

ORIENT

Formanden har ordet
side 3

VM i München
side 6

Christiansborg rundt
side 9

Der er så meget mænd ikke forstår
side 10

Orient Cup
side 11

Indhold

- Formanden har ordet 3
- Idrætsmærket 4
- Gymnastik 5
- El-hockey og kørestolsfloorball 6
- Svømning 8
- Fodbold 10
- Deadline for kommende blade i 2014 12
- Orients forretningsudvalg 14
- Orients aktivitetsformænd 15



Kig ind på Facebook og "like" os
[facebook.dk/orientgif](https://www.facebook.com/orientgif)

Formanden har ordet

Når du læser dette blad er sommeren gået på hæld. Efteråret og vinteren står for døren og alle vore aktiviteter er i fuld gang.

Jeg håber at alle fik ladet batterierne op i løbet af sommeren således at aktivitetsniveauet bliver maksimal i Orient.

Idrætsmærkeafdelingen har haft en kæmpe udfordring, da Rødovre Stadion i løbet af sommeren er blevet opdateret til et tidssvarende stadion - med løbebaner i kunststof. Væk er de 'gamle slagter' fra det oprindelige stadion. Det er alle naturligvis glade for, men forløbet og orienteringen til Orient har ikke været optimalt. De ansvarlige i forvaltningen havde overset Orients idrætsmærkeafdeling - som har haft deres aktivitet i 45 år - netop dette sted. Orient blev ikke inddraget i processen - hvilket er ganske unormalt - og det bør ikke ske fremover. Hermed uddeler jeg nogle 'røde øre' til dem som vil modtage disse - der er frit valg.

Tak til Kirsten Bertelsen og Leif Østergaard for, at I fik aktiviteten til at løbe nogenlunde rundt. 2015 ser noget lysere ud - så glæd jer :-)

Foreningslederfesten i Rødovrehallen, lørdag den 6. september blev en helt fantastisk aften. Mere end 70 deltagere fra Orient kunne glæde sig over, at Elisabeth og Svend blev hædret som årets Idrætsledere 2013. Det har de virkelig fortjent, og jeg vil i næste blad uddybe det nærmere.

/Jan Quaade

Idrætsmærket



Efter en noget turbulent sæson er det slut for sommermotion og idrætsmærketræning.

På trods af den flotte sommer har vi prøvet skybrud, sommerhede, og værst af alt måtte vi i slutningen af juni forlade stadion for at træne på "plænen" bag hal 1.

Desværre blev det nyrenoverede stadion ikke færdig til vores sidste træningsaften, så nogle af prøverne forsøger vi at afvikle i september.

Alle har dog taget besværlighederne med godt humør, hvilket i høj grad skyldes vore engagerede og glade instruktører, der alle sørger for at træningen er sjov og humøret højt.

Når vi får mulighed for at springe højdespring, ved vi hvor mange der får IM i år.

/Kirsten Bertelsen

Søndag den 28. september 2014 kl. 15.00

Vil vi gerne se alle deltagerne fra Rødovre Stadion, i Orienthuset til en hyggelig eftermiddag, hvor ledsagere også er velkomne. Der vil være kaffebord mv.

Årets Idrætsmærker uddeles af formanden for DGI motion Susanne Jensen og Orient's hovedformand Jan Quaade.

Gymnastik

sæson 2014/15

Velkommen til sæsonen 2014-2015 i gymnastikafdelingen.

Ved deadline til bladet er sæsonen endnu ikke gået i gang, men... ved indskrivningen til børneholdene i år, var der lidt færre indmeldelser, og det skyldes måske nok den nye skolereform og at forældrene først vil se hvor meget tid børnene får til sportslig aktivitet.

Heldigvis er der efterfølgende kommet flere indmeldelser til holdene, men der er stadig plads på de fleste børnehold, dog undtaget de to springpigehold, hvor der er venteliste.

HUSK!

Det er vigtigt, at man giver besked, hvis man ikke ønsker at fortsætte på et hold, så en fra en eventuel venteliste, får chancen for at komme på et ønsket hold. Kender du/I en der er interesseret i at starte på et hold, så ring eller mail til gymnastik@orient-gif.dk for at høre om der stadig er pladser tilbage på holdet.

Man kan læse alt om alle hold på Orient's hjemmeside www.orient-gif.dk

Bemærk!

Drengeholdet "Krudtuglerne" er i år flyttet til Tinderhøj skole tirsdag.

