

ORIENT 1

Medlemsblad for Gymnastik og Idrætsforeningen ORIENT



Fra "Sjov Lørdag" i Rødovrehallen.



Januar 2012
64. årgang

Bestyrelsen

Forretningsudvalg:

Formand

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

Næstformand

Lars Vegener
Valhøjs Allé 93, 3. tv.
2610 Rødovre
Tlf. 2236 4650
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. 4492 0548
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

El-hockey

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

Idrætsmærket

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

Svømning

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

Festudvalg

Preben Christensen
Lucernevej 209
2610 Rødovre
Tlf. 2515 0177
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

Vårfluevej 15
2610 Rødovre
Tlf. 4491 3145

OBS! Tlf. er ikke bemandet

Henvendelse til aktiviteterne.

www.orient-gif.dk

Formanden har ordet



Året 2011 er fortid. Uanset hvad vi gør, kan vi ikke lave det om. Men vi kan rette op på nogle fejl som vi har begået – vi kan drage nytte af de erfaringer vi fik i 2011 og bruge dem på en positiv måde og ikke mindst tænke lidt længere end til ens egen næsetip. Et venligt smil til din nabo, kollega ja til hvem som helst er helt omkostningsfri. Så hvorfor ikke gøre det. Smil til verden og verden smiler til dig.

Vi har taget hul på et nyt år. Et nyt år, hvor vi ikke kan forudsige, hvad det vil bringe af sorger og glæder. Men vi kan konstant arbejde på, at gøre hverdagen mere positiv og tålelig for vore medmennesker. Uforudsete hændelser kan dog pludselig spolere det hele, så derfor er det utroligt vigtigt at glæde sig over det daglige. Livet er for kort til surhed og smålighed – se fremad med glade og positive øjne.

Når I læser dette er der ganske kort tid til foreningens årlige generalforsamling. Det foregår **lørdag den 11. februar, kl. 14 i Orienthuset**. Mød op og vær med til at sætte dagsordenen for 2012.

Jeg ved godt, at mange mennesker har den holdning, at de har nok i den aktivitet, som de går til. Man har jo en bestyrelse til at klare resten, og i øvrigt betyder det nok ikke ret meget, om jeg er til stede eller ej.

Vel gør det så! Generalforsamlingen er foreningens øverste myndighed. Det er netop på sådan en dag, du har mulighed for at komme med ris eller ros, konstruktive forslag mv. Bliver du hjemme, sætter du dig selv uden for indflydelse - men det er jo også et valg.

Med disse ord vil jeg ønske alle et godt og lykkebringende 2012.

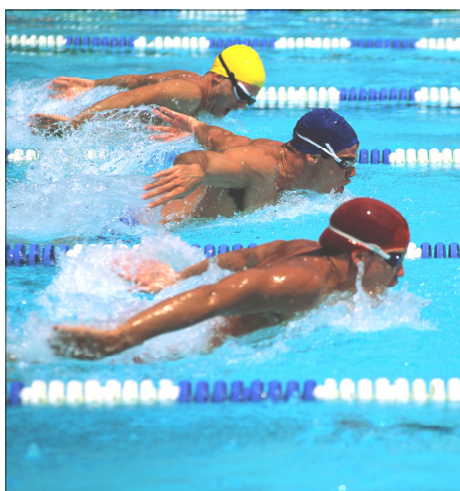
/Jan Quaade

Svømning

Vi vil her fra svømmeafdelingen ønske jer alle en glædelig jul samt et ønske om at I kom godt ind i det nye år.

Først en opfordring til alle jer forældre om at I ikke må gå igennem den lille mellemgang ind til svømmehallen for at give beskeder eller aflevere børnene. Det er ikke hygiejnisk korrekt at gå igennem der.

Desuden skal I huske at sætte kryds i kalenderen **lørdag den 21. april** for der har vi afslutnings- og klubmesterskab. Den dag vil jeres børn vise jer hvor dygtige de er blevet - og man kan tydeligt se forskel fra da de startede og til nu. Så kom og vær med til denne store dag. Der vil komme nærmere informationer om denne dag.



