



# PARASPORT AALBORG

IDRÆTSFORENINGEN FOR HANDICAPPEDE I AALBORG

*Tilpasset idræt for alle • Medlemsblad nr. 195 • maj 2021*



*Jubiiii.....*

# Sportsskolen

*bliver til noget og tilmeldingen er åben nu*

## BESTYRELSEN:



Formand:

**JAN KARKOV  
SØRENSEN**

Sindalvej 9,  
9220 Aalborg Ø.

Kontakt: 4033 2477  
jan@ihaalborg.dk



Næstformand:

**PER  
WULFF**

Smidievej 9,  
9574 Bælum

Kontakt: 2077 5811  
pwulff42@yahoo.com



Kasserer:

**GERD  
SKANTORP**

Heilskovsgade 11,  
9000 Aalborg

Kontakt: 2992 2737  
gerd@ihaalborg.dk



Bestyrelsesmedlem:

**PER  
KRISTENSEN**

Poul Anker Bechs Vej 97,<sup>st.</sup>  
9000 Aalborg

Kontakt: 4041 1153  
per2241@gmail.com

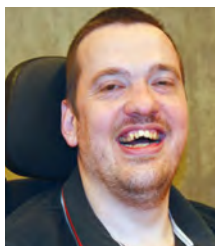


Bestyrelsesmedlem:

**LARS T.  
JENSEN**

Skodsborgvej 74,  
9270 Klarup

Kontakt: 5162 4635  
lhtjdesign@live.com



Bestyrelsesmedlem:

**RASMUS  
STORGAARD**

Lindholm Søpark 8, 1. 2.  
9400 Nørresundby

Kontakt: 2683 5096  
superspasser@gmail.com



Bestyrelsesmedlem:

**CONNIE T.  
JENSEN**

Stammen 18B,  
9260 Gistrup

Kontakt: 3031 0911  
conniethodberg@gmail.com

### I. H. AALBORG TILBYDER

*Tilpasset motions-, og konkurrenceidræt for alle!*

*Vores tilbud er IKKE genoptræning og vores personale er ikke nødvendigvis specialuddannede, men vi garanterer, at de er velkvalificerede (og passionerede) og vil gøre deres til at give alle vore medlemmer en god oplevelse.*

*Al idræt i foreningen foregår under betryggende ledelse og tilsyn!*

## IDRÆTSFORENINGEN FOR HANDICAPPEDE I AALBORG

- ▶ Nordkraft, Teglgårds Plads 1, niv. 9, 9000 Aalborg • Kontor- og telefon tid: tirsdag kl. 10 - 14 og torsdag kl. 10 - 13
- ▶ Kontakt: 9816 7282 • kontakt@ihaalborg.dk • www.ihaalborg.dk • facebook/ihaalborg
- ▶ Klublokalet, Nordkraft, niv. 9: Det er muligt at låne/reservere klublokalet ved henvendelse til kontoret



BLADINFO

- ▶ Redaktør: Anja Kristiansen, Sygehusvej 8, St. 7, 9240 Nibe • 2662 5348 • [anja@ihaalborg.dk](mailto:anja@ihaalborg.dk)
- ▶ Annonceekspedition: Handicapidræt, Agerbakken 21, 8362 Hørning • 8793 3786 • [info@handicapidroet.dk](mailto:info@handicapidroet.dk) - hvortil alle spørgsmål vedrørende annoncering bedes rettet!
- ▶ Layout & tryk: FL Tryk, Agerbakken 21, 8362 Hørning • 7022 1870
- ▶ **HUSK!** Medlemsbladet kan også læses digitalt på [www.ihaalborg.dk](http://www.ihaalborg.dk) -> Medlems-service
- ▶ Alle billeder er I.H. Aalborgs ejendom og må **kun** bruges ifl. skriftlig aftale!

**Næste blad udkommer primo september - deadline den 25. juli**



## Formanden har ordet

Når dette blad udkommer sidst i maj, ser det endelig ud til, at al indendørsidrætten er kommet i gang igen. Det har været en drøj omgang for de fleste, og jeg er særligt bange for, at mange mennesker med handicap, der ikke bare har kunnet gøre noget andet på egen hånd, har mistrivedes uden idræt og mødet med idrætsvennerne i så lang tid.

Vi har desværre mistet en del medlemmer. Håber, de kommer tilbage igen. Vi har valgt at lave en større kampagne for at få flere mennesker med handicap til at være idrætsaktive. Der vil være reklamer og opslag på Facebook og instagram. Vi vil bringe de positive historier i pressen. Få vores folder og reklamer rundt i byen. Vi ønsker, at alle i Aalborg og omegn ved hvem I.H. Aalborg er og hvad vi tilbyder af

idræt. Vi håber, vores mission lykkes og at vi igen kommer over 400 aktive medlemmer. Her vil det også betyde rigtigt meget, at dig som allerede har din gang i foreningen, fortæller om os. Du må også meget gerne dele klubbens opslag med dine venner på facebook. Læs mere om dette inde i bladet.

Jeg glæder mig til, at vi igen kan mødes fysisk til bestyrelsesmøder. Nu mødes vi via Messenger i hvert vores hjem. Selvom det har været en stille periode uden idræt, er der dog stadig nogle beslutninger, der skal tages af bestyrelsen. Vi har rigtig mange gode debatter. Det er dog bedst at mødes fysisk og se hinanden "rigtigt" i øjnene.

I uge 26 afholder vi sommersportsskole i Torn-



Se udgivelsen ONLINE

Scan her



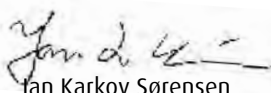
høj Idrætscenter. Efter aflysningen sidste år, håber vi på ekstra mange deltagere i år. Der venter deltagerne nogle dejlige idrætsdage, hvor der som altid bliver mulighed for at prøve lidt af hvert. Møde nye idrætsvenner og måske blive idrætsaktiv i en af klubbens idrætstilbud. Vi overholder selvfølgelig alle covid-19 retningslinjerne.

Den 6. juni næste år fylder I.H. Aalborg 50 år. Det skal fejres med manér, men hvordan? Skal vi holde en stor fest, skal der være et stort idrætsstævne eller noget helt andet? Kom gerne med gode idéer til, hvordan vi skal fejre vores fødselsdag.

Covid-19 stadig er en modstander, der skal besejres. Idræt er sjovere sammen end hver for sig. Vi skal også igen mødes til stævner, hvor vi kan vise, hvor gode vi er blevet. Covid-19 vil stadig være med på sidelinjen, lad den blive der - det kan vi sammen hjælpes ad med.

Pas godt på jer selv og hinanden. I ønskes alle et godt forår.

Med sportslig hilsen



Jan Karkov Sørensen  
Formand

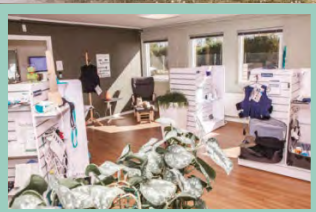
# Nysgerrig på velfærdsteknologiske hjælpemidler?