Vigtige datoer til alle, i gymnastikafdelingen

- Efterårsferie i uge 42 på alle hold.
- Juleferie fra fredag den 19. december 2014 til og med søndag den 4. januar 2015.
- Vinterferie i uge 8 på alle hold.
- ORIENT-dagen, lørdag den 28. marts 2015 i Rødovre Stadionhal. Husk allerede nu at sætte X i kalenderen på denne dato.
- Lørdag den 11. oktober 2014 afholder Rødovre kommune "Sjov lørdag" i Rødovre hallen, Rødovre Parkvej 425. Kom forbi og få nogle sjove timer og prøv forskellige sportsgrene.

Alle gymnaster ønskes en god sæson 2014-2015.

/Elisabeth Petersen

VM i München & Cirkus Summarum



Sommerferien er veloverstået og vi er godt i gang igen, men vi har ikke ligget helt stille hen over sommeren.

El-hockey

I forbindelser med en landsdækkende Åbent hus-arrangement (Orient afholdt sit mandag den 8. september i Rødovrehal- len), var vi ude ved Cirkus Summarum med El-hockey fra den 1.-24. juli. Interessen var stor og vi har allerede på forhånd 4 mulige nye medlemmer inden vores Åbent hus dag.



Kørestolsfloorball

5 Orient-spiller (Jesper Nellemann, Danni Mogensen, Nikolaj Richelsen, Rasmus Nielsen og Anders Berenth) var udtaget til landsholdet som deltog i VM i München fra den 4.-11. august.

Målet for landsholdet var at nå semifinalen og det blev opfyldt på fornemste vis. Danmark spiller bronzekampen mod Finland og måtte ud i forlænget spillertid med golden goal som Finland desværre vandt 5-4.

Men alt i alt var det en helt fantastisk oplevelse og at rykke fra 6. pladsen til 4. pladsen på verdens ranglisten er et godt resultat som vi kan være stolte af.

Dette VM var det største som vi har været med til, en fantastisk åbningsceremoni, masser af tilskuer til alle kampe og mange spændende kampe - et VM værdigt.

Stævneplan

Så har vi endelig igen fået en turnering i 3. division Øst.

HUSK

Kontingentet for 2. kvartal 2014 skal være betalt senest den 1. oktober.

/Dorte Berenth

Café Palermo

Café • Selskabslokaler • Catering

Speciale i konfirmationer

Busk at booke lokaler i god tid

Mad ud af huset til selskaber

Gratis levering i Rødovre

Festmenu

Velkomstdrink kr. 35,00

Gourmet buffret kr. 219,00

3 glas vin kr. 89,50

Kaffe/te kr. 25,00

Salt pr. kwert

kun kr. 368,50

Annø 2008

Café Palermo • Rødovrevej 325 • 2610 Rødovre • Tlf. 4023 8783 • www.palermo-shop.dk



Dansk buffret

Kamysild med rødlog

Æg med røjer og mayonaise

Leverpostej med bacon

Roastbeef med remoulade

Kogt skinke

Italiensk salat

Grøn salat i olie-eddike dressing

Kartofelsalat

Lune frikadeller med surt

Mørbradbuffet med bløde løg

Brie med peberfrugter

Franskbrød, rugbrød og smør

Kr. 179,00

Gourmet buffret

Røget laks med rødlogssreme

Marinerede røjer med lime og chili

Tunmousse med capers

Helstegt oksekyndsteg med pebersauce

Ristet chilimarineret kyllingebryst

Ølbraseret svinekam

Frisk pastasalat

Fransk kartofelsalat med dijonsmep

Grøn salat m. soltørrede tomater og croutoner

Ostefad med danske og italienske oste

Friskbagt brød samt smør

Kr. 219,00

Italiensk buffret

Salmon marinato (marineret omvagt laks)

Parmaskinke

Bruchetta

Gorgonzola, brie og vindruer

Udvalg af italienske pølser

Pasta med kylling i flødesauce

Sicilianske frikadeller

Kartofelsalat med forårsøg

Blandet grøn salat med rucola, babysalat,

croutoner, feta, rødlog og balsamico

Tomatsalat med frisk mozzarella

Pastasalat

Lyst italiensk landbrød samt smør

Kr. 189,00

Vi lægger stor vægt på den gode kontakt til vores kunder.

Det vigtigste for os, er at vores gæster får en positiv oplevelse.

Kom gerne med et forslag på menu.

