Kondiposten

Idrætsforeningen for handicappede i Aalborg

Læs
i dette nummer:

Formanden
har ordet..

•

Referat fra
generalforsamlingen

•

Skitur

•

Styrketræning

•

Gevinstliste

•

Ferieplan

**Humørpokalen gik i år til »Bager«
Tillykke...**

122
29. årgang

Juni 2003

achieve new balance

Vores løbesko er fremstillet til at arbejde lige så hårdt som du gør. Hvad enten du er nybegynder eller en garvet sportsudøver, så fremstiller vi sko, der får dig til at yde dit bedste. Hvad enten det drejer sig om 10 minutter om dagen eller 10 timer om ugen, så kan motion give dig balance og stabilitet. Det gælder om at opnå mål såvel på arbejde som i fritiden. Få ny balance i dit liv med New Balance.

bredder

Ligeså forskellige som mennesker er i statur, ligeså forskellige er deres fødder. Derfor er New Balance de eneste der konsekvent fremstiller alle træningsmodeller i op til fire bredder. Bredderne benævnes med bogstaver.

LÆST/BREDDE	Small	→	Medium	→	Bred	→
SL-1	2A	B	D	2E	4E	
SL-2		2A	B	D	2E	4E

rollbar

Rollbar systemet er en kombination af en grafitplade og en plastikkile placeret biomekanisk i hælen. Dette giver maksimali pronotionskontrol (foden roterer indad).

abzorb

Abzorb er et unikt materiale der absorberer op til 99% af stødene, som hæl og forfod udsættes for.

læste

Foruden at New Balance fremstiller sko i forskellige bredder, anvender vi også to forskellige skolæste.

SL-1 er en normal skolæst anvendt på de fleste modeller.

SL-2 er derimod konstrueret til folk, der har behov for mere plads i forfoden og over vristen. Dette betyder at foden for disse løbere afvikler mere naturligt i afsættet. Derved kan skader og andre gener nemmere undgås. SL-2 læsten giver bevægelsesfrihed for tæerne.

New Balance forhandles foråret 2001 i bl.a følgende elitedealer sportsforretninger

Sjælland + Øerne: Allerød Idræt, Intersport Amagaer, SportMaster Bagsværd, Jogging Sport Brønshøj, Kaiser Sport Brønshøj, Torben Hansen Frsund, Center Sport Fr.værk, Afika Sport Gentofte, Intersport Helsingør, Hillerød Sport, Intersport Holbæk, SportMaster Hvidovre, Højby Sport København: Magasin Kgs. Nytorv, Ny Sport, SportMaster Købmagergade, Intersport Nørregade, Marathon Sport, Sportmaster ved Parken, Sportmaster Strøget, Intersport Købmagergade
SportMaster Køge, Intersport Køge, Løberen Lyngby, Intersport Lyngby, Intersport Næstved, Seiffert Sport Næstved, Intersport Ringsted, SportMaster Roskilde, Seiffert Sport Roskilde, Intersport Roskilde, SportMaster Rødovre, SportMaster Rønne, Intersport Slagelse, Seiffert Sport Slagelse, SportMaster Sorø, SportMaster Sørborg, Magasin City 2 Tåstrup, SportMaster Vejby, Seiffert Sport Vordingborg.

Fyn: SportMaster Fåborg, Tem Sport Middelfart, SportMaster Middelfart, Multi Atleten Odense, Intersport Vestergade Odense, Intersport Kongensgade Odense, Intersport Tarup Centret Odense, Intersport Rosengårdscentret Odense, Intersport Svendborg.

