



PARASPORT AALBØRG

nr. 208 · september 2024

763.856.2044
POWER
SOCCER
SHOP.COM

REVOLUTION
IN THE
SPORTS



CHAMPIONS CUP 2024



BESTYRELSEN:



Formand:

**PER
KRISTENSEN**

Havesangervej 10b,
9310 Vodskov

Kontakt: 4041 1153
formand@parasportaalborg.dk



Næstformand:

**PER
WULFF**

Smidievej 9,
9574 Bælum

Kontakt: 2077 5811
wulff42@gmail.com



Kasserer:

**GERD
SKANTORP**

Heilskovsgade 11,
9000 Aalborg

Kontakt: 2992 2737
gerd@parasportaalborg.dk



Bestyrelsesmedlem:

**ANNE
MARSHALL**

Badmintonvej 12,
9230 Svenstrup

Kontakt: 3032 8454
anemarshall_9@hotmail.com

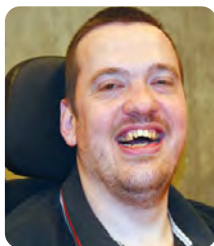


Bestyrelsesmedlem:

**LARS THYREGOD
JENSEN**

Skodsborgvej 74,
9270 Klarup

Kontakt: 5162 4635
lht@beritech.dk



Bestyrelsesmedlem:

**RASMUS
STORGAARD**

Lindholm Søpark 8, 1. 2.
9400 Nørresundby

Kontakt: 2683 5096
superspasser@gmail.com



Bestyrelsesmedlem:

**RIKKE
FREJDIG**

Poul Kærs Vej 6,
9400 Nørresundby

Kontakt: 2822 4442
rivaju84@gmail.com

PARASPORT AALBORG tilbyder...

*Motions- og konkurrence-
idræt for alle!*

*Vores tilbud er IKKE
genoptræning og vores
personale er ikke nødven-
digvis 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 fore-
går under betryggende
ledelse og tilsyn!*

PARASPORT AALBORG • KONTAKT INFO

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



BLADINFO

- ▶ Redaktør: Gerd Skantorp • 2992 2737 • gerd@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 på www.parasportaalborg.dk -> Medlems-service
- ▶ Alle billeder er Parasport Aalborgs ejendom og må kun bruges ifl. skriftlig aftale!

Næste blad udkommer ultimo november - deadline den 13. oktober



Formanden har ordet

Sommerferien er forbi – for de fleste. Alle aktiviteter er kommet i gang igen, og vores forening summer af liv. Det er fantastisk dejligt, at vi efter pausen igen mødes om de idrætter, som er kernen i Parasport Aalborg.

Det har været en rigtig sportssommer. Tour de France, Olympiske lege og meget andet. Når dette blad udkommer er Paralympiske Lege godt i gang eller måske afsluttet. Her kæmper de bedste af parasportens atleter om guld, sølv og bronze. Det er spændende at følge med i, og det er samtidig en rigtig god markedsføring af vores idrætter. Det er ikke fordi, at vi alle skal deltage i kampen om medaljerne, men mere at vise, at det er muligt for alle at deltage i idræt – sammen.

Det er ikke kun under Paralympiske Lege at atleter har haft mulighed for at vise sig frem. Vores dygtige Powerchair Football spillere indtog denne sommer Paris under Champions Cup. Det blev ikke til guld, sølv eller bronze, men en helt fantastisk oplevelse for de spillere, som drog til Paris og fik nogle fantastiske dage sammen. Jeg bliver helt høj, når jeg hører en af spillerne fortælle om oplevelserne og sammenholdet i forbindelse med turen. Jeg

kan fornemme, at en af de helt store sportslige oplevelser for holdet var, at Aalborg for første gang nogensinde besejrede Århus – og så på den helt store scene. I kan læse mere om turen andet sted her i bladet.

I bestyrelsen har vi sat fokus på udvikling af parasporten i Aalborg. Et arbejde, som over de kommende år skal give endnu flere mennesker





Folkeoplysning

www.fokus-folkeoplysning.dk

Strandvejen 19

9000 Aalborg

Tlf: 99 30 10 00



Samt minigolf og selskabslokale

Agdrupvej 10 • 9380 Vestbjerg • www.vestbjergfodboldgolf.com

Vi tager ordentlig hånd om din bil



www.bilensvaerksted.dk

Anker Engelunds Vej 11

9200 Aalborg SV

Tlf.: 98 18 63 44

bilens-vaerksted@pc.dk



AutoPartner.dk

AutoPartner – for en sikkerheds skyld

Eberhardt's Malerfirma

Skal stuen være smart så ring til Eberhardt.

Bo Eberhardt - Malermester

- Alt i maling og tapetarbejde

Nordfeldparken 5 • 9400 Nørresundby • Tlf. 61 66 93 50 • bo@malereberhardt.dk

med udfordringer, mulighed for at dyrke idræt i fællesskaber. Vi vil, i samarbejde med andre, gøre en masse tiltag for at udbrede kendskabet til og muligheden for at være en del af idrætsfællesskabet. Det vil være noget, som vi løbende vil fortælle om i de kommende medlemsblade, i takt med at arbejdet skrider frem.

Du kan også hjælpe til med at få flere til at blive en del af holdet. Den bedste reklame er altid de gode historier, som fortælles af dig, som allerede er med i foreningen. Fortæl dine venner om dine oplevelser. Inviter venner, klassekammerater og andre indenfor. Det kunne jo være, at de kunne være interesseret i netop den idræt, du dyrker, eller måske en af de mange andre idrætter Parasport Aalborg tilbyder.