Lad dig inspirere af Danmarks største udstilling af velfærdsteknologi, eller ring til os for at få råd og vejledning om teknologi, der kan være med til at styrke livskvaliteten og et mere selvstændigt liv.

- Mangler du eller dine nærmeste en løsning, der kan gøre hverdagen lettere?
- Måske har du en udfordring du ikke ved, hvordan du løser, eller hvor du skal finde løsningen?

Center for Velfærdsteknologi er åbent alle hverdage fra kl. 9.00 til 14.30 (torsdag til kl. 16.30) **ring eller skriv dog gerne i forvejen.**

Når du besøger Centret, tager vi de nødvendige forbehold, så vi kan passe godt på hinanden i Corona-tiden.



Fåborgvej 15A . 9220 Aalborg Øst . 2520 2884 . [www.cfv-nord.dk](http://www.cfv-nord.dk)



# SPORTSSKOLER 2021

**FOR BØRN OG UNGE MED HANDICAP**



**I.H.Aalborg**

Tilpasset idræt for alle!

## Sportsskoler i sommerferien

Sportsskolen i Aalborg inviterer til fire dage i sommerferien med masser af idræt, aktiviteter og sjov i fællesskab med andre børn og unge med handicap.





## Sportskole-pakken 2021:

- T-shirt
- Drikkedunk
- "Årets ting"
- Medalje
- Diplom

# Kom med på sportsskolen i Aalborg

## Uge 26

Mandag den 28. juni – torsdag den 1. juli 2021.  
Alle dage kl. 09.00-15.00.

## Sted

Tornhøj Idrætscenter, Tornhøjvej 1, 9220  
Aalborg Øst.

## Idrætter på Sportsskolen 2021

- Atletik
- Fodbold
- Happy Dance
- Håndbold

## Deltagere

Sportsskolen i Aalborg er for børn og unge i alderen 6-17 år med handicap (f.eks. udviklingshandicap, fysisk handicap, synshandicap, autisme eller ADHD). Deltagere med et personligt hjælperbehov skal have egen hjælper med.

## Deltagergebyr

Det koster 750 kr. pr. deltager og 250 kr. pr. ledsager (inklusive forplejning). Betalingsoplysninger følger efter tilmelding.

## Transport

Transport til og fra sportsskolen er hjemmets ansvar.

## Tilmelding

Online tilmelding på [parasport.dk/aktiviteter/boern-unge/sportsskoler](https://parasport.dk/aktiviteter/boern-unge/sportsskoler)  
Tilmeldingsfrist den 1. juni 2021.

## Arrangør

Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg.

## Sportsskoleleder

Jan Karkov Sørensen  
40 33 24 77  
[jan@ihaalborg.dk](mailto:jan@ihaalborg.dk)



Mere information: [www.parasport.dk](https://www.parasport.dk)

# Jacob og Casper deltog i Aalborg Atletik & Motions hjemmestævne



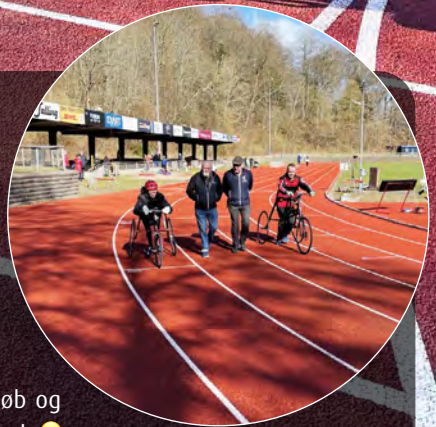
Lørdag den 10/4 deltog Jacob Birkbak og Casper Østergaard på deres racerunnere i årets første stævne i Skovdalen.

**Tiderne på 200 m blev:**

- Casper 40,75
- Jacob 57,53

Der var smukt vejr og ingen vind. En flot dag til løb og bare super dejligt, at Atletikklubben inviterede os med. 😊

*Alice Birkbak*



# Bliv dagens helt for Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg



## Støt Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg, hver gang du tanker

Med et OK Benzinkort og OK's app kan du støtte lokalsporten, hver gang du tanker. Du kan også støtte med el og mobilpakker fra OK. Det koster dig ikke en øre ekstra, OK giver hele beløbet.

Kom godt i gang på [ok.dk/lokalsporten](http://ok.dk/lokalsporten)

**OK**





Husk,  
det koster ikke  
længere ekstra  
at sejle

# Nu sejler vi igen

Så er det igen blevet den tid på året, hvor klubbens både og sejlere skal luftes.

Kan du lide frisk luft og saltvand i ansigtet og har lyst til at sejle – enten kapsejlads eller bare for oplevelsens skyld – så kom og få en prøvetur.

**Målgruppe:** *Fysisk handicappede med nogen armfunktion*

For både friluftsmennesker og konkurrencehajer...

Blæsten går frisk over Limfjordens vande, mens klubbens sejlere, dyrker kapsejlads eller sejler for hyggens skyld, i klubbens 2,4mR sejlbåde (kendt som Mini 12meter).

Der sejles i samarbejde med Aalborg Sejlklub. Her kan du på lige fod med ikke-handicappede enten deltage i knivskarp kapsejlads til jolleafdelingens torsdags VM eller blot sejle for sjov. Bådene er indrettet, så langt de fleste handicappede kan være med. Klubben har også en Twin-båd, der er en to personers båd, hvor man deles om arbejdet i båden. Her kan alle deltage.

Vi sejler tirsdage og torsdage (maj-oktober) fra kl. 15-18.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte: Kim Thorup Sørensen, mobil: 27 47 22 14 • mail: kims10@mail1.stofanet.dk



**Kig forbi Langhøj og bliv godt kørende!**

**[www.langhøj.dk](http://www.langhøj.dk)**

## Ny håndbetjening

Langhøjs nye elektroniske speeder- og bremseløsning giver dig fuld kontrol med bilen uden at blive træt i skulderen og armen.

Den elektroniske speeder giver dig fire store fordele:

1. Giv gas ved bare at dreje speedergrebet for enden af håndtaget.
2. Sig farvel til smerter i skulder og arm. Hvil armen på armlænet og hånden på speedergrebet under kørsel.
3. Systemet deaktiverer helt automatisk fodspeerderen - og kører en anden bil, deaktiveres håndspeederen selvfølgelig.
4. Ekstra sikkerhed i designet: Automatisk deaktivering af speeder, hvis du kommer til at give gas og bremse på samme tid.

Læs mere på [www.langhøj.dk](http://www.langhøj.dk)



**NYHED!**  
OPSTART  
AUGUST 2021



## HAR DU LYST TIL EN IDRÆT MED FULD FART OG MANGE MÅL?

**I.H. Aalborg starter op med håndbold i Nordkraft fra august 2021.**

Træningen bliver onsdage kl. 17 - 18.

