

# ORIENT 4

---

**Medlemsblad for Gymnastik og Idrætsforeningen ORIENT**

---



U16-pigerne er klar til SM-finalen i Fårevejle



September 2013  
65. årgang

# Bestyrelsen

## Forretningsudvalg:

### 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. 3670 9453  
sekretaer@orient-gif.dk

### Forretningsudvalgsmedlem

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

## 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

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

### Idrætsmærket

Kirsten E. Bertelsen  
Damhusdalen 54B  
2610 Rødovre  
Tlf. 3670 9453  
idraetsmaerket@orient-gif.dk

### El-hockey og Kørestols- fodbold

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

**Orienthuset - Vårfluevej 15 - 2610 Rødovre**

**[www.orient-gif.dk](http://www.orient-gif.dk)**

## Formanden har ordet



Så er det blevet hverdag igen. Sommerferien er slut og alle vore aktiviteter har sat fuld damp på skruen.

Den 31. august deltog 57 Orienter i den store foreningslederfest i Rødovrerehallen. Ca. 600 mennesker deltog, og det blev en forrygende aften.

Vore el-hockey gutter blev fejret med deres DM titel. Endvidere blev 3 af vore svømmere fejret med DGI guldmedaljer. Et STORT tillykke skal lyde fra min side.

Endelig langt om længe - er det store anlægsarbejde omkring Orienthuset blevet færdiggjort. Det tog noget længere tid end hvad man havde sat Orient i udsigt.

Vi kan glæde os over ny flisebelægning samt en dejlig stor parkeringsplads. Endvidere har vi fået nye affaldsbeholdere i forbindelse med den nye affaldshåndtering i Rødovre Kommune.

Jeg vil her i bladet bede alle som bruger huset til, at overholde affaldshåndteringen.

Cafeteriet i Rødovrehallen har fået ny forpagter. Det er René Christensen som er indehaver af Cafe Palermo. Samtidig bliver navnet ændret til 'Sportscafeen'. René har mange gode ideer til den fremtidige drift og jeg vil opfordre de af vore medlemmer som har aktiviteter i Rødovrehallen til at besøge 'Sportscafeen'.

Som mange sikkert har bemærket har Orient fået 3 sponsorer. Det drejer sig om Rødovre Lokal Nyt, PLUS 1 Tandlægeklinik samt Cafe Palermo. Det har betydet, at 4 af vore ungdomshold i fodboldafdelingen er blevet 'klædt' pænt på. Tusinde tak til vore sponsorer :o)

/Jan Quaade

## Håndbold

Håndboldafdelingen mangler dame-senior spillere. Du er velkommen til at komme til vores træning og prøve at være med. Alle er velkomne.

Kontakt venligst aktivitetsformand på mail inden du møder op.

/Lene Hummelgaard



## Orientbladet

### Næste nummer - 5/2013

Indlæg, fotos mv. til næste blad skal være redaktøren i hænde senest **fredag den 1. november 2013.**

Indlæg skal sendes til:  
[orientbladet@orient-gif.dk](mailto:orientbladet@orient-gif.dk)

/Dorthe Quaade

# 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

# El-hockey og Kørestolsfloorball

Sommeren er vel overstået og en ny sæson har taget sin start. Det bliver en sæson med forandringer og nye udfordringer som jeg ser frem til at løse. Jeg håber selvfølgelig at I er med mig og vi i fællesskab løser de udfordringer som vil møde os. Men jeg ser også en sæson med medlemsfremgang og dermed endnu flere spillere i både El-hockey og Kørestolsfloorball.

Inden vi gik på sommerferie i afdelingen, fik vi afholdt klubmøde i forbindelse med sommerfester, for Kørestolsfloorball og El-hockey. Lørdag d. 8/6 for de ældste spillere og mandag d. 10/6 for vores hold 2 og 3 i El-hockey.

## Lørdag den 8/6

Efter et interessant "motionsløb for alle" hvor vi deltog med 5 spillere i selve motionsløbet på 3 km. i kørestole. Lavede vi lidt opvisning efter at alle var kommet i mål. Fin dag, hvor vi fik vist hvad GIF-Orient også byder på.



Vi sluttede dagen med klubmøde/ sommerfest i klubhuset, hvor grillen blev tændt op. Med fyldte maver afholdte vi klubmødet, hvor vi fik sat punktum for "guldholdet" som efter 18 års El-hockey har valgt at stoppe med 10 danske mesterskaber i rygsækken. Uddeling af årskrus som det skal gøres og en omgang kørestols-petanque.