Vi er meget fleksible og laver alt fra buffeter til 3 retters menuer.

Priserne er rimelige, kvaliteten er god og servicen er i top.

Så hopper vi i baljen

Hejsa alle nye og gamle svømmere.

Hvor er det dejligt at se så mange igen i år. Os fra svømmeafdelingen håber at I har haft en god sommer og nydt en del af den dejlige varme vi har haft.

Igen i år er alle de små hold fyldt op, og der er en del på ventelisten, så hvis man lige syntes at den dag ikke passer alligevel, så kan man ikke få en ny dag - uden at havne på ventelisten!

Igen i år har vi en masse glade trænere, som glæder sig til at komme igang med at lære jer at svømme, og andre sjove lege i vandet. Der er også kommet nogle nye føl, som skal lære at undervise, så tag godt imod alle trænere og føl.

I vil løbende blive informeret om hvad der vil komme til at foregå i svømmeafdelingen. Enten her i bladet eller på hjemmesiden.

ww

Til sidst er der bare at sige: Kom glad i bad, og svøm med os :o)

Vigtigt vigtigt vigtigt

Husk at gå på toilettet inden du skal svømme, så der ikke sker uheld i vandet.

For det vil betyde at svømmehallen er lukket i op til 24 timer.

/Annette Højengaard

Christiansborg Rundt 2014

Igen i år ramte en flok Orienterere det "kolde og friske" vand i Københavns kanaler. Vi var 6 styks fra svømmeafdelingens Masterhold der deltog og gennemførte de 2000 meter i Slotsholmen lørdag den 30. august.

Vandet var eftersigende 17-18 grader, men ved første kontakt med vandet følte det koldere og kroppen fik et mindre kuldechok. Starten gik som vaneligt med lidt tumult, eftersom 50 svømmere starter samtidigt, og alle gerne vil ligge forrest efter de første par meter.

Men svømmeturen gik igen i år rigtig godt for alle Orienterere. Vi havde desværre ikke nogle debutanter med, men der blev stadig kæmpet mod uret for at slå en eventuel personlig rekord.

I år var Victor den hurtigste i tiden 31 min. 22 sek., men var skarpt efterfulgt af Christoffer 31:39, herefter kom vi andre ind i de efterfølgende 10-12 minutter. Rune havde tiden 33:50, Christian 36:57, Andreas 39:37 og Mette kom ind som sidste Orienterer i tiden 43 min. 37 sek.

Datoen for næste års Christiansborg Rundt er ikke offentliggjort endnu, men jeg tror jeg kan tale for os alle sammen, at det er en oplevelse som vi vil gentage næste år. Dog håber jeg at vi får lokket et par nye med på turen.

Hvis du skulle have lyst til at prøve kræfter med åbentvands svømning, så træner vi op til næste udendørssæson på Masterholdet hver mandag i Islev Badet kl 19.30-20.30. Her er du velkomme til at kigge forbi og tage en lille snak.

/Andreas K. G. Friis
Træner på Masterholdet



Mens vi hoppede i det kolde, klare vand lå turistbådene i tomgang ude i havneløbet og kameraerne knipsede, mens venner, familie og kærester stod og heppede på kajkanten.

Efter lidt træden vande, var det en befrielse da startsignalet lød. En god placering i feltet skulle findes, og folk lå tæt. Det skarpe sving efter Knippelsbro voldte lidt problemer, men inde i kanalen blev vandet mere roligt og man kunne, mens man gled gennem vandet, se langt i det klare vand. Cykler, vejskilte og tomme øldåser passerede nedenunder, mens man hele tiden måtte orientere sig i forhold til kanalens forløb og de andre deltagere.

I kanalen var man i en helt anden verden. De kendte motiver lå helt anderledes, og tiden blev målt i armtag. Så længe man passerede svømmere med badehætter i en anden farve end en selv, vidste man, at det tidsmæssigt gik den rigtige vej. Metroudgravningen ved Gammel Strand snævrede banen ind og en stor brandmand ved Nationalmuseet, blev de to største forhindringer.

Hastigheden blev mod slutningen sat op, og ved udløbet til havnen kom bølgerne igen og tappede de sidste kræfter, mens man kæmpede sig det sidste stykke frem til målzonen, hvor chippen med et lille bip registrerede ens tid.

/Christian Lunde

Old Girls....

Der er så meget mænd ikke forstår!

Det hele startede med en lille gruppe mødre fra et af Orients børnehold, som gerne ville spille fodbold... 1-2-3 og så var der 8-10 stk. samlet til første træning.