Adresse: Nordkraft, Teglgårds Plads 1, niv. 3, 9000 Aalborg

I håndbold bliver der driblet og løbet - der bliver kæmpet hårdt, og der scores mål. Vi vil have fokus på at have det sjovt med hinanden, samtidig med at vi bliver bedre til at spille - sammen!



Når vi starter op, skal du bare møde op i idrætstøj og indendørs sportssko (der er mulighed for bad og omklædning).

Husk drikkedunk - for du kommer med garanti til at svede 👍😊

Træningen bliver tilrettelagt efter de fremmødte spillere, så der er ikke nogen, der skal være bekymret over egne eller andres evner til spillet.

**Målgruppen er:** unge og voksne med udviklingshandicap.

Man skal have et vist funktionsniveau, man skal f.eks. selv kunne klare omklædning, bad osv.

Har du yderligere spørgsmål, er du velkommen til at kontakte:

Gerd Skantorp: mobil: 29 92 27 37 • mail: gerd@ihaalborg.dk

**VI GLÆDER OS TIL AT SPILLE MED DIG EFTER SOMMERFERIEN!**





# Betal hos I.H. Aalborg med MobilePay

Det er muligt at betale via MobilePay\*: 32929

Husk at oplyse dit medlemsnummer.

\*MobilePay kan IKKE bruges til at betale klublotto med.



**MobilePay**

MobilePay 32929



**MobilePay**

# KIDZ Yoga

## - starter op efter sommerferien i Nordkraft

### Målgruppe:

Børn og unge med fysisk og/eller psykisk handicap. Aldersgrænsen er cirka 6-15 år, og der bliver taget hensyn til den enkeltes niveau og behov.

Det vil være yoga i børnehøjde, hvor der bliver fokuseret på historie og leg for børnene, og hvor det er vigtigt, at det alt sammen er i en struktur af leg, nærvær og opmærksomhed.

### Tøj/omklædning/bad

Da vi bevæger os meget, skal du medbringe sko med såler til indendørs brug og idrætstøj – alternativt løstsiddende tøj, du kan bevæge dig i. En drikkedunk med vand er også nødvendig.

Der vil hverken være mulighed for omklædning eller bad.

### Træning

Der er træning hver onsdag, hvor vi har fokus på bevægelse og udstrækning. KIDZ Yoga er hygge, og der er altid plads til, at den enkelte kan tage en pause eller springe en øvelse over, hvis det er for udfordrende.

### Hvorfor vælge KIDZ Yoga?

Børneyoga handler om bevægelse, balance, fokus og koordination. Man lærer kroppen bedre at kende og lærer at lytte til kroppens signaler og vejtrækninger.

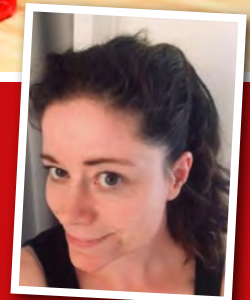


### Hvem er jeg 😊

Jeg hedder Lene Knøss Hansen og er uddannet børneyogalærer. Jeg har erfaring med at samarbejde med unikke børn, da jeg tidligere har været hjælpetræner i IHA fodbold.

Jeg kan kontaktes for mere information på:

Mail: [Lene-hansen81@hotmail.com](mailto:Lene-hansen81@hotmail.com) & Tlf. 26825831





PL88 Soul



Mogens Christensen lykkes at formanden for Idrætsforeningen for Handicap-OL, Ole Rasmussen, på Aalborg Rådhus. Foto: Søren Schnoor

## Cadeau til handicapidrætten

AALBORG. For anden gang siden for en måned siden Aalborg Rådhus er en olympisk medaljevinder i anledning af Mogens Christensens 50-års fødselsdag. Mogens Christensen, der er medlem af og en af de mest succesfulde i handicapidrætten. Sammen med klubkammeraten Brian Nielsen, der spillede en betydelig rolle i handicapidrætten, blev Mogens Christensen officielt modtaget på Aalborg Rådhus.

Det er endnu et bevis på, at Aalborg Rådhus tager handicapidrætten alvorligt. Det er langt fra alle medier, handicapidrættens aktiviteter bliver respekteret og behandlet på høfdestod med andre sportsgrene, sagde formanden for Idrætsforeningen for Handicap-OL, Ole Rasmussen, på Aalborg Rådhus.

Vi håber, at Brian og Mogens med deres præstationer for disse handicapidrættens år vil blive et eksempel på, at handicapidrætten kan et stort bidrag til den olympiske bevægelse med en bånd, der er kommet på andre søkter.

Derudover, sagde Rasmussen, var Mogens og Brian meget glade og i høje ånd over at være modtaget på Aalborg Rådhus. Det er vigtigt for os, at Aalborg bliver nævnt i så mange positive sammenhænge som muligt, og Idrætten er en af de største klubber i vor markedsføring, sagde Børge Strandgaard, der takkede handicapidrætsforeningen for, hvor så meget det betyder.

Og formanden for Idrætsforeningen for Handicap-OL, Ole Rasmussen, holdt de to OL-deltagere og deres klub.



Brian Nielsen og Mogens Christensen modtager blomster og andre gaver på Aalborg Rådhus. Foto: Søren Schnoor

PL84 New York



De nordjyske deltagere ved Handicap-OL, der allerede har hentet en stor medaljehøst, fra vens Mogens Christensen, Sten Rosager, Connie Schmidt og Stephan Dahl.

## OL-guld til nordjyde

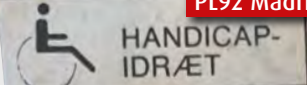
I svømning for dobbelt benamperede vandt Sten Rosager, Aalborg, guld i 100 m fri svømning ved Handicap-OL i New York, og hans tid i 1:14,98 var både olympisk rekord og verdensrekord i klassen.

I 50 m brystsvømning vandt Mogens Christensen, Nørre i tiden 51,00 sek., hans anden bronzemedalje ved legene.

Denmark vandt desuden guldmedalje i damesdouble i bordtennis for amputerede.

Det danske par, Lis Skjold Petersen, Rønkilde, og Marianne Berthelsen, Skovhunde, i el-kørestols slalo spanisk lammende vandrør Jørgensen, Guld i slalom med i det kørestols tog Mogens Christensen, bronze

PL92 Madrid



### Paralymperiske lege

Handicap-svømmeren Jan Laursen, Vodskov, ydede en fornem indsats sammen med tre holdkammerater på førstedagen af de paralymperiske lege - for psykisk handicappede - i Madrid.

Det danske hold, der desuden talte Allan Hansen, Herning, Jan Hansen, Hvalsø, og Henning Hansen, København, blev nummer fem i finalen i 4 x 50 meter medley i tiden 2:39,36 minutter. Australien vandt OL-guld i tiden 2:14,89 minutter.

Jan Laursen blev desuden nummer 11 i både 200 meter fri og 100 meter brystsvømning i går.

I den indledende runde i fodboldturneringen tabte Danmark sine to første kampe, 3-5 til Portugal og 3-4 til Grækenland 3-4.

Niels Christensen, Aalborg, scorede et af de tre mål mod Portugal.

