

PARASPORT AALBORG



*Vi har jubilæum og
det skal fejres*

BESTYRELSEN:



Formand:

**JAN KARKOV
SØRENSEN**

Sindalvej 9,
9220 Aalborg Ø.

Kontakt: 4033 2477
jan@parasportaalborg.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@parasportaalborg.dk



Bestyrelsesmedlem:

**PER
KRISTENSEN**

Havesangervej 10b,
9310 Vodskov

Kontakt: 4041 1153
per2241@gmail.com

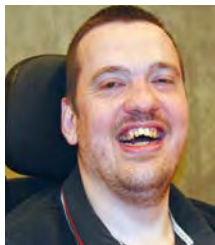


Bestyrelsesmedlem:

**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

PARASPORT AALBORG

Vi tilbyder...

*Tilpasset motions-, og
konkurrenceidræt for alle!*

*Vores tilbud er IKKE genop-
træning og vores personale
er ikke nødvendigvis special
uddannede, men vi garan-
terer, at de er velkvalifice-
rede (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!*

PARASPORT AALBORG • KONTAKT INFO

- ▶ Nordkraft, Teglgårds Plads 1, niv. 9, 9000 Aalborg • Kontor- og telefon tid: tirsdag og torsdag kl. 10 - 13
- ▶ Kontakt: 9816 7282 • kontakt@parasportaalborg.dk • www.parasportaalborg.dk • facebook/parasportaalborg
- ▶ 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@parasportaalborg.dk
- ▶ Annonceekspedition: Handicapidræt, Agerbakken 21, 8362 Hørning • 8793 3786 • info@handicapinfo.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.parasportaalborg.dk -> Medlems-service
- ▶ Alle billeder er Parasport Aalborgs ejendom og må kun bruges ifl. skriftlig aftale!

Næste blad udkommer medio september - deadline den 7. august



Formanden har ordet

Den 6. april 2022 blev klubbens generalforsamling afholdt i Vejgårdhallen. Vi havde denne gang valgt at gøre lidt ekstra ud af maden, der blev nemlig serveret stegt flæsk med tilbehør. Det hævdede deltagerantallet i forhold til tidligere år. Maden blev rost, så vi håber, at der kommer endnu flere næste år. På generalforsamlingen blev klubbens nye navn Parasport Aalborg godkendt. Efter 50 år som Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg, skal vi nu vænne os til at sige Parasport Aalborg. En hel rigtig beslutning, tiden var kommet til et mere nutidigt navn. "Vi dyrker parasport", lyder mere rigtigt og bedre end "vi dyrker handicapdræt". Der går nogen tid før navnet er rettet alle steder. Vi køber f.eks. ikke nyt træningstøj, fordi der står I.H. Aalborg. Vores logo er ændret lidt,

ellers har vi valgt at beholde det gamle kendte. Vores 50-års jubilæum fylder en del i øjeblikket. Håber, at mange af klubbens medlemmer vil deltage i Royal Run på vores jubilæumsdag den 6. juni 2022. Vi har sammen med Aalborg Kommune fået en parasport fanzone på aktivitetspladsen over for havnebadet. Der kommer musik af bandet 80'er Expressen, parasport på boldbanerne, showkamp og meget mere. Selvom man ikke deltager i løbet, er man velkommen til at kigge forbi. En royal fejring, mindre kan ikke gøre det. 😊

Den 10. juni 2022 fra kl. 14.00 til 17.00 er der reception i Nordkraft for klubbens medlemmer, medspillere, sponsorer, samarbejdspartnere m.m. Mens der er reception, sker der en del

>>



Se udgivelsen ONLINE

Scan her



FORORD

i DGI-hallen. Der vil være opvisninger i de idrætsgrene, vi har i Nordkraft. Vi har booket klatrevæggen, dermed er der mulighed for at komme til toppen. Der er selvfølgelig en DGI-instruktør til stede, som har styr på sikkerheden. Der bliver også Fredags KIDZ Hop og Spring på trampolinerne og airtrack. Håber at se mange den dag, det bliver helt sikkert en god og festlig dag.

Der sker også andre ting. Et flot jubilæumsblad er ved at blive omdelt til alle idrætsstederne, hvor I er meget velkomne til at tage et med jer hjem.

Bladet kan, som vanen tro, også læses på hjem-

residen. Der bliver også en medlemsfest den 29. oktober 2022 i Vejgårdhallen. Indbydelser kommer i august måned. Desuden bliver der også en KIDZ fejring for børn og unge. Jo, der sker en del i forbindelse med jubilæet.

Jeg vil slutte med at ønske jer alle en god sommer. Dejligt at det igen bliver en normal sommer uden mundbind, håndsprit, afstand og coronapas, hvor vi igen kan mødes til sport og festival.

*Med sportslig hilsen
Jan Karkov Sørensen
Formand*



*Jonas Jensen
Blomsterdesign*

Jernbanegade 7 • 9000 Aalborg • Tlf. 98 19 10 40 • jonasjensen@interflora.dk

Følg med på Facebook 



Flotte negle i gele Luksus ansigtbehandling Gelé forstærkning på tånegl Hot Stone massage

GIV ET GAVEKORT TIL DEN DU HOLDER AF...

Skøn af Fashion ligger i hjertet af vestlige lokaler på 1. sal i Aalborgs hyggeligste gade. Bispensgade i vores stue byder vi på velvære, afslapning og selvforkælelse. Udvælg et kursus for karle, dig med krems- og ansigtsbehandlinger, tilbyk vi også flotte neglebehandlinger. Du er altid velkommen til at ringe eller komme forbi til en gratis konsultation.