## Mandag den 10/6

Grillen blev atter tændt op og mætte og tilfredse gik klubmødet i gang. Som følgerne af at "guldholdet" stopper, skulle vi lave nye hold til kommende sæson 2013/14. Resultatet blev at vi stiller med et hold i 2. division og et hold i 3. division.

# El-hockey og Kørestolsfloorball

## El-hockey

Vi har allerede fået 2 nye medlemmer, Mark og Sofie (er vendt tilbage) – velkommen til jer.

Vi tager til Flensborg søndag den 22. september til Lions CUP med 2 hold. God anledning til at få at få finpudset formen inden turneringen går i gang.

## Kørestolsfloorball

Vi har været til en kæmpe International klubturnering den 15.-19. august i Holland med deltagelse af 14 hold fra 8 nationer. Vi kom ubesejret frem til finalen. Desværre missede vi sejren selvom vi førte med 2-0. Med 2 stol defekter (knækket hjul) og en 2 min. udvisning samt en god portion nervøsitet tabte vi 5-4.



Men jeg syntes det er super godt gået, at nå så langt med så stærk holddeltagelse (mestrene fra de fleste Europæiske lande). Og som altid så vandt vi 3. runde (The Great Gasby festen) – det er vi nemlig mester i hver gang. Jeg vælger at siger tillykke med sølvet alligevel.



/Dorte Berenth

# Idrætsmærket

Efter en fantastisk dejlig sommer er det nu slut med sommermotion og idrætsmærketræning på Rødovre Stadion.



Også i år har tilslutningen været fin, dog kommer der lidt færre år for år. Den fine tilslutning skyldes i høj grad vore engagerede og glade instruktører, der alle sørger for at træningen er sjov og humøret højt.

I løbet af august har de flittige dommere, taget tid, målt op, og noteret resultater.



Alle resultaterne indberettes nu til DGI, og så snart vi modtager skemaer og mærker, kommer vi rundt på gymnastikholdene og overrækker dem.

Sidste træningsaften med 39 deltagere, sluttede som sædvanlig med kaffe, kage og medlemsmøde.



Henrik, Leif og Kirsten er parat til en sæson mere, nu håber vi så deltagere møder op næste sommer.

/Kirsten Bertelsen



# Café Palermo

Café • Selskabslokaler • Catering

*Speciale i konfirmationer  
Æsk at booke lokaler i god tid*

*Mad ud af huset til selskaber  
Gratis levering i Rødovre*

## Festmenu

*Velkomstdrink kr. 35,00*

*Gourmet buffet kr. 219,00*

*3 glas vin kr. 89,50*

*Kaffe/te kr. 25,00*

*• Salt pr. kuppet*

*kun kr. 368,50*



### Dansk buffet

Karrysild med rødøl  
Æg med rejer og mayonaise

Leverpostej med bacon  
Roastbeef med remoulade

Kogt skinke

Italiensk salat

Grøn salat i olie-eddike dressing

Kartoffelsalat

Lune frikadeller med surt

Mørbradbøffer med bløde løg

Brie med peberfrugter

Franskbrød, rugbrød og smør

**Kr. 179,00**

### Gourmet buffet

Røget laks med rødølscreme

Marinerede rejer med lime og chili

Tunmousse med capers

Helstegt oksetyndsteg med pebersauce

Ristet chilimarineret kyllingebryst

Ølbraiseret svinekam

Frisk pastasalat

Fransk kartoffelsalat med dijønsemep

Grøn salat m. soltørrede tomater og croutoner

Ostefad med danske og italienske oste

Friskbagt brød samt smør

**Kr. 219,00**

### Italiensk buffet

Salmon marinato (marineret ovmbagt laks)

Parmaskinke

Bruchetta

Gorgonzola, brie og vindruer

Udvalg af italienske pålser

Pasta med kylling i flødesauce

Sicilianske frikadeller

Kartoffelsalat med forarsløg

Blandt grøn salat med rucola, babysalat,

croutoner, feta, rødøl 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.

# Svømning

Så siger vi hej til alle vores glade svømmere og et stort velkommen til alle de nye medlemmer der er kommet til i løbet af sommeren, i svømme afdelingen.

Vi håber at I har haft en god sommer og er glade for at starte igen.

Som I jo sikkert ved, er vi gået over til et nyt online medlemssystem og det kører som vi ønsker. Vi har sparet en masse mandetimer med det system.

