

Medlemsblad for Gymnastik- og Idrætsforeningen ORIENT

3

ORIENT

Formanden har ordet
side 3

Fællesskaber i dagtimerne
side 4

Juletræsfest
side 9

Mere bevægelse - ledige pladser
side 11

November 2021 - 73. årgang

Indhold

•	Formanden har ordet + generalforsamling	3
•	Fællesskaber i dagtimerne i Orienthuset	4
•	El-hockey og Powerchair Floorball	7
•	Håndbold	8
•	Juletræsfest	9
•	Sommermotion og Idrætsmærke	10
•	Gymnastik	11
•	Svømning	12
•	Orients forretningsudvalg	14
•	Orients aktivitetsformænd	15



Kig ind på Facebook og "like" os
facebook.dk/orientgif

Formanden har ordet

Det er en kold tid som vi lever i - alle går rundt og fryser....

Men i Orient er her hygge og varme.

Der er liv og latter, når man bevæger sig rundt ved de forskellige aktiviteter i klubben. Masser af barnestemmer og venskaber der trives på tværs af banerne - både inde og ude.

Engagerede frivillige trænere, instruktører og andet godfolk har fundet arbejdstøjet frem og giver hver dag, en kæmpe hånd for at klubbens ånd er intakt. Tak til jer alle.

Med den kolde tid kommer også en masse hygge i Orient fællesskabet. Det kan I læse mere om inde i bladet.

Slutteligt vil jeg ønske jer alle et rigtigt godt efterår og en rigtig glædelig jul.

/Maria Grøndahl
Formand

Generalforsamling

Gymnastik- og idrætsforeningen Orient
afholder ordinær generalforsamling,

lørdag den 5. februar 2022, kl. 10.00
i Orienthuset.

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Fællesskaber i dagtimerne i Orienthuset

Kom og vær med til at tænke gode ideer højt - og forhåbentlig føre nogle af dem ud i livet. Så laver jeg en kop kaffe til dem, der kommer.

Gode ideer og input til aktiviteter i Orienthuset i dagtimerne:

Hvad vil vi gerne samles om?

Ugentligt kortspil? Fællesspisning?

Bordfodboldturneringer? Temaarrangementer?

Hvordan får vi gang i petanque igen? Nu har vi banen!

Hvilke fællesskaber skal vi sætte i gang?

Mød frem **torsdag d. 25. november 2021 kl. 15.00.**
Kaffen er klar i Orienthuset, Ved Sportspladsen 14, Rødovre.

På bestyrelsens vegne
Lene Hummelgaard



Nybolig Rødovre støtter ORIENT

Få 5.000 kr.

Skal et hold fra foreningen på træningsweekend?
Eller er det på tide med nye spillertrøjer?

Hvad end I bruger pengene på, så ligger
Nybolig Rødovre 5.000,- i foreningskassen hver gang
Nybolig får en bolig til salg med henvisning fra Orient.



Læs mere på bagsiden 



Nybolig Rødovre
Rødovrevej 264, 2610 Rødovre
36 70 80 00 / 2610@nybolig.dk

Sådan skaffer du 5.000,- til foreningen

Du vil sælge din bolig

Sætter du til salg hos Nybolig Rødovre, bidrager vi med 5.000 kr. til en valgfri aktivitet. Alt du skal gøre er, at udfylde nedenstående med dine oplysninger og aflevere den inden indgåelse af formidlingsaftale

Du vil henvise andre, der vil sælge deres bolig

Du kan også henvise familie og venner. Sætter din familie eller venner til salg med henvisning fra dig, støtter vi ligeledes med 5.000 kr. Alt du skal gøre er, at udfylde nedenstående med dine oplysninger og aflevere den inden indgåelse af formidlingsaftale.

Jeg vil: sælge henvise (sæt kryds)

Navn: _____

Tlf.: _____

E-mail: _____

Adresse: _____

Orient aktivitet: _____



Aflever denne på flg. adresse eller pr. mail

Nybolig Rødovre

Rødovrevej 264, 2610 Rødovre

36 70 80 00 / 2610@nybolig.dk

El-hockey og Powerchair Floorball

Inden vi får set os om, står julen for døren og vi skal alle holde jul og nytår uden begrænsninger.

Der holdes juleferie for både El-hockey og Powerchair Floorball fra uge 51 og vi starter op igen i uge 2. Altså ingen træning i uge 51 og træning igen i uge 2.