Skin of Fashion | Bispensgade 15 | 9000 Aalborg | Tlf. 9631 8101 | www.skinoffashion.dk





Kom med til Bevæg Dig For Livet - festen, og

Parasport Aalborgs 50 års jubilæum

BEVÆG
DIG FOR
LIVET

Mandag den 6. juni kl. 9.30 ved vores Royal Run FAN ZONE på Havnefronten.

Kære alle

Parasport Aalborg (tidligere I.H Aalborg) og samarbejdspartnere vil indbyde jer til at deltage i fejring af 50 års jubilæum for Parasport Aalborg.

Samtidig markerer vi også det gode samarbejde med bevægelse og foreningsliv mellem Aalborg Kommune, DGI Nordjylland og Parasport Aalborg.

Det sker til et brag af en bevægelsesfest til Royal Run, så kig forbi både hvis du deltager i løbet og hvis du er med til at heppe. Der bliver musik, forskellige kampe og lidt godt til ganen.

Festen foregår på havnefronten i Aalborg - på basketball banen lige ved siden af Restaurant Fusion, hvor vi har lavet vores helt egen FAN ZONE.

Se om du kan nå
at tilmelde dig på:
www.royalrun.dk
I feltet "Fællesskab/hold
/firma" skrives "PARASPORT
AALBORG."

Vi glæder os til at se jer,
Parasport Aalborg



Nordjylland

Tilmeldingsgebyret vil være:

- One mile - koster 50 kr. i anledning af 50 års jubilæum
 - 5 km koster 2x50 kr. i anledning af 50 års jubilæum.
- Resten af tilmeldingsgebyret betaler Parasport Aalborg.

Har du allerede tilmeldt dig eller når du tilmelder dig, så send din kvittering på tilmeldingen til kontakt@parasportaalborg.dk - så vil kontoret refundere dig tilskuddet til løbet. HUSK at oplyse dit kontonummer.

Parasport Aalborg fylder

50 år

det fejrer vi med reception



Alle medlemmer, medspillere, sponsorer og samarbejdspartnere inviteres hermed til reception

fredag den 10. juni • kl. 14.00 - 17.00 i DGI Hallen i Nordkraft

Samtidig med receptionen vil nogle af vores medlemmer være aktive rundt om i DGI Hallen.

De vil bl.a. vise vores kørestolsidrætter, boccia og bordtennis.

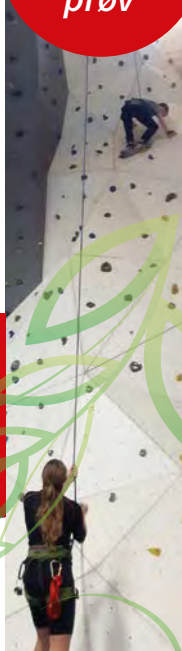
Vores yngste medlemmer vil være aktive på trampoliner og Airtrack - og alle der har lyst til at komme til tops på klatrevæggen, får mulighed for det (DGI instruktør er til stede).

Vi håber, at se mange af jer til en festlig men uhøjtidelig fejring i sportens tegn.

Sportslig hilsen

Parasport Aalborg

**Kom
&
prøv**



I stedet for evt. gave kan man betænke os med et økonomisk bidrag.

Pengene vil blive brugt til idrætsrekvisitter.

Beløb kan indsættes på vores konto: 9286 244 0000 676 eller via MobilePay: 32929

Parasport Aalborg • Teglgårds Plads 1, niv. 9, 9000 Aalborg • www.parasport aalborg.dk



Parasport Aalborg

Slut med I. H. Aalborg

Så er IHA eller I. H. Aalborg en saga blot. På dette års generalforsamling blev det vedtaget, at vi skulle skifte navn.

Det har været undervejs i et stykke tid. Da Dansk Handicap Idrætsforbund (DHIF) for nogle år siden skiftede navn til "Parasport Danmark", skyndte vi os at købe navnet "Parasport Aalborg". Men der var ikke umiddelbart stemning for at gøre mere.

Med tiden blev navnet "Parasport Danmark" slået fast i bevidstheden hos danskere. Især når der blev sendt direkte tv fra Paralympiske lege. Det skabte så grobund for, at vi ved sidste års generalforsamling fik forslaget, at vi skulle skifte navn til "Parasport Aalborg". Da det var en vedtægtsændring, nøjedes vi med at have en diskussion om emnet på dén generalforsamling. Og i år skete det så. Navnet, som vi har haft siden den 6. juni 1972, blev stemt væk. Og foreningens nye navn er nu "Parasport Aalborg".

Det vil nok tage noget tid, inden vi ikke siger, at vi kommer fra IHA, men det må vi lære. Det vil naturligvis også være en del indkøring af det nye navn, inden vi har fået skiftet vores navn på hjemmeside, Facebook, brevpapir, e-mails, PR materiale og ikke mindst vores klubbøj. Men det kommer til at ske hen over tid. Så hvis du støder på navnet I. H. Aalborg, så er det en god historie, der ca. er 50 år gammel. Vi fylder år 6. juni, og det har vi tænkt os at gøre en del ud af. Og her skal vi naturligvis gerne bruge vores nye navn.

Så farvel I. H. Aalborg - og velkommen til Parasport Aalborg.

Vigtigt! – vedrørende facebook grupper og sider i Parasport Aalborg regi

Nu hvor klubben har ændret navn, bør de ansvarlige for facebook grupper og sider i vores regi, også huske at rette navnene til der, så de stadig er søgbare for interesserede – tak 😊

Bare fordi.....