Jeg ved godt, at jeg i relation til Parasport Aalborg mest kender til svømning. Det vil jeg

gerne lave om på. Jeg vil gerne kende alle vores idrætter på nærmeste hold. Jeg vil gennem efteråret prøve at komme rundt og besøge alle idrætter. Her kan I hjælpe mig. Det vil være en fornøjelse at modtage en invitation fra din sportsgren. Det er lige meget, om det er noget særligt der sker, eller blot en ganske almindelig træning. Tag fat i mig på telefon 40411153, og vi kan aftale en dag, hvor jeg får lov at møde jer. Det vil jeg se frem til.

Til slut vil jeg ønske jer alle en helt fantastisk ny sæson med rigtig mange gode oplevelser i vores skønne forening.

Per Kristensen

Formand



KIDZ Hop og Spring

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

Datoer for efteråret 2024:

14/9 - 28/9 - 12/10 - 9/11 - 16/11 - 23/11 - 7/12

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

Tid og sted: kl. 12.00 - 13.30. Nordkraft, Teglgårds Plads 1, niv. 3, 9000 Aalborg

Gratis for vores medlemmer og 50,- pr. pers. for ikke medlemmer med funktionsnedsættelse. Husk! det er muligt at oprette et »light-medlemskab«, der kun gælder deltagelse i KIDZ Hop og Spring. Det koster 150,- i kvartalet. Oprettelse skal ske via: www.parasportaalborg.dk

Vi glæder os til at se jer!



Nyt fra bestyrelsen

Så fik vi ny formand. Og fluks blev der lavet nye tiltag. Sådan er det – nye koste fejer på en anden måde.

Ved første møde efter generalforsamlingen startede vi med at blive vist rundt i Nordkraft. Alle steder hvor vi træner eller har depot. Det var en god start. Mange, der har været med i længere tid, fik pludselig set noget, som var nyt for dem. Så har vi arbejdet lidt med, hvad formand/kasserer/kontoret kan lave/bevilge uden, at det kræver en bestyrelsesbeslutning. Der var i forvejen fine beskrivelser, som ikke kræver væsentlige ændringer. Men så var alle også informeret omkring dette.

Vi har prøvet på at lave regler for nyt tøj indkøb. Det er svært at lave disse regler, for hver enkelt idræt, der deltager i en turnering, kan ændre reglerne, uden vi på kontoret/i bestyrelsen får disse ændringer at vide. Så når en idræt gerne vil have nyt tøj, skal vi have de nye regler indhentet, så vi får lavet det rette tøj. Og klubben vil som udgangspunkt ikke betale for mere tøj, end der står beskrevet som "et must" i reglerne

= ingen træningsdragter, selv om det kunne være rart for idrætten.

Så har vi holdt et spændende møde omkring rekruttering af nye medlemmer. Vores nye formand vil jo gerne gøre en indsats for, at flere med et handicap får mulighed at dyrke idræt. Vi vil i den anledning søge at lave indsatsen i samarbejde med f.eks. Specialsport, DGI, Aalborg Kommune og Spar Nord fonden. – Jo flere partnere med samme interesse vi kan sætte sammen, jo større chance er der for at vi lykkes. Første møde efter sommerferien blev endnu et nyt tiltag. DGI var på pletten med en konsulent og så blev der "taget temperatur" på vores samarbejde i bestyrelsen. Endnu et godt tiltag, der forhåbentligt bærer mange gode resultater med sig. Helt efter følgende udsagn: Vi skal gøre hinanden bedre, når vi taler og arbejder sammen – akkurat ligesom i holdidrætten. Så idrætten er i den grad flyttet ind i bestyrelsesarbejdet.

Gerd Skantorp



SKÆNK LIVET SMAG...

SIGURD MÜLLER VINHANDEL A/S

OTTO MØNSTED VEJ 2 • 9200 AALBORG SV • 98 18 50 99 • VIN@SMV.DK



FM I FODBOLD

Den 15. juni blev det til en kanon flot 4. plads til de seje drenge fra Parasport Aalborg Fodbold ungdom, der kæmpede rigtig godt.

Holdet vandt 3 ud af 5 kampe, og var som sædvanlig (desværre) det eneste ungdomshold til FM (forbundsmesterskaberne).

Det blev til en ordentlig omgang (vand) fodbold, da Odense havde valgt at "invitere" hr. Skybrud med til FM.

Men selvom der var regn og blæst, så havde vi humør og fest.



Special Olympics Idrætsfestival i Frederikshavn 2024

1200 deltagere var tilmeldt, så det var stort. Det var Danmarks største sportsbegivenhed for idrætsudøvere med udviklingshandicap med atleter fra otte forskellige nationer – de nordiske land + Tyskland og for første gang deltagere fra Grønland. Der var 12 forskellige idrætsgrene. Forventningerne til såvel sporten som festen med alle deltagerne var stor. Og der var lavet et tema for festaftenen: Hawaii.

Festivalen startede allerede fredag med åbningsceremoni blandt andet med deltagelse af Flådestation Frederikshavn. Som det kendtes fra de Olympiske og Paralympiske Lege havde også Special Olympics sin egen flamme, 'håbets flamme', der ankom og brændte under hele festivalen.



Tid til en puster.

Fra Parasport Aalborg deltog badminton (Fredags Fjer) og Floorball.

Begge hold var gode repræsentanter for klubben og deres idrætter, og så er det jo altid en fornøjelse at sende spillere afsted til stævne.

Gerd Skantorp



Mads og Noah klædt på til festlig hawaii aften.



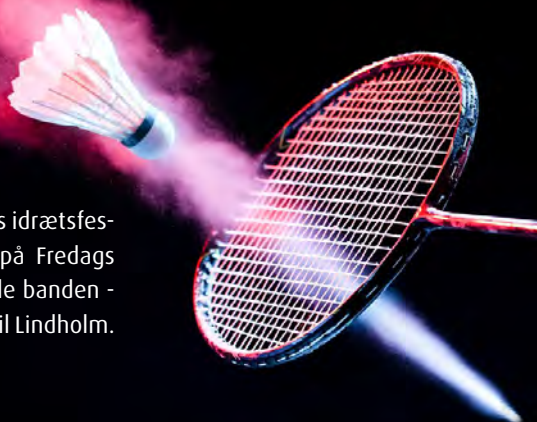
Mathilde og Noah præsenterer Fredagsfjer i indmarchen. Mads bakker op.



