskaber i marathon 2019	25
Dejlige kursusdage	26
Dansk Militært Idrætsforbund Jubilæums Cup	31
Danske politimesterskaber i bowling	32
På 2 hjul i det jyske klondyke	34
Slagelse PI på jagt efter den nye generation af o-løbere/politifolk	38
Fyns PI ydet økonomisk tilskud af Dansk Firmaidrætsforbund .	40
PI-Aarhus får tilskud til pistol af Dansk Firmaidrætsforbund .	42

PI-Nyt

Berlin Half Maraton	46
Nordic Race - noget af en udfordring	48
Badmintonafdelingen Status	53
Bowlingafdelingen Bowlingsæsonen afsluttet med gode resultater	56
Gymnastikafdelingen Gymnastikafdelingen sluttede af med et brag af en opvisning .	60
Puslinge tumler og udfordres med masser af redskaber	62
Orienteringsafdelingen Flere burde løbe orienteringsløb	64

Formand
Knud Stadsgaard



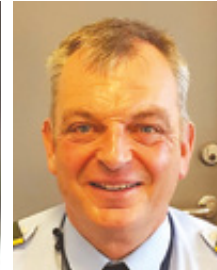
Næstformand
Jens Claumarch



Kasserer
Ole K. Jacobsen



FU medlem
Jesper L. Bangsgaard



Knud Stadsgaard
Formand



Forbandede Sunddom – og så tillige i en ferie- og rosé-tid

Overskriften lyder nok lidt overvældende, og tager afsæt i bogen af samme navn, forfattet af lektor i filosofi Morten Ebbe Juul Nielsen ved Institut for Erkendelse, Medier og Formidling på Københavns Universitet.

Forfatteren forsøger i bogen at nærme sig kernen af hvad sundhed egentlig er for en størrelse.

Særligt er denne erkendelse vigtig i en ferie- og rosé-tid, hvor mange af os godt ved, at det samtidigt er sundt at bevæge sig, men ifølge forfatteren skal du lægge den dårlige samvittighed på hylden, og i stedet gøre det som du har lyst til – og ikke det du føler og tror, at du er forpligtiget til at skulle gøre.

Filosofisk, ja, men det er jo forfatterens baggrund, som han uddyber gennem fem råd, hvorigennem du ifølge ham bedre kan kombinere ferie, rosé og træning.

✓ Lyt til din krop

Mange af os tror, at træning er synonym med præstation og konkurrence, men stress ned i ferien, så kan du bedre klare hverdagen derefter. Lyt til din krop i stedet for at lytte til ydre forventninger – skru ned for ambitionerne.

✓ Giv plads

Der skal være plads til såvel rosé som til løbeturen, men lad være med at tænke på løbeturen, når du drikker rosé, og kombiner det ikke, hverken mentalt eller praktisk, for så spilder du – både roséen og din tid – så giv plads!

✓ Træn alternativt

Drop for eksempel fitnesscentret eller løbeturen, og træn gerne alternativt, og gerne således at hele familien kan deltage samtidigt. Træn sammen. Oplev glæden ved lange gå- og vandreture, stand-up-paddle, cykelture, svømning eller anden fysisk aktivitet i vandet.

✓ Prøv noget nyt

Ferien er tidspunktet hvor du får mulighed for at få indlært nye vaner, hvis du vel og mærke går aktivt ind i dette, da dit mentale og fysiske overskud i ferien typisk er større end i hverdagen. Måske er det her du finder motivationen for nye træningsvaner.

✓ 30 minutter

Det er alt du behøver – og det bør nemt kunne passes ind – hver dag – også fordi for eksempel en gå- eller cykeltur dækker dette behov. Gør det tillige sammen med den og dem du holder af.

God ferie.

✓ For politiidrætten, overskuddet, helbredet, kammeratskabet samt den fysiske og mentale parathed.

✓ #DPIFibevægelse

Knud Stadsgaard
Formand



Opvarmningen er godt i gang

FYN OPEN GOLF

Af Lars Fredenslund, Fyns Politi Idrætsforening, Golfafdelingen

Fotos Lars Fredenslund, Fyns Politi Idrætsforening og Villy Bøgelund, dommer



Forårets kommen er lig med årets første politigolfturnering. I år havde vi, Fyns Politi Idrætsforening, igen æren af at skulle afvikle dette års første stævne. Som de tidligere år er årets forårsstævne blevet en "forløber" for det kommende politimesterskab i golf, som afvikles på samme bane. Det giver spillere fra hele landet mulighed for at prøvespille den bane, som de senere skal forsøge at vinde politimesterskabet på.

Årets turnering blev afviklet fredag den 3. maj på Langesø Golfklubs bane, som er beliggende ca. 15 km uden for Odense. Langesø golfklub er en ung bane, som bane-ejer Hans Berner har lagt et stort arbejde i at få anlagt. Hans Berner er, udover at være bane-ejer, også bestyrelsesformand for fonden, som ejer herregården Langesø Slot.

Banen er "hugget" ud i skoven omkring Langesø Slot. Så der er tale om en helt fantastisk natur, hvor spillerne sjældent "møder" hinanden rundt på banen. Men når banen er sådan anlagt, betyder det også smalle fairways,

hvor træerne tit kommer i vejen for vildfarne bolde. Og det kan give udfordringer for de spillere, som tester længden i deres slag. Et langt slag kan være godt på alle baner, men på netop Langesø bane, må slaget ikke være særlig "bredt". Så bliver det svært!

Om det var grunden ved jeg ikke, men der blev ikke scoret højt i dagens turnering.

Spillerne begyndte at dukke op omkring kl. 7, og da klokken var halv ni, var alle kommet. 56 forhåbningsfulde golfspillere glædede sig til en runde på banen. Nogle enkelte havde "snydt", og havde prøvespillet banen om torsdagen. Det viste sig, at have mindre betydning.

Vejret var blevet klart bedre end metrologerne forudsagde i starten af ugen. Solen skinnede fra en skyfri himmel, og vinden var forholdsvis svag. Der var ikke de høje varmegrader, men det var varmt nok til, at Vestegnens David Borchersen, som sædvanlig, troppede op i shorts. Brrrrrr.

Efter et veloverstået morgenbord i "Douglasshuset", hvor der blev orienteret om dagens match, og dommer Villy Bøgelund berettede lidt om regler, var alle klar på teestederne kl. 9. Herefter gik der ca. 4,5 time med glæde, frustration, "kom igen" og andet, så var alle inde igen. Klar til frokostbuffeten, og klar til at høre dagens meget forskellige resultater.

Ved præmieoverrækkelsen var politidirektør Arne Gram dukket op. Han holdt en kort, men absolut motiverende tale, hvorefter han lykønskede dagens vindere.

Dagen bød på de sædvanlige stableford-konkurrencer i en A- og B-række, tættest på flaget på alle par-3 huller, tættest på flaget i 2.slaget på et udvalgt par-4 hul, samt en holdkonkurrence.

DE DYGTIGSTE PÅ PAR-3 HULLERNE VAR

- Hul 6: **Line Hedegaard** fra København
- Hul 8: **Mads Møller Nielsen** fra Sydsjælland og Lolland-Falster
- Hul 11: **Jørgen Mørk-Nielsen** fra Syd- og Sønderjylland
- Hul 15: **Jens Risager** fra Fyn
- Hul 17: **Torben Madsen** fra Fyn

DEN DYGTIGSTE PÅ DET UDVALGTE PAR-4 HUL VAR

Jan B. Nielsen (pensionist) fra Midt- og Vestsjælland.

HOLDKONKURRENCEN BLEV VUNDET AF HOLD 12, SOM BESTOD AF

Palle Holm Pedersen fra Syd- og Sønderjylland
Villy Jensen fra Fyn og
Thomas Buhl fra Fyn

A-RÆKKEN BLEV AFGJORT MED FØLGENDE PLACERINGER

- 1: **Jesper Bangsgaard** fra København
- 2: **Søren Norlander** fra København
- 3: **Mads Møller Nielsen** fra Sydsjælland og Lolland-Falster.

B-RÆKKEN BLEV AFGJORT MED FØLGENDE PLACERINGER

- 1: **Thomas Buhl** fra Fyn
- 2: **Leif Marseen** fra København
- 3: **Anne Aaby Sidelmann** fra Vestegnen

Tillykke til de alle, og på gensyn til de Danske politimesterskaber, som afvikles 19. og 20. august 2019 på samme bane.

Vinder af A-rækken Jesper Bangsgaard

God start på dagen





To fra DPIF's golfudvalg Jesper Bangsgaard og Jakob Christensen



Vinder af B-rækken Thomas Buhl og politidirektør Arne Gram

MULTIPEL SCLE

Kære læser. I det følgende vil du blive præsenteret for fire cykelryttere, som alle har deltaget i dette års MS Bike Challenge. Du skal møde Peter Skovbak, (Nordjylland), fra Team Next Step – solorytter, samt Line Beck, Michael Jensen og Lars Bisgaard fra TEAM PI Aarhus MS BIKE 2019.

MS BIKE er et cykelløb, som strækker sig over 742 km fra Amår Strandpark, (Amager), til Grenen i Skagen. Man har 30 timer til at gennemføre. MS er en forkortelse af multipel sclerose. Overordnet er formålet med løbet at samle penge ind til Scleroseforeningen og få sat fokus på denne grimme sygdom. Turen går ned over Sjælland og Lolland til Tårs, hvorfra man sejler til Spodsbjerg på Langeland. Herfra går turen mod Fredericia tværs op gennem Jylland til Mors, Thisted, Hjørring og til Skagen. Cyklen skal hele tiden være i gang.

Vi startede ud fra Amår kl. 8 lørdag morgen i regn og slud, som dog hørte op efter ca. 15 km kørsel, da var vinden fra vest og ganske frisk. Da vi gik i land på Langeland, startede vi ud i samme vejrtype som fra morgenstunden. Fyn blev passeret i tørvejr og vestenvind – a ride into the sunset. Som natten skred frem lagde vinden sig og temperaturen faldt til omkring minus 5 grader – det var sgu koldt. Vi nåede Skive som solen stod op og kørte resten af turen mod Skagen i vind fra vest, men i tørvejr og sol. Da vi ankom til Grenen, skinnede solen fra en skyfri himmel.

TEAM NEXT STEP

Peter Skovbak, 52 år. Jeg har trænet mellem 15-18.000 km om året de sidste 5-6 år. Har siden 2015 kørt ultracykelløb, senest blev det i oktober 2018 til en 6. plads ved VM i 24-timers enkeltstart i USA.

Peter gennemførte "Race Across the West" i USA - et ultra race på mere end 1500 km gennem 4 stater i midten af juni. Peter vandt sin aldersklasse (+50) og blev samlet nr. 2 i løbet i en tid på 3 døgn, 2 timer og 34 minutter. Vildt imponerende.

Jeg meldte mig til MS BIKE 2019 af to grunde:

Dels ville jeg gerne være med til at samle penge ind til kampen mod den frygtede sygdom Sclerose – det er rart at gøre noget for andre, og der er så mange, som hjælper mig med min cykling, så her var en mulighed for med cyklingen som løftestang, at jeg også kunne gøre noget for andre.

Dels passede det fint i min forberedelse til et kommende ultraløb i USA at køre løbet. Det ville være en fin test af formen og det team, som jeg har omkring min cykling.

Jeg kørte turen solo og havde en rigtig god tur sammen med mit team på 3 m/k, som fulgte mig tæt i følgebilen det meste af de næsten 28 timer, som det tog mig at køre løbet. Ud over et par forventede søvnkriser i løbet af natten, så forløb næsten alt planmæssigt. Kun et par punkteringer på de første 100 km



Fra venstre Michael Rienhald Jensen, Jesper Ginnerup, Line Beck og Lars Bisgaard



drillede lidt og gjorde, at jeg kom til at køre vel omkring 650 km alene, men det passede fint ind i min plan for løbet. Det er jo den niche med meget lange enkeltstarter, som er min spidskompetence indenfor cyklingen, og det vi retter træningen imod. Der var på dagen en del snak om det kolde og våde vejr, men det generede mig ikke, selvom de lave temperaturer naturligvis koster lidt ekstra energi. Jeg cykler ude hele året, så det mindede bare om en god lang vintertræning. MEN det er selvfølgelig usædvanligt at cykle i en frostklar majnat, og det er faktisk første gang at jeg har kørt i 2 vinterjakker på én gang.

Jeg kan kun opfordre andre cyklister til at køre løbet og hjælpe med indsamlingen til kampen mod sclerose. Reglerne er så alle kan deltage enten alene eller på hold. Arrangørerne har opsat nogle rammer for et cykelløb, hvor man kan køre med hinanden, mod hinanden eller mod sig selv, uden at man glemmer det egentlige formål, at hjælpe mennesker med en alvorlig sygdom.

