

POLITIIDRÆT

Dansk Politidrætsforbund nr. 5 • 2023

DANSKE POLITIMESTERSKABER I CYKLING

KONGRES I NORDISK POLITIIDRÆT

FYNSK SPRINT CUP



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 Henrik Sønderby

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. 2880 0067

E-mail: info@politisport.dk

Hjemmeside

www.politisport.dk

Layout

FL Reklame

Tryk

Stibo, Horsens

Annonceekspedition

Politiidræt

Agerbakken 21, 8362 Hørning

Tlf. 8793 3786

E-mail: info@politiinfo.dk

Forside

Fynsk Sprint Cup.

Kurt og Helle stempler ud i Søby.

Foto: Peter Wihan.

Deadline/Udgivelse 2023

6/23

Deadline for indl. af stof: 14. august

Udgivelse 26. september 2023

7/23

Deadline for indl. af stof: 18. september

Udgivelse 31. oktober 2023

8/23

Deadline for indl. af stof: 30. oktober

Udgivelse 12. december 2023



Politiidræt

Leder	5
Fynsk Sprint Cup	6
PI Midt- og Vestsjælland til Roskilde park stafet	10
Nordisk kongres i Stockholm	12
En dag på racerbanen...obligatorisk årligt kørekursus	14
En motorcykel køreteknisk dag på Ring Djursland	16
Kolding PI til speedway	18
Præsentation af det nye FU medlem i DPIF	21
Kolding Open tennis turnering	22
Hvad bør politibetjente have fokus på i forbindelse med øvelsen One Arm Row?	24
Træningssamling for herrehåndboldlandsholdet	28
Kollegamotion Grænsekontrollenheden Billund Lufthavn	31
De danske politimesterskaber i Landevejscykling	32
Tre gamle Pler vandt guld i Zürich	41

PI-Nyt

Bowlingafdelingen

Bowlingafdelingen indleder sæsonen i ny hal 45 |

Floorballafdelingen

Floorball situationen lige inden sommerferien 46 |

Fodboldafdelingen

Sæsonafslutning 48 |

Golfafdelingen

Sommer Golf Match eller: Politiet versus Sportsjournalisterne 50 |

Gymnastikafdelingen

PI Gymnastik klar med nyt sæsonprogram 52 |

PI Øvede sluttede sæsonen af med græs under fødderne 54 |

Motionsafdelingen

Grillaften & sommerferie 58 |

Sejlsport- og Kajakafdelingen

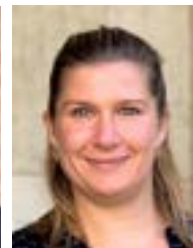
Sjælland (sådan næsten) Rundt 63 |

Formand
Henrik Sønderby

Næstformand
Jens Claumarch

Kasserer
Carsten Ekstrøm

FU medlem
Ea Busch Nielsen



UDSKIFTNING PÅ HOLDET OG MASSER AF FYSISK AKTIVITET



TUSIND TAK TIL TIDLIGERE MEDLEM AF FORRETNINGSUDVALGET – JESPER BANGSGAARD

Kort tid efter konstitueringen af Forretningsudvalget i DPF var på plads i april måned, blev det desværre nødvendigt at foretage en ændring i udvalgets sammensætning, idet Jesper Bangsgaard af private årsager var nødt til at stoppe på posten med øjeblikkelig virkning. Som nyvalgt formand havde jeg håbet på, at kunne trække på Jespers mangeårige erfaring fra udvalgsarbejdet i flere år frem, men der var fuld forståelse og accept af beslutningen. Vi skal nok få en passende lejlighed til at sige ordentlig farvel og tak til Jesper i fremtiden, men jeg vil dog ikke undlade at takke ham her i medlemsbladet for hans historiske indsats. Han har ikke bare bidraget med rigtig mange frivillige timer, men også med en masse konstruktive input undervejs, der har bidraget til at udvikle DPF, ligesom han er en meget hyggelig gemyt, som også har bidraget til at sikre trivsel i udvalget.

VELKOMMEN TIL DET NYE MEDLEM AF FORRETNINGSUDVALGET – EA BUSCH NIELSEN

Et enigt Forretningsudvalg og Hovedbestyrelse i DPF kunne byde Ea Busch Nielsen fra Københavns Politi velkommen til posten som medlem af Forretningsudvalget. Ea har i flere år været en del af Forretningsudvalget i PI-København, og er selv en aktiv orientingsløber. Vi ser frem til samarbejdet.

DEN NORDISKE KONGRES I STOCKHOLM 2023

Forretningsudvalget deltog traditionen tro på den nordiske kongres i Stockholm i maj måned. Alle seks medlemslande deltog i kongressen, og selvom de respektive lande har meget forskellige vilkår at arbejde under, så var samarbejdet og passionen for politidræt og bevægelse i højsæde hos alle. Det var skønt at se, at værterne fra Sverige, nu igen havde et stærkt fokus på politidrætten, og at de fra 1. januar 2023 var blevet medlem af USPE. Et af resultaterne af kongressen blev, at DPF ekstraordinært påtog sig værtskabet for et nordisk mesterskab i orientingsløb i 2024, og at vi fik gennemført,

at der næste år holdes et nordisk prøvemesterskab i Padel i Danmark. Funktionel Fitness blev ligeledes anerkendt som officiel disciplin i nordisk regi. Der var desuden hædersbevisninger til den afgående DPF formand og generalsekretær, som en anerkendelse for deres meget store arbejde – både i nordisk og europæisk regi.

FLOTTE RESULTATER VED MESTERSKABER

I juni måned blev DPM i landevejscykling afviklet i Nordsjælland. 16 deltagere i enkeltstart og 54 i linjeløbet oplevede et yderst professionelt set up, og kvitterede med nogle meget flotte tider og præstationer.

MASSER AF FYSISKE AKTIVITETER I POLITIKREDSENE

Det kan med stor interesse og glæde konstateres, at der virkelig er gang i en masse fysiske aktivitetsarrangementer rundt omkring i politiet. I maj måned sluttede Dansk Firmaidræts "Tæl skridt" kampagne, og rigtig mange kolleger deltog rundt omkring i landet. I Midt- og Vestjyllands Politi blev det til lidt over 23 millioner skridt fra deltagerne på de to uger kampagnen kørte. Det gav dem faktisk en samlet 47. plads ud af i alt 156 deltagende virksomheder landet over. Super flot resultat, som andre politikredse kan forsøge at slå, når næste kampagne løber af stablen igen den 28. august. 250 kolleger i Nordsjællands Politi gav den fuld gas på "Bevægelsesdagen", og i juni måned tog Efterforskningen i Randers en udfordring op og tog samlet set 40.000 armbøjninger på 25 dage, mens man i Nordjylland kørte "Tour de Sows".

De nævnte aktiviteter er blot nogle af en lang række i landets politikredse, og det er skønt at se, hvordan det breder sig som ringe i vandet. Som noget nyt, kan man nu se på POLIntra, hvilke sundhedsindsatser de enkelte politikredse arbejder med.

[#DPFibevægelse](#)

Henrik Sønderby
Formand

FYNSK



AF Jørn Lind, PI København
FOTOS Peter Wihan, Dansk Politidrætsforbund

Igen i år var flere orienteringsklubber gået sammen om at lave et spændende sprint-arrangement med løb i gamle bydele med gårde, porte og smalle passager, der indbød til spændende banelægning. Faaborg OK, Svendborg OK, OK Melfar og Odense Orienteringsklub havde valgt Ærø med Marstal og Ærøskøbing, som hver fik tildelt to etaper til weekendens tællende konkurrence, og med Søby til fortræning om fredagen.

SPRINT CUP

Det lød jo i sig selv ret indbydende med spændende løb og samtidig mulighed for at se eller gense den smukke ø, og det var således ret oplagt for PI København at lave en klubtur ud af det. Vandrerhjemmet i Ærøskøbing, Villa Blomberg, der bl.a. bestyres af pensioneret kollega Dorte Bo Jensen, blev booket i god tid, så der var plads til os alle. Vi var 19 deltagende løbere fra PI København blandt mere end 270 forud tilmeldte løbere.

Peter Wihan havde blandt alle sine andre gøremål også haft tid til at arrangere et løb i løbet således, at medlemmer af en af politiets idrætsforeninger konkurrerede mod hinanden, og der blev lavet en særskilt resultatliste for deltagerne på de fem baner, som vi deltog i. Klasse- og baneinddelingen gjorde, at de 27 deltagere i "politikkonkurrencen" konkurrerede mod hinanden på de enkelte baner og ikke i de aldersinddelte klasser, som den "rigtige" konkurrence var ind delt i.

Der var til politiets interne konkurrence lavet et meget fint og indbydende trykt program, og her kunne man bl.a. læse om sprintnormen, der bl.a. med farver på orienteringskortet viser, hvor man må færdes i byområdet. Hvis f.eks. en hæk kan/må passeres, afhænger det af kortet, om det er tilladt, og det er for konkurrencens "fairness" vigtigt, at løberne følger reglerne, men det er også vigtigt for sportens omdømme, at ejendomsbesiddere m.v. ikke generes. Det kræver altid en hel del tilladelser at lave orienteringsløb i byområder, så løberne ikke kun må følge de offentligt tilgængelige veje og stier, men at gårde og private områder giver mulighed for spændende vejvalg og postplaceringer. »



Starten i Marstal

Af programmet kunne man også se, at kendte politifolk var involveret i stævnet, idet Søren Klingenberg og Jørgen Olesen var banelæggere i henholdsvis Søby og Marstal., og de havde sammen med Kasper Toftes banelægning i Ærøskøbing sørget for, at det blev nogle spændende løb med mange muligheder for at dumme sig i forbindelse med de kringlede baneforløb. Der var flere af vores løbere, der kom til at springe over en post, hvilket stort set altid skyldes manglende koncentration. Sprint er en intens form for løb, hvor tempoet er højere end i skoven, da det er korte baner, og der er som regel flere vejvalgsmuligheder, så der skal træffes hurtige beslutninger. Et forkert valg kan hurtigt koste tid og placeringer.

Sidstnævnte kan jeg selv skrive under på. Ved fortræningen løb jeg en del forkert, men det blev løbende bedre de næste dage, så jeg var klar til at der ved sidste etape om søndagen skulle sættes et fornuftigt punktum efter min samlede tredjeplads tidligere på dagen..... men som det skete for flere andre, sprang jeg en post over, hvilket jeg først opdagede, da jeg var kommet i mål. Det ville så medføre en diskvalifikation, og jeg ville dermed være ude af den samlede konkurrence. Jeg havde tidligere ved et af vores egne løb erfaret, at det ikke er for sent at indhente det forsømte, så da min chip endnu ikke var blevet aflæst, løb jeg tilbage til den glemte post og stempede derefter igen de følgende tre poster inden mål, og mit løb blev godkendt. En konkurrent i egne rækker (som tidligere ved aflæsning af den anvendte chip var blevet diskvalificeret for at mangle en post) "bogede" reglementet og fandt ud af, at løbet var at betragte som afsluttet efter passage af mål. Altså måtte jeg ifølge reglementet ikke indhente det forsømte ved at løbe tilbage til den glemte post, hvis målposten var stempet. Mit held var nok, at tidtagningssystemet Sport Ident ikke var indstillet til at afslutte løbet inden aflæsning af min chip.



Helle og Jacob nyder solen



Jørn Lind stempler ud i Marstal



Jonas stempler ud

Selv om jeg ved at løbe tilbage til den glemte post brugte ekstra lang tid og endte i bunden af resultatlisten ved etappen, endte jeg pænt placeret i det samlede resultat for H65. Jeg kunne dog ikke følge med Torkil Hansen, der samlet blev nr. 2 og vandt politik konkurrencen på banen. Elin Kracht blev i D40 ligeledes samlet nr. 2 med en enkelt vundet etape, mens Peter Wihan vandt alle etaper i H45 og dermed var vinder af både den samlede konkurrence og politik konkurrencen på banen.

