

POLITIIDRÆT

Dansk Politiidrætsforbund nr. 4 • 2021



KVINDELIGE POLITIFOLK TRÆNER MOD OL I TOKYO

UNGE LØFTER JERN MED POLITIET

CORONARUN I DANMARK, FÆRØERNE OG GRØNLAND

ISSN

Trykt udgave: 0906-9151

Online udgave: 2446-1032

Stiftet 1. august 1946

51. 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

Katrine med børnene August og Luna deltog i Coronarun løbet. Det blev også vinderbillede i den landsdækkende løbekonkurrence, som Slagelse Politiidrætsforening havde arrangeret.

Læs mere om løbet, og se flere billeder i bladet.

Deadline/Udgivelse

5/21

Deadline for indl. af stof: 18. juni 2021

Udgivelse 20. august 2021

6/21

Deadline for indl. af stof: 20. august 2021

Udgivelse 1. oktober 2021

7/21

Deadline for indl. af stof: 24. september 2021

Udgivelse 5. november 2021

8/21

Deadline for indl. af stof: 5. november 2021

Udgivelse 17. december 2021



Politiidræt

Leder	5
Fyn Open.....	6
1. afdeling af Jubilæumscup i cykling.....	10
Julsøbet.....	16
Oversættelse af nåle	
Vejen frem til en guldnål - Robert Hansen	20
Jens Carl Nielsen modtager hædersbevisning	24
Guldnål til Tina Hansen	29
Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål til Kim Løvkvist	30
Sølvnåle til 2 af Vestegnens politis profiler	
Henrik Bandsholm.....	32
Knud Stadsgaard.....	33
Coronarun 2021.....	34
CrossFit Games - world wide	40
Fredagsløb - en ægte god start på dagen	42
Den røde tråd - sporten i hverdagen - og hvad der videre skete ..	44
MTB sommer cup 1. afdeling	48
Da SPI "GIK" amok!.....	53
Vægtløftere kandidere til OL i Tokyo	54
Unge løfter jern med politiet	56

PI-Nyt

Badmintonafdelingen

Lidt nyt fra PI-København	61
---------------------------------	----

Gymnastikafdelingen

PI Gymnastik ser frem til sæson 2021/2022	62
---	----

PI-Gymnaster i verdensklasse.....	67
-----------------------------------	----

Alle foto i denne udgave af Politiidræt er taget under hensyn til de gældende regler i relation til Covid-19 på optagelsestidspunktet

Formand

Knud Stadsgaard

Næstformand

Jens Claumarch

Kasserer

Ole K. Jacobsen

FU medlem

Jesper L. Bangsgaard





75 ÅR UNG

KÆRE MEDLEMMER

Nu bliver foreningen 75 år.

Dansk Politiidrætsforbund (DPIF) er en dedikeret og stolt forening, som gennem 75 år har støttet op om lokale tiltag i forhold til en meget varieret række idrætter og motionstilbud.

Vi har besluttet, at vi i forbindelse med selve fødselsdagen den 1. august 2021 vil fejre dette med et særligt øje for diversitet, mangfoldighed og forskellighed.

Vi havde oprindeligt planlagt et stort tværgående arrangement med flere hundrede deltagere fra hele landet, men uanset hvor mange idrætter vi fik proppet ind i selve arrangementet, ville der altid stå nogen udenfor og kigge ind med spørgsmålet – Hvorfor er vi ikke med? Det vil vi gerne undgå, samtidigt med at vi i disse Corona tider, ikke synes vi kan forsvare at samle en meget stor gruppe politifolk fra hele landet til fysiske aktiviteter og fødselsdagsfest.

Vi er derfor landet på, at **alle** kan deltage uanset idrætsgren, og uanset hvor du befinder dig. Det kan være du svømmer ved Amager Strand, løber i Tranum Klitplantage, bestiger Mount Everest, går en runde golf i Alicante, er på vandretur på Caminoen eller spiller padel på Costa del Sol.

Alle kan deltage, og du er meget velkommen til også at invitere din bedre halvdel og børnene eller nogle venner. Det eneste du skal gøre, er at tage en selfie, gerne med jer alle sammen hvis I er flere, der er sammen om aktiviteten, og derefter sende det til din lokale politiidrætsforening og fortælle hvor fotoet er taget.

Du vil derefter være med om gode lodtrækningspræmier sponseret af DPIF, og derudover vil vi tillige præmiere de bedste, vildeste, sjoveste, skøreste billeder af aktiviteterne.

DPIF motiverer såvel til eliteidrætten som til breddeidrætten, og i dagene omkring fødselsdagen den 1. august er det særligt mangfoldigheden vi ønsker at fokusere på. Er du forhindret i at dyrke motion på selve dagen den 1. august, så er det fint med foto af aktiviteter i dagene op til eller lige efter, og vi glæder os til at dele de mange fotos med jer alle på vores hjemmeside, på facebook samt i bladet Politiidræt. – så kom glad.

Stort **TILLYKKE** til os alle sammen, og stor tak til alle de ildsjæle, motions- og idrætsudøvere, som gennem 75 år har gjort DPIF til det vi er i dag - og god fornøjelse med aktiviteterne den 1. august 2021.

I forbindelse med jubilæet vil alle medlemmer modtage et jubilæumsskrus, ligesom der udgives et jubilæumsskrift, som skildrer DPIF's første 75 år, glæd dig til at læse det og se de mange fotos. I den forbindelse vil DPIF gerne sende en stor tak til Gunnar Andersen, forfatteren af jubilæumsskriftet. Gunnar var mangeårigt medlem af DPIF's ledelse som næstformand i 14 år, og er fortsat vores repræsentant som vicepræsident i det europæiske politiidrætsforbund. Tak Gunnar.

- ✓ For politiidrætten
- ✓ #DPIFibevægelse
- ✓ 75 år ung

Næstformand
Jens Claumarch



FU medlem
Jesper L. Bangsgaard



Kasserer
Ole K. Jacobsen



Formand
Knud Stadsgaard



Fyns Politi Idrætsforenings golfudvalg: Til venstre Torben Madsen, til højre Jens Risager og Lars Frydenslund er "swinger"

FYN OPEN





Fyns Politi Idrætsforenings deltagere i deres nye flotte tøj





AF Lars Fredenslund, Fyn PI
FOTOS Christina Andersen, Fyn PI

Fyn Open i golf blev i 2021 afviklet i den nyligt udsprungne grønne bøgeskov, som omfavner Vestfyns Golfklubs bane i Krenge-
rupskoven ved Glamsbjerg.

51 håbefulde og forårskåde golfentusiaster havde trods vejruddisgen, og mødte op fre-
dag den 7. maj fra kl. 7 om morgenen. Vejret
havde ændret sig i løbet af natten, og udsig-
ten til regn og køligt vejr, var afløst af sol og
et håb om en smule varme. Så humøret var
stigende, og alle glædede sig.

Da corona stadig satte sit præg på al aktivi-
tet, var alle deltagere bedt om at møde med
gyldigt coronapas, som blev forevist ved
udlevering af scorekort. Corona restriktioner

gjorde også, at vi skulle indtage både mor-
genmad og frokosten udenfor. Lidt malurt i
bægeret var, at det blev en smule regnvej,
da vi indtog frokosten.

Men alt i alt blev det en fantastisk dag på
golfbanen. Alle gav udtryk for et veltilret-
telagt og godt afviklet arrangement, og vi
glæder os til august, hvor banen igen lægger
græs, skovbund, sand og vand til det Danske
politimesterskab i golf.

Turneringen var sat op som en stablefordtur-
nering. Derudover var der arrangeret tættest
på flaget på par-3 hullerne, tættest på flaget
i slag 2 på et udvalgt par-4 hul, samt læng-
ste drive i Dame-, A- og B-rækken.

DE DYGTIGSTE VAR

Længste drive

Damerækken: Anne Villadsen.
Herrerække A: Jakob Kristensen.
Herrerække B: Per Svensson.

Tættest på flaget på par 3-hullerne

Christian Poulsen.
Jan Birger Nielsen. (en ældre herre).
Micky Soepraptojo.
Jesper Bangsgaard.

Tættest på flaget i slag 2 på par-4 hul

Carsten Ekstrøm.

Resultat A-rækken

Thomas Buhl, Fyn.
Kenneth Kiel, Fyn/Svendborg.
Regin Torbensen, Syd- og Sønderjylland.
Michael Stie, Fyn/Svendborg.
Kjeld Muff Nielsen, Vestegnen.

Resultat B-rækken

Claus Yde, Fyn.
Michael Hansen, Østjylland.
Steffen Vad, Østjylland.
Niels Jørgensen, Sydsjælland og Lolland-Falster.
Palle Holm Pedersen, Syd- og Sønderjylland.

DPIF's golfudvalgsformand Jesper Bangsgaard i sit flotte orange tøj



Fyns Politi Idrætsforening vil gerne takke både Po-
permo og Lån og Spar banken for interessen i vores
arrangement, og især tak for de fine gaver de leve-
rede til alle deltagere.

Fyns Politi Idrætsforening vil også gerne takke Vest-
fyns Golfklub for afviklingen af matchen. Og tak til
vores formand Christina Andersen, som agerede
fotograf på dagen, pensionerede kollega Lars Tve-
debrink og hans kone, som var en stor del af både
planlægning og afvikling, samt delvist pensionerede
kollega Carsten Mogensen, samt pensionerede kon-
toransatte Per Marxen, som stod for baneservice.

Tak for denne gang – vi ses til det Danske politime-
sterskab.



AF Søren Albertsen og Jørgen Guldborg, formand for Cykeludvalget i Dansk Politiidrætsforbund
FOTOS Midt- og Vestjyllands Politiidrætsforening

Bruttolandsholdet er klar > 6 *****

Borbjerg Mølle Kro > 6 *****

Wienerschnitzel > 6 *****

A-gruppen > 6 *****

Schweiz > 1 *

De mange stjerner, med undtagelse af den ene til Schweiz, var den optimale optakt til:

1. AFDELING AF DPIF JUBILÆUMS CUP

Jens Claumarch & Co fra Midt- og Vestjyllands Politiidrætsforening havde lagt sig i selen for at skabe en flot start på årets landevejs cup arrangeret i et samarbejde mellem Dansk Politiidrætsforbund og Dansk Militært Idrætsforbund. I 2021 er navnet ændret til DPIF Jubilæums Cup i anledningen af vores 75-års jubilæum i Dansk Politiidrætsforbund den 1. august 2021.

På en 15 km rundstrækning, ny-fejet, afmærket fint og reguleret af gode folk fra Politihjemmeværnet fra Holstebro i samarbejde med solide 'pensionister' fra Midt- og Vestjyllands Politi, og alt sammen styret på flotteste vis af Jens Claumarch & Co, da havde rytterne fra hele landet de optimale forhold til at køre cykelløb, hvilket de så valgte at gøre på flotteste vis.

TV Midt- Vest bragte på dagen kl. 19.30 et fint indslag fra løbet.

Og hermed gives der 6 ***** til Jens Claumarch & Co.

DET KOMMENDE LANDSHOLD UDTAGES

Ruten, en lettere kuperet af slagsen, var rigtig fin til en god sæsonstart, og Jens Svenningsen og undertegnede fra Cykeludvalget i Dansk Politiidrætsforbund sad klar på første række lige efter Mesterklassen og Klasse 1, hvor det udtagne ryttere til bruttolandsholdet skulle vise sig frem.

BRUTTOLANDSHOLDET

Tabita Hartmann-Hansen, Midt- og Vestsjælland; **Stine** Bruunshøj Nielsen, Østjylland; **Trine** Poulsen, København; **Jesper** Andersen, Østjylland; **Jakob** Hoffmann, Østjylland; **Rasmus** Steinfeldt Hvarre, Østjylland; **Lars** Lund-Andreasen, Østjylland; **Allan** Fønss Kristensen, Østjylland; **Martin** Asvig Pedersen, Østjylland; **Jesper** Louie Christensen, København; **Nicolai** Lüning Thoning, Nordsjælland; **Brian** Falkeborg Vibjerg, Københavns Vestegn; **Martin** Svend Pedersen, Midt- og Vestsjælland; **Rasmus** Feldballe, Midt- og Vestjylland; **Jakob** Skinderholm Anthonisen, Rigspolitiet.

... og jeg skal love for, at de lagde fra land, hvor Jakob Hoffmann viste, at han var kommet til Borbjerg for at køre cykelløb. Lidt optimistisk kørte han afsted allerede på før-

1. afdeling **JUBILÆUMSCUP** i cykling



*Trine Poulsen, PI-København,
klar til start*

ste omgang, hvilket jo naturligvis skulle koste kræfter. Han fik dog aldrig lov til at få mere end et minuts forspring fra hovedfeltet, men det høje udgangstempo betød også en hurtig udskilning bagfra. Enkelte var udsat for teknisk defekt og en enkelt var udsat for bremsedefekt, som han godt nok reddede på flotteste vis, men tilbage i feltet kom han ikke mere denne dag efter en tur på afveje.

På 3. omgang blev Hoffmann atter hentet ind, og således var

han igen tilbage i hovedfeltet, hvor der nu kun var 10 ryttere tilbage i front. Det optimistiske eventur afholdt ikke Jakob Hoffmann i at køre afsted på 6. og sidste omgang i fornemt selskab med Martin Asvig Pedersen. Sammen fandt de ind i et forrygende samarbejde som førte dem til mål flere minutter før det jagende hovedfelt.

I spurten, der var tæt, da måtte Jakob dog overgive sig til en velkørende og hurtig Martin Asvig.

UDVALGTE RESULTER

Mesterklassen 6 omgange á 15 km i alt 90 km

Nr. 1	Martin Asvig Pedersen	Østjylland	2.19.55
Nr. 2	Jakob Hoffmann	Østjylland	2.19.55
Nr. 3	Lars Lund	Østjylland	2.23.19

I hovedfeltet var det tydeligt at se, at Lars Lund var en af de mest velkørende, men han kunne jo af gode grunde ikke deltage aktivt i forfølgelsen af sine holdkammerater. Det bliver meget spændende at følge Lars til de danske mesterskaber den 9. og 10. juni.

Klasse 1 6 omgange á 15 km i alt 90 km

Nr. 1	Martin Iversen	Midt- og Vestjylland	2.23.29
Nr. 2	Kim Danlev Eriksen	Midt- og Vestsjælland	2.27.38
Nr. 3	Kasper Strøm	Dansk Militært Idrætsforbund	2.27.41

Imponerende kørsel af Martin Iversen, der formåede at komme med hovedfeltet hjem i Mesterklassen og efter meget klog kørsel og en afmålt indsats i førergruppen. Da vi efterforskede nærmere vedrørende 'denne' Martin, fik vi opklaret, at han til dagligt udfolder sine arbejdssevner hos Falck. Han er dog startberettiget, da han er medlem af Dansk Politiidrætsforbund.

