

Maritime idrotten



1 - JAN 2016
43 ÅRGANG

SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING

Formand:

Seniorsergent Klaus Hjorth

Tlf. 4130 9818

Privat: Klaus.hjorth@mil.dk

FIIN: d24-k2-tkbf

**SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING
FREDERIKSHAVN**

Formand:

Orlogskaptajn Lars Eriksen

Tlf. pr.: 2516 4243

Tlf. arb.: 7285 5030

FIIN: SSK-STUD001

SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING KORSØR

Formand:

Carsten Morgen

Tlf. pr.: 5343 3544

Tlf. tj.: 7260 4139

FIIN: OLSK-PLS04

Morgen.carsten@gmail.com

**SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING
KØBENHAVN**

Formand:

Orlogskaptajn Kristen Trap

FIIN: FSU-CMT302

E-mail: kristen.trap@gmail.com

Tlf.mob.: 2516 4228

SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING ÅRHUS

Formand:

Orlogskaptajn Torben Tvevad Kjaerulff

Tlf. pr.: 5380 3523

Tlf. tj.: 4172 4713

FIIN: FMT-F-RESK10

Fam.kjaerulff @outlook.dk

**SØVÆRNETS IDRÆTSFORENINGERS
SEKRETARIAT**

A.H. Vedels Plads

1439 København K.

Sekretariatet er åbent:

Tirsdag; kl. 10.00 - 15.00

Tlf.: 2516 4228

FIIN: SIF02

sekretariatet@sif-idraet.com**SØVÆRNETS IDRÆTSFORENINGERS
ÆRESMEDLEMMER**

Hans Aage Nakskow Pedersen,

Henning Grevelund,

Johnny Bannow,

Knud Sørensen,

Egon Persson,

Viggo Nielsen,

Per Fl. Jensen,

Poul Erik Thyland,

Viggo Thorlacius,

Kristen Trap,

Kurt B. Rasmussen,

Kent Ravn,

Søren Munk Madsen,

Willy Kristiansen

TRYK:

Nordvestgrafik.

MARINEIDRÆT:

Ansvarshavende redaktør: Seniorsergent

Klaus Hjorth

Redaktion og layout: Claus Gustafsen,

OPLOG FRH, tlf. tj.: 728 56011

E-mail: webmaster@sif-idraet.com**HJEMMESIDE:**

SIF findes på Internettet på adressen:

www.sif-idraet.dk

Webmaster: Claus Gustafsen,

E-mail: webmaster@sif-idraet.com**MARINEIDRÆT***Er blad for Søværnets Idrætsforeninger og findes i elektronisk form på hjemmesiden.**SIF afdelinger er medlem af Dansk Militært**Idrætsforbund og derigennem er SIF tilknyttet DMI.***Forside: Klar til Nordisk Extrem Maraton.**



INDHOLDSFORTEGNELSE

SIF adresser m.m.	2
Indholdsfortegnelse	3
Redaktørens Klumme / Deadlines for næste numre	3
SIF KBH indkaldelse til Generalforsamling	4
SIF FRH indkaldelse til Generalforsamling	5
SIF ÅRH løbeklub gennem 2015	6
SIF KBH Roning	10
SIF KBH juleafslutning	10
SIF ÅRH indkaldelse til Generalforsamling	11
SIF KOR Generalforsamling	11
SIF ÅRH Badminton juleturnering	12
SIF FRH Sejlsport	13
SIF KBH Badminton	14
SIF indkaldelse til Årsmøde	16

Redaktørens Klumme

Du sidder nu med årets første udgave af bladet og der er gode historier, og det er en fornøjelse at se at der er bidragsydere fra flere steder rundt i landet.

Husk at jeg også gerne vil have jeres billeder separat og ikke lagt ind i et Worddokument eller i en pdf fil, det giver mig bedre muligheder for at lave et godt resultat. Jeres placering i dokumentet vil jeg forsøge at overholde, hvor det er mulig, men siderne forløber ikke altid helt ens med jeres opsætning og med bladets, så send meget gerne billederne ved siden af også.

