



Atletik · Gymnastik · Motion · Tværidræt

A L T *for damerne*

KVINDELØB

Onsdag den 10. juni 2009 kl. 18.00
5 km – 10 km

Se mere på ogf.dk om kvindeløbet, der har skiftet navn og koncept.

Kyndbøl Symaskiner

BERNINA - PFAFF
SINGER - JANOME



BERNINA SY x PERTEN

Tlf. 66178183
www.symaskine-bussen.dk



Service og reparation af ALLE anerkendte mærker
Butik i Odense, online-symaskiner.dk, nu også med symaskine-bussen hjemme hos Dem.

Restaurant Carlslund



Fruens Bøge Skov 7 · 5250 Odense SV
Tlf.: 65 91 11 25 · Fax: 65 91 42 86
kontakt@restaurant-carlslund.dk
www.restaurant-carlslund.dk

OT
ODENSE TEATERRESTAURANT

Alle slags gæster,
privat fester,
firma sammenkomster

Åbningstider:

Hverdage fra kl. 17.00 - Søndag lukket

Bordreservation

Dagligt kl. 14.00 - 17.00

Kontakt

Tlf. 66 12 00 60

kontakt@odense-teaterrestaurant.dk

www.odense-teaterrestaurant.dk

Vil glæder os til at se Dem!

Oplev den gode smag

I det klassiske køkken på
byens nye café og restaurant.



Ulsted
Café & Restaurant

Vestergade 1, 5000 Odense C

Tlf. 66 11 00 20 Mail: kontakt@cafeulsted.dk

Åbningstider: Se vores hjemmeside

WWW.CAFEULSTED.DK



Fionia Bank

DEADLINE

	Deadline	Afleveret til Post Danmark
Nr. 2	05.03.09	18.03.09
Nr. 3	28.05.09	10.06.09
Nr. 4	30.07.09	12.08.09
Nr. 5	10.09.09	23.08.09
Nr. 6	29.10.09	11.11.09

LAYOUT OG TRYK

Redigering, layout og annoncer:	Blæsbjergshus www.blaesbjergshus.dk
Layout:	PartnerHouse Reklamebureau www.partnerhouse.dk
Tryk:	One2One A/S
Oplag:	1.600 stk.

OGF-bladet · Januar 2009 · Nr. 1

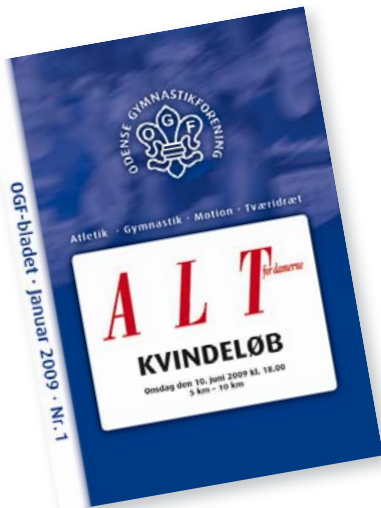
Hovedafdelingen - side 4

Motionsafdelingen - side 8

Gymnastikafdelingen - side 14

Atletikafdelingen - side 19

Tværidrætsligafdelingen - side 25



Vellykket juletræssalg

Juletræssalget ved Ansgars Anlæg blev også i år et stort tilløbsstykke. Der var en god stemning og stor hygge. En stor tak til alle sælgere og andre, der hjalp til.

*At juletræet sættes på fod og nettes, er en af årsagerne til den store succes med juletræssalget.
Foto: Erling Jensen*



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

Generalforsamling

Hovedafdelingen holder ordinær generalforsamling
i Klubhuset, Stadionvej 43, 5200 Odense V

torsdag den 26. februar 2009 kl. 19.30

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af 3 stemmetællere som stemmeudvalg.
3. Hovedbestyrelsens beretning, herunder beretningerne fra Klubhuset i Bolbro, Træningslejren i Midskov samt Bladudvalget.
4. Kassereren fremlægger Hovedafdelingens regnskab samt budget for det kommende år og regnskab fra Klubhuset i Bolbro og Træningslejren i Midskov.
5. Behandling af eventuelt indkomne forslag.
6. Valg til bestyrelse og udvalg i ulige år:

Formand:	Bjørn Madsen (ønsker ikke genvalg)
Sekretær:	Jette Bøgh (ønsker ikke genvalg)
Suppleant:	Lars Utzon
Formand for Træningslejren i Midskov:	Thomas Juul Hansen
Formand for Klubhuset i Bolbro:	Erik Larsen
Formand for Bladudvalget:	Claus Falkenby
2 revisorer:	Jens Ljungdahl Niels Henning Poulsen
1 revisorsuppleant:	Bent Jacobsen
7. Eventuelt.

§ 6 stk. 3 i vedtægterne siger:

"Forslag om vedtægtsændringer skal stilles af mindst 10 medlemmer eller af bestyrelsen. Forslagene skal indsendes skriftligt senest 8 dage før generalforsamlingen til formanden".

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 Maries Allé 19
5000 Odense C
66 14 77 14
mortenschreiner@mail.dk

Sekretær

Jette Bøgh
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

Beretning – hovedafdelingen

For sidste gang er det faldet i mit lod at skrive hovedbestyrelsens beretning. Ved den næste generalforsamling er det endegyldigt slut. Der skal findes en afløser for mig, og nye yngre kræfter må tage over. Hvis jeg skal gøre reklame for posten som hovedformand i OGF, så vil jeg sige, at det har været 18 spændende år, hvor der har været mange udfordringer og mange opgaver, der skulle løses.

I al beskedenhed tror jeg, at sammenlægningen af de to atletikklubber og bygningen af klubhuset har været de vigtigste beslutninger i alle årene.

Andet end en kransekagefigur

En ny formand kan gøre formandskabet til meget mere end en kransekagefigur. Udfordringen ligger i at få de mange forskellige meninger og holdninger til at arbejde for samme mål, og der ligger mange spændende opgaver og venten. At man ikke kan være synlig i alle afdelinger, er klart, men hvis det overordnede mål ligger klart, så er meget nået. Lad mig blot nævne, at der på den sidste lederkonference blev taget beslutning om, at klubben skal arbejde hen imod at få udvidet klubhuset for at imødegå ønskerne om motionsfaciliteter til det voksende antal mennesker, der vil holde sig i form.

Et mindre, men også vigtigt spørgsmål skal løses: hvordan skal en fælles klubdragt se ud? Skal man vise omverdenen, at vi er fra samme klub, eller skal vi som hidtil vise os i tre til fire forskellige klubtrøjer?

Ja, mange og forskelligartede problemer er der at tage stilling til.

Som formand i så stor en forening som OGF har man også, hvis ambitionerne er til det, en stor mulighed for at præge udviklingen på hele sportsområdet i byen.

Så lad mig endnu engang opfordre kandidater til at melde sig.

Lad mig så også sige, at en ny formand får en velfungerende forening med en stor og voksende medlemskare bag sig, en forening, der forstår samarbejdets værdi, hvad der bedst vises i afviklingen af alle de store arrangementer, der er faste bestanddele af klubben.

Flotte resultater i 2008

I året 2008 blev der som sædvanlig lavet mange flotte resultater af klubbens medlemmer, ud over danske mesterskaber i Power Tumbling og David Jensen's flotte placering ved senior EM, er der i atletik som sædvanlig opnået mange mesterskabstitler i ungdomsrækkerne og til veteranerne. Ligeledes glæder det, at herreholdet i atletik er tilbage i elite-divisionen.

Det, der specielt kan glæde, er, at der i atletik- og gymnastikafdelingerne er en stor tilgang af børn, takket være mange dygtige ledere i afdelingerne.