Jylland: SportMaster Billund, Sports Partner Bjerringbro, SportMaster Brande, Sportsmagasinet Brønderslev, Intersport Brønderslev, Intersport Esbjerg, SportMaster Esbjerg, Intersport Fredericia, SportMaster Fredericia, Peiter Sport Frederikshavn, Sportspartner Give, SportMaster Grindsted, Intersport Haderslev, SportMaster Haderslev, SportMaster Herning City, SportMaster Herning Centret, SportMaster Hjørring, Intersport Hjørring, Intersport Holstebro, SportMaster Holstebro, Sportspartner Horsens, Sportspartner Ikast, Intersport Kolding, SportMaster Odder, Sport 1 Padborg, Randers Sport, Begtild Sport Silkeborg, Tip Top Sport Skagen, SportMaster Skanderborg, Sportspartner Skive, Intersport Sønderborg, HC Sport Vejle, SportMaster Vejle, Intersport Viborg, Intersport Åbenrå.
Århus: Løberen, Intersport Ryesgade, Intersport Søndergade, SportMaster Storcenter Nova Jo Sport Sælling
Aalborg: Intersport Sport Direkt, SportMaster Peiter Sport, Intersport Aalborg Storcenter, Sælling

Formanden har ordet.....

Endnu en sæson er gået og sommeren står for døren. Det er dog ikke i alle afdelinger der holdes lang sommerferie, idet de af vore idrætsgrene der dyrkes udendørs nu har højsæson, f. eks fodbold og sejllads. De andre idrætsgrene holder en velfortjent sommerferie og alle starter op igen i uge 33, fra mandag den 11. august.

Ungdomslegene

Der sker dog noget i ferien idet vi jo er med i Ungdomslegene der finder sted fra den 30. juli til den 4. august. 19 unge og deres ledere og hjælpere kommer til Aalborg for at være med i den 5- kamp vi har arrangeret for dem. Vi håber der kommer ca. 10 med her fra foreningen og vi tror at alle får en rigtig god uge med store udfordringer og forhåbentlig nye venner.

Vi har valgt at arrangere handicapidrætten unde Ungdomslegene lidt utraditionelt idet vi inddeler børnene i hold med børn fra forskellige lande og uanset handicap. Det er vi meget spændte på.

Alle de udenlandske deltagere skal indkvarteres kollektivt med klubhuset som base og jeg er glad for at så mange fra klubben og andre har givet deres tilsagn om at være her som "værter" i den lille uge deltagerne er her i Aalborg. På forhånd tak til jer alle.

Stort stævne næste sommer

Næste sommer skal vi igen holde stort stævne her i Aalborg – nemlig et nordisk stævne for psykisk udviklingshæmmede over 15 år og vi forventer et deltagerantal på ca. 500. De skal i weekenden den 4. – 5. – og 6. juni 2004 dyste i fodbold,

Hvis du vil ha' poleret
– tag en organiseret
FREELANDSPUDSEREN
v/ John Jensen
Ravnkildevej 60 - 9220 Aalborg Øst
26 14 16 95
Medl. af Nordjydsk Vinduespolerm. Forening

VENTISOL

PLASTVINDUER OG DØRE

NORDRE RINGVEJ 7, 9760 VRÅ

Telefon 98 98 16 75

Fax 98 98 24 86

nsu

NORDJYSK STILLADSUDLEJNING ApS

98 15 20 33

Nordjysk Stilladsudlejning A/S

Troensevej 19k · 9220 Aalborg Øst

Tlf. 98 15 20 33 · Fax 98 15 51 30

E-mail: nsu@nsustillads.dk · www.nsustillads.dk

- facadestillads
- materialeelevator
- rullestillads
- støtter
- murerstillads
- arbejdsplatforme
- sikkerhedssystemer
- teleskoplæssere

www.kr-ranch.dk

Koldkærgård Ranch

- Kursus- og konferencecenter
- Mærkedage • Fiskesø
- Udlejning af diverse aktiviteter

Koldkærgårdsvej 24 · Koldkær · 9370 Hals

Tlf. 98 25 39 69 • 20 77 27 90

WWW.PC-Biksen.dk

God service hver gang!

Årestrupsvej 22 · 9000 Aalborg

Telefon 96 30 00 96 · Telefax 96 30 00 96

E-mail: salg@.dk

atletik, bowling og svømning. Foruden officials og hjælpere til idrætterne skal vi sørge for indkvartering, bespisning, fest og transport så vi får travlt den kommende tid. Spændende er det at være med helt fra bunden eller starten af et stævne og så se at det, forhåbentlig, lykkes til alles tilfredshed. Vi glæder os !!