Klasse 2 5 omgange á 15 km i alt 75 km

Nr. 1	Thomas Vind Veje	Fyn	1.58.24
Nr. 2	Kim Danlev Eriksen	Midt- og Vestsjælland	1.58.24
Nr. 3	Kasper Strøm	Dansk Militært Idrætsforbund	2.27.41

I Klasse 2 kom fire ryttere samlet til mål, og nitten trak Niels Kirkegaard, Sydøstjylland, i et meget tæt spurtopgør. Denne 4-mandsgruppe satte hovedfeltet med knap 7 minutter. Hovedfeltets spurt blev vundet af Kenn Holst Jensen, Sydøstjylland.

Klasse 3

Nr. 1	Nikolaj Matzen	Dansk Militært Idrætsforbund	2.05.05
Nr. 2	Henrik Svane	Dansk Militært Idrætsforbund	2.05.05
Nr. 3	Bjarne Thomsen	Dansk Militært Idrætsforbund	2.05.05

I Klasse 3 trak en velkørende Poul Gregers Pedersen, Midt- og Vestsjælland, nitten og måtte lade sig tage til takke med en flot 4. plads efter de tre ryttere fra DMI. Nikolaj er i øvrigt identisk med formanden fra Cykeludvalget i Dansk Militært Idrætsforbund, og i skrivende stund er det desværre tydeligt, at han lige nu er bedre kørende end både Svenningsen og undertegnede.

Klasse 4 4 omgange á 15 km i alt 60 km

Nr. 1	Ole Kjær Jacobsen	Rigspolitiets Idrætsforening	1.47.38
Nr. 2	Ken G. Hansen	Midt- og Vestsjælland	1.47.38

SE løbsrapporten fra Ole vedrørende Damerne, Klasse 4 og Motionsklassen.

Dameklassen 4 omgange á 15 km i alt 60 km

Nr. 1	Trine Poulsen	København	1.47.42
Nr. 2	Stine Bruunshøj Nielsen	Østjylland	2.03.05

Kære Trine, næste gang da kører du altså forbi de herrer Ole og Ken G., tak.

LØBSRAPPORT

FRA MOTIONSKLASSEN, DAMEKLASSEN OG KLASSE 4

Bemærk at der kan forekomme subjektive betragtninger, hvilket jeg skal beklage...

AF Ole Kjær Jacobsen

Da de første klasser var sendt afsted, stod vi nogle lidt ældre herrer, nogle unge kvinder og en lille aldersmæssig blanding tilbage på startlinjen og afventede starten. Det var Dameklassen, Motions-klassen og Klasse 4, der var slået sammen til én samlet start, dog med hver sin præmierække. Både Damerne og rytterne fra Klasse 4 skulle ud på 4 omgange, mens Motionsklassen slap med 3 omgange.

Desværre var der kun 2 aktive i Klasse 4, 2 aktive i Dameklassen og 6 motionister. Trine Poulsen, København og Stine Bruunshøj Nielsen, Østjylland, som begge er med på det danske bruttolandshold, gode gamle Kurt Petersen, tre gode folk fra Dansk Militært Idrætsforbund og et par andre gode folk i motionistklassen samt "de unge", som Kurt efter løbet kaldte Ken G. Hansen og undertegnede, satte et fint tempo allerede på første af de i alt fire omgange.

Der var lagt op til et godt løb med tempo, og ganske rigtigt det blev et godt løb, hvor Kurt Petersen gjorde alt for at holde hjulet på "de unge", men tempoet var, som han selv nævnte "en anelse for højt". Det skal tilføjes, at Kurt dagen før havde opnået et meget flot resultat i orienteringsløbet Cimbler-løbet i Rold skov, så det kan nok ikke udelukkes, at nogle af disse kilometers løb stadig sad lidt i benene, da starten gik.

Ikke desto mindre vandt Kurt på overbevisende facon Motionsklassen foran Mathias Brøndum-Nielsen fra Midt- og Vestjylland, og da DMI's ryttere personificeret i Hans Rosenvinge, Henrik Andersen og Flemming Bach samlet kørte over stregen med armene om hinanden efter det anstrengende løb viste Motionsklassen med alt tydelighed, at denne klasse klart har sin berettigelse. Kort tid efter fulgte Søren Smith Johansen fra Fyn og sluttede et ganske imponerende løb i motions- og begynderklassen.

I Dameklassen viste både Trine og Stine, at de er godt kørende. Dog måtte Stine allerede på første stigning kapitulere, men efter en hård kamp nåede hun flot op igen. Her holdt hun sammen med Trine og "de 2 unge" i Klasse 4 et flot tempo, som dog kort tid efter igen efterlod Stine alene tilbage på ruten. Trine viste, at hendes grundform absolut ikke fejler noget, og hun kom til mål få sekunder efter Ken G. og undertegnede. Trine blev således en sikker vinder af Dameklassen. Ken G. og jeg afgjorde placeringen efter en spurt, og Ken manglede lige det dobbelte af en ringbredde for at slutte øverst på sejrskamlen.



FORBEREDELSE

Ja, det er en meget vigtig ting for både ryttere og alle andre, og medlemmerne i MC Task Force i Rigspolitiets Idrætsforening er særdeles gode til denne vigtige disciplin. A-gruppen bestod denne gang af Steen Houmann, Kim Kold Bryde, Svend B. Christensen, Claus W. Sørensen, Jens Emerslund og Jens Humlebæk.

De gæve gutter indtog sammen med undertegnede den underskønne Borbjerg Mølle Kro dagen før starten. En flot beliggenhed og med den ypperste menu og betjening og venlighed i verdensklasse. Jo tak, vi havde optimale forhold til vores forberedelser, historier og socialt samvær.

TAK til alle for en forrygende cykeldag med spændende cykel

løb på en rigtig fin rute og med meget tætte afgørelser. Vanen tro vandt Dansk Politidrætsforbund den indbyrdes konkurrence med Dansk Militært Idrætsforbund, men vi giver dem endnu en chance i forbindelse med 2. afdeling og De Danske Politimesterskaber i landevejscykling den 9.- 10. juni 2021 i Stjær v/Aarhus og naturligvis også i august og september til 3. og 4. afdeling, men de skal nok til at ryste posen og få langt flere af deres medlemmer til start, såfremt de stadig vil deltage i kampen om den flotte pokal og de mange flotte præmier.

MÅSKE

... på grund af den gode planlægning, da slap vi heldigvis for uheld i forbindelse med sæsonstarten, tak.

TERMINSLISTEN

vedrørende cykelløb på landevej i Dansk Politiidrætsforbund i 2021

06.05

1. AFDELING AF DPIF JUBILÆUMS CUP

HOLSTEBRO

17.08

3. AFDELING AF DPIF JUBILÆUMS CUP

RIGSPOLITIET

09.06

DE DANSKE POLITIMESTERSKABER I ENKELTSTART

AARHUS

08.09

DE DANSKE MILITÆRMESTERSKABER I ENKELTSTART

HØVELTE PÅ SJÆLLAND

10.06

2. AFDELING AF DPIF JUBILÆUMS CUP

DE DANSKE POLITIMESTERSKABER I LINJELØB

AARHUS

09.09

4. AFDELING AF DPIF JUBILÆUMS CUP

DE DANSKE MILITÆRMESTERSKABER I LINJELØB

HØVELTE PÅ SJÆLLAND

Medlemmer under Dansk Politiidrætsforbund og Dansk Militært Idrætsforbund er startberettiget.





9TH. USPE EUROPEAN POLICE CHAMPIONSHIPS CYCLING

FROM 20TH. TO 24TH. OF SEPTEMBER 2021

CHAMBLON IN SWITZERLAND

AFLYST

STOR cykelsæson i vente i Dansk Politiidrætsforbund og med deltagelse i de Europæiske politimesterskaber Stod der flot i et af årets første numre af POLITIIDRÆT, men i skrivende stund hér i uge 21 er arrangementet i Schweiz endnu engang blevet rykket/udsat i lighed med i 2020 og igen med argumentationen COVID-19, og det kan altså ikke række til mere end 1 *. I skrivende stund arbejder man på, om der kan findes en anden arrangør, men realistisk set da tror jeg ikke på, at det kan nås med den korte respons tid. En god idé kunne måske være 'verdens flotteste' europamesterskaber i Danmark i 2022 i forbindelse med Tour de France starten i netop Danmark. Vi tror ikke rigtig på Schweiz lige nu, og jeg er bekendt med, at mange ryttere er meget skuffet.

Vi opfordrer alle rytterne på bruttolandsholdet til at fortsætte med den store træningsindsats.

Vi håber, at alle fra bruttolandsholdet vælger at fortsætte den store indsats med træningen, der kræves frem mod nye udfordringer og måske et overraskende, flot og spændende EPM i 2022.

God sommerferie til jer alle og på gensyn til flere spændende arrangementer efter ferien.



Julsøløbet

Forandring fryder...

som man siger

AF Peter Wihan, Slagelse Politiidrætsforening
FOTOS Bo Lindholm, Silkeborg Politiidrætsforening

Som annonceret i programmet var Julsøløbet en ide, der allerede opstod i starten af 2020. Ideen var udsprunget af flere forskellige tanker. For det første var en meget aktiv orienteringsløber ved Bo Lindholm flyttet fra Vestegnen til området omkring Silkeborg, hvor han fremadrettet skal gøre tjeneste. Dette område rummer noget af Danmarks bedste orienteringsløbsterræn, og det er ikke helt så tit, vi kommer der. Med Bo i området er der nu stærke kræfter at trække på i stævnesammenhæng. For det andet havde Slagelse Politiidrætsforening (SPI), gennem en årrække med bl.a. tilskud fra DFIF (Dansk Politiidrætsforbund), oparbejdet så meget udstyr til orienteringsløb, at vi var meget tæt på, at være selvstændige og klar til at lave stævner uden lån fra alskens klubber. Udstyret er teknisk lidt af en mundfuld, så tanken var og er naturligvis, at bruge udstyret en del, så vi kan dygtiggøre os og lave mere og mere professionelle stævner.

Clear tjek



Færdige løbere går mod tidsregistreringen



Løberne gør klar til start





Info tavler



DM titel til Torsten



over landet gennem starten af april, og få uger inden stævnet blev der givet tilladelse til at forsamles 50 personer, som en reel afslutning har behov for.

Selve løbsdelen kan godt afvikles for væsentligt flere, da man ret nemt får fordelt de deltagende over et kæmpe område i skoven. Der har således været civile arrangementer for mere end 500 i årets første måneder.

Politiløb er dog en lidt andet størrelse, da folk kører meget langt for at snakke og mødes med gode gamle kollegaer og rivaler. Uden afslutning er der ikke meget sjov at køre efter, og løbenes pointe bliver udvandet. Med 50 personer til afslutning var der nu tilpas med rum til, at vi kunne lave noget fornuftigt.

Vi turde dog ikke satse på haller og indendørs afslutning, så guderne fik også lige en bøn med, da vi annoncerede, at der var spisning i det fri i slutningen af april måned brrrr.

2020 gik som bekendt lidt i vasken på alle niveauer, men allerede sidst på året, tog vi beslutning om at prøve stævnet af, og forhåbentligt på sigt lave et tilbagevendende løb i området. Vi fordelte opgaverne således, at det praktiske i nærområdet var en opgave for Bo, og det administrative stod Peter Wihan, SPI, for. Programmet blev hurtigt en realitet, og i skoven var der også hurtigt oparbejdet et godt samarbejde med Silkeborg OK. Så var det egentligt bare at håbe på, at samfundet ville åbne sig så meget, at vi kunne afholde løbet. Fyns Politis "Albaniløbet" i foråret måtte desværre trække stikket og aflyse. Det tegnede jo ikke så godt for os. Der blæste dog milde vinde

Alt praktisk var nu på plads, og allerede ugen inden løbet afholdte PI-København "Københavnercup 1", og vi fik en forsmag på, at hvis vejret var med os, så var folk også sultne for at komme ud og konkurrere igen, for der var godt med deltagere. Et par dage før løbet fik vi testet alt grejet af, og selvom vi havde lidt forskellige udfordringer, så så alt meget lovende ud. Tilmeldingen var også meget fin, og meget passende var der ikke for mange, der ville deltage i afslutningen.

Peter, der tilfældigvis er ejer af en autocamper, havde fået denne ud af vinterhi, og den blev nu indrettet som stævnecenter med tidtagning og kontor. Dagen før kørte den sammen med postudsættere til Jylland og parkerede på stævnepladsen, hvor den fik tilslutning af strøm. Vejrguderne havde også hørt bønner, for alt så ud til at blive en dag med godt vejr, selvom natten bragte frostgrader. Aftenen gik med de sidste forberedelser, mens vi fik sat posterne ud ifølge Bo Lindholms baner og anvisninger. Alt var på plads til den store debut.

Om morgenen var solen hurtig oppe, og folk begyndte at komme til stedet. Stævnepladsen lå meget tæt ved Knøsen, som er en af de meget høje punkter i landskabet, så alt var indrettet til en krævende og spændende dag i skoven lige syd for Julsø.

Bo havde allieret sig med sin far, der kom og satte starten op sammen med Rigmor. Imens knoklede vi andre med flag og snitzlinger og fik skilte på plads, så det klart var angivet, hvor man skulle færdes og med kraftige formaninger om, at holde afstand, afspritte og følge anvisningerne fra stævneledelsen.

Kl. 10 gik starten, og det gik stejlt ned af bakke fra start. En kraftig reminder om, at man nok skulle op igen til sidst. Bo havde lavet 6 baner, der krævede både fysisk formåen, men også med muligheder for at lave kloge omveje, uden om de værste stigninger. I et så knoldet landskab er det dog umuligt ikke at få lidt højdemeter i benene. Især stigningen tilbage til målområdet kunne spores i de furede panderynker, som man kunne se på lang afstand i løbernes ansigter, mens de stavrede ind mod målposten, der lå badet i sol på toppen af Danmark.

Efter folk havde fået pusten og skiftet tøj, var der heldigvis også masser af rosende ord til banerne. I stævne"camperen" rullede resultaterne fint ind, og Jonas Wihan, der nød en fri-dag fra skole, fik noteret alle resultaterne sirligt ned. Imens sørgede farmand Peter for, at der var let bespisning til de knap 50, der blev til afslutningen i det fri.

Lidt over klokken 12 kunne resultatet frigives, og der var vinpræmier til selvhentning, dog desværre uden håndtryk til de bedste og de heldigste. Samtidig kunne de tilbageværende lykønske Torsten Bo Larsen, der fik sin guldmedalje fra DM ultralang overrakt af H.V. Jensen.

Herefter pakkede folk hurtigt sammen, mens vi andre begyndte det store oprydningsarbejde. Afholdelsen af orienteringsløb er generelt en stor opgave og en stævneform med stor risiko for problemer med udstyr og kortet. Alt havde dog så godt som klappet perfekt, og det var en super ildåb for udstyret, selvom der stadig er lidt rutineret arbejde med for især Peter, der har den tekniske del på skuldrene.

Vi takker for det store fremmøde, og hvis guderne vil, så vender vi tilbage med Julsøløbet version 2 i 2022.

Klar til start



Peter Wihan er klar i camperen

Stævnepladsen



Julsøløbet

AF Claus Etzerodt, Horsens PI
FOTOS Bo Lindholm, Silkeborg PI

Så kom vi i gang igen med orienteringsløb efter en længere periode med nedlukning på grund af Covid-19. Trods ømme ben, efter det første løb i Nordsjælland tirsdag den 20. april, meldte Kent Birk og jeg os til Julsøløbet på Sletten den 27. april.