Byggeri og øvrige planer

Udover de interne planer for byggeri har der været planer for at løse atletikfolkenes store ønsker om vintertræningsmuligheder. For nuværende er den største sandsynlighed nok, at der i forbindelse med en bygning af en ny overdækket cykelbane vil blive plads til enkelte atletik-



*Snart forhenværende formand
Bjørn Madsen*

discipliner, men der er som det er sagt "gået Odense" i mange gode ideer, så hvad de økonomiske muligheder bringer i fremtiden, bliver spændende.

Vi kan være stolte

Det må i en beretning være tilladt at nævne det, som vi er virkelig gode til, og som de involverede kan være stolte af. Eventyrløbet kunne lang tid før sidste tilmeldingsfrist melde udsolgt, og DHL stafetten, FAXE KONDI LØBET og Kvindeløbet har en deltagerfremgang, der sætter nye rekorder år efter år.

Til slut skal der lyde en tak til alle, der i årets løb har ydet en indsats for klubben og tak til alle dem, der i årene har støttet mig i mit arbejde for Odense Gymnastikforening.

*Bjørn Madsen
Hovedformand*



Beretning

– Træningslejren i Midskov

Året 2008 med masser af idræt og samvær

Vinterens arbejde omfattede vejarbejde, fældning og flishugning af træerne mod vandet og langs vejen. En stor omgang. Maskiner med mandskab doneret af Juletræsfonden. Tak herfor. Underetagen blev malet overalt, og der blev pålagt nye tæpper.

I april påbegyndtes den sædvanlige rengøring, og udenomsarealerne fik en omgang. Der var således gjort klar til at tage imod gæsterne. Vi tyv-startede med far – mor – barn – holdet den 12. april, og den 24. april var det herremotionsholdet fra Ejby skolen, der holdt deres traditionelle afslutning. Standerhejsning var den 26. april, og vi var klar til sæsonen. Herefter gik det slag i slag.

Aktiviteterne

Foreningen har haft følgende egne arrangementer:

Standerhejsning, weekendåbent, træningslejre, motion, gymnastik, udflugter, tværidrætsligt, atletik, Sankthansaften.

I alt 15 arrangementer der resulterede i:

Overnatninger	350
Dagsophold	354
OGF i alt	704

Udlejning til fremmede

Der har været i alt 11:

Foreninger, skoler, børnehaver, skolefritidsordninger, lejrskoler m.m.

Overnatninger	830
Dagsophold	108
I alt	938

Udlejningen til daginstitutioner blev præget af konflikten på området, hvor vi i forbindelse hermed fik en række afbud.

Herudover har træningslejren været brugt meget i den forløbne sæson, hvor afdelingerne har været flittige brugere. Masser af gymnastik og aktiviteter med kammeratligt samvær i gode rammer. Vi bestræber os på fortsat at leve op til målsætningerne for lejrens drift og vedligehold. Økonomien er tilfredsstillende og hviler i sig selv. Vi har påbegyndt renovering af køkkenet, der færdiggøres i vinterens løb.

Vi takker for det gode samarbejde med alle i årets løb og ønsker Godt Nytår til alle medlemmer og velkommen til sæson 2009.

Thomas Hansen
Fmd.

Årets OG'er 2008

"Serieløbslegatet" skal, som det plejer, igen tildeles ÅRETS OG'er.

Hvis du har et bud på denne person, så send dit forslag med begrundelse for, at netop denne person fortjener den ærefulde titel. Ud over æren vil Årets OG'er modtage en vandrepokal og en kontant pengepræmie. Kåringen finder sted på hovedafde-

lingens generalforsamling den 28. februar. Dommerkomiteen består af den tidligere serieløbsgruppe. Alle afdelinger kan komme med forslag, som sendes til: Yrsa Larsen, Skrænten 46, 5270 Odense N eller yml@nal-net.dk



Sidste års OG'er, Poul Tesch

Udlejning af træningslejren i Midskov 2009 for foreningens medlemmer:

Huset åbner uge 18 med standerhejsning den 2. maj 2009 kl. 15.00.

Fra denne uge lejes huset ud på hverdage, idet weekenderne til 1. september 2009 er åbne for alle medlemmer.

Dette gælder ikke ugerne 27 – 28 – 29 – 30

Disse uger kan huset lejes og er således lukket for andre end lejerne.

Anmodning om leje på hverdage kan ske fra 1. januar til 15. februar 2009, og de vil blive imødekommet i den rækkefølge, de er fremsat - og i den udstrækning, det er muligt.

Reservering af huset til udflugter på hverdage kan ske fra ovennævnte dato. Benyttelsen er gratis - kun kræves det, at huset afleveres i samme stand som modtaget.

Kan dette ikke ske, er prisen for rengøring sat til 500 kr. inkl. kørsel.

Udlejning af ugerne 27 – 28 – 29 og 30

kan kun ske efter skriftlig henvendelse i perioden 1. februar - 15. februar. Der vil blive foretaget lodtrækning, hvis der er mere end et ønske til en af ugerne.

Leje for 1 uge: 2.000 kr.

For andre (f.eks. lejrskoler):

Huset kan bestilles fra 15. februar 2009.

Al henvendelse om udlejning rettes til husets kasserer:

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

I husbestyrelsen er

Thomas J. Hansen, formand
tlf. 66 11 43 44
Jytte Steensgaard
tlf. 65 90 27 10
Jan Krogh Hansen
tlf. 65 93 13 03
Kenneth Madsen
tlf. 66 13 04 28

Nr. Søby Auto/møbelpolstring

Medlem af Landslauget for Autosadelmagere og møbelpolstreere



BO THUELUND
GARTNERVÆNGET 8
NR. SØBY
5792 ÅRSLEV
WWW.NRSOEBY-POLSTRING.DK



 **65 90 20 07** /  **23 43 63 07**



Tarup Center
Tlf. 66 16 17 18

Motionsafdelingen

Generalforsamling

Motionsafdelingen holder ordinær generalforsamling
i Klubhuset, Stadionvej 43, 5200 Odense V

onsdag den 11. februar 2009 kl. 20.00

Dagsorden

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kassereren fremlægger regnskab for 2008 samt budget for 2009
4. Behandling af indkomne forslag
5. Valg til bestyrelse og udvalg

På valg er:

Kasserer:	Klaus Winther
Bestyrelsesmedlem:	Stein Pedersen
Suppleanter:	Helge Pedersen Flemming Givskud
Bladudvalget:	Mogens Nielsen
Klubhuset:	John Steen Nielsen
Træningslejren i Midskov:	Jytte Steensgaard
Revisorer:	Kim Langaas Niels Henning Poulsen
Revisorsuppleant:	Anders Krogh

6. Eventuelt

§ 6.3 i vedtægterne siger:

Forslag skal stilles af mindst 10 medlemmer eller af bestyrelsen.
Forslag skal indsendes skriftligt senest 8 dage før generalforsamlingen til formanden.

*På bestyrelsens vegne
Karen Høybye*

Formand

Karen Høybye
Stenløsevej 259, 5260 Odense S
Tlf. 40836097
Email: 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

Eventyrløbets 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

Eventyrløbet

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

Webmaster

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

Beretning fra Motionsafdelingen – 2008

Ja – noget forbausende så er der allerede gået et år, og der står 2009 på kalenderen. Vi skal igen gøre status. Generalforsamlingen i februar blev et farvel til en markant og farverig formand, Alfred, og også et farvel til et mangeårigt bestyrelsesmedlem Jens-Erik. Alle fremmødte var med til at hylde disse to arbejdssomme OGF'ere. To helt nye medlemmer til bestyrelsen blev valgt ind, nemlig Stein Petersen og Flemming Givskud.