I december var talent- og konkurrenceholdene til adventsstævne i Glostrup svømmehal. Det var en hyggelig dag, hvor de kom hjem med en del medaljer og de bliver stadig ved med at sætte personlige rekorder, så man kan sige at deres træning hjælper dem godt på vej.

Den 5. februar skal vi afholde Landsdelmesterskaber i Islebadet. Til dette stævne skal de kvalificere sig til at komme med til landsmesterskaberne som bliver afholdt i Ikast i marts måned.....

Ellers syntes vi at det går godt med alle de nye og dejlige børn som er startet og vi er nået en halv sæson igennem nu, så vi ser frem til den sidste halvdel.

Til sidst vil jeg lige sige tak til alle dem som har hjulpet til ved stævner og vores arrangementer. Det er en stor hjælp og uden jer, var vi ikke dem som vi er blevet til i dag.

/Annette

Arvins Mindefond

Arvins Mindefond

Fonden blev oprettet ved foreningens 50 års fødselsdag af fru Arvin - hvis mand var initiativtager til oprettelsen af Gymnastik og Idrætsforeningen Orient.

Legater fra fonden uddeles efter ansøgning, til en eller flere af Orients medlemmer, instruktører eller trænere, der ønsker at dygtiggøre sig med henblik på sit fortsatte virke for Orient.

Legaterne uddeles fredag den 4. maj i Rødvrehallen i forbindelse med en reception i anledning af at Orient fylder 80 år.

Ansøgninger sendes til foreningens formand Jan Quaade, senest den 1. april 2012.

Orientbladet

Næste nummer (2) - februar

Indlæg, fotos mv. til næste blad skal være redaktøren i hænde senest **fredag den 17. februar 2012.**

Indlæg sendes til:
orientbladet@orient-gif.dk

Det er besluttet at Orientbladet i år udkommer 5 gange, så tjek endnu engang deadlines hvis I ønsker at bringe noget i bladet.

HUSK derfor deadline til bladet:

- Nr. 1 - 6. januar 2012.
- Nr. 2 - 17. februar 2012.
- Nr. 3 - 20. april 2012
- Nr. 4 - 31. august 2012.
- Nr. 5 - 2. november 2012

/Dorthe Quaade

Tidligere arrangementer

Lidt om året 2011 fra de festlige udvalg. Der er meget nyt under solen, men først til slutningen af historien.

Første udfordring var igen i år fastelavn og som sædvanligt går folk fuldstændig amok når de får en kølle i hånden. Der ligger en bunke brædder efter få sekunder og hvad så! Ja, så er der bare uddeling af fastelavnsris til konger og dronninger. Men det blev igen et godt arrangement med fastelavnsboller og hvad der ellers hører til sådan en dag.

Vores fødselsdag blev som den plejer og det skal den også bare blive ved med. Sang ved flagstangen og et godt morgenbord og legater til dem der har fortjent det og ingen legater til dem der glemmer at søge. HUSK DET DOG!

Bankospillet blev også som det plejer. Nogle slæber sig en pukkel til og andre har bare ikke heldet med sig i spil. Men så går det måske bedre med kærligheden?! Det er altid sjovt at sidde nede bagved og have det store overblik og så sige banko så tit som muligt.

Juletræs festen er populær og heldigvis. For det er et stort arbejde for dem der er med til at gøre klar inden dørene åbnes og efter at de lukkes igen. Desværre havde vores Luciakor igen meldt fra og sådan er det bare,

lidt sørgeligt for det er hyggeligt når sådan et børnekor synger så englene danser.