Kontingent:

Vil I venligst tjekke, om det er det rigtige kort nr. som er registreret i Orients system. Måske har fået nyt betalingskort siden I blev oprettet. Nye medlemmer skal gå ind og registrere sig.

El-hockey stævneplan 2021/2022

Dato	Stævne	Arrangør	Sted
20./21. november	2. stævne i 1. division	Odense	
4. december 2021	2. stævne i 3. division	Gårslev	
15. januar 2022	3. stævne i 1. division	København	København
29. januar 2022	3. stævne i 3. division	Aabenraa	Aabenraa
5. marts 2022	4. stævne i 1. division	Aarhus	Aarhus
26. marts 2022	4. stævne i 3. division	Orient	Rødovre

1. Division: Aarhus Rolling Tigers 1, Aarhus Rolling Tigers 2, København El-Hockeyklub 1, Aalborg Rasing Panthers, Orient Red Bulls 1, Aabenraa Danfoss Lions, Odense Wheelers 1, Aabenraa Danfoss Astronaut

3. Division: Orient Red Bulls 2, Gårslev Blå, Gårslev Grøn, Aabenraa Danfoss Dream Team, Viborg

/Dorte Berenth

Vinterturnering i håndboldens tegn

Endelig er en helt almindelig vinterturnering i gang - helt uden corona restriktioner. Hvor har det dog været savnet!

Første kamp vundet, så det skal nok blive godt.

Vi træner stadig hver tirsdag og snart er der også lidt fodboldtræning om torsdagen. Det er helt utroligt... men mange gange er der 15-18 spillere til træning. Man skulle jo næsten tro at de kunne lide det!

Udover håndbolden har holdet tjent penge til klubben på Belahøj Kræmmermarked.

Julefrokost reserveret. Den ser også ud til at lykkes i år. Tur til håndbold EM i Ungarn til januar bestilt. Gad vide om vi bliver kvalificeret :)

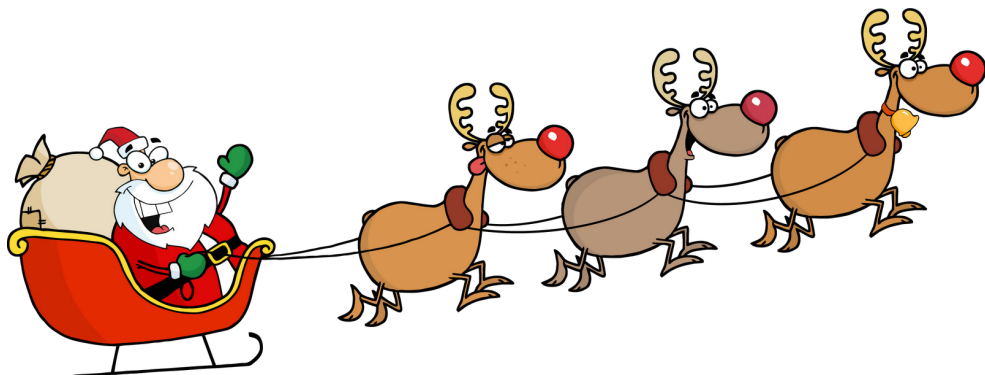
Det var ordene for denne gang.

/Lene Hummelgaard



MEN'S EHF EURO 2022

Juletræsfest



Vi har ventet og ventet og ventet -
og nu skal vi snart ikke vente længere...

Så vær klar på tasterne fra søndag den 28. november kl. 10, hvor du via Orients hjemmeside, kan købe billetter til årets store juletræsfest **søndag den 12. december, kl. 14 i festsalen på Islev skole.**

Billetsalget slutter når der er udsolgt, eller senest den 3. december kl. 20.00. Billetterne koster kr. 35 pr. pers uanset om du er et lille barn, stort barn, legebarn, voksen eller tusse gammel.

Der er som altid salg af vafler, kaffe/te, gløgg, øl og vand.
Vi modtager kun kontanter.

Medbragt mad og drikkevarer må ikke nydes i salen.

Vi håber at vi igen kan råbe i kor efter julemanden og danse om træet. Vi glæder os til at se jer til nogle hyggelige og sjove timer

/Festudvalget

Afslutning af årets Sommermotion og IM

Det var en ekstra festlig afslutning, da 26 af de 48 deltagere i Orients udendørs sommermotion i år fik overrakt deres idrætsmærke i det nye Orienthus i Islev.