Dette blev så startskuddet på et nyt år og sikke et år! Motionsafdelingen tæller nu over 500 medlemmer. Vi har haft en rigtig god medlemstilgang, fortrinsvis i løbeafdelingen, men også cykelafdelingen har fået mange nye medlemmer.

Cykelafdelingen holder stadig gang i hjulene. Der blev kørt spinning indtil udgangen af marts, hvorefter alle ivrigt kastede sig ud på landevejen. Sommeren har budt på mange gode træningsdage, og i år blev der arrangeret træningstur til Harzen. Atletikbussen var lejet til formålet. Det var en fantastisk tur. Veltilrettelagt og fyldt med store udfordringer for såvel deltagere som bussen!

Cykelafdelingen arrangerede igen i år sponsorcykelløb. Alle deltagere havde været ude at tegne sponsorer, og med Alfred Ørum som tovholder blev der igen i år kørt rigtig mange penge hjem. I skrivestunden er der endnu ikke en helt nøjagtig opgørelse. Den vil foreligge til generalforsamlingen.

Der er blevet holdt teknikaftener, hvor der skrues på livet løs – og det

helt nye tiltag var en teknikaften kun for PIGER. Ikke engang en tøsedreng havde adgang. Godt initiativ, nu kan alle pigerne selv klare sig ude på landevejen, når de står med en punkteret racer.

Spinningen kører også på fuld tryk. Der var hurtigt fuldt hus på stort set alle hold til sæsonen 2008/2009. Det lille spinningsslokale i kælderen er spændt rigtig hårdt for.

Stavgængerne møder trofast op til hver træning og lige så trofast op til hvert arrangement, hvor de kan være med. Dejligt at se, at alle stadig holder ved.

Løbsafdelingen har som nævnt stået overfor en stor udfordring, da medlemstilgangen har været mærkbar. Heldigvis er der en trofast flok gruppeledere, der tager sig af såvel nye som erfarne løbere. Etablering af en 8 min begyndergruppe har vist sig at være et stort aktiv.

Træningsaftnerne er godt besøgte, og vi er efterhånden en meget stor flok, der starter hver mandag, onsdag og lørdag fra Stadion. Sikkerheden er her i vintermørket i top. Jeg tror godt, vi kan sige, at 95 % af løberne har refleksvest på. Det gode initiativ fra sidste år viser sig nu i alt sin selvlysende pragt.

Der trænes også fortsat fra UNI. Et mindre antal løbere, men stadig en aktiv del af klubben.

Diverse arrangementer i løbsregi

Kursus i februar for gruppelederne med Allan Zachariasen – en ander-

ledes og sjov dag. Dagens lærdom var "det skal være sjovt at løbe".

Schou Trolde løbet blev holdt 14. april. God deltagelse, det er et rigtig godt lille familieløb, hvor formen kan testes inden Eventyrløbet.

Aksel Jensen løbet 18. maj. Løbet var i år udvidet med et 10 km løb. Desværre blev dette løb hårdt presset af to bromaratoner, og deltagerantallet var ikke tilfredsstillende. Bestyrelsen besluttede i den efterfølgende evaluering, at Aksel Jensen løbet 2008 blev det sidste. Trist nok. Det er faktisk en meget flot rute, men da antallet af hjælpere er lige ved at overstige deltagerantallet, så er det tiden at se realiteterne i øjnene. Der er for mange ½ maratontilbud i foråret til, at dette kan overleve.

Eventyrløbet 1. maj, tidligt i år, men stadig med max. deltagerantal. Igen i år arbejdede vi os igennem dette kolossale arrangement med succes.

Klubtur til **Berlin ½-marathon** i april var en stor succes. Der var rigtig mange debutanter på ½-maraton distancen, og det var nok turens højdepunkt at se dem komme hjem til hotellet med så brede skuldre, at de måtte kante sig igennem døren. Det var en fantastisk tur.

Se mere på side 10

FAXE KONDI LØBET blev afviklet med stor succes. Der er god grund for, at dette byløb kan udvikle sig endnu mere. Der er fortsat god deltagelse, og arrangørerne arbejder ihærdigt med forbedringer, der gerne skulle munde ud i endnu flere deltagere.

Interne løb som Grundlovsløbet og Grænseløbet blev afviklet med stor og god tilslutning.

Af andre løb motionsafdelingen har været involveret i kan nævnes:

Ællingeløbet, Dyrskuets kasketløb, Langesøløb i forår og sensommer. Det er her værd at nævne, at motionsafdelingen til næste år skal stå for Langesøløbet i september, efter at den siddende arrangørgruppe i fremtiden kun ønsker at stå for forårsløbet.

Af andre arrangementer kan nævnes:

En god grillfest i Midskov i august med god deltagelse. Medlemsaften med foredrag af Arne Sørensen. Godt foredrag og tankevækkende demonstration af, hvor mange muskler en løber GLEMMER, at han/hun har. Det viser sig, at de i hvert fald sjældent bliver brugt! Foredrag med Bent Nielsen om Tour D'Afrique. En fantastisk fortælling om en fantastisk tur i Afrika. Synd at mange løbere "snød" sig selv for dette unikke foredrag.

Nye tiltag:

De anderledes løbeaftner, hvor der har været arbejdet med teknik, stjerne-stafet og anderledes træning har været godt besøgt. Der er stadig nogen, der er lidt skeptiske overfor disse tiltag, men den sidste stjerne-

stafet talte ca. 60 m/k'ere på alle niveauer, så monstro ikke, at vi også i fremtiden skal afsætte lidt tid til at være noget for os selv. Trænings-event's – busture til Enebærødde og Gals Klint. Ture, hvor vi har været sammen på tværs af interesser – cykel-, gå- og løbefolk i samme arrangementer. Vores fornemmelser er, at dét skal vi dyrke lidt mere.

Løb med avisen

Motionsafdelingen har haft mange medlemmer til at være med til at hjælpe ved dette startprojekt. Der har været gjort en god og ihærdig indsats for at få OGF synliggjort i projektet, og der bliver også i fremtiden brug for at få hjælpere til dette projekt. Alle gruppeledere fra hhv. OGF og Fjordager har haft en inspirationsdag med idrætscoach Ole Harbæk. Dette kursus blev holdt i OGF-huset i samarbejde med DGI og Fjordager.

Tak skal I have !

Der skal fra mig lyde en tak til hver enkelt af jer. Dels for jeres altid ukuelige gode humør, cykel-, gå- og løbeglæde. Det er skønt, at vi kan samles om motionen, men også skønt at mærke, at vi faktisk samtidig nyder hinandens selskab. Det sociale islæt er lige præcis dét, der gør os anderledes end et motionscenter.

Takken gælder også for de af jer, der lægger et stykke arbejde i klubben, det være sig som hjælper til løb og andre arrangementer, som gruppeleder eller som forløbere v/Løb med Avisen. Uden jeres indsats kunne vi ikke få alle vore arrangementer til at fungere.

Tak til "min" bestyrelse, der her i første regeringsår har arbejdet hårdt og målrettet for at yde det bedste for bestyrelsesarbejdet og det bedste for klubben.

Karen Højbye



Fra Schou Troløbet. Foto. Erling Jensen

Juleløbet 2008

Lørdag den 13. december dannede Snapind-skoven og Ålækkeskoven igen rammen for motionsafdelingens traditionsrige juleløb

I Snapindskoven blev stafetløbet for løbere og stavgængere afviklet. Ni grupper gjorde som de plejede:

1. Sagde til sig selv: "tag det nu roligt, det er kun for sjov"
2. Satte startnummeret på brystet
3. Skruede hovedet af og satte det ind under armen
4. Styrkede af sted med depechen i hånden med en fart LANGT over den tilladte fartgrænse

Uha – det er sjovt og uha, det er farligt for de små muskelfibre. Men det er altså et rigtig sjovt løb, hvor man

fuldstændig bliver grebet af stemningen.