Jeg vil meget gerne, hvis I vil benytte webmaster@sif-idraet.com til indlæg, billeder og kommentarer.

Dette gælder både til bladet og til hjemmesiden.

Claus Gustafsen

Deadlines for Marineidræt 2016

Nummer/Periode	Til Redaktøren	Udkommer
2 - JUN 2016	20 MAJ 2016	Uge 25
3 - OKT 2016	16 SEP 2016	Uge 43
1 - FEB 2017	27 JAN 2017	Uge 9

Indkaldelse til generalforsamling i Søværnets Idrætsforening København



Indkaldelse

til

Afdelingsgeneralforsamling

i SIF KBH afdelingen tirsdag d. 08. marts 2016 kl. 1830 på Søværnets Officersskole

Dagsorden:

1. Valg af dirigent

2. Fremlæggelse af beretning og visioner

3. Godkendelse af regnskab

4. Behandling af indkomne forslag

5. Valg af formand:

Formand	Kristen Andreas Trap	På valg.
---------------	----------------------	----------

6. Valg af kasserer:

Kasserer	Leif Hartmann Jensen	Ej på valg.
----------------	----------------------	-------------

7. Valg af bestyrelse og suppleanter:

Bestyrelsesmedlem	Frank Caspersen	Ej på valg.
-------------------------	-----------------	-------------

Bestyrelsesmedlem	Jens Peter Ditmar Andersen	Ej på valg.
-------------------------	----------------------------	-------------

Bestyrelsesmedlem	Klaus Hjorth	På valg.
-------------------------	--------------	----------

Modtager genvalg.

Bestyrelsessuppleant	Kurt Bagge Rasmussen	På valg.
----------------------------	----------------------	----------

Bestyrelsessuppleant	Egon Persson	Ej på valg.
----------------------------	--------------	-------------

8. Valg af revisor og revisorsuppleant

Kritisk revisor	Axel Svendsen	På valg.
-----------------------	---------------	----------

Kritisk revisor	Per Jensen	Ej på valg.
-----------------------	------------	-------------

Kritisk revisorsupplant	Søren M. Madsen	På valg.
-------------------------------	-----------------	----------

9. Eventuelt

Efter generalforsamlingen vil foreningen være vært ved et lettere traktement.

Sidste frist for tilmelding til traktementet vil være d. 04/3 2016 kl. 1200 til:

Mail: kristen.trap@gmail.com

Bestyrelsen

Indkaldelse til generalforsamling i Søværnets Idrætsforening Frederikshavn

INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING I
SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING, AFDELING FREDERIKSHAVN



Den 15. marts 2016 klokken 19:00 i **Lanternen (BYGN. 14)**.

DAGSORDEN:

1. Valg af dirigent
2. Aflæggelse af beretning ved formanden.
3. Godkendelse af regnskab.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Valg af formand:
 - a. Formand Lars Eriksen På valg (modtager genvalg)
6. Valg af kasserer:
 - a. Kasserer Thomas Jensen Ikke på valg
7. Valg af bestyrelse og suppleanter:
 - a. Næstformand Paw Nielsen Ikke på valg
 - b. Bestyrelsesmedlem Willy Kristiansen På valg (modtager genvalg)
 - c. Bestyrelsesmedlem Mariann Vestergaard Ikke på valg
 - d. Suppleant Pia Grøndal Ikke på valg
 - e. Suppleant Peter Erichsen På valg
8. Valg af revisor og revisorsuppleant:
 - a. Revisor Thorkild Carlsen På valg
 - b. Revisor Viggo Nielsen Ikke på valg
 - c. R-Suppleant Ken Normann På valg
9. Eventuelt

Indkomne forslag til behandling skal være formanden i hænde ikke senere end tirsdag den 1. marts 2016.