Som det ser ud nu, er alle de små hold fyldt op og vores venteliste er oppe på over 160 børn.

Hvis I som forældre går og undrer jer over, hvorfor der er en ekstra træner på nogle af holdene, er det fordi der er kommet 3 stk. nye fyl, som skal lære at undervise i svømning, tag godt imod dem, og tag også godt imod alle vores fantastiske trænere som der tilknyttet til Orient svømning.

Til alles orientering er der blevet sendt en info-folder ud med "STEEN OG STOFFER" som fortæller hvordan man skal forholde sig i hallen.

Vi har oplevet et problem med piger der har elastikker i håret når de svømmer, og under undervisningen taber de dem så, det er ikke godt for

bassinet, for der kommer en del rust pletter på bunden, så vi anbefaler at de får badehætter på.

## Ferie- og aktivitetsplan

(ændringer kan forekomme):

Efterårsferie:	uge 42
Julearrangement:	07.12.13
Juleferie:	21.12.13-01.01.14
Julefrokost:	Dato udestår
Vinterferie:	Ingen
Svøm langt uge:	Ugen efter LM (uge 14)
Påskeferie:	14.-23.04.14
1. maj:	01.05.14
Store bededagsferie:	16.05.14
Afslutningsstævne:	24.05.14
Kristi Himmelfartsferie:	29.-30.05.14

/Annette Højengaard

# Svømning

## **Svømmetræning som haletudse**

På haletudseholdene ligger vi ofte ud med lidt opvarmning i form af plaskeben, løb og hop for at få kroppen varmet op og i gang.

På dette niveau er der fokus på vandtilvænnning i forbindelse med leg og sjov. Dette kommer til udtryk ved, at vi sammen tager på forskellige rejser og turer, som fx i zoologisk have, i Tivoli, på månen og i slikland.

Vi kan også lave historier og eventyr, hvor vi fx er cowboys og indianere eller andre fantasier, hvor vi får øvet ting som at hoppe i vandet, at komme frem i vandet og at have hoved under vand. Dette er et gennemgående initiativ på alle holdene og det bliver altså en leg for børnene at gå til svømning på haletudseholdene.

/Haletudsetrænerne



Et stort tillykke til de 3 svømmere som blev hyldet til foreningslederfesten fordi de fik en 1. plads ved Landsmesterskaberne.

/Annette Højengaard

# Stavgang

## Sommerens stavgang er slut.

Den 28. august sluttede vi gang-/stavgangsturene for denne sommer.

Vejret har der ikke været noget at klage over, det var bare med at klæde sig på/af efter forholdene. Vi har haft mange dejlige ture rundt om Damhusengen og for enkelte, også rundt om Damhussøen.

Den sidste onsdag i hver måned gik turene fra Orienthuset, hvor det så var Kagsmosen eller Vestvolden der blev udforsket.

Tak til alle for nogle dejlige timer med hyggelig snak, meget grin og et par gange med en efterfølgende kaffehyggestund i Orienthuset.



Tak til dem der bagte kager og til Inge, der havde været en tur i drivhuset for at plukke druer til os alle.

På gensyn til næste år.

/Elisabeth Petersen

# Motionsevent

GIF-ORIENT, i samarbejde med Rødovre Kommune, Rødovre Atletikklub og Balance Club, afholdt lørdag den 8. juni 2013 det årlige "Motion for alle løbet" på og omkring Rødovre Stadion.

ORIENT stod for gangturene på 5 og 10 km.



"Moster" cyklede rundt og fik deltagerne dirigeret rundt på de rigtige ruter ved gåturen.



De første fra 10 km. turen kommer tilbage til Stadion

Fra Kørestolsfloorball og El-hockey afdelingen deltog 5 kørestole. Efter rundturen, hvor alle kom godt i mål efter 3 km., fortsatte de med at demonstrerer, hvad de træner med i det daglige i Rødovrehallen.



/Elisabeth Petersen

# Gymnastik



Den 15. august 2013 var der indskrivning til den nye sæson i gymnastikafdelingen for børn.

Køen var som altid lang og det gjorde at instruktørerne glædede sig til at døren blev lukket op kl. 17.00, så indskrivningen kunne begynde.



# Gymnastik

I alt blev ca. 250 børn indmeldt denne dag, og i dagene efter, kom der flere til ved direkte henvendelse til gymnastikafdelingen. En del måtte desværre skuffes, da det hold, som de ønskede var overtegnet, og der var venteliste. Nu venter vi så bare på at sæsonen begynder, så også de voksne kan blive meldt ind.