Klublotto

Alle skulle nu have fået tilsendt opkrævning og et nyt lod til klubbens klublotteri og vi håber I alle fornyer jeres numre og er med i de næste 9 trækninger der finder sted i perioden september 2003 til maj 2004. Overskuddet dette første år bliver brugt til en petanquebane ved vores klubhus – en aktivitetsmulighed der har været længe ønsket.

Til slut vil jeg ønske jer alle en rigtig god og varm sommerferie – vi ses i august.

Venlig hilsen
Gitta Nielsen
Formand

Bandagist-Centret
Ortopædiske Bandagerier A/S
Benproteser . Armproteser
Myoelektriske armproteser
Ortopædiske bandager
Sportsbandager . Skinnebandager
Korsetter . Underlivsbælter
Fodindlæg . Håndskårne træsko
Kompressionsstrømper
Ortopædiske opgaver m.m.

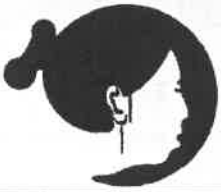
AALBORG AFDELING:
Hobrovej 76 - 9000 Aalborg
Konsultation og patientbesøg efter aftale:
Tlf. 98 12 07 00

ISO 9001/EN 46001

Medlem af: Danske Bandagister og International Society for Prosthetics and Orthotics

Moderne kunst - Spec. Grønland
Udsmykning, Indramning - Restaurering - Vurdering
Malerier købes

Ladegårdsgade 6
9000 Aalborg
98 12 18 88



Galleri Inuit

Bindslev Køreskole

Cvr.nr.25760190

Tlf.: 9893-7001 Mobil : 4044-8701

Parkvej 31, 9881 Bindslev

v.Andreas Nielsen

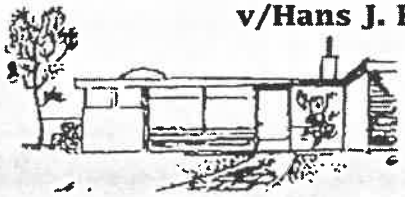
MONTAGE

MASKINFABRIK / SPEC. SVEJSNING

Lufthavnsvej 25 • Box 116 • 9400 Nørresundby
Telefon 98 19 45 44 • Telefax 98 19 45 33
Montage afdeling:
Telefon 99 33 77 81 • Telefax 98 16 48 44
Biltelefon 30 99 55 76

Vendsyssel Tagbelægning

v/Hans J. Klattrup



Bredkærsvej 21, Klokkerholm, 9320 Hjallerup
Tlf. 98 28 42 40 – Bil 20 13 62 97

Projekt Tøj der klæ'r

Vestermarksvej 11 . 9610 Nørager

Tlf. 98 55 16 00

Tøj til handicappede

Referat fra I.H.Aalborg's ordinære generalforsamling den 2. april 2003

Generalforsamlingen startede med uddeling af pokaler. Træindustriens Egeblad fik Bordtennis afdelingen. Det var Henrik Sørensen der modtog egebladet på afdelingen vegne. Humørpokalen fik Bager for hans store insats i Fodbold. Bordtennis og skisport.

Derefter var vi klar til den ordinære generalforsamling. Gitta bød alle velkommen og igen havde vi ramt en fodbold aften. Der var mødt 41 medlemmer til generalforsamlingen.

1.
Valg af dirigent. Leif Lundsgaardvig blev valgt og han kunne konstatere at generalforsamlingen var lovligt indkaldt.

2.
Bestyrelsen beretning for det forløbne år. Beretningen har været udsendt i Kondiposten. Gitta kom med sidste nyt til beretningen. Gitta sluttede med at takke alle klubbens ledere og bestyrelse for arbejdet i klubben. Beretningen blev godkendt

3.
Forelæggelse af regnskab for det forløbne år. Per forelagde regnskabet og gennemgik det med kommentar til flere poster. Solveig: Hvad er løntilskud? Gitta: Tilskud til Grete's løn og skånejob. Regnskabet blev godkendt.