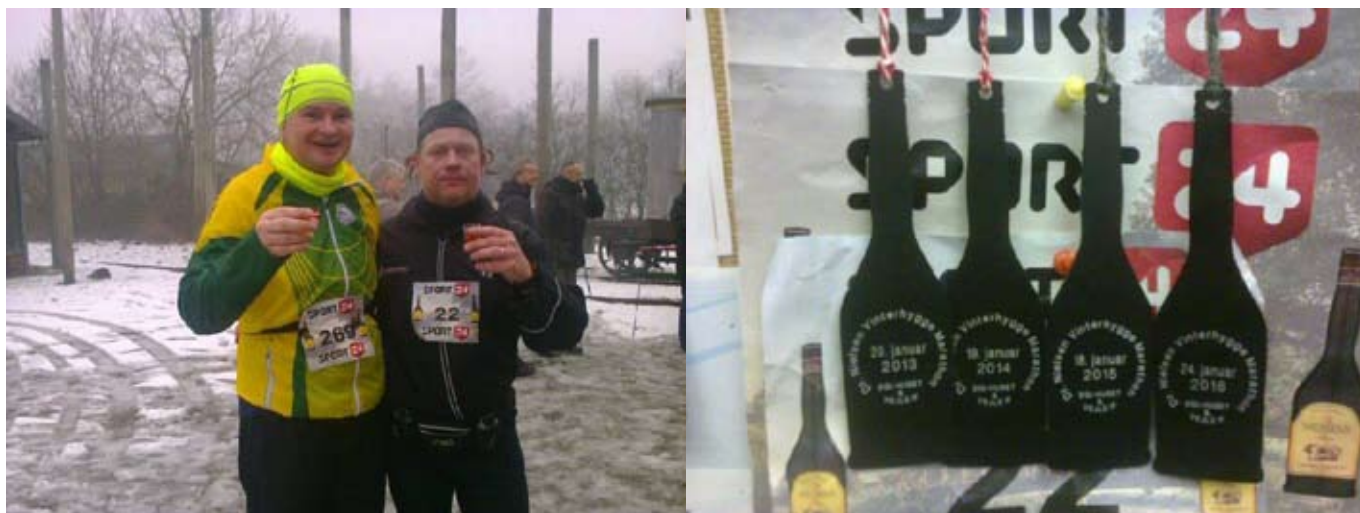
Efter generalforsamlingen vil SIF FRH være vært ved et mindre traktament, derfor bedes alle, der ønsker at deltage heri, tilmelde sig til Willy på tlf. 6047 8754 – kristiansen@postkasse.com eller til Thomas tlf. 72855158/41383290 – SSK-SMCUE108 senest den 8. marts 2016.

Med venlig hilsen

Lars Eriksen

2015 - et løbeår med nye højder og udfordringer for SIF Århus løberne.

Et løb i SIF Århus løb starter og slutter altid med Dr. Nielsen Vinterhygge Marathon, for lige at få checket løbeformen, og ikke mindst for at få fornyet løbepasset. Dr. Nielsen lukker og begynder et nyt løbeår, da det kun er de færreste som er op i gear til Maraton løb i jan måned.



Siden 2012 har vi været repræsenteret som skribent i dette fantastisk blad, og har forsøgt at fortælle den gode løbehistorie, og at man ikke behøver været kenyaner for at løbe Maraton.

Vi har tidligere beskrevet hvordan følgende løb opleves, og hvorfor man netop skal prøve kræfter med denne type løb:

Copenhagen Maraton, Dr. Nielsen Vinterhygge Marathon og forberedelserne omkring at løbe det første Maraton, Julemandsrace, H.C. Andersen Maraton, Kalkmineløbet, Runway runs, Diverse vintercups, Store- og Lillebælt halv-Marathon, Århus City Halv-maraton og Nat-maraton, Himmelbjergløbet, Egeborg Slotsløb, Silkeborg løbet, Ree-park, Holger danske Strandvejs-maraton, Extreme mandehørm og Dirtytrails...

2015 blev året hvor vi igen var repræsenteret i flere af ovennævnte løb, men også året hvor vi gik "All in" og skulle stifte bekendtskab med seks timers løb og nordisk extreme-maraton, og ikke mindst, løbet over dem alle, Nørhalne City Maraton.