Jens Christensen, Sakskøbing, har scoret de øvrige fem danske mål hidtil. Danmark er desuden i pulje med Saudi Arabien, der lagde ud med at tabe 6-24 til Grækenland.

PL88 Soul



Mogens Christensen (til højre) og Brian Nielsen fik blomster og andre gaver ved modtagelsen på Aalborg Rådhus. Foto: Søren Schnoor

## Triumfator stopper

AALBORG. Aalborgs triumfator ved Handicap-OL stopper karrieren.

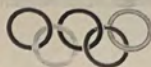
Svømning på toppen er yderst krævende, og jeg vil ikke længere forsætte mit job og mine venner. Nu har jeg også deltaget i to olympiske lege og føler, at jeg har nået det, jeg kunne, fastslår den 23-årige Mogens Christensen, der i morges vendte hjem fra Handicap-OL i Seoul med tre medaljer - to sølv og en bronze.

Sammen med den anden aalborgensiske deltager, Brian Nielsen, blev Mogens Christensen hyldet ved en sammenkomst på Aalborg Rådhus.

Brian Nielsen, 21, blev nr. fire i bordtennis og stiler mod en medalje ved næste Handicap-OL i Spanien i 1992.

Mogens Christensen overvejer at forsøge sig som bordtennisoptræner, men udelukker, at han kan kvalificere sig til OL i denne idrætsgren.

SID 19



Kasper Voidsgaard, til venstre, Nikolaj Christensen og Thomas Christensen, i baggrunden, skuer frem mod OL for fysisk handicappede i Barcelona. Deres store idræts-begivenhed finder sted i begyndelsen af september. Foto: Jens Astrup

# Tre med OL-glød i øjnene

## Afsted til OL

AALBORG: Ni nordjyder sætter søndag formiddag næsere mod Madrid i Spanien, nået flyet letten fra Aalborg Lufthavn. Målet er OL for psykisk handicappede, der begynder på tirsdag lige efter afslutningen på OL for fysisk handicappede i Barcelona.

Den danske trup består af 25 deltagere, og svømmere, fire fodboldspillere og fire trænere/ledere er fra Nordjylland.

OL for psykisk handicappede løber frem til 22. september, og Danmark deltager kun i svømning og fodbold.

Der skal også dystes i atletik, bordtennis og basketball.

Niels P. Christensen, Aalborg, Erik Christensen, Brovst, Kim Munk Nielsen og Tommy Christensen, begge fra Ranum, er alle at finde på det danske fodbold-mandskab. De spiller alle fire fodbold i I.H.R.

På lederfronten er Morten Severin, Ranum, med i fodbold-truppen.

Jan Laursen, Vadskov og medlem af I.H. Aalborg, er eneste nordjyder i svømning. Her finder man til gengæld tre ledere fra Nordjylland - Inge-Lise Andersen, Vadskov, Solveig Cramer, Aalborg, og Torben Pedersen, Aalborg.

Jeri



Brian Nielsen, til venstre, og Kaj Lundsten - olympiske guld-vindere i bordtennis.

# Gulddrøm opfyldt

BARCELONA: Nørresundby-drengen Brian Nielsen og hans bordtennis-makker, Kaj Lundsten, kalder sig »The Dream Team« efter det uovervindelige amerikanske basketballhold, der deltog i rask-OL. Og drømmen gik i opfyl-

delse for de to, da de i bordtennis-klasse seks, for stående, vandt guld ved handicap-OL i Barcelona. Det danske par var allerede sikre på at få guld inden sidste kamp mod det spanske hold. Forinden havde de nemlig besejret Sverige 3-0 og de regeren-

de europa-, verdens- og olympiske mestre fra Tyskland 3-1. Men de to danskere slap-pede ikke af mod spanierne, som de slog så sikkert som 3-0. Samtlige danske bordtennisspillere havde inden afrejsen til Barcelona fået

trykt T-shirts med på-skriften: Equipo de ensueño, der på dansk betyder: Drømmeholdet. Brian Nielsen og Kaj Lundsten, tog med deres gulddaljer det første skridt, så nu er det op til resten af holdet at leve op til de høje ambitioner.



# OL-sølv til Aalborg-svømmere

Af Bent Bernard Sørensen

ATLANTA: 20-årige Kasper Voldgaard Hansen fra Klavup vandt natlen til torsdag sølvmedalje i 100 meter ryg-crawl ved OL for handicappede i Atlanta.

Allerede i forrunds-runden indledende heat forbedrede Kasper Hansen, der er spastiker i mild grad, sin danske rekord i klasse S8 til 1.13,74 minutter.

I finalen gav han rekorden endnu et tryk til 1.12,25 minutter. Tyskeren Holger Kimmig var med 1.11,06 uerelig på

førstepladsen.

Finalens anden tysker, Gert Jachrig, lå længe side om side med Kasper Hansen, men Kaspers indslag mod bassinets væg var helt perfekt. Forskellen mellem sølv og bronze var 13/100 sekunder.

- Det har været et helt perfekt dag. Allerede under opvarmningen i morgens træning følte jeg at det ikke kunne gå galt. Resultatet i indledende heat i søndag mig virkelig. Svømmekonkurrencerne på Georgia Tech Aquarium følges hver

dag af tusindvis af tilskuere, der motivere deltagerne til rekordtider.

Kasper Hansen, der repræsenterer handicappedklubben IH Aalborg og Svømmeklubben Nord, havde i begyndelsen af øppetiden i Atlanta problemer med varmen.

Der er konstant 35 grader og en luftfugtighed på 90. Atleterne skal derfor drikke lem. Lier væske om dagen. Resultatet i den første øvelse af åbningstidspunktet på det olympiske stadion.



Kasper Voldgaard Hansen svømmede sig i nat, dansk tid, til en sølvmedalje ved OL for handicappede. Foto: Bernard Press

PL96 Atlanta

## Foreldrene så sølvtriumfen

Kasper's forældre, Lone og Otto Hansen, så fra tilskuertribunen sønnen sølvtriumf. På vej på fremmed, Kasper sin blomstertidst og til Lone Hansen.

Den danske svømmertrup i Atlanta har forberedt særligt effektivt. De seneste års forberedelse blev understøttet med 14 dages træningslejr i Clearwater i Florida.

Resultaterne af en strengt disciplin kan så længe i medaljestatistikken. Indtil nu har svenskene taget en guld-, to sølv- og 16 bronzemedaljer.

I lørdag vandt Brian Nielsen, IH Aalborg, sølv i 100 meter ryg-crawl over Mattias Karlsson. Svenske, mens klubhammeren Carsten Mortensen tabte til Tal Lehtonen, USA.

PL96 Atlanta

## Flot modtagelse af OL deltagerne

PL96 Atlanta

Der var en flot modtagelse af OL-deltagerne i Aalborg Lufthavn, da de kom hjem fra Atlanta. Isæt alle børnene fra DUS i Vadum, gjorde modtagelsen ekstra festlig. De var kommet for at hyde Brian. Der blev skrevet autografer til store Guidemedalje.

