

# Maritime idretten



4 – November 2006  
63. Årgang

## **SØVÆRNETS IDRÆTSFORENINGERS FÆLLESUDVALG**

Formand: Orlogskaptajn Kent Ravn  
Vedbyholm 65  
2650 Hvidovre  
kbravn@webspeed.dk

## **SØVÆRNETS IDRÆTSFORENINGERS ÆRESMEDLEMMER:**

Erik Harder, Eigil Jørgensen, Einar Christiansen  
Hans Aage Pedersen, Henning Grevelund,  
Karl Sortberg, Johnny Bannow, Knud Sørensen  
Egon Persson, Viggo Nielsen, Per Fl. Jensen,  
Poul Erik Thyland, Viggo Thorlacius

## **SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING FREDERIKSHAVN**

Formand: Orlogskaptajn Ole Peter Larsen  
Boelsmindevej 1  
9300 Sæby  
Tlf.: 98 46 43 05

## **SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING KORSØR**

Formand: Overassistent Gert Werner Hansen  
Majsvænget 11  
4270 Høng  
Tlf. pr.: 58 85 42 67 - tlf. tj.: 58 30 86 60 - FIIN: 2ESK-RM310

## **FORSVARETS IDRÆTSFORENING NYHOLM**

Formand: Seniorsergent Kurt Bagge Rasmussen  
Frugthaven 27/1/th  
2500 Valby  
Tlf.: 36 30 81 16

## **SØVÆRNETS IDRÆTSFORENING ÅRHUS**

Formand: Seniorsergent Steen Rørbæk Jensen  
Sandagervej 2, Dejberg  
6900 Skjern  
Tlf.pr.: 97 34 18 43 - tlf. tj.: 89 43 34 66  
E-mail: sif@sok.dk - FIIN: SOK-AD111

## **SØVÆRNETS IDRÆTSFORENINGERS SEKRETARIAT**

A.H. Vedels Plads  
1439 København K.  
Tlf.: 32 66 42 33  
Sekretariatet er åbent: Mandag, tirsdag og torsdag; kl. 9.00 - 12.00

### **TRYK:**

Forsvarets Trykkeri  
Flådestation Korsør, Depot Noret, Norvangen, 4220 Korsør.

### **MARINEIDRÆT:**

Ansvarshavende redaktør: Orlogskaptajn Kent Ravn  
Redaktion og layout: Jan Bøgsted, Elsdyrsgade 36<sup>1</sup>, 1324 København K - tlf.: 3332 2979  
E-mail: webmaster@sif-idraet.dk

### **HJEMMESIDE:**

SIF findes på Internettet på adressen: [www.sif-idraet.dk](http://www.sif-idraet.dk)  
Webmaster er Jan Bøgsted, e-mail: [webmaster@sif-idraet.dk](mailto:webmaster@sif-idraet.dk)

**MARINEIDRÆT** er organ for Søværnets Idrætsforeninger og findes i elektronisk form på hjemmesiden.

*Medlem af Danmarks Idrætsforbund og Dansk Militært Idrætsforbund*

**Forside:** Foto fra FIN Motionsudvalg – Holmens Mil.

## **FORMANDEN HAR ORDET!**

Så er vi nået til årets sidste kvartal, hvilket betyder, at tildelingerne af midler for år 2007, under hensyntagen til udarbejdet realistisk budget, aktiviteter, antal medlemmer, særlige geografiske hensyn/ forhold og lignende, skal tildeles.

Jeg håber, at der i de enkelte foreninger og udvalg vil være forståelse for, at det ikke er økonomisk muligt at opfylde alle foreningernes/udvalgenes ønsker ved ren SIF finansiering.

For to af vores foreninger bliver 2007 et travlt år, idet københavnernes har tilbudt at afvikle tre stævner for DMI, nemlig Fægtning, Bordtennis og Landsskyttestævne. Frederikshavnerne har tilbudt at afvikle Triathlon/Duathlon og Beachvolley, alle store stævner, som for foreningerne kræver en ekstra arbejdsindsats. Derfor opfordres herved medlemmerne om at tilbyde deres arbejdskraft, således, at vi afvikler nogle gode stævner.

For at I alle kan være så velforberejede til generalforsamlingerne som muligt, skal jeg gøre opmærksom på vore vedtægters § 14 pkt. 3, hvor der står: ”Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal indsendes skriftligt og være bestyrelsen i hænde senest den 1. januar.”

For foreningernes respektive generalforsamlinger er der pt. følgende tentative datoer:

|                                  |                           |
|----------------------------------|---------------------------|
| SIF Frederikshavn                | Torsdag d. 8. marts 2007  |
| Forsvarets Idrætsforening Nyholm | Tirsdag d. 20. marts 2007 |
| SIF Århus                        | Torsdag d. 15. marts      |
| SIF Korsør                       | Torsdag d. 22. marts 2007 |

Med denne lange varsel, er det foreningernes håb, at rigtig mange vil møde op til generalforsamlingerne og derved vise, at Søværnet har fire medlemsstyrede, aktive og levedygtige idrætsforeninger.

I ønskes alle en rigtig GLÆDELIG JUL samt et GODT NYTÅR.

*Kent Ravn*

### **”DEADLINE” MARINEIDRÆT 2007**

| <b>NR. / PERIODE</b>      | <b>TIL REDAKTØREN</b> | <b>UDKOMMER</b> |
|---------------------------|-----------------------|-----------------|
| <b>1/2007 - FEBRUAR</b>   | <b>30. JANUAR</b>     | <b>UGE 6</b>    |
| <b>2/2007 - MAJ</b>       | <b>20. APRIL</b>      | <b>UGE 18</b>   |
| <b>3/2007 - SEPTEMBER</b> | <b>17. AUGUST</b>     | <b>UGE 34</b>   |
| <b>4/2007 - NOVEMBER</b>  | <b>29. OKTOBER</b>    | <b>UGE 45</b>   |

## REDAKTØRENS KLUMME

Kære læsere & skribenter!

Velkommen til et nyt MARINEIDRÆT!

Tak for alle læserindlæg!

Jeg vil stadigvæk opfordre alle til at fremsende indlæg om deres udvalg herunder tiltag, arrangementer m.v. Husk at MARINEIDRÆT læses af mange, og der er her en god mulighed for at synliggøre det enkelte udvalg. Jeg vil meget gerne have billeder fra de forskellige aktiviteter. Det kan være, at netop billedet fra dit udvalg kommer på forsiden. Billeder bedes sendt i elektronisk form.