Klubben har i mange år haft en Humørpokal, som er blevet givet til mange forskellige folk for mange forskellige indsatser. Sidste år - 2021, var det Inger og Svend Rasmussen fra skydning, som fik pokalen. Og nu hvor der så ikke er plads til flere navne på pokalen, så vi kunne købe en ny pokal - eller vi kunne finde på noget nyt. - Det blev til noget nyt 😊

Vi har kigget os omkring i klubben og fundet ud af, at der faktisk er mange, som af en eller anden grund godt kunne få et klap på skulderen for deres indsats. Det kunne være en person, som aldrig svigter træningen, ja har været rigtig stabil i mange år. Det kunne være en meget hjælpsom person i en idræt. Ja - det er faktisk kun fantasien, der sætter grænsen.

Som noget nyt, har vi så også besluttet, at der i hvert klubblad fremadrettet vil være en udnævnelse af hæderen " Bare fordi..." Vedkommende bliver begavet med 2 biografbilletter inklusiv popcorn og sodavand.

Så kender du nogen, der kunne fortjene et ekstra klap på skulderen for sin indsats, så giv en melding til kontoret. Så kigger vi på det - og måske bliver din kandidat den næste til titlen "Bare fordi..."



FOKUS

Folkeoplysning

www.fokus-folkeoplysning.dk

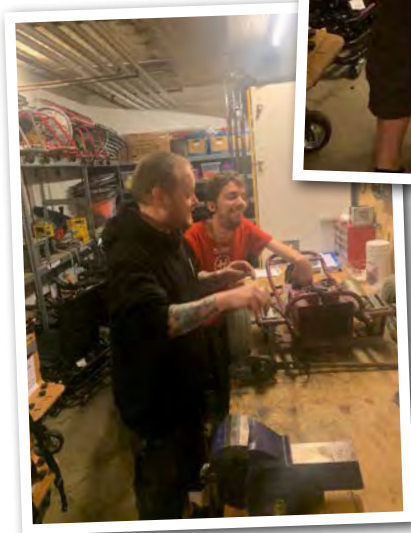
Strandvejen 19

9000 Aalborg

Tlf: 99 30 10 00

Bare fordi...

En torsdag eftermiddag halvanden time før træning var Thomas og Simon at finde i kælderen, hvor de to gutter sørger for al teknik. Det er vi ret glade for i Parasport Aalborg, og det skal de to vide. Ifølge dem selv bruger de flere timer i kælderen end de bruger på træningsbanen. Thomas er Simons ledsager og bruger knap så mange timer som Simon på træningen. Simon er både engageret i powerchair football, powerchair floorball og el-hockey. Alle tre sportsgrene har base i kælderen. Thomas er mest med i træningen, som stand in, hvis de f.eks. skal bruge boldkanonen, som er bygget af Simon. Thomas er tidligere fodbold stjerne i Parasport Aalborg, men det var ikke her de skulle mødes. Simon og Thomas har nemlig gået på samme skole, og dette blev begyndelsen på denne ret fede relation.



Støt vore annoncører...
...de støtter os



Fællesskab i Parasport

Aalborg

Min søn kom fra et alment fodboldhold, da han startede til fodbold i Parasport Aalborg. Det gik hurtigt op for mig, at de børn kunne have noget helt særligt sammen, men før sådan noget sker, kræver det, at vi forældre kommer på banen.

Jeg var ikke i tvivl om, at jeg gerne ville gøre noget for sammenholdet af klubben, så snart corona ville tillade det.

Til den første turnering børnene var ude at spille, endte vi forældre jo bare med at stå på en lang række på sidelinjen, fordi ingen af os rigtig kendte hinanden, eller vidste hvem, der var forældre til hvem.

Jeg brugte anledningen til kort at høre, om folk var interesseret i at mødes til et socialt arrangement. Flere stemte for, men tilkendegav også, at de nok ikke havde tiden eller resurserne til at gøre noget. Men det skulle ikke få mig til at stoppe, hvad jeg selv syntes, var vigtigt for vores børn. Nemlig fællesskab og sammenhold.

Kort tid efter, annoncerede jeg på gruppens facebookside, at jeg havde tænkt mig at stifte et forældreråd, som fremadrettet skulle stå for at skabe et sammenhold blandt børnene.

Hvis man ville være med, skulle man blot møde

op i klubhuset den kommende tirsdag under træningen.

Jeg var meget spændt på, om der var nogen, der ville dukke op. Og det var der. Vi var i alt 4 forældre.

Vi brugte den første mødegang på at snakke lidt om vores forskellige børn, og hvad der kunne være spændene at lave.

Alle var meget enige om, at bare fordi vores børn har et særligt behov, drømmer de jo lige så meget om fede fællesskaber, som dem de måske tidligere har været ekskluderet fra i et alment regi. Og det fællesskab måtte vi hjælpe dem med at skabe.

Vores første arrangement var med fællesspisning, hvor vi serverede suppe og hotdogs. Vi var så heldige, at klubben ville sponsorere vores mad, og at vi nemt kunne låne klubhusets lokaler. Så i virkeligheden var det det nemmeste arrangement at arrangere.



Der var heldigvis et rigtig flot fremmøde blandt fodboldbørnene og deres forældre.

Alle børn var så glade og løb rundt og legede sammen hele aften. Det var fantastisk at få lov til at være en del af.

Derudover fik vi forældre også rig mulighed for at hilse på hinanden og se, hvem der gemte sig bag hvert barn.

Der er ingen tvivl om, at vejen til et godt fællesskab for vores børn går igennem os forældre. Kan vi snakke sammen, gør vores børn det også. Siden

jeg startede det lille forældreråd op, har min søn allerede fået flere legeaftaler med børn fra hans fodboldklub, som han ellers ikke ville have haft.