3 Guld og 2 sølv med 5 udøvere... Der er grund til at være mega stolt.

Fredags Fjer

Det var en fantastisk weekend til Special Olympics idrætsfestival 2024 i Frederikshavn. Vores seje spillere på Fredags Fjer sluttede på flotteste vis med medaljer til hele banden - 3 guld 🏆🏆🏆 og 2 sølv 🥈🥈 er blevet slæbt hjem til Lindholm. Godt gået alle sammen.



Der er allerede forventninger til deltagelse i festen, der fortsætter i Roskilde i 2026.

Træner-teamet
Lindholm Badminton Klub



Special Olympics Idrætsfestival





Aalborgs hold.

Floorball

Vi var to hold afsted og alle var klar på en weekend fyldt med floorball og sammenhold. Vi var sociale sammen og på tværs af holdene. A rækken fik en flot 3. plads, hvor der var kamp til stregen og alle kæmpede for at vinde.

B rækken fik en flot 5 plads til trods for, at der var gode modspillere. Men humøret var højt og alle glade, og det var rigtig dejligt at se.

Emma Wright
Træner



Der blev gået til stålet.



SPECIAL GUMPIES
and gifts only



Klar, parat, spil!





Medaljeoverrækkelse.

*"Bare gi' mig det rigtige,
så virker jeg"*

autismecenter

Nord-Bo



Dagtilbud · STU · Botilbud · Beskyttet beskæftigelse · Rådgivning · Kurser · www.nordbo.dk



ELSALGAALBORG.DK

 Designet. Udviklet. Produceret i Danmark.



LIFTE I SPECIALMÅL

Få en **skræddersyet** løsning

DK Lifte ønsker at opfylde dine unikke behov ved at tilbyde specialmål til lifte, der passer perfekt til dig.



Robuste pladelifte med fuld plade til understøttelse af kørestolen.



Foldelifte, der både giver sikkerhed og komfort, og som samtidig giver dig frit udsyn under kørsel.



Foldelifte med pumpefytning, der er den ultimative kombination af fleksibilitet med mulighed for at få en bredere platform.

Uden at gå på kompromis.
Dansk kvalitet.

DK  Lifte

AVAS

Aalborg Vognmandsforretning A/S

Tlf: 70 25 35 11

www.avas.dk



Tagholm 10 • 9400 Nørresundby

Tlf. 40 83 50 19

www.jsstaal.dk

Champions Cup 2024

Her følger tre korte beretninger om, hvordan det var at være med til Champions Cup som spiller, træner og hjælper/medic.

Det var virkelig en fed oplevelse!

Jeg er stolt over at spille på et hold, der for-måede at løfte sig, som det vi gjorde i mellem onsdag og torsdag.

Onsdag aften havde vi et spillermøde, fordi tingene ikke gik vores vej, og det dermed begyndte at gå udover stemningen på holdet. Alt blev lagt på bordet den aften og allerede torsdag morgen kunne man tydeligt mærke forskel på stemningen og det kom også til at fremgå tydeligt af resultaterne herefter :)

Aarhus kampen havde vi nok alle sammen set frem til med en tro på, at det var nu, vi skulle slå dem.

At vi så gjorde det på den måde, som vi gjorde, blev bare prikken over i'et. Vi brød forbandelsen

og det gav os helt sikkert en tro på, at vi også vil kunne vinde FM med Aalborg de næste år frem, men det vil tiden vise.

Personligt har det været en fed oplevelse, med personlige op- og nedture.

Jeg spillede som målmand. En ny rolle, jeg kun har haft i et par måneder, men en rolle, som jeg elsker, selvom den er mentalt hårdere. Jeg har fundet min plads, og har en plan og tro på, at jeg kan drive det til det højeste niveau.

Et event som Champions Cup er det, vi skal kæmpe for som hold og som klub.

*Tobias Steen Clausen
Spiller*



Der var også fin opbakning til holdet hjemmefra. Mikkel og Mira fra 2. holdet havde taget den lange vej til Paris for at heppe.



Aalborg holdet klar til kamp!



Under hele turneringen var der god opbakning på lægterne.



I mellem kampene var der også god tid til at nyde det gode vejr.



Rasmus klar til kamp.



Hele holdet.



Louise med "Fair Play" prisen som holdet vandt.

Turen har virkelig lært mig meget

Den største oplevelse var uden tvivl, at vi gik fra den største nedtur om onsdagen mod de irske hold, som vi nok havde en tro på, vi kunne slå. Alle på holdet var så skuffet og utroligt kede af det, at vi tog et holdmøde om aftenen. Den følelse af, at vi rejste os sammen som hold torsdag og fik to sejre, hvor den ene var over ærkefjenden fra Aarhus, var bare fed.

Jeg har lært helt vildt meget. Bl.a. at det er okay at stille krav, men at man som hold har godt af at huske, at man har to ører og en mund af en grund - "du skal lytte dobbelt så meget, som du taler".

Holdet er helt sikkert inde i en opadgående kurve. Ikke kun spillemæssigt, men i den grad også menneskeligt. Vi har en stor tillid til hinanden.



Tid til mad.



Rasmus og Áki nyder solen.

Jeg vil, uden at blinke, tage af sted igen. Det var fantastisk oplevelse. Så vi er klar næste gang, helst gerne som nr. 1 i Danmark.

Glemte lige at sige, at det også siger noget om os som hold og klub, at to fra andeholdet valgte at tage den lange tur til Paris for at heppe på os.