I det fineste forårsvejr rullede vi nordpå mod Sletten. Af indbydelsen fremgik det, at mødestedet var Bøgedalsvej 16, Ry. Hvad jeg overså var, at der ligeledes stod "forventeligt" og "se dog slutinstruktion", hvorfor vi kørte efter adressen i indbydelsen. Kent nævnte tidligt under vores køretur, at vi var i meget god tid, hvil-

Knøsen, fandt vi frem til startstedet. Efter den start på dagen kunne det kun blive bedre. Ellers ville det blive en lang dag i skoven.

Kent var tilmeldt bane 2 og jeg bane 3. To unge kolleger fra Horsens, Casper Dall og Mikkel Sloth, havde også meldt sig til bane 3, så der var noget at løbe for. Starten for mit vedkommende var kl. 10.05. Jeg undlod at varme for meget op – jeg skulle jo gerne holde hele vejen.

Starten gik, og jeg fandt nemt post 1 og 2. Allerede frem mod post 3 fik jeg udfordringer med at læse terrænet. Jeg løb direkte mod syd op over udløberen, hvilket ikke var noget klogt vejvalg. Jeg skulle have løbet mod vest ud til marken og fulgt skovkanten mod syd. Sådan gik det ikke, og jeg kom ikke langt nok frem mod posten, hvilket kostede de første minutter. Det skulle dog blive meget værre.

Post 4 – 7 gik meget godt. Post 8 – hvad skete der lige der? Et af de nemmeste forløb. Fra post 7 mod øst frem til den store sti – ad stien mod nord og så hold til højre et par gange – nemt! Måske, men ikke for mig. Jeg endte på højderyggen øst for stien og ledte og ledte. Ingen post. Tilbage til stien og så følge førnævnte plan. Den var dyr, og så lå jeg i feltet, hvor jeg plejer.

Også post 9 gav udfordringer. Efter 7 ud af 8 poster placeret i slugter, havde jeg også set post 9 som placeret i en slugt. Det var den så ikke – måske skulle jeg have læst postdefinition? Igen tab af flere minutter. Turen til post 10 tog også lige nogle minutter for meget, men ellers gik resten af løbet nogenlunde.

Vel ankommet til mål, kunne jeg konstatere, at jeg lå i feltet som oftest, nemlig, for nu at sige det pænt, noget uden for præmierækken. Begge Horsensdrengene havde slået "den gamle". Håber på snarlig revanche.

ket dog viste sig at være en særdeles god ide, da vi kørte hele Sletten rundt flere gange i vores søgen efter startstedet.

Først da Kent fik den brillante ide, at vi nok skulle starte fra

Kent Birks placering på bane 2 vil jeg ikke nævne her. Den går vel nærmest under "endvidere deltog".

En lidt for lang, men god tur i skoven blev afsluttet ved "tuttevognen" (læs Peters autocamper), hvor han bød på en dejlig gang chilli con carne, hvorefter der var præmieoverrækkelse. Tillykke til vinderne, herunder Casper Dall, som gjorde Horsens ære ved at vinde bane 3.

Tak til Peter og Bo for et fint arrangement, en dejlig tur i det noget bulede terræn, god mad og et rigtig dejligt forårsvejr.



Flere startere er klar



Flere løbere er klar til start



Her er den sidste post

VEJEN FREM til en guldnål



AF Robert Hansen, Dansk Politiidrætsforbund
FOTOS Ulla Kaspersen, Sydøstjylland Politis kommunikationsenhed

Robert Hansen med sin guldnål

"Du skal lige gå op til chefen, inden du gør mere" og kort efter "Du skal skynde dig at tage en bil, og så køre op til chefen".

Når man får sådanne 2 beskeder med få minutters mellemrum, og de henviser til, at man skal mødes først med min afdelings egen chef, og kort efter med politikredsens chef, altså politidirektøren, ja, så kan man godt tro, at nu er det kun et spørgsmål om timer, inden man ikke længere har hverken pistol eller politiskilt.

Inden mødet med den første chef, havde jeg, fra da jeg mødte ind om eftermiddagen, hvor jeg fik den første besked af holdlederen, den tid det tager at gå ad trapperne fra stueetagen og op til 1. salen, til at gennemgå i mit hoved, hvad jeg mon havde gjort forkert. Normalt er der vist ikke de store armbevægelser og verbale udtryks ytringer i mig – jeg må vel nærmest siges at være grænsende til det kedelige, men.... nogen gange sker det, at et enkelt ikke så velvalgt ord tankeløst forlader min munden, og jeg efterfølgende tænker, at nu er politiassistenten fortid. "Så tæt på pensionsalderen, og så nåede jeg det alligevel ikke", nåede jeg lige at tænke, inden Arno, min chef, verbalt greb fat i mig.

"Så vidt jeg kan se på planen, så kan du vist godt nå at køre op til Jørgen Abrahamsen (politidirektør i Sydøstjyllands Politi, red.) inden kl. 15.00, så afsted med dig", sagde Arno. Og som den særdeles venlige mand Arno er, kunne han godt se på mig, at med det flakkende og ængstelige blik i mine øjne, så måtte han hellere lige tilføje: "Men bare rolig, det er noget godt".

Så kunne jeg tænke lidt over det. Så var det dog nok ikke afskedigelse i vanære, der ventede mig. Ikke desto mindre, så giver efterfølgende sådan en times bilkørsel tid til at tænke over det. Og mindre bekymret blev jeg bestemt ikke, da jeg ankommet til hovedkvarterets chefgang, som den første mødte min gamle kollega og ven Lars Christian Thomsen, som spurgte, hvad der bragte mig til Horsens? "Jeg er blevet bedt om at møde hos Jørgen Abrahamsen", fik jeg nærmest fremstammet. Og kæk som han er ham Thomsen, lød det fra ham: "Nå, men det var hyggeligt at lære dig at kende. Tak for denne gang", hvorefter han forsvandt ned ad trappen.

Men heldigvis holdt Arno ord, da han havde sagt, at det var noget godt. Inde på Jørgen Abrahamsens kontor, ventede både

Jørgen Abrahamsen og næstkommanderende chefpolitiinspektør Klaus Munk Nielsen, og kort efter stak politiinspektør Michael Weiss hovedet ind for at sige tillykke. Og hvis man siger tillykke, så er det vel næppe fordi man netop er på vej til at blive fyret, at man vil bruge den lykkeønsning. Nej, grunden til alt dette her var, at Dansk Politiidrætsforbund havde besluttet sig for at tildele mig forbundets guldnaal, og normalt tildeles den slags hædersbevisninger fra forbundet på forbundets repræsentantskabsmøder, som afholdes hvert andet år. Og 2021 er året, hvor der i foråret skulle have været afholdt repræsentantskabsmøde, men grundet coronasituationen, er det blevet udsat indtil videre. Derfor besluttede forretningsudvalget i Dansk Politiidrætsforbund, at de sølv- og guldnaale, som i år skulle være uddelt på forårets repræsentantskabsmøde, i stedet blev uddelt lokalt i de kredse, hvor modtagerne er tjenestegørende.

Og efter aftale med de respektive politidirektører, blev det deres opgave at overrække hædersbevisningerne, og derfor havde jeg 2 gange denne dag, hørt beskeden: "Du skal lige kigge op til chefen". Og derfor stod Abrahamsen og Nielsen nu klar med en guldnaal, et gavekort, et DPIF håndklæde og en DPIF drikkedunk. Og fra politikredsens side også med en buket blomster, som blev overrakt mig med lykkeønskninger og gode ord med på vejen.

Og skal jeg være helt ærlig, så var jeg nu ikke så bekymret, som jeg måske har givet udtryk for. Jeg har kendt Jørgen Abrahamsen i snart 20 år, siden han i sin tid var min chef i kriminalpolitiet i Fredericia, og siden hen blev leder af Sydøstjyllands Politi. Men ikke mindst har jeg kendt Jørgen Abrahamsen for det store pionerarbejde, han har gjort for politidrætten. Som politidirektør var han den første til at indlede et samarbejde med politidrættens repræsentanter, og han foreslog selv i sin tid, at han gerne ville deltage i politidrætsarrangementer. Måske ikke så meget

på den aktive side, men gerne som repræsentant for kredsens ledelse, og jeg har som arrangører af adskillige politimesterskaber i både løb, fodbold, badminton og volleyball, haft den fornøjelse at kunne byde Jørgen Abrahamsen velkommen, hvorefter han har holdt velkomsttale og budt deltagerne velkommen eller foretaget den afsluttende medaljeoverrækkelse, og ikke mindst altid skrevet et velkomstord i de tilhørende programmer. Og for et par år siden, da vores kvindefodboldlandshold spillede kvalifikationskamp i Horsens mod Irland, var det Jørgen Abrahamsen, som bød velkommen på Horsens stadion, og som stod på lægterne og heppede med. Jeg tror kun, at det er sket en enkelt gang, at han ikke kunne deltage i et idrætsarrangement, men så sørgede han for, at daværende næstkommanderende kunne komme og byde velkommen.

Så jeg tror roligt, at jeg kan sige på hele Dansk Politiidrætsforbunds vegne, at vi er overordentlig glade for den opbakning, som ledelsen i Sydøstjyllands Politi og ikke mindst Jørgen Abrahamsen har udvist over for politidrætten. Det har altid været en fornøjelse at have ledelsens opbakning ud i det politidrætsmæssige. Så stor tak for det.

Guldnaalen – ja, så vil jeg bestemt også sige tak til Dansk Politiidrætsforbund for den hædersbevisning, og de meget fornemme ord i indstillingen. Jeg tror, de fleste mennesker påskønner, at blive.... ja, netop påskønnet i sit virke, og det skal helt sikkert ikke være nogen hemmelighed, at det også har varmet min indre sjæl med denne hædersbevisning. Siden jeg startede i 1991 i bestyrelsen hos Padborg Politiidrætsforening, er de forgangne 30 år nærmest forløbet som et knips med fingrene. Heldigvis med kun positive og skønne minder i politidrættens regi. 30 år mere bliver det næppe til, men mon ikke der stadig skulle være nogle år endnu i politidrættens verden?

Indstilling Redaktør Robert Hansen Sydøstjylland Dansk Politiidrætsforbunds guldnaal

MOTIVERING

Robert er "én af de ældre" i hovedbestyrelsen, da du har været med i Dansk Politiidrætsforbunds hovedbestyrelse siden 2007 som repræsentant for Sydøstjylland. Første gang, du deltog i et hovedbestyrelsesmøde var i 2007 og ved repræsentantskabsmødet i 2017 blev du tildelt DPIF's sølvnaal

Siden har du på bedste vis været en meget værdig repræsentant, der altid har bidraget positivt og der har ikke været mange afbud fra dig gennem tiderne. Når vi til større arrangementer i Danmark har haft brug for guider eller har haft brug for DPIF-delegat som leder af en DPIF-delegation til enten nordiske eller europæiske politimesterskaber, har du altid været meget villig.

Fra venstre chefpolitiinspektør Klaus Munk Nielsen, Robert Hansen og politidirektør Jørgen Abrahamsen



Du har gennem årene været ophavsmand til mange danske politimesterskaber i bl.a. 5 og 10 km løb, 11- og 7-mandsfodbold og mixvolley, og senest blev du i 2019 valgt til volleyudvalget i DPIF.

Du har i mange år på meget fornem vis været DPIF's repræsentant i Landskredsen under Firmaidrætten, og bidrager også her til fremme af DPIF's interesser.

Den største og mest tidskrævende post er dog posten som redaktør af Politiidræt. Den meget fine og positive udvikling, bladet har gennemgået siden du startede som redaktør i 2009 kan i allerhøjeste grad tilskrives dig og samarbejdet med FL Reklame. I har sammen formået at få skabt et meget, meget fint og læsevenligt blad. Især dine artikler, hvor du går lidt i dybden med emner, som vi ikke lige forbinder med vores nuværende udbud, viser, at du har nogle meget fine formuleringsevner. Der tænkes her bl.a. på artikler om en bokser i krigsårene, lystfiskere, og "Hall of Fame". Du har også formået at få lavet et fint jubilæumsskrift for Fredericia PI, da de med dig som formand havde 75 års jubilæum.

Det er en stor glæde at overrække Dansk Politiidrætsforbunds guldnål til Robert Hansen, Sydøstjylland.

Med sportslig hilsen

*Knud Stadsgaard
Formand
Dansk Politiidrætsforbund*

JENS CARL NIELSEN

modtager stor hædersbevisning

NORDSJÆLLAND: Guldnålen - den højeste anerkendelse, Dansk Politiidrætsforbund kan tildele sine medlemmer – blev den 28. april 2021 overrakt til Jens Carl Nielsen som belønning for hans mangeårige virke i forbundet. Grundet Covid-19-restriktionerne måtte politidirektøren træde til og bistå idrætsforbundet med at overrække hædersbevisningen.

FOTOS Pia Strømsvik, Nordsjællands Politi



Dansk Politiidrætsforbund har tildelt Jens Carl Nielsen, mangeårig repræsentant for Nordsjællands Politi i idrætsforbundets hovedbestyrelse, den højest mulige anerkendelse for hans arbejde i foreningen. Jens Carl fik derfor den 28. april 2021 overrakt den særlige guldnål af politidirektør Jens-Christian Bülow, da Covid-19-restriktionerne afholdt idrætsforbundet fra at forestå overrækkelsen.

"Jeg er rigtig glad for at have fået muligheden for at overrække guldnålen til Jens Carl, som gennem mange år, har bidraget med stort engagement og arbejdsomhed i politiidrætsforbundet. Jens Carl har været med til at sætte Nordsjællands Politi på landkortet i idrætsregi, og han fortjener om nogen at blive hædret for sin store indsats", lyder det fra politidirektør Jens-Christian Bülow.

I indstillingen til modtagelsen af hædersbevisningen står der om Jens Carl Nielsens indsats blandt andet følgende:

"Du har gennem årene været ophavsmand til mange danske politimesterskaber i bl.a. badminton/skydning, og håndbold, samt adskillige orienteringsløb og golfstævner. Samtidig har du organisatorisk formået at samle politiidrætsforeningerne i Nordsjælland til én samlet politiidrætsforening, nemlig Nordsjællands PI. En præstation, hvor traditioner og holdninger har krævet megen diplomati og organisatoriske evner for en succesrig sammenlægning".

Jens Carl, som til hverdag er daglig arbejdsmiljøleder i Nordsjællands Politi, har altid haft en forkærlighed for håndbold, og det vidner hans præstationer i Dansk Politiidrætsforbund da også om. Han har nemlig gennem en længere årrække nemlig fungeret som dommer ved de Europæiske politimesterskabet i den folkekære sportsgren.