Ønsker et udvalg at stå for din egen hjemmeside, er det muligt. Kontakt webmaster for yderligere info.

Indsendelse af indlæg til sker til:

**SIF webmaster Jan Bøgsted**

**Elsdyrsgade 36<sup>1</sup> – 1324 København K**

**Tlf.nr. 3266 4451 (arb)/3332 2979 (privat)**

**E-mail: webmaster@sif-idraet.dk - FIIN: SOS-23A**

*Redaktøren*

### INDHOLDSFORTEGNELSE

|  |           |
|--|-----------|
| <b>SIF adresser m.v.</b>   | <b>2</b>  |
| <b>Formanden har ordet!</b>  | <b>3</b>  |
| <b>Redaktørens klumme</b>  | <b>4</b>  |
| <b>DMI - Forbundsmesterskabet i Cykling</b>                                  | <b>5</b>  |
| <b>DMI - Forbundsmesterskabet i Fodbold (udendørs)</b>                       | <b>5</b>  |
| <b>DMI - Forbundsmesterskabet i Skydning</b>                                 | <b>6</b>  |
| <b>DMI - Forbundsmesterskabet i Tennis</b>                                   | <b>7</b>  |
| <b>SIF - Landsmesterskabet i Cykling</b>                                     | <b>8</b>  |
| <b>SIF ARH - Bestyrelsen – fremsendelse af forslag til vedtægtsændringer</b> | <b>10</b> |
| <b>SIF FRH - Bestyrelsen – fremsendelse af forslag til vedtægtsændringer</b> | <b>11</b> |
| <b>SIF FRH - Cykeludvalget</b>   | <b>11</b> |
| <b>SIF FRH - Golfudvalget</b>  | <b>14</b> |
| <b>SIF FRH - Sejlsportsudvalget</b>  | <b>16</b> |
| <b>SIF KOR - Bestyrelsen – fremsendelse af forslag til vedtægtsændringer</b> | <b>17</b> |
| <b>SIF KOR - Flugtskydningsudvalget</b>                                      | <b>17</b> |
| <b>SIF KOR - Golfudvalget</b>  | <b>17</b> |
| <b>SIF KOR - Sportsfiskerudvalget</b>  | <b>18</b> |
| <b>FIN Bestyrelsen – fremsendelse af forslag til vedtægtsændringer</b>       | <b>19</b> |
| <b>FIN - Badmintonudvalget</b>   | <b>19</b> |
| <b>FIN - Cykeludvalget</b>   | <b>20</b> |
| <b>FIN - Motionsudvalget</b>   | <b>21</b> |
| <b>FIN - Julefest</b>  | <b>23</b> |

## **DMI - Forbundsmesterskab i cykling**

Dansk Militært Idrætsforbunds (DMI) mesterskaber i cykling blev afviklet den 7. juni 2006 med Oksbøl Militære Idrætsforening (OMI) som arrangør. Fra at have været et forsøgsstævne, var det i år første gang, at cykling blev afviklet som et officielt mesterskab.

Mesterskabet havde rekordtilmelding, idet 135 havde meldt sig.

Såvel enkeltstart som linieløb blev afviklet på en 9,5 km. rundstrækning med Blåbjerg i Blåbjerg Plantage som målområde. En spændende rute, hvor ikke mindst opstigning til Blåbjerg satte deltagerne på en skrap prøve. Stor ros til OMI for på den måde at skabe anderledes rute med opløb på toppen, hvilket kombineret med en forholdsvis kort rundstrækning gjorde løbene meget publikumsvenlige.

Repræsentanterne fra søværnet fik nogle gode placeringer, og specielt Søren Alexandersen, FIN, idet Søren vandt senior enkeltstarten og senior linieløbet.

OMI afviklede et rigtigt flot stævne, og bolden er nu skudt videre til Sønderborg, hvor Sønderborg Garnisons Idrætsforening skal afvikle stævnet i 2007.

*Jan Bøgsted*

## **DMI - Forbundsmesterskab i fodbold**

Slagelse og Næstved Garnisoners Idrætsforening afholdte i perioden 20.-21. september DMI forbundsmesterskab i udendørs fodbold (7-mands hold).

Efter hårde og tætte kampe lykkedes det med lodder og trisser og lidt held at vinde de første fem kampe.

Sidste kamp tabte vi så 2-3. Sikkert fordi udskiftningsbænken var tom, og vi sluttede med 1 mand i undertal pga. en alvorlig knæskade. Damn!

Resultaterne rakte samlet til en førsteplads i rækken ældre Old Boys (+40).

Det synlige resultat af anstrengelserne var en vandrepokal (i virkeligheden et sølvfad) + en guldplakette til arbejdspladsen (i virkeligheden i messing) + til hver spiller en kreditkort/seddel-holder.

Holdlederen vil gerne rette en særlig tak til de spillere, som med kort varsel kunne træde til og kompensere for de massive afbud, som holdet blev ramt af op til turneringsstart.

Håber at se jer næste år, når mesterskabet skal forsvares.

Interesserede kan rette henvendelse til holdlederen på tlf. nr. 7257 3530.

*Michael Kristensen*  
*Holdleder*



## **DMI - Forbundsmesterskab i skydning**

Vi var 6 mand, der havde sat os for at deltage i DMI landsskyttestævne 2006. Derfor mødtes de 4 af os onsdag den 4. oktober om morgenen på Flådestation Korsør og 2 på Søværnets Våbenkursus (VBK) for at drage af sted til Jylland - nærmere bestemt Ulfborg i nærheden af Holstebro.

### **En blandet fornøjelse i starten**

Efter en længere køretur ankom vi endelig og kunne hilse på alle de andre skytter. Efter frokost skulle vi alle på banen for at forsvare Søværnets Idrætsforening Korsørs ære. Desværre blev det en blandet fornøjelse for de fleste af os med individuelle placeringer som nr. 6 - 8 - 25 - 28 - 31 - 32 ud af 47, men en ærefuld 4. plads for holdet, som vi var godt tilfredse med, selv om vi ikke fik nogen præmier.

### **Feltskydning**

Om torsdagen var der 3 mand, som deltog i feltskydningen med lidt bedre resultater, nemlig en flot 4. plads til John Jørgensen og en 10. og en 24. plads til de to andre ud af 38 deltagere.