Der var hver dag opstillet en pavillon, hvor vi kunne samles, og Peter Wihan havde – godt hjulpet af hustru Helle og sønnerne – sørget for rigeligt med forsyninger af både vådt og tørt, så ingen skulle gå ned på mangel på energi.

Peter havde også sørget for, at der var præmier til både herre- og damevinderne af de enkelte etaper og den samlede konkurrence, men der var heldigvis også en del lodtrækningspræmier, så det var ikke kun de hurtigste, der fik noget med hjem.

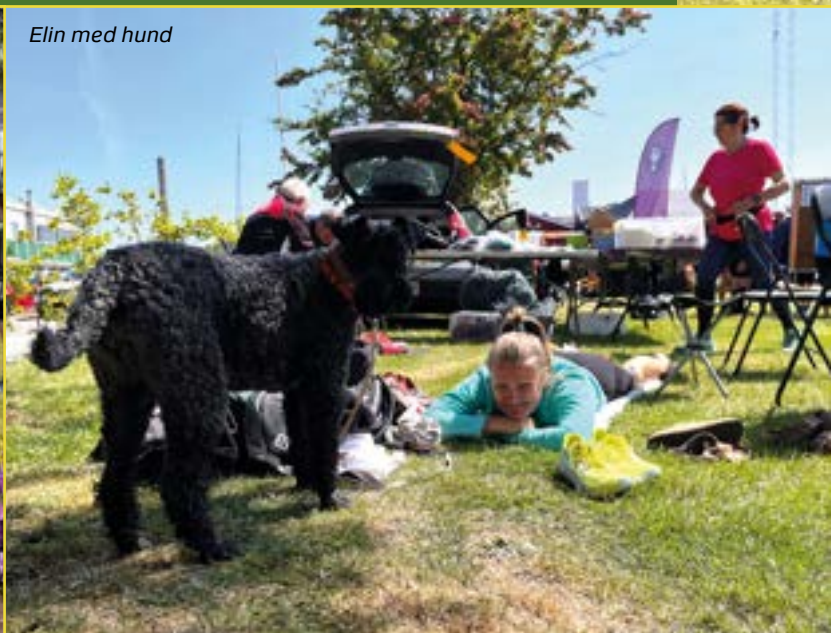
Der var under hele stævnet et rigtig dejligt vejr, og vi fik mellem løbene mulighed for at se noget af Ærø's skønne natur.

Om lørdagen var der arrangeret fælles spisning på Cafe Arthur i Søby, og afslutningen blev foretaget på Ærøskøbings campingplads med kraftig gullaschsuppe og overrækkelse af de sidste præmier.

Tak for nogle virkelig dejlige dage i skønne omgivelser med spændende løb. Jeg kommer helt sikkert tilbage til Fyn næste år. Må jeg foreslå Svendborg, som indbyder til spændende byorientering.



Politiet i Ærøskøbing



Elin med hund

RESULTATERNE AF DE ENKELTE ETAPER OG DET SAMLEDE RESULTAT KLASSEVIS KAN SES PÅ
WWW.FYNSKSPRINTCUP.DK/RESULTATERALLE.ASP,
OG DE BANERELATEREDE RESULTATER FRA POLITIKONKURRENCEN KAN SES PÅ
POLITISPORT.DK/WP-CONTENT/UPLOADS/2023/06/POLITI-SPRINT-CUP-FINAL-RESULTS.PDF.



PI Midt- og Vestsjælland til **ROSKILDE PARK STAF**

TEKST og FOTOS Kim Løvkvist, samt Camilla Søby, begge Midt- og Vestsjællands PI

Omkring 100 af politikredsens ansatte deltog torsdag den 8. juni i Roskilde Park Stafet og kæmpede sig i hold på fire rundt på den fem kilometer lange rute.

“Der var højt humør, rigtig godt vejr, god stemning og masser af grillpølser. Billederne taler næsten for sig selv”, siger Kim Løvkvist fra Politiets Idrætsforening, der havde koordineret politiets deltagelse i løbet. Han tilføjer:

“Det blev et rigtigt godt arrangement, og vi er foreningens side glade for, at politikredsen støttede arrangementet både økonomisk og praktisk”.

De mange deltagere kom fra flere forskellige dele af kredsens geografi, og hurtigste mand på ruten blev Karsten Bruhn fra hundeafdelingen, der fik tiden ned under de magiske 20 minutter på den yderst kuperede og krævende rute.





ET



Fra debutanten Camilla Søby har vi modtaget dette bidrag:

Jeg tilmeldte mig et hold til årets Parkstafet for at være med til et socialt arrangement med kredsen. Jeg startede min løbetræning i marts måned, men intensjonen om, at jeg inden parkstafetten ville kunne løbe 5km uden at gå. Det lykkedes mig to uger før med en tid på 39 minutter. De følgende løbeture lå i det samme tidsinterval, og jeg havde derfor et stort håb om, at kunne løbe parkstafetten på 36-37 minutter. Ruten var hård og solen gjorde sit til, at det var varmt at komme igennem ruten, og jeg måtte sande, at jeg var nødt til at gå lidt ad vejen. Den gode stemning og opbakning fra kolleger, som stod og hejpede (eller overhalede mig på ruten) var med til at hjælpe mig på vej, når det var rigtig hårdt. Men jeg kom i mål og var klar til en hyggelig aften med en tid på 34:35. Nu skal jeg så bare sætte et nyt mål, så jeg kan være klar til at deltage igen til næste år.)



Alle landes deltagere på hovedtrappen foran politihovedkvarter i Stockholm



NORDISK KONGRES I STOCKHOLM

TEKST og FOTOS Jens Claumarch, næstformand Dansk Politiidrætsforbund

Svenska Polisidrottsförbundet, som havde formandsskabet i Nordisk politiidræt, var vært for kongressen i dagene d. 26-28 maj.

Fra Danmark deltog FU – Henrik Sønderby, formand, Carsten Ekstrøm, kasserer og generalsekretær, Jesper Bangsgaard, FU medlem og undertegnede. Det var Henriks og Carsten første møde med de øvrige nordiske lande, så det var rart for alle at få set hinanden og snakket sammen.

Fredag var der teknisk møde, hvor flere forslag blev behandlet med henblik på vedtagelse på kongressen om lørdagen.

Følgende blev lørdag godkendt af kongressen:

Funktional fitness bliver ny sportsgren i stedet for cross country skiing, hvor der er få deltagere og kun 3 lande, der har udøvere. Til det første prøvemesterskab i funktional fitness, der blev afholdt i Stockholm i foråret 2023, deltog alle 6 medlemslande med både kvinder og mænd. Næste nordiske politimesterskab vil blive afholdt i Finland okt/nov 2025.

Der afholdes nordiske politimesterskaber i 8 idrætter, og skal der en ny idræt ind, skal der en anden ud, hvor landene vil se på deltagerantal og hvor mange lande, der tilmelder sig.

Padel bliver gennemført som officielt prøvemesterskab i foråret 2024 i Danmark, og såfremt der bliver stor tilslutning, vil landene på kongressen i 2025 vurdere, om en anden idrætsgren skal glide ud og padel ind. Padelmesterskabet vil bestå af en holdturnering for både mænd og kvinder samt individuelt politimesterskab i par for kvinder og mænd. Hvert land må stille med 8 kvinder og 8 mænd.

Sverige afholder nordiske politimesterskaber i fodbold d. 3-9 juni 2024 i Stockholm for både kvinder og mænd.

Orientering flyttes i 2024 fra Estland til Danmark, idet Estland ikke er helt sikre på, hvor meget støtte de får til politiidrætten.





Kongressens samlede deltagere omkring bordet ved det teknisk møde fredag



De 6 formænd/præsidenter. Fra venstre: Allar Raja, Estland, Michael Fetz, Sverige, Henrik Sønderby, Danmark, Ellen Mari Burheim, Norge, Marko Törmänen, Finland og Óskar Bjartmarz, Island.

Kalenderen for nordiske politimesterskaber blev gennemgået og fastlagt til 2029.

2024: Padel i Danmark (prøve). Fodbold i Sverige. Orientering i Danmark

2025: Golf i Danmark, Funktional fitness i Finland. Kongres i Estland.

2026: Skydning i Danmark, Håndbold i Norge.

2027: Marathon i Sverige. Volleyball eller padel. Kongres i Finland.

2028: Orientering i Finland. Fodbold i Danmark.

2029: Golf i Sverige. Funktional fitness i Norge. Kongres i Norge.

Formandsskabet skiftede over til Estland, der har det frem til 2025.

Efter kongressen var der arrangeret sejltur i skærgården ind til de kongeliges private residens, Drottningholm Slot, hvor der var frokost ombord med svensk nationalret – potatismos og köttbullar.

Lørdag aften var der afslutning og social hygge, hvor Danmarks mangeårige generalsekretær og kasserer, Ole K. Jacobsen, blev hædret af de øvrige nordiske lande for hans mangeårige arbejde for den nordiske og europæiske politiidræt.

Norge tildelte Ole "Hederstegn i guld". Island tildelte hæderstegn i guld, som er deres næsthøjeste idrætsudmærkelse – kun æreskors er højere, og det er ikke udgivet til nogen endnu. Sverige overrakte en lille træplade med det nordiske NPSA mærke i guld og inskription med tak for de mange år i politiidrættens tjeneste. Estland og Island havde andre gaver med til Ole.

Hædersdiplom fra Norge

Træplaquette fra Sverige



Michael Fetz, Sverige, overrække hædersbevisning til Ole Kjær Jacobsen



Fra venstre Per Olaf Nordli, Norge, Ole Kjær Jacobsen, Danmark og Ellen Mari, Norge

Óskar Bjartmarz, Island, sætter hædersnål på Ole



En af øvelserne som skulle forlænge omgangstiden for at minimere ventetid.

En dag på racerbanen... ...obligatorisk årligt kørekursus

AF Flemming Hedegaard Wagner
FOTOS Maria Walsted Nyboe

Et lille dusin medlemmer fra MC Taskforce, en afdeling af Rigspolitiets Idrætsforening, var taget til Ring Djursland på Grundlovsdag – mandag den 5. juni 2023 - for at blive strammet op til sommerens assistancer.

MC Taskforce er en gruppe af uddannede Trafik Officials med en overbygning til også at kunne regulere færdsel og lave eskorte kørsel fra motorcyklen. Vi havde på dette kursus inviteret et par medlemmer fra vores Fynske samarbejdspartner, MC-Marshalls.

Vi dækker hele Danmark, de fleste er dog ovre fra Djævleøen (læs: København) – derfor var hovedparten ankommet allerede søndag aften og havde overnattet på KYST Hotellet i Grenå. Jeg selv kom direkte hjemmefra ved Horsens og havde fået ristede Frankfurter undervejs, det var nemlig ret køligt (8 C), så jeg havde tændt for varmen i håndtagene.

Vel ankommet før tiden, fik jeg varmet mig med en kop kaffe, mens vi var bænket til briefing af vores 2 instruktører fra Tradium, som med deres baggrund i færdselspolitiet, havde sammensat en række øvelser som er værdifulde for vores behov. Bl.a. acceleration og bremsning, langsom kørsel med skarpe sving, kørsel med fuldt styrudslag og kurveteknik med forskellige hastigheder.

Min MC baggrund er snart 41 år som motorcyklist (jeg af lagde min køreprøve ved at køre rundt om Politivet) og har været med i MC-Taskforce fra begyndelsen i 2010. Sidste år kørte jeg over 12.000 km og har nok i gennemsnit kørt omkring 10.000 km/sæson. Dog har jeg i 25 år primært kørt med sidevogn og da den i 2018 blev skiftet ud med en stor adventure motorcykel (BMW R1200GS), blev jeg noget udfordret, selvom jeg gennem årene også har kørt en del solo, men mest på mindre cykler.