Hvis man har lyst til at prøve at køre langt på cykel, så er dette løb et fint sted at starte. Samtidigt kommer man rundt og ser og oplever vores smukke land på en ny måde.

Team PI Aarhus kørte som hold bestående af fire ryttere. Tre startede fra Amår på cykel og den fjerde "Jokeren Jesper" kørte følgebilen. Da vi hen på aftenen nåede Jylland, stødte der en ny chauffør Anders Krag til, og den fjerde rytter gik i hvil, så han kunne blive sat ind, hvis det blev nødvendigt.

ROSE BIKE CHALLENGE

Lars Bisgaard
justerer gearet ved
færgen i Tårs



Fra venstre Line, Jesper, Lars og Anders Kragh i følgebil



Line og Lars, fyldt med aftensmad
og godt humør



Line forrest, Lars bagerst



Peter Skovbak Pedersen
fra Nordjylland

TEAM PI AARHUS

Line Thorsen Beck, 33 år gammel. Jeg har cyklet siden 2017, hvor jeg gennemførte min første ¼ triathlon og blev derved introduceret for cykling. Lånte dengang en cykel af en kollega, men måtte hurtigt erkende, at jeg skulle have min egen cykel, fordi jeg syntes, det var en fed sport og måtte derfor eje min egen cykel. Op til MS bike løbet, havde jeg siden nytårsskiftet kørt ca. 3500 km. På turen fik jeg kørt sammenlagt 502,5 km, hvoraf de 422,5 km blev kørt i et stræk.

Grunden til, at jeg meldte mig til MS BIKE var, fordi jeg syntes størrelsen på udfordringen var spændende, og jeg blev nysgerrig på, at finde ud af, om jeg kunne gøre det. Derudover selvfølgelig også fordi det gik til et super godt formål, som i forvejen ikke får meget opmærksomhed. Når man så er blevet glad for at cykle, hvorfor så ikke kombinere det med en fed tur igennem Danmark og samtidig samle penge ind til formålet.

Træningen op til turen bestod af at køre lange ture med ca. 5-6 timer i sadlen, men også bare så tit som det var muligt. Vi prøvede også at køre en tur på 100 km, hvor det foregik om natten, så man ligesom havde prøvet at mærke, hvordan det ville være at køre om natten. Der er bare nogle helt andre sanser, der spiller ind, og man skal virkelig være vågen og opmærksom.

Når jeg tænker tilbage på turen, så er jeg meget facineret af min målrettethed og vilje. Man skulle bare i mål, og det skulle være sammen som et hold. Der var ikke på noget tidspunkt,

hvor jeg tænkte: "Hvad fanden laver jeg", og "skal jeg give op". Vi støttede hinanden derude, og vi var alle bevidste om målet, som ventede på os i Skagen. Vi havde en fantastisk positiv tone overfor hinanden, og der var ikke noget tidspunkt, hvor vi bed af hinanden, eller der blev talt med store ord. Vi var derimod gode til at rose hinanden og komme med moralsk opbakning, når det begyndte at gøre lidt ondt, eller man var træt.

Dog var det ualmindelig hårdt at køre i -5 grader om natten, og det var med til, at jeg måtte bukke under og få et hvil og få varmen i vores følge bil. Husker ikke meget fra den sidste time på cyklen, inden pausen var nødvendigt, men har fået fortalt, at jeg talte, som om jeg var plakat fuld og jeg faldt i søvn stående samt siddende på toilet.

Men efter mit hvil var det bare stort at opleve holdkammeraterne knokle videre derude, og det rørte mig helt vildt. Så der blev også fældet tårer på turen, men det var glædestårer, og ikke mindst fordi man var så pavestolt over sin egen, men også holdets præstation.

Jeg vil klart gøre det igen, og vil også anbefale andre at prøve denne fantastiske oplevelse, som man kan tænke tilbage på.

Michael Reinhold Jensen, 40 år, trænet ca. 3500 km fra nytår. Jeg har cyklet på landevej siden 2014. På turen til Skagen fik jeg kørt omkring 600 km, 525 ud i et.

Jeg havde hørt om MS Bike Challenge gennem Lars og Line og var lidt tøvende med at få mig tilmeldt. Tungen på vægtskålen blev dog, at en veninde fik stillet diagnosen Sclerose, hvilket motiverede mig til at få samlet penge ind til "En verden uden Sclerose".

Mine træningsture bestod af træningsture i den lokale cykelklub og ture med kollegaer suppleret op med en del spinningtimer i dårligt vejr. Derudover prøvede jeg også at teste mig selv i forhold til at cykle, når krop og hoved var trætt. Dette blev gjort ved at køre en tur på 120 km inden en nattevagt - efterfulgt af endnu en 120 km tur direkte efter nattevagten. Det var hårdt at skulle sætte sig på cyklen, når man mest af alt havde lyst til at hoppe under dynen. Men da jeg først var kommet af sted, så blev jeg frisk i hovedet og turen blev overstået med samme fart og intensitet som øvrige træningsture.

I forhold til selve turen var jeg meget spændt på at køre om natten, da jeg ikke tidligere havde prøvet dette. Det var en kold og hård omgang - koldeste temperatur (-5 grader) målt i maj måned i 78 år! Underligt nok tænkte jeg på intet tidspunkt, at det skulle sætte en stopper for projektet, så jeg trådte videre i pedalerne. I løbet af natten kunne jeg dog mærke, at kroppen var ved at være drænet for energi. Jeg begyndte at tage mig selv i at sænke farten til de forankørende, så jeg ikke længere sad "på hjul" og fik læ. Når jeg så fik kontakt til den forankørende, kom tanker: "Jeg er trætt og uopmærksom - hvis ham foran brems, kan jeg så nå at reagere?" Da jeg havde lavet denne øvelse frem og tilbage en del gange, indså jeg, at jeg nok havde brug for et hvil. Jeg ville dog have den oplevelse med at cykle, mens solen stod op. Det var fantastisk at opleve, hvordan mørket blev brudt af lyset, mens fuglene begyndte at kvitre. Langsomt begyndte man at mærke liv omkring sig efter mange timer i mørke og stilhed, hvor man kun var stødt på nogle enkelte fulderikker omkring værtshusene i de ellers mennesketomme byer og gade, som vi kørte igennem.

Efter et par timers hvil, varme, mad og tøjskift, havde jeg sjovt nok en underlig trang og lyst til at komme tilbage på cyklen. Jeg tror, at mit hoved var indstillet på at gennemføre og nå målet i Skagen. Hvad jeg ikke var indstillet på, var alle de følelser, jeg blev ramt af i mål. Det er svært at sætte egentlige ord på, men der var både en lykkefølelse, en lettelse og en enorm stolthed over at være nået i mål - og selvfølgelig en sund og naturlig trætt.

Flere gange fik jeg sagt til min kæreste og familie undervejs på turen og i mål, at jeg aldrig vil gøre sådan noget igen. Alligevel er jeg ikke afvisende overfor endnu en tur, nu hvor jeg har fået det hele lidt på afstand.

Lars Bisgaard, 47 år. Har altid været drevet af de lange distancer. Har løbet Swiss Alpine, maraton og Vasaløbet - mest for at teste mig selv. Op til MS Bike, havde jeg siden nytår trænet 3700 km på cyklen. Jeg har altid cyklet - tror jeg. I forbindelse med MS BIKE kørte jeg omkring 600 km - 520 km i et stræk.

I efteråret 2018 så jeg på Facebook, at Line havde delt noget om MS Bike, hvilket jeg synes virkede spændende. Vi skrev lidt sam-

men om det, og pludselig var vi tilmeldt. Til en start var det mest for udfordringens skyld. Dog ikke alene, idet jeg har familie og venner, der er ramt af sygdommen, og jeg ser ofte, hvad den gør ved en familie. Imens jeg sad i sadlen på træningsturene i regn, slud og modvind, fik jeg besked om, at en nær veninde havde fået sygdommen også - det var ikke rimeligt, så nu var det alvor.

Over vinteren blev træningen gennemført på hometrainer og i forbindelse med transporten frem og tilbage fra job, idet jeg stod midt en ombygning af en bolig. I månederne frem til løbet blev der kørt mange ture i dårligt vejr - der var jo næsten ikke andet. Stort set på alle ture synes jeg, der var modvind både ud og hjem. I påsken tog jeg på en "natur" med Line. Vi kørte fem timer over midnat på ruten - fra Bording mod nord. Målet var at prøve mørket, og at temperaturen gradvis faldt. På et tidspunkt, imens vi kørte ud over heden, bemærkede jeg en "pst pst lyd", det lød som en punktering, hvorfor jeg satte farten ned. Jeg spurgte Line, om hun var punkteret og imens vi snakkede om det, kørte vi ind under en vandkanon, som var ved at vande en mark - ja, altså også os, så nu var der endnu et element på den tur. Vi var våde og senere blev vi kolde...

Når jeg mindes løbet, hæfter jeg mig ved, at alle på holdet, Line, Michael og vores crew Jesper og Anders var besluttet på at komme til Skagen. Der var den stærkeste følelse af holdånd, jeg længe har følt. Måske var det fordi, vi stod foran noget, vi alle var meget spændt på. Tænk at cykle 742 km på cykel på 30 timer. Vi skulle holde en gennemsnitsfart på mindst 25km/t. Aftalen var klar: Hvis det var muligt, ville vi køre alle kilometerne, men dog skulle vi også være realistiske og fornuftige. Hvis en af os sagde stop, ville vi overgå til stafet. Turen gik fint og planen holdt. Da natten faldt på, faldt temperaturen også. Da vi nåede depotet ved 425 km, overgik vi til stafet, da Line valgte af tage pause. Michael var kørt i forvejen og havde et forspring. Jeg fortsatte alene de næste 100 km til Skive og ud på Salling. I takt med at solen brød igennem, forsvandt kraften i mit venstre ben. Mit lår syrede til, og jeg kunne ikke træde en bule i en blød hat. Jeg trådte kun med højre ben - "kunne jeg det de sidste 200 km?", men beslutningen blev taget: PAUSE. Line måtte på cyklen igen sammen med vores joker Jesper. I Hjørring med 70 km til mål var vi samlet igen. Sammen kørte Line, Jesper og jeg i mål på Grenen. Det var en vild følelse - familier og venner stod med flag og knus i massevis - TAK! Vi havde kun én punktering - ca. 20 km før mål.

Jeg ville uden tvivl køre turen igen, det var en fantastisk måde, at gøre noget for andre på. Jeg vil klart anbefale andre at deltage. MS Challenge er ikke kun cykling - det er også løb.

Gennem hele turen modtog vi peptalks på vores Facebook side og andre steder. På holdets vegne vil jeg gerne takke for støtten og opbakningen. Sige tak til vores crew Anders Krag og Jesper Ginnerup, og Ditte Boye for nogle skønne kager, PI Aarhus, vores sponsore og alle de, som donerede penge til holdets indsamling - 25000 kr. blev det til - vi var det hold, som samlede mest ind pr. deltager.

Følg med på FB MS BIKE, TEMA THE NEXT STEP, TEAM PI AARHUS

Internationale Mesterskaber for Europæiske

Politifolk og Danske politimesterskaber i

orienteringsløb

i Silkeborgskovene

Af Peter Wihan, Dansk Politiidrætsforbund, udvalgs- og hovedbestyrelsesmedlem
Fotos Jan Kofoed Nielsen, PI-København

Efter lang forberedelse og et kæmpe forarbejde fra stævneleder Egon Sloth, var det blevet tid til det årlige Danske politimesterskab i orienteringsløb (DPM). Denne gang afviklet i Silkeborg. Inkorporeret i løbet var desuden et internationalt IMEP arrangement (International Mesterskab for Europæiske Politifolk i orienteringsløb). Det var således et noget større setup end normalt for et DPM, da der denne gang stillede ca. 110 personer til start. Feltet talte nu også politifolk fra Tjekkiet, Tyskland, Schweiz, Finland, Norge, Sverige og ikke mindst Danmark.

Med løb i Silkeborgskovene lige vest for Himmelbjerget var der bakker i vente, mens sprinten skulle foregå i de smukke flade omgivelser ved Vejsøhus.

Indkvarteringen var bestilt til feriecenter Landal i Gjern. Feriecenteret som har meget fine faciliteter, gav god mulighed for at slappe af i vandland, sauna, boblebad m.m. og også mulighed for god mad i restauranten efter løbene.