Ca. 300 modtager OL-deltagerne.



Brian vandt guld og Kasper vandt sølv og bronze.



# Gigtramte fik guld og sølv ved OL

## Med bordtennisspilleren Brian Nielsen og skytten Lone Overbye til OL i Atlanta

Tekst og foto: Bent Bernard Sørensen

Danmarks to gigantiske deltagere i Atlanta med medaljer. Men både bordtennisspilleren Brian Nielsen, der blev guldvinder, og skytten Lone Overbye, der vandt sølv, var tæt på fiasco.

20-årige Brian Nielsen fra Vadum i Nordjylland havde vundet sin første kamp. For den næste sad han i opvarmingslokalet og ventede på som sædvanligt at blive eskorteret til præsentation i hallen.

Da Brian Nielsen, der spiller i klasse 6 - stienede spillere med de af at vente, gik han ind i hallen. Her Andersson, Robert Anderson, Sverige, var blevet kåret som vinder uden kamp.

De danske ledere protesterede over, at de ikke var blevet orienteret om den ændrede procedure. Brian Nielsen vandt protesten, men tabte kampen mod Robert Anderson.

## Brian rystet

"Nederlag uden kamp giver ikke ret til at fortsætte i turneringen, så det var lært på, at fire års arbejde havde været spildt", sagde en noget rystet Brian efter kampen.

Den nordjyske pædagogmedhjælper fik dog hurtigt hvernerne i ro og vandt resten af sine kampe knusende silken. Finalen var ren opvisning mod svenskeren Mattias Karlsson, der blev besejret så sikkert som 21-11, 21-11.

Guldmedaljen fik et kærligt klem, men den kommer ikke op at hænges på væggen hjemme i Vadum.

PL96 Atlanta



Nr. 95 SEPTEMBER 1996 20. ÅRG.



OL - deltagerne 1996



Brian Nielsen blev guldvinder under nervespillet.



**KONDIPOSTEN**  
 Idrætsforeningen for handicappede i Aalborg

Velkommen hjem!  
 Kasper ved Aalborg Lufthavn

112  
 26. årgang

December 2000

# Et trist farvel for OL-guldvinder

**SURT SHOW:** Brian Nielsen ærgrer sig over at gå glip af De Paralympiske Lege

Al Jørn Erlandsen  
 ikke kunne træne, og jeg har også haft især i forhold til Brian Nielsen, der har ledet mig.

Min hustru var simpelt hen slækt med, og det kan meget vel hænge sammen med min bordtennis-karriere. Jeg vidste, det ville komme en dag, men jeg havde nok forventet, at det først blev senere i livet.



PL00 Sydney

PL00 Sydney

# Nordjyde på finalekurs i Sydney

**HELT VILDT:** Kasper Voldgaard Hansen ryder den store publikumsinteresse



Al Jørn Erlandsen  
 11. november 2000  
 Kasper Voldgaard Hansen er den 24-årige nordjyske rytter, der har vundet sølv i finalen i dressage på OL i Sydney.

Det er helt vildt at se en rytter som Kasper Voldgaard Hansen i finalen på OL i Sydney. Han er den eneste nordjyske rytter, der har vundet en medalje på OL.

**KONDIPOSTEN**  
 november 2004

PL04 Athen

Peter sikrede OL-bronze til klubben!

Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg

PL04 Athen



Peter sikrede OL-bronze til klubben!

PL08 Beijing

**KONDIPOSTEN**  
 14. årgang

PL Beijing 2008  
 Peter Rosenmeier vandt guld i bordtennis.

# Paralympics 2012 - en kæmpe oplevelse

PL12 London



## Paralympics 2012 - en kæmpe oplevelse



Vi var en lille gruppe fra klubben, som skulle være turister til PL 2012 i London. Gitte, Karsten, Johnny Søren, Camilla (Johnys datter), Anna Kirsten og Jan, tog af sted tirsdag den 28. august med fly fra Aalborg. Vi var blevet inviteret til reception på den Danske Ambassade, men det passede ikke os, så vi tog med vores fly. Turen gik godt og efter vi havde fået vores varesels, fandt vi et grønt spisersted.

Onsdag vendede en af de store oplevelser nemlig åbningseremonien. Lys, farver, fyrværkeri, show, musik ja et fantastisk flor oplevelse, som var svært at beskrive, det skal ses. Der var ikke spænd på nogen. Det var også stort, at se Peter komme ind med fanen.



Vi oplevede mange forskellige sportsgrene. Vi havde købt en billet, som kunne bruges til flere forskellige halter. De fleste haller var næsten helt fyldte af tilskuere. Vi oplevede b.d.a. siddende volleyball med 7000 tilskuere. Hvor de fleste hængende på England, kunne stemning i Goalball skulle hele hallen til stille

mens de spillede (det var svært nok var en spændende kamp).

Det meste af vores tid blev brugt i Bordtennis arenaen, her skulle vi selvfølgelig høre på Peter. Der var super stemning til Peters kamp, det var en del nødder og havde sundhed som heppede. Vi så alle hans kampe og rådede lige at se Peter få bronzemedaljen, inden vi skulle hjem.

Det var fantastisk at opleve alle de frivillige, som var med til at få det hele til at køre. Meget hjælpsomme og smilende, de havde altid en kvik kommentar. Oplev hvordan 80.000 mennesker kommer ind fra åbningen og videre med tog uden problemer.

Vi havde en rigtig god og hyggelig tur sammen. Familier kørte en jule tur på teltet, hvor vi kunne afslutte dagen. Vi havde også en hel dag uden sport, hvor vi fik set en del af London. Alt for lab godt, dog Mogens pige er over, at det ikke blev meget tid til shopping.

Gitte fandt turen som tak for 28 år som formand og Jan som spare for 25 år i beredtheden. Vi vil gerne begyde takke mange gange for den store oplevelse vi fik. Nu sparer vi penge sammen til næste PL i Brasilien. Da vinder Peter selvfølgelig guld.

Tak for jeres, Gitte og Jan

## PL12 London



## PL12 London



## PL16 Rio



## PL16 Rio



**NYHED!**

Støt klubkassen  
med Dankort



# Støt din forening, når du betaler med Dankort i OK's app

Nu kan du støtte din forening med Dankortet. Hent OK's app, tilføj dit Dankort og støt foreningen, hver gang du tanker hos OK.

Hent appen gratis i App Store og Google Play nu.

---

**Dine fordele med OK's app**

Tilføj Dankortet og støt din klub

Betal fra forsædet

Få automatisk Coop-bonus

Bliv siddende bag rattet, når du vasker bilen

---



**OK**

# Hjælp os med at blive mere synlige på de sociale medier!

I al beskedenhed synes vi selv, vi er en rigtig god forening med et stort udvalg af spændende idrætstilbud tilpasset alle, og derfor vil vi rigtig gerne bede jer om hjælp til at nå ud til endnu flere ved at I "synes godt om" - kommenterer og eventuelt deler, når vi slår noget op på facebook. I må også meget gerne invitere jeres venner og familie til at synes godt om vores side og blive medlem af vores gruppe, og I må selvfølgelig også rigtig gerne selv lave opslag, gerne med billeder/video, så vi kan få mere liv og aktivitet på siden og i gruppen.