Vi gør os klar til opvarmning. Jeg kører i orange vest for at skille mig særligt ud i trafikken.



Derfor var jeg forberedt på, at denne dag på Ring Djursland ville give mig sved på panden. Ikke mindst fordi jeg kørte på min netop anskaffede BMW R1250GS Adventure, som jeg ikke engang havde kørt 2.000 km på endnu.

I min egenskab som Motorcykel Marshall har jeg gennemført flere kørekurser, men på forskellige baner. Med forskellige instruktører og øvelser, så jeg var ganske spændt på, hvad dagen ville bringe.

Efter morgenkaffe og briefing om dagens øvelser, gik vi ud og startede vores motorcykler. Et obligatorisk check af udstødninger blev foretaget på grund af støjregler. Vi fordelte os i vores grupper og kørte ud på banen, hvor vi kørte nogle runder for at motionere dækkene.

Min første øvelse var bremsning med udgangspunkt fra nogle kegler. Vi startede med forholdsvis lav hastighed – omkring 50 km/t – og satte hastigheden op for hver omgang. Må sige at det løb lidt koldt ned af ryggen, da jeg lavede en maksimalopbremsning fra over 100 km/t. Men det var helt sikkert meget lærerigt, for nu ved jeg hvor meget ABS bremses betyder på en motorcykel. Min motorcykel skulle efter manualen endda kunne klare nedbremsning i kurver – det fik jeg afprøvet på næste øvelse.

Det var nemlig kurveteknik, hvor vi i løbet af nogle omgange blev nogenlunde fortrolig med den såkaldte ideallinie. Jeg

kører altid efter princippet "better safe than sorry", så det var her jeg fik afprøvet at bruge bremsen i en kurve, da jeg kom for hurtigt ind i svinget. Jeg havde helt sikkert kunnet køre gennem kurven, men blev lidt nervøs, fordi jeg så skulle lægge min nye motorcykel ret langt ned i kurven.

Efterfølgende kunne jeg se på min BMW MC App, at jeg i løbet af dagen havde været ude i nedlægnings vinkler på op til 30 grader.

På runderne var indlagt forskellige småøvelser for at forlænge omgangstiden, så der ikke blev for meget ventetid på de primære øvelser. En af disse var zig-zag kørsel mellem flagstænger. Absolut min favorit. Her er tricket, at man ikke får lavet alt for store armbevægelser, man skal nærmest smygge sig rundt om hjørnerne. En udfordring når ens motorcykel er monteret med store bagagekasser og derfor fylder en del i landskabet.

Sving øvelsen blev udvidet med undvigeteknik, hvor vi skulle forestille os en uventet forhindring, her en kegle, der pludselig dukkede op midt i svinget. Ret op, brems og styr udenom. En øvelse jeg ved tidligere kurser har trænet en del i, så det mestrede jeg hurtigt. Jeg var efterhånden også blevet lidt mere tryk ved min nye motorcykel, som jeg endda havde måttet ændre kørselsmode fra Economy til Road, for at kunne accelerere hurtigt nok ved bremseøvelsen.



Velkomst og briefing til morgenkaffen

Det var tid til en kort pause med en hurtig kop kaffe og vi skiftede derefter placering til en anden udfordring. Det var ved Danmarks Sværeste Sving. Sving som er designet med flere hurtige kurver og en buet bane. Jeg tog det fra den forsigtige vinkel, men allerede efter nogle få omgange blev jeg mere fortrolig med kurverne, og jeg kunne hæve hastigheden betragteligt. Sikke en følelse at accellere gennem idealkurverne - uden risiko for at møde hverken modkørende eller biler på sideveje.

Den for mig absolut sværeste øvelse blev afholdt her midt i de svære sving. Men det havde intet med høj hastighed at gøre, faktisk tværtimod. Vi skulle gennem en keglebane, hvor der skulle foretages skarpe 270 graders sving med lav hastighed. Målet er ikke at sætte fødderne ned. En øvelse jeg tidligere har været endda rigtig ferm til, men det var på en BMW R65GS som vejede mindst 100 kg mindre end dagens GS'er. At jeg så også var ret nervøs for at tabe min nye motorcykel, gjorde det ikke nemmere.

Hov, jeg glemte at fortælle at øvelsen foregik på en bakke, hvorfor vi skulle svinge samtidig med at det gik både op og ned. Det var ikke noget, jeg havde øvet i før, og jeg må erkende, at det var ganske svært og det lykkedes ikke at gennemføre fejlfrit. Jeg tror, kun der var en deltager som det lykkedes for.

Efter frokost var det lidt mere "fri leg". Vi legede Kongens Efterfølger på et vejnet lavet med streger. Jørgen Raht var udfordreren og ingen kunne følge med. Jørgen er til daglig MC betjent.

Vejret var super perfekt med temperaturer fra 8 til 25 C, solskin og ingen regn. Heldigvis, for tænk hvis en af instruktørerne syntes vi lige skulle prøve glatbanen.

Et kørekursus gør ikke blot en dygtigere, men man får lært hvor ens grænser for færdigheder går, som i mine øjne er den vigtigste lære. Men en anden nok så vigtig færdighed er, at som MC-marshall er det yderst vigtigt, at kunne holde koncentrationen i mange timer - og det kan trænes i masser af dagligdags situationer, som ikke involverer en motorcykel.

En moto på Ring Dju



TEKST og FOTOS Søren Birkhøj

25 forventningsfulde motorcyklister fra hele Danmark mødtes Grundlovsdag op på Ring Tradium Djursland til en fornøjelig MC (motorcykel) kørekursusdag for at få finpudset deres mc-kompetencer. Underviserne, som også underviser politiets egne mc folk, var garvede "drenge", så kompetencerne var i top.

rcykel køreteknisk dag rsland



Efter morgenmad og kaffe blev alle sikkerhedsregler gennemgået, og straks efter blev der delt hold (à 8 personer) i sværhedsgrader grøn, gul og rød. Alle MC Task force deltagere deltog på rødt hold.

Der var forskellige øvelser rundt om på anlægget, bla. nedbremsning fra 60 km/t, øget gradvist op til 120 km til fuldt stop, undvigelsesmanøvre ved kørsel i sving og meget andet.

En af de mere specielle øvelser var langsom manøvrekör-

sel mellem kegler ned og op ad bakke. Den udfordrede flere kursister, da man skulle have 100% kontrol over sin mc og kunne vægtforskyde for at slippe igennem øvelsen uden at stå af.

Der var høj sol, masser af kegler (på banen) og godt humør. Dagen sluttede kl 15 med opsamling hvorefter folk drog hjemad i alle retninger. Kurset var i øvrigt arrangeret af politibetjent Jørgen Rath-Nielsen

Tak for et godt og lærerigt kursus.

KOLDING PI TIL **SPEEDWAY**

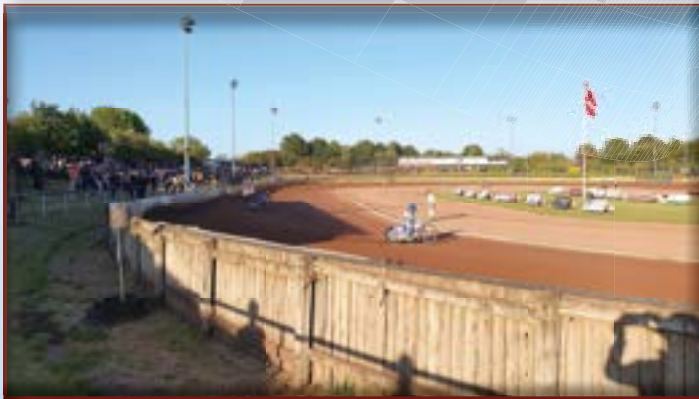
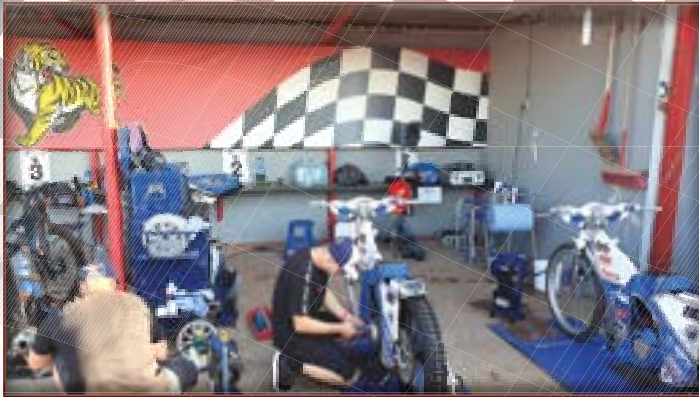
TEKST og FOTOS Richard Wein Thøstesens, formand Kolding PI

21 kollegaer fra Kolding PI tog på tur til Holsted, hvor der var topbrag imellem Holsted og Vojens i Speedwayligaen. Som det ofte sker, arrangerer Kolding PI sociale arrangementer, som også tit indbefatter ægtefæller og børn. Denne gang var det dog kun de politiansatte, som skulle til speedway.

De fleste havde aldrig set speedway før, men alle havde en god oplevelse... og nød også "stadionpølserne" og fadøllene.

Kim Haugaard havde arrangeret turen, som også inkluderede en VIP adgang til ryttergården, hvor den tidligere verdensmester Nicki Pedersen blev mødt.





Præsentation af det nye FU medlem i DPIF

Ja og hvem er hun så...

Jeg har fået lov at præsentere mig selv her, og der sidder jeg heldigvis med en del insider viden.

Jeg startede på Politiskolen tilbage i 2008, og har siden da været i Københavns politi med rigtig mange år på Station Amager. Her startede jeg som "stationsrepræsentant" for PI-København, hvilket vil sige, man var bindeled mellem idrætsforeningen og alle medarbejderne på Station Amager. Dette blev min vej ind i PI-København, da jeg begyndte at være med til bestyrelsesmøderne. For 5 år siden blev jeg valgt ind i hovebestyrelsen som FU medlem i København, hvor jeg stadig sidder som aktivt medlem.

Derudover har jeg i mange år været formand for Politiets Idrætsforening Station Amager, PISA, hvor jeg i dag er bestyrelsesmedlem, og så er jeg sekretær i PI-Københavns Orienteringsløbs afdeling.

Så jeg har haft fingrene nede i politiidræts kagedåsen i noget tid, så helt grøn på området er jeg ikke. Det var dog stadig med en del ærefrygt og ydmyghed, at jeg sagde ja til at indtræde ad hoc på denne post, da det er store sko, at skulle fylde ud. Men med god sparring fra Jesper, ser jeg frem til et nyt spændende kapitel i min politiidræts karriere.

Jeg har selv været så heldig at være på to politilandshold, fodbold og orienteringsløb, hvor fodbold "karrieren" dog er lagt på hylden og hvor orienteringsløb, og løb generelt, nu fylder en del.

Jeg har igennem politiidrætten selv fået så meget, både oplevelser, udlandsture og venskaber. Det er det politiidrætten kan, og det er det, jeg håber jeg kan være med til at give videre til rigtig mange kollegaer.