### **Kammeratligt samvær**

Om aftenen var der kammeratligt samvær med gule ærter og diverse drikkevarer og derefter præmieoverrækkelse for den første del af stævnet.

### **Individuel- og holdskydning**

Endelig blev det fredag, hvor vi normalt ligger blandt de bedre i de individuelle rækker.

I grov pistol opnåede vi resultater som nummer 5 - 6 - 16 - 17 og 19 ud af 26 deltagere og i den militære hurtigskydning opnåede vi pladser som nummer 5 - 9 - 11 - 14 og 19 ud af 25 mand.

Holdet overraskede alle ved at besætte 2. pladsen både på grov pistol og den militære hurtigskydning. Holdet bestod af premierløjtnant Thomas Trap NIELS JUEL, mekaniker John Jørgensen VBK og marinespecialist Dan Nielsen, OP-LOG.



Flot 4. plads til John Jørgensen

### **Afgang**

Efter præmieoverrækkelsen var det igen tid at vende snuden mod Korsør møt af de mange gode timer sammen med de andre, og kl. 1730 var vi hjemme igen.

*Marinespecialist Dan W. Nielsen*

## DMI – Forbundsmesterskab i tennis

### DMI tennis i Holstebro i dagene 24. – 25. august 2006.

Når solen skinner, så arrangerer DMI tennisstævne!! Det var også tilfældet i år. To dage med rigtig sommer, det kan kun betyde gode tenniskampe.



Der var der mange af, og vi 8 tennisspillere fra FIN nød at være med. Vi takker FIN for, at de gjorde hele turen til et ekstremt godt socialt stævne, hvor vi "københavnere" blev rystet godt sammen allerede inden afgang den 23. august bl.a. med lidt hurtig fællespisning. Endnu engang tak til FIN for den meget positive indstilling til vor deltagelse.

Desværre blev det ikke til de mange sejre i år, men man kan

jo heller ikke vinde hver gang. Damesiden tog sig imidlertid af førstepladsen både i single og double. Damernes pokal må have været for stor og klodset til at blive transporteret til Holstebro, for den var ikke til stede??



Øverst: Anni vinder af damesingle (old girls).

Til venstre: Anni og Lene vinder af damedouble.

Det blev til en **lang fredag** – sidste spilledag -, før alle kampene var færdigspillet, og hvis man skal sætte et lille minus ved afviklingen af stævnet, kunne man have ønsket sig, at der blev spillet ”helt ud” den første dag, så man undgik, at rigtig mange deltagere gik og ventede på at komme hjem til familien. Det må være frustrerende at vente på 4 piger, der farer rundt på tennisbanen oven i købet i 3 sæt!! Især når der var masser af plads og mulighed for at få flere kampe spillet den første dag.

FIN’s deltagere blev kørt sikkert og behageligt frem og tilbage af Benny, der har mange morsomme kommentarer til medtrafikanterne. Tænk at der findes så mange ”idioter” på vejene herhjemme, det havde vi slet ikke opdaget før. Tak til Benny for assistancen med bil og kørsel, det gør du rigtig godt.

Vi er faktisk alle klar til at tage til Sønderborg til næste år, og vi håber, DMI vil prøve at indføre en mix-double række i 2007. Det har været på tale de sidste par år, og igen i år var der stemning for et prøvestævne med denne nye række på programmet.

Skulle der være spillere, som kunne tænke sig at stille op til næste år i Sønderborg, så ring til Anni på sekretariatet 3266 4233.

Resultater:

| Vinder       |                     |                | Vinder    |                             |                |
|--------------|---------------------|----------------|-----------|-----------------------------|----------------|
| KLASSE       | Navn                | Forening       | KLASSE    | Navn                        | Forening       |
| HS SEN       | H. Iversen          | HAGI           | HD SEN    | M. Vester/M. Hirsch         | HOKI           |
| HS OB        | J.H. Christiansen   | VGI            | HD OB     | Aflyst                      |                |
| HS VET       | P. Johansen         | IFK            | HD VET    | B. Pedersen/O. Jacobsen     | IFK            |
| HS S-VET     | J.A Kristensen      | IFS            | <b>DD</b> | <b>L. Skov/A. Henriksen</b> | <b>SIF KBH</b> |
| <b>DS OG</b> | <b>A. Henriksen</b> | <b>SIF KBH</b> |           |                             |                |

*Hilsen fra FIN’s tennisspillere.*

## SIF – Landsmesterskab i cykling

I weekenden 23. - 24. september afholdte SIF Århus, med god assistance fra SIF Frederikshavn, mesterskabet i cykling i området omkring Mols bjerge, med indkvartering på Dråby Depot (tusind tak for lån til Paul Erik i Frederikshavn).

Vi havde allieret os med vejrguderne og skaffet solskin og ikke alt for megen vind.

De fleste ankom fredag, hvor der efter indkvartering var eftersyn og inspektion af ru-ten.



Efter rundturen i de smukke Mols bjerge, kørte vi tilbage til depotet, og snuppede et par pizzaer og lidt cykelsnak.

Lørdag efter morgenmaden, lagde vi ud med enkeltstarten som var på 12 km. Ruten gik langs med Ebeltoft vig, stigende op mod Vistoft mølle hvor der vendes (den stigning trak lidt tænder ud), og tilbage til start ved Femmøller. Det lykkedes dog en lokalkendt (Vagn) at guide forkert fra Dråby til startområdet, så Vagn og Jan nåede noget forsinket frem.



Efter enkeltstarten, en pause med frokost og lidt afslapning, gik det så løs med linie-løbet på 42 km.

Vi startede og sluttede tæt ved depotet, og kørte på en rute der førte ”feltet” ud i Mols Bjerge bl.a. op på Mols områdets ”tag” ca. 130 m over havet, med en fantastisk udsigt ud over området, men om det var alle, der så den pæne udsigt efter klatreturen, melder historien ikke noget om. Ruten var meget kuperet med op og nedkørsler.

Der var et tidligt udbrud. Op ad bakken mod Fuglsø var de to gange Søren fra København stukket af. Vi andre havde det lidt svært med at følge med.