I Ålækkeskoven blev stafetløbet for MTB afviklet. Syv grupper gjorde, som de plejede:

1. Sagde til sig selv: "tag det nu roligt, det er kun for sjov"
2. Tog styrthjelm og startbluse på.
3. Skruede hovedet af og lagde det i baglommen.
4. Cyklede som en besat, med bronkierne larmende som en lirekasse

Uha – det er sjovt og uha, en nedkørsel med dybe mudderhuller og farlige træstubbe. Men dette er altså også et rigtig sjovt løb, hvor man satser alt, når man kan høre den prustende modstander lige på ens baghjul.

HELDIGVIS blev alle bagefter trakteret med æbleskiver og dejlig varm gløgg. Gode gaveposer med alskens gode og sjove ting satte prikken over i'et.

Karen Høybye

Bliver der mon lagt strategi ?



Klar, parat ,
KØR for pokker da !!!!
Fotos. Karen Høybye.

Berlin ½ maraton 5. april 2009

Der er holdt orienteringsmøde i OGF-klubhus den 14. januar 2009.

Vi er ved at undersøge, hvilket rejsebureau, der skal stå for turen til Berlin. Vi har fået tilbud fra flere og undersøger nu, hvilket der kan have

vores interesse. Der vil blive skrevet på www.ogf.dk/forum, når vi ved mere om pris og arrangement. Information og deltagerliste bliver hængt på opslagstavle ved stadion og universitetet.

Der gøres opmærksom på, at det er op til den enkelte at tilmelde sig selve løbet. Se linket på OGF's hjemmeside.

Med venlig hilsen
Dorthe Jensen og Flemming Givskud

Nu skal vi i gang med træneruddannelse Inspirationsdag / kursus for "Løb med Avisen".

Den 22. november havde motionsafdelingen i samarbejde med DGI og Fjordager Idrætsforening arrangeret en inspirations-/kursusdag for gruppelederne tilknyttet projekt "Løb med Avisen". Det blev en god og udbytterig dag i selskab med idrætscoach Ole Harbæk. Der var en god snak om alle de udfordringer, man som gruppeleder står overfor i forhold til start af en løbegruppe. Der blev trænet med løb i praksis med særligt fokus på trænerrollen. Det var en god dag, hvor alle var enige om, at det gav rigtig mange gode input at være sammen med løbere fra en anden forening.

Der var enighed om, at motionsafdelingen nu aktivt skal i gang med DGI's løbetræneruddannelse i eget regi. Det kan lade sig gøre, hvis OGF samarbejder med én eller flere foreninger om et træner-uddannelsesforløb, og det giver faktisk god mening at prøve at holde uddannelsen hjemme.

Vi håber meget, at vi i løbet af januar får kørt hele uddannelsesplanen på plads, og bestyrelsen vil opfordre alle, der har lyst til at være med, til at melde sig. Som vi før har meldt ud, så vil uddannelsen helt naturligt blive tilbudt de nuværende gruppeledere,

men det betyder ikke, at der ikke er plads til andre interesserede.

Karen Høybye

Se nyt

om Eventyrløbet på
www.eventyrlobet.dk

Aut. Omega forhandler.

Christoffersen

GULD · SØLV · URE

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



DIN KLINIK

Professionel fodpleje

66 18 20 60

HOLE SKOVVEJ 2

5210 ODENSE NV

newline®

Hold varmen sammen med Newline og Sport & Profil Odense



1160-06 Vintertight Str.S til XXL
Vejl. 450,-
Nu kun: 250,-



71076-060 Vintersweater Str.S til XXL
Vejl. 400,-
Nu kun: 200,-



7055-46 Løbesæt Str.S til XXL
Vejl. 700,-
Nu kun: 300,-



75430-06 Langærmet undertøje Str.S til XXL
Vejl. 200,-
Nu kun: 100,-



75460-06 Lange underbukser Str.S til XXL
Vejl. 200,-
Nu kun: 100,-



90885-06 Vinterhandske med vindbeskyttelse Str.S til XL
Vejl. 150,-
Nu kun: 100,-



90921-06 Vinterhue med vindbeskyttelse Str. M og L
Vejl. 150,-
Nu kun: 100,-



1946-06 Vinterpandebånd med refleks One size
Vejl. 100,-
Nu kun: 50,-



90900-06 Halskrave One size
Vejl. 100,-
Nu kun: 50,-



90925-06 Thermal face mask One size
Vejl. 100,-
Nu kun: 50,-



1997-00 Lysdiode
Vejl. 100,-
Nu kun: 50,-

SPORTMASTER

Mail eller ring Din bestilling til:

Sport & Profil Odense

Dalumvej 15 B

Tlf. 66 13 40 32

sportmaster.mj@mail.tele.dk

Gymnastikafdelingen

Generalforsamling

Gymnastikafdelingen holder ordinær generalforsamling
i Klubhuset, Stadionvej 43, 5200 Odense V

torsdag den 12. februar 2009 kl. 19.30

Dagsorden

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kassereren fremlægger afdelingens reviderede regnskab til godkendelse og forelægger budgettet for det kommende år
4. Fastsættelse af kontingent for den kommende sæson
5. Behandling af indkomne forslag
Vedtægtsændringer

6. Valg til bestyrelsen

Kasserer	Gerda Korgaard
Bestyrelsesmedlem	Claus Berentzen
3 suppleanter	Kasper Rasmussen Annette Rasmussen Vakant

Bladudvalg	Mette Agerbæk
Midskov	Erling Juul Hansen
Klubhuset	Gerda Korgård
2 revisorer	Per Andersen Steen Jeppesen
Revisorsuppleant	Bent Jacobsen

7. Eventuelt

Forslag til behandling under pkt. 4 og 5 skal indsendes skriftligt til formanden senest 8 dage før generalforsamlingen.

P. b. v.
Erling Juul Hansen

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

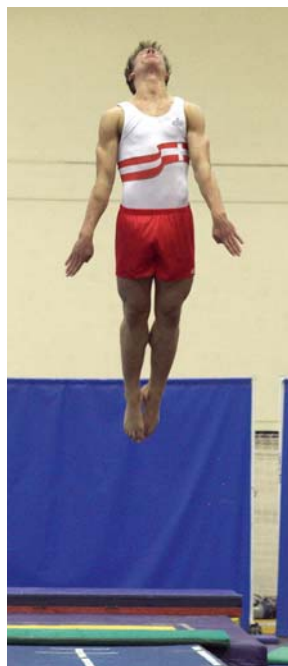
Mette Agerbæk
Tlf. 66 14 96 82
mma@tdcadsl.dk

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



Gymnastikafdelingen

Beretning 2008

Resultaterne af vinterens arbejde blev præsenteret ved den årlige OGF-dag den 6. april i Odense Idrætspark – Hal 2. En dag, hvor de fleste af vore hold var på gulvet.

Det store publikum, der var mødt op, fik gymnastikoplevelser inden for alle discipliner.

Der blev vist gymnastik fra alle vore hold: Knaldperlerne, drenge på spring, spring/rytme pigerne, powertumbling drenge, idrætsgymnastik piger/drenge, powertumbling drengeelite/talenthold afsluttende med en forrygende opvisning af herre seniorholdet.

Pokaler

- Årets Leder
- Årets Gymnast
- Årets Power Tumbler

Tina Holm modtog pokalen som Årets Leder som en påskønnelse for en god og seriøs indsats til gavn og glæde for holdet og for foreningen som helhed. Tina Holm har gennem mange år været en dygtig gymnast og leder i foreningen. Hun har ydet en stor indsats og fik i forbindelse med overrækkelse af pokalen en fortjent hyldelse fra den fyldte sal.