*De bedste hilsner
Ea Nielsen*

Kolding Open tennis turnering



TEKST og FOTOS Niels Mørk, Sydøstjyllands PI

I fantastisk tennisvejr mødte 9 håbefulde tennisspillere op på det fine anlæg i Kolding til en omgang tennis krydret med socialt samvær. 3 spillere blev seedet, og så blev der lavet 2 puljer, hvor der i korte kampe blev spillet alle mod alle. I den første kamp kom dagens overraskelse, da Niels Mørk slog Reza Gavanchi, som lige skulle i gang efter en skadeperiode og en

længere køretur. Reza var nu presset, men det skulle vise sig, at det kunne han sagtens stå for, da han uden problemer vandt resten af dagens kampe. I de øvrige kampe i pulje 1 blev der spillet på livet løs med masser af gode bolde. I pulje 2 var favoritterne til at gå videre René Lassen og Villy Dahlgaard, og de stod for presset. I den indbyrdes kamp vandt Rene med 6-3.

RESULTATER I PULJERNE:

Pulje 1 (dødens pulje)	
Niels Mørk	4 sejre
Reza Gavanchi	3 sejre
Willi Hilbig	2 sejre
Erik Hejlesen	1 sejr
Lars Pedersen	0 sejre

Pulje 2	
René Lassen	3 sejre
Villy Dahlgaard	2 sejre
Jesper Engelund	1 sejr
Morten Østergaard	0 sejre

Nr. 1 og 2 fra hver pulje gik videre til semifinalerne, mens de resterende blev samlet i en stor pulje, hvor de spillede mod de resterende fra den modsatte pulje.

I semifinalen gjorde Reza kort proces med René med 6-1. I den anden semifinale var der mellem Niels og Villy til gengæld meget spænding. En netruller reddede Niels fra at komme bagud 2-0, men han fik vendt det og kom foran 5-3 efter flere lige partier. Nu iværksatte Villy et flot comeback med blandt andet hans tordenserv og flere flotte slag. Med et es afværgerede han en matchbold og bragte sig ind i kampen til 5-5. I tiebreak missede Niels yderligere 3 matchbolde, før han fik den lukket med 7-5.

I kampen om 3. pladsen red Villy videre på bølgen og fik revanche mod René med 6-4. i finalen fik Reza ligeledes revanche mod Niels, som lige nøjagtig fik afværget et ydmygende æg, og kampen endte 6-1.

I den nederste række holdt Willi Hilbig et godt niveau og endte øverst.

Der er fast gruppe af spillere, som deltager, og de fleste er fra Sydøstjyllands Politidrætsforeninger. Det er ærgerligt at flere ikke deltager. Alle kan være med uanset niveau, og i indledende kampe er der fokus på at få spillet på tværs.

Næste år håber vi på, at det kan arrangeres på Sjælland, og det kan måske lokke nogle flere til at deltage.

Der manglede som sædvanlig ikke forplejning og der blev uddelt lidt lodtrækningspræmier. Tak til Insport, Aarhus for sponsorgaver.

I midten vinder Reza Gavanchi, til højre nr. 2 og arrangør Niels Mørk, til venstre nr. 3 Villy Dahlgaard



Alle spillerne samlet



Niels Mørk server



Reza Gavanchi i gang med at serve



*Erik Thrane måtte i knæ
for at redde en bold*



Der blev heldigvis også tid til at hygge sig.

Hvad bør politibetjente have fokus på i forbindelse med øvelsen One Arm Row?

AF Kenneth Marloth Henze, Idrætskonsulent, Politiskolen
FOTOS Lars Borresen Fabrin

I denne artikel vil vi beskæftige os med den trækteknik, som man bør lære og være i stand til at bruge i forbindelse med træning, der omhandler øvelsen One Arm Row. Artiklen vil beskrive de generelle og overordnede principper, der gør sig gældende i forbindelse med en skadesforebyggende og præstationsfremmende tilgang til øvelsen.

I forbindelse med artiklerne "Styrke i krophævninger og arbejdspræstation som politibetjent", "Træning for større muskelmasse" samt "Hvorfor stor maksimal styrke i politiprofessionen" er det beskrevet, hvorfor politibetjente har gavn af en stærk træk-muskulatur. Derudover er det beskrevet, hvorledes en træningsprogression kunne udføres, og hvordan man får mest ud af sin træning.

HVORFOR ONE ARM ROW?

Der er mange årsager til, at det kan være en fordel at inkludere øvelsen One Arm Row i sit træningsprogram. Øvelsen træner mange af kroppens muskelgrupper, som skal bruges i forbindelse med et træk. Derudover har øvelsen den fordel, at man trækker med én side ad gangen, hvilket kan være medvirkende til, at øvelsen kan trænes med et større bevægelsesudslag.

PRIMÆRE MUSKELGRUPPER

De primære muskelgrupper, som er involveret i forbindelse med One Arm Row, er: øvre ryg, skulderens bagside- og armens bøjemuskelatur. Hvis man derudover vælger at udføre øvelsen uden stabilt underlag, men stående i et fremfald, vil kroppen selv skulle fungere som fundament og således stabilisere løftet.

OPVARMNING TIL ONE ARM ROW

Start med en generel opvarmning af kroppen med særlig fokus på overkroppen. Derefter gennemføres 1-2 opvarmningssæt af øvelsen med lav belastning, inden den egentlige træning udføres.

TEKNISKE FOKUSPUNKTER

I det følgende fremhæves nogle fokuspunkter, som kan bidrage til en optimal teknisk gennemførelse.



Kenneth Marloth
Henze

FORBEREDENDE FASE

Udgangsposition ved brug af bænk

- Håndvægten placeres ved siden af bænken
- politibetjenten sætter et knæ og en hånd med strakt arm på bænken
- det andet ben placeres skråt bagud til siden, så der opnås en god balance
- grib om håndvægten med strakt arm og udstrakt skulder
- udgangspositionen indtages med ret ryg og håndvægten hængende i en strakt arm med skulderen hængende kontrolleret/udstrakt

Fordelen ved denne udgangsposition er, at der kan løftes meget tungt.

Udgangsposition uden brug af bænk

Håndvægten placeres midt foran kroppen, hvorefter der trædes et skridt frem med det ene ben. Håndvægten skal nu befinde sig på indersiden af den forreste fod. Grib om håndvægten med den modsatte strakte arm og lad evt. den frie arm stabilisere kroppen ved at sætte den på det forreste knæ. Således kan trækket gennemføres med ret ryg. Fordelen ved denne udgangsposition er, at en stor del af kroppens muskulatur fungerer som fundament for løftet, eftersom muskulaturen stabiliserer løftet.

Klargøring til løftet

Kig ned på vægten og gennemfør et bugpres ved at tage en indånding og spænde op i kernemuskulaturen, inden håndvægten løftes fri fra gulvet. Løftearmen er helt strakt, og skulderen "hænger", samtidig med at der er spændt op i muskulaturen omkring skulder samt øvre ryg.

UDFØRSELSFASEN

Fra bundposition til topposition

Når man har placeret sig, bygget sit fundament for løftet, har gennemført sit bugpres og løftet håndvægten med strakt arm, er man klar til at gennemføre trækket.

Igangsæt trækket ved at skulderbladet føres ind mod rygsøjlen, dernæst trækkes håndvægten så højt op mod hoften som muligt ved, at albuen bøjes og føres opad i en lige linje.

Fra topposition til bundposition

Håndvægten føres kontrolleret ned, så den hænger i en strakt arm under skulderen. Håndvægten føres så langt ned, at skulderen "hænger" lidt/er helt udstrakt. Spændingen i øvre ryg og skuldermuskulatur slippes dog aldrig helt.

Vejrtrækning

Stabiliteten øges ved, at man holder vejret og kroppen spændt under den enkelte gentagelse. Det betyder, at en eventuel vejrtrækning bør ske imellem gentagelserne, hvilket vil sige i bundpositionen. Prøv dig frem.

Tempo

Som udgangspunkt anbefales et tempo, hvor man hele tiden har kontrol over håndvægten, og hvor tempoet er tilpasset det tekniske niveau samt den fysiske kapacitet.

Kom godt i gang

Hvis det er lang tid siden, at man har anvendt One Arm Row i sit træningsprogram, kan man opleve en hurtig fremgang. Vi anbefaler, at der startes med en let vægt og langsomt øger vægten i takt med, at det tekniske niveau og styrken forbedres. Få eventuelt en mere erfaren løfter til at kigge på trækket eller optage det for at få noget teknisk feedback. Det kan være med til at sikre, at teknikken er i orden, inden man løfter tungere og kan dermed være med til at forebygge akutte- og/eller overbelastningsskader.



One Arm Row, Udgangs-/bundposition



One Arm Row, Topposition

TRÆNINGSSAMLING FOR HER



TEKST og FOTOS Maria Lundgaard
håndboldudvalget, Dansk Politiidrætsforbund

I januar 2023 modtog DPIF (Dansk Politiidrætsforbund) den længe ventede invitation til EPM (Europæiske politimesterskaber) i herrehåndbold. Ungarn havde meldt sig som arrangør for politimesterskabet, der bliver afholdt i september 2023. Med dette in mente indkaldte den nyudnævnte landsholdstræner Torben Nielsen til træningssamling for bruttotruppen den 7-8. juni 2023.

Danhostel i Fredericia og Fredericiahallerne dannede fantastiske rammer for dagene, hvor 17 nye og "gamle" ansigter troppede op med håbet om at få en plads i den endelige trup. Programmet stod på 2x haltræning og 1 træningskamp mod et blandet Fredericia U19/Fredericia 2 hold.

REHÅNDBOLDLANDSHOLDET

DPM giver som regel et godt udgangspunkt for landsholdsemner, men da flere spillere ikke spillede på deres sædvanlige position til DPM, var det nu, at chancen for at vise sig frem på den vante position. Chancen blev i den grad grebet, og der blev gået til stålet til begge træninger og ikke mindst til træningskampen. Endda så meget at flere endte med iturevne trøjer og småskader, så "Fyssen" måtte lidt uventet på arbejde, da hun kiggede forbi til samlingen.

Hjemmeholdet fra Fredericia havde sørget for at træningskampen skulle spilles i opvisningshallen, og det var et veloplagt Fredericia U19/2. hold, der var klar til at tage imod truppen. Fokus var fra start at holde styr på de hurtige U19 spillere, så vi ikke blev løbet over ende. 1. halvleg blev da også en tæt affære, og truppen gik til halvleg med lille føring på 19-20. I 2. halvleg var det tid til, at Torben skulle teste 7 mod 6 spillet i kampsituationer. Testen viste sig at være godt givet ud, for hjemmeholdet fandt aldrig rigtig et modsvar til overtalsspillet, og efter små 10 min. trak truppen fra hjemmeholdet og sluttede med en sejr på 29-36.

Således blev det til et par gode og hårde, men ikke mindst hyggelige dage i Fredericia. Nu venter så udtagelsen af den endelige trup, der skal repræsentere Danmark i Ungarn til september.



Kollegamotion

Grænsekontrollenheden Billund Lufthavn



Robert Hansen, til venstre, foretog lodtrækningen af de heldige vindere, mens Alice, Søren, Peter og Jeanett kigger på.

TEKST og FOTOS Robert Hansen, Billund PI

Ja, vi har jo efterhånden haft nogle stykker af vores Kollegamotion i Billund lufthavns Grænsekontrollenhed. 3-4 stykker om året de sidste 2-3 år, så jeg vil ikke begive mig ud i lange beretninger om, hvad kollegamotion går ud på. Og dog, ganske kort, hvis det evt. kan inspirerer nogen til at lave det samme.

I løbet af en måned skal man udføre en eller anden form for motion efter eget valg. Det giver så et lod pr. dag, hvis man udfører noget motion. Det vil sige, at hvis den aktuelle måned har 30 dage, og man udfører en eller anden form for motion hver

dag, så har man 30 lodder i puljen. Nogen giver den gas, og når ikke helt op på 30 lodder, men 20 er bestemt set flere gange. De fleste ligger på mellem 5 og 15 lodder. Efterfølgende, når måneden er omme, trækkes der lod om 10 x 500 kr. Skulle man blive udtrukket 2 gange, så får man dog ikke endnu en gevinst. Så der er altid 10 forskellige heldige vindere.