Der er stadig plads på enkelte hold, så ring eller mail til [gymnastik@orient-gif.dk](mailto:gymnastik@orient-gif.dk) og hør om der evt. er plads på et hold.

Igen i år kniber det med de unge piger ..... HVOR ER I PIGER ?? Har du alderen fra ca. 15 år og op, så kom og prøv at være med på "TEEN-BEAT" eller "DANCING DELIGHT" onsdag på Islev skole.

Drengeholdet på Islev skole tirsdag, kan også godt bruge nogle flere "KRUDTUGLERNE". Er du 6 år eller derover så kom og prøv at være med.

På voksenholdene er der altid plads til en til. Er der nogen der har lyst til at dyrke lidt motion i godt samvær med andre motionister, så find et hold og prøv at være med, der er sikkert også en motionsform der passer til dig.

## Efterårsferie - uge 42

Husk at der **ikke** er gymnastik i uge 42, hvor der er efterårsferie. Det gælder alle hold på Islev skole, Tinderhøj skole, Rødovrehallen og Rødovre Stadionhal.

## Et STORT X i kalenderen

Alle børn kan på nuværende tidspunkt godt sætte et X i kalenderen til den 24. november, hvor gymnastikafdelingen samler alle børn fra 3-15 år i Rødovrehallen, Rødovre Parkvej 425, til en fornøjelig dag, hvor man vil få mulighed for at lege, eller prøve redskaber, som ikke findes på skolerne. Instruktørerne vil være tilstede og hjælpe børnene så de får nogle sjove timer.

Gymnastikafdelingen ønsker alle instruktører og medlemmer en god sæson 2013-14.

/Elisabeth Petersen

# Historie

## Udpluk fra Orients historie

Boldklubben Orient startede 1. maj 1932 og deres første regnskab lød på en udgift på 61,12 kr. og en indtægt på 63,39 kr. = et overskud på 2,79 kr. Kontingentet var dengang 50 øre pr. måned over 14 år og 35 øre under 14 år. I 1933 opnåede de 3 point i 15 turneringskampe og målscoreren var på 14-86.

Motionsklubben "De gamle drenge" fra 14. oktober 1932 havde en aldersgrænse på 30 år som minimum og med max. 30 på holdet. Hvid skjorte med lange ærmer og lange hvide bukser var deres dragtregler.

Islev kvindelige Gymnastikforening blev oprettet 8 dage senere, da damerne ikke ville stå tilbage for herrene. Her var dragtreglerne, mørke dragter, lange mørke strømper og sorte spartasko. Senere da de unge piger kom med, forlangte disse hvide dragter.

Allerede et halvt år efter oprettelserne blev de to gymnastikforeninger enige om at slå sig sammen til Islev Gymnastikforening, og i 1936 anførte medlemstallet sig til 54.

Men så kom krigen og dermed besværet med at få lokaler osv. Nu blev det så aktuelt at gå sammen yderligere og Boldklubben Orient og Islev Gymnastikforening slog sig i

januar 1941 sammen under Gymnastik- og Idrætsforeningen Orient, og havde tilsammen 300 medlemmer.

G.I.F. Orient har gennem tiderne haft mange jern i ilden. Som boldklub i 1930'erne havde vi både brydning og badminton på programmet.

I 1971 kom svømning på programmet. Bueskydning og musikgarden har også kørt et par år. Motionscenter med aerobics, vægt- og maskintræning har også været på programmet. Petanque er en aktivitet som fungerer lidt i yderkanten, men alle er blevet kørt af Orients ledere.

I 1982 kom vores flotte klubhus til og vi er i dag ca. 1700 medlemmer.

Du kan læse mere om Orients historie - og mange andre spændende ting på vores hjemmeside [www.orient-gif.dk](http://www.orient-gif.dk).



# Kommende arrangement

## Banko i Orient

Dørene åbnes på Islev skole den 9. november 2013, kl. 13.30 - og kl. 14 bliver første nummer råbt op.

Der bliver 15 spil + 2 ekstra spil som vanligt, samt salg af 21 spil + minibanko.