Som vi skrev om i sidste blad, har vi også for nyligt taget springet og er kommet på Instagram. Indtil videre er der ikke meget at se på vores profil, men det skal nok komme, især når vi forhåbentlig snart får gang i alle hjulene igen. Vi er endnu ikke så rutinerede i at "instagramme", men hvis I tager nogle billeder/video fra jeres idræt, som I gerne vil dele på vores Instagram konto, så kan I bare maile dem til: [anja@ihaalborg.dk](mailto:anja@ihaalborg.dk), så vil jeg sørge for at få dem lagt op. Hvis I selv er på Instagram, kan I også lægge billederne op på jeres egen konto og så bare bruge nedenstående hashtags.

Igen, så må I meget gerne fortælle jeres venner og familie om, at vi er på Instagram, så vi med tiden kan nå så bredt ud som muligt. Bare søg på "ihaalborg.dk", så finder I os.

**#ihaalborg.dk**

**#parasportaalborg**

**#tilpassetidretforalle**

På forhånd tak for hjælpen!

/Anja



Image: Freepik.com

# Velkommen til Aalborg

- og en masse aktiviteter



Aalborg  
Kommune



Mental fitness med

**tvbingo**  
www.tvbingo.dk



**Den lige vej  
til job!**

**AMU**  **Nordjylland**

Sofievej 61 | 9000 Aalborg | tlf. 9633 2211

[www.amunordjylland.dk](http://www.amunordjylland.dk)

**Kristian Rytter 1/2** Færdige løsninger - ring 9838 5880



Jellingvej 19 - 9230 Svenstrup - Telefon 9838 5880 - Mobil 2066 5550  
kr@kristianrytter.dk - www.kristianrytter.dk



**FLSportMarketing**  
Agerbakken 21 - 8362 Hørning · Tlf. 7022 1870 · fl@flreklame.dk

**Try Efterskole - www.tryefterskole.dk**

Tilnærmelse til  
nyere skole  
er allerede i gang

TRY EFTERSKOLE  
WE'RE READY!

SPECIAL  
EFTERSKOLE  
MED PLACER  
FRANSPIC  
i  
Danmark



**Håndværk & design      Landbrug      Musik      Køkken**

Specialefterskole med værksteder og FP9 i dansk og matematik

Vi har åbent hele døgnet  
- ring til os på 70 123 456.

**Danske Bank**



# Støt klubben

## OK støtter sporten

OK Benzin – du kender måske reklamerne fra tv? 😊

Også her har I mulighed for at støtte op om IHA. Vi får kr. 200 både ved nytegning af kort og 0,05 kr. pr. liter benzin, når kortet er tilmeldt.

## Der er 2 muligheder:

### 1) Hvis du allerede har et benzinkort:

Skriv en mail til [kto@ok.dk](mailto:kto@ok.dk), oplys dit navn, adresse og kort nummer og bed OK om, at de tilmelder dig bonus til IHA – vi har nummer 560459. Du kan også tilmelde via appen "Tank og betal" under "indstillinger" og "støt sporten."

### 2) Hvis du ikke har et benzin kort:

Gå ind på [www.ok.dk](http://www.ok.dk) > rul ned over siden til du kommer til:

Få et OK Benzinkort nu - aktivér dette felt > vælg som udgangspunkt en pinkode og sæt x i Støtteforening eller skriv Idrættforeningen for Handicappede i Aalborg eller skriv nr xxxx > næste – resten kommer af sig selv.

**OBS!** Du kan også støtte sporten, hver gang du tanket med OK's app. Du skal bare sørge for at logge ind i appen og vælge den klub eller forening, du vil støtte. Så støtter du, hver gang du tanket, uanset om du betaler med MobilePay, Dankort eller OK Benzinkort.

For private OK Benzinkortkunder, der er tilknyttet OK Benzinkort-sponsoraftalen og som samtidig er OK Mobil-kunde og/eller bestiller el via OK, får IHA yderligere 5 øre ekskl. moms pr. tanket liter benzin og diesel.

Se meget mere på: [www.ok.dk](http://www.ok.dk)

## Klublotto

Støt din klub - vind præmier. Hver måned fra september til maj udloddes 2 x 200 kr., 4 x 100kr. samt 1 x nyt lod. Et lod gælder for sæsonens 9 trækninger, og koster kun 100 kr.

Læs mere om hvordan du gør på

[www.ih aalborg.dk](http://www.ih aalborg.dk)

under medlems-service

**Støt Sifa**  
- de støtter os!



**ELSALGAALBORG.DK**

**Crawford**  
ENTRE/MATIC



## **Crawford Portcenter DK**

**Landsdækkende salg og service**

Tlf: 7020 0208 • [info@crawforddanmark.dk](mailto:info@crawforddanmark.dk)  
[www.crawforddanmark.dk](http://www.crawforddanmark.dk)

## **RUST FINDER VEJ TIL DIN BIL, UANSET ALDER**

Vil du sikre din bil mod vind og vejr, er det en god idé at give din bil en PAVA rustbeskyttelse. Kontakt Nørresundby PAVA Center, så hjælper vi dig med at finde den rette behandling til din bil.

### **NØRRESUNDBY PAVA CENTER**

Sundsholmen 33 | 9400 Nørresundby  
+45 98 19 18 22 | [pava9400.dk](http://pava9400.dk)



**– den originale**

## **Udnytter din virksomhed sit digitale potentiale?**

- Har I en strategisk tilgang til forretningsudvikling, data, brugeroplevelse og teknologi?
- Føler du dig tryk i din virksomheds digitale strategi?

Tlf. 2634 3195

Lars Bojer Kanstrup, direktør  
[lka@combine.dk](mailto:lka@combine.dk)

**combine**  
PEOPLE & TECHNOLOGY





# Takster

**Hos os kan du dyrke alle de idrætter, du har tid og lyst til for et kontingent.**

(Kun undtaget bowling og skydning)

ART:	Beløb	Opkræves til betaling
Aktivt kontingent	Kr. 350,- pr. kvartal	Feb./apr./sep./nov.
Light kontingent	Kr. 150,- pr. kvartal	Feb./apr./sep./nov.
Passivt kontingent	Kr. 100,- årligt	Marts
Indmeldelsesgebyr	Kr. 50,-	Ved første opkrævning
Opkrævningsgebyr	Kr. 6,-	Ved hver opkrævning
Kommunegebyr**	Kr. 250,- pr. kvartal (fodbold kr. 500,- halvårligt)	Feb./apr./sep./nov.
Bowling (baneleje)*	Kr. 800,- halvårligt	Feb./sep.
Fodbold	Kr. 700,- pr. sæson	Forår: feb. Efterår: sep.
Rykkergebyr	Kr. 50,-	Ved rykkerudskrivning
Klublottolod	Kr. 100,- pr. lod årligt	Sep. (fornyelse af lod(der))
Stævnegebyr	Kr. 200,- årligt	For deltagelse i stævner

\*Bowling: Egenbetalingen fastsættes for hver sæson

\*\*Kommunegebyr: Gebyret er for medlemmer bosat udenfor Aalborg Kommune

- På [www.ihaalborg.dk](http://www.ihaalborg.dk) kan du under "Medlems-service" se hvad du får for dit kontingent m.m.
- Logger du ind med dit medlemsnummer, som står bag på dette blad og 9999 (hvis ikke du har ændret dit kodeord, hvilket vi anbefaler dig at gøre) kan du se hvilke oplysninger, vi har registreret om dig, og rette dem, hvis der er ændringer.