Og så til nytænkningen omkring hvordan sådan en julefest kan gå. I år havde vi udefra hyret en nisse til at styre slagets gang og det gjorde han forrygende godt. Han hjalp børnene med at kalde julemanden frem, han tryllede og han sang og dansede. Jeg tror at de fleste havde en rigtig god oplevelse og det var lige hvad vi trængte til efter flere år med et roligt tempo i festen. Fuld fart fremad, det var hvad vi fik og mange havde så travlt med at komme hjem og fortælle om oplevelsen, at vi næsten ikke kunne finde vindere af præmierne ved lodtrækningen. Flere gange måtte vi trække nyt nummer for at få en vinder op og hente sin præmie.

Jeg er meget glad for denne oplevelse vi alle fik og det bliver svært at leve op til sådan et arrangement en anden gang, men mon ikke det går! Så må vi jo heller ikke glemme at der også var vores berømte vaffer, gløgg og kaffe/te, øl og vand og så godteposerne, var det ikke det hele? Det tror jeg.

Til slut vil jeg atter takke for al den hjælp jeg får hver gang jeg kalder, uden jer gik det ikke, så mange tak.

/De festlige udvalg

Generalforsamling

Generalforsamling

Gymnastik og Idrætsforeningen Orient afholder ordinær generalforsamling,
lørdag den 11. februar 2012, kl. 14.00
i Orienthuset, Vårfluevej 15, 2610 Rødovre.

Dagsorden ifølge vedtægterne:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af stemmetællere.
3. Formandens beretning.
4. Udvalgsberetninger.
5. Fremlæggelse af regnskabet.
6. Indkomne forslag.
7. Valg:
 - Formand Jan Quaade
 - Sekretær Kirsten Bertelsen
 - Forr.udv.medlem Carsten Præst
 - Revisor Tove Olesen
 - Revisor Helen Hardenberg
 - Rev.suppl. Poul MortensenAlle er villige til genvalg.
8. Eventuelt.

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal være formanden Jan Quaade i hænde senest 14 før mødet.

/Bestyrelsen

Efter generalforsamlingen er Orient vært ved en lun ret.

Fodbold

DBU Teenagetræning

Ikke nok med at Kate er aktiv målmand for Orients U18-piger, hun er også aktiv som fodboldtræner i Orient, og hun mente, at trænerne i Orient kunne have godt af at lære noget om at træne og fastholde disse "utilregnelige teenagere", så hun fik arrangeret et DBU-kursus om emnet... "DBU Teenagetræning"ikke dårligt tænkt af en teenager!!!

Når man i en klub som Orient oplever at rigtigt mange teenagere stopper til fodbold (mere end 50% tror jeg), så er det jo et vigtigt emne, men helt ærlig, orker man nu at deltage, og der er jo også så meget andet, man også lige skal nå, og... ja-nytter det overhovedet noget som helst, de er jo bare teenagere.....så de ER vel bare sådan og ja undskyldninger er der nok af... men nej, tænkte jeg, det er for slapt Når en teenager gider at tage et initiativ for at fastholde andre teenagere, så må man jo tage det seriøst, så selvfølgelig skal man deltage, det manglede bare andet!

Fra DBU kom vores husven Richard, og "medierne" var en blanding af teenagedrenge og -piger. Richard fik igangsat træningen, hvor en del af øvelserne nok umiddelbart tilhørte kategorien leg, som man nok oftere ser brugt i de yngre årgange, men mix'et af drenge og piger gjorde noget

magisk..... og der blev grinet og fnist en hel del, og alle så ud til, at de havde det sjovt. I lige netop den slags "lege-øvelser" var det en klar succes at blande drenge og piger...en rigtig eye-opener!!

Næste øvelse, spiløvelse 3 mod 2, god øvelse, godt koncept, men den viste også, hvornår man måske IKKE skal blande piger og drenge, hvis alle skal have noget ud af det....der er noget med fysikken til forskel!

