



Atletik · Gymnastik · Motion · Tværidræt



Herreholdet tilbage til Elitedivisionen

Efter en enkelt sæson i 1. division er herreholdet tilbage til Elitedivisionen. Se artikel inde i bladet.

Bagest fra venstre: Søren Kirketoft, Henrik Flarup, Matias Ludvigsen, Anders Ludvigsen, Søren Skovbakke, Malthé Ludvigsen, Andreas Lommer, Buster Ådahl Nielsen, Jacob Schwaner, Alex Tesch, René Lehmann Pedersen.

Forrest fra venstre: Ole Jeppesen, Jonas Neldeborg Larsen, Emil Mikkelsen og Christian Walther Jensen.

På billedet mangler Thomas Jørgensen.

Foto. Jeanette Hedeager.

Vi er bedst i det lange løb!!

Så skal du sælge din bolig???

kan du med fordel ringe til os og få en gratis salgsvurdering!

Vi er kendt overalt i byen – og vi kender byen!

Vi er specialister i én- og to fam. villaer, dødsboer og rækkehuse i Odense
– samt sommerhuse på Nordfyn!



Preben Høyrup
Indehaver



Annelise Luther
Sekretær



Johnny Andersen
22 år i kreditforening



Reventlowsvej 11 · 5000 Odense C · phbolig@mail.dk · Mobil 40 16 13 61 / 30 66 38 61

www.teamodensec.dk

Tlf. 66 14 13 61

"Vi kender
boligmarkedet!"



Fionia Bank

DEADLINE

Dato	Deadline	Afleveret til Post Danmark
Nr. 6	23.10.2008	13.11.2008

LAYOUT OG TRYK

Redigering, layout og annoncer:	Blæsbjerg www.blaesbjerg.dk
Layout:	PartnerHouse Reklamebureau www.partnerhouse.dk
Tryk:	One2One A/S
Oplag:	1.500 stk.

Hovedafdelingen - side 4

Gymnastikafdelingen - side 12

Atletikafdelingen - side 13

Motionsafdelingen - side 7

Tværidrætsligafdelingen - side 29



OGF-bladet · September 2008 · Nr. 5



Faxe Kondi løb. Læs side 8.

Tour d'Afrique. Læs side 9.



Husk lige madkurven. Læs side 13.

DT - kvalifikation til elitedivisionen. Læs side 14.

DT-finalen i Hvidovre. Læs side 16.

To sølvmedaljer ved Senior-DM. Læs side 18.

Alle tre OA/OGF-hold med i LTU-Finalen. Læs side 19.



Bronze til drenge-15 i LTU-Finalen. Læs side 20.

Stort ungdomsstævne. Læs side 23.

Syv unge OA/OGF'ere udtaget. Læs side 24.



European Masters Games. Læs side 25.

Veteran EM Ljubljana, Slovenien. Læs side 26.

Et sidste og fyldestgørende farvel

Alt vedr.
begravelse,
bisættelse,
attester,
transport
m.v.


LANGESKOV
BEGRAVELSESFORRETNING



Aftaler træffes
gerne hos Dem
Hasse Østergaard

Kørsangervænget 35 - 5550 Langeskov - tlf. 65 38 11 32, svarer altid.
www.langeskovbegravelse.dk

Hovedafdelingen

Indbydelse til seminar

Lørdag den 1. november 2008

Program

Kl. 09.00 Kaffe

Kl. 09.30 Velkomst ved hovedformanden

Kl. 09.35 Indlæg af Thomas Bach, fritidschef i Odense kommune samt medlem af DIF's bestyrelse om, hvilke konsekvenser sammenslutningen af DIF & DGI får for de enkelte idrætsforeninger.

Kl. 10.30 Hovedformanden giver en orientering om, hvad vi besluttede, og hvilke mål vi har nået siden vores sidste seminar i 2006.

Kl. 11.00 Visioner for de enkelte afdelinger for de næste fem år, herunder elite, bredde og sundhed i forhold til nuværende og fremtidige medlemmer. Hvordan er vores ambition i forhold til ledere, økonomi og faciliteter. Drøftelse af klubhus: anvendelse, vedligeholdelse og evt. udvidelse, herunder lagerkapacitet.

Kl. 12.30 Frokost

Kl. 13.00 Fortsættelse af visioner

Kl. 14.00 Konklusion

Kl. 14.30 Eventuelt, herunder kaffe

Kl. 15.00 Afslutning

Hver afdeling må stille med max. fem personer.

Det forventes, at man i de enkelte bestyrelser har drøftet deres visioner for fremtiden, så disse kan blive fremlagt den 1. november. Disse visioner, samt samlet tilmelding med navne fra de enkelte afdelinger, vil hovedbestyrelsen gerne have tilsendt senest den 24. oktober pr. mail til Bent Iversen på info@ogf.dk.

*På hovedbestyrelsens vegne
Bjørn Madsen/Bent Iversen*

Formand

Bjørn Madsen
Odensevej 49
5492 Vissenbjerg
64 47 35 03
habermassen@os.dk

Næstformand

Alfred Ørum
66 18 12 99
a.oerum@nalnet.dk

Kasserer

Morten Schreiner
Prinsesse Mariés Allé 19
5000 Odense C
66 14 77 14
mortenschreiner@mail.dk

Sekretær

Jette Bogh
66 15 05 85
jlb@cdnet.dk

Atletik

Troels Troelsen
66 16 16 60
troelsen@cbs.dk

Motion

Karen Høybye
40 83 60 97
hybye@galnet.dk

Gymnastik

Erling Juul Hansen
66 14 47 75
ejh@pc.dk

Tværidræt

Yrsa Larsen
66 18 16 70
ymil@nal-net.dk

OG Huset Midskov

Thomas Juul Hansen
66 11 43 44
kth@mail.dk

Medlemmer af Midskov-udvalget, se de enkelte afdelinger.

Reservation:

Erling Juul Hansen
66 14 47 75

Bladudvalget

Claus Falkenby
66 19 13 12
falkenby@mail.tele.dk

Medlemmer af bladudvalget, se de enkelte afdelinger.

Klubhuset

Erik Larsen,
65 96 46 71
Medlemmer af klubhusudvalget se de enkelte afdelinger.

Reservation:

John Steen Nielsen
66 18 91 80
john-steen@webspeed.dk

Kontor

Stadionvej 43, 5200 Odense V.
65 91 57 13 / info@ogf.dk

Kontortider tirsdag og onsdag kl. 13-16 og torsdag kl. 13-17.

www.ogf.dk

Bjørn Madsen fejret

Tekst og fotos. Erling Jensen

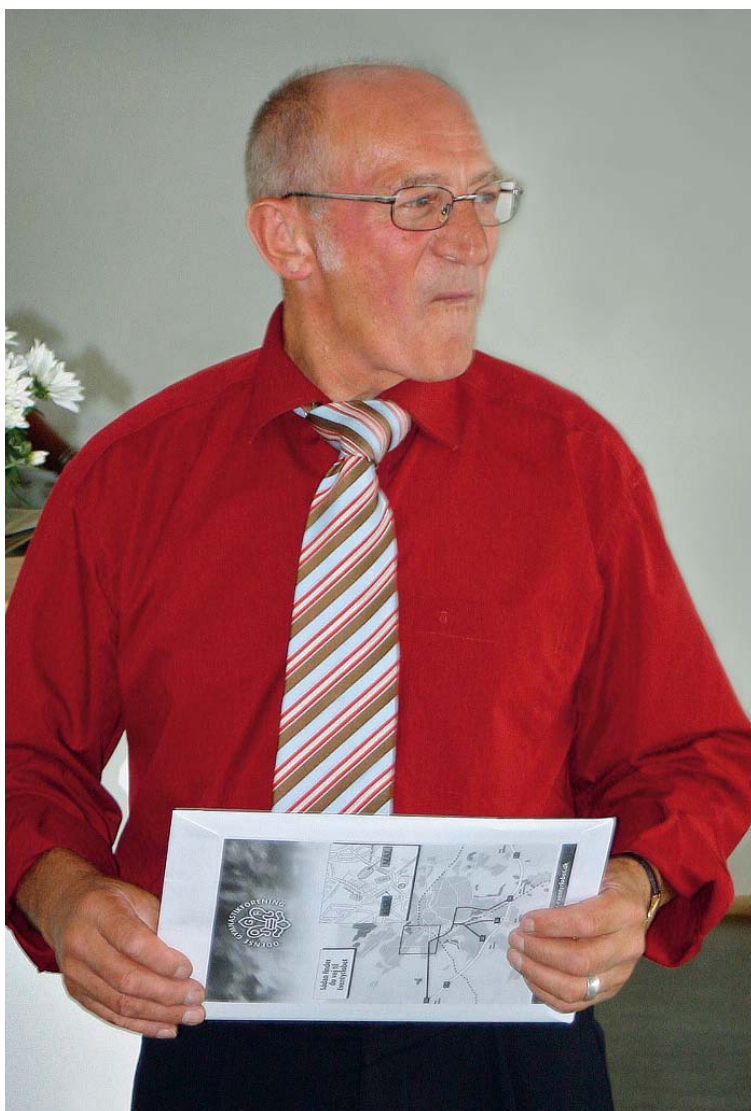
Der var mange besøgende, da hovedformanden den 5. september fejrede sin 70 års dag med reception i klubhuset.

Afdelingerne i OGF havde samlet ind og gav Bjørn Madsen et gavekort til en rejse. Formanden for gymnastikafdelingen Erling Juul Hansen sagde i sin tale, at Bjørn Madsen på flot vis havde sat sit præg på udviklingen i OGF.