Denne gang deltog ikke mindre end 66 % af de ansatte i Grænsekontrollenheden. Et meget meget flot tal og rekord for antal deltagere.



SE ALLE RESULTATER PÅ
WWW.RPIF.DK OG PÅ WWW.POLITISPORT.DK



AF Jørgen Guldborg, formand for Rigspolitiets Idrætsforening
FOTO Mette Christoffersen, Tobias og Tino Thorsøe, CEC

Overskriften kunne være; det måske teknisk flotteste danske politimesterskab i landevejscykling siden 1992, men deltagermæssigt i den lidt tynde ende og lidt skuffende med kun 3 tilmeldte deltagere fra Dansk Militært Idrætsforbund. Samtidig en stor tak til de 71 tilmeldte ryttere fra hele landet og med repræsentanter fra hele 10 politikredse. De leverede alle fra øverste hylde.

Tirsdag den 27. juni 2023 gjaldt det ITT på godt engelsk også kaldet enkeltstart, hvor rytterne skulle ud på en 22 km lang og hård tidskørsel. Lettere kuperet, den skønneste natur, men også på dagen udfordret af en meget kraftig vind. Det forhindrede dog ikke storslåede præstationer.

UDVALGTE RESULTATER

Damer:

1) Trine Poulsen, Københavns Politi 34.02

Mesterklassen:

1) Jakob Hoffmann, Østjyllands Politi 27.55

2) Lars Lund, Østjyllands Politi 28.29

3) Jakob Skinderholm Anthonisen, Rigspolitiet 29.16

HAN RØG IND UNDER BUSSEN

Nickolai Buchtrup, Midt- og Vestsjællands Politi var uheldig at møde en bus, der lidt usmart havde 'valgt' at 'parkere' midt i et af de første kryds på ruten. Det betød, at Nickolai måtte helt



MC OFFICIALS FRA MC TASK FORCE I RIGSPOLITIETS IDRÆTSFORENING

Alle startende ryttere havde i år fornem ledsagelse af uddannede MC Officials. Det er en stor hjælp for rytterne med denne vejvisning og øgede sikkerhed, således at de kan koncentrere sig om at køre igennem. Ak'ja, så let var det slet ikke tilbage i storhedstiden i 1992.

UDEN TRAFIKOFFICIALS GÅR DEN IKKE

Rigspolitiets Idrætsforening stillede også med 26 uddannede trafikofficials og kunne derfor bemane alle kryds på ruten. Vi kan godt køre cykelløb uden MC'er, servicevogne m.fl., men vi kan ikke på ansvarlig og lovlig vis køre cykelløb uden uddannede trafikofficials. Så pas godt på dem rundt i landet og hermed en opfordring til at få uddannet nogle flere!

DE DANSKE POLITIMESTERSKABER I LANDEVEJSCYKLING ITT OG LINJELØB

ned i fart. Trods denne uheldige start valgte han, og sejt nok, at kæmpe videre og kom i mål i den flotte tid 30.47. Nickolaj er en ung gut fra 1991, så det bliver spændende at følge ham de kommende år på landevejen.

PUNKTERING

Landsholdsaktuelle Martin Asvig Pedersen, Østjyllands Politi, der på forhånd var med i favoritfeltet, punkterede efter 5 km, men efter at være 'stået af' og en lille spadseretur kom Neutral Service fra Danmarks Cykle Union hr. Asvig til undsætning med et nyt hjul. Martin viste flot moral og genoptog herefter sin ITT velvidende, at medaljen var uden for rækkevidde. Han kom trods gåtur o.a. igennem på en fin tid for de 22 km.

Onsdag den 28. juni gjaldt det så linjeløbet. Vi havde valgt at 'tvinge' alle klasser til 20 km masterkørsel af hensyn til sikkerhed, og således alle kunne 'lande' i feltet på ruten. Vi har lavet mere end 225 cykelløb igennem de seneste 13 år, og vi har rigtig god erfaring med dette tiltag. Rytterne var indledningsvis ikke lige så begejstret for ideen som jeg. Vi kørte dog en hurtig master med en hastighed på 32-34 km/t. Det lukkede munden på de fleste, og alle fik lov at lande i feltet.

Efter masterkørslen blev løbet givet frit, og så skal jeg love for, at der blev gået til stålet i alle klasser. I dag var vinden knap så afgørende en faktor, men den lettere kuperede rute udfordrede de fleste. Kun tre ryttere udgik så et stort cadeau til deltagerne. Godt kørt!



**SÆT X I UGE 27 I 2024:
DANISH POLICE TOUR OVER 5 DAGE OG 6 ETAPER.
VI GLÆDER OS ALLEREDE.**

Damer:

3 omgange á 22 km, i alt 66 km og heraf 20 km med master

- | | |
|---|---------|
| 1) Trine Poulsen, Københavns Politi | 1.47.28 |
| 2) Carina Jessen, Midt- og Vestsjællands Politi | 1.52.01 |
| 3) Ida Strange, Sydsjællands og Lolland-Falsters Politi | 1.55.22 |

Mesterklassen:

5 omgange á 22 km, i alt 110 km og heraf 20 km med master

- | | |
|---|---------|
| 1) Mike Christensen, Københavns Politi | 2.40.18 |
| 2) Jakob Hoffmann, Østjyllands Politi | 2.40.18 |
| 3) Michael Carbel, Sydøstjyllands Politi | 2.41.14 |
| 4) Dan Wassmann, Københavns Politi | 2.41.14 |
| 5) Jakob Skinderholm Anthonisen | 2.14.15 |
| 6) Lars Lund, Østjyllands Politi | 2.41.15 |
| 7) Frank Hansen, Københavns Politi | 2.41.15 |
| 8) Andreas Mollerup, National enhed for Særlig Kriminalitet | 2.41.18 |
| 9) Martin Asvig Pedersen, Østjyllands Politi | 2.41.23 |
| 10) Mikkel Mortensen, Københavns Politi | 2.43.56 |

ANBEFALING!

Gå ind og se på alle de øvrige resultater fra Klasse 1, 2, 3, 4, hvor der også blevet leveret på flotteste vis af de deltagende ryttere, uagtet at de ikke længere er 'helt' unge, men skarpe, ja, det er de stadig. Jeg vil dog lige tillade mig at fremhæve Trine Poulsens indsats til både ITT og i linjeløbet, hvor hun på fineste vis fik demonstreret, hvor dygtig en rytter hun er. Trine, næste gang der er Europæiske politimesterskaber, da forventer jeg, at du stiller til start.

Efter både enkeltstarten og linjeløbet var der spisning, socialt samvær og præmieuddeling, taler, præsentationer o.m.a. på Kulsviergården, hvor vi havde stævnecenter. Det er et skønt idrætscenter og en afslutning suppleret med veltillavet varm buffet, desserter o.a. leveret af chefen Mai-Britt Bjerregaard Pedersen og hendes crew, hvori både søn og farmand er en del, ja, så bliver det ikke meget bedre. Tak for en rigtig god behandling på Kulsviergården. Vi kommer gerne igen og næste gang bliver det til fodbold- og padel. »



NU LAVER ET SÅ FLOT DANSK POLITIMESTERSKAB I CYKLING (DPM) IKKE SIG SELV

Flere har lagt mange timer i forberedelserne og selve afviklingen og **stor tak til jer alle:**

- A-kæden mødte ind allerede mandag aften til deres belægning og briefing
- Mette Christoffersen og Lars Dahl styrede for vildt i jobbet som lejrchefer
- Lilians Fantastiske Køkken og tak kære Lillian for endnu en super performance
- CEC v/Tino Thorsøe leverede speak, storskærm og live billeder
- Tobias Thorsøe leverede til UG som MC fotograf
- 20 MC Officials stillede til start og leverede som altid på topniveau
- 26 Trafikofficials, flagposter og logistikfolk fik det hele til at rulle med fokus på sikkerheden
- Henrik W. Jensen var løbsleder for gang nr. 227. Det kan han bare trods sin beskedenhed
- Tom Nicolaisen, DGI Nordsjælland, vores faste mand i DGI og en fryd at samarbejde med
- Neutral Service fra Danmarks Cykle Union ved Per, Hans, Mads og Martin, stor tak
- Chefkommissær Bent Mejer fra Danmarks Cykle Union med en professionel tilgang
- Carsten Hansen, Fragt Taxa for de flotte servicebiler
- Thomas, Voss, Dahl og andre for at feje ruten begge dage
- Mette for hjælp til uddeling af informationskrivelser forinden løbsdagene
- Jens og Svend for at øge sikkerheden med opstilling af A-skilte o.m.a.
- Generalsekretær og kasserer i Dansk Politiidrætsforbund Carsten Esktrøm
- Flotte medaljer til nr. 1-3 i hver klasse til både ITT og linjeløb
- FL Reklame for et flot A4 program til mesterskaberne
- Mesterklassen for et historisk flot gennemført linjeløbet med tæthed og spænding
- Fa. Humlebæk for atter at stille sig til rådighed med kvalificeret førstehjælp og udstyr
- STAi ved Jytte Bille for indlæg, støtte og præmier og startpladser til Tour de Charlottenlund
- Popermo Forsikring for lodtrækningspræmier
- Beboere og virksomheder i Alsønderup for at tage venligt imod os og vores store setup
- Flotte buketter og naturligvis med bånd!
- Jørgen Eigil for indkøb op til løbet
- Berit for skønt hjemmebag
- Foreningspuljen for at støtte arrangementet økonomisk
- Maler Eskildsen A/S for sponsering af flot pavillon





EPILOG, FREMTIDEN OG ØKONOMI

Cykeludvalget i Dansk Politiidrætsforbund blev valgt i 1997 på et historisk repræsentantskabsmøde i Odense, i øvrigt samme år og på samme møde, at chefpolitiinspektør Per Larsen blev valgt som formand for Dansk Politiidrætsforbund. Jeg har siden 1997 og frem til april 2023 været formand for udvalget. I april gav jeg stafetten videre til Jens Nygaard Svenningsen, Jakob Hoffmann og Jakob Skinderholm Anthonisen. Jeg er overbevist om, at de på sikker vis vil føre cyklingen videre i politiregi. Nogle af de opgaver de står over for er; økonomi, det er uforholdsmæssigt dyrt at afholde et mesterskab på landevej jf. den gældende lovgivning med brug af bl.a. trafikofficials; yderligere et fokuspunkt er deltageropbakningen, som også i flere andre sportsgrene er stærkt vigende, og der skal måske tænkes i alternative ruter, sværhedsgrader o.a. DPM kunne jo også afholdes i et andet cykelløb, hvor tilladelser og afvikling lever op til de skærpede regler fra myndighederne til det at køre race. Ja, ITT kunne faktisk afholdes 'virtuelt' i en tilrettet form. Jeg tror desværre ikke, at andre foreninger under Dansk Politiidrætsforbund vil ofre de summer, som vi i Rigspolitiets Idrætsforening valgte at bruge på måske historiens bedste DPM afvikling. For mit eget vedkommende er det også slut i forhold til at stille sig til rådighed som arrangør for DPM på landevej. De nuvæ-

rende rammer og økonomiske betingelser står på ingen måde mål med udgifterne. Nu nåede jeg så også 5 mesterskaber på landevej og 2 i mountainbike, hvilket vel heller ikke er så ringe endda.

DERIMOD OG DANISH POLICE TOUR

Har jeg valgt at stille mig til rådighed for endnu en tour i forhold til Danish Police Tour. Vi startede i 2000 og videre i 2003, hvor vi også begyndte at benytte professionel tidtagning. I 2005 var der så tid til Skandinavien største motionscykelløb 'Scandinavian Police Tour' over 5 dage og 7 etaper med deltagelse fra Island, Norge, Finland, Sverige, Danmark og Tyskland. En kæmpe succes. Efter 10 års pause var der så tid til Danish Police Tour 2015, uge 27, hvor sommeren var på sit højeste.