Efter træningspasset, løs snak og opfølgning i Hulen... og nu er det jo ikke første gang der kommer en "guru" fra DBU og fortæller os, at alle de unge mennesker holder op med at spille fodbold inden de fylder 18....surprise surprise...og det må vi gøre noget ved som klub.... godt så....men hvad skal vi gøre..... DET har DBU sjældent et bud på!!!! Men det havde Richard!!!!.....seriøs mand, han skar ind til benet og forklarede, at hvis man ikke tager de unge mennesker seriøst, og hvis de ikke synes, det er sjovt, ja så finder de bare et andet sted, hvor de bliver taget seriøst, og hvor de synes der er sjovt at være. Det er jo egentligt såre simpelt.....det var da til at forstå.....men tager vi da ikke de unge mennesker seriøst i Orient fodbold? Er det ikke sjovt i Orient? Jeg syntes jo nok, at Kate og alle hendes trænerkollegaer har viljen til at ville lære

Fodbold

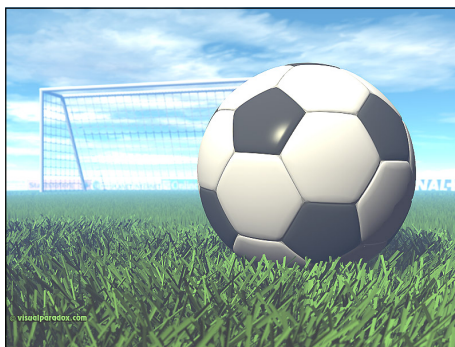
mere og dermed tage såvel fodbolden som de unge mennesker seriøst. Men bliver vi trænere taget seriøst?? Jeg mener, når der ikke engang er mål på fodboldbanen, hvor man træner (Tinderhøj) så bliver man ganske simpelt IKKE taget seriøst som fodboldtræner og da slet ikke som spiller...hvor et det lige man scorer mål? Når tilfældighedsprincippet råder, når man skal lave præcise afleveringer, ikke fordi man rammer bolden forkert, men fordi der er så mange huller i banen (Islev skole), at bolden ALTID havner et andet sted end det var planlagt, så er det vel ikke at tage fodboldspilleren seriøst, helt ærligt, man kommer jo til at tænke på 'OK' reklamen "der kommer spyd"!!!

For at udfordre de bedste foreslog Ricard at to årgange trænede samtidigt, således at de bedste kunne møde lidt større udfordringer ved at træne med nogle, der var lidt ældre. I den forbindelse prøvede vi i Orient at arrangere en enkelt uge, hvor de 5 spillere der skulle prøve at have lidt flere udfordringer prøvede at træne med en ældre årgang. Et godt eksperiment, der bør følges op, således at det bliver muligt oftere at give spillerne denne mulighed, og dermed får både spillere og trænere på tværs af årgangene også mulighed for at lære hinanden bedre at kende. Men NEMT det bliver det ikke, det er noget af et puslespil, der skal gå op.

Så jeg mener, at Richard har ret, hvis vi prøver at tage de unge mennesker seriøst, hvis vi prøver at give dem tålelige forhold til fodbold på græs, hvis vi kunne udnytte den rest kapacitet, der jo vitterligt er i Rødovres haller om vinteren, således at vi kunne fastholde vores spillere i fodbolden hele vinteren, så kan det være, at vi har en chance for at fastholde teenagerne, og hvis vi så kunne lokke Kate til at arrangere endnu et kursus og invitere den kære kommunalbestyrelse som medier, så kunne de efter en god gang træning med efterfølgende bad, selv danne sig en "brugernes mening om de kommunale tilbud", og derefter overveje hvor seriøst de tager OS.

Så alt i alt, det var et rigtigt godt kursus, og det var rigtigt godt at Kate tog teenagerne seriøst..... vi er åbenbart MANGE der kunne lære noget af hende!

/Morten Hass
drenge årgang 2002



Kommende arrangementer

Året 2012 - Hvad sker der og hvornår

Fastelavn

Søndag den 19. februar, kl. 10 er det tid til at mødes igen på terrassen i Orienthuset. Så hænger tønderne klar, bollerne er i ovnen og kakaoen er varm.