DAG 1 (MELLEMDISTANCE)

Tirsdag var der planlagt mellemdistance. Normalt afholder politiet et opvarmingsløb tirsdag, men da mellemdistancen er en del af IMEP, var der pludselig noget mere på spil. Alle var derfor opsatte og klar til et forholdsvis kort eftermiddagsløb tirsdag kl. 13. Starten var sydvest for Store Knøsen tæt på den legendariske H.C. Andersens bænk, som er en ualmindelig hård knold i landskabet med mange slugter, udløbere og højdemeter. Det var også her de fleste hurtigt blev udfordret, da der var indtil flere me-



Peter Sørensen, PI-København, vinder af H-65



Bo Lindholm, Vestegnens PI



Deltagerne studerer kort inden starten

get svære poster i slugter og grøfter. Undertegnede havde selv problemer med min post 4, og mange andre havde problemer med det, der på min bane var post 5 og til dels også post 6. Kortet var dog helt nyttegnet, så der var ikke noget at udsætte på kvaliteten, så det var med at holde snuden i sporet, samtidig med, at kondien blev udfordret. Vejret var lunefuldt denne tirsdag, men heldigvis holdt det tørt indtil langt hovedparten af feltet var i mål. Resultatmæssigt var der mange flotte præstationer, men værd at nævne var Peter Sørensen, der vandt H65. Ole Andersen, der vandt H21 og Jacob Bjerg, der vandt Fri. Overordnet set var det især Tjekkiet, der var godt med og fik 3 sejre på banerne.

Efter løbet var det tid til afslapning, og de fleste valgte en tur i svømmehallen efter at indkvarteringen var på plads. Jeg havde selv en dejlig hytte med folkene fra Slagelse og Næstved, samt kone og børn, og med 7 folk af sted, var der god mulighed for at vende dagligdagen og samtidig få snakket med de andre deltagere. Vejret var ikke til de store udendørsaktiviteter, for det

var blevet noget ustadigt. I stedet blev der hygget og holdt socialt samvær, og dagens baner blev vendt, og nogle af de nyeste folk fik gode fif og hjælp til at forstå kort og postdefinitioner.

Udrykningssektionen fra København havde fundet 2 nye folk frem, og havde lavet en fin lille intern konkurrence mellem 4 fra deres afdeling. De 2 nye folk, Lars Munk og Jens Maagaard, havde i den grad fået en brat opvågning til det første løb, hvor de kom ind 40 minutter efter nr. 1. Det skulle dog vise sig, at lidt intro og forklaring til kortet i den grad kunne gøre en forskel.

DAG 2 (LANG DISTANCE)

Langdistancen var med start ved Knøsgården, som er meget højt beliggende i området. Selvom den længste bane "kun" var 7,5 km, hvilket almindeligvis er forholdsvis kort, var der bred enighed om, at det ville blive en udfordring. Der var godt med skyer på himlen og en kold vind, men heldigvis ikke mere end lidt støvregn i luften. Starten gik som den skulle, og snart var alle af sted. Undertegnede havde egentlig en ok start, selvom

Se resultater
og billeder på
www.politispport.dk



Klar til start. Til venstre Vagn Stensig Kristensen, PI-Skanderborg

det var med svære poster fra start. Post 4 var dog lidt drilsk og tog lidt ekstra tid. Mellem post 10 og 11, som var et langstræk, var det dog helt slut med kræfterne og med de mange stigninger, måtte ryggen, som har drillet siden 2017, og jeg sige stop. Mange andre kæmpede dog bravt videre, og i mål kom resultaterne tikkende ind. Værd at nævne var igen Peter Sørensen, som vinder på H65 og Ole Andersen som vinder på H21. Nu var der dog sket noget på Bane 21B, hvor Københavns nye mand Jens Maagaard, havde taget aftenens undervisning til sig og indtog 2. pladsen lige bagved den mere erfarne herre Jacob Furu. Flot fremgang efter 1. løb.

Efter løbet var der afslapning, indtil der var planlagt kammeratskabsaften i restauranten. Undertegnede deltog selv i nogle møder, mens andre brugte svømmefaciliteter, minigolfbanen eller noget helt tredje.

Kl. 18 var vi klar til bespisning og præmieoverrækkelse for de 2 første løb. Alt forløb planmæssigt og de forskellige lande fik mulighed for et par taksigelser til arrangørerne. Det blev desuden annonceret, at der vil være IMEP arrangement igen i 2021 i Sheffield i England. Maden bestod af lasagne og der var heldigvis rigeligt til de mange trætte løbere, der havde været ude i det utroligt kuperede landskab.

DAG 3 (SPRINT)

Så var det blevet sprintdag, og vejret var i den grad klaret op. Det var dejligt med sol, og alle fik pakket deres grej til en spurt ved Vejlshus. Undertegnede var også meget spændt, for der var mulighed for revanche fra dagen før. Jeg havde trænet sprint ret intensivt op til DPM, så jeg var godt klar over, at det var nu, det skulle være, hvis det skulle lykkes at få guld i år. Jeg kom da også rigtig godt fra start med højt tempo og sikker kortføring. Der var kun et lille udsving ved post 13, der kostede



Jacob Furu, PI-København, vinder af B-banen

Vinderne af B-klasse for hold fra PI-København

Ole Andersen, Næstved PI, Dansk Politimester (H21) og vinder af præmien som bedste danske politiløber

Camilla Rath Nielsen, vinder af Dame 21 og modtager af præmien som bedste danske kvindelige løber

Artiklens forfatter, Peter Wihan, Slagelse PI

9 sekunder, men så gik det pludselig helt galt. Fra post 15 til 16 kom jeg alt for vestligt ud af posten og ramte et sted, der lignede det, jeg havde forventet at se. Det tog mere end 2 minutter ekstra, inden jeg fandt mig selv igen, og det er der bestemt ikke råd til i denne disciplin. Ole Andersen og Marcus Hansson lavede ikke fejlfrie løb, men 2 minutter var alt alt for meget, så Ole Andersen kunne for anden dag i træk kalde sig Dansk politimester foran undertegnede, og Marcus Hansson kunne for 3. dag i træk indtage 2. pladsen i IMEP konkurrencen.

På H21B var der igen nyt, og nu var det den nye mand Lars Munk, der havde rykket sig. Efter flere sidste pladser var han nu på en utrolig flot 2. plads bagved Jacob Furu. Jonas Wihan (civilist) på 13 år måtte igen indtage 3. pladsen, men godt løbet mod de stærke udrykningsfolk.

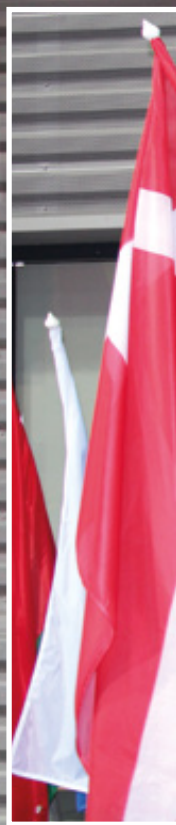
Danskerne havde desværre ikke indtaget andre 1. plads i IMEP, hvor det var Tyskland og Sverige, der lå på flere 1. pladser.

Afslutningen og præmieoverrækkelsen var ligeledes sat til at foregå i Landal Feriecenter, og præmierne blev fordelt efter alle kunstens regler. Slutteligt blev Rigspolitechefens ærespræmie uddelt til den danske politikvinde og -mand, der havde udmærket sig ved DPM. Æren tilfaldt Ole Andersen med sine 3 fornemme 1. pladser og til Camilla Nielsen, der trods sekundære placeringer i IMEP konkurrencen, var meget stabil og uden tvivl bedste danske kvinde. Det skal nævnes, at svenske Pernilla Nilsson er utroligt stærkt løbende og blandt de stærkeste svenske løbere.

Efter endt præmieoverrækkelse var det blot at sige farvel og på gensyn i Sheffield i 2021.

Tak for et godt gennemført arrangement.

Morten forsøger at lære Mathis at stå med fanen



Europæiske politimesterskaber i **JUDO**



Så lærte Mathis at holde fanen. Ved siden af Christina, Mikkel og Andreas under USPE-flaget



Andreas Vaaben går med fanen - bag ham går Mikkel Kasper og sidste mand er Mathis Damgaard

Af Mathis Damgaard, Vestegnens PI
Fotos Christina Andersen, Fyns Politi Idrætsforening

Se resultater
og billeder på
www.politisport.dk

INDLEDNING

Som dreng har mine to største drømme altid været, at jeg en dag skulle blive politibetjent, og hvis det ikke lykkedes, så ville jeg være professionel sportsudøver, så jeg en dag ville kunne repræsentere Danmark til et EM, VM eller OL. Så da jeg blev spurgt af politilandstræneren, om jeg ville repræsentere dansk politi til polit EM i judo, så var svaret meget let. Det var den perfekte kombination af mine to drengedrømme, både at skulle deltage ved et EM og så skulle repræsentere dansk politi. Det var en kæmpe ære for os alle tre, at få lov til at kæmpe for dansk politi, og få lov til at vise dansk politi frem for de andre europæiske nationer. Især i judo, da judo ikke kun handler om den sportslige præstation, men i høj grad også handler om den måde man er på, og om man er værdig til at kunne kalde sig Judoka (judokæmper).

TURNERINGENS GANG

EPM i Politi Judo 2019 blev afholdt i Ungarn, hvor værterne havde sørget for fantastiske forhold til både atleter, trænere og de delegerede.

Danmark var repræsenteret ved delegeret, Christina Andersen, Fyn PI, træner Morten Bollesen, PI Nordsjælland, og kæmperne Andreas Vaaben Pedersen, PI Nordsjælland - 81 kg, Mikkel Kasper, PI Nordsjælland - 90 kg, og Mathis Damgaard, Vestegnens PI plus 100 kg.

Under åbningsceremonien skulle hvert land stille med en mand i landets uniform. For Danmark ville Andreas Pedersen meget gerne have den ære, (yngste kollega), at skulle fremvise Danmarks uniformen, så han blev "udnævnt" til fanebærer til åbningsceremonien.

Andreas Pedersen var den første, som skulle i kamp. Andreas blev indvejet aftenen før, hvor han blev vejet ind til 80,8 kg. Andreas første kamp gik desværre ikke som håbet. Andreas mødte en stærk modstander, som dominerede meget i grebskampen, hvilket gjorde det næsten umuligt for Andreas at lave sit judo. Dette gjorde, at Andreas desværre røg ud i hans første kamp på et flot kast af hans modstander.

Efter Andreas kamp, havde Danmark ikke flere kampe den dag. Resten af dagen blev brugt i hallen, hvor der blev kigget på noget rigtig flot judo fra nogle rigtig gode kæmpere. Det skal nævnes, at kæmperne fra Tyskland, Frankrig, Rusland og Hviderusland stort set lever af at træne judo, og flere af dem vi talte med, havde aldrig kørt i en patruljevogn. Mange af dem er også med på deres landes civile landshold.

Om lørdagen var Mikkel Kasper den første, som skulle i kamp. Mikkel var dagen inden vejet ind til 89,1 kg, så han havde også klaret sin vægt grænse. Mikkel er lige som Andreas gammel A landsholdskæmper, men han har de sidste par år fokuseret mere på sin MMA træning, hvor der ikke bliver kæmpet i gi, som der bliver i judo. Mikkel kæmpede en rigtig god første kamp, men måtte desværre se sig slået af en dygtig og rutineret modstander. Mikkel fik brugt for meget energi på at finde sit greb, hvilket gjorde, at hans modstander havde mere overskud end ham, da de endte i gulv kamp. Mikkel tabte på holdegreb efter, at hans modstander havde kørt ham træet i gulvet.

Danmarks sidste kæmper var Mathis Damgaard, som dagen forinden var blevet vejet ind til 119 kg. Han skulle bare veje over 100 kg! Mathis nåede desværre heller ikke så langt som man

Den rumænske kæmper på 160 kilo i blå gi, måtte gå ud efter 20 sekunder med en skade



Mikkel i kamp



Mathis kæmper mod en fra Tjekkiet



kunne have håbet. Mathis røg desværre ud i sin anden kamp, hvor han efter at være blevet kastet i en drop seo nage fik revet sin lillefinger af led. Mathis fik sat sin lille finger på plads, og fik af vide af landstræneren, Morten, at hvis han fik ordentligt fat i sit greb, så kunne han stadigvæk nå at vende kampen. Resten af kampen blev kæmpet under høj intensitet af begge kæmpere, men da Mathis var bagud på point fra det første kast, blev hans judo til sidst for satset, og han blev kastet for anden gang af modstanderen, og tabte derfor kampen. Efter kampen konstaterede turneringens læge, at Mathis finger også var brækket og ikke kun revet ud af led.