Jeg glæder mig allerede til næste gang, vi alle skal samles.

Og jeg håber, du vil være med til at gøre det samme for dit hold.

Kærlig hilsen

*Frederikke, mor til en fodboldspiller
i Parasport Aalborg*

Velkommen til Aalborg

- og en masse aktiviteter



Aalborg
Kommune





Kanon eftermiddag til håndbold

Klokken 13 var arrangementet sat til at starte, men folk var i god tid. Vi skulle mødes til EH Aalborg sidste kamp, da de har skaffet trænere til os i sæsonen. EH Aalborg kunne nå en fjerdeplads og modstanderen Århus kunne med en sejr undgå nedrykningsspillet.

Vi startede med sandwich og sodavand, hvorefter Allan Heine kom og fortalte lidt om dagens modstander og lidt taktik.

Inde til kampen havde vi i Parasport Aalborg

et hjørne af tribunen. God stemning fra start til slut. Ret fedt da vores tidligere træner på 158 cm lavede en hop-skuds scoring og da vores nuværende træner et kvarter inde i anden halvleg kom på banen. Da hun senere scorede, kogte vi, stemningen var vild.

Arrangementet var en succes og der er plads til mange flere til næste arrangement.

Casper



Foto: Lars Horn / Baghuset

Aalborgs bedste var en fed oplevelse

Ved Aalborg Kommunes arrangement - "Aalborgs Bedste 2019, 2020 og 2021", var Parasport Aalborg "selvfølgelig" med.

Vi var præsenteret igennem fodbold og racerunning. Der var vindere fra de tre år bredt fordelt fra håndbold herrerne til forsvarers trail løbere. Jeg synes virkelig, det er fedt, at Aalborgs stjerner bliver hædret igen. Det er også en gylden mulighed for at gøre Parasport Aalborg tydeligere på det danske nationale kort eller i hvert fald Aalborg kortet. Mogens Jørgensen, som var konferencier, fik også gjort alle i salen opmærksomme på os.

Begivenheden startede med, at alle mestrene gik ned ad den røde løber, fik en gave og kom på et billede med vores borgmester. Dernæst var der sandwich og drikke, inden der blev taget et fælles billede på scenen, hvor alle mestrene var samlet. Der var igennem aftenen sørget godt for os med både sportslige og underholdende indslag. Af underholdning var der en boldjonglør og Jan Hellesøe, hvor frivillige blev brugt i stor stil.

Vi havde reserveret nogle borde helt oppe ved scenen i venstre side, og et af de sportslige indslag var af Henrik Mølgaard og Stefan Madsen. Mogens Jørgensen skulle interviewe dem, men han er lidt lav i forhold til Henrik Mølgaard og måtte derfor bruge en trappe under interviewet. Det var ret sjovt. Så da de gik ned til deres plads, fik de da også et par highfives. Mogens Jørgensen gjorde det ret godt.

Et andet sportsligt indslag var fra Gug Ropeshipping, der viste noget sjipling, og så til slut skulle Mogens Jørgensen og Thomas Kastrup prøve. De skulle hoppe ind og bruge to tov som blev svunget. Mogens Jørgensen vandt overlegent. En super fed aften.

Casper Østergaard



Foto: privat



Foto: Lars Horn / Baghuset



Foto: Lars Horn / Baghuset



KJÆRSGAARD & SIMONSEN ApS

TØMRER - SNEDKER - MURER

TLF. 98 29 39 77 - www.ks-aps.dk

2007



"RaceRunning opstart i Aalborg"



RaceRunning 15 år

Den 2. maj 2007 startede racerunning op i klubben. Vi var 3 løbere til at begynde med, men ret hurtigt blev vi flere, og i dag er vi hele 23 løbere tilmeldt.

Fødselsdagen blev fejret med kagemand og højt humør onsdag den 4. maj – på atletikstadion naturligvis 😊





PORTTECHNIC A/S

Levering af døre og porte - rundt i hele landet!

Kystvejen 52F • 9400 Nørresundby
Tlf.: 30 33 88 99 • info@porttechnic.dk
www.porttechnic.dk

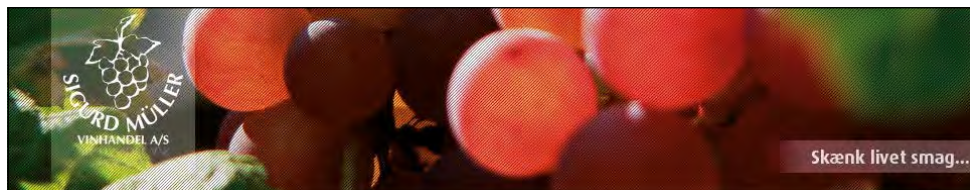


PC Autoservice

Heimdalsgade 44 th • 9000 Aalborg
Tlf.: 98 13 20 58 • www.pcautoservice.dk



ELSALGAALBORG.DK



SKÆNK LIVET SMAG...

SIGURD MÜLLER VINHANDEL A/S
OTTO MØNSTED VEJ 2 • 9200 AALBORG SV • 98 18 50 99 • VIN@SMV.DK



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 (maj-oktober) fra kl. 15-18.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte:

Kim Thorup Sørensen, mobil: 27 47 22 14 • e-mail: kims10@mail1.stofanet.dk



Betal hos Parasport 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



Det er forrygende tider for Parasport Aalborg Floorball

Vi er et sted mellem 15-20 mennesker fast til træning nu. Alderen er fra 16 til midt i 30'erne. For ca. 3 måneder siden overtog vi den store hal fra Aalborg Flyers U11, fordi vi simpelthen var så mange, at det var nødvendigt.