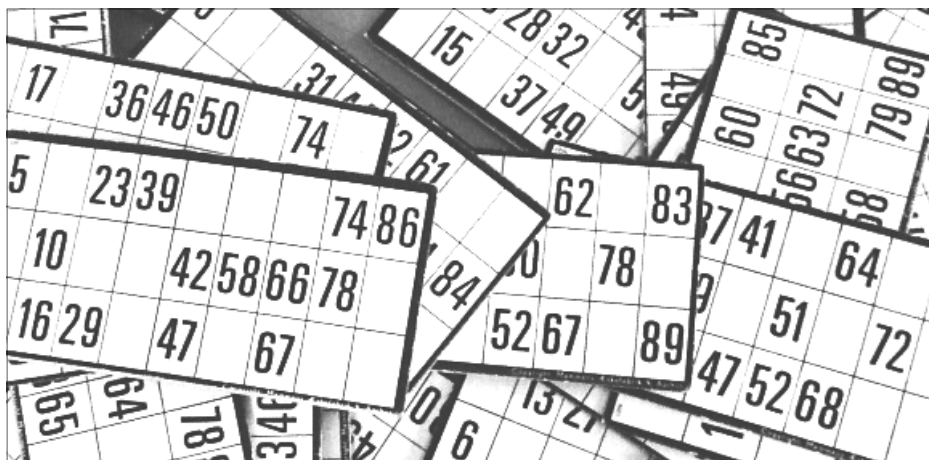
Vand/øl, kaffe/te og måske en lille småkage bliver solgt i salen til en god pris.

Entre koster 50 kr. - dette er inkl. 3 plader. Ekstra plader kan købes til dem der kan følge med.

Husk at tage ekstra poser med og tømme cykelkurv/bagagerum, så der er plads til præmierne, der er lidt ud over det sædvanlige.

Vi glæder os til at se jer til nogle hyggelige timer med masser af gevinster.

/Festudvalget



# Fodbold

## Årgang 2006 ubesejrede som U8 hold

Det var med stor spænding, at vi søndag den 11. august mødte op til det første 5-mands stævne med vores U8-drengene. Drengene havde tidligere kun spillet 3-mands stævner, som er uden målmand og på små mål, så vi var meget spændte på, hvordan drengene ville begå sig på en større bane, med større mål og med målmand.

Vi spillede 4 kampe af 2x7 min. varighed og da der ikke havde været særligt mange tilmeldinger udefra, endte det med, at vi skulle spille 4 kampe mod forskellige hold fra værtsklubben Tåstrup FC.

I den første kamp spillede vi 2-2 efter at have domineret kampen totalt, men vi manglede skarphed foran mål og Tåstrup udlignede på kampens sidste spark. De efterfølgende 2 kampe blev begge 1-1 og viste nøjagtigt samme tendens som første kamp – drengene spillede og kombinerede bedst, løb mest, var først på bolden, men skarpheden manglede. Da drengene havde løbet meget og havde givet sig fuldt ud i de først tre kampe, var vi spændte på, om de kunne holde dampen i den sidste kamp og heldigvis viste det sig, at de nærmest havde endnu mere energi i den fjerde kamp, hvor de fik halet en flot og yderst velfortjent 2-0 sejr i

land og de forlod derfor stævnet som ubesejrede.



Alle 7 mand på holdet bidrog med gode indsatser. Rasmus viste som debuterende målmand fantastisk overblik i feltet og fik scoret et afgørende mål i den sidste kamp. Mikkel var solid forsvarsklippe og kom også på måltavlen. Silas og Lasse sled og slæbte over hele banen og var meget chanceskabende og havde begge gode forsøg på træværket. Sebastian S. var også meget løbestærk og viste godt overblik i flere situationer og kom på måltavlen et par gange. Bastian debuterede også flot som målmand i et par kampe og stod sammen med Frederik M. for en su-

# Fodbold

per fighterindsats og gjorde med gode tacklinger og nærkampe livet svært for modstanderne, når de nærmede sig vores mål.

Alt i alt var træner teamet var meget tilfredse med indsatsen og specielt imponerede over den måde, som drengene kombinerede og viste spilforståelse på.

Skudtræning er på programmet til de næste træninger, men Rom blev jo som bekendt ikke bygget på en dag og det er dejligt at vide, hvor man kan forbedre sig 😊

Vi ser frem mod de næste stævner vi har tilmeldt os her i efteråret og håber på at kunne fortsætte de gode taktik, som blev vist i Tåstrup.

/Michael, Kristian og Jesper



# Fodbold

## Løve Cup 2013

Gaab! det var tidligt. Kl. 7.00 lørdag morgen mødtes 9 drenge til at spille Løve cup (B1903).