Seks timers løb i Ålborg.

Jeg var blevet opfordret til at prøve dette løb igennem mit efterhånden store løbenetværk, da det er noget som skal opleves som løber.

Reglerne er: Man starter kl. 10 og slutter kl. 16. Og så ser man hvor langt man når.

Og hvad betød det så ☺

Løbet var arrangeret af MEMO løb og blev afholdt i østre anlæg i Ålborg i AUG. Ruten er knap 1 km lang og man løber omgange på et helt fantastisk fint underlag i en park på en flad rute i hyggelige omgivelser.

Vi var 13 løbere som skulle løbe seks timer og 14 løbere ville joine op kl. 11 og løbe maraton.

Derudover var der tre stafethold med tre deltagere på hver, som skulle tørne på roret som man siger i de seks timer.

Når man starter kl 10 og slutter kl. 16 oplever og observerer man en masse, det er ikke så varmt på dette tidspunkt og man lægger en taktik om at løbe i depot hver tredje omgang. "spritterne" eller de lidt tørstige gentlemen begynder at hygge på bænkene i anlægget kl. 11 og går "død" kl

13, hvor de næste landevejenes riddere joiner op men de holder også kun til kl. 15. Temperaturen stiger til 27 grader kl. 12-14 og man løber bare derude af. Dem som kender Østre Anlæg ved at det er et sted hvor de studerende hænger ud, og ikke mindst bader letpåkædet i "solbadet". Selv solbaderne tørner på roret og der er kommandoskift, mens man bare selv løber og løber. ☺

Hver time kan man høre kirkeklokkerne, og man ved at der er gået en time, og lige pludselig var der gået fem timer, og jeg begyndte at få stress, tempoet var for nedadgående selvom moralen var høj og lige pludselig blev kl. 1600, og kirkeuret ringede ind for sidste gang, "Hold inde", og man stod bare stille mens man ventede på det skarpe opmåling hjul.



Status efter seks timers løb i østeanlæg.

52+ omgange giver ca. 50km, depotet besøgt ca. 19 gange, hvor der var alt fra chips, vandmelon, slik til is og væske, en del liter væske indtaget, og ingen udgifter i heden som man siger, en vild løbeoplevelse som kun kan anbefales at prøve kræfter med. Status to dage efter at have løbet 50km, handler ind i netto, har 250m op til bussen og prøver at løbe derop, men "No joy". Der går lige et par dage inden man er helt igen.

Nordisk Extreme Marathon 2015.

Nordisk Extreme Marathon er et ultraløb med flere muligheder og distancer, man kan løbe som hold af to personer med kort og kompas på svær og ekstra svær 35km, 50km og 70km i fugleflugtslinje. Krydsning af Gudenåen kan og vil forekomme, og fælles for det hele er løb med rygsæk og oppakning, så gear og grej skal overvejes.

Eller man kan joine op på 42km Singletrack med afmærket rute igennem alverdens ondskab og finurligheder med vandløb, åer og sindsyge stigninger og højdemeter i på stier som er ikke eksisterende og der skal kæmpes for at nå frem.

Jeg skulle prøve kræfter med 42km Singletrack som er delt op i tre løb, 18km's løb og man ankommer til Nightcamp ude i nowhere, hygge og spisning af medbragt mad, for derefter 6km's natløb i sumpe og andre skumle områder, hjem i fiseposen og vente på man skal af sted på de sidste 18km mod målstregen.

Løbet starter og slutter på toppen af himmelbjerget ved Silkeborg, og dem som kender terrænet ved hvor kuperet og stigende/faldende det er.

At løbe 18km med rygsæk med proviant, skiftetøj, telt osv. Er krævende, og noget man lige skal vende sig til, og man finder hurtigt ud af at tempoet er nødsaget til at komme ned, og man skal have nogle mere trailede sko på næste gang ☺. Ruten var vild og noget af en oplevelse da man løber op og ned af skrænter, krydser vandløb, mudder og andre gode ting, og lige som man er ved at være overslidt, ankommer man til Nightcamp. Og man får hurtigt slået sin

enkeltmandsbivuak op og tropesoveposen bliver klargjort, den medbragte feltration tages i kog og man hygger og snakker med de andre løbere inden det går løs igen med natløb. Efter endt natløb og søvn i posen er det tid til at pakke "lejren" ned. På med det våde og mudrede tøj igen, og 18km's udfordringer venter forude.