Vi finder nogle konger og dronninger og hygger i huset, hvad mere kan man ønske på sådan en dag?

Orients fødselsdag

Lørdag den 4. maj, holder vi vores fødselsdag.
Mere om den senere.

Banko

Lørdag den 10. november, kl. 14 på Islev skole i festsalen starter vi med at spille og vi slutter ikke før alle præmier er vundet.

Måske vinder nogen af dem der plejer at holde sig tilbage, hvem ved!

Dørene åbnes 13.30 og når vi er færdige må man selv sørge for at slæbe sig hjem.

Juletræsfest

Søndag den 9. december, kl. 14 på Islev skole i festsalen skal vi rundt om træet, vi skal synge og kalde på julemanden, spise vafler, drikke kaffe eller gløgg eller noget koldt. Frit valg.

Når alt dette er overstået er det snart 2013 - pyha det går stærkt.

/Festudvalget

Gymnastik

Gymnastikafdelingen ønsker alle medlemmer og instruktører et godt nytår 2012 og håber alle er kommet godt ind i det nye år.

Træningen til Orientdagen er allerede i fuld gang og vi glæder os til at se resultaterne den 31. marts i Rødovre Stadionhal, hvor vi starter kl. 13.00. I det næste blad, som udkommer omkring den 11. marts, vil man kunne se programmet for dagen. Sæt allerede nu et stort X i kalenderen, for før vi ved af det, er vi fremme ved Orientdagen.

Husk! Husk! Vinterferie i uge 8.

Alle hold, uanset hvor man gør gymnastik, holder vinterferie i uge 8, altså fra mandag den 20. februar til søndag den 26. februar. Hvis man bor i en anden kommune end Rødovre, kan vinterferien godt falde anderledes, så vær opmærksom på dette.

DGI Forårsstævne.

Lørdag den 3. marts skal Orients hold 24 - store springpiger - til stævne i DGI-byen og i weekenden den 10. marts skal Orients hold 06 - TeenBeat på gulvet. Vi ønsker alle pigerne en rigtig god fornøjelse.



Ak ja, hvad bliver der ikke talt om ved ribberne på hold 01. Dette var årets julehilsen til instruktøren Susanne fra holdet, tegnet af Inge M.

Gymnastik

Den 20. november 2011 afholdt GIF Orient et arrangement for de lidt større børnehold i Rødovrehallen.

Der kom ca. 100 børn og instruktører og alle fik nogle hyggelige timer sammen. Børnene var delt i 2 hold.

Der blev prøvet og trænet på alle mulige redskaber, også redskaber som der ikke er mulighed for i den daglige træning.



Spilop-hop, Supersildene, Springmus, små springpiger og Krudtuglerne varmer op inden dagen starter.



Efter et par sjove timer er det tid for pigerne og drengene til afspænding.

Gymnastik

Senere på dagen kom så turen til de lidt større hold.



Orients TøZer, store springpiger og TeenBeat varmer op før redskaberne blev indtaget.



Efter et par timers hård træning var det så tid, for de store hold, til afspænding.



Dagen blev en stor succes og alle var enige om at dette arrangement burde gentages i næste sæson.

En stor tak til alle instruktører som stillede frivilligt op og gjorde dagen sjov og oplevelsesrig for alle piger og drenge.

/Elisabeth Petersen



Kommende arrangement

Sjov Lørdag i Rødovrehallen

Kom til en sjov og anderledes lørdag i Rødovre - og tag dine venner med
lørdag den 3. marts 2012, kl. 12 .00-20.00.

Mange af kommunens foreninger, heriblandt Orient, stiller op med sjove og spændende aktiviteter - så du får garanteret en på opleveren.