NU hedder det snart OL-år i Paris, 2024 og en 5. tour.

Sæt X i uge 27 i 2024: Danish Police Tour over 5 dage og 6 etaper. Vi glæder os allerede.

Vi forventer at kunne udsende invitationen i oktober 2023. Følg med på www.rpif.dk og DPIF på www.politisport.dk.



TRE GAMLE PIER VANDT GULD i Zürich



AF Erik Højgaard Nielsen pens. Københavns Politi
FOTOS Tom Pedersen



Danny Nielsen, Erik Højgaard Nielsen, Jesper Winther-Sørensen.

De 3 pi-er var med team Roskilde, der vandt guld ved Super Master Football Wold Cup 2023.

Five – a – side stævnet blev afholdt på FIFA anlægget i Zürich i maj måned med deltagelse af hold fra 14 lande. Da Dansk Boldspil Union ikke har noget officielt Landshold for aldersgruppen 65+, var team Roskilde inviteret til at repræsentere Danmark. Holdet var oppe mod officielle landshold fra England, Scotland, Wales, Australien, Irland samt Schweiz og et FN-hold bestående af spillere fra USA, Canada, Frankrig og Finland.

Spillerne på Roskilde holdet deltager i fællestæning med ca. 80 medlemmer (alle over 65 år), der kommer fra fodboldklubber i omegnen af Roskilde (Reos – Roskilde Egenes Oldboys Sammenslutning, der består af 30 forskellige klubber.)

Team Roskilde har tidligere vundet 4 gange sølv ved div. Grand Old WM.

2019 sølv ved WM i Osaka, Japan (11-mandsfodbold 70+).

2021 sølv ved WM i København (AB) (5-mandsfodbold 65+).

2022 Sølv ved WM Zürich (5-mandsfodbold 65+).

2022 sølv ved WM i Roskilde (11-mandsfodbold 70+).

United Nation	Denmark	0-2
Irland	Denmark	1-3
Wales	Denmark	2-3
Australien	Denmark	0-1
Schweiz	Denmark	1-3
Skotland	Denmark	3-3
England	Denmark	0-3
		7-18

REOS slogan:

Fodbold har ingen alder
og er fantastisk.

The background is a textured green surface. On the left, there is a large, white, stylized letter 'P' logo. On the right, there is a white silhouette of an oak branch with several leaves. The text 'Idrætsnyheder' is written in a green, sans-serif font across the top, and 'PI København' is written in the same font across the bottom. Both text elements are underlined with a thin white horizontal line.

Idrætsnyheder

PI København



Bowlingafdelingen indleder sæsonen i ny hal med åbent hus-arrangement

PI spiller i aktion i Rødovre



Rødovre Bowlinghal

TEKST og FOTOS Mette Leiling, Bowlingafdelingen, PI-København

Bowlingafdelingen glæder sig til at starte den nye sæson på en frisk. Glostrup Bowlinghal lukker d. 1/8-2023, hvorfor vi har brug for at finde en ny hjemmebane. Bestyrelsen har derfor brugt se-neste sæson på at undersøge, hvilke muligheder klubben havde. På medlemsmødet i marts var emnet til afstemning og medlemmerne besluttede, at vi rykker til Rødovre Bowlinghal, hvor vi starter sæsonen d. 15. august 2023. Medlemmerne ser frem til at træne og konkurrere i den langt større Rødovre Bowlinghal, hvor vi forventer bedre afvikling af træning, stævner og kampe.

Samtidig kunne vi også rigtig godt tænke os flere medlemmer, hvorfor vi inviterer potentielle nye medlemmer til åbent hus-arrangement tirsdag d. 5. september i vores træningstid fra kl. 17.00 til 19.00. Dette arrangement er en fantastisk mulighed

for at opleve Politiets Bowlingklub og lære mere om, hvad vores bowlingafdeling har at tilbyde. Vi opfordrer interesserede til at tilmelde sig ved at sende en e-mail til pi-bowling@leiling.dk og angive antal deltagere samt navn på en kontaktperson. Dette er blot for at have en idé om antal deltagere, men når du ikke at tilmelde dig, er du meget velkommen alligevel.

Ved åbent hus-arrangementet vil vores erfarne medlemmer og trænere vil være til stede for at besvare spørgsmål og give vejledning til potentielle nye spillere. Uanset om man er en erfaren bowler eller helt nybegynder, er alle velkomne til at deltage i dette arrangement og opdage spændingen og hyggen ved at være en del af vores bowlingfællesskab.

Floorball situationen lige inden sommerferien





AF Lasse Kallehauge, PI Floorball, PI-København

FOTO PI-København arkiv

PI Floorball er en klub med plads til alle. Vi har spillere i alle aldre og folk kommer med forskellige erfaringer og færdigheder inden for floorballspillet. Det gør, at der altid er plads til hygge og godt humør, men også at alle er målrettede og fokuserede til hver træning. Vindermentaliteten stråler ud af alle spillere.

PI Floorball træner fortsat i Bellahøjhal 2, hver onsdag fra kl. 20:00 til kl. 22:00.

Sæsonen 2022/2023 startede noget anderledes for PI floorball end normalt. På grund af omstrukturering i Floorball Danmarks turneringsstruktur, blev PI Floorball rykket op i 2. division Øst. Dette skete på trods af, at holdet sluttede på sidste pladsen i den forgangne sæson i Sjællandsserien (en række under 2. division)

I starten var der lidt skepsis over niveauet i den nye række, men da sæsonen 2022/2023 startede, gik det helt forrygende, og PI floorball kom igennem den første halvdel af sæsonen ubesejret, desværre gjorde Lyngby det samme. Som turneringen skred frem, stod det klart, at førstepladsen skulle findes mellem to hold: Lyngby eller PI floorball. Begge hold havde lige mange point og var langt foran de næste hold i tabellen. De to holds indbyrdes kampe var tilfældigvis blevet udskudt og skulle spilles, som nogle af de sidste i sæsonen.

Første "finalekamp" var på hjemmebane mod Lyngby og med en sejr til PI, ville vi mere eller mindre sikre os førstepladsen, idet PI havde en markant bedre målscore.

Kampen forløb helt efter bogen, og PI var foran komfortabelt under hele kampen, indtil Lyngby til allersidst i kampen kæmpede sig tilbage og fik udlignet til 7-7 i en voldsom spændende kamp.

Den ultimative sidste kamp i sæsonen var igen mod Lyngby, nu på udebane og PI kunne "nøjes" med en uafgjort..., men Lyngby gjorde rent bord og vandt desværre overbevisende over PI og vandt førstepladsen i 2. division øst.

På trods af den noget bitre fornemmelse af nederlaget i sæsonafslutningen, kan vi se tilbage på én af de bedste sportslige sæsoner for PI floorball i nyere tid.

PI floorball er blevet et godt gennemspillet hold, hvor bredden er blevet meget større, og sammenspillet i højere grad fungerer som én enhed. Der er store forventninger til næste sæson.

Holdets statistik blev i år delt rigtig godt rundt med en jævn fordeling af mål og assist på flere spillere, men det kan fremhæves, at spillende træner, Lasse Kallehauge, igen i år blev holdets topscorer.

PI Floorball var i november 2022 på en tilbagevendende turneringstur til Prag med deltagelse i den internationale floorballturnering "Prag Masters". Holdet har tidligere, før corona, deltaget i turneringen, så der var høje forventninger såvel socialt som sportsligt til turen.

Tilmeldingen til turen var stor og vi drog 13 personer afsted til Prag i november 2022. Turen er blevet en vigtig del af klubben, da det sociale sammenhold bliver dyrket endnu mere, og turen er noget man snakker om hele året gennem sæsonen. Samtidig kan der forhåbentlig hives lidt point hjem på den sportslige konto, mod de ellers MEGET stærke modstandere, som stiller op fra de helt store Floorball-lande i Europa, så som Sverige, Finland og Tjekkiet. PI var dog det eneste hold som repræsenterede Danmark. Der var i alt 60 hold tilmeldt turneringen.

Turneringen var bygget op med puljer 5 hold i hver. Der var et hold, som på forhånd havde trukket sig, hvilket gav PI den første sejr i historien helt gratis. Herefter vandt PI sin første kamp mod et tjekkisk hold, og efterfølgende tabte PI sine to sidste kampe i nogle ellers tætte opgør, som kunne have gået begge veje. Herefter skulle PI spille playoffkamp. Denne sidste playoffkamp blev også tabt, men det var til turneringens senere vinder, så det var helt ok. Alt i alt en dejlig tur, som vi håber at kunne tage igen i november 2023

I forbindelse med Pragturen, vil vi i PI floorball gerne takke støtteforeningen "PI-Københavns venner" for at donere et tilskud til turen.

Vi håber og tror på, at vi efter sommerferien igen får et kontinuerligt hold, som kan samles om det gode humør og den dejlige stemning til træning og kampe.

Vi ser frem til næste sæson 2023/2024, med et forhåbentlig endnu bedre samspil og stabilt PI Floorball, som igen skal forsøge at dominere 2. division Øst.

Til sidst skal der lyde en kæmpe opfordring til alle floorball interesserede om, at komme forbi til nogle uforpligtende træning i Bellahøjhal 2, onsdage ml. kl. 20.00 og 22.00. Alle er velkomne.



AF Mathias Sonne Dam og Dennis Braimovic, fodboldafdelingen, PI_København
FOTOS PI-Københavns arkiv

OPRYKNING TIL KØBENHAVNSSERIEN

PI Fodbolds førstehold på herresiden rykker næste sæson op i det fine selskab i Københavnsserien. Dette efter en særdeles fremragende sæson i Serie 1, hvor holdet endte på en 1. plads med hele 59 point og en målscore på imponerende 80:26 efter sæsonens 26 kampe. 18 sejre, 5 uafgjorte og 3 nederlag.

Oprykningen var allerede sikret med to spillerunder tilbage, og da holdet i næstsidste spillerunde slog Rødovre med hele 0-3 på udebane, var førstepladsen tilmed i hus. Bk. Viktoria endte på 2. pladsen og følger PI Fodbold med op i Københavnsserien.

Holdet ser frem til at bide skeer med Københavnsserien igen, som holdet rykkede op i efter 17/18-sæsonen og rykkede ud af igen for 2 år siden.

Efter sæsonens sidste kamp var der traditionen tro afslutningsfest på tværs af alle hold i klubben. En festlig dag med rigtig god stemning. **Her blev følgende spillere kåret:**

Årets spiller: Jannik Olsen

Årets fighter: Mads Pedersen

Årets topscorer: Nicklas Andie Nielsen

PI'S KVINDER SPOLEREDE OPRYKNINGSFEST I SIDSTE RUNDE

Sidste kamp i sæsonen for PI's kvinder i Københavnsserien skulle tage sig ud på opvisningsbanen i Rødovre. Mens der

ikke var noget at spille for hos PI Fodbold, der hverken kunne rykke ned eller op, kunne Rødovre med en sejr sikre sig 1. pladsen og dermed oprykning fra rækken.

Netop derfor var der også et stort fremmøde hos hjemmeholdets fans fra Rødovre denne fredag aften, hvor der også var lagt i kakkelovnen til et brag af en fest efterfølgende, når nu de nærmest var sikre på at rykke op – for de skulle møde et hold, der umiddelbart ikke havde nogen motivation for at gøre noget væsen af sig. Men som overskriften antyder, var det ikke den vej det gik!