Efter passage af Kalø Slots ruin, kom vi om i modvinden, Palle (Frh) og jeg selv fik øjenkontakt med den ene Søren, og efter hårdt arbejde blev han hentet, og vi fulgtes ad til mål, hvor han var den stærkeste i spurten. Den anden Søren kom alene i mål og vandt sikkert. Efter alle var nået i mål, gik turen tilbage til depotet for en øl og et bad.

Om aftenen var der ”festmiddag” hvor cykelsnakken gik lystigt, oplevelserne i Frankrig blev også lige frisket op for dem, der var med der, dem der ikke var med fik et par gode historier. Efter middag og snak var der præmie og pokal overrækkelse.

Resultaterne blev som følger.

### **Enkeltstart**

#### Senior (u. 45 år.)

1. Søren Kristensen (Kbh)
2. Lars Juel Nielsen (Årh)
3. Claus Bang (Årh)

#### Old boys (o. 45 år)

1. Palle Andersen (Frh)
2. Vagn Frandsen (Årh)
3. Peter Drejø (Frh)

### **Linieløb**

#### Senior

1. Søren Kristensen (Frh)
2. Søren Alexandersen (Frh)
3. Lars Juel Nielsen (Årh)

#### Old boys

1. Palle Andersen (Frh)
2. Vagn Frandsen (Årh)
3. Peter Drejø (Frh)

### **Holdløb**

1. København
2. Frederikshavn
3. Århus

Så Københavnerne løb endnu engang med holdpokalen. **TILLYKKE** det var anden gang i fik den med hjem.

Tak for hjælpen til alle der hjalp med til at få det hele til at glide, og tak for fremmødet til alle der kom, det var en hyggelig weekend. Til jer der ikke var der, (ja arbejdet skal jo passes). I missede en god weekend, både på det sociale plan, og på cyklen. Håber at se flere næste år, hvor vi glæder os til at se, om vi kan revanchere os. Der er det på Sjælland det foregår. Vi må ud at træne noget mere !!! Så er I advaret !!! ;-)

SIF mesterskabet afholdes i 2007 den 19. maj i området omkring Høvelte, med FIN som arrangør.

**Med cykel hilsen**

**Lars Juel Nielsen  
Formand ÅRH**

**SIF ARH - Bestyrelsen**

Indkaldelse af forslag til behandling under generalforsamlingen.

SIF ARH afholder generalforsamling den 15. marts 2007.

Der skal i den forbindelse gøres opmærksom på følgende:

Jf. SIF ARH vedtægter (§ 14, stk. 3), skal forslag, der ønskes behandlet under generalforsamlingen, indsendes skriftligt til bestyrelsen senest den 1. januar 2007.

*Formanden*

## **SIF FRH - Bestyrelsen**

Indkaldelse af forslag til behandling under generalforsamlingen.

SIF FRH afholder generalforsamling den 8. marts 2007.

Der skal i den forbindelse gøres opmærksom på følgende:

Jf. SIF FRH vedtægter (§ 14, stk. 3), skal forslag, der ønskes behandlet under generalforsamlingen, indsendes skriftligt til bestyrelsen senest den 1. januar 2007.

*Formanden*

## **SIF FRH - Cykeludvalget**

### **DMI landsmesterskab**

SIF Frederikshavn cykeludvalg havde den fornøjelse at deltage med 5 cykelryttere i DMIs forbundsmesterskab i cykling ons. 7 jun. 2006.

Til fyraften af sted det gik til Oksbøllejren.

Vi var ude om aftenen og se på ruten. Inden afgang hjemmefra var alle enige om, at i dette område måtte ruten være flad som en pandekage, men godmorgen min lue. Løbet blev afholdt i Blåbjerg plantage og her var et ”bjerg”.

Den bedste placering af vores ryttere blev Palle Andersen med en 6. plads i enkeltstarten og en 14. plads i linieløbet, og vi blev ikke agterlanterne i holdkonkurrencen. Vinder i seniorklassen blev Søren Alexandersen (SA) fra Forsvaret Idrætsforening Nyholm. At se SA køre cykelløb, var som at se Bjarne Riis, da han vandt Touren. Det var med nogen stolthed, man kunne smide overtrækstøjet og fremvise ens trøje med SIFs logo.

SIF Frederikshavn takker Oksbøl Militære Idrætsforening for et godt tilrettelagt stævne, indkvartering, cykelløbet - alt klappede bare.

Well Done

*Viggo.N.*

### **En sommerberetning fra Mont Ventoux**

Efter pensionering som orlogskaptajn 31. juli 2006, gennemførte jeg et længe næret ønske om at cykle til toppen af det stormomsuste og berygtede bjerg Mt. Ventoux. Det var en 10 år gammel drøm, som opstod i Provence, da jeg første gang kørte derop i bil. Der er talt og skrevet meget om den utroligt hårde opstigning, men hvor hård – det skal prøves!

Der er 3 ruter op ad bjerget til den 1912 meter høje skaldede top, hvoraf den hårdeste opstigning er fra Bédoin på bjergets sydside (den valgte vi – det var der, vi kunne leje cykler). Det, der gør dette bjerg så anstrengende, er dels de ret mange højdemeter man skal hæve sig på forholdsvis få kilometre, og navnlig de sidste 6 km. Her går vejen op gennem en gold stenørken med en konstant stigning på næsten 11 %.

I 2002 oplevede jeg Tour de France fra en lille by Bedarides ca. 25 km. før Mt. Ventoux, hvor der var mål. Denne lille by vågnede op ved middagstid, og feltet passerede tre timer senere, og et kvarter efter var næsten alt i ro igen. Dette år blev jeg mere end opsat på, at nu måtte det snart være, at bjerget skulle besejres.

Sommeren 2006 skulle jeg være 3 uger i Provence, bl.a. den sidste uge af juli, som var min sidste uge i Søværnet.

På turen var min familie og kommende svigersøn, som lod sig overtale til at deltage i projektet. Vi startede ud den 3. august tidligt om morgenen, kørte de 60 km. til Bédoin. Vi havde, som tidligere nævnt, i forvejen bestilt cykler i denne by, der var skræddersyet til formålet, alt åndede i Mt. Ventoux's skær. Vi havde meget nøje fortalt, at vi ønskede et hav af gear på cyklen, og det fik vi, mere end 30 gear, men vi skulle blive klogere.

Kl. ca. 9 startede vi mod bjerget, og de næste 5 km. øvede vi os grundigt med gearene for at være rustet til et hurtigt skifte, når det blev nødvendigt, og snart startede opstigningen, som var med en konstant stigningsprocent på mellem 7 og 11 % og ingen udfladninger på den 22 km. lange opstigning, således at man kunne restituere sig, men ak nej, det var bare opad, opad og atter opad!