Sporten

(01) 70 04 84 • 70 04 75

Mor til »Matador«:

Lise Nørgaard mener konkurrence er vigtig

Sportens helte - dem fra elite-idrætten - er vigtige når det gælder at motivere andre, mener journalisten, forfatteren Lise Nørgaard, der i dag besøgte Rødovre

Der kan ikke gives penge nok til sporten. Hæret med det store antal unge mennesker ikke får i tale.

Ved at ofte mere på kulturen - eventuelt lægge det over til undervisningsministeriet - ville der på længere sigt give

kunne spares på sociale sektoren.

Det bør nøje overvejes om det at bruge sin krop målrettet ikke skulle indgå tidligt i opvæksten - allerede i børneinstitutionerne. At kappes om et eller andet er noget børn el-

sker højst.

Udgalelser fra journalisten og forfatteren til »Matador«, Lise Nørgaard, der i dag var inviteret til Rødovregård af GIF-Oriens på baggrund af en artikel hun blandt andet har haft offentliggjort i Dansk

Idræts Forbunds officielle organ Idrætsliv.

Hun mener sporten har en psykisk betydning for udevejen. Den styrker individet, der bedre kan klare at rejse sig efter et nederlag. Idrætten giver ting, som

skolen ikke gør og hun mener heller ikke gives så udpræget i hjemmene.

Forældre

- Ofte er forældrene ikke flinke nok til at bakke børnene op i deres opvækst. Det sker tit, at de får lov at springe fra det ene til det andet. Når der ikke er en tilstrækkelig dialog med forældrene bliver børnene lettere modtagelige for dårlige vibrationer, som punk, hash og lignende, sagde Lise Nørgaard, der selv har fire børn.

- Med motivation kan man komme småbarns rastløshed til livs og give dem en meningsfuld barndom. Og der er intet fløvt i at indpode dem et konkurrenceelement overfor sig selv.

- Kropp- og hjernebevågenhed følges ad. Et synspunkt også knuistiske kredse går ind for. Jeg vil holde på, at det også er på den måde, vi får littet hjernen.

Håbet om næste gang

Lise Nørgaard mener, at idrætsledere bør handles. »Ingen gør sig vist klart, hvad de sparer samfundet for.«

- Men det beror på lederne om sportsudøvere kan tage både sejre og nederlag. Enhver sportsudøver, stor eller lille, ung eller gammel, ved i sit indre udmærket, at der ikke vinker en mønstret forside ved enden af løbet eller kampen. Men velkommende går på banen med forstillingen

om, at miraklet vil ske - og sker det alligevel ikke, så er det også lige meget. For tilbage sidder håbet om næste gang - og overbevisningen om, at man i hvert fald gjorde sit bedste og ydede lidt mere end sidst.

Motivatorer

Lise Nørgaard mener også, at sportens elite, de få udvalgte, er motivatorer.

- Nogle børn tilknyttes ganske vist sporten, fordi deres forældre allerede kender glæden ved og nyten af den. Men andre børn, som ikke motiveres hjemmefra, får en spredende interesse for sporten, når de ser dens spæste udøvere og det de præsterer. den højeste kappetrid. Kappelsen smitter og bliver det aldrig til andet end et tredjehold eller til en plads i de bedste rækker, så driver børnene også deres sport i bevidstheden om, at den er velmeriteret. De føler sig, uanset deres resultater solidariske med vinderne.

Tilbud fra skolen

For at gøre udbuddet af fritidsinteresser større kunne skolen træde til. Lise Nørgaard mener, at man kan lære af for eksempel USA og Sovjetunionen, som på visse områder ligner hinanden.

I begge lande har skolevæsenet fritidstilbud til alle. Svædet enten det drejer sig om sport, musik eller dans.

PRIS



Hjemmesiden

Hvad syntes du mangler på vores hjemmeside?

Skriv uforpligtende til:
webmaster@orient-gif.dk

Har du gode ideer, ris eller ros, så hører vi rigtig gerne fra dig, så vi kan blive inspireret til nye input.

/Jesper

Gymnastik og Idrætsforeningen ORIENT

www.orient-gif.dk