Rådmand for Børne- og Ungeforvaltningen Jane Jegind sagde bl.a., at Bjørn Madsen gennem sit virke i snart 20 år som hovedformand var en rollemodel for det frivillige arbejde i foreningerne.

Bjørn Madsen fortalte i sin velkomsttale, at der til generalforsamlingen til februar skal vælges en ny formand. Det er tiden, at nye kræfter skal til.

Claus Falkenby, formand for bladudvalget i over 35 år, sagde Bjørn Madsen tak for hans store indsats i OGF.



Juletræssalget i Ansgar anlæg

Årets juletræssalg begynder i år mandag den 1. december.

Vil du gerne hjælpe som sælger, hold da øje med listerne, der op-hænges i klubhuset og på atletik-stadion.

Se også orienteringen på hjemme-siden.

Tilmelding og nærmere oplysninger:

Mogens "Rør" Nielsen,
40 54 69 81

E-mail: men_bn@dsa-net.dk



"Krølle-Jørgen" i aktion med saven
Foto: Erling Jensen



Nyhed

Smertestillende – nu på tube

Med ny Voltaren gel behøver du ikke længere behandle hele kroppen, når du kun har ondt ét sted – smør Voltaren på det ømme område, og smerten letter efter et øjeblik. Voltaren gel har en let duft og fedter ikke.

Voltaren gel kan købes uden recept.

Voltaren
ET LIV I BEVÆGELSE

Voltaren gel indeholder diclofenac og bruges imod lokale smerter i muskler, sener og led. Voltaren gel er betændelsesnedsættende (anti-inflammatorisk), smertestillende og kølende. Dosering: Voksne og børn over 12 år: 2-4 g gel (svarende til størrelsen fra et kirsebær til en valnød) påsmøres huden 3-4 gange dagligt dér, hvor det gør ondt. Det anbefales at vaske hænder efter brug, dog ikke hvis hænderne behandles. Brug ud over 7 dage bør kun ske efter aftale med lægen. Bivirkninger: Der er ingen alvorlige bivirkninger, men der kan forekomme udslæt. Sjældent ses væske-ophobning eller blæredannelse på huden. Meget sjældent ses sammentrækning af bronkierne, nældefeber eller lyssensibilitet. Forsigtighedsregler: Bør ikke anvendes af personer, der lider af salicylatprovokeret astma, nældefeber eller snue. Bør ikke anvendes på åbne sår eller ved svær akne. Bør ikke komme i kontakt med øjne eller slimhinder. Graviditet og amning: Voltaren gel bør ikke bruges af gravide og ammende. **Læs altid vejledningen i pakningen inden brug.** Novartis Consumer Health, tlf 39 16 84 00. Juli 2006.

Formand

Karen Høybye
Stenløsevej 259, 5260 Odense 4 S
tlf. 40836097
hybye@galnet.dk

Kasserer

Klaus Winther
Kamgårdsvej 8, 5690 Tommerup
tlf. 64763568 og 25575107
Email: ogfmotion@yahoo.dk

Sekretær

Jytte Steensgaard
Dømmestrupvej 48, 5792 Årslev
Tlf. 65 90 27 10
Email: jytte.steensgaard@get2net.dk

Bestyrelsesmedlemmer

Berit Christensen
Rugårdsvej 64, 1th, 5000 Odense C.
Tlf. 66 11 46 27
Email: hvirvelkaer@yahoo.dk

Stein Pedersen
Kroggårdvej 77, 5270 Odense N
tlf. 66182360
Email: SLP@nal-net.dk

Eventrykløbs styregruppe

Kurt Høybye
Stenløsevej 259, 5260 Odense S
Tlf. 40 89 09 05

Cykelmotion

Poul Skipper Nielsen
Næsbyvej 89
5270 Odense N.
Tlf. 66 19 47 15
Email: skipper@webforum.dk

Suppleanter

Helge Pedersen
Maderupvej 11
5471 Sønderø
Tlf. 64 83 18 87

Flemming Givskud
Larsen Stevnsvænge 1
5220 Odense
tlf. 65935593
Email: fl.givskud@gmail.com

Midskov

Jytte Steensgaard
Tlf. 65 90 27 10

Bladudvalg

Mogens Nielsen
Tlf. 66 11 69 81
Email: men_bn@dsa-net.dk

Klubhuset

John Steen Nielsen
Tlf. 66 18 91 80

Bent Iversen
Tlf. 20200195
Email: info@ogf.dk
www.ogf.dk

Eventrykløbet

Bent Iversen, 20 20 01 95
Mail: info@eventrylobet.dk
www.ogf.dk

Webmaster

Tommy Mathiesen
Middelfartvej 110st
5000 Odense C.
Tlf. 66 16 88 22
Email: tommym@galnet.dk
www.ogf.dk

Motionsafdelingen

Tilbud om løbetrænerkursus

Et møde med Ole Harbæk fra DGI Akademiet
(se www.bestcoaching.dk)

Den 22. november 2008 har motionsafdelingen i samarbejde med DGI og Fjordager arrangeret et hel-dags kursus med Ole Harbæk. Kurset kommer til at foregå i klubhuset fra kl. 8.30 – 17.00.

Kurset henvender sig først og frem-mest til de medlemmer, der har deltaget i "Løb med Avisen", medlemmer, der ønsker at deltage i projektet samt medlemmer, der i dag allerede fungerer som gruppeledere.

MEN da vi øjner muligheden for at kunne tilbyde kurset til flere udenfor målgruppen, vil vi gerne høre fra dig, hvis du er interesseret.

Basiskursus for løbetrænere

Det drejer sig i første omgang om et basiskursus for løbetrænere. Det er tanken, at basiskurset skal efterfølges af flere kursusforløb, hvor Ole Harbæk, der er certificeret idrætscoach, også vil komme ind på de personlige redskaber, en løbetræner har brug for. Kursusrækken skulle gerne munde ud i, at vi har en gruppe medlemmer, der er gearet til at varetage rollen som gruppeleder/-vejleder i og som samtidig har fået lært en masse gode ting, der kan sættes ind i egen løberkarriere.

Vi taler således om et tilbud om et kursusforløb for jer, der gerne vil lære mere om træningsprincipper, og som samtidig gerne vil være med til at hjælpe motionsafdelingen ved at bruge det tillærte aktivt i hverdagen.

Basiskurset kommer til at indeholde følgende elementer:

Teori: Om opvarmning - hvorfor og hvordan, set i et socialt og fysiologisk fokus.

Fysiologi: Løbets psykologiske og sociale dimensioner. Trænerroller. Arbejde med mål og målsætning. Fastholdelse af medlemmer, udlig-ning af forskelle i træningsniveau. Praksis: afprøve forskellig opvarmning, teknik/koordinationstræning, sociale intervallerformer.

Kurset er arrangeret i samarbejde med Fjordager. Da vi jo samarbejder om projekt "Løb med Avisen" vil Fjordager også have gruppeledere med på kurset.

Vi håber meget, at I vil tage godt imod tilbuddet, og at vi er så heldige, at vi får et par nye interesserede medlemmer på banen.

Du kan henvende dig til undertegnede eller en fra bestyrelsen. Vi vil gerne have besked senest 1. november.

På bestyrelsens vegne
Karen Høybye

Husk klubaften, se nærmere på hjemmesiden

Vellykket FAXE KONDI LØB



Starten er gået til Børneløbet

Søndag den 31. august på Flakhaven

Med knap 1.600 deltagere, 40 procent flere end sidste år, blev FAXE KONDI LØBET en stor succes. Vejret kunne ikke være bedre. Solskin men alligevel en luftig brise, så løberne ikke havde store problemer med at komme rundt i City. En enkelt deltager måtte en tur på hospitalet, men han sagde dagen efter løbet, at han selv havde skylden, da han ikke havde fået nok at drikke og spise inden løbet, og at han har lavet et væddemål med kammerater, så han ikke havde sparet sig.

Ideen med at flytte rundt på tidspunkterne for afviklingen var i løbernes smag. 5 km+10 km startede klokken 11.00. ½ maraton kl. 11.45 og endelig Børneløbet klokken 13.30. Da der var præmieoverrækelse til halvmaraton klokken 14.00, var der rigtig mange på Flakhaven til at heppe på børnene, der sluttede løbet af på bedste vis.

Stemningen var god på Flakhaven. Odense Cityforening havde sørget

for et godt jazz-swingorkester, der fra klokken 12-14 satte liv i forsamlingen.

Dansk Jernbane Fritidsforbund havde for første gang lagt sit DM for jernbanefolk på halvmaraton i Odense, og det er ikke sidste gang, lød det fra Carl Erik Hunnerup, formand for Jernbanens Atletik & Motion. Vi har været meget godt tilfreds med FAXE KONDI LØBET, der har en god organisation, og ideen med at lægge vores mesterskab ved et eksternt løb vil vi fortsætte med og gerne som en del af FAXE KONDI LØBET, sluttede Carl Erik Hunnerup.

Fra løbsledelsen skal der lyde en stor tak til de mange frivillige, som har hjulpet med at gøre arrangementet så vellykket.

Tekst og fotos
Erling Jensen



Halvmaratonløbere på Vestergade



Vinderne, drenge 7-9 år, Børneløbet

Tour d'Afrique

En særlig foredragsaften i cykelafdelingen den 19. november, kl. 19.00.

Foredragsholderen er Bent Nielsen, der har deltaget og gennemført Tour D'Afrique. Han er blandt de 10, der gennemførte hele distancen (EFI = every fucking inch) på 11.000 km, og han opnåede at blive nr. 4 i det samlede resultat.

Tour d'Afrique er en hård fysisk og psykisk udfordring, og Bent Niensens oplevelser er næsten ubeskrivelige.