Som noget nyt, blev der kæmpet en holdturnering den sidste dag, og her støttede vi tyskerne og englænderne, så vi havde stadigvæk nogle at holde med.

VENSKABSaften

Søndag aften var venskabsaften, hvor der var var festbanket.

Selvom Danmark ikke havde vundet nogle medaljer, så var kæmperne fra de andre nationer imponeret over den danske mentalitet, og den måde vi opførte os på over for de andre atleter.

Dette resulterede i, at både den engelske, islandske og tyske lejre meget gerne ville have besøg af de danske kæmpere til nogle samtræninger. Den russiske og den franske landstræner var også meget imponeret over, hvordan danskerne havde kæmpet, og hvordan deres opførsel havde været igennem hele turneringen. De to trænere var især imponeret over Danmarks kæmper i plus 100 kg. da hans ydmyghed og venlighed var, som den skal være hos en ægte Judoka (judo kæmper).

Venskabsaftenen blev fra Danmarks vedkommende sluttet af i englændernes selskab, hvor der blev dannet nogle gode venskaber med nogle rigtig fine engelske kollegaer, som alle var meget opsatte på, at skulle møde det danske hold igen.

Æresnåle uddelt



Jesper Schulz modtager Bettina Romers æresnål af Dansk Politidrætsforbunds formand Knud Stadsgaard

I Politidræt nr. 3 bragte vi en artikel fra Repræsentantskabsmødet i april 2019, hvor der blev uddelt hædersbevisninger. Desværre havde vi på daværende tidspunkt ikke fået uddelt alle hædersbevisningerne. Alle modtagere af hædersbevisningerne blev omtalt i Politidræt nr. 3, men det er nok på sin plads at nævne, at nu har alle modtaget deres hædersbevisning.

Bettina Romer er ikke mere. Ved Dansk Politidrætsforbunds hovedbestyrelsesmøde i december 2018 var der enighed om, at Bettinas eftermæle skulle hædres og derfor var det oplagt at posthumt tildele hende Dansk Politidrætsforbunds æresnål. Jesper Schultz, Bettinas enkemand, var derfor inviteret til at komme på besøg i Albertslund, for at modtage Bettinas æresnål. Jesper Schultz blev modtaget af Dansk Politidrætsforbunds formand Knud Stadsgaard og Dansk Politidrætsforbunds kasserer Ole Kjær Jacobsen, som overrakte Jesper nålen.



Dansk Politidrætsforbunds formand Knud Stadsgaard ønsker tillykke til Peder Lundgaard

For nylig kom Peder Lundgaard, tidligere kasserer i Dansk Politidrætsforbund, forbi formand for Dansk Politidrætsforbund Knud Stadsgaards kontor hos Vestegnens Politi, hvor Knud Stadsgaard og Dansk Politidrætsforbunds kasserer Ole Kjær Jacobsen overrakte Peder Lundgaard æresnålen.

Efterfølgende besøgte Ole Kjær Jacobsen og Peder Lundgaard den tidligere formand for Dansk Politidrætsforbund Kurt Olsen, hvor han i sit hjem fik overrakt æresnålen.

Dansk Politidrætsforbund ønsker tillykke med æresbevisningen til Peder og Kurt.



Nordiske politimesterskaber i

MARATHON 2019

- status

Vi søger stadig potentielle M/K-løbere

Desværre har det finske politiidrætsforbund trukket sig som arrangør af de Nordiske politimesterskaber i maraton, men heldigvis har Dansk Politiidrætsforbunds (DPIF) hovedbestyrelse sagt ja til, at DPIF med kort varsel kan overtage arrangementet.

Og heldigvis lader formand Christina Andersen og de andre frivillige hos Fyns PI sig ikke skræmme af en ekstra udfordring, så de har sagt ja til, at de, som en del af de i forvejen planlagte Danske politimesterskaber maraton, også vil kunne afvikle de Nordiske politimesterskaber i samme stævne.

Vi har været i dialog med løbsdirektør Torben Simonsen, H. C. Andersen Maraton, der uden tøven også sagde ja til, at holde mesterskaberne som et løb i løbet. Stor tak og ros til Torben Simonsen og H. C. Andersen Maraton for deres store støtte til dette arrangement – se i øvrigt annoncen på modsatte side.

Det betyder, at du også kan nå at tilmelde dig de Danske politimesterskaber (se indbydelsen på www.politisport.dk) – også selvom du måske ikke lige har potentialet til at være blandt de allerbedste. Det er jo en kanon mulighed for at komme ud og være med, ud og møde kollegaerne fra nær og fjern og fremfor alt en kæmpe mulighed for masser af motion.

HAR DU POTENTIALT?

Det betyder også, at vi fortsat søger potentielle løbere, der er ansat i politiet og har udleveret enten politiskilt eller politi ID, og som ønsker at komme i betragtning til at være en del af det danske politilandshold i maraton, hvor vi må stille med 6 kvinder og 6 mænd. Herefter indstiller vi i atletikudvalget de bedst kvalificerede løbere til mesterskabet.

TIDSKRAV

Kravene for herrerne på marathon distancen er ca. 2:50:00 eller derunder.
Kravene for kvinderne på marathon distancen er ca. 3:20:00 eller derunder.

Henvendelsen skal være atletikudvalget i hænde senest 20. juli 2019.

Atletikudvalget står til rådighed for besvarelse af spørgsmål, træningsvejledning m.m.

ATLETIKUDVALGET BESTÅR AF

Finn Mortensen, (formand)	Københavns Politi	FM0004@politi.dk
Hans Jørgen Bach	Nordjyllands Politi	HJB002@politi.dk
Morten Spanier Jensen	Københavns Politi	MSJ004@politi.dk

Med sportslig hilsen
Atletikudvalget

I forbindelse med Race Marhal kursus hos Lisbeths Køreskole, Køreteknisk Anlæg i Kolding, tog Jørgen Guldborg, formand for Rigspolitiets Idrætsforening og passioneret cykelrytter, på motorcykelkursus, så han i forbindelse med afvikling af cykelløb, ville kunne køre foran feltet på motorcykel og foretage den nødvendige regulering af færdslen. Læs hans beretning her.



DEJLIGE KURSUSDAGE

KURSUSDAGE



Af Jørgen Guldborg, Rigspolitiets Idrætsforening
Fotos Morten Skovborg Schlebaum, Lisbeths Køreskole Aps
og Niels-Peter Lorentsen

Lovgivningen vedrører lovbekendtgørelse nr. 1324 af 21. november 2018, der omhandler bekendtgørelse om trafikoffici- als, race marshals og visse myndighedspersoners regulering af færdslen...

Det lyder da kedeligt, ikke? Men det er det slet ikke.

Det var lørdag den 5. april 2019, og 20 repræsentanter fra grup- peringerne BMW Marshals, MC Marshals og MC Task Force i Rigspolitiets Idrætsforening mødte forventningsfulde op til det kun andet kursus jf. den nye lovbekendtgørelse, som nu endelig, efter lang tids venten, har formaliseret begrebet Race Marshal.

LISBETHS KØRESKOLE OG KØRETEKNISK ANLÆG I KOLDING

Instruktør Niels Peter Lorentzen assisteret af Niels Koch og Nico- lai Schnoor bød velkommen med dejlig kaffe og brød dertil. Uden mad og drikke arbejder vi gamle motorcyklister nemlig ikke så ef- fektivt.

Niels Peter, der har en lang ledergerning med i bagagen fra Po- litihjemmeværnet startede lørdagen med at indvie os i formålet med den nye uddannelse, hvor det er et krav, at man i forvejen er uddannet og godkendt trafikoffici- al. Formålet med denne nye ud- dannelsen er, at gøre os i stand til at foretage **kørende færdsels- regulering**, et begreb flere stadig forsøger at definere mere klart.

Herefter fulgte et længere teoretisk og obligatorisk pensum jf. Trafikstyrelsen:

Formål og opgaven som Race Marshal; ansvar og kompetence; trafikregulering; forsikrings- og erstatningsregler; adfærd, påklæd- ning og konflikthåndtering; hjemmeværnet og politiet; når ulykken er sket - hvad så?; personlig sikkerhed.

Efter inspirerende undervisning ved Niels Peter Lorentsen med indlagte pauser, tid til at sparke dæk og en rigtig god stemning krydret med drillerier og meget andet, da var lørdagens undervis- ning efter et hektisk program nu ved at være ovre. I vente var så søndagens banekørsel, træning og eksamen, der jo skulle foregå ude i virkeligheden i Kolding efter tilladelse fra Sydøstjyllands Po- liti.

BANEKØRSEL?

Personligt var jeg lidt spændt på søndagens omfattende program med banekørsel, øvelser og eksamen. Selve den praktiske del frygtede jeg ikke, da jeg i alt beskedenhed måske er en af de nu- levende personer, der igennem de seneste 10 år har lavet fleste cykelløb i Danmark. Banekørsel - det havde jeg dog aldrig prøvet før, og så endda på en lejet motorcykel (MC), (en velkørende én af slagsen fra Lisbeths Køreskole), og så tidligt på sæsonen, så hvor- dan skulle det mon ikke gå? Det var trods alt også en obligatorisk del i forhold til at bestå den afsluttende eksamen og erhverve sig kortet som bevis på, at man er uddannet og godkendt som Race Marshal.

KRYBILY KRO I TAULOV

Inden den store eksamen skulle min makker Mikael Jakobsen og jeg lige en tur i Kolding Storcenter for at evaluere lørdagens megen teori, inden der ventede en rigtig god middag på kroen med overskriften dansk, hvor vi fik selskab af to af de garvede MC'er fra MC Task Force, personificeret i Vagn Jensen, (tidligere motorcykelbetjent), og så den ukuelige Søren Tipsmark, (der er forrygende god på en MC). Mikael, ja, han er også tidligere motorcykelbetjent og eminent på en MC. Så jeg var i teknisk forstand i meget flot selskab. Jeg begyndte først at køre MC umiddelbart op til min 50-års fødselsdag på min helt nye MC, som var en realisering af en gammel drøm.

Jeg var måske på papiret ikke den dygtigste MC'er på Krybily Kro denne aften, men jeg fik dog en fin podieplacering i forhold til indtag af god dansk mad indtaget på den så kendte kro. Jeg blev overrasket over mange gæster, suveræn mad og en meget kærlig servering. Jeg kommer gerne igen.

SØNDAG OG EKSAMEN

Niels Peter og Michael Schnoor lagde hårdt ud og satte os på udfordrende baneøvelser i forhold til balance, langsom kørsel, (langt sværere end at køre stærkt), kontrastyring, bremseøvelser, kolonnekørsel og meget andet. Vi modne mænd fik lov at få kørt så intenst, at vi helt glemte tid, sted, pauser og tisse-trangen.

For mig var det en suveræn oplevelse og Niels Peter og Michaels fine instruktion var professionel, velafbalanceret og meget inspirerende. Jeg fandt også ud af, at mine evner til bane-kørsel var langt bedre end frygtet. Jeg vil forsøge at gøre det til en årlig begivenhed med en dag på Køreteknisk Anlæg i Kolding for medlemmerne i MC Task Force i Rigspolitiets Idrætsforening.

EKSAMEN OG KØRSEL I KOLDING

Efter middag søndag stod den så på den uundgåelige eksamen ude i trafikken. Niels Peter & co havde planlagt en meget fin rute i Kolding med forholdsvis mange udfordringer i form af lysreguleringer, chikaner og trafik tæthed. Vi må som MC Marshals ikke køre frem mod rødt, og det skal jeg lige love for, at Niels Peter indskærpede. En enkelt af eleverne kørte frem mod lysegult helt problemfrit, men det gør han bestemt ikke længere, og jo, det er fint, at vi i også en uddannelsessituation må overholde alle regler til punkt og prikke. Det var en spændende og intens eftermiddag, hvor det var nødvendigt med fuld fokus på medtrafikanter, sikkerhed og håndtering af egen MC.

Alle fra Krybily gruppen bestod med topkarakterer og fik udleveret 'kørekort' som MC Marshal i medfør af *'Bekendtgørelse om trafikofficials, race marshals og visse myndighedspersoners regulering af færdslen'*. Anvendelse af trafikofficials og race marshals er defineret således:

§ 1. Ved større sports- kulturarrangementer kan arrangøren, når dette er nødvendigt af hensyn til færdselssikkerheden eller en hensigtsmæssig trafikafvikling, anvende race marshals til kørende færdselsregulering fra en motorcykel.

FORUDGÅENDE TILLADELSE FRA MYNDIGHEDERNE ER PÅKRÆVET

I forhold til at benytte både trafikofficials og race marshals kræves der tilladelse fra politiet. I forhold til eksempelvis cykelløb skal der nogle gange søges i op til flere kommuner samt politiet i den kreds, hvor løbet starter.