Som Årets Gymnast fik den bare 11-årige Jeppe Olesen pokalen. Jeppe, der kommer fra Vissenbjerg, træner flittigt to gange om ugen. Han er en god og positiv dreng, der elsker sin sport.

Hans alder til trods har han opnået fine resultater i konkurrencerne, hvor af H.C.A' Cup – Jyske Mesterskaber – Danske Mesterskaber - Fynske Mesterskaber og Odense Cup er de

vigtigste han har deltaget i. Tre guld – tre sølv – og en bronzemedalje er det blevet til. Stort tillykke med pokalen.

Årets Power Tumbler blev Thomas Chilvers, 10 år. Thomas træner meget flittigt og er en frisk dreng, der allerede har lært meget. Han har deltaget i opvisninger og konkurrencer med interesse og gåpåmod. Thomas har opnået fine resultater, senest i Silkeborg Cup, hvor han fik flotte karakterer og hjemførte medalje. Vi håber, at Thomas med denne velfortjente opmuntring vil fortsætte udviklingen.

Idrætsgymnastikken

Vore drenge bliver stadig dygtigere, og har i år deltaget i GUS Sjællandsmesterskaber, sjællandsmesterskaber og danske mesterskaber.

Nicolai Andersen, Louis Helledie, Sebastian Schwartz og Victor Krapalis opnåede flotte resultater i de tre

konkurrencer. Placeringer i mangekamp som 5 – 8 – 14 – 17 – 19 blandt 24 tilmeldte gymnaster. I disciplinerne blev det til tre guld, to sølv og en bronze.

Louis Helledie dansk mester

Ved de danske mesterskaber vandt Louis, guld i spring på hest. Karakteren blev 6.2 ud af syv mulige. Et stort tillykke til alle drengene for de flotte resultater og tillykke til instruktørerne. OGF er på kortet igen inden for mandlig idrætsgymnastik.

Inden for kvindelig idrætsgymnastik har vi mistet vore to dygtige trænere, der er flyttet til København. Vi har desværre ikke fundet afløsere. Det meget dygtige udviklingsarbejde, vore to trænere i de seneste år har igangsat, er dermed faldet til jorden. Holdet er ophørt, men vi dog prøver at fastholde et begynderhold.

Se mere på side 16



Øverst fra venstre: Victor og Louis Nederst fra venstre: Sebastian og Nicolaj. Drengene deltog i GUS SM 2008.
Foto: Kasper Rasmussen.

Power Tumbling

Odense Gymnastikforening er suverænt landets bedste forening, og drengene strømmer til. I samtlige konkurrencer tager vi for os af retterne. Sporten har den charme, at der er plads til næsten alle, små som store. Fra de mindste begyndere til verdenseliten. Vi rummer det hele. Se blot på årets gymnast, der under dygtige lederes instruktion når så flotte resultater. Men det er vigtigt for os at skabe plads og rammer på alle niveauer. Vore tumblinghold er populære deltagere ved opvisninger, hvor også de lidt mindre øvede drenge får lov til at vise, hvad de kan.

Ved de mange konkurrencer: H.C.A. - Cup – som er skabt af OGF, og som holdes i Odense Idrætspark's Gymnastikhal, jyske og fynske mesterskaber, danske mesterskaber, Spring Cup, Odense Cup og deltagelse i opvisninger og andre arrangementer er Odense Gymnastikforening stærkt repræsenteret.

OGF's danske mester

David Jensen nr. 11 ved EM i Odense, Jeppe Kaas nr. 23

Flotte resultater hvor Jeppe reelt set ville ligge højere, men konkurrence er konkurrence, hvor alt skal klappe.

Guld-Sølv og holdkonkurrence ved Danske Senior Mesterskaber i Power Tumbling

Den 31. maj holdt Danmarks Gymnastik Forbund DM i Power Tumbling i Odense Idrætshal. David Jensen blev suveræn vinder, og Jeppe Kaas viste, at han er stærkt på vej og vandt sølv.

Dansk Mester Senior Hold

OGF vandt holdkonkurrencen med

David, Jeppe, Mathias og Morten, som en understregning af OGF's stilling inden for Power Tumbling.

World Class Competition

I konkurrence med verdens bedste lykkedes det David Jensen at vinde en første- og andenplads. Konkurrencen kastede også en kontant præmie af sig på 1500 Euro. Arrangementerne fandt sted i Århus og Odense. En stor tak til Thomas og hans 40 hjælpere, der arbejdede i næsten døgndrift, for at lave det store set-up. Vore mindre tumblere medvirkede i arrangementet, der i Odense havde ca. 1000 tilskuere.

Drengene strømmer til, men vi har nu igangsat et udviklingsarbejde på kvindesiden. 30 piger er tilmeldt i indøvende sæson. Vi forventer os rigtig meget af holdet fremover.

World Cup i Portugal

Blandt verdens bedste gymnaster opnåede David Jensen sit hidtil flotteste resultat internationalt. Bronzemedaljen bringer David helt frem internationalt.

Konkurrencer på alle niveauer

Vore drenge – juniorer og seniorer har deltaget i konkurrencer landet over. H.C.A. Cup – FM – JM – SM – Holstebro Cup m.fl. er det blevet til. 80 - 100 gymnaster har hjemført Guld-, sølv- og bronzemedaljer og flotte placeringer i øvrigt. Aktiviteterne har været mere uforlygt omtalt i medlemsbladet og på vores hjemmeside. På alle øvrige hold er der fremgang. Ikke mindst spring/rytme og Knapdperlerne er ved at tage pusten fra os. Til spring/rytmepigerne har vi fundet løsninger i samarbejde med lederne. Pigerne deltager i konkurrencer under ledelse af vore dygtige instruktører.



David Jensen har haft en flot sæson. Han har her vundet World Class Competition i Århus den 29. november.

Knapdperlerne har behov for bedre struktur og flere instruktører. Vi arbejder på sagen.

Multigymnastik for drenge

Et nyt tiltag, som er kommet rigtig godt fra start, og hvor vi forventer en ny og spændende udvikling. Holdet har tilknyttet fire dygtige instruktører.

Fremtidigt arbejde

Gymnastikken indeholder otte gymnastikarter inden for hvilke, der holdes danske mesterskaber. Hertil kommer hele breddeområdet. Danmarks Gymnastik Forbund og DGI repræsenterer tilsammen Danmarks

største idræt – gymnastikken. Fusionsforhandlinger mellem DIF og DGI er endt uden resultat.

Netop gymnastikken havde set frem til en fusion, der ville forbedre og udvikle det samarbejde, som er igangsat inden for gymnastikken.

Helt ud i den enkelte forening har der været en forventning, men vi er nu pisket til at finde løsninger på de mange spørgsmål, der rejser sig.

Vi har igangsat et udredningsarbejde, der gerne skulle munde ud i en indstilling til fremtidig indsatsområder. Holdet Multigymnastik for drenge er det første trin på stigen, men mere følger efter.

Odense Gymnastikforening var den drivende kraft i opførelsen af Odenses første egentlige gymnastikhal. Al vores energi og økonomiske muligheder blev kastet ind i opgaven, som lykkedes. Rammerne er sprængt med flere end 3000 gymnaster igennem hallen om ugen.