Til denne særlige foredragsaften har cykelafdelingen indbudt cykelfolk fra Fjordager til at deltage. Alle motionsafdelingens medlemmer er meget velkomne til at være med. Det er et foredrag, der appellerer til enhver.

Klubhuset vil danne rammen om foredraget, og da det starter kl. 19.00, vil vi i god tid planlægge, hvis der skal rykkes lidt på starttidspunktet for løbetræningen.

Vi håber meget, at I, der ikke ønsker at høre foredraget, har forståelse for det unikke i dette arrangement, og at I vil have forståelse for,



Du kan se frem til en spændende aften

at hyggesnak denne aften foregår i kælderen.

For en ordens skyld skal det nævnes, at halvdelen af honoraret går

til bygning af en børnehave i Benin gennem Børnefonden.

Karen Høybye

Odense Isstadions Cafeteria

v) Kaj Brink
Møllemarksvej 75
5210 Odense NV
Tlf. 20 14 35 03

**HUSK at bruge
www.ogf.dk**

Her er vi først
med det sidste nye !!

Vi prøver at få det til at rime

Hvordan får man "sjovt" til at rime på "intervaltræning" ?

Det lyder jo nærmest som noget, man kunne kalde uopnåeligt. Men nej – det er det ikke!

Nu løfter vi sløret. Vi prøvede at udfordre alle løberne, så de på egen krop fik prøvet alt det sjove. Og fik trænet interval – samtidig !! Den 6. august havde vi trommet alle sammen til et lille stjernestafet i Roesskovs Parken.

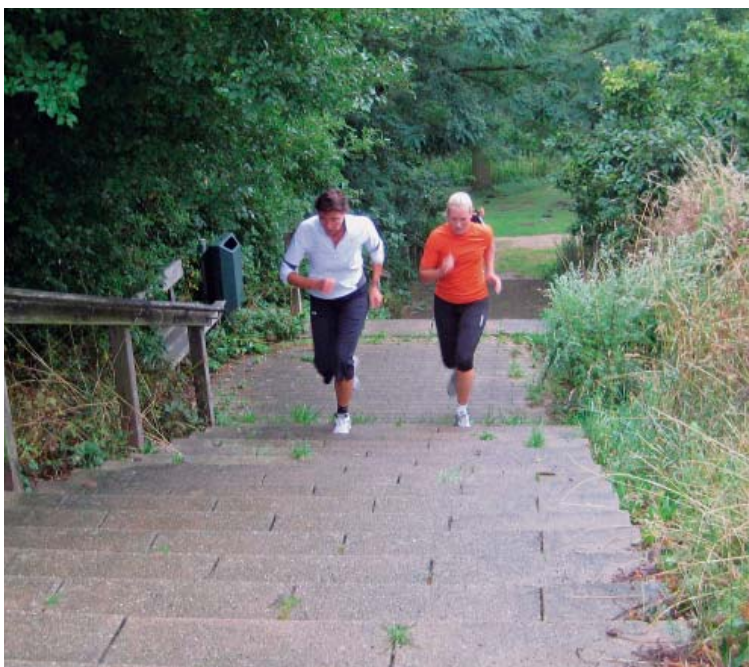
To og to dannede man par. Man skiftedes så til at forcere de forskellige "discipliner" på banen.

Hurtigløb rundt om søen, fuldt fir-spring op ad trappen, for fuld ud-blæsning op ad bakken og nedad igen, baglæns løb (uha, det var sjovt!) og step på et af legestativ-erne.

Alle fik pulsen op – alle svedte, grinede og havde en sjov aften med utraditionel træning. Uanset om man er ny ud i løberlivet, eller man er en "gammel" og garvet løber, så kan man altså sagtens træne sammen.

De gode tilbagemeldinger betyder, at vi prøver igen en anden gang. Godt, at I er friske og er "med" på noget nyt.

*På vegne af gruppelederne
Karen Høybye*



*Op ad trapper var en af øvelserne i Stjernestafetten
Fotos. Karen Høybye*



Øvelser på legepladsen var også en af prøvelserne

Se nyhederne fra Newline!

Sportmaster Odense
Kongensgade 33, 5000 Odense C
Tlf: 63 12 37 00

Sportmaster Odense
Dalumvej 15, 5250 Odense SV
Tlf: 66 13 40 52

newline®

Gymnastikafdelingen

Trængsel i gymnastikhallen

Både Multigymnastik for drenge. Hold 2. - Årgang 2001 - 2002 og hold Mini Spring / Rytme piger 5-10 år. Hold 3 melder, at der bare ikke er plads til flere børn! Gymnastik er mere populært end nogensinde.

Der laves koldbøtter
Foto: Erling Jensen



Der tumles
Foto: Erling Jensen



Formand

Erling Juul Hansen
Sune Ebbesøns Vænge 36
5000 Odense C
Tlf. 66 14 47 75

Kasserer

Gerda Korgaard
Hermelinløkken 112
5210 Odense NV
Tlf./Fax. 65 94 31 14
korgaard@pc.dk

Bestyrelsesmedlem

Claus Berentzen
Mensalgårdvænget 7
5260 Odense S
Tlf. 66 15 05 85
ceb@cdnet.dk

Bestyrelsesmedlem

Thomas Juul Hansen
Hvidkløvervej 23
5210 Odense NV
Tlf. 66 11 43 44
khth@mail.dk

Bestyrelsesmedlem

Dennis Lund Sørensen
Anderupvænget 54
5270 Odense N
Tlf. 6618 5496

Suppleanter

Kasper Rasmussen
Sdr. Boulevard 190, 2., L 23
5000 Odense C
Tlf. 2341 3988

Suppleanter

Anette Rasmussen
Damhusvej 4, 1.
5000 Odense C

Bladudvalg

Mette Agerbæk
Tlf. 66 14 96 82
mma@tdcadsl.dk

Midskov

Erling Juul Hansen
Sune Ebbesøns Vænge 36
5000 Odense C
Tlf. 66 14 47 75

Klubhus

Gerda Korgaard
Hermelinløkken 112
5210 Odense NV
Tlf. 65 94 31 14

Husk lige madkurven!

DHL Stafetten Odense er blevet en magnet, som tiltrækker deltagere fra både Fyn, Jylland og Sjælland.

1.625 hold betød 8.125 deltagere i dette års Stafet. Det var en stigning på 66 % i forhold til 2007, og det til trods for, at tilmeldingen blev lukket fire dage tidligere end annonceret.

Set i bakspejlet var det i overkanten af, hvad Engen og ruten kunne rumme på én gang, så hvis væksten skal kunne fortsætte, bliver det enten ved at afvikle stafetten over flere dage eller ved at finde større rammer til arrangementet.

De mange deltagere virkede for 99 % vedkommende dog ovenud tilfredse, på trods af den knebne

plads, specielt i skiftezone. Mange af deltagerne er helt uerfarne i stafet-henseende, og på den baggrund er det nærmest forbløffende, at alle når at finde ud af det, inden arrangementet er omme!

(– Hørt på pladsen: "Skal man skiftes til at løbe?? – Nå, jeg troede bare, vi skulle skiftes til at holde pinden").

Tak til alle jer, både fra atletikafdelingen og fra de andre afdelinger, der gav en hånd med! Vi glæder os til en endnu bedre DHL Stafet i Odense i 2009.



*Flemming Wedell og Niels Larsen havde en travl aften med at line folk op til den gratis holdfotoografering
(Foto: Inge P. Jensen)*

Formand

Troels Troelsen, Tlf. 66 16 16 60
Pårupvej 66, 5210 Odense NV
troelsen@cbs.dk

Næstformand

Lars Utzon, Tlf. 61 14 27 56
Hannerupgårdsvej 31C, 5230 Od. M
lu@galnet.dk

Kasserer

Susanne Hedeager, Tlf. 65 95 91 32
Klaus Berntsensvej 270, 5260 Odense S
Hedeager@webspeed.dk

Seniorleder

Buster Nielsen, Tlf. 64 76 24 63
bobber_nielsen@hotmail.com

Ungdomsleder

Susanne Hedeager, Tlf. 65 95 91 32
Klaus Berntsensvej 270, 5260 Odense S
Hedeager@webspeed.dk

Veteranleder

Claus Børsen, Tlf. 66 15 16 23
Bystævnet 17, 5260 Odense S
cboersen@pc.dk

Stævneleder

Flemming Hedeager, Tlf. 65 95 91 32

Samværsleder

Alex Tesch, Tlf. 26 83 94 46
hrtesch@yahoo.dk

Buskoordinator

Se under stævneleder

Støtteforenings formand

Jan Maintz

Bladudvalget

Claus Børsen, Tlf. 66 15 16 23
Bystævnet 17, 5260 Odense S
cboersen@pc.dk

Stævnetilmelder

Susanne Hedeager

Klubhuset

Poul Tesch, Tlf. 66 16 62 77
tesch@oncable.dk

Webmaster og statistik

Vakant

Materialeforvalter

Poul H. Esbensen, Tlf. 60 11 19 13
phe@biology.sdu.dk

Midskov

Jan Krogh Hansen
Tlf. 65 93 13 03

Champagnepropperne sprang

DT - kvalifikation til elitedivisionen, herrer
Bagsværd 31. august

På en solrig søndag slog Bagsværd dørene op for kvalifikation til elitedivisionen. Det lignede på forhånd en tæt kamp om de to oprykningspladser, hvor især Aalborg og Bagsværd virkede som de største trusler mod et Odense-hold, der skulle prøve at komme tilbage i landets bedste række efter en nedtur sidste år.

Det startede godt, da Alex Tesch satte PR på den lange hæk i tiden 58.15, og hev en 2. plads hjem. Og meget længere tid gik der ikke, før det stod klart, at der ikke var nogen, der kunne komme i nærheden af Jørgen Halkjær i kuglestød. Med 12,72 m vandt han med mere end en meter ned til den nærmeste konkurrent. I denne disciplin lyk-

kedes det også Jonas Neldeborg Larsen at nå tæt på sin PR og få samlet gode point ind med den præstation.