Race Marshal begrebet er nyt, men tiltrængt. Jeg tror, at det lige skal have sin tid, inden det bliver udbredt i forhold til kørende regulering. I flere år har MC'er dog med stor succes været med til at højne sikkerheden i danske cykelløb. Det startede faktisk i det daværende Post Danmark Rundt tilbage i O'erne. Jeg tror, at der i det kommende års tid vil ske uddannelse af flere medlemmer fra de omtalte MC gruppering til stor gavn for klubber og kulturelle arrangementer i hele Danmark.

TRAFIKOFFICIALS (STÅENDE) ER UUNDVÆRLIGE, MENS RACE MARSHALS ER MED TIL AT HØJNE SIKKERHEDEN

Race marshals kan/bør/må ikke erstatte de stående trafikofficials, som er helt uundværlige for sikkerheden til arrangementer, hvor der konkurreres på offentlig vej. Cykelløb kan 'sagtens' afholdes uden os på MC, men ikke uden stående trafikofficials. I et samarbejde med stående trafikofficials og race marshals bliver det derimod optimalt, og det ses heldigvis oftere og oftere.

PAS PÅ...

Den nye bekendtgørelse betyder også, at velmenende, men ikke uddannede motorcyklister uden certificering skal holde sig væk fra disse arrangementer. Såfremt uheldet er ude kan følgerne i forhold til forsikring og erstatning blive store for ikke certificerede.

At trafikofficials og race marshals er certificerede er arrangørens ansvar. HUSK det nu!

TAK TIL NIELS PETER LORENTSEN, NIELS KOCH OG MICHAEL SCHNOOR FRA LISBETHS KØRESKOLE

En kæmpe tak til de gæve instruktører for en helt igennem forrygende og god weekend i det jyske med flot forårssolskin, professionel undervisning og mere end godkendt jydte fortæring. Vi kommer gerne igen til bane-kørsel og for at få uddannet mange flere MC Marshals.

MC TASK FORCE I RIGSPOLITIETS IDRÆTSFORENING

MC delen i Rigspolitiets Idrætsforening har eksisteret i 10 år. Vi har mere end 40 arrangementer om året, hvor vi først og fremmest benytter os af de helt uundværlige og stående trafikofficials, men vi supplerer i forhold til sikkerheden med MC'er til de fleste arrangementer. I MC Task Force er vi begunstiget af godkendte instruktører i førstehjælp, så selv om lovgivningen kun kræver ny førstehjælpsuddannelse hvert 5. år, så udbyder vi årligt den uddannelse.



Vi kan ikke få for megen uddannelse i forhold til førstehjælp og brug af hjerte- starter o.a.

INTERESSE BLANDT ALLE ANSATTE I DANSK POLITI?? (UANSET FAGGRUPPE)

Vi vil meget gerne indlemme flere ansatte i politiet i MC Task Force, og så fremt du er interesseret, er du meget velkommen til at kontakte undertegnede og komme med på en prøvetur. Vi sørger for den nødvendige uddannelse, fin uniformering, seminarvirksomhed og dejligt socialt selskab.

Der er ingen bindinger om at køre med til alle arrangementer, man kan nøjes med ganske få, om det er, hvad din tid tillader.

Kontakt: Formand Jørgen Guldborg, Rigspolitiets Idrætsforening.

RUNDTUR I NORDSJÆLLANDS POLITI V/JØRGEN RATH NIELSEN

Vi har senest været på rundvisning på Frederikssund Politigård kombineret med en rundtur på 150 km = 4. etape af Post Nord Danmark Rundt 2019, en fantastisk flot rundtur og natur, der venter det professionelle felt af cykelryttere i august d.å. Arrangementet blev afsluttet med et hyggeligt grillarrangement. Tak for en forrygende dag til Jørgen Rath Nielsen.

Vi påtænker at gentage succesen efter sommerferien.





Her er det Sanne Brøndsted og Birgitte Kruse, begge fra Vestegns PI, der afventer starten til 1. afdeling

Næste store arrangement for MC Task Force bliver **Dansk Militært Idrætsforbund Jubilæums Cup** i Skive den **26. juni 2019**, et arrangement som er skabt i samarbejde mellem Dansk Militært Idrætsforbund og Dansk Politiidrætsforbund og i 2019 med i alt 4 afdelinger

TERMINEN FOR DMI JUBILÆUMS CUP 2019:



02.05: 1. Afdeling

Sjælland

Dansk Politiidrætsforbund

Teknisk arrangør: Rigspolitiets Idrætsforening



26.06: 2. Afdeling

Jylland

Dansk Militært Idrætsforbund

Skive



28.08: 3. Afdeling

Sjælland

Dansk Politiidrætsforbund

Afholdes samtidig med De Danske Politimesterskaber

Teknisk arrangør: Københavns Vestegns Politiidrætsforening



18.09: 4. Afdeling

Jylland

Dansk Militært Idrætsforbund

Afholdes samtidig med De Danske Militærmesterskaber

Haderslev

»

Danske politimesterskaber i bowling

Af Jørgen Pedersen, Dansk Politidrætsforbunds bowlingudvalg
Fotos Lars Jacobsen, PI-København

Tirsdag den 14. maj dannede GrænseBowling i Kruså rammerne om de Danske politimesterskaber i bowling. Med beskedne 24 deltagere fordelt på 18 herrer og 6 damer kan man vist godt konstatere, at opbakningen godt kunne have været bedre, men alligevel blev mesterskabet særdeles spændende med mange overraskelser i løbet af dagen.

Flere mente, at "GrænseBowling" var et særdeles vanskeligt sted at spille, og resultaterne tydede da også på, at det måske var rigtigt. Der var et stort antal "splittere", og kun 7 serier med over 200 væltede kegler af de 158 serier, der blev spillet, hvilket er meget usædvanligt, når man ved, hvad deltagere plejer at kunne præstere.

DAMERNES SPIL

6 damer stillede til start og efter indledende runde, hvor sidste års vinder, Lena Dahl, ikke overraskende var bedste spiller og sammen med Gerda Sønnichsen direkte kvalificeret til semifinalerne, skulle kvartfinalerne afvikles for at afgøre, hvem Lena og Gerda skulle kæmpe imod. Modstanderne blev henholdsvis Helle Bengtsen og Anette Elling, og i semifinalerne blev det Lena og Anette, der sejrede, hvorfor finalen skulle spilles imellem de 2 holdmakere. I finalen kom Lena hurtigt foran og vandt da også sikkert med 141 væltede kegler mod Anettes 106. Så det blev Lena Dahl, ligesom i 2018, der fortjent blev dansk politimester i bowling for kvinder.

Det var yderst beskedne resultater, der blev opnået i slutspilene, og højeste score var Anette Ellings 154, som hun opnåede i semifinalen mod Gerda, som i den tætte kamp fik 152 kegler. Det var i øvrigt også "Kaellingen", der havde damernes højeste score totalt, idet hun under det indledende spil, havde en serie med 206 kegler.

HERRERNES SPIL

I de indledende runder blev der fra flere sider vist flot spil, og vinderen efter de 5 indledende serier blev Peter Christensen med 994 væltede kegler, hvilket giver et gennemsnit på 199 væltede kegler for de 5 serier. Peter havde to serier på 225. Michael Jensen fulgte efter med 848 og et snit på 170 væltede kegler og Kim Christensen lige efter med 833 og et snit på 167 væltede kegler.

I ottendedelsfinalerne kom overraskelserne, idet både Peter og Michael ikke ramte samme høje niveau og derfor blev slået ud af deres modstandere. Der var ikke de store overraskelser i de øvrige kampe.

I kvartfinalerne var der 3 klare sejre, idet Carsten Gydesen vandt over Jan Labuz med 172 mod 124 kegler, Jørgen Lildholdt besejrede Alex Hansen med 176 kegler mod 131 og Torben Breinbjerg udraderede Jørgen Wassmann med 191 - 120. I den sidste kvartfinalekamp var der mere spænding om udfaldet, idet Kim Christensen kun knebent vandt over Lars Jacobsen med 156 kegler mod 148. Semifinalerne bød på klare sejre, idet Carsten vandt over Torben med 225 - 160 og Kim vandt over Jørgen med 201 - 146.

Finalen mellem Carsten og Kim var en meget tæt affære og blev først afgjort i 10. runde. Resultatet blev en sejr til Carsten med 160 væltede kegler mod Kims 151 og dermed blev det stævnets medarrangør, Carsten Gydesen, der blev dette års danske politimester i bowling for herrer.

DOUBLEMESTERSKABERNE

Hos damerne var der ingen tvivl om, hvem der ville blive danske mestre, idet Lena Dahl og Anette Elling væltede 1493 kegler, hvilket var 142 kegler flere en nr. 2, Helle Bengtsen og Kia Barrington, der væltede 1351 kegler til sammen. 3. pladsen gik til Gerda Sønnichsen og Pia Falsig med 1320 væltede kegler. Herrens mesterskab blev vundet lige så suverænt, idet Peter Christensen og Lars Jacobsen væltede 1788 kegler, hvilket var 139 flere væltede kegler end Kim Christensen og Klaus Krogstrups 1649 kegler på 2. pladsen. Bronzemedaljerne gik til stævnearrangørerne, Carsten Gydesen og Jørgen Pedersen med 1554 væltede kegler.

Læs alle resultaterne på www.politispport.dk





Kasper Børjesson, Viborg PI, på vej op ad Det skaldede bjerg

PÅ 2 HJUL I DET JYSKE KLONDYKE

Se resultater
og fotos på
www.politisport.dk



Søren Albertsen, Viborg PI, på vej op ad Det skaldede bjerg

Tekst og fotos Jens Claumarch, næstformand Dansk Politiidrætsforbund

De gamle brunkulslejer i Momhøje – lidt vest for Kibæk, så ved alle hvor vi er, var udgangspunkt for 2. afdeling af Sommer Cup i mountainbike.

I forrygende maj vejr med 20-22 grader og høj sol havde Søren Albertsen fra Midt- & Vestjylland PI strikket en rute sammen på godt 6 km, der førte deltagerne rundt i både de gamle brunkulslejer, flotte grønblå skovsøer og de knolde med bevoksning, der var opstået efter at jord/sandlaget på måske 15-20 meters tykkelse var blevet fjernet for at blotlægge brunkullene.

Historien omkring brunkulsproduktionen starter allerede omkring 1. Verdenskrig, men det er først i forbindelse med 2. verdenskrig og mangel på brændselskilder, at produktionen bliver mere strømlinet.

Under krigen arbejdede flere tusinde mennesker i de forskellige brunkulslejer for at tjene til de daglige fornødenheder. For at skaffe flest mulige hænder i arbejde blev der i 1940 udstedt en bekendtgørelse om, at brunkullene skulle brydes med håndkraft. Industrien blev så stor, at statsbanerne anlagde et spor ud forbi brunkulslejerne, så produktet kunne komme videre ud i landet.



Lasse Buus, Midt- & Vestsjælland angriber opkørslen



Eventyret om det brune guld sluttede endegyldigt i 1970, hvor brunkul var udkonkurreret af kul og delvis fossile brændstoffer.

Pumperne, der havde holdt grundvandet væk, blev stoppet, hvorefter grundvandet stille sivede tilbage og dannede de søer og mergelgrave, der findes mange steder i dag.

DET ER HISTORIE OG NU TILBAGE TIL 2019

Deltagerfeltet var ikke så stort som håbet, men vi er nogenlunde sikre på, at en del kollegaer var blevet berørt af inddragne fridage op til valgene til EU og Folketinget.

Klasse 1 og 2 skulle køre 4 omgange, hvor hver omgang var ca. 6,5 km og med 165 højdemeter pr. omgang. Klasse 3 og 4 slap med 3 runder.

Banelæggerne, der har formet sporet, har virkelig forstået at udnytte de naturlige elementer i det gamle

brunkulsleje. Der var ikke mange steder, hvor der bare kunne tones løs, idet der hele tiden var sving, nedkørsler og flest opkørsler, mente mange bagefter.

Specielt på "det skaldede bjerg", hvor rytterne blev sendt op 3 gange, var den ene opkørsel irriterende stejl med rødde og sten samt løst sand, hvorfor indtil flere måtte klikke ud og lige nappe de sidste par meter i løb.

Søren Albertsen, Midt- & Vestjyllands PI, var så ubeskeden at løbe med sejren i klasse 1, hvor det lykkedes ham at sætte Kasper Børjesson, Viborg PI, af på sidste omgang.

Afslutningen bød på biksemad med spejlæg og kaffe m/studenterkage-mand til dessert.