Det er klasse!!

Louise Eriksen
Træner

KAOS, KAOS, KAOS I PARIS!

De gæve vikinger fra Parasport Aalborg Powerchair Football indtog Paris med vilje og kampånd til EPFA Champions Cup - pendant til fodboldens Champions League.

Måske var det bare nerver?

Måske var folk trætte efter en natlig sprint på Europas motorveje og lidt for lidt søvn?

Måske var man overvældet af det store, flotte arrangement med hundredvis af tilskuere, indløb med pyroteknik og dj's, direkte transmission af alle kampe og tophold med verdens bedste spillere?

Måske var det den øredøvende, fanatiske støtte fra de medbragte psykopater, som med sange, flag og horn satte stemning hele ugen?

Måske var det al det sorte uheld, der syntes at forfølge os med tekniske problemer de første dage?

Uanset fik holdet en svær start på cuppen, og skuffelsen og frustrationen var stor hos både spillere og trænere.

Man havde fået et par solide fodboldlektioner af bl.a. værterne fra Paris Upsilon med verdens bedste spiller Momo på holdet, men også "efterladt point på banen" mod mere "overkommelige" modstandere.

Et spillermøde fik klaret luften, og med erkendelsen af, at måske havde der været en snert af her-kommer-vi-mentalitet, og at på dette niveau findes der ikke billige point, sadlede man om, og var klar til en frisk start med indstillingen, at med hårdt arbejde kommer belønning.



Og det gav bonus!

Næste morgen vandt vi det første opgør mod nordirske Trailblazers og i anden kamp besejredes ærkerivalerne fra Århus for første gang nogensinde!

Herfra så alting lysere ud. Men man skal ikke blive for kæk af medgang, og da vi fik én over nakken af de kommende bronzevindere West Bromwich Albion, måtte holdet endnu engang vise, hvad de er lavet af, og genfinde viljen og spilleglæden.

Og det gjorde de!

Stævnet afsluttedes med en arbejdssejr i placeringskampen mod DCU Storm, et hold som i dén grad havde "drillet", da vi mødte dem først på ugen.

Stor cadeau til alle på holdet for en helt enorm evne til at kunne rejse sig, men også respektere, når vi fik tæsk, og tage ved lære af både med- og modgang.

Dét er ægte sportsånd!

Tak til vores værter, Paris Upsilon, for en helt overvældende og professionelt afviklet cup i flotte rammer.



Alle sportsstole fik målt hastigheden inden kamp. Topfarten måtte max. være 10 km/t - sådan er det ved alle stævner.

Tak til Parasport Aalborg, sponsorer og andre støtter.

Tak til holdet, tekniker Anders, hjælper, Hilde og ikke mindst Mormor (a.k.a. de medbragte psykopater) for en god og lærerig tur!

*Dan Bøgehøj
Hjælper og medic*

JORTON

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

4x4 i Randers er ved at blive en tradition

Og en god en af slagsen. I år var jeg med for tredje gang, og jeg må altså bare sige, at det er fedt. Bortset fra det regnvejr, der indledte eventet.

Men efter et heftigt regnskyl kunne vi krybe frem fra telte og regnslag og få gang i motorerne.

Jeg er blevet ret stor fan af UTV'erne; en ATV, der har fået monteret et førerhus. Måske, fordi den er åben, og mudder og vand sprøjter ind. Måske, fordi jeg sidder godt i dens sæde, og den har en H-sele. Måske, fordi maskinen er så let og hidsig, at den lige har den ekstra kraft, der skal til, når jeg tror, den ikke kan mere. Og så er det som altid en stor oplevelse at køre med én, der kender sit køretøj så godt.

Derefter var der frokost og hyggesnak ved bordene. Lars havde fundet den store grill frem til i år, så der var hele tiden færdige pølser og brød til de sidst ankomne. Det var efterhånden blevet rigtigt flot vejr med blå himmel og en god temperatur, og det gør altså bare meget for hyggen. Så på trods af en (meget!) våd start blev eventet, som det skulle være; med fart i blodet og megen latter. Og måske gav muddret lige den berømte prik over i'et.

Christopher Strøyer



Fårup Sommerland

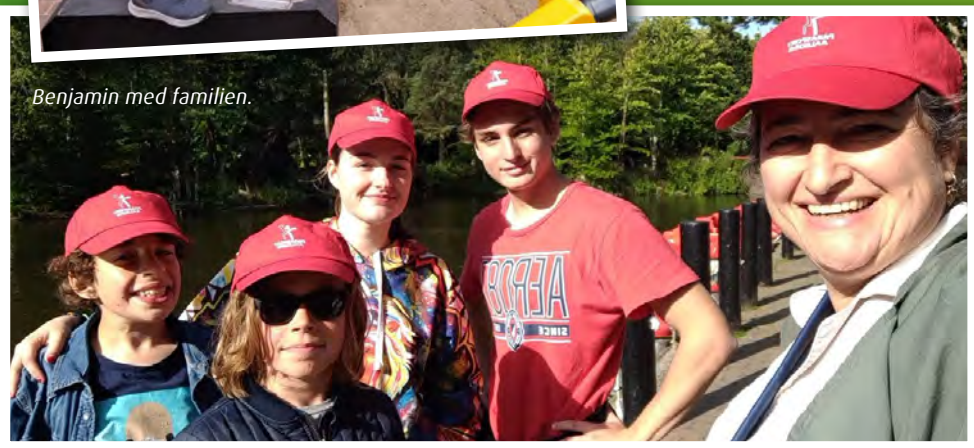
"Tusind tak til Parasport Aalborg for en god tur til Fårup Sommerland. Vi havde to børn med til Fårup, og de havde smil på læben hele dagen. Alle, vi mødte med de røde kasketter fra Parasport Aalborg, havde smil på læben. Der blev leget, kørt i rutsjebaner og med tog, snurret rundt, drukket slush ice og enkelte var inde og bade. Der blev brugt en del energi, og det skal ingen hemmelighed være, at alle var trætte da vi kom hjem. Tak for turen."