I første kamp skulle vi møde B1903. Fulde af håb startede kampen. Efter 3 min. spillede Theo, Marcus fri til scoring 1-0. 5 min. senere snublede Theo over egne ben, mens han dribblede forbi modstanderne. Piff! Fri-spark sagde dommeren. Spørgsmålstegn og Okay. Marius sparker, sagde træneren. Marius sparkede bolden flot hen over hovedet på alle og i mål til 2-0. Så troede alle, at vi kunne gå på vandet. Men lidt fejl og brændte chancer stod det pludselig 2-1. Lige efter på hjørnespark fik vi ikke dækket godt af på 1. stolpe. Bolden ramte stolpen og ud til en fri B1903 spiller, som udlignede 2-2. Trods endnu et par store chancer fik vi ikke scoret mere i kampen.

Næste kamp var mod Allerød. Desværre fik vi det ikke til at fungere, så allerede efter 4 min. var vi bagud 0-2. Vi kæmpede, men Allerød var lidt bedre. Vi havde et par chancer og midt i halvlegen fik Marcus spillet Theo fri til scoring 1-2. Desværre slukkede Allerød hurtigt håbet om point, da de scorede til 1-3 3 min. senere. Lige så stille fusede energien ud af spillerne.

Sidste kamp var mod HIK. En sejr og vi kunne tage fra stævnet med hovedet højt. Desværre var vi slet ikke klar, og efter 30 sek. var vi bagud 0-1. 3 min. senere dømte dommeren straffe til HIK. HIK sparkede på overliggeren. Desværre ramte bolden bagefter Jonas i baghovedet og ind i mål til 0-2. Samtidig måtte Jonas udgå, da han kom til skade. Lidt omrokeringer og lidt held, så kom troen på sejr. Efter 10 minutter spillede Marcus og Theo sig igennem og Theo scorede til 1-2. 3 min. senere gentog de bedriften. Så bølgede kampen frem og tilbage med chancer til begge sidder. Desværre var HIK heldige og scorede til 2-3 lige inden slutfløjtet.

Alt i alt en lidt ærgerlig dag, da modløshed begyndte at vinde frem til sidst. Hvilket ikke var særligt spændende og fremmende for fremtidige kampe.

Vi endte med en 3. pladser i vores gruppe og en samlet 19. plads ud af de tilmeldte 24 hold.

Allerød:	3 0 0 9-2 9
HIK:	2 0 1 10-5 6
Orient:	0 1 2 5-8 1
B1903:	0 1 2 4-13 1

/Bo Kragh Larsen  
U-10

# Fodbold



# Fodbold

## Kom ud af PomFritten - brug bolden

Onsdag den 26. august var "Kom ud af PomFritten – brug bolden" på besøg hos Orient fodbold på sportspladsen på Islev Skole.

"Kom ud af PomFritten" arrangeres af DBU Sjælland i samarbejde med fodboldklubber og SFO afdelinger. "Kom ud af PomFritten – brug bolden" er et nyt koncept, der gør reklame for motion, sundhed og boldspil.

Udover DBU Sjælland og Orient fodbold var dagen arrangeret i samarbejde med SFO afdelingerne Spilopen og Bisværmen. 124 børn deltog i udfordringerne og derudover var der rigtig mange der bare kiggede på.

Alle børnene blev modtaget af Agent Super Sund og en flok mini-agenter. Agent Super Sund og mini-agenterne havde behov for hjælp, for den onde Grev Mug og alle hans usunde og ødelæggende disciple: Bladlus, Pomfritter, Svampe og en kæmpeorm truede med at ødelægge frugter og grønsager på jorden. Agent Super Sund, mini-agenterne og alle børnene skulle sammen forhindre dette ved at skaffe planterne ekstra vitaminer. Vitaminerne skulle SFO-børne indsamle ved at løse en række opgaver. For at skaffe rigtig mange vitaminer var det vigtigt at arbejde sam-

men og løse flest mulig opgaver. Til opmuntring var der et vigtigt kamp-råb: "Hvad skal der på" – "Fart på". Missionen med at samle vitaminer var ikke helt ufarlig, for Grev Mug forsøgte at forstyrre missionen og et ander kampråd skulle hjælpe med at advare og skræmme Grev Mug: "Frugt er godt – frugt er godt".



Det var en fantastisk eftermiddag, som vi i Orient Fodbold håber vil blive husket af alle, der var med. En af de gode kommentarer til arrangementet er fra SFO Bisværmen.

Malene F. Nielsen skriver på vegne af SFO Bisværmen:

"Vi var meget glade for at deltage i jeres arrangement, som jeg sagde på dagen... Virkelig godt tilrettelagt."