Om sin tid som repræsentant for Nordsjællands Politi i Dansk Politiidrætsforbund samt modtagelsen af guldnålen siger Jens Carl Nielsen selv:

"Jeg er meget beæret over tildelingen og takker mange gange for hædersbevisningen. Det har altid været en fornøjelig affære at være en del af politiidsrætsforbundet, både som deltager og arrangør, og forhåbentlig er guldnålen et udtryk for, at de mange medlemmer, jeg har haft kontakten med gennem årene, har

været tilfredse med min indsats. Min rolle i politiidsrætsforbundet har skabt mange store og gode oplevelser både i Danmark og i udlandet, som jeg mindes med glæde, og derfor vil jeg også fortsat bidrage til politiidsrætten i Nordsjælland og i DPIF", slutter Jens Carl Nielsen.

Jens Carl Nielsen og politidirektør Jens-Christian Bülow



Indstilling Jens Carl Nielsen Nordsjællands PI Dansk Politiidsrætsforbunds guldnål

MOTIVERING

Jens Carl er "én af de ældre" i hovedbestyrelsen, da du har været med i Dansk Politiidsrætsforbunds hovedbestyrelse siden 2007 som repræsentant for Nordsjælland. Første gang, du deltog i et hovedbestyrelsesmøde var i august 2007 og ved repræsentantskabsmødet i 2017 blev du tildelt DPIF's sølvnål.

Du har altid været en meget værdig repræsentant, du har altid bidraget positivt og der har ikke været mange afbud fra dig gennem tiderne. Når vi til større arrangementer i Danmark har haft brug for guider eller har haft brug for DPIF-delegat som leder af en DPIF-delegation til enten nordiske eller europæiske politimesterskaber, har du altid været meget villig.

Du har optrådt på flere af DPIF's landshold, bl.a. fik du debut ved de europæiske politimesterskaber i svømning i Wien i 1986. Du har også været aktiv på landsholdet i femkamp og deltog ved de nordiske mesterskaber i den disciplin i 1988 i Sverige.

Du var i en kort periode valgt til håndboldudvalget, og såvel arbejdsmæssigt og i politiidsrætsmæssig regi har du en stor viden omkring skydning, som vi ofte trækker på i hovedbestyrelsen.

Gennem tiderne har arrangører af danske politimesterskaber i håndbold aldrig gået forgæves til dig, når de havde brug for en dommer, og du har flere gange optrådt både som spiller og som dommer ved samme mesterskab.

Tidligere har du som aktiv topdommer i håndbold på allerfornemste vis repræsenteret såvel Dansk Håndbold Forbund som dommer og Dansk Politiidsrætsforbund, når vi skulle stille dommere til de europæiske politimesterskaber – en præstation, som er meget anerkendt af USPE.

Og lad os gerne dvæle lidt ved din dommerkarriere, da vi har fundet en indstilling til USPE forud for de europæiske politimesterskaber i håndbold for mænd i Göppingen, Tyskland, i 2012:

• Start:	1976		
• Nationale kampe:	Ca. 1100		
• Internationale kampe:	Ca. 300		
• Deltagelse i slutrunder:	EM u/21 mænd	Grækenland 2000	VM mænd Tunesien 2005
	VM damer	Italien 2001	EM mænd Schweiz 2006
	EM damer	Danmark 2002	EM kvinder Sverige 2006
	VM damer	Kroatien 2003	EPM kvinder Norge 2008
	EPM kvinder	Danmark 2004	EPM kvinder Tyskland 2010

Du deltog selvfølgelig igen som dommer i Tyskland ved herrernes mesterskaber i 2012.

Ved de europæiske politimesterskaber i håndbold i Silkeborg i 2016 trak vi igen i høj grad på dine kvaliteter som erfaren dommer, og udover at deltage i appelljuryen var du koordinator og kontaktperson til de internationale dommere, som Det Europæiske Håndboldforbund (EHF) havde udpeget – en indsats som medførte megen ros. Du har derfor ved adskillige europæiske politimesterskaber og været en meget værdig repræsentant for Dansk Politiidsrætsforbund

Du har gennem årene været ophavsmand til mange danske politimesterskaber i bl.a. badminton / skydning og håndbold, samt adskillige orienteringsløb og golfstævner.

Samtidig har du organisatorisk formået at samle politiidsrætsforeningerne i Nordsjælland til én samlet politiidsrætsforening, nemlig Nordsjællands PI. En præstation, hvor traditioner og holdninger har krævet megen diplomati og organisatoriske evner for en succesrig sammenlægning.

Det er en stor glæde at overrække Dansk Politiidsrætsforbunds guldnål til Jens Carl Nielsen, Nordsjællands Politiidsrætsforening.

Med sportslig hilsen

Knud Stadsgaard

Formand

Dansk Politiidsrætsforbund

Guldnål til TINA HANSEN



Tina Hansen får overrakt guldnålen af politikommissær Jens Jedig Christiansen på Slagelse Politigård.

TEKST og FOTO Peter Wihan, formand for Slagelse Politiidrætsforening

MOTIVERING

Slagelse Politi Idrætsforening SPI ønsker hermed at indstille Tina Hansen til DPIF's guldnål.

Tina Hansen blev indmeldt i SPI i 1986 og runder derved i 2021 sit 35 års jubilæum i foreningen. Allerede den 4. marts 1989 ses de første tegn på Tina's indtræden i SPI's bestyrelsen, da hun underskriver vedtægtsændringer, som daværende sekretær.

4 år senere, den 4. marts 1993, bliver Tina valgt som kasserer for SPI, og dette konstitueres den 14. april samme år i forbindelse med generalforsamlingen. Interne kilder fortæller, at dette ikke var helt med Tinas gode vilje, men Tina fandt sig dog hurtigt tilrette og sidder stadig på posten som kasserer her 27 år efter.

Tina har gennem hele perioden udfyldt rollen til perfektion og til glæde for mange medlemmer gennem årene. I vores relativ lille forening er det utroligt prisværdigt at have en dygtig og dedikeret kasserer, selvom hun ikke selv er så sportslig aktiv mere. Tina Hansen er en utrolig travl dame med mange arbejdsopgaver, og hun har altid let til smil og har med smittende humør i mange år været med til at binde foreningen sammen.

SPI vil hermed gerne indstille Tina Hansen til guldnålen for hendes kæmpe arbejde i DPIF og i særdeleshed i SPI regi.

Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål til KIM LØVKVIST



Kim Løkvist får overrakt sølvnålen af fg politidirektør Lene Sørensen

AF fg politidirektør Lene Sørensen, Midt- og Vestsjællands Politi
FOTO Thomas Tarpgaard, Midt- og Vestsjællands Politi

Kim overtog posten i Dansk Politiidrætsforbunds hovedbestyrelse i efteråret 2014 som repræsentant for Midt- og Vestsjællands PI – en post, som Kim på bedste vis har udfyldt.

Kim har været en værdig repræsentant, der altid bidrager positivt, og som har formået at samle idrætsforeningerne i politikredsen.

I de senere år har Kim været ophavsmand til flere danske politimesterskaber i bl.a. cykling, MTB og håndbold. Især håndboldmesterskaberne formåede Kim med stor hjælp fra andre frivillige at arrangere et perfekt mesterskab.

Det er på denne baggrund en stor glæde at overrække Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål til Kim Løkvist, Midt- og Vestsjællands PI.

Indstilling Kim Løvkvist formand Midt- og Vestsjællands PI Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål

MOTIVERING

Kim overtog posten i Dansk Politiidrætsforbunds hovedbestyrelse fra Henrik Poulsen i efteråret 2014 som repræsentant for Midt- og Vestsjællands PI.

En tung arv at løfte, men siden har du på bedste vis formået at udfylde rollen. Du har været en meget værdig repræsentant, der altid har bidraget positivt og der har ikke været mange afbud fra dig gennem tiderne.

Du har været udfordret rent organisatorisk, idet flere foreninger i kredsen har valgt at nedlægge sig, men du har med store organisatoriske evner formået at få samlet resterne i Midt- og Vestsjællands PI og Køge PI.

I de senere år har du været ophavsmand til flere danske politimesterskaber i bl.a. cykling, MTB og håndbold. Især håndboldmesterskaberne var en stor udfordring og for en cykelrytter som dig lå dette arrangement noget uden for din komfort zone, men du formåede med stor hjælp fra andre frivillige at arrangere et perfekt mesterskab.

Da vi tidligere i år manglede en arrangør til et cykelløb i DMI-DPIF-løbsserien var det kun et opkald, og du var straks klar.

Desuden skal det nævnes, at du har deltaget som aktiv ved de danske politimesterskaber i såvel landevejscykling og MTB ved stort set hvert eneste mesterskab i de sidste mange år. Samtidig har medlemmer fra din forening på baggrund af dit store engagement og deltagelse været en meget stor magtfaktor i såvel cykling som MTB i DPIF-regi i mange år.

Det er en stor glæde at overrække Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål til Kim Løvkvist, Midt- og Vestsjællands PI.

Med sportslig hilsen

*Knud Stadsgaard
Formand
Dansk Politiidrætsforbund*

Sølvnåle til 2 af VESTEGNENS POLITIS PROFILER

"Der er ingen tvivl om, at det er vigtigt, at vi lokalt har muligheden for at holde os i god fysisk form og styrke samværet på tværs af afdelingerne i kredsen. Det giver noget særligt til sammenholdet at være sammen på en anden måde end i hverdagen. Derfor er vi rigtig glade for det gode og tætte samarbejde, som vi på Vestegnen har med Vestegnens PI (VEPI), og formand Henrik Bandsholm.

Dette samarbejde understøttes også ved, at vores chefpolitiinspektør, Knud Stadsgaard er formand i Dansk Politiidrætsforbund. Det har derfor været en stor ære at overrække såvel Henrik og Knud Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål.

Vi ser frem til, at det igen bliver muligt for VEPI at afholde nogle af deres mange gode arrangementer", siger politidirektør Kim Christiansen.

Indstilling Henrik Bandsholm formand Vestegnens PI Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål

MOTIVERING

Henrik deltog som nyvalgt formand og dermed repræsentant for Vestegnens PI første gang i et hovedbestyrelsesmøde i Dansk Politiidrætsforbund i april 2012.

Du har været en meget værdig repræsentant, der altid har bidraget positivt. På din anbefaling har vi afholdt et kombineret udvalgs- og hovedbestyrelsesmøde og successen herfra har gjort, at vi siden flere gange har gentaget denne mødeform.

Selvom du og VEPI også har været udfordret har du formået at få samlet en god og dynamisk bestyrelse i VEPI, hvor jeres største kendetegn er det meget tætte samarbejde, I har med den lokale ledelse. I er ofte i tæt dialog, hvor I på fineste vis har indgået i et snævert samarbejde og afviklet flere "idrætsdage" med stor vægt på samarbejde, arbejdsmiljø og det sociale.

Du har flere år været DPIF's tovholder på "Dansk Politi Eventgames" – et arrangement, som af flere forskellige årsager endnu ikke er gennemført, men du har formået at udvikle et meget godt udgangspunkt, som kan bruges, hvis tiden senere viser sig moden til at kunne gennemføre et så stort arrangement.

Du har gennem årene været ophavsmand og tovholder til flere danske politimesterskaber, blandt andet i landevejsscykling, MTB, halvmaraton og golf. Desuden har du og de andre frivillige i Vestegnens PI med stor iver arrangeret fitness flere gange.

Du har selv deltaget som aktiv ved de danske politimesterskaber i landevejsscykling rigtig mange gange, og altid med flotte resultater. Disse resultater har gjort, at du har været udtaget til DPIF's landshold i landevejsscykling og repræsenteret DPIF ved de europæiske politimesterskaber ikke mindre end 5 gange.

Det er en stor glæde at overrække Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål til Henrik Bandsholm, Vestegnens PI.

Med sportslig hilsen

*Knud Stadsgaard
Formand*

Dansk Politiidrætsforbund



Chefpolitiinspektør Knud Stadsgaard, politidirektør Kim Christiansen og Henrik Bandsholm.

Indstilling

Knud Stadsgaard

formand Dansk Politiidrætsforbund

Dansk Politiidrætsforbunds Sølvnål

MOTIVATION

Knud, du har siden 2017 været valgt og virket som Dansk Politiidrætsforbunds formand. En opgave du har udført med stor interesse og glæde ved idrætten.

Din store ledelsesmæssige kontaktflade i Dansk Politi, nyder Dansk Politiidrætsforbund stor gavn og glæde af i hverdagen, og du formår på meget fin vis i mange sammenhænge at synliggøre og i det hele taget at skabe stor respekt omkring politiidrætten.

Du har været med omkring etableringen af samarbejdet med Dansk Militært Idrætsforbund, du har været med omkring #DPiFbevægelse, du har været en meget stor og afgørende årsag til, at Politidirektørforeningen støtter op om politiidrætten med anerkendelse af Ildsjælene og Årets Sportsnavn, og du har bidraget med væsentlige input til Politiforbundets rapport om træning.

At alt ikke er en dans på roser, så vi ved pandemien, hvor du viste meget fine formandsevner i en svær tid for politiidrætten, men med godt overblik og god styring er det vores indtryk, at forbundet er kommet styrket ud af den situation.

Det er en stor fornøjelse at overrække dig Dansk Politiidrætsforbunds sølvnål.

Jens Claumarch
Næstformand

Ole K. Jacobsen
Generalsekretær

CORONARUN 2021

Uofficielt



AF Peter Wihan, Slagelse Politiidrætsforening
FOTOS alle deltagerne

Efter et noget miserabelt sportsår i 2020, hvor der var langt mellem snapsene, var et af de store lyspunkter Coronarun 2020. Det var, som det er nogen bekendt, et virtuelt løb, som vi fik stablet på benene på rekordtid i foråret 2020, og som endte med at blive taget vældig godt imod i hele landet. 417 deltagere løb med familien i alle politikredse inklusiv Færøerne og Grønland.

Vi varslede allerede dengang, at vi måske ville vende tilbage med et lignende løb i 2021, men med et nyt navn og forbedringer, hvor det var muligt. Skæbnen ville, at corona ikke helt kom så meget på afstand, som vi alle havde håbet på.

Energien var også lidt i bund, da der skulle tages beslutninger om, hvorvidt andet løb skulle blive en realitet, så tiden blev trukket lidt. Heldigvis rettede Mette Therkelsen fra Holstebro Politi-

idrætsforening kontakt til undertegnede og pressede lidt på, for at vi skulle gentage succesen. Det var lige det, der fik skubbet til læsset, der begyndte at rulle.

Coronarun navnet var desværre ikke helt passé, så efter korte overvejelser blev navnet blot ændret til Coronarun 2021, selvom der var en reel risiko for, at alt der efterhånden rimer på corona hang folk ud af halsen. Datoen var også kort til debat, men det gav god mening at holde fast i Store Bededag, selvom dagen lå sent på foråret.

IKKE DE STORE FORANDRINGER I KONCEPTET

Ellers var der ikke grund til de store forandringer i konceptet ud over 3 detaljer:

1. Ingen vinpræmier, da det havde givet gigant store udfordringer at få dem ud til vinderne.
2. En langt mere åben Facebookside, så der ikke var problemer med at tilgå denne.
3. Forhåndsoprettede kodeord til låste sider på hjemmesiden.