Anne Marshall

Benjamin fik prøvet en af gravmaskinerne.



Benjamin med familien.





Benjamin klar til en flyvetur.



"Tusind tak for en fantastisk tur til Fårup Sommerland i går. Benjamin var så glad for at kunne dele oplevelsen med sin nevø, storesøster og hendes ven fra Mexico. Vi fik også hilst på flere fra svømning, så hyggeligt. De to unge drenge gav den gas hele dagen, men især i badeland, hvor de indviede en af de nye vand-rutchebaner. Benjamin var lykkelig og overrasket (og lidt forvirret) over at se sin svømmetræner Lykke, i andet tøj som livredder i badeland.

En perfekt dag. Tusind tak.

Nan Swannie Sigsgaard



Badelandet var også et hit.

Jan Karkov Sørensen
har fået
"Aalborgmanden"
- Aalborg Kommunes hæderspris





Parasport Aalborgs tidligere formand Jan Karkov Sørensen modtog den 12/8-24 Aalborg Kommunes hæderspris "Aalborgmanden" for sit store arbejde indenfor parasporten i Aalborg gennem rigtig mange år.

Aalborgmanden er en lille statuette af skulpturen Aalborgmanden, der står foran Administrationsbygningen på Boulevarden i Aalborg centrum. Aalborgmanden er en hæderspris, der gives som tak fra byen til personer, der skal takkes for en værdifuld indsats for Aalborg.

Stort tillykke med prisen, Jan. Det er så velfortjent!



Vi har fået hjælp af



Støt *Sifa*
- de støtter os

TVBINGO.DK

Se udgivelsen ONLINE

Scan her



Betal hos Parasport Aalborg med MobilePay

Det er muligt at betale via MobilePay: 32929
Husk at oplyse dit medlemsnummer.



MobilePay

MobilePay 32929



MobilePay



Bare fordi...

“Bare fordi” er faktisk en titel, der kom til, fordi vi ikke kunne finde “den rigtige” titel. Og så er “Bare fordi” afløseren for “Humørpokalen”, der blev uddelt én gang årligt på foreningens generalforsamling. Nu uddeles “Bare fordi” 4 gange årligt i forbindelse med bladudgivelse. - Vi ønsker at sige TAK til en person, der ofte i det stille laver et rigtig godt stykke arbejde i og for foreningen. Og så ønsker vi også at skabe lidt offentlig anerkendelse for disse personer.

Chris er den rare store stærke fyr, der holder hånden under alle, der er i kajakafdelingen. Han tager godt imod alle, snakker lidt med dem om deres muligheder for at være med – sikkerheden kommer altid først – og ikke mindst, er han med til at hygge om de fremmødte atleter efter en veloverstået tur på vandet.

Kajak startede i vores forening den 25. maj 2014, og Chris kom så til i 2017. Senere overtog Chris erhvervet som kontaktperson – et job, som han siden har klaret til alles tilfredshed.

Når man vil starte op i kajak, “kommer man til samtale” hos Chris. Der skal lige tages en snak om, hvilke udfordringer man har. Det er vigtigt, at man på en eller anden måde kan klare sig selv – eller at man kan arbejde sig op til at kunne det. Sikkerheden er altid i højsæde. Af den grund er der heller aldrig sket noget værre end en gang vådt tøj.

Vintertræning, hvor vandet og vejret er for koldt, foregår i ergometer. Også her er Chris med – og træningen afsluttes ofte med kaffe og nutella-mad.

Gerd Skantorp



Chris og Gitte.



!! Nyt om el-hockey !!

Vi må desværre holde en pause med el-hockey – men håber, vi kommer i gang igen.

Voksen el-hockey – det kræver kun 4-6 spillere at få sporten startet op igen, så finder du nogen med den interesse, så kan vi hurtigt komme i gang igen.

KIDZ el-hockey – vi arbejder på at starte en afdeling for KIDZ i løbet af sent efterår 2024 eller forår 2025. Har du interesse for sporten, så kom frit frem.

Du er velkommen til at kontakte kontoret, hvis du har spørgsmål eller er interesseret i at starte hold op.

Fredagscafé

Fredag den 30/8 havde vi endnu en hyggelig fredagscafé. For at prøve noget nyt, mødtes vi denne gang ved Aalborg Streetfood, hvor vi hyggede med spil og go' mad.

De næste fredagscaféer vil blive afholdt den 11. oktober og den 8. november. Nærmere

info om mødested osv. vil blive oplyst i god tid på facebook og www.parasportaalborg.dk, men sæt allerede nu kryds i din kalender - vi vil nemlig rigtig gerne have flere med - det ku' være så hyggeligt!

*Hilsen
Fredagscafé udvalget*



MURERMESTER THOMAS HEDEGAARD

Højens Alle 1 • 9400 Nørresundby
Tlf.: 20 99 33 33

Email: murermesterthomashedegaard@gmail.com
www.murermesterhedegaard.dk

Et højskoleophold med stipendium

Aalborg Sportshøjskole tilbyder fra januar 2025 fem stipendiepladser til unge med mindre, fysiske funktionsnedsættelser.

Aalborg Sportshøjskole ønsker at åbne sig mod større mangfoldighed på elevholdet. Og derfor starter højskolen fra januar 2025 et nyt tiltag op med 5 stipendiepladser til unge med mindre, fysiske funktionsnedsættelser. "Vi glæder os til at give flere unge muligheden for at komme på højskole" siger forstander Erik Sidenius, "og på Aalborg Sportshøjskole har vi gennem årene bygget en unik viden op omkring fysisk træning, der kan komme elever med særlige forudsætninger til gode". Sportshøjskolens undervisningslokaler og elevboliger er fordelt på flere etager, og derfor er stipendiepladserne i første omgang tiltænkt elever, der ikke er udfordret på trapper i det daglige.