På 5000 meteren havde vi en debutant på DT-holdet i form af Søren Kirketoft, som kvitterede med en ny PR på 15.25 minut og en 3. plads i et stærkt felt, der blandt andre kunne mønstre bronzevinderen fra DM.

Søren Skovbakke fik to sikre sejre i 800 meter og 1500 meter, og midt på stævnedagen kunne vi allerede se, hvor det bar henad: Odense og Bagsværd havde skabt et solidt forspring ned til konkurrenterne. Det skulle efterhånden gå helt galt, hvis vi ikke skulle få en af de to pladser.

Heldigvis var Morten Kyndbøls første spring på 4,20 m ikke et varsel om, at det pludselig skulle gå den forkerte vej. For da hans stang knækkede, havde han allerede sikret sig 2. pladsen med et flot sæsonbedste på 4,10 m. Dog må vi med hans forbrug af stænger overveje, om klubben overhovedet har råd til at tage ham med til stævner i fremtiden.

Dagens mest sikre sejr gik til Anders Ludvigsen på 3000 meter forhindring. På trods af, at han havde lidt sygdom i kroppen, kunne han nemt løbe i mål over et halvt minut foran næste mand, og han kunne endda tillade sig at slappe lidt af, da han skulle løbe 1500 meter senere.



Søren Skovbakke fik to sikre sejre – på 800 og 1.500 meter
Foto: Jeanette Hedeager

I trespring imponerede Henrik Flarup, da han med blot fem skridts tilløb revancherede en halvsåkildt længdespringskonkurrence og satte PR med 30 cm. Hans spring på 13,33 m rakte til en 2. plads.

Allerede før den afsluttende 4 x 400 meter stod det klart, at OA/OGF ville vinde kvalifikationen. Det gjorde derfor ikke noget for stillingen, at førsteholdet blev diskvalificeret. Imidlertid ser 0 point ikke godt ud på papiret, så hurtigt blev et 2. hold samlet bestående af Jacob Schwäner, Anders Ludvigsen samt de to kastere Jonas N. Larsen og Emil Mikkelsen. De stærke drenge så ikke så friske ud de sidste par hundrede meter, men de blev klappet i mål, og mens de sundede sig, kun-

ne champagnepropperne blive skudt af og markere Odense Atletik/OGF tilbagevenden til Elitedivisionen.

Desværre har jeg måttet udelade nogle resultater, da referatet ellers ville blive alt for langt. Men det var en solid holdindsats af alle mand, og da niveauet ser ud til at være konstant stigende i øjeblikket, med mange unge på vej frem, ser det godt ud med hensyn til en plads i DT-finalen næste år.

En komplet resultatliste kan ses på Dansk Atletik Forbunds hjemmeside.

Buster Nielsen



Anders Ludvigsen fik dagens mest sikre sejr – 3.000 meter forhindring. Over et halvt minut for nummer 2. Og så skulle han endda løbe 1.500 m bagefter
Foto: Jeanette Hedeager

ATLETIK NYT

Læs om lige netop dit løb
i Atletik Nyt!

Bliv abonnent på Danmarks
bedste atletik- og motionsblad.

Erik Laursen
Heinrich Duholm
Tommy Petersen
Willy Frandsen
Jan Gram
Jakob Hannibal
Anders Løvgreen
Jakob Skjoldan
Andreas Gydesen

ALLE står vi parat
med vores entusiasme
på forskellige områder.

ATLETIK NYT forsyner dig
"løbende" med alle resultater fra
hjemlige stadions, fra motionsløb
og de udenlandske arenaer.

Abonnement
på ATLETIK NYT 2008
koster kun 300 kroner.

**DU MODTAGER
12 NUMRE!**

E-mail:
hvdatletik@tele2adsl.dk

Husk i alle tilfælde
fuldstændig postadresse.

Sjetteplads til afbudsramt kvindehold

DT-Finalen i Hvidovre

Hvidovre lørdag 30. august



Jeanette Hedeager har hele sommeren været plaget af skader, så hun var noget fra vanlig styrke i trespring. Foto: Flemming Wedell

Forventningerne om at "bide skær" med de store var forsvundet allerede før afgangen til Hvidovre. Flere skader samt andre afbud gjorde, at vi måtte revurdere vores forhåbninger om at deltage i bronzekampen og koncentrere os om at skabe nogle gode resultater.

Afbud fra bl.a. Lone Sørensen, Ann Glad og Maja Fløe gjorde, at vi måtte ændre noget i holdopstillingen og desværre stille op helt uden deltager på 100 m hæk.

Dertil kom, at Jeanette Hedeager efter sin drøje "skade-sommer" stadig var langt fra topformen. Simone Glad måtte udgå på 1500 m med smerter i foden, og Laetitia Kim Bruun var ligeledes langt fra topniveauet denne dag.



*Simone Glad i hækkeløb
Foto: Flemming Wedell*

Med alle disse profiler under vanligt niveau var det derfor forventeligt at slutte på sjette- og sidstepladsen.

Glædeligt var det dog, at vi havde kvalificeret os til finalen og derfor er med i Elitedivisionen igen næste år (Lykkeligvis sammen med herreholdet efter deres fortjente oprykning).

Alligevel gode resultater i finalen

Caley Carter Knudsen hentede to andenpladser hjem med 12,16 m i kugle og 38,65 m i diskos. Her besejrede hun endda OL-spydkasteren Christina Scherwin.

Christina Christiansen fik ligeledes 5 point i stang, hvor hun klarede de 2,80 m.

I hammerkast havde Susanne Hedeager trænet flittigt sammen med den skadede Lone Sørensen, og det viste sig at bære frugt, da Susanne med en PR på 25,84 m overraskende slog både Aabenraa og FIF's deltagere, hvilket gav 3 point. Dertil lykkedes det, på trods af den manglende træning, Jeanette at hente 4 point i trespring.

Se mere på side 18



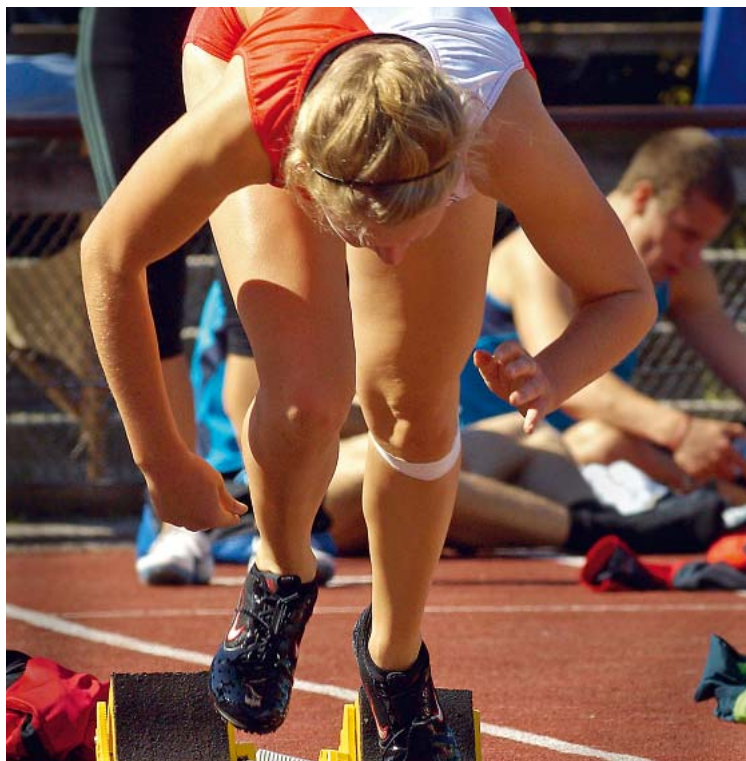
Da Lone Sørensen var skadet, måtte Susanne Hedeager kaste hammer og hun satte PR. Foto: Flemming Wedell

I Ann Glads fravær sagde vi goddag til en debutant på holdet.

Helle Mølgaard Svensson, med en fortid som håndboldspiller hos Slagelse Dream-Team, har efter en skulderskade skiftet håndbolden ud med løbeskoene i OA/OGF.

Helle stillede uimponeret op på først 5000 m og tog efterfølgende sidsteturen på 4x400 stafetten. Et friskt pust, vi glæder os til at gense på holdet i næste sæson.

Line Albertsen
Foto: Flemming Wedell



To sølvmedaljer ved Senior-DM

Østerbro Stadion 2.-3. august

Årets senior-DM var af forskellige logistiske grunde "forflyttet" til Sparta på Østerbro Stadion, inden det vender "hjem" til Odense igen i 2009 & 10.

13 OA/OGF'ere havde dog fundet vejen til København, og to af vores største unge kvindelige talenter formåede endda at hjemføre hver sin sølvmedalje.

På 3000 m forhindring var der i år hele fem deltagere (der var ingen i 2007), og Simone Glad vandt overbevisende sølv i tiden 11.42,22 min, kun slået af den forhenværende landsholdsløber Laila Laurson. Simone løb et flot løb og var i mål hele 25 sekunder foran nr. 3. I trespring genvandt Jeanette He-

deager sin sølvmedalje fra 2007. Skadesramt har Jeanette ikke kunnet træne hele sommeren, så resultatet 10,84 m var derfor meget dårligere end sidste år.

Susanne Hedeager måtte i år se sig placeret lige udenfor medaljerækken, da 10,28 m rakte til placeringen som nr. 4.