På bjerget var der vel rundt regnet et par hundrede andre ryttere fra mange nationer, der havde sat sig samme mål plus de lidt mere professionelle, der også stred sig vej. Der var konstant en at overhale eller en, der overhalede, for mit vedkommende var det sidste nok det mest almindelige.

Vi lagde ud i et tempo, som vi mente, var passende, så vi kunne holde hele vejen op på de 1912 meter over Provence. Da vi havde tilbagelagt de første 5 af de 22 km., indså vi, at det var spild af penge at montere de mange gear på cyklen. Den havde kun brug for 2 gear – et gear til at bringe dig frem til bjerget, og så et *panikgear* til at klatre op i – hverken mere eller mindre! Vi så, at alle ligesom os kørte i det mindste gear.

Efter ca. 10 km. sakkede svigersøn lidt agterud, og da det ikke var muligt at skifte til andet tempo, hvis du ville overleve, så var det bare at fortsætte opad. Jeg skulle senere fortryde denne beslutning, idet han havde alle vores energibar og ekstra vand på ryggen i en taske (se, jeg havde vandbærer med). Vejret var glimrende på de første 15





km., og temperaturen lå omkring 22 gr., men ved 11/1200 meters højde forsvandt bevoksningen, og det blev blæsende og koldt. Ved ca. 1500 meters højde, hvor der var 6-7 km. til toppen, blev det rigtig træls. Nu trådte "Det Hvide Bjerg" i karakter med tåge, stormstød og kulde på ca. 6 gr. og toppen af Mt. Ventoux lod sig stadig ude af syne, den var helt indhyllet i skyer og tågebanker. Nu levede bjerget op til sit ry. Fingrene var stive af kulde, kroppen ør og kold. Der var ikke brug for væske i den kulde, men energibarene, måtte jeg sande, havde på nuværende tidspunkt gjort godt.

Det blæste i stødene så hårdt, at jeg i et af de sidste hårnålesving, hvor hastigheden er uendelig lav, simpelthen blæste af cyklen og til den rigtige side. Det var nu, jeg fortrød, at mine energibar lå på ryggen af svigersøn og ikke i min mave. I et svagt øjeblik håbede jeg, han var stået af, og vendt om for at hente bilen og bringe mig de nødvendige kulhydrater, men ak nej, den tort ville han ikke lide, så hans 100 kg var fortsat på vej op ad bjerget. Imens var mine muskler i benene på overarbejde og de smertede og truede med krampe. Kulde, blæst og den hårde stigning var ved at gøre en mør, og på det tidspunkt tænker man, dette gør du aldrig mere – så bare fortsæt! Man sidder blot og filosoferer over, hvordan man får ordet smerte til at rime på Mt. Ventoux!

Toppen kom til syne ca. 500 m. før mål og ved passagen af den omkomne cykelrytter



Tom Simsons mindesmærke, vidste jeg, at lidelsen snart var ovre, og det gav én følelsen af, at bjerget godt kunne have været dobbelt så højt, men da toppen blev nået, var der ikke mere tilbage – ca. 2 og en halv time, men hvilken følelse - du gjorde det!

Nu gik det nedad med de krumme og kolde fingre på bremserne og med ca. 50 km/t. væsentligt hurtigere end bilerne og alligevel overhales du konstant af

ryttere i sand dødsforagt og den dobbelte fart. Et par kilometre nede – der kom svigersøn asende, og jeg kørte over i hans side og sagde hej. Han spurgte: "Skal du med til toppen – igen?". Jeg troede, han var blevet gak af den tynde luft og sagde: "Giv mig en energibar, jeg skal ned i varmen". Varmt blev det igen, og for hvert hårnålesving kom der et par plusgrader på, og de 22 km. i frigear var en unik oplevelse. Da jeg passerede byskiltet "Bédoin", var det "**Mission Completed**"!

Så brænder du for noget – så gør det!

*Jørgen Wewer Madsen*

## SIF FRH - Golfudvalget

### Hals den 16. september 2006

Hals Golfklub er en såkaldt sea-side bane. Beliggende helt ud til Kattegat. En forholdsvist let bane at gå, hvis blot det ikke blæser fra øst – men det gjorde det, da vi den 16. september var på besøg. Banen med de mange par-3 huller viste sig at være en svær mundfuld for de fleste. Det blev ikke bedre af, at solen havde svært ved at kigge igennem og at det derfor føltes ekstra råkoldt.

Vi var 27 der startede og ingen gik bedre end handicap. Humøret var dog i top, og vores tradition med, at vi spiser godt bagefter, og beretter om fortrædelighederne (og succeserne) derude på de grønne fairways, gav os alle en god dag.



Resultat:

| Herrer Gruppe A |               |        |
|-----------------|---------------|--------|
| Nr. 1           | Tom Winther   | 30 pnt |
| Nr. 2           | Kim E. Hansen | 27 pnt |
| Nr. 3           | Lars Hansen   | 26 pnt |

| Damer |                |        |            |
|-------|----------------|--------|------------|
| Nr. 1 | Ulla Skov      | 35 pnt | Bedst s. 9 |
| Nr. 2 | Leila Andersen | 35 pnt |            |
| Nr. 3 | Ulla Nilsson   | 27 pnt |            |

| Herrer Gruppe B |                  |        |            |
|-----------------|------------------|--------|------------|
| Nr. 1           | Arne Haugegaard  | 26 pnt | Bedst s. 6 |
| Nr. 2           | Kenn Christensen | 26 pnt |            |
| Nr. 3           | Per Hansen       | 26 pnt |            |

### Frederikshavn 14. oktober 2006 – mesterskab 2006

Årets sidste turnering, som samtidig gjaldt mesterskabet, blev afholdt i Frederikshavn. Som Formanden udtrykte det: ” Kenneth (Brink) har sørget for, at vi har haft årets sidste smukke efterårsdag til at afslutte sæsonen”. Og sandt var det – en rigtig blændende smuk efterårsdag, som startede så kold, at enkelte spillere havde fundet vinterhandskerne frem. Enkelte havde fået for lidt tøj med, men så snart solen dukkede op, kom varmen hurtigt.