Som taget ud af en film, begyndte de mørke skyer at trække sig sammen over anlægget i stadig stigende grad frem mod kampstart. Modstanderen fra Rødovre havde valgt en opvarmning på 60+ minutter, som skulle have givet dem en fordel, men det viste sig ikke at være tilfældet. Selvom de startede bedst og kom frem til nogen halve muligheder, kæmpede PI sig lige så stille ind i kampen og fik truet Rødovres mål med et par farlige afslutninger, men så... torden og brag fra de mørke skyer. Det betød en pause og samling i omklædningsrummene. Den pause varede lidt over 20 minutter og dommeren var ivrig for at sætte kampen i gang igen (det var PI i øvrigt også, da både anfører, Mathilde, og sidste sæsons topscorer, Rikke, skulle i Parken for at se landskamp).

Da spillet blev sat i gang igen, var det PI, der havde grebet taktstokken og med simpelt og målrettet spil, begyndte man at nærme sig noget, der så spændende ud. Halvvejs i 1. halv-



leg fik PI et hjørnespark, hvor en indøvet detalje blev sat i gang, som snød hele Rødovres hold og endte med et fantastisk mål af Nichelle på bagerste stolpe. Jubel!

Dog gik der ikke længe, før Rødovre fik scoret på en flot afslutning langt ude fra og dermed 1-1 til pausen.

Vi gik til pause med en god fornemmelse, og netop dødboldene viste sig at være en formel, der skulle virke. For efter lidt dødvande, med meget spil på banens midterste 3. del, fik PI igen et hjørnespark midtvejs i 2. halvleg og ingen ringere end årets spiller i PI Fodbold, Alberte Bech, kom flyvende og headede flot det perfekt udførte hjørnespark op i målhjørnet til en føring på 1-2. Carolines 2. assist fra hjørne i kampen – godkendt!

Der gik panik i Rødovre, som tyede til mange lange bolde og en masse duelspil, som vi håndterede fint. PI tog anfører, Mathilde, og angriberen, Rikke, ud, så de kunne nå i Parken til kampstart, bl.a. for at give debut til Emmeli, som kom til klubben med en skade i starten af sæsonen.

Der blev gået til stålet, hvilket resulterede i 20+ frispark til PI i de sidste 15 minutter, hvorefter dommeren fløjtede kampen af, og PI Fodbolds kvinder fik en perfekt afslutning på en sæson, som ikke var på det niveau, som vi plejede. I disse eksamenstider ville man nok give det 02 med pil op – altså, plads til forbedringer, men ud fra et rigtig godt grundlag.

Sejren blev den efterfølgende dag fejret med en afslutningsfest sammen med herrerne. Her blev følgende spillere kåret:

Årets spiller 11M: Alberte Bech

Årets fighter: Mathilde Bech

Årets spiller 7M: Nichelle Vang

Årets topscorer: Nichelle Vang

ÆNDRINGER TIL NÆSTE SÆSON

PI Fodbolds førstehold på herresiden må der desværre vinke farvel til cheftræner, Joachim Gram Olsen, som med succes har stået i spidsen for holdet i de sidste 2,5 år. Klubben har efter grundigt forarbejde fundet Joachims afløser i Noredidine Amadid, som tager Brahim Gassa med sig som assistenttræner. Vi har fuld tiltro til, at Noredidine og Brahim sammen kan tage førsteholdet til næste niveau.

Derudover starter PI Fodbolds 2. hold på herresiden op igen med Niclas Hagensen i spidsen. På grund af manglende tilslutning var klubben desværre nødt til at lukke 2. holdet i forårssæsonen, men flere tidligere - og nye - medlemmer har meldt deres savn til fodbolden, og det er derfor med stor glæde, at klubben igen får et 2. hold. 2. holdet starter efter sommeren i Serie 5.

Slutteligt får PI Fodbold også et 7-mands Oldboys hold på herresiden.

HOLDENE TIL NÆSTE SÆSON SER DERFOR UD SOM FØLGER:

Herrer:

- 1. hold i Københavnsserien (11-mands)
- 2. hold i Serie 5 (11-mands)
- Oldboys (7-mands)

Kvinder:

- 1. hold i Københavnsserien (11-mands)
- 2. hold (7-mands)

Vi har plads til alle i PI Fodbold uanset niveau. Det vigtigste er dit gode humør.



Sommer Golf Match eller: Politiet versus Sportsjournalna

AF Simon Snoghøj, Golfafdelingen, PI-København
FOTOS Claus Rasmussen

INTRO

Der var linet op til, at 'ærkerivalerne' fra Politiet og Sportsjournalisterne tørnede sammen d. 8/5-23 på Skovbo Golfklubs anlæg. Det var undertegnedes første match som del af Politiet og undervejs blev det tydeligt, at 'vi i Politiet' havde noget at skulle bevise. Med hjemmebanefordel følger som bekendt forventninger om præstationer.

RUNDEN I BRUDSTYKKER

Undertegnede var placeret i en 4-bold, hvor vi var tre politi'ere og én sportsjournalist. Vi var dagens sidste bold og sat til at tee-off på Hul 1 kl. 13:10. For dem, der har spillet Skovbo, vil de fleste nok ganske udmærket kunne huske banens første hul. Dog-leg venstre par-5 med masser af træer, en å og en lille sø kort før green. Det er et ubarmhjertigt hul, der ofte føles som en ildåb, der bare skal overstås – flot, men nådesløst. Resultat: Dagens første streg – glem og så ellers videre!

Skovbo er generelt en interessant bane, som byder på en blandet landhandel af åbne lange par-3 huller, snu par 4-huller med strategisk placerede skjulte bunkers og så ellers nogle heftige par-5 huller med niveauforskelle. Alene skiftet mellem for-9 og bag-9 har jeg af venner og bekendte tidligere hørt beskrevet som om, man spiller to forskellige baner, og jeg er tilbøjelig til at give dem ret. For-9 har parklignende huller og masser af lommer med tæt natur. Bag-9 er meget kuperet, åbent og straffer både hooks og slices ligeligt. Alle os i vores bold oplevede slag, vi var meget tilfredse med, og så slag vi bare helst vil glemme; golf i en nøddeskal. Vores sportsjournalist spillede klart bedst og kom også fra runden med en tættest-på-hullet sejr på hul 17, som er et kort par-3 hul med en lille sø, skov og masser af fald fra tee til green. Alt i alt en svær runde, men alligevel ikke sværere, end at jeg personligt havde lyst til at gå ud igen og se, om jeg kunne gøre det bedre.

ENDELIG GLIMT AF EGENTLIG FORÅR

Selvom dagen bød på en pæn mængde blæst (især på bag-9), var det slet ikke til at tage fejl af, at foråret for alvor var ankommet. Solens stråler varmede dejligt på de flotte fairwairs hen ad eftermiddagen, og undervejs måtte to af os i bolden smide en trøje for ikke at forgå helt de steder, hvor der var læ for vinden. Vi bildte også os selv ind, at vi spillede markant bedre, nu hvor tøjet ikke begrænsede vores bevægelser helt så meget. Hvis vi bare undlader at kigge på scorecardet, så får den fortælling lov til uhindret at bestå.

HURTIGE ELLER RIGTIGT HURTIGE GREENS

Et tilbagevendende emne i vores egen lille 4-bold undervejs var, at greens enten var hurtige, meget hurtige eller helt urimeligt hurtige. Flere af os blev tidligt tilvænnet, at 3-putts var 'the new normal', om end den rutinerede hjemmebanespiller i vores bold så ud til at have et ganske fermt greb om hastighederne. Det skulle også vise sig at være et delt emne, da der til slut på dagen blev sammenlignet scores og fortalt om højdepunkter i klubhuset. Her var det ikke overraskende klart, at dem der er vant til at spille Skovbo ikke synes, at hastighederne var et problem undervejs. Nogle kunne måske mene, at det gav hjemmebanespillerne en klar fordel, mens andre nok mener, at man bare skal lidt mere på putting range. Det vil jeg lade være op til den enkelte at vurdere, om der er hold i.

PRÆMIER, MAD OG HYGGE

Dagens match blev afsluttet med steg, kartofler, sovs og kolde fadøl. Særligt øllene så ud til at falde på nogle yderst tørre steder efter matchen. Flere bekendte sig til at have haft nogle lettere udfordrende runder, men det så ikke ud til at have påvirket humøret på hverken Politiets eller Sportsjournalisternes side. Lydniveauet i klubhuset var i hvert fald ikke til at tage fejl af. Golf i solskin er svært at være utilfreds over.



listerne

Hovedpræmierne blev overrakt til de 6 bedste resultater, og så var der gevinst til den tætteste på hullet (Sportsjournalisten fra vores bold), samt et par fine klappræmier. Politiet kom fra matchen med de samlede bedste scores og vandt derfor denne omgang.

Alt i alt kan undertegnede roligt sige, at det var en kæmpe fornøjelse at være med og så må Sportsjournalisterne tage revanche næste gang (eller i hvert fald forsøge på det).

OVERSIGT OVER VINDERE OG SCORES

Årets bedste blev:

- 1 Torben Nicolaus Nielsen med **38 point**
- 2 Leif Marseen med **36 point**
- 3 Flemming Lehnert med **36 point**
- 4 Lena Dahl med **35 point**
- 5 Claus Rasmussen med **35 point**
- 6 Lars Hugaard med **33 point**

Det blev kort bemærket, at der ikke var mange fra SGK i top seks.

Nærmest flaget på hul 17 blev sikret i sidste spillede bold af Michael Boesen med 7,54 meter.

Der var 14 deltagere fra SGK og 27 deltagere fra Golfafdelingen og de tællende scores blev forhandlet frem til henholdsvis 10 og 19. Efter kort beregning havde SGK spillet sig frem til et gennemsnit på 25,3, hvor Golfafdelingens næsten dobbelt så mange spillere havde nået et gennemsnit på 28,5 point.

Vandrepokalen blev i år vundet af Politiet og dermed er stillingen helt lige med 4-4.





PI Gymnastik klar med nyt sæsonprogram



Piger



Elitepiger



Puslinge

AF Elisabeth Haslund,
bestyrelsen i PI Gymnastik, PI-København
FOTOS Simone Ballan

I den forgangne sæson slog PI Gymnastik medlemsrekord med tilslutningen til vores mange hold – vi håber, at den gode udvikling fortsætter, når vi til åbner op for sæson 2023/2024 til september.

Igen i år præsenterer vi et varieret sæsonprogram med en bred vifte af tilbud til gymnaster, dansere og bevægere på forskellige niveauer og med forskellige fokusområder. Vi er glade for, at så mange af vores dygtige instruktører har valgt at fortsætte hos os til næste år, men samtidig kan vi også byde velkommen til nye ansigter i foreningen.

Vi fortsætter også med vores populære familiehold, PI Pusling, hvor børn i alderen 2-4 år og deres forældre, kan være aktive sammen med deres forældre – og holdet flyttes til et mere centralt og større sted, så der er plads til flere familier.

Hele PI Gymnastiks sæsonprogram kan ses på vores hjemmeside: www.pigymnastik.dk og tjek også vores Facebook og Instagram (@pigymnastik), hvor vi også sommeren igennem har informeret om hold, instruktører og opstart.

Vi glæder os til en ny sæson!



PI ØVEDE SLUTTEDE MED GRÆS UNDER FØDDERNE



SÆSONEN AF





DET VAR MED SOL FRA OVEN OG VANDET I BAGGRUNDEN, AT FLERE HOLD FRA PI GYMNASTIK DELTOG VED SOMMESTÆVNET PÅ AMAGER STRAND.

AF Anna Stenger, Gymnast på PI Øvede, PI-København
FOTOS Max.fokuss & Cathrine Tavs

Solen skinnede fra en skyfri himmel, og for en gangs skyld levede DGI Storkøbenhavns Sommerstævne op til sit navn. Vejret var ventet med spænding, da Sommerstævnet 2022 druknede i regn og torden, så flere af PI Gymnastiks hold slet ikke nåede "på gulvet".