Takket være vores sportslige coach Micki og hans kone, Charlotte, blev der hurtigt samlet et helt hold, og hurtigt kom der flere til og holdet er nu oppe på 20 stk. Old Girls spillere i alderen 25-?. Mange af disse 20 spillere har debut på en fodboldbane, da de først har fundet interesse i fodbolden nu.

Her stod spillerne så klar til træning. Heldigvis var vi så heldige at Orients helt egen ildsjæl, Per Madsen, forbarmede sig over os og sagde JA til at være vores træner. Per Madsen har ellers hidtil kun haft drengehold i klubben, men med vores store hundeøjne og søde stemmer fik vi ham overtalt ;) Det er vi rigtig glade for og det giver os rigtig meget på banen med en så god og erfaren træner ;)



Første kamp blev spillet torsdag d. 21/8 på hjemmebane og opbakningen var stor. Desværre tabte vi 3-1 til Hareskov, men vores træner var stolt og sagde "I overraskede mig og taget i betragtning af at dette er vores første kamp, gjorde I det super godt".

Sponsor er også på plads. "STARK" og "Vagt Divisionen" og har givet træningstøj. Holdet sprudler af entusiasme og god holdånd, som vil kæmpe blod, sved og tårer for en sejr!

Desværre mærker vi så også alderen trykke og en del spillere er blevet skadet, men der bliver trænet igennem og alle går efter at komme i god form og dermed mindske skaderne ;)

/Old Girls

ORIENT CUP 2014



For første gang nogen sinde blev Orient Cup afholdt.

Mange måneders forberedelse, søvnløse nætter, fridage fra det civile arbejde og planlægning til mindste detalje udmundede endelig i Fodboldafdelingens stævne for 3- og 5-mands hold i samtlige aldersklasser.

Stævnet løb af stablen i weekenden d. 30. og 31. august med deltagelse af ca. 700 spillere over de 2 dage. Vi skulle samtidig sørge for plads og diverse aktiviteter for forældre, søskende og bedsteforældre.

Fantastisk mange frivillige hænder og fødder var del af dette store arrangement, som Micki fra UU var grundlægger af, og udover trænere og holdledere til de spillende hold, var både ungdomsspillere, trænere, dommere, forældre, ledere og OldGirls-spillere en stor del af arrangementet. Hermed en stor og officiel tak til alle.

Vi havde både hoppeborg og besøg af Fætter BR, hvilket gjorde stor lykke hos de fremmødte. Der var sågar 2 tremandshold som forlod kampen, da Fætter BR pludselig dukkede op ;-)

Desværre måtte vi pga. af lyn og torden aflyse 2. omgang søndag, men denne beslutning blev truffet i samarbejde med de deltagende holds trænere.

Men al denne forberedelse, iver og fantastiske engagement blev virkelig honoreret med de gæstende holds kommentarer: "Fantastisk organisation", "Rimelige priser" og "Vi ses til næste år". Tja, succes forpligter, så lur mig om vi ikke alle står der igen til næste år..



Dyst blandt Børnehaver

Torsdag den 28. august var der for 3. gang børnehaveturnering og det var med højt solskin og massere af godt humør.

Dagen begyndte med opvarmning styret af fætter BR og det var lige noget for alle børnene.

Så gik kampene i gang og der blev spillet flot fodbold, hvor alle børnene kom på banen. Når man ikke spillede kamp, kunne man hoppe i hoppeborg, skylde på mål, lege med to piger fra BR og bare ha' det sjovt med sine venner.

Til sidst skulle finalen spilles mellem Egegården og Rønneholm og alle børn stod på sidelinjen og heppede og kom med gode tilråb. Efter en tæt kamp vandt Egegården med 2-1.

Til sidst var der medaljer til alle og en pose med masser af gode fodboldting i til alle børnene.

Orient Fodbold takker for en god dag.

Deadline for kommende blad

Deadline for det sidste blad i 2014:
nr. 5 - fredag den 31. oktober.

Indlæg, fotos mv. sender du til orientbladet@orient-gif.dk.

/Dorthe Quaade

RØDOVRE **LOKAL NYT**

...vigtigere end du tror

Rødovre Lokal Nyt er vigtigere end du tror

Først og fremmest er vi borgernes forlængede arm, for avisen er den eneste mulighed for dig som borger til at nå ud til politikerne, større organisationer eller virksomheder som COOP, hvor avisen eksempelvis har været et stærkt organ til at råbe politikere og ledelsen i COOP op, når det gælder deres dræning af Islev Torv.