Vi havde i lidt sponsorpræmier til overs, og havde derfor indlagt konkurrencer for nærmest flaget på hul 2, som blev vundet af Leila Andersen og Tommy Sørensen, samt længste drive på hul 12 for kvinderne, vundet af Anne Kofod, og for mændene på hul 15, vundet af Børge Mortensen.



Rigtig mange deltog til den bitre ende i mesterskabsspillet, slagspil scratch. Vinderne blev gamle kendinge, idet Anne Kofod, der sidste år blev detroniseret efter tre mesterskaber i træk, igen i år kunne hjemføre pokalen, med en score på 92 slag. Som sidste år og de foregående tre, vandt Tommy Sørensen med 89 slag.



Efter spillet, var der samling i Frederikshavn Golf Klubs bistro, hvor vi fik serveret "Tuts" dejlige tasselv-bord.

Forberedelser til næste års spil, er allerede i gang. Vi vil afholde en medlemsundersøgelse kort efter nytår, hvor vi bl.a. vil spørge om, hvor man kunne tænke sig at spille i 2007.

Resultat:

| Herrer Gruppe A |                 |        |            |
|-----------------|-----------------|--------|------------|
| Nr. 1           | Lars Hansen     | 31 pnt | Bedst s. 9 |
| Nr. 2           | Tommy Sørensen  | 31 pnt |            |
| Nr. 3           | Hans Villadsen  | 29 pnt |            |
| Nr. 4           | Børge Mortensen | 28 pnt | Bedst s. 9 |

| Damer |                   |        |            |
|-------|-------------------|--------|------------|
| Nr. 1 | Leila Andersen    | 36 pnt |            |
| Nr. 2 | Ulla Skov         | 34 pnt | Bedst s. 9 |
| Nr. 3 | Trine Haukali     | 34 pnt |            |
| Nr. 4 | Annalise Sørensen | 32 pnt |            |

| Herrer Gruppe B |                |         |  |
|-----------------|----------------|---------|--|
| Nr. 1           | Palle Andersen | 31 pnt. |  |
| Nr. 2           | Per Hansen     | 29 pnt  |  |
| Nr. 3           | Jes Thomsen    | 28 pnt  |  |
| Nr. 4           | Thue Nielsen   | 27 pnt  |  |



|   |         |
|---|---------|
| <b>Individuel mester<br/>Slagspil - scratch</b> |         |
| <b>Herrer</b>                                   |         |
| Tommy Sørensen                                  | 89 slag |
| <b>Damer</b>                                    |         |
| Anne Kofod                                      | 92 slag |

Tak for i år og på gensyn i 2007.

*Johnny Kongsø*

## SIF FRH - Sejlsportsudvalget

På dagen hvor der var varslet den første efterårsstorm var det meget passende, at SIF sejlsportsudvalget havde standernedhaling.

Med 2 lydssignaler blev signalflagene *svarstander* over *alfa* hejst, hvilket som bekendt betyder, sejladsen udsættes til en anden dag, hvilket der planes på til foråret. Inden standerne blev strøget, gjorde eskadrechefen status over sæsonen, der havde indeholdt megen kapsejlad med Frederikshavns sejlklub samt deltagelse i SIF mesterskab og landmesterskab, kajakerne det nye tiltag i sejlsportsudvalget var også kommet godt fra start.

Efter denne status blev de 2 standere nedhalet, og man gik over til det mere sociale. Dette indebar at man bænkedede sig i klubhuset med supper og snak. Under snakken bad chef Base og Forsyningsafdeling OK Jan Q. Jakobsen om ordet, da han med glæde i chefens fravær havde æren af at overrække sejlsportspokalen.

Pokalen der er en vandrepokal, gik i år til den besætning, der havde vundet SIF mesterskabet besætningen bestod af Skipper Villy Skov og gasterne Ole maler Jensen og Willy Kristiansen.

Foruden inskriptionen i pokalen var der også lysestager samt sponsorgave fra Spar Nord i form af toilettaske, hvilket nok kan bruges, når sejlerne er ude på deres rejser for at repræsentere SIF Frederikshavn.

Medens vi nu skal vente en hel lang vinter på igen at komme ud at sejle, er der dog taget tiltag til at samles, første gang bliver den 13. december, hvor der skal pudses kobber og messing, samt spises æbleskiver og drikkes gløgg.

*Med tak for en god sæson  
SIF FRH sejlsportsudvalg*



## **SIF KOR - Bestyrelsen**

Indkaldelse af forslag til behandling under generalforsamlingen.

SIF KOR afholder generalforsamling den 22. marts 2007.

Der skal i den forbindelse gøres opmærksom på følgende:

Jf. SIF KOR vedtægter (§ 14, stk. 3), skal forslag, der ønskes behandlet under generalforsamlingen, indsendes skriftligt til bestyrelsen senest den 1. januar 2007.

*Formanden*

## **SIF KOR – Flugtskydningsudvalget**

I løbet af året, er der sket det glædelige, at vores flugtskydningsudvalg er blevet udvidet med flere medlemmer. Vi er nu oppe på i alt 9. Nogle har allerede været med til DMI, mens andre endnu ikke har været ude med os. Det skulle der rådes bod på, således, at vi kunne komme til at kende hinanden. Derfor blev der indkaldt til en skydning, hvor vi samtidig kunne skyde til vores pokaler - det har vi jo ikke nået de sidste par år. Desværre var der to, som ikke kunne være med, men syv mand mødte op på Sorø Flugtskydningsbane den 15. oktober. Der var planlagt en 24 duers jagt og en tur på skeet-banen. Undervejs ændrede vi det til to gange på jagtbanen, da der var nogle, som ikke havde været på banen tidligere. Den første runde gik uden problemer (med banen altså), men skydningen lå ikke i top. Det var derfor, vi ændrede det til to gange jagt. Beklageligvis skete der det, som helst ikke skulle ske. Der var lige sat nye maskiner op, og vi løb selvfølgelig ind i børnesygdommene. Ventetid, og mere ventetid. Til sidst kunne der kastes duer, men på venstre side kun enkeltduer. Tiden var nu ret fremskreden, så vi kunne ikke nå at gennemføre hele skydningen. Resultatet fra den første runde blev hermed gældende, selvom det måske ikke var helt retfærdigt. Men nu er der i hvert fald lagt op til en revanche til næste år. Resultatet? Nå, ja. Gert vandt med 22/26, Villy blev toer med 20/30 efterfulgt af Arne med 19/28.