Der var nemlig ikke mindre end tre superseje kvinder, der skulle modtage 50-års guldmærke efter at have bestået prøverne i atletik, udholdenhed og fysisk form. Fra venstre på billedet stråler Hanne Pedersen, Kirsten Bertelsen og Ingrid Jensen.



Idrætsmærket er et fænomen som nogle kun kender fra de gik i skole, men Orient har haft stor tilslutning til idrætsmærket for unge og voksne helt fra 1944. De tre 50-års jubilarerer har været med fra 60-erne gennem idrætsmærkets storhedstid, og kan fortælle om, hvordan der var trængsel på Rødovre Stadion, da det toppede med helt op til 153 deltagere i 1981. De var selv 28 og 29 år, da de startede, og siden har de bare trofast og engageret fortsat med træningen, til de i dag er omkring de 80 år.

Kravene er graderet efter alder, hvad der gør det muligt og attraktivt at fortsætte op i årene. Og har man ikke lyst til at tage idrætsmærke, er træningen bare rigtig god motion i de fire sommer måneder.

Det er heller aldrig for sent at komme i gang. Samtidig med de tre 50-års jubilarerer havde tre stolte debutanter erhvervet sig deres første mærke. Vores instruktør Henrik Østergård overrakte diplomer og mærke til Hanne Christensen og Lars Øhlenchläger. Jette Gotsche var den tredje.

/ Lisbeth Steensborg



Kom frisk - det er ledige pladser

Så er de første måneder af sæsonen 2021/22 gået, og mange er heldigvis kommet rigtig godt i gang igen.

Trods den sidste negative sæson, med covid-19, hvor meget blev lukket ned, ser det heldigvis ud til at de voksne ikke har mistet lysten til at dyrke motion al-ligevel. Dog er der stadig plads på de fleste voksenhold, både formiddag og aften, især kunne der godt bruges lidt flere mænd.

Så kære mænd, find et hold der passer til jer, og se at komme i gang. Der er både plads til motion, hygge og godt samvær.

Både mænd og kvinder, gå ind på Orients hjemmeside orient-gif.dk og se om der ikke lige er plads på et hold der passer til dig.

Til vores hold "Stolemotion" tirsdag formiddag kl. 10.00 i Rødovre Stadion-hal, Elstedvej 40, er der også pladser. Stolemotion er for dig, der ønsker at bevare kroppens styrke, bevægelighed, forbedre balancen og øge konditionen. Alle kan være med, også selv om man plages af div. skavanker. Holdet er for både mænd og kvinder.

Kom og få en gratis prøvetime, og se, om det måske er noget for dig.

Vores største problem i denne sæson er alle piger mellem 8 og 12 år. Det ser ud til, at netop denne aldersgruppe

ikke har haft godt af coronaen. Det var måske sjovere at sidde hjemme foran skærmen end at komme ud blandt andre på denne alder og dyrke motion.

Så piger, tænk over, om I ikke trænger til lidt sjov, spas, hygge og grin og måske få nogle nye veninder. Mød op, og få en gratis prøvetime på et af holdene. Du kan se nærmere på orient-gif.dk og finder du et eller flere hold du har lyst til at prøve, så aftal med instruktøren hvordan - og hvor meget du skal betale for resten af sæsonen.

Juleferie

Nu skal det første adventslys snart tændes og første halvdel af sæsonen er gået. Alle holdene holder deres egen lille juleafslutning, enten på skolerne, i gymnastiksalen, i sportshallerne eller i Orienthuset. Rigtig god fornøjelse til jer alle.

HUSK! Sidste træning inden jul er torsdag den 16. december 2021. Holdene starter op igen fra mandag den 3. januar 2022.

Service medarbejderne på skolerne og halpersonalet i sportshallerne ønskes en god jul og godt nytår samt tak for godt samarbejde i 2021.

Gymnastikudvalget ønsker alle medlemmer, instruktører samt deres familie rigtig glædelig jul og et godt nytår.

/Elisabeth Petersen

Masser af aktivitet i svømmehallen



Ih hvor det kører.

I er fantastiske til at fylde hallen med latter og sjov.

Det er en fornøjelse at se, hvordan de forskellige hold klør på.