Når man når bunden af Himmelbjerget og der kun er en km til mål, i opstigende niveau, er der ved at være solgt ud, og man går den lange vej opad, og opad, indtil man når tårnet og æresrunden og man løber ned mod mål.



Grejkontrol, har man stadig det hele (pandelampe, obligatorisk vandflaske, kogegrej, sovepose, telt, ekstra jakke osv.) for hvis ikke, er der straf tid for dette, heltemedalje modtages og der er nu adgang til en "Pulled Pork" burger og hygge og alt det der, helt klart et løb som kan anbefales og jeg er på igen til maj 2016.

Nørhalne City Maraton.

Først skal man finde ud af hvor Nørhalne ligger, og så finder man ud af at det er en by med max 500 huse, med alt hvad det nu indebærer.

Starten går fra den lokale skole, hvor er også er depot med alt hvad øjet begærer, og Mettes suppe og øl venter ved enden.

Glem alt om New York, Copenhagen og Paris, dette løb kunne jeg mærke var stort.



Tilskuere på ruten? Ja, lidt mennesker bor der deroppe, men ellers er Nørhalne præget af ligusterfascister som gemmer sig bag hæggen og drikker DF dåseøl.

Er man på 42,2km, som er den eneste rigtige distance at løbe, af respekt for "The City", skal man rundt på ruten otte gange.

En omgang indebærer alt hvad der næsten er af gader og stisystemer i byen, så man føler hurtig man er lokal og stedkendt og er nu en officiel del af bybilledet.

Vi var 35 løbere som tog udfordringen op med hel maraton, og et par håndfulde halv og 10km løbere. Fælles for alle var den gode stemning og det gode depot, og ikke mindst Mettes suppe og dåseøl bagefter, det er derfor man løber...

Stor løbehilsen

OS Nicolaj Villadsen

SIF Århus løb



SIF København Roning

SIF KBH har nu fået renoveret foreningens robåd, som var blevet beskadiget under opbevaring på et lager på Holmen. SIF KBH har nu fået et nyt opbevaringssted på Breddebænken for SIF KBH tre robåde.

Hvis du har mod på at komme på "havet" på anden måde en den traditionelle i Søværnet så kontakt vores ro-udvalg i SIF KBH



Robåden er bygget af lærlinge på Orlogsværftet for over 50 år siden

SIF København Julearrangement



SIF KBH afholdte igen det traditionsrige juletræ (Mere end 40 år i træk) på Søværnets Officersskole, med ca. 120 deltagere i alt. De ca. 50 børn fik igen en spændende og traditionsrig eftermiddag med optræden af en stor nissefamilie, ballonkonge og ansigtsmaling. Der var julegaver til børnene samt gammeldags slikposer mm.. En stor tak til de frivillige hjælpere, der var med til at føre traditionen videre.

En god afslutning på 2015

Indkaldelse til generalforsamling i Søværnets Idrætsforening Århus

Århus afdeling

8. februar 2016

Indkaldelse til Generalforsamling.

Hermed indkaldes til Generalforsamling i Søværnets Idrætsforening Århus Afdeling

**Onsdag 16. marts 2016 kl. 1500
i Sødalsparken 20, mødelokale "Gyldenløve".**

- a. Dagsorden:
 - a. Valg af dirigent.
 - b. Beretning (ved Formand og udvalgsformænd, der fremlægges kort og informativt. Fuld beretning - med billeder - sættes i Marineidræt).
 - c. Regnskab.
 - d. Behandling af forslag.
 - e. Fastsættelse af evt. særlige kontingenter.
 - f. Valg af bestyrelse:

Formand: J.B. Torben T. Kjærulff – ønsker genvalg.
Næstformand: Susanna J. Graabæk – ønsker genvalg.
Kasserer: Jesper Thingholm – ønsker genvalg

- g. valg af revisor og revisorsuppleant:

Revisor: Lars Steenholt
Revisor:
Revisorsuppleant: Birgitte S. Vagnholm

- h. Eventuelt.