En del af de øvrige foreninger har ikke på nogen måde deltaget aktivt i arbejdet, heller ikke i forbindelse med katastroferne ved de fire oversvømmelser, men melder sig nu med krav om mere tid. Vi har ikke nogen tro på, at de øvrige foreninger vil eller kan magte opgaven at stå i spidsen for opførelse af gymnastikhal nr. 2. Om vi endnu engang har kræfter til at løfte opgaven er et spørgsmål, men vi forsøger jo nok.

Odense Gymnastikforening har brugt ca. 8. mio kr. på klubhus, hvor Gymnastikafdelingen også her organisatorisk og politisk drev på kilerne, vel vidende, at gymnastikafdelingen kun i begrænset omfang kunne få

glæde deraf. Det ville være fantastisk, hvis foreningen ville stå sammen om at løfte en opgave, der ville støtte det idrætslige arbejde såvel inden for atletik som gymnastik i form af opførelse af faciliteter til gavn for indendørs atletik og gymnastik.

500 børn og unge fra 3 til 20 år råber jo ikke så højt på generalforsamlingerne, så vi voksne må forstå, hvad problematikken er og tale deres sag.

Andre aktiviteter

Vore børne – og ungehold har deltaget i Gymnasternes Dag, hvor flere end 1500 fra hele Fyn deltager. Herudover har vi deltaget i Danmarks Gymnastik Forbunds forskellige arrangementer.

Et helt særligt arrangement er Kvinde-løbet, som gymnastikafdelingen har ansvar for at afvikle. Med hjælp fra mange gode kræfter i foreningen blev løbet en succes. Et vellykket sportslig arrangement, hvor 2400 glade løbere fik en dejlig oplevelse på Engen i Fruens Bøge.

Tak til de mange, der hjælper til ved løbets afvikling. Stor tak til Marianne, Mogens og Kent, der har styr på tilmeldinger og de mange opgaver.

Øvrige aktiviteter

I sommerens løb har vi holdt otte træningslejre i Midskov. Der har været holdt leder- og instruktørmøder. Bestyrelsen har deltaget i Danmarks Gymnastik Forbunds Repræsentantskabsmøder, Fynskreds- DIF – SIKO – Fynske Idrætsforeninger og Odense Kommunes brugermøder i de tilføjede haller og gymnastiksale.

Afslutningsvis skal der lyde en tak til vores instruktører og ledere og vore mange gymnaster for et dejligt og givende år.

Samtidig takker vi øvrige afdelinger, udvalg og hovedbestyrelse for godt samarbejde i det forløbne år.

Med ønsket om et godt nytår byder vi velkommen til arbejdet i 2009.

På bestyrelsens vegne
Erling Juul Hansen

NYGAARDEL KISSENDRUP

AUT. EL-INSTALLATØR, PER NYGAARD ANDERSEN

KULLERUP BYVEJ 7, KULLERUP

5853 ØRBÆK

TLF. 65 31 70 33



OGF – DAGEN

Søndag den 29. marts 2009

Odense Idrætshal Hal 2

DAGENS PROGRAM:

- Kl. 13.00** Indmarch og velkomst ved formand Erling Juul Hansen
- Kl. 13.15** Power Tumbling, drenge elite/talenthold
Thomas og Daniel
- Kl. 13.30** Knaldperlerne, 3-6 år
Kristian, Amanda, Camilla, Frederik og Jeanette
- Kl. 13.45** Mini Spring/Rytme piger 5-10 år
Helle, Christina, Line, Walther, Camilla og Gitte
- Kl. 14.00** Mini Spring/Rytme piger Konkurrence
Helle, Christina og Line
- Kl. 14.15** Multigymnastik for drenge.
Jakob, Mette, Michael, Kenneth
- Kl. 14.30** Power Tumbling piger og drenge niveau 1
Peter, Daniel og Mathias
- Kl. 14.45** Pause, overrækkelse af Pokaler "Årets Gymnast" og "Årets leder"
- Kl. 15.15** Idrætsgymnastik, drenge 7-12 år
Kasper og Martin
- Kl. 15.30** Power Tumbling drenge 6-8 år niveau 0
Mathias, Daniel, Morten, Malthe, Jesper og Martin
- Kl. 15.45** Idrætsgymnastik piger fra 6 år
Claus og Nelli
- Kl. 16.00** Power Tumbling, drenge 9-13 år
Daniel, Jeppe, Malthe, David, Morten og Jesper
- Kl. 16.15** Herrehold spring
Lars Vestergaard
- Kl. 16.30** Udmarch og afslutning

Vel mødt til en rigtig god gymnastikdag

Der vil være en lille café i Hallen med alt godt til både børn og voksne.

Generalforsamling

Odense Atletik/OGF holder ordinær generalforsamling
i Klubhuset, Stadionvej 43, 5200 Odense V

Tirsdag den 3. februar 2009 kl. 19.30

Der er dog spisning fra kl. 19.00

Dagsorden ifølge lovene:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning
3. Fremlæggelse af det reviderede regnskab
4. Beretning og regnskab for Støtteforeningen Freja
5. Indkomne forslag:
(Forslag til ændringer fra bestyrelsen: Bestyrelsen indstiller, at den officielle klubdragt ændres til sorte bukser i stedet for røde)

6. Valg til bestyrelsen

Formand	Næstformand
Kasserer	Ungdomsleder
Seniorleder	Veteranleder
Stævneleder	Samværsleder
Støtteforeningens formand	2 revisorer

7. Yderligere valg:

Til Støtteforeningen Freja:

Kasserer samt tre medlemmer til bestyrelsen

Medlem til bladudvalget

Transportansvarlig

Medlem til klubhuset

Medlem til Midskov

Stævnetilmelder

Statistik og WEB

8. Eventuelt

Ændringsforslag i henhold
til vedtægterne.

Formand

Troels Troelsen
40 74 71 74
troelsen@cbs.dk
OGF's Klubhus, Stadionvej 43
5200 Odense V.

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 Bernthsensvej 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 Bernthsensvej 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

Buskoordinatør

Se under stævneleder

Støtteforeningens 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



Jeanette Hedeager
og ungdommer.

2008 blev igen et godt år for Odense Atletik /OGF

Vore hovedmålsætninger i OA/OGF er at få mange aktive livslange atletikudøvere, hvor elite, bredde, ung og gammel kan inspirere hinanden i deres daglige og hyppige færden på et dejligt atletikstadion og i vores dejlige klubhus. Hvor vi har en stor glæde, og hvor der over årene samles idrætslig succes og viden om vores dejlige idræt.

Vi har nu haft fuld fart på vores ungdomsafdeling i nogle år, og OA/OGF rykker langsomt og sikkert op af ranglisterne for ungdom, såvel i antal som kvalitet. Vi er bedre og bedre repræsenteret i TUD (DAF's ungdomseliteprojekt), og vi vinder flere og flere medaljer til ungdomsmesterskaber. Så retningen er rigtig. På ungdomsholdsiden er vi også stærke – og stærkere. Og vi har nu også nok ungdomstrænere. Det har tidligere været et problem, men intern rekruttering virker nu også her. Forældrene finder glæde ved at deltage til fælles bedste. Det er et virkelig godt tegn.

På seniorsiden er vi igen i bedste division med begge vore hold, og det er især godt, fordi det er vore unge, der langsomt vokser op og fylder godt ind på holdene. At der er næsten en hel generation, vi skal have lukket, er en anden sag, men det er vi nu helt sikre på, at det skal lykkes. Så skal vi bare kravle lidt højere op på top-8 i Danmark for senior. Det kommer også. Igen den rigtige retning. Og glem ikke, at vi igen er Danske Mestres for veteraner. En meget søgt og ærefuld titel – og igen viste vi vores bredde.

Med hensyn til arrangementer holder vi igen DM i 2009, og DHL-stafetten havde igen i 2008 en imponerende fremgang. Omkring 8000 løbere er da fornemt – og væksten bliver jo nok ved.