Jeg har ikke nogle direkte udsagn fra børnene, men jeg og de andre voksne kunne jo se at børnene, både de "små fine" piger, som vovede sig til at blive, og de drenge som surmulede lidt da vi skulle i gang, havde det herligt og fik rykket nogle grænser for hvad de troede de kunne og hvad

# Fodbold

og hvad fodbold kunne være for noget... (De børn der allerede spiller fodbold var jo med på ideen med det samme).

I Orient Fodbold håber vi at komme til at se rigtig mange nye fodboldspillere i den kommende tid. Træningstiderne ses herunder.

Du kan finde flere oplysninger, f.eks. om hvem der træner holdene, på vores hjemmeside: orientexpres-sen.dk. Du er også velkommet til at kontakte:

Tage Olesen,  
Fodboldudvalget  
Fodboldafdelingen  
Tlf. 2637 9976.

Hold	Dag	Klokken	Sted
U6 (08) Piger & Dreng	Onsdag	17:00 - 18:30	Islev Skole
U7 (07) Piger & Dreng	Tirsdag	17:00 - 18:30	Tinderhøj
	Torsdag	17:00 - 18:30	Islev Skole
U8 (06) Piger & Dreng - hvis ingen kampe	Onsdag	17:00 - 18:30	Islev Skole
	Lørdag	10:00 - 12:00	
U9 (05) Piger & Dreng	Tirsdag	17:00 - 18:30	Islev Skole
	Torsdag	17:00 - 18:30	Tinderhøj Skole
U10 (07) Dreng	Tirsdag	17:00 - 18:30	Islev Skole
	Torsdag	17:00 - 18:30	Tinderhøj Skole
U11 (07-08) Piger	Tirsdag	17:00 - 18:30	Tinderhøj Skole
	Torsdag	17:00 - 18:30	Islev Skole

# Fodbold

## Lige ved og næsten... 23/6-13

*Fantastisk fodbold på Islev Stadion. U16-pigerne gav kanon underholdning.*

Som holdleder Helle sagde: De har givet os nogle ekstra grå hår i hovedet her i eftermiddag - men hvor de bare fortjener denne sejr! Nu glæder hele holdet og trænerteamet sig til SM-finalen på fredag den 28. juni, kl. 19.00 mod Fårevejle.

Hermed et lille skriv fra lederne omkring U16-pigerne:

"U16-pigerne kæmpede et brag af en kamp i dag. Pigerne startede med at komme bagud 0-2, men kom godt igen! Vi havde det meste af spillet og andet ville være helt ufortjent, hvis ikke vi kom igen. Pigerne fightede alle og vi kom op på 2-2 inden halvleg. I anden halvleg havde vi næsten alt spillet. Med et langt indlæg fra Av ind til Julie kom vi op på 3-2. :-) På HELE banen blev der kæmpet og alle pigerne skal roses. Vi vil også gerne takke for al den opbakning, som vi fik i dag. Naboer, venner, familie, spillere og trænere fra klubben var mødt op. TUSIND TAK skal det lyde fra alle på U16-pigeholdet og -teamet."

## 28/6-13 - Finale om Sjællandsmesterskabet i Fårevejle

U16-pigerne fik fabelagtig opbakning i Fårevejle. Ud over forældre kom også trænere og ledere fra andre

hold i klubben og også U19-drengene dukkede op med et glimrende heppekor.

De gik virkelig efter guld, vores piger. Dog kunne både nervøsiteten og præstigeangsten mærkes på pigerne inden kampen. Dette lige indtil de gik på banen og atter en gang viste, at de fuldt velfortjent stod i denne finale om Sjællandsmesterskabet.



Holdene spillede på hver deres måde: Orient spillede sammen, hvor Fårevejle mest kørte på deres enkelte gode spillere. Orient spillede god fodbold med pasninger, god teknik og hjerne bag – desværre er dette nogle gange ikke helt nok.



# Fodbold

Orients piger blev desværre snydt for to tydelige straffespark, da dommeren tilsyneladende kampen igennem glemte, at han havde linjedommere til rådighed. Vi har siden hen fået oplyst, at det ofte er i denne form for kampe, at man afprøver gode dommere med linjedommere for første gang. Og alle skal jo lære – så godt det ikke var i SuperLiguen :o)

Orients sublime U16-piger tabte desværre finalen 0-2 :o(

DBUs repræsentant var til stede og udtalte, at begge hold havde lagt alle kræfter i og kæmpet fantastisk. Orient havde faktisk hele spillet og spillede sammen som alle trænere

ønsker det, sagde han, men nogle gange er det jo marginalerne, der tæller og Fårevejle fik altså scoret på de 2 eneste chancer de havde.