Det er bare et eksempel blandt utallige, hvor borgerne kommer tæt på politikere og andre ansvarlige via Rødovre Lokal Nyt, som dermed er en sikring af nærdemokratiet.

Siger man derfor "Nej tak til gratisaviser" siger man også "nej tak" til nærdemokratiet.

Vi ved godt, at man får mange andre gratis aviser, der ikke slås for nærdemokratiet eller interesserer sig for Rødovre, men at sige "nej tak" til Rødovre Lokal Nyt er ikke løsningen for et bedre Rødovre, hvor mange borgere hvert år har brug for at komme til orde eller få vigtig information.

Vi er en aktiv del af Rødovre. Eksempelvis:

Er vi med i FIR's idræts- og lederpriser, kårer årets hus i Rødovre, arrangerer Rødovre Musikfestival og har featureuge på Rødovre Gymnasium, hvor vi underviser eleverne ved at flytte hele avisproduktionen til gymnasiet i en uge, vi er med i 2610 prisen, 'Årets Ildsjæl pris' og motionsarrangementer.

Desuden støtter Rødovre Lokal Nyt bredt i det lokale liv. Eksempelvis: Dansk Handicapforening Rødovre, Kræftens Bekæmpelse Rødovre afd., Rødovre Mighty Bulls, RSIK, Avarta, Rødovre Håndboldklub, Orient, Rødovre Bowlinghal, kulturen i Rødovre, Heerup Museum og meget mere.

Vi gør det, fordi vi vil Rødovre det godt.

Derfor er Rødovre Lokal Nyt vigtig – også for dig

Orients bestyrelse

Forretningsudvalget

Formand

Jan Quaade
Viemosebro 7
2610 Rødovre
Tlf. 4491 8105
hovedformand@orient-gif.dk

Næstformand

Lene Hummelgaard
Engbovej 130
2610 Rødovre
Tlf. 2331 8746
naestformand@orient-gif.dk

Kasserer

Asta Nykjær
Vinkelvænget 15
2610 Rødovre
Tlf. 4491 0572
kassereren@orient-gif.dk

Sekretær

Kirsten E. Bertelsen
Damhusdalen 54B
2610 Rødovre
Tlf. 3162 8400
sekretaer@orient-gif.dk

Forretningsudvalgsmedlem

Carsten Præst
Stenmøllen 61
2640 Hedehusene
Tlf. 2285 8036
udvalgsmedlem@orient-gif.dk

Orients bestyrelse

Aktivitetsformænd

Fodbold

John Kaspersen
Nørrevangen 16C
2610 Rødovre
Tlf. 2220 8595
fodbold@orient-gif.dk

Gymnastik

Elisabeth Petersen
Schweizerdalstien 65
2610 Rødovre
Tlf. 3670 3883
gymnastik@orient-gif.dk

Håndbold

Nadia Louise Blom
Engvej 88, st. th.
2791 Dragør
Tlf. 5355 0353
handbold@orient-gif.dk

Idrætsmærket

Kirsten E. Bertelsen
Damhusdalen 54B
2610 Rødovre
Tlf. 3162 8400
idrætsmærket@orient-gif.dk

El-hockey og Kørestolsfloorball

Dorte Berenth
Fjeldstedvej 48
2650 Hvidovre
Tlf. 3649 5827
elhockey@orient-gif.dk

Svømning

Annette Højengaard
Rådmand Billes Vej 68
2610 Rødovre
Tlf. 5193 8036
svomning@orient-gif.dk

Festudvalg

Susanne Fotel Christensen
Søndervangsvej 52, 1. th.
2600 Glostrup
Tlf. 2063 5669
festudvalg@orient-gif.dk

IT & Webmaster

Jesper Quaade
Hørhaven 16
2750 Ballerup
Tlf. 2097 8804
webmaster@orient-gif.dk

Bladredaktør

Dorthe Quaade
Hørhaven 16
2750 Ballerup
Tlf. 2940 5941
orientbladet@orient-gif.dk

Orienthuset

Preben Christensen
Rødovre Parkvej 386
2610 Rødovre
Tlf. 2515 0177
orienthuset@orient-gif.dk

PLUS | 1

TANDLÆGEKLINIK

**Åbent kl. 7-19 samt lørdage.
Bestil selv tid på www.plus1.dk**