Sommerstævnet ligger sent på gymnastiksæsonen, og kan med sit udendørsformat noget helt andet end de traditionelle opvisningshaller. 4. juni slog DGI Storkøbenhavn gymnastikholdene op på Amager Strand, hvor der i bagende sol skulle laves gymnastik på græsplænen med Øresund i baggrunden. Det var meget smukke omgivelser, som PI Gymnastiks PI Øvede i år fik æren af at åbne, som de allerførste i programmet.

Udover det publikum, som var inviteret af gymnasterne, eller som var velkendt i gymnastikverdenen, var der mange helt tilfældige tilskuere, der standsede op og blev opmærksomme på stævnet, da de ellers kom løbende, gående eller cyklende forbi.

Der er altid god spænding på holdet, inden vi går på, men denne gang var der også en masse smil og grin, da vi var helt klar til at sætte et flot punktum på en skøn sæson. Kampråbet blev gennemført, de lyserøde dragter og vores kjole blev tjekket en sidste gang, bolden blev lagt klar – og så kunne det gå løs!

Øvede



At lave gymnastik på græs er ikke altid optimalt, så nogle momenter kan man ikke undgå at udføre anderledes, hvilket nogle af os gymnaster fik at føle undervejs i programmet. Træningen op til Sommerstævnet var ellers blevet brugt på at gå opvisningsprogrammet igennem: Hvad fungerer godt, og hvad fungerer mindre godt på græs? Men vi tog det med et smil.

Det var sjovt og en fest, og desværre gik opvisningen alt for hurtigt – de ti minutter fløj afsted. Med tørt græs i håret og på dragten mødtes vi med vores instruktører Cathrine og Trine lige efter opvisningen for at tage kampråbet igen og sige tak for en fantastisk første sæson for PI Øvede.

Efter opvisningen stod den på et dyp i bølgen blå, inden der skulle heppes på de andre hold til Sommerstævnet, der bl.a. også talte PI Opvisningsholdet og PI Piger fra foreningen.

Tak for et skønt arrangement til DGI Storkøbenhavns stævneudvalg – og vi siger også tak for, at vejret var med os i år.

GRILLAFTEN & SOMMERFERIE

i Motionsafdelingen

AF Søren Østergaard, PI-København
FOTOS Mikael Bork, PI-København

Onsdag den 14/6-23 kl. 19.00 afviklede Motionsafdelingen årets 4. testløb på Politiskolen. Efter 3 uger uden regn, sol fra en næsten skyfri himmel og svag vind, var det perfekt løbevejr.

Som sædvanlig var der som markering på den forestående sommerferie, grillpølser af forskellig slags & størrelse og øl/vand til alle efter løbet. Det lune vejr og den omstændighed at vinden var aftagende, bevirkede at de fremmødte, havde lyst til at afse god tid til at pleje det sociale efter løbet. Så alt i alt en rigtig hyggelig aften.

Leif Berg-Sørensen stod som sædvanlig for tilmelding & tidtagning.

Formand Mikael Bork havde, før arrangementet, provianteret og var aftenens meget kompetente grillmester, ligesom han også uddelte aftenens lodtrækningspræmie.

I Stationsturneringen ligger Tegholmen efter denne runde som nr. 1. På 2. pladsen følger Politigården. Kbh.s Færdsel & Trafik og RPCH følger på en delt 3. plads.

Kommende motionsløb: Lørdag den 23. september kl. 1000 – Dyrehaven (Fortunporten)

🏆 = Lodtrækningspræmie på kr. 600,- til Maratonsport.

😓😓 = Lodtrækningspræmie på løbetøj

DELTAGERNE GENNEMFØRTE SOM FØLGER:

5 km – 1 point

1. Jesper Mortensen, Politigården	51 år	26,13 min.
2. Søren Østergaard, Vestegnens Politi	70 år	26,39 min.
3. Helle Bengtsen, Station City	65 år	27,01 min.
4. John Petersen, Civil	63 år	31,55 min. 😓😓
5. Benjamin Frank Jensen, Kbh. Færdsel & Trafik	65 år	36,20 min.
6. Jørgen Wasmann Hansen, Station Bellahøj	67 år	40,32 min. 😓😓
7. Eigil Pagter Møller, Station Bellahøj	81 år	50,45 min.
8. Jan Blomquist, Kbh. Færdsel & Trafik	75 år	50,45 min. 🏆

10 km – 3 point

1. Jens Cappelen, Tegholmen	43 år	50,52 min.
-----------------------------	-------	------------



STATIONSTURNERINGEN

	MAR	APR	MAJ	JUN	AUG	SEP	OKT	DEC	I ALT POINT
Teglholmen	3	3	1	3					10
Politigården	3	1	2	1					7
Kbh.s Færdsel og Trafik	1	1	2	2					6
RPCH	5	0	1	0					6
Station City	1	1	1	1					4
Vestegnens Politi	1	1	1	1					4
Bellahøj Politi	0	1	0	2					3
NSK	1	0	0	0					1
Civile u.f.k.	6	1	1	1					9

PS - Løbernes gennemsnitsalder, steg ligesom varmen i denne runde til 64,4 år.



Udsigt fra båden 2



(SÅDAN NÆSTEN) SJÆLLAND ✓ RUNDT

Torsdag den 15 juni til søndag den 18 juni 2023.

AF Lene Ø. Olsen og Jan Kofoed, PI-København Sejlsportsafdeling
FOTOS Lene Ø. Olsen, Jan Kofoed, Jens Maagaard, PI-København

”Den traditionsrige kapsejls Sjælland Rundt tilbyder med sine ca. 230 sømil på alt, hvad der hører sig til ved distancesejls. På Havets Marathon er du sikret spændende natsejls, smukke morgener, vind i håret og en sejleroplevelse for livet. Med denne sejls bliver du og dit crew sat på prøve og din udholdenhed testes.”

Dette var, hvad arrangørerne af Sjælland Rundt skrev på deres hjemmeside. De havde så sandelig ret.

PI Sejlsports- og Kajakafdeling kunne i år desværre ikke mønstre en hel besætning til vores skønne båd Perlen, og vi troede indledningsvist ikke, at vi i år kom Sjælland Rundt. Heldigvis var en besætning i Tuborg Havn i samme situation og de foreslog derfor Jan Kofoed, at Jens Maagaard Pedersen og Lene Olsen fra PI kunne komme med på deres crew.

Vi skulle derfor sejle Sjælland Rundt på båden ”Kiwi”, en Farr 44, som er en 13,44 meter lang kapsejlsbåd fra 1984, der oprindeligt blev brugt af New Zealand til Admirals Cup. Kiwis besætning på konkurrencen Sjælland Rundt bestod således i år af 5 garvede sejlere, der havde sejlet Kiwi i mange år og os 3 fra PI Sejlsport.

Båden Kiwi var bygget til kapsejls, og alt overflødig vægt var derfor udeladt. Vi efterlod derfor vores blufærdighed på kajen, da vi onsdag aften satte kursen mod Helsingør, velvidende at vi de næste mange dage skulle sove, klæde om og gå på toilet foran hinanden. Der var ingen opdeling af skroget, hvorfor køkkenområdet bestående af et gasblus var få centimeter fra skibstoiletet. Der var ikke engang en væg.

KORT OM SJÆLLAND RUNDTS HISTORIE

Den 10 maj 1940 forbød den tyske besættelsesmagt al lystsejls i farvande øst for Sjælland. Meningen var at forhindre illegal trafik til Sverige. For Øresundssejlerne følte dette, som at blive sat i bur. Man harmedes mere og mere over disse forhold og en kreds af sejlere gav derfor hinanden håndslag på, at når krigen var til ende, ville man tage revanche og se Sjælland fra havet. Man ville kort og godt sejle Sjælland Rundt. Starten til den første Sjælland Rundt gik søndag den 29. juni 1947 kl. 10.00, med Sjælland om bagbord. Der var 12 startende både. Herefter steg deltagerantallet hvert år indtil rekordåret 1984, hvor der var 2074 tilmeldte både.

I årets sejls deltog i alt 129 både. Alt fra top tunede katamaraner til små familie både. Starten gik fra Helsingør, og vi skulle sejle Sjælland Rundt om bagbord (mod uret). Det var et smukt syn, da de forskellige både blev sendt afsted over startlinjen. Med udsyn til Kronborg, Sverige og alverdens både med de smukkeste sejl, kunne man ikke andet end at blive glad i månen.

Turen rundt om Sjælland gik meget langsomt. Vi blev ikke forkælet med så meget vind. Til gengæld viste det sig, at besætnings sammensætningen var helt unik. Vi hyggede os gevaldigt. Vi sad det meste af turen og nød den flotte udsigt. Om natten sov vi på skift, således at der altid var 4 mand på dæk, der kunne navigere os sikkert frem.

Enkelte gange skete det dog, at vi blev blæst godt og grundigt igennem. Da feltet befandt sig mellem Storstrømsbroen og Farøbroerne, lå mange både tæt. Her nærmedes sig en front



med lyn og torden. Vi hungrede efter vind og tog imod med åbne arme, men det blev ret voldsomt. Flere både fik ødelagt deres sejl. Master knækkede og man fornemmede, at mange crew havde fået kamp til stregen af naturen. Da uvejret ramte os, blæste det helt op til 18 m/s.

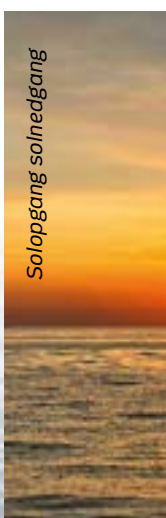


Billede taget lige før uvejret brød løs ved Farøbroerne

På Kiwi måtte vi også kæmpe. Det regnede voldsomt. Det haglede. Vinden pressede os så voldsomt, at båden krængede meget. Vores spiller revnede med et ordentlig brag til følge. Jens, der stadig kun var iført shorts og T-shirt, bevarede heldigvis roen og styrede båden sikkert gennem feltet af både. Vi blev prøvet af og vi klarede den. Alle tog et ansvar, og Henrik fra Kiwi tog lederskabet. Vi fik med møj og besvær trukket spilleren op af vandet, og vi fik skabt afstand til de omkringliggende både, der også kæmpede for at redde deres sejl. Det var lidt vildt, men ubetinget det sjoveste, vi oplevede på turen.

Lørdag morgen sejlede vi forbi Møns Klint, og

Solopgang solnedgang





Billede af Møns Klint



Lene, Jan og Jens i en hyggestund



Dejligt sejlsads med spileren oppe



aldrig har jeg set noget smukkere. Ordet sejlede var måske lidt overdrevet. Vi drev. Vinden havde forladt os. Det gik simpelthen så langsomt, at ens tålmodighed blev sat på prøve. Flere på båden havde inden start haft en forventning om, at vi ville have været i mål på dette tidspunkt.

Da vi nåede Øresundsbroen natten mellem lørdag og søndag, måtte vi sande, at det var vores tur til at take farvel. I mørket drev vi nærmest baglæns i timevis.

Vi startede motoren og sejlede til Tuborg Havn. Vi var ikke alene. Kun 48 ud af 129 både gennemførte Sjælland rundt. Nogle var skuffede, men alle var høje af glæde. Det har simpelthen været en fantastisk tur. Tak til Kiwi og tak til Henrik, Carsten, Søren, Dorthe og Aslak, der alle på hjertelig vis bød os fra PI velkommen.

Næste år gør vi det igen. Måske, vi endda har nok tilmeldte, så vi kan sejle Sjælland Rundt på Perlen.

Sejlads i meget let vind





MAGASINPOST **SMP**
ID-NR. 42554

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