Herefter var der præmier til de, der var blevet nr. 1, 2 eller 3 i deres klasser og for resten også lodtrækningspræmier til resten.

Jan Juul Nørmark, Horsens PI og Anders Pille, Esbjerg PI kæmper sig op på toppen





Slagelse PI på jagt efter den nye generation af O-lø

Af Peter Wihan, formand Slagelse Politiidrætsforening
Fotos Inge Nielsen



Posterne på plads i landskabet

Da SPI (Slagelse Politiidrætsforening) i 2018, med støtte fra Firmaidrættens idrætspulje, indkøbte et starter sæt til orienteringsløb, var det lidt svært at forudse, hvor meget og hvordan vi skulle bruge dette fremragende materiale. Tanken var, og er stadig, at reducere vores udgifter til afholdelse af orienteringsløb, men



Starten med reklameskilte OO og SPI

også at gøre os mere uafhængige, og måske åbne nogle nye døre til rekruttering af friske folk til vores elskede sport. Siden har udstyret været i brug ved vores traditionsrige stævne Antvorskovløbet, men den 6. maj var det tid til at prøve noget nyt.

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

berere/politifolk



Eleverne klar til start

Undertegnede er så heldig at have en ualmindelig frisk ung mand, som hedder Jonas, i familien, og han elsker sporten. Faktisk så meget, at han var meget interesseret i at vise det til sine klassekammerater, og han ville også gå lidt videre og undervise dem.

SPI kontaktede derfor Odense Orienteringsklub og aftalte et samarbejde, hvor vi stod

for afholdelse af orienteringsløb for 6. årgang på Langeskov skole på Fyn, mod at de lånte os lidt ekstra grej til dagen. Vi ville så til gengæld lave lidt god reklame for dem og for politiet.

Med detaljerne på plads var det egentlig lige til. Undertegnede har gennem 8 år stået for banelægningen til Antvorskovløbet, og jeg fik derfor hurtigt drejet 3 baner, let, mellemsvær og svær, til de 70 løbere. Min søn gik samtidig i gang med at lave et undervisningsoplæg til alle eleverne, og så var det kun vejret der skulle spille 3. violin.

Solen var heldigvis dominerende den 6. maj, og posterne kom ud som planlagt. Natten før var brugt med fintuning af tidstagningssystemet, som egentligt er der, at vi i SPI rigtigt kan rykke os fremad mod mere selvstændighed. Jeg fik heldigvis lært en masse, og alt stod klart, da eleverne troppede op til løbet.

Jonas havde allerede, inden eleverne kom til starten, undervist i kortets lettere udviklede opbygning, men vi var nu ikke nervøse for, at de skulle blive væk, når de var på hjemmebane i områderne omkring deres skole. Klokkeren 10.30 blev de alle sendt af sted på de 3 baner, og knap 45 minutter senere kom de sidste i mål. Det var dejligt opløftende at høre alle de glade og friske børn sige "Hey! Det var da langt sjovere, end jeg havde regnet med". Resultaterne tikkede også fint ind, og kun et enkelt hold havde lavet et fejlklip.

Herfra var det snak og hygge, mens lærerne fik lidt orientering om udstyret og sporten. Samtidig kom mange andre nysgerrige skoleelever fra andre årgange forbi og syntes jo nok, at det var lidt snyd, at politiet kom og holdt undervisning for 6. klasserne. De blev naturligvis henvist til, at vi altid gerne ville hjælpe med flere løb, hvis de kunne få en aftale i hus med deres klasselærere.

Efter nedtagning blev en meget vellykket dag afsluttet med frigivelse af resultater, og SPI kunne sende en venlig tanke til Firmaidrætten for deres bidrag til vores sport.



Fyns Politi Idrætsforening **ydet øko** **Dansk Firmaidrætsforbu**



DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

nomisk tilskud af nd

Tekst og foto Christina Andersen, formand Fyns Politi Idrætsforening



Hos Fyns Politi Idrætsforening fik vi i 2018 brug for at købe et nyt telt til vores "Eventyrløb-arrangement", som er en fast årlig begivenhed i Odense. Vores gamle telt var for stort, og der var meget arbejde og udgifter med at køre frem og tilbage med lejede borde og bænke. Derfor søgte vi Lokalforeningspuljen ved Dansk Firmaidrætsforbund om et beløb til at købe et nyt telt sammen med borde og bænke. Der gik ikke en uge, så var vores ansøgning behandlet, og vi fik pengene ind på vores konto. I år skulle de nyindkøbte varer pakkes ud og gøres klar til Eventyrløb 2019. Med 70 deltagere + familie og venner, som plejer at komme forbi til pølser, popcorn, brunsviger og en øl - ja så glædede vi os meget til at få sat det hele op.



Hvad vi så ikke lige havde forudset på dagen var, at der manglede en stang i kassen. Gode råd var dyre, men der blev fundet en passende kæp i den nærliggende skov, og teltet stod så fint på dagen, hvor vi måtte "huse" alle løbere, familier og venner inde i teltet, da det var regnvejr. Teltet holdt, og alle havde en dejlig dag. Nu skal teltet lige tørre, inden det er klart til næste arrangement.

I foråret fik vi et tilbud fra en fitnessklub på Fyn, om at købe nogle brugte, men servicerede og vir-

kelig gode maskiner til en super god pris. Der var tale om flere løbebånd, cykler og nogle maskiner med kabler til træning af arme og ryg. Vores motionsrum på Odense Politigård kunne ikke have alle disse maskiner, hvorfor vi nu fik mulighed for, at nærpolitiet i Vollsmose og efterforskningsafdelingen i Ringe kunne få sat træningsudstyr ud til dem, ligesom vi tilbød Svendborg PI, at få del af de gode maskiner. Det var et rigtig godt tilbud, men der skulle også betales fragt, så det ville blive en meget stor udgift for Fyns Politi Idrætsforening, som i 2018 havde haft en større udgift på løbebånd. Derfor søgte vi igen Dansk Firmaidrætsforbund om støtte til køb af fitness maskiner. Igen imødekom Dansk Firmaidrætsforbund vores ansøgning, og vi fik mulighed for at købe "nyt" udstyr til vores medlemmer, der træner aktivt i motionsrummene rundt på Fyn.

I vores ansøgninger har vi præciseret, hvad der blev søgt om støtte til, og en beskrivelse af, hvor mange et tilbud vil være til gavn for. Det er nemt at gå ind på hjemmesiden og søge, så vi kan kun opfordre andre politiidrætsforeninger om at søge om støtte, hvis I har et projekt, som kan være svært at finansiere.



PI-Aarhus får **tilskud til**

Af Jan Poulsen, PI-Aarhus, Skytteafdelingen
Fotos Dansk Firmaidrætsforbund



DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

pistol af Dansk Firmaidrætsforbund



PI-Aarhus blev tidligere i år opmærksom på, at der i Dansk Firmaidrætsforbund var mulighed for at søge om tilskud til forskellige aktiviteter igennem lokalfor- eningspuljen.

Da luftpistolskydning er på stærk fremgang, og idrætsforeningens skytteafde- lings luftpistoler er over 20 år gamle, og derfor noget slidte samt ikke helt op- daterede til tidssvarende standard, indgav jeg ansøgning via ansøgningsplatfor- men på Firmaidrættens hjemmeside om tilskud til indkøb af tre nye luftpistoler til erstatning for tre gamle luftpistoler.

Der var desværre lidt knas med at få ansøgningsplatformen til at virke, men til sidst modtog jeg en kvittering for at ansøgningen var modtaget, og så varede det ikke længe, før jeg modtog en e-mail fra Firmaidrætten med meddelelse om, at der var bevilget tilskud til indkøb af en luftpistol.

Vi havde jo håbet på lidt mere, men alligevel meget positivt. Luftpistolen blev straks bestilt hos den lokale våbenhandler (Århus Skytteudstyr).

Straks efter leveringen fik jeg introduceret pistolen til gruppen af medlemmer, som er interesserede i skydning med luftpistol, og det er med stor glæde, at jeg kan konstatere, at den allerede har været brugt flittigt, selv om sommerperio- den traditionelt ikke hører med til sæsonen for skydning med luftpistol.

Jeg er sikker på, at foreningens skytteafdeling nu ikke alene kan fastholde, men også styrke interessen for skydning med luftpistol, som jo godt nok ikke lyder som noget særligt, men jeg kan varmt anbefale alle medlemmer med udleveret tjenestepistol at træne sigte og aftræk med luftpistol, idet denne træning i den grad er velegnet til at optimere håndteringen af netop disse elementer i skyd- ningens kunst.



Idrætsnyheder

PI København

I begyndelsen af april rejste en løbeglad skare bestående af politiets egne, deres partnere og bekendte afsted til Berlin – alle med et startnummer til Berliner Half Marathon 2019.

Ankomsten til Berlin blev om aftenen fejret med en tur på Dunkel Restaurant Nocti Vagus und unsicht-Bar, hvor blinde står for opvarmning og servering, og vi befandt os i totalt mørke. Dunkelrestaurant var på alle måder en anderledes oplevelse, og en "attraktiv" menu er nok lettere overdrevet. Men det var sjovt, anderledes og ikke mindst grænseoverskridende for de fleste.

Lørdag skulle der hentes startnumre ved Flughafen Tempelhof. Alle skulle møde op, da udleveringen kun kunne finde sted ved personligt fremmøde og med id. Vi var jo også i Tyskland, så ordnung muss sein – selvfølgelig.

Da vejret var solrigt og varmt, gik vi turen fra hotellet til Tempelhof – så var opvarmningen til søndagens løb jo også klar. Først an af uenige mobil-gps'er blev det til en skøn tur fra hotellet på Kurfürstendamm til det sydlige Berlin med indlagt kaffepause og frem til expo'en for Berliner Half ved Flughafen Tempelhof.

En lufthavn, som er tæt på Berlins centrum, men som også viste sig at være en smuk tidslomme, der i den grad er et besøg værd uagtet ens formål med en tur til Berlin.

Denne dag var der dog tale om en smuk tidslomme fyldt med tusindvis af de mange løbedeltagere. Der var alt fra salg af løbeudstyr, mad – også currywurst naturligvis, øl, rulleskøjteløb for børn og meget mere. Alle fik deres startnumre, nogle fik den flotte t-shirt, som måske nok var mere feminin end maskulin i farven – og ikke mindst vi mærkede optakten til morgendagens løb.

Lørdag aften var vi på en skøn italiensk restaurant. Her kunne vi i modsætning til fredagens restaurantbesøg se hinanden, og plien var derfor tilbage; ingen gaben uden at holde sig for munden og ingen næsepilleri, og snakken gik lidt mere, da vi også havde kropssproget med igen.

Det blev til lækkert antipasti, pastaretter og pizza. Godt med kulhydrater til de ventende kilometer den næstfølgende dag. Og så var det ellers tidligt i seng.

Søndag var dagen med turens primære formål; Høj sol, skyklar himmel og ca. 20 grader! Sammen med 34.000 andre løbetosser stillede vi op ved start søndag formiddag på Unter den Linden med udsigt til Sieger Søjlen. Foran os lå 21,975 km asfalt, og ruten var én stor fest. Gaderne var fyldt med glade og festlige heppere – både tyskere, danskere og andre natio-

BERLIN HALF MARA

naliteter. Ruten bød på en stor del af Berlins mange seværdigheder, og med live musik, dj's, cheerleaders, bongotrommer og masser af anden underholdning blev løbeturen i sig selv en stor oplevelse for os alle.

Alle 13 fra vores gruppe stillede op, desværre kom kun 12 i mål, da én måtte udgå på grund af en fibersprængning. Vi kom i mål ved Brandenburger Tor, hvor målstregen bød på medaljer og Erdinger. Nogle var gazelle-hurtige, andre nød nok turen lidt mere i moderat motionisttempo. Men i mål kom vi, og løbet blev rundet af og fejret på bedste tyske manér og sidenhen kaffe og masser af kage.

Søndag aften blev hele turen rundet af med vaskeægte spansk tapas i hjertet af Berlin efterfulgt af hygge i hotelbaren.

Så med trætte ben og og en fantastisk tur i bagagen rejste vi retur til København mandag morgen.

Hverdagen har nu meldt sig igen, løbeskoene har haft en velfortjent pause, men er nu tilbage på asfalten igen. Vi ses derude!

Tak til PI's Venner København for støtte til vores tur, som på alle måder var en super oplevelse! Hilsen Berliner Half truppen 2019.