At have indtægter til at dække fremgangen i en meget dyr idræt er svært – men vi har en sund økonomi, som ikke er afhængig af én indtægtskilde. Og vi er hele tiden påpasselige med at justere udgifterne til mulighederne. Hellere et skridt foran end bagud.

Og fremtiden. Idrætsligt skal vi nok fortsætte fremgangen i 2009, det er vi ikke i tvivl om. Alle forudsætningerne – på nær ordentlige indendørs træningsfaciliteter er på plads. Forhåbentlig får vi allerede her i 2009 en ny længe i nærheden af klubhuset, så OGF kan få den plads til aktiviteter, som vi behøver, men det kommer kun marginalt til at gavne atletikken, men motionsafdelingen skylder vi at hjælpe i denne sag. Vedr. en indendørs atletikbane i forbindelse med en evt. ny cykelbane, så er den nok sparket til hjørnespark af finanskrisen. Og måske sparket helt ud af banen.

Tak til alle ledere, bestyrelsen, og de mange flittige og vidende hjælpere til vore mange stævner. Tak til OGF, vores samarbejdspartnere i Odense Kommune for godt samarbejde, der skaber energi, glæde og resultater. Det sidste er jo målet for os alle.

*Med venlig hilsen
På vegne af bestyrelsen
Troels Troelsen
En glad formand.*



*Katharina Most deltog i Puma
Complete Running League.
Se side 21.
Foto: Flemming Wedell.*

REDTZ

Glarmester & Tømrer

Tlf. 6612 3574 • www.redtz.dk

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

Første afdeling af Puma Complete Running League

Søndag den 2. november kom hele den danske elite til Odense for at løbe 1. afdeling af Puma Complete Running League. Ruten var lagt i parken bag Provstegårdsskolen og var kringlet, kuperet og krævende. Der var ikke den store stygge stigning, men løberne blev hele tiden holdt til ilden med bakker og sving. Begejstringen for den 5 km lange rute var stor, så vi håber på, at det kan blive en tilbagevendende tradition at starte cross-sæsonen på hjemmebane. Hjemmebanen havde lokket intet mindre end 21 løbere fra OA/OGF til start, hvilket kun Sparta kunne overgå.

Først ude var drengene, hvor Jan-nick førte an blandt de lokale og fik en glimrende 5. plads i det skrappe felt. Victor og Andreas Most kæmpede sig flot igennem den svære rute.

Hos kvinderne var Simone godt med fremme og blev belønnet for en god indsats med en plads på landsholdet, der skulle løbe NM cross på Bellahøj. Katharina og Ann-Sophie var de to andre lokale piger i løbet

og kom ind som hhv. nummer 38 og 45 i kvindernes felt. Piger og kvinder løb sammen!

Herrerne sluttede af, og det var et imponerende syn at se det 114 mand store felt suse op af den første stigning, som kom umiddelbart efter start. Faurschou lagde hårdt ud, men måtte lide den tort at blive passeret undervejs, så det blev Jakob Hannibal, der fik sin første sejr i vinterturneringen. Det kunne tyde på at blive en stor sæson for ham i år.

Vores bedste mand blev Søren Kirketoft på en placering som nummer 23. Han blev skarpt forfulgt af Anders, Ronni og Steffen, der kom ind i nævnte rækkefølge. I holdkonkurrencen blev det til en ærefuld 5. plads efter Sparta, Aarhus 1900, Blovstrød og AGF. Men vi kommer hele tiden tættere på dem og har taget et par trin op ad ranglisten de sidste par år.

Alt i alt var det en fornøjelse at se så mange tilfredse løbere i Odense, og der skal lyde en stor tak til Esben, Mads, Kim og Poul, som ydede en

stor indsats ifm. løbet. Resultater kan ses her: www.aarhus1900.dk/daf-vinterturning, og billeder kan ses her: <http://picasaweb.google.dk/flwefoto/PUMACompleteRunningLeague/Odense2Nov2008>

23	Søren Kirketoft	19:05	03:28
27	Anders Ludvigsen	19:10	03:29
29	Ronni Hansen	19:14	03:30
33	Steffen Massaro	19:18	03:30
42	Akari Sisto	19:34	03:33
48	Søren Bentzen	19:49	03:36
54	Claus Sørensen	19:59	03:38
56	Karsten Kjælde	20:05	03:39
62	Karsten Nielsen	20:26	03:43
65	Patrick Larsen	20:28	03:43
69	Nicolai Madsen	20:40	03:45
70	Kasper Pedersen	20:40	03:45
83	Rene Petersen	21:22	03:53
86	Emil Hansen	21:27	03:54
114	Morten Thrane	30:31	05:33

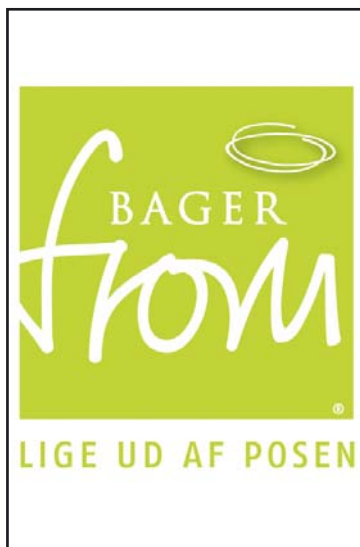
Claus Bugge

Fra starten. Foto. Flemming Wedell





Første afdeling af Puma Complete Running League (se side 21)
Jannick Klitgaard (tv.) og
Søren Kirketoft (th.).
Fotos: Flemming Wedell



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 lysfølsomhed. 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.

Veteraner

Vestdanske og danske mesterskaber i kaste 5kamp

Randers den 5. juni og Herlufsholm den 21. september
To flotte kaste 5kampe af Finn Malchau

Vi har tidligere – i blad 5 fra 2008 – omtalt Finn Malchaus flotte bronzemedalje i femkamp (den almindelige) ved EM i Slovenien, hvor Finn ikke blot besatte tredjepladsen i sin veterangruppe (M60), men tillige satte dansk rekord i aldersklassen. Men vi har desværre glemt hans to fine kaste 5kampe, hvor Finn først blev vestdansk mester ved et stævne i Randers for så et par måneder senere at slå til ved de danske mesterskaber i Herlufsholm.

I Randers var modstanden ikke imponerende og enkeltresultaterne solide, men heller ikke mere. Efter 40,21 m i hammerkast, 11,06 m i kuglestød, 39,68 m i diskoskast, 35,47 m i spydkast og til sidst et vægtkast på 15,59 m sluttede Finn på 3794 pts, hvilket var rigeligt til førstepladsen. Bedst var her hans vægtkast, som gav fine 894 pts, ligesom hans kuglestød også var godkendt, mens især spydkast var under niveau.

Den 21. september gjaldt det så de danske mesterskaber, som blev afviklet på Herlufsholms hyggelige stadion. Denne gang var konkurrencen væsentlig hårdere, men dette animerede blot Finn til – med hans egne ord – ”at skyde den af”, hvilket resulterede i forbedringer i samtlige fem kast. Heraf indgår såvel hammerkast, kuglestød som vægtkast på klubbens ATB-liste ligesom naturligvis slutsummen på 4194 points. Resultatet er samtidig det tredjebedste på alle tiders DANSKE liste. Enkeltresultaterne blev: hammer: 44,25 m (879 pts) – kugle: 11,17 m (739 pts) – diskos: 42,17 m (816 pts) – spyd: 45,04 m og en forbedring på næsten 10 m (839 pts) – vægt: 16,02 m (921 pts). Mesterskabet blev vundet suverænt foran Georg Pørksen fra Glostrup.