MEN.....

## **KÆMPE STORT TIL LYKKE TIL VORES U16-PIGER**

-det er jo helt igennem fantastisk at vinde sølv til Sjællandsmesterskabet! Tak også for god underholdning sæsonen igennem og et ekstra stort tak til teamet omkring pigerne: Helle, Kate og Casper.

/Susanne Mounaix  
Pigeansvarlig



# Fodbold

## Børnehavernes fodboldturnering den 26. august 2013

Kl. 9.00 mandag morgen mødte 204 friske børnehavebørn kampklar op til en aktiv og oplevelsesrig dag. Da alle 17 hold, som repræsenterede 14 forskellige institutioner, var mødt op, startede dagen med fælles opvarmning, som "Fri for mobberi-bamsen" stod for. Det var til stor begejstring for alle børn, at bamsen kom på besøg. Både pædagoger og børnehavebørn fik rystet kroppen godt igennem inden dagens turnering startede.

Kl. 9.30 blev dagens første kampe fløjtet i gang. Børnene var klar fra start og der blev gået til den. Det var nogle tætte og spændende kampe, som blev spillet allerede i puljekampene og mange institutioner var repræsenteret godt fra forskellige aldersgrupper. Stemningen til hver enkelt kamp var overraskende god, da mange institutioner var troppet op med heppekor og utroligt engagerede forældre og trænere på sidelinjen.



Alle børn fik brugt masser af energi, da der mellem deres kampe var mulighed for at hoppe på hoppeborg og mange andre aktiviteter. Her iblandt var Fætter BR på besøg med to søde piger, der underholdt børnene med leg i ventetiden mellem kampene.

Flere pædagoger brugte tid med deres børn på at øve tricks på fodboldtrampoliner, Global Goal og kegler.



Da alle puljekampe var spillet blev der talt point sammen, hvorefter kvartfinalerne blev fløjtet i gang. Alle 8 kampe var fyldt med flotte mål, smarte finter, søde jubelscener og spænding. Alt dette gik med videre i semifinalerne, som blev spillet af Broparken-Carlsro og Elvergården – Tjørneparken2.

# Fodbold

Det blev IGEN i år en finale mellem Carlsro og Tjørneparken 2. Der var meget på spil, da Carlsro var vindere af sidste års turnering. Det var to MEGET glade og spændte hold, som mødtes i finalen på en bane fyldt med de resterende børn som tilskue-re, hvilket tydeligt kunne mærkes på stemningen. Der blev heppet godt på begge hold og kampen var meget tæt. Det var spænding til det sidste og en kamp fyldt med flot fodbold-spil fra begge hold.

Tjørneparken2 løb med sejren i sidste minut og Carlsro fik en flot og meget velfortjent 2. plads.



Dagen forløb som håbet for fodbold-klubben Orient. Det blev en dag fyldt med glade børn, som fik et indblik i alle de gode og sjove ting, som der kan følge med ved at dyrke hold-sport.

Der blev i løbet af dagen snakket en del om hele den proces, som mange af børnene havde været igennem op

til turneringen, så som træning, nye bekendtskaber i børnehaven, sammenhold og netop det at have det sjovt, mens man dyrker motion, som netop var ét af Orients budskaber ved turneringen.



Selvom der blev placeret et hold på 1.pladsen følte alle børn sig dog som vindere, da der ved præmieoverræk-kelsen var flotte medaljer til alle, samt en masse andre flotte gaver fra sponsorer, som vækkede stor begejstring hos alle børn.

Det var 204 meget glade, men også trætte børn, som forlod Orients hjemmebane kl. ca. 14.00. Vi takker alle deltagere for et stort engagement på dagen og er glade for I alle ville være med til at give børnene en god, sjov, sund og oplevelsesrig dag og ikke mindst give dem et billede af hvem Orient fodbold er.

/Micki Strømlund  
Podetræner

# PLUS | 1

## TANDLÆGEKLINIK

Åbent kl. 7-19 samt lørdage.  
Bestil selv tid på [www.plus1.dk](http://www.plus1.dk)

---

**Gymnastik og Idrætsforeningen ORIENT**

---

[www.orient-gif.dk](http://www.orient-gif.dk)