NORDIC RACE

- NOGET AF EN UDFORDRING



Af Johanne Nørager Appelsø, PI-København • Fotos Mette Appelsø

Siden jeg var helt lille, har jeg altid været meget aktiv, og stort set altid dyrket motion i en eller anden grad. I bund og grund er dette nok også en af de største grunde til, at jeg i november 2018 søgte ind på Politiskolen. Jeg kan ikke forestille mig noget bedre og sjovere job, hvor man har en alsidig hverdag, aldrig nogensinde ved, hvad ens arbejdsdag bringer og samtidig får lov til at være utrolig aktiv.

Jeg har altid haft en god grundform, eftersom jeg er tidligere elitesvømmer, men i forbindelse med optagelsesprøven på Politiskolen, skulle der alligevel fokuseret træning til, således man kunne bestå de fysiske krav. For nogle er det styrkedelen, der skal arbejdes på,

men for andre er det måske teknikken. Det er bare vigtigt for mig at sige, at man kommer ikke sovende ind til det her. Man bliver testet i hoved og røv, både fysisk og mentalt.

Motion er et frirum for mig, og hvis jeg har haft en dårlig dag, hjælper en tur i træningscenteret, en svømmetur eller bare en gåtur altid på humøret. Det sammenhold, der opstår, når man dyrker sport sammen, er helt fantastisk, hvilket jeg også fik lov at opleve, da jeg for lidt over et år siden besluttede mig for, at nu skulle jeg prøve noget helt andet motionsmæssigt – og det blev så mit møde med OCR-løb og i dette tilfælde Nordic Race.





For dem, der ikke ved det, er Nordic Race et 5-km løb, som består af ca. 32 forhindringer. Hvis du tænker "Nej tak du" var det præcis de samme tanker, som jeg sad med for lidt over et år siden. Men men men, frygt ikke! Hvis ens tanke er, at man hader at løbe, så er der så mange forhindringer, at man næsten ikke lægger mærker til, at man løber. Er ens tanker derimod, at man ikke kan komme igennem de forskellige forhindringer, så kan man tilmelde sig på hold, og derved hjælpe hinanden igennem forhindringerne på den måde. Derudover er de andre deltagere så gode og søde til at hjælpe en over forhindringerne, hvis man står som den sidste person på et hold, og fx ikke kan komme op over en mur. Her er vi lidt tilbage til det sammenhold, jeg snakker om, når man laver noget sammen. Folk ønsker at hjælpe og få alle deltagerne igennem Nordic Race.

Hvis man ikke er en del af eliten til Nordic Race, vil jeg næsten vove at påstå, at man ikke kommer igennem Nordic Race uden en hjælpende hånd. Man har forskellige svagheder og styrker, og derfor er det så fedt, at være på et hold, hvor man kan hjælpe hinanden. Personligt er det sværeste for mig, når jeg skal bære mig selv og svinge mig selv fra punkt til punkt, som om jeg er Tarzan. Der plejer jeg at få en hjælpende hånd.

Alle 3 gange, jeg har deltaget i Nordic Race, har jeg løbet på hold med 4 personer, Luna, Cecilie og Katja, som ses på billederne. Katja, som også netop er startet på Politiskolen, og jeg, har valgt at udfordre os yderligere og tager til Nordic Race i Hasle Bakker i Århus den 22. juni.

Et par uger efter vores start på skolen var Politiets Idrætsforening København ude på skolen for at fortælle om de forskellige fordele, der er ved at melde sig ind i foreningen. Der er 15 idrætsafdelinger, man kan gøre brug af, som både kan hjælpe dig under uddannelse, men også bare hvis du gerne vil have et frirum, hvor du kan hygge dig med andre og udfordre dig selv. Derudover er det gratis for studerende, og derfor er det i min optik dumt, hvis man ikke melder sig ind.

En bonus, som Katja og jeg gør brug af, er, at Politiets Idrætsforening København yder økonomisk tilskud til forskellige idrætsaktiviteter herunder Nordic Race. Og dette kan vi selvfølgelig ikke få armene ned over, når man er på SU og gerne vil deltage i sjove aktiviteter.

Derudover yder de tilskud til DHL-stafetten i Fælledparken, hvilket en del fra min klasse har valgt at deltage i.

Det eneste, det kræver at få disse tilbud, er, at man skal melde sig ind i Politiets Idrætsforening København. Det er som nævnt gratis for studerende.

Hvis du vil vide mere om de forskellige idrætsafdelinger og tilbud, samt synes om sport, at udfordre dig selv og sammenhold er fedt, så gå ind på hjemmesiden www.politiidraet.dk, og se om der er noget for dig. Hvilket der helt sikkert er.



Badmintonafdelingen gør status

Af Karina Husted, PI København • Fotos Katja Andrea, PI København

Med Klubmesterskabet afholdt er badmintonsæsonen 18/19 nu officielt rundet af! I år sendte bestyrelsen live fra PI Facebook gruppen ugen forinden klubmesterskabet. Med gallakjole og butterfly blev der trukket lod om, hvem der skulle spille sammen til årets klubmesterskab d. 11 maj.

Da dagen oprandt skinnede solen fra en skyfri himmel, og der var derfor tale om en særdeles varm ja nærmest fugtig omgang, da klubmesterskaberne blev afholdt i Katrinedalshallen. Det skulle dog ikke afholde os fra at spille, og mange af klubbens spillere stillede op i alle tre kategorier. Da hallen ekstraordinært måtte holde lukket onsdagen forinden, var vi nødsaget til at spille alle kampene på dagen.

Heldigvis styrede Mads Sumborg den tætpakkede turneringsplan med præcision, og vi nåede alle kampe inden for tidsrammen. Fra 14.00 til 18.30

blev der derfor spillet 26 kampe med stor iver og kampgejst! I herresingle kunne Thomas Overgaard i år tage den første klubmesterskabs titel i en tæt finale mod Jimmi Jensen. På damesiden slog vores nye spiller Elisabeth Husted den tidligere stormester i damesingle Katja Andrea. Med singlerne velafviklet var det tid til doublerne. Her løb Filip Lindvall og Ken Jensen med sejren i herredouble over David Hansen og Thomas Overgaard. I damedouble kunne Elisabeth Husted tage endnu en klubmestertitel sammen med Mette Kloster, og Mette Hansen og Karina Husted fik en flot 2. plads. Sidst, men ikke mindst løber Nikolaj og Mette Kloster med klubmestertitlen i mixdouble i en lang og tæt finalekamp mod Thomas Overgaard og Elisabeth Husted.

Således blev klubmesterskabet afsluttet. Traditionen tro sluttede vi dagen med en lækker middag og en tur på dansegulvet.



Bowlingsæsonen afslutt

Tekst og fotos Lars Jacobsen, PI-København

Foråret har bragt meget metal og få skuffelser til Bowlingklubben.

I april måned meddelte Ulla Lund Nielsen, at hun grundet helbredet ikke længere kunne fortsætte som aktiv bowler, og at bowlingkuglerne var lagt længere væk end på den hylde, hvor de kunne findes frem igen.

Det er selvfølgelig en beslutning, som vi ved, har været svær for Ulla, der har været medstifter af Politiets Bowlingklub, og gennem alle 36 år har været med til at præge toppen blandt spillerne i klubben, og ikke mindst har hun i en lang årrække været med i bestyrelsen.

I hvert fald skal der lyde en stor tak til Ulla for alle de år, hun har været en del af os, og vi ønsker hende alt det bedste, nu hvor andre slås om pokalerne.

Overskriften viser alt - det har været en god forårssæson.

Allerede i februar blev der afholdt Øst-mesterskab i MIX, og med en flot bronzemedalje til Camilla Poulsen og hendes makker David Cronqvist. I april var Camilla Poulsen igen med ved oldies mesterskaber Øst, hvor hun sammen med Karin Winsløv vandt guld i par, mens Karin vandt individuelt guld og henviste Camilla til 2. pladsen og sølv.

STATIONSTURNEREN IGEN FOR 24. GANG

Vi er lidt stolte over, at denne turnering fortsat har mulighed for at være eksisterende. Antallet af hold er svindende, men når der endnu er hold, der vil være med, så vil bowlingklubben også gerne være med, så vi kan udbrede kendskabet til vores gode sociale sport.

I dette års udgave blev der selvfølgelig også vindere.

Stationsmestre blev Station Bellahøj tæt forfulgt af Luft-havnen og Pensionisterne.

A – rækken blev vundet af Nærpolitiet fra Frederiksberg.

Individuelt blev vinderne: Damer – Lena Dahl, og herrer – Lars Jacobsen

TURNEREN

Bowlingklubbens deltagelse i Danmarks Bowlingforbunds turnering, (hovedturneringen for bowlerne), blev en succes på mange områder og en enkelt skuffelse.

Guld – Guld – Sølv - Bronze. To x 4. pladser og en enkelt 7. plads blev resultatet af de syv deltagende hold i turneringen.

Skuffelsen var så afgjort, at vores 1. damehold igen skulle tage elevatoren ned til lavere etage, efter at resultaterne ikke helt flaskede sig, og tydeligvis har pigerne det bedst i egen hal.

Glædeligt var det imidlertid, at damernes 2. hold leverede varen og sluttede på en meget overraskende flot 4. plads i 1. division.

Herrernes 1. hold var også på lidt af en opgave og fik vel næppe den bedste start, men med meget flot spil i afslutningsfasen, blev det til en flot 4. plads i 2. division.

Herrernes 2. hold i 3. division og herrernes 3. hold i 4. division vandt begge guld i deres rækker med oprykning til følge. Meget flotte og stabile sæsoner for disse hold.

Herrernes 4. hold, (3-mands hold), fik en flot bronzemedalje i deres række, og sidst, men ikke mindst, vandt MIX holdet (3 spillere), en meget flot sølvmedalje.

Danske Politi Mesterskaber blev igen i år afholdt af Politiets Idrætsforening Padborg – stævnet foregik i Kruså Bowlingcenter.

Arrangørerne havde lavet et flot stævne med noget svære baneforhold, men alligevel blev der væltet lidt kegler, og PI - København kunne igen trække sig tilbage med 3 ud af 4 politimesterskaber.

Dansk politimester hos kvinderne blev Lena Dahl, PI - København med en finalesejr over Anette Elling, PI - København.

Dansk politimester hos herrerne blev Carsten Gydesen, PI - Padborg med en sejr over Kim Christensen, PI - København.

Danske politimestre par blev vundet af Peter Ingolf Christensen og Lars Jacobsen, PI - København

Danske politimestre par blev Lena Dahl og Anette Elling, PI - København.



et med gode resultater



Ulla Lund Nielsen



Karin Winsløv og Camilla Poulsen



Anette Elling og Lena Dahl vinder guld til DPM



Herre 2 vinder guld



Klubmester i Bowlingklubben, Camille Poulsen, sammen med Camilla Rasmussen



Vinder af herre double til DPM – Peter I. Christensen samt Lars Jacobsen



KLUBMESTERSKAB: POLITIETS BOWLINGKLUB

Mesterskabet afholdtes tirsdag den 21. maj. Afviklingen af mesterskabet har taget en ny positiv drejning.

Klubmesterskaberne har tidligere været på en lørdag med efterfølgende fest, nu afvikles de på en træningsaften med lidt udvidelse af tid, og igen i år var dette en succes. Deltagerantallet var på 33 fordelt med 17 herre- og 16 damespillere.

Lad det være sagt med det samme, spændingen var helt i top. Mesterskabet spilles ved, at der spilles 3 serier indledende, og de 8 bedste spillere går videre til kvartfinalerne, hvor nr. 1 møder nr. 8, og vinderen går videre. Blandt de 4 vindere, spiller nr. 1 mod nr. 4, og de 2 vindere mødes i en finale. Denne knockout fase er med 1 serie, så der er ingen sovepude at hvile på, vær skarp, eller du er ude.

Dette gav nogle spændende kampe.

Herrerne først. Fra nr. 1 til nr. 8 var der ca. 50 keglers forskel, men de nederste 6 spillere var inden for 10 kegler.

Mads "Frø" Petersen førte spillet efter indledende, og han ville det også til sidst, og i finalen måtte Jacques Odér se sig besejret.

Damerne var lidt anderledes, - her blev der leveret på meget højt niveau og for at komme med til finalespillet, skulle der være et resultat på mindst 600 (200 kegler pr. serie).

Mange spændende kampe, hvor den førende efter indledende måtte forlade i kvartfinalen.

Frem til finalen blev der igen vist storspil, og deltagerne om pokalen blev Camilla Rasmussen mod Camilla Poulsen.