Hos herrerne kvalificerede Søren Skovbakke sig til finalen på 800 m, men måtte i en tæt finale se sig henvist til 5. pladsen i tiden 1.57,03 min.

Alex Tesch blev nr. 6 i højdespring med højden 1,88 m og ligeledes nr. 6 på 110 m hæk.

Christian W. Jensen og Thomas Jørgensen fik begge deres senior-DM debut i spydkast, hvor Christian

med 47,40 m blev nr. 7 og Thomas med 46,10 m nr. 8.

Nævnes bør også tre gode personlige løberesultater.

Buster Ådahl Nielsen kom for første gang under de 12 sekunder på 100 m, men de flotte 11,88 sek. blev desværre løbet i 2,2 m/s medvind.

Line Albertsen løb ligeledes på 100 m 13,21 sek, og nærmer sig nu kraftigt sin tidligere form.

Endelig satte Anders Ludvigsen en fornem PR på 5000 m, hvor tiden 15.28,51 min ikke alene var en forbedring af PR med over 15 sek., men også gav Anders en udtagelse til juniorlandsholdet.

Flemming Hedeager

Alle tre OA/OGF-hold med i LTU-Finalen

LTU-kvalifikation Vest, Odense 17. maj

Laetitia Kim Bruun, 14 år, skulle for første gang prøve kræfter med en syvkamp, hvilket er noget ganske specielt, da det er syv øvelser på to dage. At økonomisere med kræfterne, hvile mellem øvelserne, spise på de rigtige tidspunkter, komme videre til den næste øvelse, selvom den forrige gik skidt, og stadig yde det mest optimale i hver eneste øvelse og meget mere, var en del af de ting, vi skulle "slås" med.

Laetitia lagde ud med en ikke helt optimal hæk, da hun var meget nervøs. Men nu var hun i gang og gik på med krum hals. Højde med 1,53 var meget godkendt og kugle

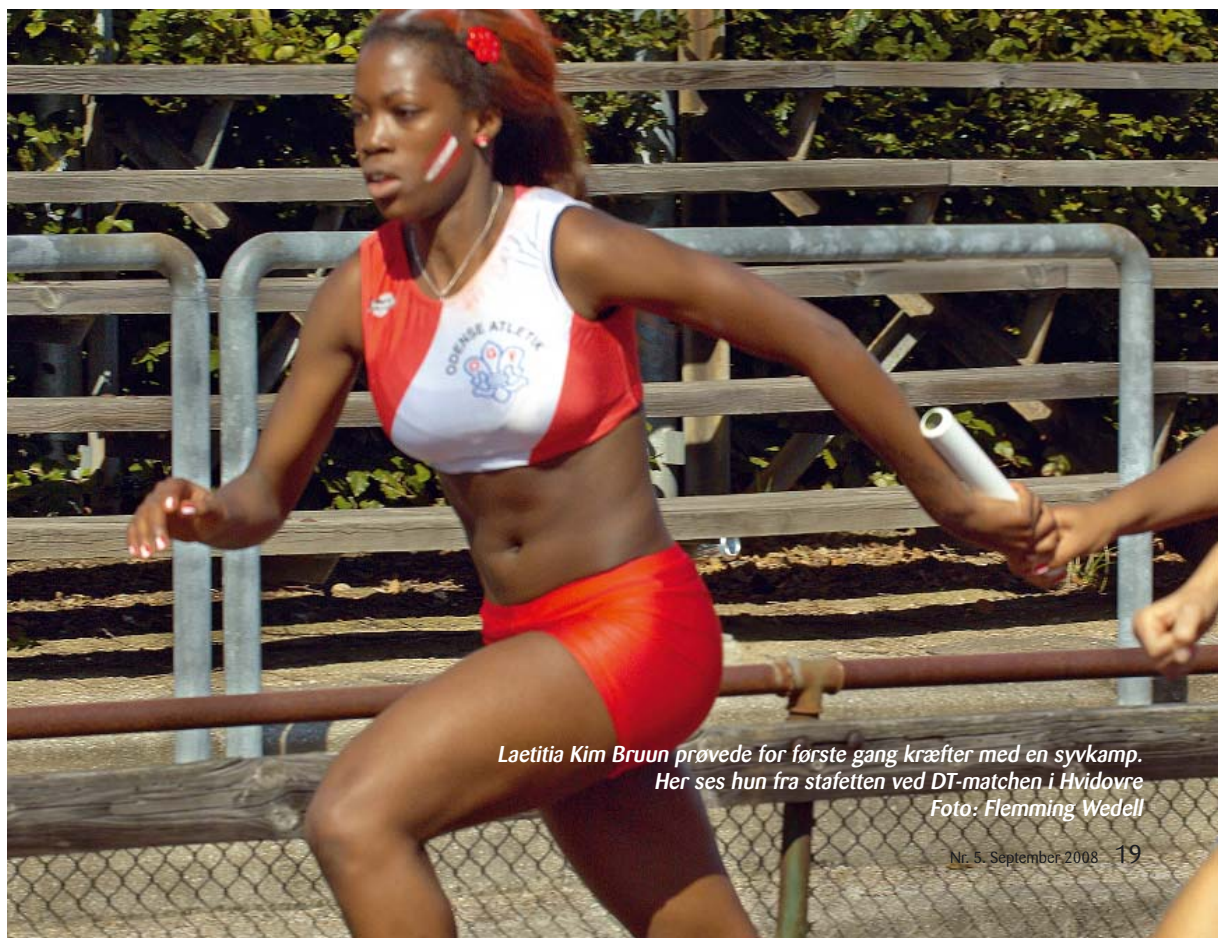
med 10,26 m gav gode point. 200 m var dagens sidste øvelse, og den blev snakket igennem, da Laetitia aldrig havde løbet den distance før. Tiden 28.26 sek. var en fin debut. Efter førstedagen sluttede hun på en 4. plads. Næste dag begyndte med tidlig jogging i kælderen under hotellet. Laetitia forstod ikke vigtigheden af at få kroppen vækket og gjort klar med det samme, men kunne godt mærke trætheden og stivheden forsvinde efterhånden. Længdespring var rimeligt. Til gengæld skulle spyd gå rigtig godt. Laetitia har aldrig kastet spyd før og havde kun trænet to gange med Jacob Bo Hedeager, men det var nok til at få spyddet ud på 24,64 m.

Nu ventede 800 m. En absolut hård sidste øvelse, og da vejret var meget blæsende og koldt, var det ikke sjove udsigter til dette løb. Laetitia gjorde, hvad hun kunne og sluttede på en meget flot 5. plads i den samlede stilling.

En meget fin debut, og efter en snak om de enkelte øvelser og sammenligning af hendes resultater med de andres, er der ikke ret langt op til, hvor det er rigtigt sjovt at være.

Det var en god oplevelse og en god tur vi havde.

Susanne Hedeager, gammel stadigvæk udøvende mangedækker



*Laetitia Kim Bruun prøvede for første gang kræfter med en syvkamp. Her ses hun fra stafetten ved DT-matchen i Hvidovre
Foto: Flemming Wedell*

Bronze til drenge-15 i LTU-finalen

LTU-Finalen, Skive den 23. august

Som nævnt i seneste blad havde OA/OGF for første gang i historien tre hold med i årets LTU-finale.

50 deltagere, dommere, ledere og heppere kørte derfor forventningsfulde af sted mod Skive. Ved afgang fra Fyn øsede regnen ned, men da vi nærmede os Skive, blev vi mødt af en pragtfuld solfyldt sommerdag, der heldigvis varede under hele stævnet.



Josefine Harder satte PR i længdespring med 4,81 meter.
Foto. Jeanette Hedeager.

Piger 12-15 år

De største chancer tilskrev vi på forhånd pigeholdet, der i en meget stærkt besat finale kunne ende som alt fra nr. 2 til nr. 6. Amagers favoritter var på forhånd anset som urørlige.

Konkurrencen blev lige så hård som forventet, og på trods af mange flotte resultater manglede vores piger desværre lige den sidste medvind af held for at kunne hjemtage medaljer.

En fjerdeplads med 6082 point var blot 147 point fra Aabenraas bronzevindere og 174 point fra Skives sølvhold. Amager vandt som forventet suverænt det danske mesterskab.

Af gode resultater bør først og fremmest nævnes Josefine Harders pr. i længde med 4,81 m og Laetitia Bruuns 2. plads i højde med 1,56 m.

Dertil kom 4x100 m holdet, bestående af Leticia Bodjo, Josefine Harder, Linda Fløjborg og Laetitia Bruun, der i tiden 53,20 sek. slog både Skive og Aabenraa i den afsluttende stafet, men desværre ikke havde afstand nok til dem til at nå medaljepladserne.

Katharina Most løb både 800 m og 3000 m på tider helt op til sit bedste (11.50,27 på 3000 m var kun 5/100 sek. fra hendes PR), og Linda Fløjborg satte PR med over 3 m i spyd (21,76 m).

Drenge 12-15 år

Med femtebedste pointscore fra de indledende runder havde vi ikke forventet, at drengene kunne blande sig i medaljestriden, men nogle

få omrokeringer og ikke mindst en flok drenge, fyldt med uimponeret gåpåmod og viljen til at vinde, gav en af årets store positive overraskelser og bronzemedaljer til drengene.

Anført af Andreas Most, der vandt 800 meteren i tiden 2.08,41 min, og Jacob Bo Hedeager, der blev nr. 2 i spydkast med 46,14 m, fulgte en hel række andre flotte præstationer.

Jacob Bos spydkast var for øvrigt klubrekord for 15 årige i OA/OGF – en forbedring af Andreas Millings gamle rekord med 32 cm.

Jannick Henriksen blev nr. 2 på 3000 m med en pr. på 9.53,74 min, Jacob Bo tog 3. pladsen i kuglestød med 11,25 m, og Steffen Mertov blev nr. 4 i højde med en pr. på 1,55 m.