*Gert*

## **SIF KOR - Golfudvalget**

### **GOLF 2006**

Mørket er lige pludselig blevet en ”golfhazard”, og de sidste krampetrækninger fra golfsæsonen 2006 kan kun udfoldes i weekenden. Dette medfører automatisk, at fra at være en meget mental og fysisk udendørsaktivitet alle ugens dage, så indskrænkes vores kontakt til denne dejlige sport nu til minder og glædens forventning. Minder fra

sæsonens glæder, op- og nedture og dejlige mennesker. Forventninger til fremgang, nye spændende oplevelser og ikke mindst kontakten til disse dejlige og til tider ”gale golfidioter”, man tilbringer så meget tid sammen med.

SIFKOR Golf har i de sidste 2 år søsat en ny spilleplan, fordi vi følte, at nogle medlemmer spillede mange runder i vores regi, landsmesterskabet og DMI. Andre, som måske var nye i gamet, eller ikke havde sænket deres hcp. nok endnu, var begrænset til få runder. Vi er overbevist om, at alle har haft stor fornøjelse af denne omlægning. I den nye struktur spilles der 4 forskellige stableford runder. Eks.  $\frac{3}{4}$  eller  $\frac{7}{8}$  stableford. De spilles på så forskellige baner som muligt, men for at kunne deltage i turneringens højdepunkt, udnævnelse til ”Årets Golfer”, skal man minimum have deltaget i 3 af disse runder. Vi må jo indrømme, at i disse omlægnings- og rulletider, så kan det jo godt være svært at holde de planlagte runder. Uforudsete arbejdsopgaver, kursus bl.a. kan det være svært at tage fri fra arbejde.

Hvordan forløb sæsonen 2006 så?

Jo, der blev startet tidligt med runder i Slagelse og Korsør fra midten af april og starten af maj. Vejret og rå baner skulle være forhold, som også kunne tumles af den kommende mester. Resultaterne fra 1 og 2 runde skabte et bredt førerfelt mht. point, så der var ingen anelse om det endelige resultat efter sommerferien. Landsmesterskabet og DMI lå på mellemvejen, hvor de tilmeldte/kvalificeret spillede en stor rolle. Der var medlemmer i førerbold på finaldagen i begge turneringer, men desværre ingen mester. Flotte 2. og 3. pladser førte det dog til i de forskellige aldersafdelinger. Jo, på landsplan fik vi igen sat vores aftryk. Vi håber på en snarlig topplacering. I september lå de 2 sidste afdelinger til ”Årets golfer” i Korsør og Fåborg. Afgørelsen kom først på stregen i Fåborg, hvor Henrik Wranér trak det længste strå, fulgt af sidste års mester Henrik Christoffersen og Anton Andersen som nr. 3. Tillykke til dem.

Med disse døende tanker/minder fra 2006 ses der nu frem imod en ny sæson. En spilleplan er ikke færdiggjort for 2007, men konceptet kører videre imod nye dytter og dejlige timer sammen. Med ønsket om snarligt gensyn, skal der lyde en tak for i år. I ønskes alle en glædelig jul og et godt nytår fra bestyrelsen fra SIFKOR Golf.

*Bestyrelsen*

## **SIF KOR - Sportsfiskerudvalget**

Efterårssæsonen startede hos os den 23. september med en forventningsfuld tur på Tystrup Sø. 6 mand var vi. Som sædvanlig blæser det altid mindst styrke 10 når vi skal på søen. Denne gang ingen undtagelse, og selvfølgelig fra SØ - lige gennem søen. Det begrænser fiskepladserne, alt efter hvor meget man gider ro i modvind. Bådene er ret tunge. Så det ender gerne med, at man finder lidt læ, og bliver der det meste af dagen. Det var bare ikke godt nok til formanden. Da der kun var én fisk det første sted, tog han nordpå i medvind. Efter nogle timers fiskeri, uden at fange noget, blev

det tid til hjemturen. Fem kvarter i mod bølger, vinden skubber skråt ind fra siden, så turen bliver dobbelt så lang som ellers. Det tærer gevaldigt på kræfterne. Jamen, der blev da fanget en del aborrer i de andre både; gedder og sandart så vi ikke noget til. Men masser af frisk luft, og det er jo ikke så dårligt.

Søndag den 8. oktober var det tid til den årlige J & F CUP, den vestsjællandske foreningsdyst. Vejrudsigten havde ikke været for lovende de foregående dage, og det kom til at holde stik. Kuling fra vest, og hvor er der så læ på Vestsjælland? Vi var fem der deltog, og vi fandt ikke nogle steder hvor der var fisk. Det var der også andre foreninger, der heller ikke fandt. Der var kun tre foreninger som kunne indveje fisk, ørred - torsk og fladfisk, og der var meget få af hver slags. Men da der kun var tre foreninger som indvejede, fik vi jo en delt fjerdeplads, og det er da meget godt.

Vi har jo gerne en tur til et P&T. 21. oktober tog vi til Løgtvedgård P&T. Der er altid fisk, så det kan jo ikke gå helt galt. Og der var fisk. Meget af tiden så vi dem springe eller også gik de langs kanten. Men bide, det var de ikke meget for. Man tror selv, at man er god til at fiske, men her skal man ikke bare være god, man skal bare være rigtig god. Og det var vi ikke. Jo, to af os. Peder kunne indveje to fisk på over 50 cm. Og Henrik gik helt amok og havde 3 til indvejningen. Måske de giver undervisning en dag, for det kunne der godt være brug for.

*Gert*

## **FIN - Bestyrelsen**

Indkaldelse af forslag til behandling under generalforsamlingen.

FIN afholder generalforsamling d. 20. marts 2007.

Der skal i den forbindelse gøres opmærksom på følgende:

Jf. FIN vedtægter (§ 14, stk. 3), skal forslag, der ønskes behandlet under generalforsamlingen, indsendes skriftligt til bestyrelsen senest den 1. januar 2007.

*Formanden*

## **FIN - Badmintonudvalget**

Så er sæsonen 2006/2007 godt i gang.

Der har været pænt mange til træning, og nu starter vi for alvor, for KBKs sæsonen er begyndt, så det gælder om at være i form til de kommende kampe.

Endnu en gang vil jeg appellere til jer spillere på Veteranholdet om at give Jens besked i god tid, såfremt det ikke er muligt for jer at spille en af de pågældende dage.