**Er du svagtseende, kan du læse medlemsbladet på [www.ihaalborg.dk](http://www.ihaalborg.dk)**

## HUSK !

Er du aktivt medlem, bedes du venligst oplyse os et mobilnr. på en kontaktperson, vi kan ringe til, hvis du bliver ramt af akut sygdom eller ulykke i forbindelse med din aktivitet her i foreningen. Du kan oplyse os om mobil nummeret på [www.ihaalborg.dk](http://www.ihaalborg.dk), hvor du kan logge ind via "Medlems login" (øverst højre hjørne) med dit medlemsnummer, som står bag på dette blad og 9999 (hvis ikke du har ændret dit kodeord, bør du også gøre det ved samme lejlighed). Mobil nummeret skriver du i "ICE-data" feltet.

Alternativt kan du sende en mail med mobil nummeret til: [anja@ihaalborg.dk](mailto:anja@ihaalborg.dk). TAK!

**Ønsker du ikke** at modtage dette medlemsblad eller Parasport Danmarks medlemsblad "Parasport", må du gerne give os besked på: [kontakt@ihaalborg.dk](mailto:kontakt@ihaalborg.dk).

- **HUSK** - at give kontoret besked ved flytning, ændring af e-mail og mobilnummer
- **HUSK** - evt. udmeldelse skal ske skriftligt til kontoret - gerne på e-mail: [kontakt@ihaalborg.dk](mailto:kontakt@ihaalborg.dk)
- **TJEK** at mails fra os ikke gemmer sig i din spam-mappe - tilføj os evt. som kontaktperson for at undgå dette.
- Allerede indbetalt kontingent refunderes ikke!

## FERIEPLANEN 2021

► <b>Sommerferie</b>	uge 25-32	fra mandag den 21.06.21 - søndag den 15.08.21 <i>(Gælder de fleste idrætter)</i>
► <b>Efterårsferie</b>	uge 42	fra mandag den 18.10.21 - søndag den 24.10.21

Ferieplanen gælder generelt alle aktiviteter med mindre, du hører andet fra din træner. Alle aktiviteter holder lukket på helligdage. Ret til ændringer forbeholdes.

## IDRÆTTERNES KONTAKTPERSONER: *(Ring venligst først efter kl. 16)*

<b>Badminton:</b> Gitte Paulsen, tlf. 4028 4147 E-mail: gitte0412@gmail.com	<b>Fodbold (voksne/senior):</b> Sissel Rosenkrans Pedersen, tlf. 5051 0106 E-mail: sisselrosenkrans@fibermail.dk	<b>Kørestolsbasket:</b> Per Wulff, tlf. 2077 5811 E-mail: pwulff42@yahoo.com
<b>Boccia:</b> Åki Joensen, tlf. 22 42 51 98 E-mail: balbal_60@hotmail.com	<b>Goalball:</b> Connie Thodberg Jensen, tlf. 3031 0911 E-mail: conniethodberg@gmail.com	<b>Powerchair Floorball:</b> Mads Larsen, tlf. 60 18 08 27 E-mail: mads-el-hockey@hotmail.com
<b>Bordtennis:</b> Christian Broen, tlf. 2043 1158 E-mail: bagerbroen@hotmail.com	<b>Happy Dance,</b> (voksne med udviklingshandicap): Christina Tinggaard, tlf. 3066 8690 E-mail: christinawestinggaard@hotmail.com	<b>Powerchair Football:</b> Tobias Steen Clausen, tlf. 2967 7412 (kun sms) E-mail: tsclausen@gmail.com
<b>Bowling:</b> Lissy Pedersen, tlf. 2382 7767 E-mail: millelissy100@gmail.com	<b>Håndbold:</b> Gerd Skantorp, tlf. 2992 2737 E-mail: gerd@ihaalborg.dk	<b>RaceRunning og løb:</b> Alice Birkbak, tlf. 2180 3773 E-mail: alicebirkbak@gmail.com
<b>El-hockey:</b> Simon D. Christensen, tlf. 2834 6103 (kun sms) E-mail: s-d-c@live.dk	<b>Kajak:</b> Chris Brix, tlf. 3013 9306 E-mail: paraholdetlimfjorden@gmail.com	<b>Sejlsads:</b> Kim Thorup Sørensen, tlf. 2747 2214 E-mail: kims10@mail1.stofanet.dk
<b>Esport:</b> Lars Thyregod, tlf. 5162 4635 E-mail: lhtjdesign@gmail.com	<b>KIDZ Happy Dance:</b> Christina Tinggaard, tlf. 3066 8690 E-mail: christinawestinggaard@hotmail.com	<b>Skydning:</b> Inger Marie Rasmussen, tlf. 2046 3701 E-mail: disk@stofanet.dk
<b>Floorball:</b> Jonathan Zacho Bruun, tlf. 3029 3188 E-mail: jonathanzbrun@hotmail.com	<b>KIDZ Hop og spring:</b> Jan K. Sørensen, tlf. 4033 2477 E-mail: jan@ihaalborg.dk	<b>Svømning og vandgymnastik i GI. Lindholm:</b> Per Kristensen, tlf. 40 41 11 53 E-mail: per2241@gmail.com
<b>Fodbold (børn og unge):</b> Per Mørch, tlf. 6022 5183 E-mail: permorch@gmail.com	<b>KIDZ Yoga:</b> Lene Knøss Hansen, tlf. 2682 5831 E-mail: lene-hansen81@hotmail.com	

## Skriv til DIT medlemsblad!

Som medlem og medspiller er du meget velkommen til at skrive lidt til vores medlemsblad. Det behøver ikke være en afhandling på flere sider - "kort og godt" er et begreb, som redaktøren rigtig godt kan lide, for så får vi alle et mere varieret og spændende blad at læse i. Det du skriver, skal være idrætsrelateret, f.eks. hvis du har haft en særlig oplevelse med din idræt, som du gerne vil dele med andre. Vedhæft gerne et par billeder. Du kan sende dit materiale til: [anja@ihaalborg.dk](mailto:anja@ihaalborg.dk). TAK!