PDM i 5 og 10 km – samt familieløb



Kun punkt 3 gav lidt ekstra arbejde for arrangøren, men ellers var det bestemt gode nye tiltag. Der blev udfærdiget et nyt startnummer, og snart var tilmeldingen åben. De første 100 personer var tilmeldt på 10 dage, så det vidnede om, at 2020 havde været en succes, som kunne gentages. Justitsminister Nick Hækkerup var også hurtig til at melde, at han var interesseret i at deltage sammen med rigspolitichef Thorkild Fogde.

TILMELDINGER FRA DANMARK, FÆRØERNE OG GRØNLAND

Da dagen oprandt den 30. april 2021, var der i alt 369 tilmeldte heraf 4 fra Færøerne og 13 fra Grønland. Flot! Vejret viste sig fra sin gode side fra morgenstunden, men

skiftede lidt inden de sidste løbeture sidst på eftermiddagen. Stævnecenteret var igen oprettet i undertegnedes stue, så det var bare at vælte ud af sengen og gå i gang med, at motivere og skrive rundt til de mange deltagere.

Kl. 9 gik første start og snart efter begyndte resultaterne at vælte ind. Trykket var dog knap så massivt som i 2020, og man fornemmede, at flere havde valgt et tidspunkt, der passede dem i stedet for de foreslåede starttider kl. 9 og 17.

ARRANGØRENS EGEN LØBETUR

Kl. 10.32 var der så meget ro på, at undertegnede, efter moderat pres, fik hele familien ud i haven til årets Coronarun foto og opvarmning. Min store søn Jonas og jeg havde trænet godt siden januar, med mere end 40 løb, så vi var klar til at give den gas. Taktikken var klar. Jeg skulle starte 1½ minut foran Jonas. Han skulle således motiveres til at indhente mig, og jeg skulle motiveres til at holde ham bag mig. Sandheden er at hans unge alder til trods (han er kun lige fyldt 15 år), så er han blevet uhyggelig hurtig og også hurtigere end gamle farmand.

Jeg skød mig selv afsted i et alt for højt tempo og rundede således den første kilometer på 3.38 minutter. Lidt overdrevet og jeg bremsede en del ned, så de næste lød 3.58, 4.10, 4.06 og 3.59 min. Det var vældig meget bedre end håbet, og Jonas så jeg aldrig. Han var nu stadig hurtigere og strøg ind 1 minut senere i tiden 19.36 mod mine 19.51 min. Helle og Tobias fik ligeledes gennemført deres ture og roen kunne nu sænke sig, mens vi så frem mod næste start.

Kl. 17 var folk igen afsted, men igen ikke så massivt, og der var egentlig bare en generel konstant strøm af løbetider, der lullede ind hele vejen frem til kl. 24.00, hvor jeg mere eller mindre officielt lukkede løbet på Facebooksiden.

JUSTITSMINISTEREN FIK EN GOD TID

Facebooksiden var på daværende tidspunkt også fyldt med sjove, kreative og gode billeder af alle de mange deltagere, der havde lagt billeder op. Der var faktisk så mange, at det var lidt af en opgave at skrive lidt til hvert billede og holde styr på dem, så der kunne kåres en vinder for bedste billede senere. Nick Hækkerup var også repræsenteret her og også med en meget flot tid på 27,43 minutter. Man kunne kun blive i godt humør af at se på de mange billeder, og jeg håber, i vil nyde dem også, når de forhåbentligt danner en stor collage her i bladet ligesom sidst år.

På Facebooksiden var der undervejs trukket 20 x fredagsslik, så de første mange glade politibørnefamilier kunne mærke, at anstrengelserne ikke havde været forgæves. Igen i år var der virkelig mange børnefamilier afsted, og det var dejligt at se, at de kunne samles om løbet, samtidig med at der også rullede nogle vældig hurtige tider ind fra politiets stærke rækker. (Checket med Peter Wihan) M/K 16,46/19.16 minutter (Kristian Nerstrøm/Carina Jensen), og hurtigste 10 km på 36,59/39,54 minutter (Jacob Furu/Carina Jensen).

Dagen derpå skulle præmierne så fordeles, og selvom det lyder overskueligt, så er det også noget af en tidskrævende opgave, der skal løses. Hen på eftermiddagen var alt dog klappet og klart til de store lodtrækningsvideoer, og kl. 17.30 kunne vores familie slå over i at nyde det sidste af vores egen Store Bededags weekenden på normal vis. Nu skal roen lige sænke sig lidt, inden vi formodentligt nok arbejder videre med konceptet næste år.

Vi takker endnu engang for den fine tilslutning og ikke mindst de mange fine billeder.







CrossFit Games

– world wide

AF Kathrine Hachenberger, Lokalpolitiet Galten, Sydøstjyllands Politi
FOTOS Jesper Nikolajsen, Viborg, og Kathrine Hachenberger



Kathrine ved EM i 2017.
Foto af Jesper Nikolajsen



Fra Danmark havde vi to kvindelige politibetjente, som kvalificerede sig til finalerne, Sabrina Raahauge (12. plads) og Kathrine Hachenberger (8. plads). Sabrina er ansat i reaktionspatruljen i Vestegnens politikreds, og Kathrine er ansat som lokalbetjent i Galten i Sydøstjyllands politikreds.

Sabrina valgte dog ikke at deltage i finalerne, da hun også kvalificerede sig til semifinalerne til VM for hold (Semifinals - German Throwdown), som hun og holdet Team Norce Thor skal deltage i d. 11. juni til d. 13. juni. Hun var derfor nød til at fokusere al sin træning mod denne konkurrence. Vi ønsker hende og holdet held og lykke.

Kathrine var derfor den eneste danske atlet, der deltog i CrossFit Occupational Games 2021. I weekenden d. 7. til den 9. maj blev hun udfordret i fem online workouts, som skulle valideres af en godkendt dommer og videofilmes og sendes ind til godkendelse. I de fem workouts skulle hun blandt andet lave: handstand pushups, roning på romaskine, væggtøftning, GHD situps, reb klatring og meget mere. Hendes bedste placering i workoutsne var en 2. plads i den første workout de lavede.

Fredag d. 12. marts 2021 startede dette års største CrossFit konkurrence i verden. Konkurrencen hedder CrossFit Games 2021. Konkurrencen startede med fire online workouts, som skulle laves over tre uger. Denne del af konkurrencen kunne alle i hele verden deltage i. I denne første del af konkurrencen deltog knap 300.000 mænd og kvinder fra hele verden.

Siden 2016 har konkurrencen, ud over at kåre verdens fitteste mand og kvinde, også fundet de fitteste politibetjente, militærfolk, ambulanceredde og brandfolk. I år havde de dog lavet en hel konkurrence kun for disse arbejdsgrupper.

For at kvalificere sig til finalerne for politibetjente, krævede det, at man som kvinde kom i top 10% af de ca. 700 kvindelige deltagere eller som mand i top 10% af de ca. 2000 mandlige deltagere.

WORKOUTEN BESTOD AF

15 handstand pushups

15 shoulder to over head med 2x 15 kg håndvægte

15 cal. Roning

X 5 runder.

Hendes tid var 10:57 minutter.

INFO

Hvis du vil vide mere om Kathrine og Sabrinas træninger og livet med crossfit, så kan de følges på deres Instagramprofiler:

Kathrine kan findes på: **@hachenberger87** og Sabrina kan findes på: **@sabrinarahauge**

Billeder fra Kathrine og ægtemanden Carstens træningslokaler på bopælen



Derudover fik hun en 6. plads, 4. plads, 11. plads og en 5. plads. Hvis man får en 1. plads bliver man tildelt 1 point, hvis man får en 2. plads får man 2 point osv osv. Det gælder derfor om at have så få point som muligt. Med disse placeringer fik Kathrine en samlet flot 3. plads, og dermed blev hun vinder af bronzemedaljen og den tredje fitteste politikvinde i verden.

Kathrine har været ansat i dansk politi siden 2010, og er mindst tre gange blevet kåret til Europas fitteste politikvinde. Hun deltog i 2017 ved Europamesterskabet i det almindelig CrossFit mesterskab, hvor hun kvalificerede sig som nr. 40 og endte på en 26. plads i alt. Kathrine er gift med Carsten, som er ansat i forsvaret og sammen har de en søn Thor på 2 år.

Når Kathrine ikke arbejder og hygger med sin familie, træner hun i familiens home gym. De har bygget garagen om til et træningscenter, hvor de har stort set alt i udstyr. Det byggede de under den første corona nedlukning, så de kunne fortsætte de-

res træning, trods det at træningscentrene var lukket ned. I dag har de stort set alt i udstyr i deres lille hjemmecenter og træner derfor stort set kun derhjemme nu.

Kathrine udtaler selv om konkurrencen, at det var fedt, at der endelig kom en konkurrence, der kun var tilegnet politibetjente, da det efterhånden ikke er muligt at kunne følge med de bedste længere. "I 2017 konkurrerede jeg mod alle de bedste for at komme med til EM, og det var hårdt. Dengang havde jeg taget halvandet års orlov fra politiet, hvor jeg boede i Abu Dhabi, hvor jeg trænede og underviste i CrossFit hver dag", fortæller Kathrine og fortsætter: "Træningerne var oftest 2-4 timer om dagen seks dage om ugen. Dette er det størstedelen af toppen gør. Enten har de et deltidsjob eller også arbejder de fuldtids med CrossFit. Som fuldtidspolitibetjent med skiftende arbejdstider og uforudset overarbejde og en søn på 2 år, så kunne jeg bare ikke følge med længere. Så det var fedt at have denne konkurrence, hvor man kan sammenligne sig lidt mere med andre i samme jobsituation. I år var konkurrencen online, men vi håber alle på, at det vil udvikle sig, og at der vil komme en in-person konkurrence fremover, når vi er ovre corona epidemien", slutter Kathrine.

CrossFit er generelt en sport som egner sig godt til politifolk. Sporten blev originalt designet til militærfolk og politibetjente i USA. Det var træning, der var overførbart til deres daglige opgaver. Og så er det jo fedt med lidt konkurrence engang imellem. Alle, uanset niveau, kan deltage i den første del af CrossFit Games konkurrencen, så det gælder bare om at tilmelde sig næste år.

Kathrine i forbindelse med konkurrencen den 30. maj i år, sammen med 2 politikolleger. Kvinderne skal bære en 6 kg vægtvest og mændene en 9 kg vest. De skulle alle lave Murph: 1600 m løb, 100 pullups, 200 pushups, 300 airsquats og 1600 m løb



Fredagsløb

– en ægte god start på dagen

AF Kine Rosendal, Holstebro Politiidrætsforening
FOTO Brian Højgaard, Holstebro Politiidrætsforening

Fredagsløb med politiets idrætsforening er kommet for at blive. Alle der har lyst, har siden fredag den 16. april 2021 kunne mødes kl. 06.45 foran politigården i Holstebro og løbe afsted der ud af. Indtil videre har vi været mellem 5-10 engagerede og ikke mindst morgenfriske løbere pr. gang. Vi er en god blanding af politier, administrative og ledere, der snører løbeskoene, og får en ualmindelig dejlig start på dagen (og den forestående weekend!). Humøret er altid højt, og undervejs på turene er der bl.a. blevet spottet interne bakkespurter, slutspurter og sågar knæløft ved rødt lys. Alle kan være med, da ruten undervejs kan afkortes eller forlænges, alt efter hvad morgenhumøret er til – tendensen indtil videre er dog, at alle fremmødte følges ad de 6 kilometer, den obligatoriske rute er blevet til. Det er både socialt, sjovt og motiverende at være med til fredagsløb – og det forpligter på en dejlig uforpligtende måde, at komme ud at løbe, når man ved, at der står et skønt morgenhold og venter.



Den RØDE tråd - SPORTEN I HVERDAGEN -

AF Lene Friedrichsen, Rigspolitiets Idrætsforening
FOTO Lene Friedrichsen

Det var Ironman 2015, som jeg var så heldig at kunne kalde mit første. Det blev gjort muligt via Rigspolitiets Idrætsforening og en udfordring fra samme om at deltage i min første Ironman med kun et års forberedelse. Det kom der en række artikler ud af, som jeg skrev tilbage i 2014.

Det blev en fantastisk oplevelse. Med det mener jeg selvfølgelig selve løbsdagen, hvor det at løbe op ad den røde løber mod målet foran Christiansborg er noget, som jeg aldrig glemmer. Men jeg tænker især også på det år, jeg brugte til at forberede mig og træne mig op til løbsdagen, som var i august 2015.

Da jeg kun havde et år til at forberede mig i, og da jeg ikke kunne crawlle, ikke havde kørt på landevejscykel og kun var en middelhøj løber, hvor 10 km var en helt uoverskuelig distance, stod jeg over for en udfordring. Det førte til mange timer på landevejen og i vandet (Øresund blev en god ven hen af vejen), men især knyttede jeg mange gode venskaber og etablerede vigtige netværk igennem sporten.

Det med netværk handlede om personer, som er rigtigt dygtige i forhold til ernæring og træning. Der er virkelig mange kompetente og dygtige trænere og vejledere, som kan bistå og støtte en nybegynder såvel som en landsholdsdeltager. Men der er også de andre netværk, som handler om de personer, man møder på vej i vandet nede ved badebroen, de som også kæmper på cyklen i de bølgende bakker i Nordsjælland i strid mod vind, og som også har udfordringer med bakkerne, når man er på sidste del af dagens 2 timers løbetræning.

Det er vigtige netværk, hvor flere af personerne fra disse, i dag er blandt de allerbedste af mine venner. Det er det sport (også) kan.

Da jeg sad i startområdet dengang i 2015, mødte jeg en mand i køen til startnumrene. Han spurgte ind til mit løb, og jeg kunne svare, at dette var mit første, og at jeg naturligvis var nervøs. Han svarede, at dette var hans 7. Ironman. Han tilføjede efter en mindre pause: "Nyd det - du får aldrig samme store oplevelse sidenhen i forhold til denne første tur". Jeg må give ham ret.

Året efter kørte jeg Ironman Nice. En helt anden størrel-

se end København. En stigning i bjergene på 24 km og en svømmetur i Middelhavet som indledning er noget anderledes end Amagerstrand og Nordsjællands bakker. Jeg var nok ikke helt forberedt på den "bjergetape", men jeg kom i mål efter en tilfredsstillende indsats.

Manden jeg talte med i teltet i 2015 havde beskrevet de næste løb ret præcist. Det var en ok ting at have gennemført i de næste løb. Det var også en super oplevelse at køre i et andet land, men følelsen af absolut sejr udeblev fuldstændigt. Skulle man så overhovedet fortsætte i sporten?

Et af de løb jeg husker tydeligst efter Nice var Ironman Hamborg. Et løb jeg havde forberedt mig grundigt til og havde glædet mig til, da det var året jeg fyldte 50, og min fødselsdag var tilmed dagen efter løbet. Jeg havde inviteret venner og familie, og troede det hele ville gå op i en festlig helhed. Dagen for løbet var med en smuk solopgang ud over Alsteren midt i Hamborg, hvorfra starten gik, og vejret var perfekt til cykelturen ud af byen.