Claus

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 Lovgreen
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.



Tryghed og tillid gennem personlig vejledning



**Bedemand
Kim Bøilerehauge Aps**
Dalum-Hjallese · Ansgars · Næsby-Søhus

Kim Bøilerehauge



Erik Mortensen



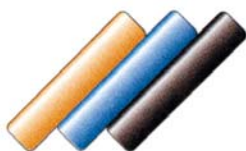
Dalum-Hjallese
Begravelsesforretning
Jernbane Allé 1 · 5250 Odense SV
Tlf. 66 13 24 55

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

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

Indkaldelse til afdelingens årlige
Generalforsamling
i Klubhuset, Stadionvej 43, 5200 Odense V
mandag den 23. februar 2009 kl. 19.00

Dagsorden

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kassereren fremlægger afdelingens regnskab for 2008 til godkendelse samt budget for det kommende år til orientering
4. Fastlæggelse af kontingent fra 1. marts 2009
5. Behandling af eventuelle indkomne forslag
Forslag skal indsendes til formanden senest 8 dage før generalforsamlingen.
6. Valg af bestyrelsen:

På valg er:

Formand Yrsa Larsen
Bestyrelsesmedlem Bente V. Hansen
Bestyrelsesmedlem Gerda Rasmussen
Best.suppleant Bent Jacobsen
Best.suppleant - vakant
Medlem til bladudvalget Birgit Nancke
Medlem til træningslejren i Midskov Kenneth Madsen
Medlem til Klubhuset i Bolbro Inger Jensen
Revisor Jens Ljungdahl
Revisor Niels Henning Poulsen
Revisorsuppleant Lotte Renbo Andersen

7. Eventuelt

§ 6.3 i vedtægterne siger:

Forslag skal stilles af mindst 10 medlemmer eller af bestyrelsen.
Forslag skal indsendes skriftligt senest 8 dage før generalforsamlingen til formanden.

Formand

Yrsa Larsen
Skraenten 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
torbenhviid@mail.dk

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.

*Woggere og løbere omkring byens juletræ
på Flakhaven den 3. december 2008
Foto: Birte Hviid.*



Formandens beretning

- Tværidrætslig Afdeling

Tværidrætslig Afdeling har 266 medlemmer. Afdelingen er oprettet i 1988 og er den yngste i OGF.

Vi startede året 2008 med den efterhånden tilbagevendende nytårsmarch fra Flyvesandet med efterfølgende suppe i klubhuset. Bussen fra Nyborgrejser var fyldt med vore medlemmer, som glædede sig til motionen i det nordfynske landskab efter julen og Nytårets megen mad.

Ved generalforsamlingen den 28. februar 2008, deltog der 44 medlemmer.

Også i år var der mange woggere, der deltog i Eventyrløbet den 1. maj og sluttede af med pølser på grill samt øl og vand i TV-afdelingens telt.

31. maj tog vi toget fra Fruens Bøge Station til Naturama i Svendborg.

7. august var vi til Frøbjerg Festspil til "Annie get your gun". Dette arrangement druknede desværre i regn.

Ø-turen foregik 16. august, og turen gik til Sydlangeland med besøg på Skovgaard og Langelandsfortet.

Mange af vore medlemmer var også i år med på sommerens sidste vægtervandring - med efterfølgende vægtergudstjeneste i Vor Frue Kirke og et let trakterement i sognehuset.

Den specielle woggingtur 3. september gik i år fra Sanderum/Højme og efterfølgende spisning i klubhuset.

I oktober holdt vi et 2 x 3 timers kursus i "Førstehjælp/Hjertemassage". Et rigtig godt kursus med en god instruktør.

Onsdag den 3. december woggede vi ind til juletræet på Flakhaven. Efter hjemkomsten til klubhuset fik vi gløgg og æbleskiver.

Der er stadig god tilslutning til de almindelige woggingture - såvel mandag og onsdag aften samt torsdag formiddag og lørdag eftermiddag.

Vore fem alternative vintervandringer den 1. lørdag i måneden fra november til marts er ligeledes med god tilslutning. Her finder vi nye og spændende steder lidt uden for byen.

I vinterhalvåret har vi fortsat god tilslutning til følgende aktiviteter

Bridgespillet, hvor der spilles såvel onsdag eftermiddag som én månedlig torsdag aften. "Syng sammen" den første mandag i hver måned.

"Klubaften" den første torsdag i hver måned. Herudover har vi "Samspil" hver tirsdag og "Billard" hver torsdag. Og så spiller vi "Badminton", tirsdag på Bolbro Skole og torsdag i Idrætshallens hal 2.

Jeg vil gerne rette en tak til dem, der altid er villige til at hjælpe med alle de ting, der skal laves, for at det hele kan køre godt, bl.a. med madlavning - kaffe/brygning - opvask - borddækning - oprydning osv.

Tak for godt samarbejde med OGFs andre afdelinger. Og tak til alle mine bestyrelsesmedlemmer og afdelingens repræsentanter i de forskellige udvalg for veludført arbejde i årets løb. Sidst - men ikke mindst - tak til alle vore medlemmer for jeres opbakning til vore arrangementer og aktiviteter. Det er en fornøjelse at arrangere når vi altid møder fin opbakning. Vi håber vi fortsat kan byde på interessante oplevelser.

*Yrsa Larsen
Formand*



Første torsdag i hver vintermåned holder TV-afdelingen klubaften. 4. december var der juleafslutning, hvor medlemmerne hyggede sig med god mad og høj stemning. Foto. Birte Hviid.



MATERIELUDLEJNING A/S

KØBENHAVN

43997274

ODENSE

66176689

KOLDING

75543989

ÅRHUS

86288585

OG-Huset

...også et sted for dig



industriteknik i/s



Ubbe^S EFTF.



Tlf. +45 66 12 66 56

Havnegade 98 B

www.industriteknik.dk · E-mail: pj@industriteknik.dk

Tlf. +45 66 12 38 38

DK-5000 Odense C

Blæsbjerghus



Journalistik • Marketing • Konsulentvirksomhed

Blæsbjergvej 76 · 5462 Morud

Tlf. 65 96 78 66 · Fax. 65 96 87 66

ej@blaesbjerghus.dk · www.blaesbjerghus.dk



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 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. Første gang i det nye år er onsdag den 7. januar. 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 en eller to torsdag-aftener om måneden i vinterhalvåret. Første gang i det nye år er:

torsdag den 22. januar 2009
torsdag den 19. februar 2009
torsdag den 19. marts 2009.

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

KLUBAFTEN

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

Det foregår i klubhuset, Stadionvej 43, og vi starter kl. 18.30. Torsdag den 8. januar 2009 er første gang i det nye år.

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 kaffe-pause – prisen for kaffe med brød er 20 kr. Første gang i det nye år er mandag den 5. januar.

Kontaktperson:

Else Hansen tlf. 66 14 83 01

SAMSPIL

Hver tirsdag kl. 10.00 – 12.00 i vinterhalvåret. Det foregår i klubhuset, Stadionvej 43. Tirsdag den 6. januar bliver første gang i det nye år.

Kan du spille harmonika, keyboard eller et andet instrument og har 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.

Verner Lund tlf. 66 18 11 34

Træningsdragter og bluser

Træningsdragten koster 250 kr. og den hvide bluse koster 50 kr. Kan købes i klubhuset onsdag aften. Henvendelse til Birte Hviid eller Bent Jacobsen.

VINTERVANDRINGER

De alternative lørdagsture gentages i vinteren 2008/2009. Turene er 9-11 km og starter kl. 10.00 følgende steder:

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

Arne Nielsen tlf. 66 18 14 38

Birte Hviid tlf. 66 17 08 16