Efter Generalforsamlingen er foreningen vært ved et lille traktement, hvorfor tilmelding rettes til FMT-F-RESK10, Kjaerulff@mil.dk eller på 41 72 47 13 senest 9. marts 2016. Forslag til bestyrelsesmedlemmer og revisorer fremsendes ligeledes til ovennævnte adresse senest 9. marts 2016.

T.T. KJÆRULFF
Formand

Indkaldelse til generalforsamling i Søværnets Idrætsforening Korsør

Ingen informationer modtaget ved redaktionens afslutning!

Claus Gustafsen

SIF AARHUS BADMINTON UDVALGS ÅRLIGE JULETURNERING DEN 24. NOVEMBER 2015.

Grundet SOK udflytning til heden i marts var jeg lidt bekymret for, om vi kunne få nok deltagere til vores årlige juleturnering.

Det viste sig, at afstanden ikke var noget problem. I år deltog - udover medlemmerne - søværnspersonel fra bl.a. Marinestaben, MP fra Trænregimentet og hundefører i Aalborg (tidligere MP'er i SOK). Vi blev 11 deltagere og derfor måtte vi improvisere lidt. Vi var et par stykker, der var lidt plaget af skader, så vi skiftes til at spille.

Følgende deltog nævnt i præmierækkefølge:

John Jensen og Peter Møllgaard - 1. præmie

Kim B. Larsen og Ole Munch-Steensgaard - 2. præmie

Lars Svendsen og Jan Bøgsted - 3. præmie

Leif Frederiksen og Heinz Thompson - 4. placering

Nicolaj Willadsen/Susanna Graabæk og René Cincinnatus - 5. placering

Jeg vil lige minde alle om, at det ikke er præmier og placering, der gør os glade, det er deltagelse og sjovt samvær.

Den efterfølgende julefrokost i AB-hallens café var som sædvanlig fortræffelig.

Susanna Graabæk

Formand

SIF Aarhus Badminton udvalg



SIF Frederikshavn Sejlsport

Det er stadig vinter men dagene længes og lige pludselig er det forår og sommer og en sejlersæson kan begynde.

Frederikshavn Sejlsportsudvalget har ikke så mange både at råde over.

Det kan være godt da vi skal selv stå for klargøringen til sæsonen.

Hvad har vi så.

En folkebåd



Vi planer at tilmelde til onsdags kapsejladser i Frederikshavns sejlklub så der er mulighed for at prøve kapsejladsernes udfordringer.

Efter at Folkebåden er overgået som ejendom til SIF kan den også bruges til tur sejladser.

Der er indkøbt en ny påhængsmotor.

En motorbåd



Vores motorbåd som er blevet renoveret med ny motor.

Den vil være fin til ture til Hirsholmen.

Fisketure mm.

For at motorbåden skal blive brugt har vi lavet en aftale med sportsfisk udvalget om et fællesskab om den.

kajak



Vi har en hav kajak samt en sit on to til fri afbenyttelse.

Hvad ønsker vi så her i SIF sejlsport her i Frederikshavn?

Vi håber at vi får en sommer med en vind der tillader at vi kan komme ud og nyde sejlsportens glæder.

Med sejler hilsen

Willy Kristiansen

Så startede 2016. Håber alle kom godt ind i det uden for store kvaler og uopnåelige fortsæt.

Holdturnering Badminton København 2015-2016

Sæsonen kører som den nu bedst kan. Holdlederen kæmper til hver kamp at få samlet et slagfærdigt hold. Det kniber grundet manglende damer til holdet.