Man kan allerede nu se, at de små forsagte haletudser og frøer er helt trygge i vandet. Det er også tydeligt at se, at de har stiftet nye bekendtskaber på tværs af skoler og SFO.

I forældre har været fantastiske til, at "acceptere" de restriktioner vi har været underlagt og formået at holde de værste frustrationer ude - også når det ikke har givet helt mening. Det er rart, at vi har en fælles agenda, nemlig at få de skønne børn i vandet.

Jeg vil læne mig tilbage og nyde at det hele kører, i særdeleshed takket være vores fantastiske instruktører. Uden dem kunne var vi ilde stedt.

Til sidst vil jeg ønske jer alle et godt efterår og håber at se jer til vores årlige juleafslutning.

/Maria Grøndahl

Vigtige datoer

- Søndag den 21. november, kl. 12.30 – 16.30: Mini stævne for haletudser, frøer og sælunger.
- Søndag den 5. december, kl. 12.30-15.30: Juleafslutning for svømmerne og forældre/søskende. Der kommer en tilmelding.
- Søndag den 12. december: Juletræsfest for hele Orient i festsalen på Islev skole. Se invitation i bladet.
- Søndag den 27. februar: Fastelavnsfest for hele Orient.
- Søndag den 13. marts, kl. 12.30 – 16.30: Juniorstævne for Sæler, pingviner og ungdom.
- Lørdag den 21 maj, kl. 12.30-17.30: Klubmesterskab for svømmerne og deres pårørende.

Ministævne i november

Så nærmer tiden sig til at vi i Orient svømning afholder vores aller første ministævne.

Ministævnet er for vores mindste svømmere; Haletudser/Frøer/Sælunger, og bliver afholdt **søndag den 21. november 2021 fra kl. 13-16**. Ministævnet er en rigtig god mulighed for at vise, hvad man kan i vandet.

Man kan deltage i alt lige fra 20 meter plaskeben eller valgfri med en orm, til at kaste sig ud i en 25 meter. Der vil være instruktører til stede som hjælper alle igennem dagen, hepper sammen med resten af hallen og sørger for, at I får en MEGA fed dag! Til slut vil alle få et fint diplom for deltagelse og med nedskrevne svømmetider på.

Tilmelding sker over mail til svomning@orient-gif.dk

Her skal stå følgende:

- Navn på svømmer
- Hold
- Hvad der ønskes at svømme (program bliver sendt på mail til medlemmer)

Vi glæder os til at se så mange af jer som muligt til en hyggelig dag. Husk at invitere venner/familie til at komme og se på.

/Orient svømning



Orients bestyrelse

Forretningsudvalget

Formand

Maria Grøndal
Tlf. 3161 6222
hovedformand@orient-gif.dk

Næstformand

Lars Vegener
Tlf. 2236 4650
naestformand@orient-gif.dk

Kasserer

Søren Mortensen
Tlf. 6066 8104
kassereren@orient-gif.dk

Sekretær

Lene Hummelgaard
Tlf. 2331 8746
sekretaer@orient-gif.dk

Forretningsudvalgsmedlem

Carsten Præst
Tlf. 2987 8036
udvalgsmedlem@orient-gif.dk



Aktivitetsformænd

Fodbold

Tage Vestergaard Olesen
Tlf. 2637 9976
fodbold@orient-gif.dk

Gymnastik

Elisabeth Petersen
Tlf. 3670 3883
gymnastik@orient-gif.dk

Håndbold

Lene Hummelgaard
Tlf. 2331 8746
handbold@orient-gif.dk

Idrætsmærket

Lisbeth Steensborg
Tlf. 2636 0927
idrætsmaerket@orient-gif.dk

El-hockey/Powerchairfloorball

Dorte Berenth
Tlf. 2013 3346
elhockey@orient-gif.dk

Svømning

Maria Grøndahl
Tlf. 3161 6222
svomning@orient-gif.dk

Festudvalg

Susanne Fotel Christensen
Tlf. 2063 5669
festudvalg@orient-gif.dk

IT & Webmaster

Jesper Quaade
Tlf. 2097 8804
webmaster@orient-gif.dk

Bladredaktør

Dorthe Quaade
Tlf. 2940 5941
orientbladet@orient-gif.dk

Orienthuset

Preben Christensen
Tlf. 2515 0177
orienthuset@orient-gif.dk



LaserTryk™ dk