Frem til alle konkurrencer jeg nogensinde har deltaget i, også i de 40 år jeg var springrytter, har min største bekymring været, hvad der ville ske mentalt, såfremt man ikke gennemfører. Hvordan kommer man videre? Giver man mentalt op fremadrettet? Vil man nogensinde komme over det? Det ville vise sig, at jeg var ved at finde ud af netop det...

Da jeg stod ved svømmestarten med ca. 3.500 andre startende og så solen stå op, vidste jeg, at jeg ikke ville gennemføre. Det var en følelse af ikke at være rigtigt "tilstede" og af at have bygget et pres op, jeg ikke ønskede at være under længere, det pres om aldrig at måtte mærke rigtigt efter, hvad jeg egentligt havde lyst til.

Svømningen i Hamborg blev den bedste for mig nogensinde. Den bedste rytme og tid jeg har præsteret til nu på de 3,8 km. Da jeg kom op af vandet og løb mod min cykel, vidste jeg, at det var nu, jeg ville stå af. Jeg satte mig i T1 (omklædning før cyklen) og stirrede lige ud i luften, som om jeg ventede på at smelte ned i asfalten og bare forsvinde. Det gav naturligvis anledning til en anelse bekymring hos Røde Kors medarbejderne i teltet, men efter lidt snak om situationen blev de overbevist om, at jeg ikke var fuldstændigt vanvittig og lod mig forlade området.

hvad der VIDERE skete



Men jeg forsvandt jo netop ikke ned i asfalten. Det skete jo så ikke og langsomt accepterede jeg følelsen af at have taget den rigtige beslutning - for mig - ikke for nogen andre, ikke familie, venner eller andre, vare for mig. Jeg skulle ikke mere den dag.

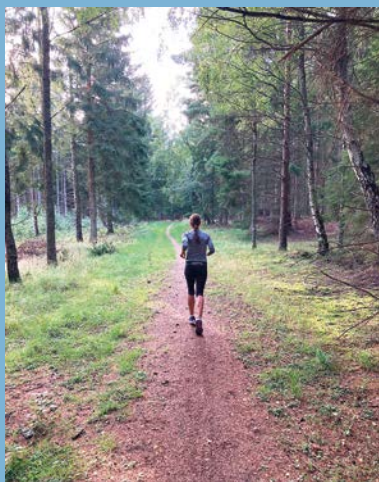
Min fødselsdag blev fejret næste dag, og der har ikke været en dag siden, hvor jeg var i tvivl om, at det var den rigtige beslutning at stå af. Det var nemlig et valg, jeg selv traf. Min pointe er, at selvom sport er godt for man-

ge ting, kan der opstå det berømte "pres", som gør, at vi ikke længere er klar over, hvad vi som enkelt-personer har lyst til. Et pres vi naturligvis selv skaber, men som kan føles lige tungt. Det hele handler om den berømte balance. Det er helt ligegyldigt, om det er i den lokale golfklub eller i træningscenteret. Vi skal gøre det, vi selv føler fungerer for os.



I 2017 var det derfor tid til at overveje, hvad jeg ville med sporten. Hvad skulle triathlon være for mig? - den årlige "rus" i forhold til deltagelse i diverse Ironmans eller en gennemgående "rød tråd" i hverdagslivet - eller en kombination af begge? Det er vel en overvejelse, de fleste af os gør os. Er den 10 km man træner op til i forbindelse med et vægttab, noget der skal blive til mere end den ene gang? Er de løb man laver i skoven om søndagen, noget der kunne omsættes til faste løb i en orienteringsløbeklub?

Jeg besluttede, at der hvor triathlon har en plads i mit liv er som "den røde tråd". En daglig kilde til inspiration ind over 3 forskellige sportsgrene, hvor jeg egentligt ikke er særligt god til nogen af dem, men hvor kombinationen af alle 3 giver mig en udfordring, som kræver disciplin, rigtig ernæring og samarbejde med såvel dygtige "trikolleger" og en dygtig træner, som lærer mig noget nyt hver dag om mine fysiske evner og mentale styrker og svagheder.



Det handler så også igen om det med netværk. Det at melde til de store Ironman løb er således ikke længere det vigtigste, men mere et pejlemærke i forhold til dagsformen. Det vigtigste er, for mig, at løbet, den der sure tirsdag aften i slut og modvind "bare spiller", og kroppen gør det, jeg beder den om. Lige lidt bedre hver gang. Det er en sejr, som begejstrer

hver gang, der midt på landevejen - også uden en rød løber.

Ikke en artikel uden COVID. COVID har været en udfordring for os alle. Fra slut 2019 og frem har vi ikke kunnet bevæge os rundt i hverdagen, som vi plejer. For os der dyrker sport vil det have påvirket os på den ene eller anden måde, og herunder har svømningen været helt umulig stort set hele vinteren 2020/2021. Jeg har set seje svømmere i Øresund hele vinteren, men der satte jeg personligt grænsen. Under 9 grader er simpelthen for koldt for mig, idet jeg meget hurtigt taber varme.

Vi er derfor alle udfordrede af en udendørs svømmesæson, som nok har sat de fleste af os under et vist pres frem mod de længere distancer.

På styrketræningssiden, i forhold til cyklingen og løbet har den triste COVID tid været en tid, der har skabt nye træningsmuligheder og har betydet ude-træning uanset vejr og vind. Her har en god makker været uvurderlig, så man kommer ud og får styrketrænet i al slags vejr og får vænnet sig til at køre på grus i læ i skoven når vinden går amok.

Et godt tip har været, at indkøbe nogle sæt elastikker og vægte, som så kan ligge i bilen. Det kræver at man når igen-nem til et sted, hvor disse ikke er udsolgt, og at man har en bil, som ikke slæber bagenden hen over asfalten, når alle vægte er med om bord (som min har tendens til). Men når alt dette går op i en højere enhed, betyder det, at jeg fleksibelt og nemt kan køre ud til nye steder og få trænet igennem.



Det fører næsten altid til sjove episoder og bemærkninger fra for-bipasserende (en dyb squat midt i en mudret vandpyt kan jo også

se lidt anstrengt ud!), og som flere har sagt det i denne COVID krise, da har vi jo et fantastisk landskab i Danmark, hvor der er rigeligt med fysiske udfordringer næsten uanset, hvor man er.

I foråret 2021 er jeg flyttet til et nyt land. Jeg er flyttet fra Danmark til Holland, hvor jeg skal arbejde nogle år. Samtidigt med det er der et mål om at køre Ironman København søndag den 22. august 2021.

Foreløbigt har gode kolleger taget rigtig godt i mod mig og taget mig med på mine første cykelture her i Holland. Holland er et rigtigt cykelland og bortset fra en kontant modvind (!), da tyder det hele godt i forhold til at få nogle "kilometer i benene". Men hvor svømmer man her? Hvor er de gode løberuter? Hvem kan man træne med, og hvor skal cyklen repareres?

De sportslige udfordringer er mange, og det kan tydeligt mærkes på kroppen, at der sker en masse i hverdagen (alene antallet af flyttekasser er jo overvældende!). Den stress der opleves mentalt sætter sig også i kroppen, hvilket det har taget mig nogle år at forstå.

Jeg er spændt på fremtiden her - men mon ikke min sport, som den "røde tråd" kan medvirke til at nye netværk opstår, nye venskaber knyttes og man kan lære et nyt land at kende?

MTB sommer cup

1. afdeling

AF Jesper Andersen, Randers Politi Idrætsforening

FOTOS Dennis Gosvig og Martin Asvig, Randers Politi Idrætsforening

Så fik vi endeligt skudt hul på en ny omgang MTB (mountainbike) sommer cup. Vejret og sporet bar dog ikke præg af sommer. Det lignede mest af alt en dag i oktober med 10 grader og regn.

Aftenen inden løbet havde 4 friske folk fra Randers Politis Idrætsforening sat banen op. Det tog over 3 timer, og folk skøjtede rundt i mudder, imens tankerne mest gik på, hvor meget der skulle til for at aflyse.

Heldigvis blev arrangementet fuldført, som blev bakket op af ca. 30 glade fremmødte ryttere, hvilket må siges at være flot. Under løbet var vejrguderne dog lidt med os, idet det ikke regnede de par timer, hvor løbet stod på.

Løbet blev kørt i Romalt Bakker, som er hjemmebane for MTB Randers. Sporet er gennem flere omgange renoveret og vedligeholdt af frivillige fra MTB Randers i samarbejde med Randers Kommune. Sporet var meget mudret flere steder, men der blev givet gas af de godt 30 fremmødte. Ruten var en sjov og udfordrende rute på ca. 5 km. med 150 hm pr. omgang. Regnen og mudret gjorde ruten ekstra udfordrende, og flere ryttere kunne dog også berette om flere styrt. Heldigvis kom ingen til skade, og det lignede, at rytterne havde en fest trods alt.

Der skulle køres 4 omgange for klasse 1 og 2 mens klasse 3, 4 og damerne kørte 3 omgange. Der var også 2 tilmeldt i begynderklassen, som kørte 2 omgange.

Der var ryttere repræsenteret i alle klasser, som gav god konkurrence ude på sporet.

Med smil på læben, mudrede ansigter og beskidte cykler kunne rytterne efter løbet nyde godt af pølsevognen, som var lejet til arrangementet.

Grundet div. restriktioner, havde arrangørerne valgt at afholde præmieoverrækkelse og afslutning nede ved en stor bål/shelterplads, som var på stedet. Rytterne kunne her nyde godt af mad fra pølsevognen, samt kage, vand, sodavand, øl og kaffe, som velfortjent blev nydt af rytterne.







PODIEPLADSER I DIV. KLASSER

Klasse 1

- | | |
|---------------------|------------|
| 1. Jakob Nørgaard | Randers PI |
| 2. Søren Albertsen | Viborg PI |
| 3. Kasper Børjesson | Viborg PI |

Klasse 2

- | | |
|--------------------------|--------------|
| 1. Jesper Holst Ginnerup | PI Aarhus |
| 2. Kim Løvkvist | Midt-Vestsj. |
| 3. Jesper Compier | PI Aarhus |

Klasse 3

- | | |
|--------------------------|---------------|
| 1. Lars H. Jensen | Midt- Vestsj. |
| 2. Michael Lindholm | DMI |
| 3. Poul Gregers Pedersen | Midt- Vestsj. |

Klasse 4

- | | |
|-------------------------|---------------|
| 1. Niels Bo Søndergaard | Fyns PI |
| 2. Hans Henrik Juda | Midt- Vestsj. |
| 3. Kurt Petersen | Fyns PI |

Damer

- | | |
|------------------|------------|
| 1. Malene Højris | Herning PI |
| 2. Marianne | Herning PI |

Begynder

- | | |
|----------------------|------------|
| 1. Frederik Pedersen | Randers PI |
| 2. Henrik Laursen | Randers PI |

Da SPI "GIK" amok!

TEKST og FOTO Peter Wihan,
Slagelse Politiidrætsforening

Hvis nogen var det mindste i tvivl om, at politifolk er konkurrencemennesker, så blev det da gjort til skamme, da SPI (Slagelse Politiidrætsforening) i februar afholdt deres årlige skridtudfordring. Udfordringen har kørt lidt on and off gennem de sidste 5 år, men i år skulle det i hvert fald være, da det jo om noget er meget corona venligt. Nogle enkelte fra foreningen var allerede startet lidt tidligt op, da DFIF (Dansk Politiidrætsforbund) havde lavet en 3 ugers skridtudfordring i januar, som forløber for flere skridtudfordringer i DFIF regi. Jeg havde, som enkelte andre, meldt mig til dette, som opvarmning for vores egen udfordring.

Den 1. februar var skæringsdato for SPI's egen event. Det plejer at være en festlig omgang, hvor nogle hurtigt falder fra, mens andre tager den over i det ekstreme. Undertegnede fik selv en 2. plads i 2019, men det var ikke uden kamp. Jeg havde tilfældigvis ferie hele den pågældende måned i 2019 og gik og gik med hele familien flere dele af verden. Alligevel "kun" en 2. plads, da Thomas Jensen valgte at gå til arbejde flere gange fra Korsør til Slagelse. Ja ja!

Nå, men i år ville jeg da naturligvis gå efter 1. pladsen, men jeg skal da lige love for, at jeg hurtigt blev hægtet af, da de 2 kamp-
haner Guðrið Schade og Lars Denholt tørnede sammen i en "mandfolkeduel" af usefte dimensioner.



Med et gennemsnit på knap 35.000 skridt om dagen var de 2 flere hundredetusind skridt foran nr. 3, og det var uagtet, at der faktisk ikke var præmie for at blive nr. 1, men udelukkende præmie til bedste gæt på, hvor mange skridt 5. pladsen havde gået.

Igen blev der stået vanvittigt tidligt op og gået til og fra arbejde. Denne gang var det dog fra Slagelse og til Skælskør, hvor Guðrið er bosiddende. Det var da heller ikke uden afsagn fra familien, at Guðrið Schade til sidst løb med sejren med 970.000 skridt på 28 dage. En vanvittig præstation, som har kostet tæt på 3 timer på landevejen hver eneste dag. Stort tillykke fra SPI.

... og hvis nogen tænker, hvordan gik det så skribenten. ... Han holdt en hæderlig 7 plads i et felt af hele 33 duellerende.

Vægtløftere kandiderer til OL i Tokyo

AF Robert Hansen, Dansk Politiidrætsforbund
FOTOS Isaac Morillas og Steward Ragan

Vægtløftning er ikke på programmet hos Dansk Politiidrætsforbund. Om vi har haft et landshold i vægtløftning, kan Dansk Politiidrætsforbunds omfattende arkiv formentlig svare på, men i skrivende stund er det heller ikke aktuelt. Det er måske mere aktuelt, at vi måske inden længe bør tænke på at få et politilandshold i vægtløftning. Aktuelt fordi dansk politi har ikke mindre end 2 OL kandidater i vægtløftning. I skrivende stund her i slutningen af maj måned, er det endnu ikke afgjort, om Sandra Høgføldt Jensen og Marie Louise Vennekilde (begge Fyns Politiidrætsforening) har kvalificeret sig til OL i Japan i år. Når de linjer læses, så er det formentlig afgjort, men uanset udfaldet, så følger Politiidræt op på det senere.

Sandra Høgføldt Jensen, 27 år og Marie Louise Vennekilde, 35 år, er begge ansat i Beredskabsafdelingen hos Fyns Politi, på samme hold og samme weekend rul, hvilket gør deres fælles træning meget nemmere. "Der går stort set ikke en dag, hvor vi ikke træner sammen", fortæller Sandra til Politiidræt, og fortsætter: "Selv om vægtløftning er en individuel sport, så er jeg overbevist om, at hvis ikke vi havde haft hinanden at sparre med, så var vi ikke nået så langt".

Louise og Sandra mødtes ved en tilfældighed i 2014 i et crossfit center, hvor Louise var i færd med at træne til politiets optagelsesprøver. Sandra var på det tidspunkt ikke gammel nok til at kunne søge optagelse, men havde samme planer og mål, og hurtigt fandt de to kvinder ud af, at de havde samme interesse i den målrettede træning mod optagelsesprøverne og glæden ved at dyrke crossfitt. Og ved endnu en tilfældighed opdagede de begge, at de havde flair for vægtløftning, hvilket bragte dem begge på det danske vægtløftningshold. Og inden de havde set sig om, var de også begge ansat i politiet.