Der mangler for nuværende tre kampe og vi er desværre stadig uden point, men hvis alt går vel får vi hentet hjem i de sidste kampe, hvad vi har tabt i de første kampe og satser derfor med at blive i rækken.

Vi passer umiddelbart bedst ind i pulje 6, hvor vi har nogle gode og jævnybyrdige kampe.

De resterende kampe er som følgende:

Torsdag den 25. februar klokken 1830 hjemme på HIA mod Ryparken

Torsdag den 17. marts klokken 1830 hjemme på HIA mod drive KBH. 4

Søndag den 17. april klokken 1300 ude mod Gladsaxe-Søborg 4, i Gladsaxe Gl. Badmintonhal

Klubturnering 2015

Klubturnering 2015 var lagt over 2 gang 2 uger i efteråret, hvor der var retur kamp i anden halvdel af turneringen. En turneringsform der måske bliver gentaget i 2016.

Der var som altid flere gode kampe og returkampene gjorde at det ikke var til at forudse resultatet.

Resultatet blev som flg.:

Herresingle A.

1. Klaus
2. René

Herresingle OB.

1. Jens

Damedouble.

1. Ellen og Mia

Mix-double.

1. Mia og Klaus
2. Ellen og Erik

Herredouble.

1. René og Klaus
2. Henrik og Dennis
3. Jørgen og Peter H.

Præmieoverrækkelse foregik i forbindelse med juleturneringen fredag den 27. november

Juleturnering 2015

Årets udgave af turneringen blev planlagt af Peter G. og René. Det gik i alt sin enkelt hed ud på at der blev trukket kort om hvem der skulle være makker til den pågældende runde.

Vinderne af kampen blev så taget ud og sad over i næste runde. Det var mest for at udligne niveauet i løbet af aftenen. Vinderne var nemlig forpligtet til at indtage en øl eller genstand ifm. oversidningen. Der var dog behersket indtag da alle jo skulle fra Holmen igen senere på aftenen.

Det forløb til trods på bedste vis med gode og sjove kampe til følge.

I pauserne var der vanen tro ydermere mulighed for indtagelse af forfriskninger i form af gløgg og tilhørende julekager.

Efter endt spil fortrak vi til spiselokalerne, hvor der blev gjort klar til det store julebord.

Under indtagelse af den medbragte mad var der også pakkespil som jo altid bringer smilet og kampgejsten frem.

Efter en hyggelig aften var der opbrud med ønsket om en god jul og et godt nytår.

Kalender for resten af sæsonen

Holdkamp 25. februar

SIF Landsmesterskab i Aarhus lørdag den 5. marts

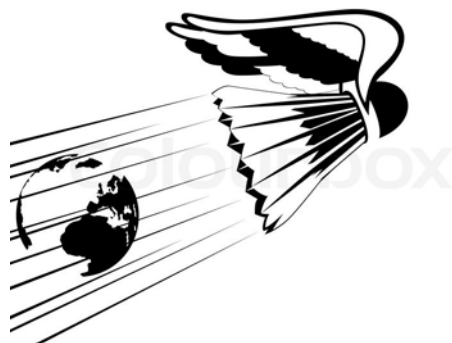
Medlemsmøde 15. marts

Holdkamp 17. marts

Holdkamp 17. april

Anders Open 26. maj.

Klaus Hjorth
SIF KBH Badminton





Holmen, den 5. februar 2016

SIF ÅRSMØDE 2016.

Ref.: Søværnets Idrætsforeningers vedtægter.

SIF bestyrelse vil forsøge at arrangere Årsmøde i år umiddelbart efter DMI repræsentantskabsmøde i Middelfart. Det vil forhåbentligt medføre en større repræsentation ved DMI repræsentantskabsmøde fra SIF afdelingernes side.

LØRDAG DEN 16. APRIL 2016 ca. kl. 14:00

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Beretning ved formanden
3. Godkendelse af regnskab
4. Fremlæggelse af budget samt fastsættelse af kontingenter.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg af formand.
7. Valg af revisor og revisorsuppleant.
8. Eventuelt

Med venlig hilsen

Klaus Hjorth
Formand SIF