En højskole midt i byen

Aalborg Sportshøjskole ligger tæt på Aalborg centrum, tæt på Limfjorden og har et stort, nybygget træningscenter på matriklen. Med fag som crossfit, fitness, klatring, bouldering, styrkeløft, outdoor, surfing, psykologi, filosofi

mv. tilbyder højskolen en bred vifte af fag, hvor der er noget for enhver smag. Som elev sammensætter man selv sit skema, så der er mulighed for at få prøvet flere af sine interesser af.

Et frirum eller en træneruddannelse

At være højskoleelev kræver ingen særlige forudsætninger. Man bor på højskolen under sit ophold, og det er en helt unik måde at være sammen på, både i undervisningen og i fritiden, som giver en særlig mulighed for at lære de andre på holdet at kende og danne nye venskaber. Man kan vælge at kombinere opholdet med at tage en træneruddannelse, men for de fleste er højskoleopholdet et frirum, hvor man nyder at være sammen med andre, der interesserer sig for det samme som én selv.

Et nyt liv med træning

Nicolaj Møller, 26 år, har været elev på Aalborg Sportshøjskole i flere omgange. Nicolaj var som 4-årig udsat for et trafikuheld, hvor han pådrog sig en hjerneskade. Han blev ikke spået mange chancer for at komme til at gå igen, men det lykkedes. Om tiden på Aalborg Sportshøjskole siger Nicolaj "jeg var aldrig særlig glad for at gå i skole, men det har været anderledes på Sportshøjskolen. Jeg blev set som den, jeg var – og ikke den, jeg skulle være. Det var en fornemmelse af at blive mødt i øjenhøjde". Nicolaj valgte at tage en træneruddannelse,





mens han gik på højskole, og det har ført til et job i Crossfit North i Aalborg, hvor han træner socialt udsatte.

En stor personlig udvikling

Udover træneruddannelsen, har Nicolaj taget et spring i sin personlige træning med sig fra Sportshøjskolen. "Da Nicolaj startede på højskolen, gik han tit og snublede – han havde problemer med balancen. I løbet af de måneder, Nicolaj var elev hos os, byggede vi mere og mere ovenpå. Så i dag har Nicolaj fået styr på sin balance, han har øget sin styrke, og er blevet en habil idrætsudøver" siger højskolelærer Kim Lyng.

Opstart med stipendiepladser

I et samfund med voksende ulighed og manglende diversitet blandt unge på højskole føler Aalborg Sportshøjskole sig kaldet til handling. "Når vi tilbyder stipendiepladser til unge med lettere, fysiske funktionsnedsættelser, er det for at afprøve, om der er et behov. Og at vi byder ind på netop dette område, er en naturlig forlængelse af den DNA indenfor fysisk aktivitet, vi har her på stedet", udtaler viceforstander Lena Kim Christensen. "Viser det sig, at der er en interesse for det, er vores plan, at 10 % af pladserne på hvert elevhold skal øremærkes unge med særlige, fysiske forudsætninger. Og er behovet der, vil vi søge fondsmidler i

forhold til at få løst de tekniske udfordringer omkring trapper i vores hovedbygning og i elevopgangene".

Gode muligheder for parasport i Aalborg

I Aalborg er der gode muligheder for at dyrke parasport i fritiden. Jan Karkov Sørensen fra Parasport Aalborg bakker op om, at der kommer elever med fysiske funktionsnedsættelser på Aalborg Sportshøjskole. "Parasport Aalborg er Danmarks største klub inden for parasporten. Vi tilbyder 20 forskellige idrætsgrene. Vi laver samarbejdsaftaler med idrætsforeninger i byen om parasport. Dermed kan vi tilbyde idræt i de bedste rammer og miljøer. Kommende elever på skolen er meget velkomne i vores forening", udtaler Jan Karkov Sørensen.

Kontakt Aalborg Sportshøjskole

Hvis et stipendie-ophold kunne være interessant for dig, eller én du kender, så kontakt Aalborg Sportshøjskole for at høre nærmere. En stipendieplads vil betyde en nedsat betaling, så du kan komme på højskole fra januar 2025 for en tredjedel af den normale pris.

**Læs mere på www.sportshojkskolen.dk
eller kontakt forstander Erik Sidenius,
tlf. 20848325**

Tank med OK's app
så får vi
dobbelt støtte!



Dobbelt støtte med OK's app til Parasport Aalborg

Nu kan du støtte med hele 10 øre pr. liter, når du tanker med OK's app. Betaler du med dit OK Kort, støtter du fortsat med 5 øre pr. liter. Det koster dig ikke en øre ekstra, OK giver hele beløbet.

Se mere på ok.dk

OK

Info til ledsagere, der hjælper idrætsudøvere

Hvis man ikke har et langt kendskab til den borger, man skal ledsage – og evt. heller ikke har sportserfaring, kan det være svært at få etableret et godt samarbejde.