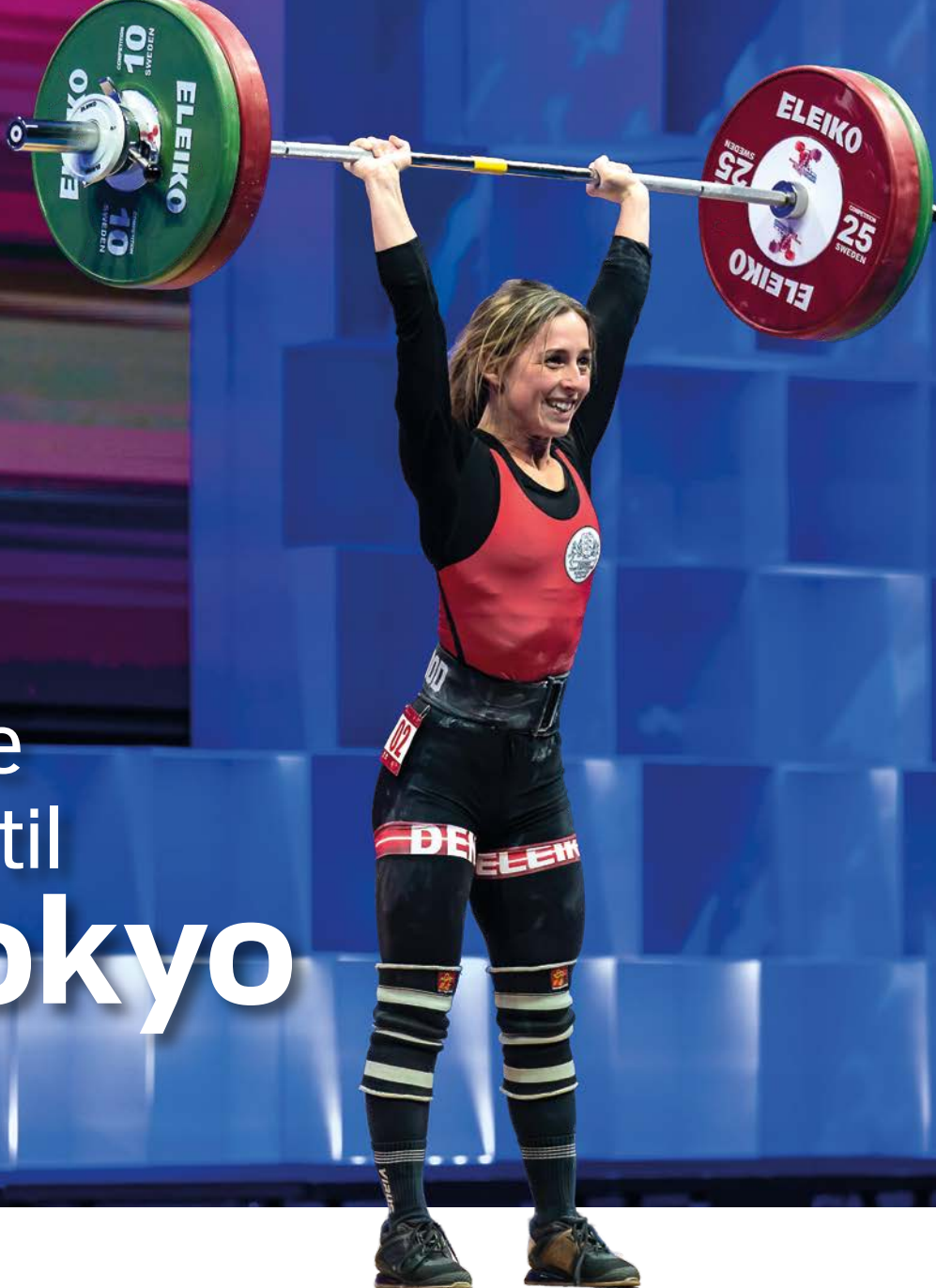
INDEHAVERE AF SAMTLIGE REKORDER

- Sandra Jensen er indehaver af samtlige danske og nordiske rekorder i - 49 kg klassen.

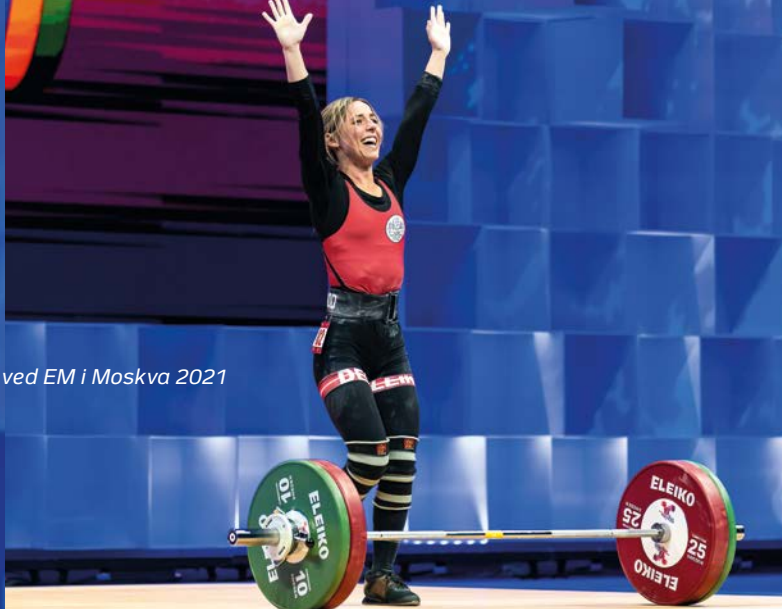
- Louise Vennekilde er indehaver af samtlige danske rekorder i - 87 og + 87 kg klassen.

MÅLET ER OL I JAPAN

Siden 2018 har Louise og Sandra trænet og arbejdet i deres fritid på at kvalificere sig til OL i Japan i 2021. I 2018 blev der



Sandra Høgfjeldt Jensen ved EM i Moskva 2021



Sandra og Louise i Rom 2021



Marie Louise Vennekilde ved EM i Moskva 2021



i vægtløftning lavet om på kvalifikationssystemet, så det blev muligt individuelt at kvalificere sig til OL. Det betød, at man over en årrække skulle deltage i så mange stævner som muligt verden over, og dermed samle et antal point, og på den måde kravle op ad verdensranglisten.

Begge er netop vendt hjem fra et stævne i Colombia, som ingen af dem endnu kender udfaldet af. Dette stævne kan være det alt afgørende for, om de kommer med til OL i år.

Selve kvalifikationsprocessen vil normalt tage 2 år, men også her har coronasituationen spillet ind, og udsat konkurrencer og stævner flere gange, og kvalifikationssystemet er temmelig kompliceret, så ofte er det svært for udøveren selv at regne sig frem til, om man er købt eller solgt – eller om man skal til OL eller ej.

DÆKKER SELV ALLE UDGIFFER

Da vægtløftning er en lille sport i Danmark, ydes der ikke støtte til udøverne fra Team Danmark, og Sandra og Louise må selv afholde alle udgifter i forbindelse med kvalifikationer- og stæv-

ner til et kommende OL. Derfor har Dansk Politiidrætsforbund også støttet begge kvinders vej frem mod OL i Japan med midler fra forbundets Stævne- og Rejsefond.

Sandra fortæller om vægtløftning: "Der er en del, som forveksler vægtløftning med styrkeløft – for lige at udspecificere hvad sporten går ud på, så kommer der lige en kort beskrivelse her":

Vægtløftning består udelukkende af to discipliner – træk og stød. I begge løft starter vægtstangen på jorden. I træk har man bredt fat i stangen og løfter den over hovedet i en bevægelse – i stød har man smalt fat i stangen og løfter den først op på skuldrene og derefter op over hovedet".

Som nævnt i indledningen, så ved Louise og Sandra endnu ikke, om de har kvalificeret sig til OL i Tokyo i år. Men Politiidræt følger dem begge, og følger op på resultatet af deres anstrengelser.

Unge løfter jern med politiet

AF Robert Hansen, Dansk Politiidrætsforbund

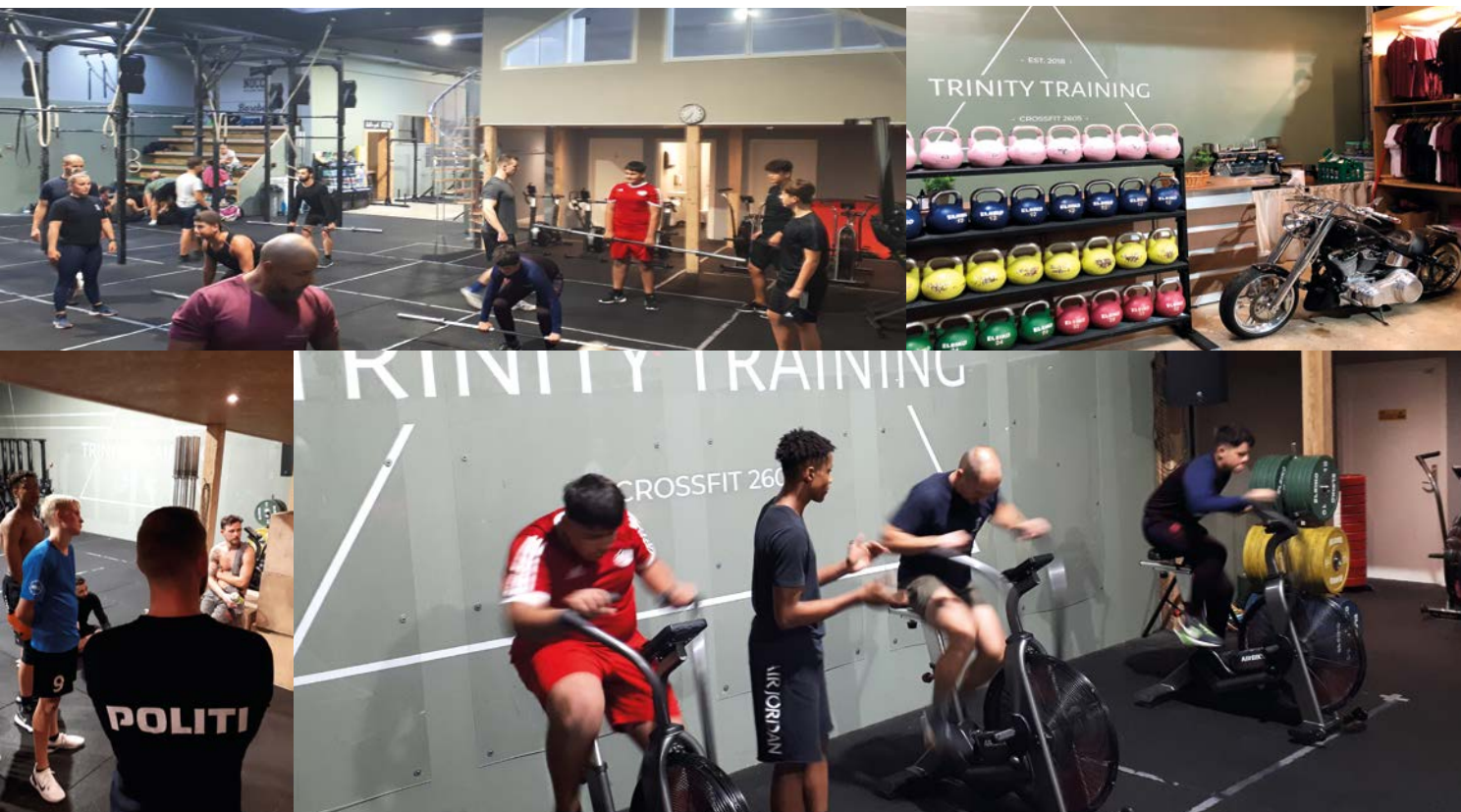
På Polintra (politiets interne informations websider), kunne man i efteråret 2020 læse om Københavns Vestegns Politis projekt, hvor Vestegnens Politis forebyggelsesafdeling havde kontakt til byens unge, som blev inviteret til at deltage i et projekt, hvor de lokale politifolk trænede crossfit med de unge. Projektet skulle forløbe året ud, hvorefter det skulle evalueres i løbet af 2021.

"Evalueringen er i skrivende stund endnu ikke afsluttet, men overordnet set er projektet en succes, som vi arbejder meget på, at kunne fortsætte med", fortæller politikommissær Anja Høpfner, chef for Københavns Vestegns Politis Forebyggelsessekretariat, som er leder og koordinator for projektet. Anja Høpfner fortsætter: "Flere forældre har udtrykt, at deres unger nu er begyndt at gå op i deres kroppe. De spiser sundt, bevæger

sig meget mere, og pædagogerne i kommunen har ligeledes registreret en positiv udvikling blandt de unge mennesker". "Flere af de unge mennesker har meldt sig ind i lokale klubber, som et alternativ til at opholde sig på gaden. De har altså fået etableret nye og sunde fællesskaber", slutter Anja Høpfner.

Redaktionen på Politiidræt synes så godt om projektet, at vi mener det fortjener en omtale i Politiidræt. Vi bringer derfor, med tilladelse fra Rigspolitiets Kommunikation, i uredigeret form Sandra Højby Jensens beretning om projektet, som det var at læse på Polintra i efteråret 2020. Senere følger vi op på projektet med en beretning og evaluering fra Anja Høpfner, når det endelige resultat af projektet foreligger.





Unge løfter jern med politiet

– "Man kommer ud med sine følelser på en anden måde"

AF Sandra Højby Jensen, Rigspolitiet Kommunikation
FOTOS Kristian Lund, Vestegns Politi

Hver fredag aften frem til december går Marlene, eller en af hendes kolleger fra forebyggelsessekretariatet, til crossfit med unge mellem 14-17 år. Det er blot ét ud af en række tiltag, som lokalpolitiet hos Københavns Vestegns Politi har sat i søen for at forebygge kriminalitet blandt unge udsatte borgere.

Hos Københavns Vestegns Politi har man taget nye midler i brug for at holde unge ude af kriminalitet. Et af dem er at dyrke crossfit med kriminalitetstruede unge.

Hver fredag kl. 18 møder politiassistent Marlene Bendix eller en af hendes kolleger op i crossfit boxen (træningscenter red.) Trinity Training i Brøndby for at løfte vægte og svinge kettlebells med unge mellem 14-17 år. Og det er ikke blot noget, hun gør for hyggens skyld. En vigtig del af politiets forebyggende arbejde er nemlig den helt tidlige præventive indsats, hvor unge mennesker sikres de bedste vilkår for et kriminalitetsfrit liv. Det kan blandt andet ske ved at hjælpe de unge til at blive del af et fællesskab uden for kriminelle cirkler og få dem væk fra gaden.

REDDET AF VÆGTSTANGEN

Særligt i Brøndby oplever man udfordringer med kriminalitets-truede unge, der, bl.a. på grund af deres adfærd i det offentlige rum, skaber utryghed hos de borgere, der færdes i områderne. Derfor har de indgået et samarbejde med lokale interessenter og Brøndby kommune, der skal være med til at forebygge de unges risikoadfærd ved både at trække dem væk fra gaden og give dem muligheden for at deltage i et positivt fællesskab.