Frederik Friis tangerede sin pr. i stang på 2,20 m, hvilket også indbragte en 4. plads og satte kraftig PR i diskos med 24,80 m.

Sophus Rosendahl blev nr. 4 i længde med 4,50 m, og løb derudover 100 m hæk med PR i tiden 16,18 sek, og det endda i andet forsøg, da eltiden svigtede drengenes første gennemløb, hvor vores håndstoppede tider fortalte, at Sophus var helt nede omkring de 16 sek. rent.

Til den afgørende 4x100 m stafet måtte trænerteamet nytænke, da hele to af førstevalgene, Jacob Bo og Alex Thomsen, ikke kunne løbe grundet skader.

Reserverne Sophus og Steffen gjorde dog deres job godt, og sammen med Mads Sjørlev og Andreas Most løb de en 6. plads hjem i tiden 52,44 sek. Tæt nok på både Helsingør og Olympia til at bevare 3. pladsen, og jublen fik frit spil, da de overraskende bronzemedaljer var i hus.

Vores drenge scorede 6959 point, med 118 point ned til Helsingør og 259 point op til Stoholm på 2. pladsen. Sparta blev sikre danske mestre.

Drenge 16-19 år

Denne årgangs hold er aldrig helt kommet sig over tabet af Simon Hansen, der stoppede sin atletikkarriere, og med Mads Morsø på skadeslisten og et sent afbud fra

Noe Bruun, manglede yderligere et par brikker på holdkortet.

Det var derfor et minimumshold, med kun én deltager i hver øvelse (spyd som eneste undtagelse), der stillede til start.

Holdet endte på en 5. plads med 7140 point 307 point foran Ballestrup. Også i denne række blev Sparta meget sikre danske mestre.

Christian Walther Jensen var manden med dagens bedste resultater. 52,00 m i spydkast gav en sikker sejr og en ny flot PR Til og med skulle Christian løbe 100 m midt i spydkastkonkurrencen, og selv om Christian kom tilbage og syntes, hans 6. plads her var et dårligt

resultat, viste det sig, at det var de gode modstandere og ikke Christians præstation, der udløste den sekundære placering.

11,74 sek. var en pr. forbedring for Christian på 16/100, og dermed to personlige rekorder på under 10 minutter – flot statistik, må man sige.

Anders Ludvigsen vandt 5000 m løbet i tiden 15.41,35 min og slog dermed både Skives Claus Bukhave og Spartas Ole Hesselbjerg.

Emil Mikkelsen blev nr. 2 i diskos, også han med en flot PR lydende på 43,14 m.

Der var tangeringer af PR til både Thomas Andersen, 3,00 m i stang, og mellemdistanceløberen Andreas Lommer i den uvante disciplin højdespring (1,55 m).

Flemming Hedeager



Bagest fra venstre: Sophus Rosendahl, Frederik Friis, Alex Thomsen, Jacob Bo Hedeager, Steffen Mertov, Jens Bjerg, Andreas Most og Hakim Ferguen. Forrest fra venstre: Mads Sjørlev Christensen, Jannick Klitgaard Henriksen og Søren Lobdrup
Foto: Jeanette Hedeager

OA/OGF's ungdommer stærkt repræsenteret på fælleshold for Fyn

Inden for kort tid, har OA/OGF's ungdommer 10-15 år været stærkt medvirkende til, at fælleshold for Fyn har hjemtaget medaljer.

Først var det til Landsmesterskaberne i DGI-regi i Randers 16.-17. august, hvor DGI Fyn stillede i alt 6 hold i drenge og piger 10-11, 12-13 og 14-15 år.

Drengene i 14-15 års-rækken scorede sølv, og holdet bestod bl.a. af Mads Sjørlev, Alex Thomsen, Steffen Mertov og Jacob Bo Hedeager. Der var mange gode resultater imellem.

Individuelt blev det til en finale-plads til Jacob Bo på 100 m. Da der manglede 30 meter fik han en fiber men på trods af dette kom han i mål i PR 12,67.

44,09 i spyd sikrede Jacob Bo landmesterskabstitlen, og han blev nr. to i kugle med 1,50 m PR til 11,61 m.

Steffen Mertov fik bronze i højde med 1,50 m.

Piger 10-11 år fik også sølv med Kristine Neldeborg, Elisabeth Harnow Dorsche, Emilie Christiansen, Cille Høst, Freja og Bjørg Nowack på holdet. Alle lavede nogle gode resultater, og Bjørg, der ikke engang var gammel nok til at deltage, levede fuldt op til trænerens tillid om, at hun var "stor" nok til at deltage.

*Linda Fløjsborg og Josefine Madsen
slapper af mellem øvelserne.
Foto. Marianne Koch.*

Piger 12-13 år var repræsenteret med Josefine Madsen og Linda Fløjborg. De leverede nogle gode resultater og blev sammen med pigerne fra Nyborg samlet nr. 6.

Holdet piger 14-15 år bestod kun af Laetitia Kim Bruun og Josefine Hærder. Begge kom i finalen på 100 m og blev nr. 1 og 3. I højde blev Laetitia igen landmester med 1,59 m og Josefine nr. 4 med 1,35 m. Længde endte med en 1. og 3. plads, nemlig 4,96 m til Laetitia og 4,70 m til Josefine. I kugle stødte Laetitia sølvet hjem med 10,91, og Josefine satte PR med 9,20.

Dernæst stillede Region Fyn (det gamle Fyns Atletik Forbund) fælleshold i piger og drenge 10-11 år og piger og drenge 12-13 år.

Hos de "små" piger på 10-11 år var der dramatik. De leverede alle nogle gode resultater, men nogle dårlige dommerpræstationer var skyld i rod i placeringer og tider og gav kun bronze til pigerne. Men så tog holdlederen fat. Tim regnede efter, og efter diverse skrivelser frem og tilbage fik han medhold i, at piger-

ne skulle have guld. På guldholdet var Kristine Neldeborg, Emilie Christiansen, Elisabeth Harnow Dorsche, Freja Nowack og Cille Høst.

De store piger 12-13-år Linda Fløjborg, Josefine Madsen, Ninna Nielsen, Sophie Roessler, Louise Malmqvist, Katarina Most og Astrid Storgård kæmpede bravt og blev nr. 5, men deres aldersgruppe er også en af de stærkeste i Dansk Atletik i øjeblikket.

Drenge 10-11 år med Andreas Matthiesen, Nikolaj Matthiesen, Tim Nordtorp-Martin, Matias Furing Pedersen på holdet blev samlet nr. 6. Gode resultater individuelt, så der er meget at bygge på fremover.

Drenge 12-13 år blev ramt af en del afbud, da nogle af deres kammerater alligevel ikke dukkede op. Anders Havsteen, Malthé Strøm Petersen, Kristian Harnow Dorsche og Martin Fløysturp Jensen kæmpede bravt og endte på en samlet 5. plads.

Susanne Hedeager



Stort ungdomsstævne trods oversvømmelse

Odense Atletikstadion 27. august

Efter oversvømmelsen af stadion i weekenden 22.-24. august med jordbunker og diverse efterladenskaber på banerne m.m. var vi ikke helt sikre på, om stævnet overhovedet blev til noget.

Ildrætsparken og de søde "blå" mænd (de ansatte) gjorde en kæmpe indsats for at få stadion rensat. Brandvæsenet blev tilkaldt for at spule banerne, sandet blev skiftet, og tirsdag middag blev der givet grønt lys til at holde stævne. Nu blev alle kræfter mobiliseret på at finde dommere, hjælpere og forældre alle, at stævnet alligevel blev til noget.

Derfor var det ekstra dejligt, at så mange af klubbens dommere, hjælpere og forældre meldte sig trods det korte varsel.

Antallet af deltagere oversteg det forventede. 80 glade børn, heraf 70 af klubbens egne, både nye og gamle ungdommer, løb, hoppede, sprang og kastede det bedste, de havde lært. Mange gode resultater blev opnået. Resultaterne kan ses på hjemmesiden under ungdom, stævner, resultater.

Søren Skovbakke blev idol

Ud af den blå luft kom et forslag om et 800 m løb med deltagelse af klubbens bedste løber, Søren Skovbakke. Med hare ville han prøve at løbe en god tid. Søren løb det bedste, han havde lært, og fik hele vejen en stor støtte af alle bør-



Linda Fløjborg og Josefine Madsen slapper af mellem øvelserne

Foto: Marianne Koch

nene, der råbte, heppede og beundrede ham. Et godt indslag, der viste de unge, hvad man kan blive til, og gjorde Søren til et idol.

Tak til alle for en god indsats og et godt stævne.

Susanne Hedeager

Aut. Omega forhandler.

Christoffersen

GULD · SØLV · URE

TARUP-CENTER · 5210 ODENSE NV
TLF/FAX 6616 3230

Syv unge OA/OGF'ere udtaget til Vestdansk Ungdomshold

Skånska Ungdomsspelen 31. august

Aldrig før har så mange ungdoms-
atleter fra OA/OGF opnået at blive
udtaget til danske og vestdanske
hold, som det er sket i år.

Først blev Jeanette Hedeager og
Thomas Andersen udtaget til Vest-
dansk hold for 16-17 årige i juni
måned.

Derefter blev Anders Ludvigsen,
Simone Glad, Christian W. Jensen,
Thomas Jørgensen, Emil Mikkelsen
samt Line Albertsen udtaget for de
18-22 årige til en match i Sverige i
juli.

Så kom juniorlandsholdsudtagel-
serne af Jeanette, Simone og An-
ders, og her den 31. august var tu-
ren så kommet til de 14-15 årige.