## **Tur til Samsø**

I weekenden den 8. - 10. september var vi en lille sluttet flok, der drog til Samsø for at spille badminton mod den lokale klub og selvfølgelig også hygge os i de dejlige omgivelser, som Strandgårdens Camping kan byde på.

Vi tog Færgen fredag eftermiddag kl. 1635, jeg ved ikke hvordan Nicolines lektie læsning gik, men vi andre hyggede os på turen. Anders tog imod os ved færgen, og Kim og Chalotte havde sørget for aftensmad, da vi ankom.

Lørdag eftermiddag kørte vi til hallen i Tranebjerg, hvor nogle af deres spillere ankom og gjorde det til en rigtig god badminton eftermiddag. Der blev virkelig gået til den, og vi fik indført "de nye" regler på Samsø.

Efter et par timers indsats på banerne, skulle vi forlade hallen, så vi valgte "et sted i solen" hvor vi indtog en velfortjent kold fadøl.

Denne lille turnering var så vellykket, at vi aftalte, de skulle komme og besøge os i januar, så håber vi, at der er tilslutning til sådan en venskabsturnering.

Der vil blive udsendt nærmere om dette senere.

## **Kalender**

KBK'r turnering: September 06 til april 07

Juleturnering: Fredag den 24. november

Klubturnering: Lørdag den 3. februar 2007

## **Juleturnering**

Dette års julearrangement finder sted fredag den 24. november.

Vi starter med lidt sjov på banerne kl. 17.00, hvor vi selvfølgelig giver den hele armen og får svedt rigtig godt igennem.

Bagefter går vi over i Bræddehytten, hvor vi vil hygge os med lidt spiseligt og drikkeligt.

Vi "plejer" jo også at rafle om små pakker, så det gør vi selvfølgelig også i år. Du skal derfor medbringe en pakke til en værdi af kr. 25,-.

I stil med sidste år, vil alle skulle deltage i arrangementet på en eller anden måde. Samtlige tilmeldte blive bedt om at tage noget mad med – hvad finder vi ud af, efter tilmeldingsfristens udløb.

Prisen for at deltage denne aften er den formidable sum af kr. 100,00

Sidste frist for tilmelding er tirsdag den 21. november, helst på listen på HIA eller på mail til mia-h@ishoejby.dk eller Familien.marott@mail.tele.dk.

Vi ses forhåbentlig til en hyggelig aften.

*På udvalgets vegne  
Mia*



## FIN - Cykeludvalget



### Spinning

Så er spinning påbegyndt. Vi spinder på HIA onsdag kl. 14.15.

Tilmelding sendes senest tirsdage til Erik Madsen på FIIN: MASKBH-23A

### Landevejstræning:

Efter nytår vil vi køre hver lørdag kl. 10.00 fra Nyboder.

Ruten vil være på Amager og være på ca. 40 km.

### SIF landsmesterskab

I år fik vi forsvaret holdmesterskabet, ligesom Søren Kristensen vandt enkeltstarten og linieløbet.

Tillykke.

I 2007 er FIN arrangør af landsmesterskabet. Det planlægges tentativt gennemført d. 19. maj i området omkring Høvelte. Vi håber, at rigtig mange fra FIN stiller op.

Der konkurreres som følger:

### Senior (til og med 44 år):

Enkeltstart (10 km) og Linieløb (56 km)

### Old Boys (45+)

Enkeltstart (10 km) og Linieløb (56 km)

Stævnet afsluttes med en hyggelig middag og præmieoverrækkelse

Læs om cykeludvalget aktiviteter på:

**[www.sif-idraet.dk/cykling](http://www.sif-idraet.dk/cykling)**

Cykelaktiviteter i Forsvaret kan findes på: **[www.cykling.dmif.dk](http://www.cykling.dmif.dk)**

*Jan Bøgsted*

## FIN - Motionsudvalget

### Motion i København

Løbe og motionsudvalget har igen i år afholdt 2 store motionsløb, Holmens Mil og Kastelløbet.

Holmens Mil blev afholdt sidste onsdag i juni, og vejret var igen i år med os.

Holmens Mil er både et børneløb og et for dem ovre 14 år. Børneløbet er et løb på en sømil, og i år var der 66 deltagere, hvilket er et tilfredsstillende antal deltagere. Til

milløbet, som er en gammel dansk mil (7.532 m), var deltagerantallet 660, samt 2 personer der gik stavgang. Stavgang er et nyt tiltag, men med kun 2 deltagere er det ikke et godt tiltag og må nok forventes ikke at komme igen til næste års løb.



Næste års løb er planlagt til sidste onsdag i juni (27). Vi håber at se mange af jer til næste år.

### **Kastelløbet**

Kastelløbet blev afviklet torsdag, d. 7. september. Kastelløbet er opdelt i et løb for damer på 4 km. og for herrer på 6 km. Til Kastelløbet var vi igen heldige med vejret, det var den første dag med godt vejr efter en masse dage med ekstra regn.

Vi må nok alligevel give vejret skylden, de mange dage med dårligt vejr, har nok afholdt nogle fra at deltage.

De 303 der gennemførte løbet havde en god oplevelse og roste selve arrangementet, og flere gav udtryk for, at de vil komme igen.

Næste år Kastelløb planlægges til 28. august. Find flere informationer på [www.fin.dk](http://www.fin.dk)

Oplysning om vores arrangementer kan fås ved henvendelse til Morten Müllertz TEK-1111.



*Morten Müllertz*

**LÆS OM AKTIVITETER M.V. PÅ  
[www.sif-idraet.dk](http://www.sif-idraet.dk)**

*Marineidræt 4/2006 - side 22*



# Forsvarets Idrætsforening

## Nyholm

Indbyder til



### Julefest

på

Søværnets Officerskole

Søndag den 3. December

KL. 13.00-17.00

Voksne: kr. 40,-  
Incl. Kaffe & Æbleskiver

Børn: kr. 70,-  
Incl. Is, gaver og godter



*Div. underholdning for børn*

Billetbestilling samt  
afhentning senest den  
19. november på tlf.:  
32664233 eller  
32664640 eller  
32664750

*Is, gaver og godter*



Smørrebrød:

3 stk.: kr. 50,-

3 stk. + ostemad: kr. 60,-

Skal forudbestilles og betales  
ved billetbetaling