"Vi blev opmærksomme på et amerikansk projekt kaldet 'Saved by the barbell' (reddet af vægtstangen red.), hvor crossfit boxe samarbejder med andre lokale aktører om særlige indsatser overfor kriminalitetstruede unge. Da der netop var åbnet et nyt sted i Brøndby, fik vi muligheden for at arbejde med et lignende projekt," fortæller Marlene Bendix, der er initiativtageren bag projektet.

"Crossfit-træningen skal være med til at give de unge et fællesskab og et tilhørsforhold til deres egen krop. Et sted, hvor



de kan være sig selv," siger Marlene Bendix, som understreger, at målgruppen ikke er unge, der er dømt for kriminalitet, men unge, der "tipper lidt til den ene eller den anden side".

ØGER DE UNGES TILLID TIL POLITIET

Marlene og hendes kolleger får fat i de unge gennem direkte kontakt til ungdomsklubberne i Brøndby.

"Sammen med en af kredsens civile forebyggere tog vi ud i ungdomsklubberne i Brøndby kommune og hørte, hvad de syntes om ideen. Det endte med et fire måneders forløb med bootcamp hver fredag fra kl. 18-19:30 for en række ungdomsklubber i Brøndby Strand. Og nu er det så op til ungdomsklubberne, der sammen med vores civile forebygger, står for at rekruttere de unge til os, fordi de kender dem og deres livssituation allerbedst. Det er ikke os, der er udførende. Vi skal bare møde op og lave det vigtige relationsskabende arbejde," siger Marlene.

Ifølge Allan Nyring, politiinspektør ved lokalpolitiet hos Københavns Vestegns Politi, er crossfit-projektet og indsatsen med at skabe et positivt forhold mellem de lokale betjente og de unge et godt eksempel på, hvordan man generelt arbejder med forebyggelse i politikredsen.

"Når vi hjælper de unge med fx bedre trivsel, styrker deres selv-værd og øger deres tillid til myndighederne, er det også med til at holde dem ude af kriminelle netværk. Vi lægger derfor stor vægt på relationer i forebyggelsesarbejdet, for – udover at være med til at forebygge kriminalitet blandt særligt unge – så giver det os samtidig en utroligt værdifuld adgang til en gruppe unge, som ellers kan være meget tilbageholdende med at tale med politiet."



Idrætsnyheder

PI København

LIDT NYT fra PI-København Badminton

AF Casper Christensen,
formand PI-København Badmintonafdeling
FOTO fra badmintonafdelingen arkiv, PI-København

Året går på held. I hvert fald rent badmintonmæssigt. Nu ville vi, under normale omstændigheder, have afsluttet turneringen for 2020-2021, og ville enten græde over at skulle rykke ned, være tilfredse med at blive i samme række, eller fejre en oprykning.

Desværre har der ikke været nogen af delene for os i denne omgang. Årsagen kender I naturligvis, men det er en lidt tom fornemmelse, vi sidder tilbage med. Der er ikke noget at gøre, verden er så småt ved at starte op igen. Hjulene drejer stille og roligt rundt igen og vaccinationer og hyppige tests, gør det efterhånden muligt at komme i hallen igen. Der er ikke længere restriktioner i forhold til, hvor mange vi må være til træning, og forhåbentlig bliver verden også igen så "normal", at det ikke kræver et coronapas eller noget, der minder om for at komme til træning.

Men verden er IKKE normal endnu, og indtil videre glædes vi over at kunne tilbyde træning til vores medlemmer igen, at vi skal lide den lille ulempe at blive testet jævnligt, skal ikke tage glæden ved igen at kunne svinge ketcheren fra os. Så kan vi kigge frem imod en sæson 2021 - 2022, hvor vi igen, som foregående år, har tilmeldt to hold. Vi ville gerne tilmelde flere og tilbyde vore medlemmer at spille kampe, men det kræver, at vi igen får hævet medlemstallet.

Covid19 har været en smule hård ved netop medlemstallet. Vi har tilbudt vore medlemmer at komme i stand-by, men til syvende og sidst gav det for flere ikke mening at være medlemmer i en klub, der ikke er åben. Det forstår vi naturligvis godt, vi håber bare at medlemmerne, med genåbning af hallerne, kommer retur.

Vi er stadig glade. Vi elsker at spille badminton, og vi elsker vores lille klub, der leverer sammenhold og glæde

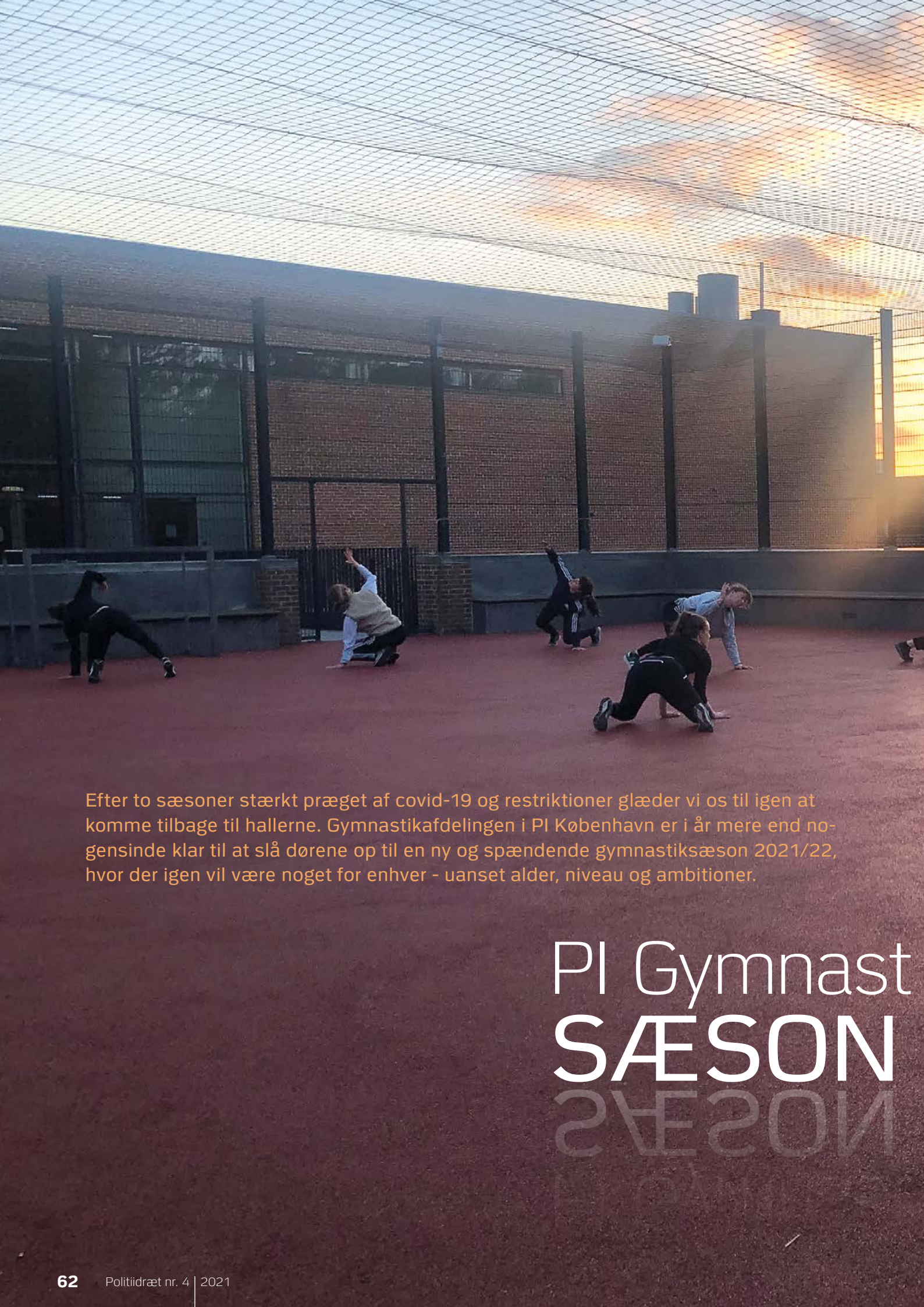


for dem, der kommer og benytter os. Vi kigger stille og roligt hen imod en fødselsdag for klubben. 75 år gammel i år og vi skal have fejret det på behørig vis. Det håber vi naturligvis kan lade sig gøre, og at mange vil komme og fejre, at klubben har bestået i så mange år, som den har. Vi håber naturligvis i samme omgang, at vi kan holde klubben kørende 75 år endnu, om end det på et tidspunkt skal nogle andre kræfter til.

For nuværende skal vi stille og roligt have klubben til at køre igen. Der er masser at tage fat på, og jeg kan kun takke alle mine medlemmer og min bestyrelse for det engagement, de lægger for dagen og det positive humør, der altid hersker i regi af vores klub.

Vi håber på at kunne gå ind i en turnering efter sommerferien, hvor det er muligt at spille kampene og dyrke det sociale efter kampene. Vi vil gerne, som vi tidligere har gjort, invitere vore modstandere på en øl, en vand eller, hvis de har lyst, en bid mad efter kampene, for der skal ikke herske nogen tvivl om, at det hos os handler om at dyrke vores sport samtidig med, at vi dyrker det sociale. Foreningslivet her i landet er ret unikt, og det er noget, vi skal værne om i tider, hvor flere og flere bekender sig til skærme i stedet for haller og græsplæner.

Der er ikke andet for end at kigge fremad. Vi vil forsøge at øge vores medlemstal og vi vil forsøge at holde gamle traditioner i live samtidig med, at vi skaber nye.



Efter to sæsoner stærkt præget af covid-19 og restriktioner glæder vi os til igen at komme tilbage til hallerne. Gymnastikafdelingen i PI København er i år mere end nogensinde klar til at slå dørene op til en ny og spændende gymnastiksæson 2021/22, hvor der igen vil være noget for enhver - uanset alder, niveau og ambitioner.

PI Gymnast SÆSON



ik ser frem til
2021/2022



AF Anna Stenger og Kristine Brandt Kofoed, bestyrelsesmedlemmer PI København Gymnastikafdeling
FOTOS Louise Marholt og Linette Stamp Christensen

Det begyndte ellers lige så godt! PI Gymnastik havde tilbage i september 2020 en flyvende sæsonstart på alle hold, indtil Covid-19 satte en stopper for det hele - først med antalsbegrænsning og zoneinddelt træning og til sidst med nedlukning af hele foreningsidrætten. Vi har i gymnastikafdelingen siden da forsøgt at holde humøret højt, og vores medlemmer og instruktører har navigeret og på forbilledlig vis prøvet at være "sammen" om gymnastikken og dansen med virtuelle træninger via diverse platforme. Savnet til bevægelse og bevægelsesfællesskaberne i PI Gymnastik betyder nu, at vi næsten ikke kan vente til sæson 21/22, hvor vi håber at se meget mere til leg, dans og gymnastik (og meget mindre til Covid-19).

Bestyrelsen i PI Gymnastik planlægger sæsonen 21/22 ud fra, at vi til september 2021 kan have sæsonopstart på normalvis, og at vi kan gennemføre en sæson uden nedlukninger. Selvom vi i skrivende stund mangler at få de sidste detaljer på plads, præsenterer vi endnu engang et stærkt instruktørfelt og mange forskellige hold.

PI Gymnastik byder i den kommende sæson blandt andet på to familiehold til børnefamilierne, PI Styrke for m/k +30 år, der

ønsker fysisk udfordring og stærkt socialt fællesskab, PI Mænd, et dansehold kun for mænd, PI Opvisningshold, et af Københavns ældste mixhold for rytme og spring samt en masse andre danse- og gymnastikhold i forskellige genrer, niveauer og aldersgrupper.

De fleste af holdene har opstart den første uge i september, mens enkelte hold starter allerede i august. Mange af foreningens hold afholder fortræninger og en udtagelse, hvorefter holdet sættes. For ikke-udtagede hold og familieholdene sker tilmelding og registrering ved første træning.

Følg med på Facebook (www.facebook.com/pigymnastik), foreningens hjemmeside (www.pigymnastik.dk) samt Instagram (@[pigymnastik](https://www.instagram.com/pigymnastik)), hvor I kan tjekke holdene ud, og hvor der løbende vil blive lagt informationer om opstart, hold og instruktører.

Vi ses til en ny sæson med masser af fejlesving, kolbøtter og high-fives til både nye og kendte ansigter.



PI-GYMNASTER I VERDENSKLASSE

DGI Verdensholdet er igen klar til at drage ud på verdensturné, og denne gang sender PI Gymnastik fem gymnaster med på rejsen.

AF Anna Stenger, bestyrelsesmedlem PI Gymnastik, PI-København
FOTOS DGI.dk

Da coronavirus ramte Danmark og lukkede verden i foråret 2020 blev foreningslivet hårdt ramt, og hos DGI Verdensholdet betød det, at man var nødsaget at udsætte den allerede planlagte verdensturné med showet QUA til 2021/22. På trods af, at COVID19 hele foråret 2021 stadig har præget foreningslivet med lukkede haller og online træning, har holdet bag DGI Verdensholdet endelige kunne sætte en dato for den kommende turné og dermed også for udtagelse af truppen. En udtagelse til Verdensholdet stiller store krav til færdigheder og fysik, og man kan kun forestille sig, hvor svært det må være at træne sig op til så stor en udtagelse. For hvordan øver man en sekvens, når alle haller og sale er lukkede? Og hvordan øver man sine spring, når der ikke er en trampolin og landingsmåtte tilgængelig? Kreativiteten og tålmodigheden må have været på overarbejde hos gymnasterne fra hele landet, som blot er med til at understrege, hvor stor respekt og skulderklap alle, der stiller op, fortjener.

Efter et års venten er DGI Verdensholdet endelig kommet i mål med udtagelsen, som kulminerede den 19. maj 2021 med offentliggørelsen af de 28 udtagede gymnaster. Vi er i PI Gymnastik utrolig stolte over at have hele fem PI-gymnaster med blandt de udtagede, og vi ønsker et kæmpestort tillykke til:



De fem kommende verdensholdsgymnaster repræsenterer henholdsvis PI Elitepiger, PI Træningstyperne, PI Fokus og PI Mænd.

PI Gymnastik ønsker jer alle en fantastisk rejse!

DGI Verdensholdets vision er at bevæge verden mod mere oplysning, mere sundhed og mere fællesskab. Gennem shows og workshops i store dele af verden viser de, hvad dansk gymnastik kan samt udbreder viden og ønsket om at gøre en forskel inden for bevægelse, sundhed, fællesskaber og en aktiv livsstil.

*Al info om adresseændring, forkert levering, ophør af levering af bladet og lignende henvendelse til: **Dansk Politiidrætsforbund***
Politigården, Københavns Vestegns Politi, Birkelundsvej 2, 2620 Albertslund. Mail: **info@politisport.dk**
Ved henvendelse, **oplys gerne medlemsnummer - eks.: (A) 40-9999**, der står på linie 2 i adressen ovenfor