Anders Ludvigsen. Arkivbillede: Erik Laursen

Laetitia Kim Bruun, Leticia Bodjo,
Josefine Harder, Jacob Bo Hedeager,
Andreas Most, Jannick Henriksen
og Alex Thomsen blev alle ud-
taget til det vestdanske hold, der
skulle repræsentere Danmark ved
Skånska Ungdomsspelen i Vellinge.

Et udpluk af de bedste resulta- ter i Vellinge:

- Laetitia blev nr. 1 i længde med 5,07 m og Josefine nr. 2 med ny PR på 4,96 m.
- Josefine nr. 1 på 100 m med 13,91 sek. og Laetitia nr. 3 i trespring med PR på 10,43 m.
- Andreas vandt 800 m i 2.09,07 min, og Jannick blev nr. 3 med 2.14,63 min.
- Jacob Bo blev nr. 2 i spyd med 43,82 m.

18 udtagne ungdommer hen over
sommeren fortæller vist utvetydigt
historien om, at klubbens ung-
domssatsning er ved at bære frugt,
og hvis alle holder ved atletikken,
ser seniorholdenes fremtid ret
spændende og optimistisk ud.

Flemming Hedeager



Simone Glad. Foto: Flemming Wedell

VETERANER

Alle gjorde det godt

European Masters Games

Malmö den 29. august – 7. september

Ved et gigantstævne for veteraner, omfattende adskillige idrætsgren, havde OA/OGF fem veteraner i aktion på samme dag, og alle gjorde det rigtig godt.

I stangspring vandt Susanne Heideager sin aldersgruppe (K45) med et årsbedste spring på 2,40 m, og Mogens Sørensen blev ligeledes mester i stangspring med 3,70 m i den tilsvarende mandlige klasse.

Carlo Giorgetti forbedrede sit årsbedste til 3,00 m (resultatet går ind på ATB-listen som nr. to i klasse M55). Han blev nr. tre ved EMG-mesterskabet. Endelig viste Morten Kyndbøl stabil form ved at springe 4,00 m i stangspring (klasse M40). Endelig deltog også Tichomir Majercik (M60) i diskoskast, hvor han nåede fine 42,19 m som nr. fire.

Claus



Mogens Sørensen
Arkivbillede Tom G. Larsen

BAGER
from
LIGE UD AF POSEN

- Fyringsolie
- Oliefyr og service
- Smøreolie
- Diesel
- Træpiller
- El
- Bestilling 24 timer i døgnet
- Tank benzin døgnet rundt

www.ok.dk

Ring og få et godt tilbud!

Fyn
Tlf.: 70 10 20 33

OK
DET DANSKE OLIESELSKAB





Tryghed og tillid gennem personlig vejledning

**Bedemand
Kim Bøilerehaug ApS**
Dalum-Hjallese · Ansgars · Næsby-Søhus

Kim Bøilerehaug

Erik Mortensen

Dalum-Hjallese Begravelsesforretning Jernbane Allé 1 · 5250 Odense SV Tlf. 66 13 24 55	Ansgars Begravelsesforretning Falen 45 · 5000 Odense C Tlf. 66 12 00 39	Næsby-Søhus Begravelsesforretning Bogensevej 56 · 5270 Odense N Tlf. 66 18 58 13
--	---	--

66 13 24 55
- svarer altid
www.afsked.dk

Stor veteranoplevelse

Veteran EM Ljubljana, Slovenien

23. juli - 3. august

Ved Veteran EM i Ljubljana havde vi fem deltagere med fra OA/OGF: Susanne Hedeager (W45), Kjeld Christoffersen (M55), Finn Malchau (M60), Tichomir Majarcik (M60) og undertegnede. Det var ud af 3693 deltagere fra 50 lande.

På den første stævnedag var jeg i konkurrence på 100 m (M45), og det er en lidt uvant disciplin, hvor jeg håbede på at komme under 13 sekunder. Få minutter før start gav sprinteren Kjeld Christoffersen mig et par tips om teknik i sprint, og det kom mig til gode, da jeg havde et tæt opgør med en tyrker, der først til sidst måtte slippe, og miraklet skete – jeg var gået videre til semifinalen med en 2. plads og PR i 12:70.

Samme dag måtte Susanne Hedeager desværre melde afbud til 7-kamp pga. skader.

På anden stævnedag fik Kjeld Christoffersen lige markeret, hvem der var sprinteren fra OA/OGF med flotte 12.66 på 100 m (M55) med adgang til finalen. Jeg måtte i min 100 m semifinale desværre nøjes med 13.01, der langt fra gav finaleplads. I diskoskast (M60) deltog Tichomir, hvor han desværre ikke fik registreret et eneste kast.

På tredje stævnedag deltog Susanne Hedeager i højdespring (W45) trods sin fiberskade og fik en femteplads med højden 1,40m.

På fjerde stævnedag deltog jeg på 400 m (M45) og fik tiden 56.13, nok til en semifinalplads, senere på dagen, hvor jeg fik tiden 56.16, der dog ikke var nok til en finaleplads.

På femte stævnedag fik Finn Malchau bronze – og ny dansk rekord i 5-kamp (M60) med resultaterne: længde: 4,24(+1,0) spyd: 40,28 - 200 m: 31,83(-1,2) - diskos: 39,94

m - 1500 m: 5.58,55.

Samlet point: 3.332 point.

På sjette stævnedag deltog jeg i indledende på 800 m med tiden 2.06.35, der gav en semifinalplads. Dagen efter fik jeg 2.08.35. Der var desværre gået for mange kræfter til på det indledende løb, og jeg kom lige uden for finalefeltet.

Selv om man både mentalt og fysisk er noget slidt efter et så stort et stævne, så har det været en stor oplevelse både at opleve Ljubljana og at nyde samværet med danskerne og de andre landes deltagere.

René Pedersen



Finn Malchau og Frede Klausen, Esbjerg

Mange fine præstationer

Danske veteranmesterskaber. Tårnby den 23.-24. august

21 medaljer til OA/OGF's veteraner

De årlige danske veteranmesterskaber var i år henlagt til Tårnby Stadion på en weekend, der bød på regn, rusk og snusk om lørdagen og pænt vejr med solstrejf om søndagen. Hele 60 danske klubber var repræsenteret. Men det var – traditionen tro – kun i enkelte øvelser, at der var hård kamp om mesterskabet og medaljeplaceringerne. Alli-

gevel kunne de fynske deltagere så absolut være deres indsats bekendt med en lang stribe af fine resultater. OA/OGF havde 13 deltagere til start, og så godt som alle kunne forlade mesterskaberne med en medalje om halsen, da stævnet var forbi. Fynboerne hjemførte i alt 21 medaljer, fordelt på 13 guld, 5 sølv og 3 bronze.

Allan K. Nielsen (M40) blev OA/OGF's største medaljesluger med fire guldmedaljer, hvoraf kuglestød (10,87 m) og længdespring (5,59 m med en anelse for meget vind) begge var årsbedste for ham. De øvrige titler kom i trespring (11,69 m) og spydkast (47,74 m).

René Lehmann (M45) løb fremragende på såvel 400 m som 800 m

med guld og fine tider til følge (hhv. 55,95 og 2.05,86). Kjeld Christoffersen (M55) var tilbage i omdrejninger og vandt suverænt sine to sprinterdistancer. 100 m blev tilbagelagt i 12,62 sek. (= ny ATB-bedste), mens den dobbelte distance blev løbet på 26,23 sek. To mesterskaber blev det også til for Finn Malchau (M60), som vandt spydkast med et kast på 45,55 m og diskoskast på 41,36 m. Begge resultater indgår på ATB-listerne. I hammerkast havde Finn ikke heldet med sig og måtte noget skuffende nøjes med en fjerdeplads (36,00 m).

Der var sikre sejre til Sumuni (M50) i spydkast med 49,95 m og Mogens Sørensen (M45) i stangspring med 3,70 m, mens Jørgen Halkjær - ligeledes (M45) i kuglestød trods et årsbedste stød på 12,77 m måtte nøjes med en bronzemedalje. Poul Husum (M70) stødte 9,36 m og kastede 29,41 m i diskos. Begge disse kast gav sølv, mens det blev til yderligere en sølv og en bronze på

100 og 200 m (hhv. 18,47 og 38,92 sek.). Sønnen Lars (M40) ville ikke stå tilbage for farmand, idet hans flotte 36,85 m i diskoskast blev belønnet med en guld-medalje i aldersklassen.

Såvel Preben B. Jensen, der debuterede i gruppe (M35), som den noget ældre Jørgen Bendix (M55), løb glimrende på 800 m. Preben kom hjem i tiden 2.12,69 min., hvilket rakte til sølv, mens Jørgen lagde frisk ud og satte årsbedste med 2.26,04 min. Han løb desuden 5.11,66 min. på 1500 m (nr. 4). På samme to distancer løb Flemming Wedell (M60) 2.46,91 min. (800 m - sølv) og 5.35,11 min. (1500 m - nr. 5).

Sluttelig skal vi lige nævne vor uheldige stangspringer, Morten Kyndbøl (M40), der som den eneste måtte vende hjem uden medaljer. Morten valgte at starte godt en meter højere, end hans sidste konkurrent i aldersklassen sluttede på, nærmere betegnet på højden

3,70 m. Desværre kiksede alle tre forsøg. Ærgerligt, men det er jo set før! Morten skal nu nok komme igen, der bliver bl.a. en ny chance ved holdfinalen i Esbjerg den 14. september.