Som udgangspunkt er vi niveau-opdelt i begynder og erfarne. Vi har ca. 12-14 stykker, der er nybegyndere og 7-8 erfarne, hvoraf 2 er

tidligere 50 landsholdsspillere, én nuværende og to er boblere. Så det er gode tider hos os.

Ca. halvdelen af holdet tager af sted til Handicap Idrætsfestivalen i Kolding i maj, og de glæder sig rigtig meget.

Jonathan Zacho Bruun

SPRINGEREN
Maritimt Oplevelsescenter





Åbent alle dage

Vestre Fjordvej 81 - 9000 Aalborg www.springeren-maritimt.dk



HELENES
MALER
FORRETNING

- kort fortalt, vi ordner alt...

Vestavej 18 • 9200 Aalborg SV
Tlf. 22 34 19 45

"Gamle" og nye...

De barske eller de "gamle" eller de lidt mere erfarne ud i kajakkens finesser er allerede startet. Det gjorde de den 17/3. Men for nye - urutinerede med lyst til at prøve at få noget frisk luft sammen med en flok, der nyder naturen fra kajak - ja, de kan forvente at starte omkring 1/5 (vandet skal være lidt varmere, hvis man skulle risikere en tur deri 😊).



Chris, der står for det, vil dog gerne have et lille ring, inden du kommer. Så har han fundet ud af, hvor meget du måske kan - eller hvor meget hjælp, du har brug for. Ring derfor gerne til Chris

på telefon 30 13 93 06, gerne sidst på eftermiddagen (han skal jo også have lov til at passe sit arbejde) og så starter I der. - Velkommen 😊

dansk boligstål as
www.dabo.dk

Danmarks førende producent af Corian®- og stålbordeplader.

Book din FEST hos os..!

VI KAN HOLDE FESTEN FOR ALLE.!
Sportsklubben, firmafesten, politereabend, festen for tøserne eller bare ren mandehørm? Julefrokoster m.m.

HVAD ER I TIL?
Sushi & vin, flæsk & fadøl, buffet med noget for alle? eller skal i bare have noget gyldent fra hanen til ganen? Vi skrædder syer festen til jeres behov.

• TILKØB FRI FADØL (2 TIMER 75kr. pr. pers.)
• LOKALER MED PLADS TIL 250 pers.
• MULIGHED FOR SPISNING

Kontakt os nu på as@ZweiGrosse.dk

ZweiGrosse.dk

En ny mand på Powerchair Football holdet

Mikkel hedder den unge mand på billedet, og han er begyndt til Powerchair Football i Parasport Aalborg. Mikkel er spastiker og sidder til dagligt i kørestol. Men som man siger, kan en "handicappet" det samme som en "ikke udfordret", bare på andre måder. Så hvorfor ikke fodbold?

Mikkel bor til dagligt i Skive og kører glædeligt hele turen til Aalborg to gange om ugen. Mikkel var til en opvisning, hvor Parasport Aalborg var repræsenteret og syntes godt om Powerchair Football.

Powerchair Football er først og fremmest en holdsport. Heraf også det sociale aspekt. Udover en holdsport er det en sport med en masse fart, en vild acceleration og træning af din finmotorik. Du kommer virkelig til at svede. Det kan være ret taktisk, og med den hurtige acceleration, bliver spillet hurtigt vendt fra angreb til forsvar og tilbage igen. Det kan være meget svært at holde på bolden, da det ofte kræver præcise afleveringer. Dette kræver en god manøvrering af stolen, samtidig med at du skal læse boldens fart, og du bliver presset af modstanderne. Det er forbudt at køre ind i hinanden.



Jeg har haft fornøjelsen af at møde Mikkel flere gange, og hver gang viser han et stort overskud. Det er nok ikke på grund af sporten alene, men tror, den hjælper.

Casper

Powerchair Floorball på vej mod VM i Schweiz

“Den 12. og 13. marts afholdte det danske landshold i Powerchair Floorball en træningsweekend i samarbejde med Parasport Aalborg i hallen ved Vester Hassing Skole. Det var næsten en skam at bruge 2 hele dage indendørs, for der var et fantastisk solskinsvejr begge dage, som blev nydt til fulde i pauserne. Cafeteriet stod for frokosten og som altid når man kommer på den rigtige side af fjorden, så blev der ikke sparet på noget!

Det danske landshold træner frem mod verdensmesterskaberne 2022 som afholdes til sommer i Schweiz, nærmere bestemt i byerne Sursee og Notwill den 9. til 14. august.

Men hvad dølen er Powerchair Floorball sidder du måske nu og tænker? Forestil dig floorball/hockey som det bliver spillet i idrætstimerne i folkeskolen, det gjorde vi i hvert fald dengang jeg var dreng. Floorball som i gymnastik i elektriske kørestole, men bygget op som en handicapidræt eller parasport, så der blandt andet skal være 2 ud af de 5 på banen, der har en fastmonteret stav, som den der også bruges i el-hockey (forestil dig et T eller et kryds sat fast foran på stolen). Derudover bliver alle klassificeret til slutrunder, så det er ikke tilladt at have 3 muskelbundter inde, hvilket i praksis betyder, at der er en vigtig plads på holdet til alle, uanset funktionsniveau. Jeg har selv spillet





med en floorballstav i hånden og i takt med at min progressive muskelsvind skred frem skiftede jeg til en fastmonteret stav og kunne dermed fortsat være en del af sporten og på det tidspunkt landsholdet.