Her er et forsøg på at opremse nogle arbejdsopgaver og kodeks for, hvad der kan hjælpe på dette samarbejde:

- Sørg for at hjælpe sports- og overtøj af og på, når I skal afsted - og igen, når I når frem til bestemmelsesstedet.
- Vær med til at overholde mødetidspunktet.
- Når I er nået frem, spørg da efter, hvad du kan hjælpe med for at din borger kan deltage i sporten. Det kan være at finde redskaber frem (vær opmærksom på, hvor du henter dem), afmærke en bane – du får oplyst målene – og vær opmærksom i løbet af træningen – kan du hjælpe med redskaber, fastspændelse af din borger eller redskaber, hente bolde – det kan ofte variere – men opmærksomhed undervejs er fint.
- Efter træningen skal afmærkning af bane fjernes / redskaber skal retur til, hvor de kom fra / spørg om noget skal med hjem.
- Hvis der ikke er etableret faste rutiner – så spørg, om du kan hjælpe – hvis der ikke er noget – skal du nok bare være ”en flue på væggen” – dog altid med øje for, om der sker noget uventet, hvor du kan være til hjælp.
- Mange ting kan hjælpe/afhjælpes ved gensidig forståelse og et smil 😊



Støt klubben

OK støtter sporten

Vi har indgået en sponsoraftale med OK, så du kan støtte os, hver gang du tanker. Og vigtigst af alt, det koster dig ikke ekstra - OK betaler hele beløbet.

Du støtter vores forening med:

- 5 øre/liter – hvis du benytter et OK Benzinkort – og
- 10 øre hvis du bruger OK-appen.

Det er også muligt at støtte lokalsporten, når du betaler med MobilePay, Apple Pay eller Dankort via appen – du skal blot huske at være logget ind. Du vælger, hvilken klub eller forening du vil støtte på samme måde som OK-kortet.

Når nye kunder har tanket 500 liter indenfor et år, får vores forening en ekstra bonus på 200 kr.

Bestil et OK Benzinkort på www.ok.dk/lokal-sporten. Hvis du vælger at tanke med OK-appen, så finder du den i App Store eller Google Play.

Har du allerede et OK Benzinkort? Så ring til OK på: 70 10 20 33 og fortæl dem, at du gerne vil støtte Parasport Aalborg nu, så sørger de for at ændre det.

Ekstra støtte med OK Mobil og OK EI

Har du et OK Benzinkort, kan du fordoble støtten til vores forening. Vælg en af OK's Mobil-

pakker, så støtter du med ekstra 5 øre pr. liter, du tanker. Du kan se alle OK's mobilpakker på: www.ok.dk/mobil.

Du kan også fordoble støtten, hvis du vælger at få el fra OK. Så støtter du med 5 øre ekstra pr. liter, hver gang du tanker. Det er nemt og hurtigt at skifte elselskab. Bare ring til OK på: 70 10 20 33, så sørger de for det hele.

Donér din pant til Parasport Aalborg

I forbindelse med den nye pantstation i City Syd er der mulighed for at få panten sendt til et valgfrit kontonummer. F.eks. Parasport Aalborgs som er: 9286 2440000676.

For at kunne benytte pantstationen, skal du først downloade Pant-appen på din smartphone. Du kan downloade appen i App Store eller Google Play, så du er klar til at pante, når du kommer på pantstationen. Pant-appen er eneste mulighed for at få udbetalt pengene for din pant. Det gode ved appen er, at du helt selv vælger den konto, som du gerne vil have beløbet overført til.

Husk! at parkering ikke er tilladt ved Lauritz.com i forbindelse med aflevering af pant. Kør altid venstre om pantstationen og benyt parkeringspladserne foran pantstationen, når det bliver din tur.

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.

via www.parasportaalborg.dk ->
»Opret dig«. Det koster kun 100,- om året.

Læs mere om hvordan du gør på
www.parasportaalborg.dk
under medlems-service

Passivt medlemskab

Du kan vælge at tegne et passivt medlemskab

Støt *Sifa* - de støtter os!



Takster

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

(Kun undtaget bowling og skydning)

ART:	Kontingent	Ekstra	Opkræves til betaling
Bowling	350,- kvrt.	400,- halvårlig baneleje*	Feb.*/apr./sep.*/nov.
Fodbold	700,- halvårligt		Feb./sep.
KIDZ Floorball og leg	150,- kvrt. (Light)	Man deltager kun i KIDZ Floorball og leg	Feb./apr./sep./nov.
KIDZ Hop og Spring	150,- kvrt. (Light)	Man deltager kun i KIDZ Hop og Spring	Feb./apr./sep./nov.
Sejlads	350,-/kvrt.	Opkræves kun for 2. + 3. kvrt.	apr./sep.
Skydning	350,- kvrt.	Patroner/medlemskab af Vadum Skytteforening	Feb./apr./sep./nov.
Alle øvrige idrætter	350,-/kvrt.	Man kan deltage i flere idrætter for 1 kontingent	Feb./apr./sep./nov.
Indm. Gebyr	50,-		Ved første opkrævning
Opkr. Gebyr	6,-		Ved hver opkrævning
Kommunegebyr	250,- pr. kvrt.	Gebyret gælder for medlemmer bosat udenfor Aalborg Kommune og vedr. KUN idrætter, der foregår i Vadum Svømmehal.	Feb./apr./sep./nov.
Klublottolod	100,- pr. lod årligt		Sep. (fornyelse af lod(der))
Stævnegebyr	200,- pr. idræt årligt		For deltagelse i stævner
Passivt medlemskab	100,- årligt		Marts

* *Bowling: Egenbetalingen fastsættes for hver sæson.*

- På www.parasportaalborg.dk kan du under "Medlems-service" se hvad du får for dit kontingent m.m.
- På www.parasportaalborg.dk kan du oppe i højre hjørne trykke på "Login her". Så kan du se, hvilke oplysninger vi har registreret om dig, og rette dem, hvis der er ændringer.

Alle medlemsblade kan også læses på: www.parasportaalborg.dk



Mobilnummer på en kontaktperson - har du husket at oplyse os det?

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 mobilnummeret på www.parasportaalborg.dk, hvor du kan logge ind via "Login her" (øverste højre hjørne) med dit medlemsnummer. Se evt. din betalingsoversigt, hvor det fremgår. Har du ikke allerede oprettet et kodeord, beder du os bare om at sende dig et link ved at trykke på "Glemt dit login?... Mobilnummeret skriver du i "ICE-data" feltet.