Begge levede op til det bedste, og da finaleserien var slut, havde begge spillere væltet 214 kegler. Dette udløste, at der skulle spilles yderligere 1 rude, og her lavede begge 1 strike, næste rude 1 strike, og i 3 rude lavede Rasmussen en 7 i 1. slag og samlet 27 kegler i omspillet. Nu skulle Camilla Poulsen lave mindst 7 kegler for at vinde, men hun kunne heller ikke lave en strike, men der blev væltet 9 kegler i det afgørende slag og samlet 29 kegler, så en samlet mester blev Camille Poulsen og stort tillykke med det.

Mesterskabsspillet har vist mig, at det er en god måde at afvikle mesterskabet på. Der skal være fokus hele vejen, og de meget tætte kampe giver et højt spændingsniveau, og er godt for tilskuerne at overvære. Så igen tak for et spændende mesterskabsspil.

En god sæson er ved vejs ende, og nu kører vi gennem sommeren og får masser af D-vitaminer og opladt batterierne, til vi mødes igen som altid 2. tirsdag i august.

Tak til alle bestyrelse, udvalg og spillere.



PI Piger



PI Puslinge Syd



Opvisningsholdet



PI All Stars



Faneindmarch og PI Retro



Gymnastikafdelingen sluttede sæsonen af med et brag af en opvisning

Foreningens mange dygtige gymnastik- og dansehold sørgede for en flot sæsonafslutning ved den årlige PI Opvisning

Af Elisabeth Arnsdorf Haslund, bestyrelsen PI-Gymnastik
Fotos Martin Frydenlund

Lørdag 4. maj 2019. DGI-Byen i København. Kort efter frokost.

Umiddelbart synes et rent kaos at have overtaget. Der er et menneskemylder uden lige. Forældre og børn suser rundt for at finde et ledigt sted at sidde, mens gymnaster i flok slæber redskaber mellem hallerne. I adskillige hjørner og kroge bliver hold samlet for at teste opstillinger og få tilrettet de sidste bevægelser. Gymnaster og dansere farer ind og ud af omklædningsrummene – der skal skiftes tøj, sættes hår, gøres klar.

Men så slår klokken 13. PI Gymnastiks formand Rasmus Agerskov Schultz griber mikrofonen og byder velkommen – og så er der ro på. Årets PI Opvisning er skudt i gang, og mens første hold, PI Retro, indtager gulvet til taktfaste rytmer, bliver fanen båret ind, og det veloplagte publikum, der har fyldt den store hal til bristepunktet, rejser sig i respekt for Dannebrog.

Endnu en gang afholder PI-Københavns gymnastikafdeling sin årlige forårsopvisning og sæsonafslutning. Her samles foreningens hold – i denne sæson hele ti af slagsen – og ind-

tager på skift opvisningsgulvet for at vise, hvad de kan. Også i år er der tale om tre timer med masser af spændstig gymnastik og spring, kreativ dans, fede bevægelser, god energi og toptunede gymnaster.

Lige fra de dygtige udtagede gymnastik- og dansehold, der imponerer med deres bevægelser, udtryk og præcision, til foreningens yngste medlemmer, PI Puslingene, der fluks stjæler opmærksomhed og publikums hjerter, da de indtager opvisningsgulvet.

Stemningen er helt i top, og publikum sørger for at give alle hold en ordentlig opbakning med masser af hujen og klapsalver, så det traditionen tro år bliver en PI Opvisning i den helt rigtige ånd.

Og den gode stemning fortsatte resten af aftenen og natten til PI-Festen, der som sædvanligt bød på et propfyldt danse-gulv og fest til ud på de små timer.

Tak for en god sæson til alle gymnaster, dansere og instruktører.

Enkelte af PI-Gymnastiks hold har fortsat sæsonen efter PI-Opvisningen med yderligere opvisninger/stævner rundt omkring i Danmark. Læs mere i næste blad.

Informationer om næste sæson i PI-Gymnastik – om hold, instruktører og træningstider – bliver lagt ud på foreningens hjemmeside www.pigymnastik.dk og på Facebook (www.facebook.com/pigymnastik) henover sommeren.



Stefan Graversen



Puslinge Nord



Stefan Graversen



Puslinge Nord



Puslinge tumler og **udfordres** med masser af redskaber

Af Esben Sand Lysemose, instruktør på PI Pusling Nord
Fotos Stefan Graversen & Jesper Kirial

Gymnastikafdelingen i PI-København havde i den netop afsluttede sæson et ekstra tilbud til børnefamilierne, da der i år blev oprettet hele to puslingehold – for de yngste medlemmer. Her indtryk fra Pusling Nord, der er for børn i alderen ca. 1-3 år og deres forældre:

Vi er et hold, der elsker at tonse, tumle, hygge og lege, og målet for hver træning er for alle at vinde titlen som "Årets største legebarn".

Vi mødes alle med et smil hver søndag kl. 9 på Utterslev Skole i det københavnske nordvest-kvarter. Træningen starter altid i en rundkreds, hvor vi med legen "Rumpegang" får rystet os i gang og sagt hej til hinanden. Så findes faldskærm og ærteposer frem, og sjov musik fra anlægget spiller op til forskellige sjove lege.

Men børnene ved godt hvad de er kommet for, og som til juleaften kan de næsten ikke vente til, at døren bliver åbnet op ind til gaverne. I dette tilfælde er gaverne dog alle de sjove, vilde og udfordrende redskabsopstillinger, der er sat op i den anden ende af hallen.

På airtrack-måtten bliver der lavet kolbøtter, og der bliver hoppet ned fra høje balancebomme.

Som med ethvert andet gymnastikhold fortsætter hyggen i omklædningsrummet. Madpakken er pakket hjemmefra, og på bænken får børnene stillet sulten, og forældrene kan tage en hyggelig snak.

PI Puslinge Nord siger tusind tak for en super hyggelig sæson og vi glæder os til at give den gas igen i næste sæson, der begynder til september.

Læs mere på PI Gymnastiks hjemmeside www.pigymnastik.dk og facebook [PI Gymnastik](https://www.facebook.com/PI-Gymnastik), hvor der henover sommeren informeres om sæsonstart og træningstider.



FLERE burde løbe orienteringsløb



Af Peter Sørensen, PI-København

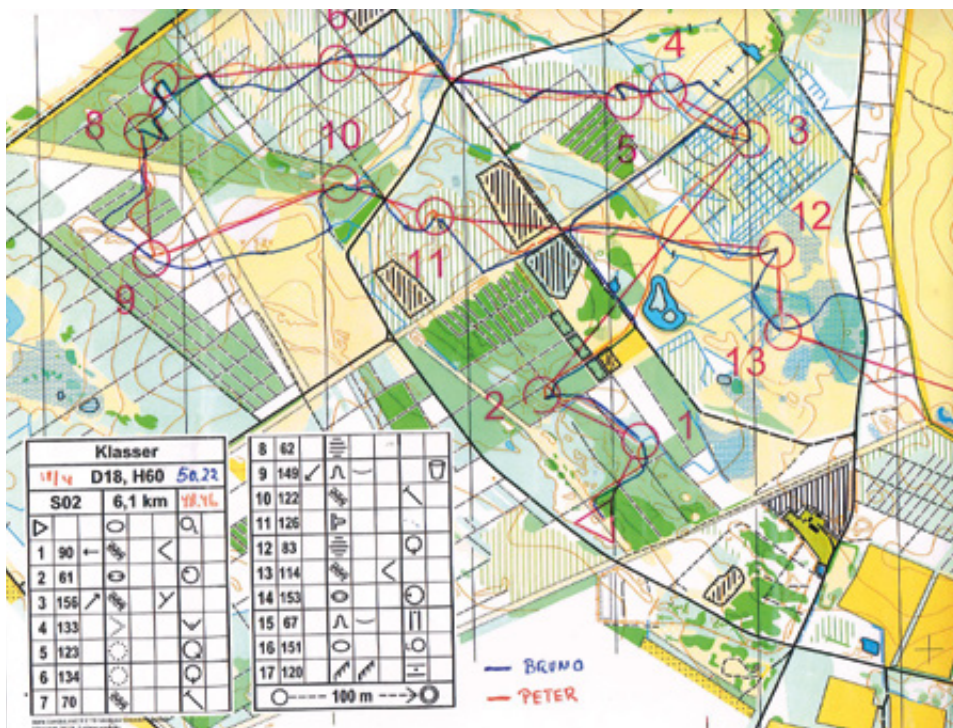
Fotos Peter Sørensen og Egon Sloth, PI-København, samt Herning Orienteringsklub og Vestjysk Orienteringsklub, som har leveret o-løbskortet

Påskeløb 2019 blev i år afholdt af Herning Orienteringsklub og Vestjysk Orienteringsklub, og de havde henlagt de 3 løbsdage til et af Danmarks største skovområde beliggende ved Ulfborg i Vestjylland.

Siden jeg i 1985 for første gang var med PI-København til Påskeløb på Fanø, har jeg været begejstret for disse flerdagsstævner. Dengang deltog Frank Søndergaard, Flemming Christensen, Thorry Pedersen, Anni Jensen, Else Sørensen (min hustru), Erik Skriver, Søren Klingenberg, Torkil Hansen, Torben Olesen, Leif Høeg Nissen, Merete Gram, Brian Frendrup og Kate Møller, og mange af dem ser jeg stadig med mellemrum til orienteringsløb her 34 år efter. Disse stævner betyder fælles oplevelser i sport, hvor alle kan være med, uanset om man er ung, ældre, veltrænet eller bare har lyst til at løbe en tur, ja man kan faktisk også bare gå turen. I år var 10 politifolk med. Familien Stub, Familien Krach, Familien Lindholm, Andreas Olesen samt Else og jeg.

Men der var mange gengangere fra tidligere års Påskeløb. Søren Klingenberg deltog med hele familien, denne gang repræsenterende Faaborg OK. Peter Wihan med hele familien, der var mange nuværende og forhenværende politier fra hele landet. Trekløveret fra Ålborg PI, Egon Sloth, Gorm Jespersen og Hans Pedersen fejrede i år jubilæum, idet de har deltaget i 30 år i træk. Hvert år har de 3 familier lejet et sommerhus og nydt påsken og løbene sammen.

Når jeg i min overskrift siger, at flere burde løbe orienteringsløb, så skyldes det, at mange politifolk i de yngre år dyrker meget idræt, som imidlertid ebber ud, når man bliver lidt ældre. Man ønsker måske at bruge noget mere tid sammen med familien. Det betyder, at mange opgiver deres sportsgren omkring 30 års alderen. De burde i stedet sammen med familien kaste sig over orienteringsløb-sporten. Påskeløbet tilbyder 32 forskellige klasser både på damesiden og på herresiden. Baner der spænder fra begynderbane, let bane til mellemsvær bane og svær bane.



ske løbebrik var i stykker, og den registrerede ikke mine klip ved posterne. Jeg havde selv en løbstid på 48.46 for de 6,1 km. Imidlertid fik jeg efter et eller andet sindrigt system tildelt tiden 51.00. Bruno løb i tiden 50.22, så jeg tillader mig at påstå, at jeg slog ham på denne etape.

Pl'erne placerede sig generelt midt i resultatlisten, men Mette Stub blev nr. 2 i D21AK, Elin Kracht blev nr. 5 i D 45, Andreas Olesen blev nr. 5 i H21 AK. Filip Stark vandt alle 3 dage i åben 5, mens Bo Lindholms datter Anna Lindholm deltog for første gang i åben 6 på 3 etape med en 14. plads.

Afslutningsvis kan jeg lige nævne, at jeg efter en del år traf Palle Wind fra Kolding OK ved stævnet. Han var tilbage i 80-erne formand for PI's orienteringsafdeling, et job som jeg overtog efter ham. Jo man møder mange gode bekendtskaber gennem o-sporten.

Alle kan være med. 1.950 deltagere ved årets Påskeløb kan ikke tage fejl. Det er bare med at tage sig sammen og prøve at komme ud og løbe. Der er altid en klub lige nærheden, hvor du bor, og man kan altid blive medlem af PI-København, vi tager gerne imod og hjælper på vej til skoven.

Ved dette års påskeløb havde jeg meldt mig til i H 60, således kunne jeg løbe samme bane som Bruno. Det er den næste vigtige ting ved at løbe orienteringsløb - at kunne drøfte, hvordan man har løbet sin bane, hvor kunne man have gjort det bedre, hvor havde man valgt et bedre delstræk end sine konkurrenter.

Med tilladelse fra arrangørerne bringer jeg et udsnit af løbskortet fra 1 etape i Nr. Vorsborg Hede, hvor mit og Brunos vejvalg er indtegnet. Jeg havde et ganske fint løb på den ikke specielt svære bane, og bommede en lille smule på post 7. Desværre måtte jeg lide den tort, at min elektroni-

På gensyn i Skoven





MAGASINPOST **SMP**
ID-NR. 42554

*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*