For at vende tilbage til VM, så tabte det danske landshold finalen til VM i 2018 til de italienske værter og der hersker ingen tvivl i truppen om, at målet er at forbedre resultatet fra 2018, vi skal være verdensmestre 2022!

Parasport Aalborg er også godt repræsenteret til august, hvor både Mads Larsen og Simon Damtoft Christensen er udtaget til den 10 mand store trup. Derudover deltager Kristoffer

Stormark som dommer for Danmark og jeg selv som landstræner.

Du kan følge landsholdet på facebook -> powerchairfloorballdk

Du kan høre mere om sporten ved at skrive til Mads, som er kontaktperson for sporten i Parasport Aalborg på 60 18 08 27 eller mads-el-hockey@hotmail.com

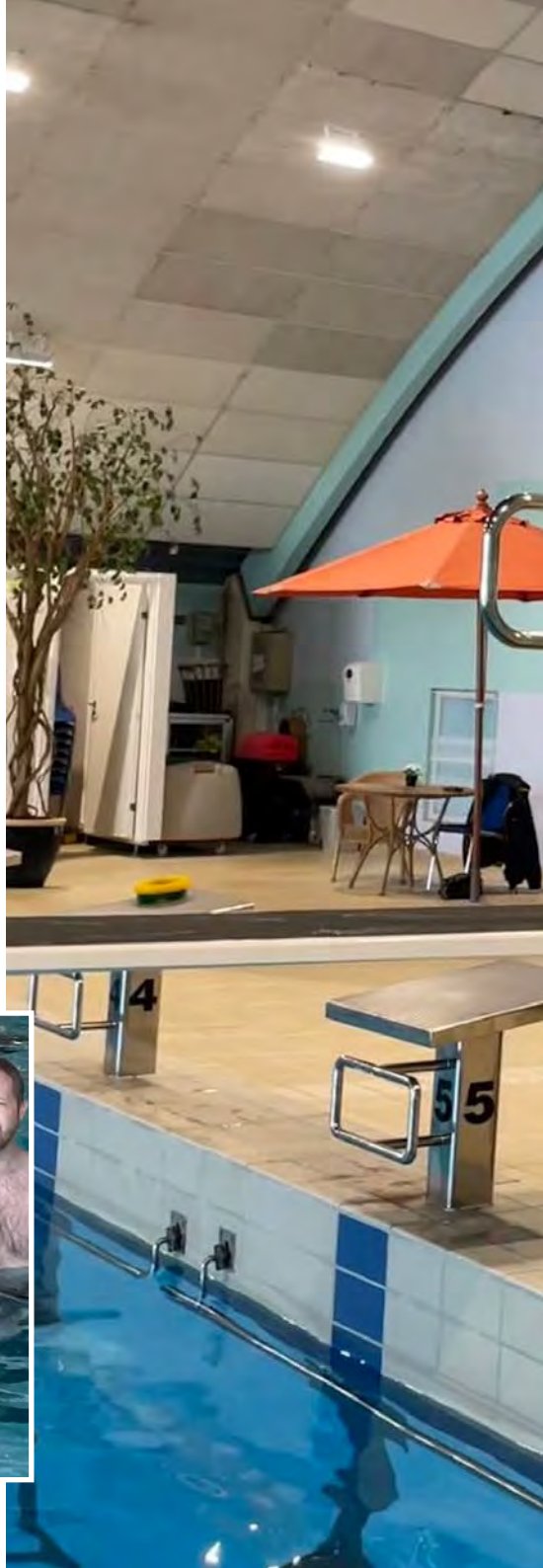
*Rasmus Yder
Landstræner
Powerchair Floorball Danmark*

Så kunne racerunnerne igen blive vasket

Lørdagen op til påske, havde racerunning afdelingen deres årlige "bade event" i Vadum Hallen.

Alle havde set ekstra meget op til dagen, da arrangementet havde været aflyst de sidste to år på grund af covid-19.

Selvom nogle var uheldige og måtte melde afbud lige op til dagen, fordi de var blevet syge, blev det en rigtig god tur, i godt selskab og med dejlig mad i caféen bagefter.





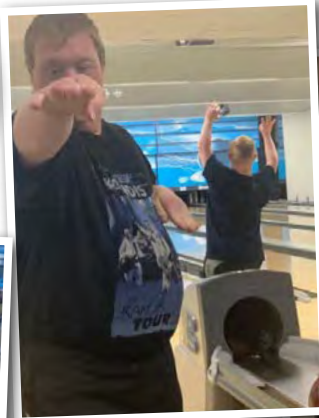






Hvis du søger glæde, prøv bowling

OBS!
Efter sommerferien
kommer det **KUN** til
at koste kr. 400,-
halvårligt ud over
kontingentet at gå
til bowling



Både da jeg ankom fik jeg knus og håndtryk, og da vi spillede, var der efter hvert skud high fives. Udover den gode stemning, er der plads til alle. Der er spillere, der bruger en rampe, og så er der nogen, der bruger bander og nogle der spiller uden hjælpemidler. Der er folk, der har egne sko, andre har egen kugle, men dette kan lånes på stedet.

Selve spillet er simpelt, og du skal vælte 10 kegler på en bane, der er 20 meter lang og

en meter bred, men udførelsen er ikke simpel for alle. Jeg spillede på en bane ved siden af en, der fik en balletdanser til at se klodset ud. Jeg spillede mod en, der havde styrke nok i sit skud, til at få mig, der træner meget, til at blegne. Ved siden af os, spillede en dame med rampe, og den præcision hun havde, var imponerende. Så tænker du, at der ikke er den store træning i det, tager du fejl.