Claus



*Kjeld Christoffersen
Foto: Kim Gudmand*

MOTION

Endnu en sikker sejr

Aabenraa Bjergmaraton den 22. juni

OA/OGF's langdistancespecialist Ronni Hansen er efterhånden blevet, en trofast deltager i Aabenraa IG's klassiske "bjergmaraton", som traditionelt afvikles sidste søndag i juni. Ronni har de seneste år prøvet kræfter med såvel halv- som helmaratonruten og hver gang vundet med en solid margin ned til løbets nummer to. Således også i år, da han sejrede på halvmaraton i

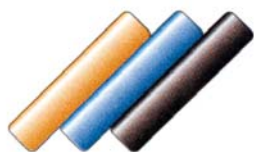
tiden 1.12,39 t - ca. 9 minutter foran nærmeste forfølger. I alt 2128 løbere (= rekord) deltog på en af de fire distancer: 4,3 km, 10 km samt halv- og helmaraton.

Claus

*Ronni Hansen vandt sikkert
Aabenraa Bjergmaraton
Foto: Erling Jensen, arkivbillede*



Revision
Bogføring
Regnskab
Rådgivning
Selvangivelser
Skat



ODENSE VVS ApS

Clausens Allé 15 · 5250 Odense SV · Tlf. 66 12 27 23 · Fax 66 12 27 59
Mobil 21 64 53 78 · mail.odense.vvs@ofir.dk

Hvad kan vi gøre for dig

**MIN BANK
SKAL TAGE MIG
ALVORLIGT!**

I Sydbank er det vores mål at lytte til dine behov, så vi bedre kan forstå og handle efter dine ønsker.

Så kom ind og fortæl os om dine drømme og planer, så hjælper vi dig med at gøre dem til virkelighed.

Velkommen i Sydbank!

Tlf. 70 10 78 79

SYDBANK

Reklamebureau med speciale i
emballage, etiketter, katalogproduktion,
virksomhedsprofilering og webdesign
– fra ide til færdiggørelse.

PartnerHouse ApS
Wichmandsgade 5D · 5000 Odense C
www.partnerhouse.dk


**partner
house**
reklamebureau

Tværidrætslig afdeling

WOGGING

Vi wogger fire gange om ugen, mandag og onsdag kl. 18.30 med leder, torsdag formiddag kl. 10.00 og lørdag kl. 14.00 uden leder.

Vi inddeler os normalt i flere grupper, der wogger med følgende hastigheder:

Gr. 1 med ca. 6-7 km i timen

Gr. 2 med ca. 5-6 km i timen

Gr. 3 med ca. 4-5 km i timen.

Efter woggingturen om onsdagen er der mulighed for at slutte af i klubhuset evt. med lidt mad og drikke – alt til rimelige priser.

ONSDAGS-BRIDGE

Vi spiller i klubhuset, Stadionvej 43, hver onsdag eftermiddag fra kl. 13.00 til ca. kl. 17.00.

Deltagerprisen pr. gang er 15 kr.

Kaffen er gratis.

Vi er pt. 40 spillere. Ønsker man at komme på ventelisten og/eller

være substitut, kontakt venligst en af nedenstående kontaktpersoner.

Kontaktpersoner:

Bent Jensen tlf. 66 13 39 84

Verner Lund tlf. 66 18 11 34

Bent Jacobsen tlf. 65 92 59 98

TORSDAGS-BRIDGE

Der er også mulighed for at spille bridge én eller to torsdags-aftener om måneden i vinterhalvåret.

Der er følgende spilledage tilbage i efterårssæsonen:

- torsdag den 16. oktober 2008 kl. 18.30.

- torsdag den 20. november 2008 kl. 18.30

Der spilles i klubhuset, Stadionvej 43, fra kl. 18.30 til ca. kl. 22.30.

Deltagerprisen pr. gang er 20 kr.

Kaffen er gratis.

Kontaktperson:

Bent Jensen tlf. 66 13 39 84



Formand

Yrsa Larsen
Skrænten 46,
5270 Odense N
Tlf. 66 18 16 70
Yml@nal-net.dk

Kasserer

Birte Hviid
Dragebakken 535
5250 Odense SV
Tlf. 66 17 08 16

Sekretær

Lily Christiansen
Læssøegade 68
5230 Odense M
Tlf. 66 14 08 45

Øvrige bestyrelsesmedlemmer

Bente V. Hansen
tlf. 30 69 61 62

Gerda Rasmussen
Tlf. 21 70 73 47

Kirsten Nielsen
Tlf. 66 18 44 54

Ellen Hansen
Tlf. 65 91 61 33

Afdelingens repræsentanter

Bladudvalget

Birgit Nancke
Tlf. 66 11 69 81
Email: men_bn@dsa-net.dk

Klubhuset

Inger Jensen
Tlf. 66 13 39 84

Midskovhuset

Kenneth Madsen
tlf. 66 13 04 28

Afdelingen er den yngste afdeling i OGF. Den blev etableret i 1988. Foruden wogging har vi en stor vifte af mange forskellige aktiviteter, der sammen er med til at give alle OGFs medlemmer fra de forskellige afdelinger mulighed for at mødes til nogle fælles oplevelser og hyggeligt socialt samvær.

Kontingent

Pr. person: 160 kr. pr. år.

*Vindblæste torsdagswoggere på sejltur med fjordbåden Svanen august 2008. Den medbragte madkurv nydes ved en kort landgang på Enebærrode
Foto: Birte Hviid*

KLUBAFTEN

Tværidrætslig afdeling holder klub-aften den første torsdag i hver vintermåned.

Det foregår i klubhuset, Stadionvej 43, og vi starter kl. 18.30.

Efterårssæsonen starter torsdag den 2. oktober 2008.

Kontaktperson:

Inger Jensen tlf. 66 13 39 84

SYNG-SAMMEN-AFTEN

Det foregår i klubhuset, Stadionvej 43, kl. 19.00 – 22.00 den første mandag i hver vintermåned.

Man skal ikke tilmeldes i forvejen – blot møde op.

Midtvejs holder vi en kaffepause – prisen for kaffe med brød er 20 kr.

Kontaktperson:

Else Hansen tlf. 66 14 83 01

SAMSPIL

Hver tirsdag kl. 10.00 – 12.00 i vinterhalvåret. Det foregår i klubhuset, Stadionvej 43.

Kan du spille harmonika, keyboard eller et andet instrument, og har du lyst til at spille sammen med andre af vore medlemmer, så er der nu mulighed for det.

Der foregår ikke nogen form for undervisning, men der lægges megen vægt på samspil og socialt samvær.

Kontaktperson:

Verner Lund tlf. 66 18 11 34

TRÆNINGSDRAGTER OG BLUSER

Alle størrelser er på lager.

Træningsdragten koster 250 kr. og den hvide bluse koster 50 kr.

Kan købes i klubhuset onsdag aften.

Henvendelse til Birte Hviid eller Bent Jacobsen.

KURSUS I FØRSTEHJÆLP/HJERTEMASSAGE:

Medlemmer af Tværidrætslig Afdeling har nu mulighed for at deltage i et 2 x ca. 3 timers kursus i førstehjælp/hjertemassage.

De foregår i klubhuset, Stadionvej 43.

• torsdag den 9. oktober 2008 kl. 18.30 og

• torsdag den 23. oktober 2008 kl. 18.30.

Instruktør: Oda Heiman

Max deltagerantal: 15 personer.

Deltagelse inkl. kaffen er gratis.

Tilmelding skal ske til:

Birte Hviid tlf. 66 17 08 16

Bent Jacobsen tlf. 65 92 59 98

NYGAARDEL KISSENDRUP EL



AUT. EL-INSTALLATØR, PER NYGAARD ANDERSEN

KULLERUP BYVEJ 7, KULLERUP

5853 ØRBÆK

TLF. 65 31 70 33



REDTZ

Glarmester & Tømrer

Tlf. 6612 3574 • www.redtz.dk

Døckerlundsvej 33 • 5000 Odense C • e-mail: info@redtz.dk



MATERIELUDLEJNING A/S

KØBENHAVN

43997274

ODENSE

66176689

KOLDING

75543989

ÅRHUS

86288585

OG-Huset

...også et sted for dig



Aut. el-installatør

Ubbe^s EFTF.



industriteknik i/s

info@industriteknik.dk

66 12 38 38 - 66 12 66 56

Blæsbjærghus



Journalistik • Marketing • Konsulentvirksomhed

Blæsbjergvej 76 · 5462 Morud

Tlf. 65 96 78 66 · Fax. 65 96 87 66

ej@blaesbjergghus.dk · www.blaesbjergghus.dk

5 VINTERVANDRINGER

De alternative lørdagsture gentages i vinteren 2008/2009.

Turene er 9-11 km og starter kl. 10.00 fra følgende steder:

Lørdag den 1. november 2008.

Stige Ø, Østre Kanalvej 12, 5000 Odense C.

Lørdag den 6. december 2008.

Jernalderlandsbyen, Store Klaus, 5270 Odense N.

Lørdag den 10. januar 2009.

Tarup-Davinde Grusgrave, Phønix P-plads, Udlodgyden 52, Davinde.

Lørdag den 7. februar 2009.

Hesbjerg Skov og Slot, Bøllelosegyden/Spedsbjergvej, Blommenslyst.

Lørdag den 7. marts 2009.

Munkebo Bakke, Loddenhøj Alle, 5330 Munkebo.

Alle turene er førte vandringer – alle følges ad, og samkørsel kan aftales.

Arne Nielsen tlf. 66 18 14 38

Birte Hviid tlf. 66 17 08 16

GLØGG OG ÆBLESKIVER

Onsdag den 3. december 2008

– nærmere i næste blad.

NYTÅRSMARCH

Lørdag den 3. januar 2009

– nærmere i næste blad



Den årlige Ø-tur gik 16. august 2008 til Sydlangeland, hvor vi bl.a. besøgte Skovsgaard
Foto: Birte Hviid