

Orients Generalforsamling

Lørdag d. 27. marts 2021

Beretning fra Idrætsmærke og sommermotion

Hvad er det egentlig, vi springer rundt og laver på stadion ved Elstedvej hvert år i de fire sommermåneder? Vi holder os i form med gymnastik og grundig opvarmning og øvelser på de udendørs fitnessmaskiner.

De mest entusiastiske laver kuglestød og spydkast, kaster slyngbold og diskos, springer højdespring og længdespring og løber og cykler på tid. Altså vi cykler selvfølgelig ikke på stadion.

Hvis man har lyst, kan man tage prøver til idrætsmærket efter de krav DGI har fastsat. Kravene er graderet efter alder, så alle har en chance, selvom vores dommere i Orient naturligvis ikke er til at bestikke.

Det specielle for sidste sæson var selvfølgelig langt hen ad vejen coronarestriktionerne.

Men da vi endelig fik tilladelse til at gå i gang og vi fik skaffet de såkaldte værnemidler, så var der lige det problem, at vores atletikstadion skulle renoveres.

Vi fandt et ledigt hjørne på den fjerneste fodboldbane og slæbte vores redskaber med, og så mærkede vi op med kridt på sprayflaske fra Harald Nyborg. Der var nogle store træer derhenne, og det kan godt være lidt svært at få en slyngbold ned, hvis den først er havnet oppe i et højt træ. Men vi havde det sjovt.

Selvom det var besværligt, og selvom mange af dem, der plejer at tage idrætsmærke, har en alder, så de var i risikogruppen for covid 19, var der alligevel 23 der fik bestået prøverne og fik idrætsmærket i coronåret 2020.

Der var 35 tilmeldte i alt - mange kommer også bare for at motionere og holde sig i form henover sommeren.

I år er der kommet 12 nye på holdet. Det er rygtedes, hvor skønt det er, at lave maveøvelser under blå himmel med drivende skyer.

Vores atletikinstruktør Henrik er i gang med et kursusforløb som fitnessinstruktør, så han kan vejlede ved træningsmaskinerne ved stadion.

Her i min beretning vil jeg gerne takke Kirsten Bertelsen, fordi hun så tålmodigt har fået kørt mig ind i alle finurlighederne omkring Orient, idrætsmærket og sommermotion. Vi kommer til at savne hende i Idrætsmærkeudvalget, men som det er så typisk for Kirsten, er hun selvfølgelig stadig klar med gode råd og hjælp. Og selvom hun nu er trådt ud af bestyrelsen, er hun stadig dommer for idrætsmærket.

Lisbeth Steensborg. Aktivitetsformand for Idrætsmærke og sommermotion