Casper Østergaard



I et helt år får vi **30% ekstra i støtte,** når du tanker hos OK

Klubber og foreninger har været udfordrede af nedlukninger det seneste år. Derfor giver OK i et helt år 30% ekstra i støtte.

Du hjælper med at gøre sparerisen tungere i din klub eller forening, ved at bruge OK Benzinkort eller OK's app, hver gang du tanker.

OK

KIDZ Hop og Spring

KIDZ Hop og Spring er trampoliner, airtrack, hoppepuder, forhindringsbaner og meget mere. DGI's dygtige instruktør er klar til at hjælpe, og der kommer helt sikkert sved på panden. Der er oprettet en FB gruppe der hedder »KIDZ Hop og Spring«, så tjek den ud samt Parasport Aalborgs FB side.

Husk!

***Vi er klar til at hoppe og springe en gang mere
inden sommerferien - lørdag den 11/6***

Så kom og vær' med til at hoppe og springe, tumle og lege sammen med andre børn og unge.

Målgruppe: Børn og unge med handicap.

Sted: Nordkraft, Teglgårds Plads 1, 9000 Aalborg.

Tidspunkt: kl. 12.00 - 13.30.

Gratis for vores medlemmer (husk! det er muligt at oprette et light medlemskab) og 50,- pr. pers. for ikke medlemmer med funktionsnedsættelse.



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, 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 > 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

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.ihaalborg.dk

under medlems-service

Støt Sifa - de støtter os!

**Job Visions online
trivselsforløb sikrer**

Mindre sygefravær og
større arbejdsglæde



JOB VISION
Værdiskabende samarbejdsrådgivning



Bulegården ApS

Vi specialiserer os i:

Metalisering • Sandblæsning
Industrilakering • Metallisering

Tagholm 4 • 9400 Nørresundby
Tlf.: 9817 8244 • www.bulegaarden.dk



**Nordjyske håndplukkede
Champignon**

Tostrupvej 210, St. Restrup • 9240 Nibe
Tlf.: 98 34 19 14 • Mail: strc@strc.dk
www.strc.dk



W.J. MASKINSERVICE A/S
98 83 52 49



JENSENS BIKES & CARS

Vi servicerer alle bil-, varevogne- og motorcykelmærker på det højeste niveau.

Vi har altid over 100 motor cykler på lager og 50 biler.

Kom forbi og se vores nye udstilling, og få et uforpligtende tilbud.

Ring til Rene på 27 648 787

[www.jensensBIKE & CARS](http://www.jensensBIKE&CARS)

PLEJE OG RENGØRING

Det er hurtigt, nemt og GRATIS at skifte til
FRIT VALG SVANE PLEJE.

FRIT VALG SVANE PLEJE kommer gerne hjem til dig til en uforpligtende samtale. Det eneste du skal gøre er at kontakte din visitator på 99 82 50 00 og fortælle at du ønsker **FRIT VALG SVANE PLEJE** som leverandør. Så kontakter vi dig efterfølgende.




**Stigsborgvej 36, 1.sal. 9400 Nørresundby
aalborg@svanepleje.dk • Tlf. 41 40 20 10
www.fritvalgsvanepleje.dk**



Marklund Transport ApS



Morten Winther Marklund
Ejer / kørselsleder

MARKLUND TRANSPORT APS
G. Zimmersvej 98, 9430 Vadum
Telefon +45 2210 9114
www.marklundtransport.dk
marklundtransport@marklundtransport.dk



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. 400,- 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.*

*** *Med et Light kontingent, kan man kun deltage i KIDZ Hop og Spring.*

- På 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

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, 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. TAK!

Ønsker du ikke at modtage dette medlemsblad eller Parasport Danmarks medlemsblad "Parasport", må du gerne give os besked på: 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
- **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 2022

▶ Sommerferie	uge 26-32	fra mandag den 27.06.22 - søndag den 14.08.22
▶ Efterårsferie	uge 42	fra mandag den 17.10.22 - søndag den 23.10.22
▶		

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)

Badminton: Gitte Paulsen, E-mail: gitte0412@gmail.com	Fodbold (voksne/senior): Sissel Rosenkrans Pedersen, tlf. 5051 0106 E-mail: sisselrosenkrans@fibermail.dk	Kørestolsbasket: Per Wulff, tlf. 2077 5811 E-mail: wulff42@gmail.com
Boccia: Åki Joensen, tlf. 22 42 51 98 E-mail: balbal_60@hotmail.com	Frame Running og løb: Alice Birkbak, tlf. 2180 3773 E-mail: alicebirkbak@gmail.com	Powerchair Floorball: Mads Larsen, tlf. 60 18 08 27 E-mail: mads-el-hockey@hotmail.com
Bordtennis: Christian Broen, tlf. 2043 1158 E-mail: bagerbroen@hotmail.com	Goalball: Connie Thodberg Jensen, tlf. 3031 0911 E-mail: conniethodberg@gmail.com	Powerchair Football: Tobias Steen Clausen, tlf. 2967 7412 (kun sms) E-mail: tsclausen@gmail.com
Bowling: Lissy Pedersen, tlf. 2382 7767 E-mail: millelissy100@gmail.com	Happy Dance, (voksne med udviklingshandicap): Christina Tinggaard, tlf. 3066 8690 E-mail: christinawestinggaard@hotmail.com	Sejlads: Kim Thorup Sørensen, tlf. 2747 2214 E-mail: kims10@mail1.stofanet.dk
El-hockey: Simon D. Christensen, tlf. 2834 6103 (kun sms) E-mail: s-d-c@live.dk	Håndbold: Mette Katrine Klostermann, tlf. 6169 1421 E-mail: mettekatrineklostermann@gmail.com	Skydning: Inger Marie Rasmussen, tlf. 2046 3701 E-mail: disk@stofanet.dk
Esport: Lars Thyregod, tlf. 5162 4635 E-mail: lhtjdesign@gmail.com	Kajak: Chris Brix, tlf. 3013 9306 E-mail: paraholdetlimfjorden@gmail.com	Svømning og vandgymnastik i Gl. Lindholm: Per Kristensen, tlf. 40 41 11 53 E-mail: per2241@gmail.com
Floorball: Jonathan Zacho Bruun, tlf. 3029 3188 E-mail: jonathanzbruun@hotmail.com	KIDZ Happy Dance: Christina Tinggaard, tlf. 3066 8690 E-mail: christinawestinggaard@hotmail.com	Svømning, vandgym & Aqua-Bike i Vadum: Kontoret, tlf. 9816 7282 E-mail: kontakt@parasportaalborg.dk
Fodbold (børn og unge): Per Mørch, tlf. 6022 5183 E-mail: permorch@gmail.com	KIDZ Hop og spring: Jan K. Sørensen, tlf. 4033 2477 E-mail: jan@parasportaalborg.dk	