Alternativt kan du sende en mail med Mobilnummeret til: anja@parasportaalborg.dk. TAK!

Ønsker du ikke at modtage Parasport Danmarks medlemsblad "Parasport", må du gerne give os besked på: kontakt@parasportaalborg.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@parasportaalborg.dk
- **TJEK** at mails fra os ikke gemmer sig i din spam-mappe - tilføj os evt. som kontaktperson for at undgå dette.

NB! Vi tager ikke imod kontanter

Allerede indbetalt kontingent refunderes ikke!



Kammerherre Skomageren
Såler, hæle, nøgler, syning

Kammerherrevej 10, Tostrup
9240 Nibe • Tlf. 98 16 12 07



**DAGLIGVARER
LEVERET TIL DØREN**
FRA DIN LOKALE REMA 1000

SHOP.REMA1000.DK
ELLER HENT APPEN REMA 1000 MED VIGO

FERIEPLANEN 2024 - 2025

▶ Efterårsferie	uge 42	fra mandag den 14.10.24 - søndag den 20.10.24
▶ Juleferie	uge 51-1	fra mandag den 16.12.24 - søndag den 05.01.25
▶ Vinterferie	uge 8	fra mandag den 17.02.25 - søndag den 23.02.25

NB! Gælder generelt alle idrætter, med mindre du hører andet fra din træner. Vi 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): Jeppe Sterum Greibe, tlf. 42280016 E-mail: jeppe.greibe@gmail.com	Powerchair Football: <i>(kun sms)</i> Tobias Steen Clausen, tlf. 2967 7412 E-mail: tsclausen@gmail.com
Boccia: Áki Joensen, tlf. 22 42 51 98 E-mail: balbal_60@hotmail.com	Goalball: Kristian Schmidt-Kristensen, 40548908 E-mail: kristiankk80@hotmail.com	RaceRunning: Alice Birkbak, tlf. 2180 3773 E-mail: alicebirkbak@gmail.com
Bordtennis: Christian Broen, tlf. 2043 1158 E-mail: bagerbroen@hotmail.com	Kajak: Chris Brix, tlf. 3013 9306 E-mail: paraholdetlimfjorden@gmail.com	Nye racerunnere og KIDZ racerunnere: Henrik Nielsen, tlf. 2073 7585 E-mail: jerner@joda.dk
Bowling: Lissy Pedersen, tlf. 2382 7767 E-mail: millilissy100@gmail.com	KIDZ Happy Dance: Jan K. Sørensen, tlf. 4033 2477 E-mail: jan@parasportaalborg.dk	Sejlsad: Kim Thorup Sørensen, tlf. 2747 2214 E-mail: kims10@mail1.stofanet.dk
El-hockey: <i>(kun sms)</i> Simon D. Christensen, tlf. 2834 6103 E-mail: s-d-c@live.dk	KIDZ Hop og Spring: Jan K. Sørensen, tlf. 4033 2477 E-mail: jan@parasportaalborg.dk	Skydning: Inger Marie Rasmussen, tlf. 2046 3701 E-mail: disk@stofanet.dk
Esport: Lars Thyregod, tlf. 5162 4635 E-mail: lht@beritech.dk	KIDZ Parkour: Jonatan Simonsen, tlf. 4264 1725 E-mail: js@game.ngo	Svømning i Gl. Lindholm: Per Kristensen, tlf. 40 41 11 53 E-mail: per2241@gmail.com
Floorball: Emma Edith Wright, tlf. 7120 1025 E-mail: emmaehec01@gmail.com	Kørestolsbasket: Per Wulff, tlf. 2077 5811 E-mail: wulff42@gmail.com	Svømning, vandgym & Aqua-Bike i Vadum: Kontoret, tlf. 9816 7282 E-mail: kontakt@parasportaalborg.dk
Fodbold (KIDZ og U15): Per Mørch, tlf. 6022 5183 E-mail: permorch@gmail.com	Powerchair Floorball: Mads Larsen, tlf. 60 18 08 27 E-mail: mads-el-hockey@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@parasportaalborg.dk. Tak!



Næste blad udkommer ultimo november - deadline den 13. oktober



Vi har udført konstruktionsudvikling, statiske beregninger og produktionsgrundlag til Ball24 konceptet.

Læs mere på www.3d-sd.dk

3D Structural Design
Rådgivende Ingeniørfirma
Strømmen 2 9400 Nørresundby +45 9892 5100 3D@3d-sd.dk



Indkilde

Hobrovej 325 - 9200 Aalborg SV - 9634 9000
www.indkilde.dk

ADVOKATFIRMAET BØRGE NIELSEN

www.abnlaw.dk
Tlf. 98 12 98 00



W.J. MASKINSERVICE A/S

98 83 52 49



"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

ADVOKATFIRMAET

THOMAS JENSEN

Vandmanden 10H
9200 Aalborg SV
Tlf.: 25 73 00 66
Email: tj@atj.dk
www.atj.dk



Planet Salonen

www.planetsalonen.dk

Professionel frisør
i Aalborg

Saltumvej 11A
9220 Aalborg
Tlf. 98 15 51 15



VED DU,
HVEM VI ER?



ELEKTROMEKANIK KRANER
ELEVATORER & DØRER EL & AUTOMATION
SIKRING MASKINSERVICE
nordelektro.dk

NORDELEKTRO
-vi går forrest.

Sponsoreret



Fjordbak
Service & Montage A/S
41 440 911

Seritronic
SERITRONIC
Custom Control Panel Solutions

www.seritronic.com

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
DC-SUPPLY A/S | T: 7023 1380

Budolfi  Apotek

Vagtapotek

Algade 60 • 9000 Aalborg • Tlf. 98 12 06 77

UCN

PROFESSIONSHØJSKOLEN

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