**Næste blad udkommer primo september - deadline den 25. juli**

DEN LOKALE BEDEMAND  
I DRONNINGLUND OG OMEGN



Certificeret Bedemand

Pris fra kr. 7.500,00

Prisen indeholder:  
Kiste / Urne  
Opredning i kiste  
Honorar  
I lægning  
En rustvognskørsel incl. 15 km  
+ Km takst

**Maj-Britt og Per Strøm**

Beckersvej 6, 9330 Dronninglund  
Hadsundvej 34, 9000 Aalborg  
per@jyskebegravelser.dk - www.jyskebegravelser.dk  
9620 1070 - 2242 1866  
Døgnvagt

JYSKE BEGRAVELSER

# REMA 1000

Godsbanen 2 • 9000 Aalborg

**MALERFIRMAET PREBEN LARSEN'S Eff.**



**KENNETH PEDERSEN**

Malermester

Telefon 98 11 45 77

E-mail: [malerprebenlarsen@stofanet.dk](mailto:malerprebenlarsen@stofanet.dk)

Priorgade 11  
Postboks 53  
9100 Aalborg



**PC Autoservice**

Heimdalsgade 44 th • 9000 Aalborg  
Tlf.: 98 13 20 58 • [www.pcautoservice.dk](http://www.pcautoservice.dk)

# Knudsen & Østergaard A/S

Arkitekter MAA/PAR. / Hasserisgade 35 / 9000 Aalborg



[www.ok-arkitekter.dk](http://www.ok-arkitekter.dk)

**REAL** RealMæglerne  
Bjarne Andersen

- Det er os med de tilfredse kunder!



**10 ud af 10\***

\* Boligsiden.dk, find mægler, kundetilfredshed, d. 8. 1. 2021



- Nyanlæg
- Reparationer
- Forsikringskader lækagesøgning m/sporgas
- Blikkenslagerarbejde

Torben Hansen mobil 20 25 57 33

Østerbro 103 | 9000 Aalborg | Fax 9810 3168

# Resolut.

Rengøring i høj kvalitet

Industrivej 28 . 9490 Pandrup  
Tlf: 98 24 26 00

Resolut.dk

# JYSK støtter handicap- idrætten i dit lokalområde



JYSK.dk



"Der skal være plads til ALLE på arbejdsmarkedet"  
[Facebook.com/metalaalborg](https://www.facebook.com/metalaalborg)



**Concretely Dynamic**

Rørdalsvej 44 • Postboks 165 • 9100 Aalborg • Tlf. +45 9816 7777 • Fax +45 9810 1186  
E-mail: [cement@aalborgportland.dk](mailto:cement@aalborgportland.dk) • Internet: [www.aalborgportland.dk](http://www.aalborgportland.dk)



**Seritronic**  
dynamisk kontakt - et godt klik

Seritronic er en dynamisk virksomhed, der fremstiller serigrafiske produkter til elektronik- og maskinindustrien... Med Seritronic som leverandør får du en troværdig - lydhør og flexibel partner. - Oplev forskellen

WWW.SERITRONIC.DK



**KLITGAARD**  
BIRKERGADE 13 • 9000 AALBORG

**AALBORG SPORTSHØJSKOLE**



Annebergvej 55 DK-9000 Aalborg  
T: 98 13 13 11

[www.sportshojkolen.dk](http://www.sportshojkolen.dk)

**SPRINGEREN**  
Maritimt Oplevelsescenter



Åbent alle dage

Vestre Fjordvej 81 • 9000 Aalborg [www.springeren-maritimt.dk](http://www.springeren-maritimt.dk)

**Få en gratis Medicinsamtale på apoteket**

- Tilbydes til borgere som inden for de sidste 6 måneder har fået ny medicin i forbindelse med en ny sygdom
- Tilbydes også til borgere som har brugt medicin i mindst 12 måneder og har mistet oversblikket eller ikke føler de får optimal effekt af medicinen.

Læs mere på [apoteket.dk/medicinsamtale](http://apoteket.dk/medicinsamtale)  
Book en tid på telefonnummer: 98 17 19 44



**NØRRESUNDBY APOTEK**  
Torvet 3A, 9400 Nørresundby

**VODSKOV APOTEK**  
Vodskovvej 41, 9310 Vodskov

**SOLSIDENS APOTEK**  
Vestergade 30, Butik 2, 9400 Nørresundby

**LINDHOLM APOTEK**  
Lindholm Nærbovej 1D, 9400 Nørresundby

**SKOMAGEREN**

**Skomageri • Nøgler  
Gravering i alt**



Find os på facebook  
(Skomageren & Låsesmeden)

Vingårdsgade 19 • 9000 Aalborg  
[www.skomageren.com](http://www.skomageren.com) • Tlf. 98 16 12 07

**JORTON**

Halkjærvej 8B • 9200 Aalborg SV  
Telefon 89 30 45 30 - Telefax 89 30 45 35  
[aalborg@jorton.dk](mailto:aalborg@jorton.dk) - [www.jorton.dk](http://www.jorton.dk)

**Vil du sejle eller blot ro,  
vi mødes på...**



Aalborgs hyggelige værtshus, spækket med minder af både historisk og sportslig karakter. Her kan du få de gode historier om alt lige fra besættelse til håndbold gennem tidene og samtidig hygge dig godt med vennerne.

**AALBORG SLOTSKRO**  
Slotsgade 35 • 9000 Aalborg • Tlf: 98 12 18 89



POST

PP

DANMARK

[www.uniscrap.dk](http://www.uniscrap.dk)

Vi køber jern- og metalkrot til den bedste dagspris fra privat og erhverv.

**Uniscrap A/S**  
Mineralvej 23  
9220 Aalborg Ø.  
Tlf. 9812 1533



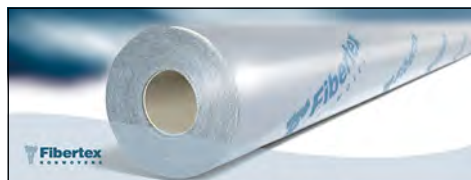
Miljøcertificeret efter ISO/EMAS

**Et værdifuldt alternativ**

## RÅDGIVNING TÆT PÅ DIG OG DIN ØKONOMI

Kig ind hos Nykredit i Aalborg  
Tankedraget 25, 9000 Aalborg. Telefon 44 55 40 50

**Nykredit**



[www.fibertex.com](http://www.fibertex.com)

**Fibertex**  
NONWOVENS

# UCN

**PROFESSIONSHØJSKOLEN**

Find os i Aalborg, Hjørring og Thisted  
[www.ucn.dk](http://www.ucn.dk) · [ucn@ucn.dk](mailto:ucn@ucn.dk)



## CONTAINERE TIL ALT salg og leje

Isoleret container • Køle-frys container • Mobilt slagteri  
Mobilt midlertidig køkken • Mandskabsfaciliteter til byggepladser  
Containere i alle størrelser • Mobil produktionsenhed  
Mobil salgsbod

Se de mange muligheder på [dc-supply.dk](http://dc-supply.dk)

DC-SUPPLY A/S | T: 7023 1380



Brug en F.R.I.-rådgiver