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@parasportaalborg.dk. Tak!



Næste blad udkommer medio september - deadline den 7. august

Mental fitness med

tvbingo
www.tvbingo.dk



H.S.N. BYG
v/ Henrik Schouboe Nielsen
Borgergade 41 - 9362 Gandrup
Kontakt os gerne på tlf. 61 86 43 97

Nordjyllands største udvalg
af tilgængelighedsboliger
– og flere på vej

Se udvalget på
www.abhim.dk



HIMMERLAND
BOLIGFORENING

Rendsburggade 22, 9000 Aalborg, tlf. 96 31 52 00
info@abhim.dk, www.abhim.dk

Aalborg – Nørresundby
Malerfirma
Din erfarne maler!

+45 22189600 www.an-malerfirma.dk kontakt@an-malerfirma.dk

IPA BESLAG

A/S J. PETERSENS BESLAGFABRIK
J. Petersens Vej 9 • 9240 Nibe
Tlf. 98 35 15 00 • www.ipabeslag.dk

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



Aalborgs byggebyværtshus, spækket med minder af både historisk og sparselig karakter. Her kan du få de gode historier med alle fra besøg til håndbold gennem tiderne og samtidig bygge dig godt med vennerne.

AALBORG SLOTSKRO
Slotsgade 35 • 9000 Aalborg • Tlf.: 98 32 13 89



"Der skal være plads til ALLE på arbejdsmarkedet"
Facebook.com/metalaalborg

NORDJYSK TAGDÆKNING!

- ★ Garager
- ★ Listedækning
- ★ Tagpap

Hadsund
Tlf: 22 51 82 83
v/ Dan Christensen

Alt indenfor tagpapdækning
Få et gratis eftersyn & et uforbindende tilbud
www.nordjysktagdack.dk

JORTON

Halkjærvej 8B • 9200 Aalborg SV
Telefon 89 30 45 30 - Telefax 89 30 45 35
aalborg@jorton.dk - www.jorton.dk

REAL **RealMæglerne**
Bjarne Andersen

"Det er os med de tilfredse kunder"

★★★★★★★★

9,7 ud af 10*

*<https://www.boliggaen.dk/lejdomsmaegler/postnummer/9000> - sidst besøgt d. 27. august 2021

Brug en **F.R.I.-rådgiver** 

ShipCargo 

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

Danske Bank



SERITRONIC

Custom Control Panel Solutions



www.seritronic.com



HUSTØMRERNE 

ENTREPRISE SERVICE GLARMESTER MASKINSNEDKER

HUSTØMRERNE.DK
Aalborg@hustømmerne.dk tlf: 98 18 84 66



CONTAINERE TIL ALT
salg og leje

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

Se de mange muligheder på dc-supply.dk



DC-SUPPLY A/S | T: 7023 1380



VASE VVS

Badeværelse • Tag og facader
Totalentreprise • Gevekledler

Lindholmsvej 132
9400 Nørresundby
Tlf: 98 17 98 22
Email: vasevvs@vasevvs.dk
www.vasevvs.dk



TØMRER & SNEDKER

Kristian Ranum
Lærkekrogen 13 · 9240 Nibe
Tlf. 25 59 77 27 · Fax 98 35 71 92

NYBYGNING - OMBYGNING
TILBYGNING - RENOVERING

AALBORG  SPORTSHØJSKOLE

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

www.sportshojskolen.dk



Fibertex
NONWOVENS

fibertex.com



KLITGAARD
BIFÆLDSBÅDE 12 - 8000 AALBORG



POST

PP

DANMARK

RÅDGIVNING TÆT PÅ DIG OG DIN ØKONOMI

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

Nykredit

FJELLERAD AUTO ApS

Fjellerad Bygade 29, Fjellerad
9260 Gistrup
Tlf. 96 36 50 80
www.fjelleradauto.dk



Kristian Rytter 1/3

Færdige løsninger - ring 9832 5880



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



Kloak- og Industriservice,
TV-Inspektion, Døgnservice
70 10 80 00

www.lmj.dk

 **aalborgportland**
CEMENTIR HØJBJERG

Concretely Dynamic

Rørdalsvej 44 • Postboks 165 • 9100 Aalborg • Tlf. +45 9816 7777 • Fax +45 9810 1186
E-mail: cement@aalborgportland.dk • Internet: www.aalborgportland.dk

ucn

PROFESSIONSHØJSKOLEN

Find os i Aalborg, Hjørring og Thisted
www.ucn.dk • ucn@ucn.dk