4.
Fastsættelse af kontingent. Uændret kontingent. Der er kommet et indmeldes gebyr på kr. 50. Dette skyldes at flere medlemmer melder sig ud og ind, dette giver ekstra administration.

5.
Behandling af indkomne forslag. Igen i år ingen forslag.

6.
Valg af kassere. Bestyrelsen forslag Jens Fruergaard blev valgt uden modkandidat. Gitta redegjorde for kasserens arbejde i klubben. Det er klubbens kontor der laver regnskaber, derfor er det mere en person der gennemgår og tjekker regnskabet end en alm. kassere vi har i klubben.

7.
Valg af 3 bestyrelsesmedlemmer. Genvalg til John Christensen og Jan Sørensen. Nyvalg til Anja Kristiansen.

➢

LYNGHØJ EFTERSKOLE

Hovhedevej 4, Heden, 9530 Støvring
Telefon 98 38 43 00 · Telefax 98 38 43 77
8. - 9. - 10. klasse

Knudsen & Østergaard
Arkitektfirma A/S
Hasserisgade 35 . 9000 Aalborg
98 16 31 11

Byens bedste kød og pålæg
får De hos

SLAGTER OLE
ØSTERGADE 3 . NØRRESUNDBY . TLF. 98 17 28 37

Jerup Bette Kro & Cafeteria

v/ Mette & Jesper Schaltz
Skagensvej 433
9981 Jerup
Telefon 98 48 33 01
Web: www.jerup

KROMAD ER GO' MAD

helse personalet
VIKARFORMIDLING

Thistedvej 118
9400 Nørresundby

98 19 19 33

www.helsepersonalet.com

ŠKODA
BIL-FORUM

25 år med

Thistedvej 110-112
9400 Nørresundby

98 17 25 99

Fax 98 17 02 48

Døgnservice 40 68 25 99

8.
Valg af 2 suppleanter. Inge Lise Andersen blev 1. suppleant og Henrik Sørensen 2. suppleant.

9.
Valg af 2 revisorer. Genvalg til Leif Lundsgaardvig og Freddie Christensen

10.
Valg af 1 revisorsuppleant. Genvalg til Karen Gubbertsen

11.
Eventuelt.

1.
Marianne: Rampen op til Klubhuset er glat i regnvejr og når det fryser, kan der ikke gøres noget? Gitta: Vi vil undersøge om kommunen har en løsning.
2.
Petangbanen hvor skal den ligge. Gitta: På plænen foran klubhuset, vi håber det bliver inden sommerferien.

Effektiv rygeafvænning
med laser akupunktur, rådgivning og 24 timers hjælpelinie
KVIT RYGNING©
Selenevej 10b • 9210 Aalborg SØ • Tlf. 2830 3008
www.kvit-rygning.dk

BJERREGAARD &
VIGEL PEDERSEN A/S

Murer- & entreprenørfirma
Thistedvej 69 . 9400 Nørresundby . Tlf. 98 17 12 55

GJØL HEGN OG FLAGSTANGFABRIK
TELEFON 98 27 74 38
Huskærvej 4 • Gjøl • 9440 Aabybro

Apotekerne
i
Aalborg og Nørresundby

Deres nærmeste rådgiver

BDO
BDO ScanRevision
Statsautoriseret revisionsaktieselskab
Sofiendalsvej 1
9100 Aalborg
Tlf. 96 34 73 00

3.
Per: Takkede kontoret for det gode samarbejde og hjælp til regnskabet.
4.
Henrik: Hvorfor er hjemmesiden ikke ajourført, det er stadig Carsten der står som ansvarlig. Gitta: Lasse er ved at lave ny hjemmeside. Der sidder 3 fra informationsudvalget i bestyrelsen nu, det skulle gerne give en bedre opdatering af siden. Thomas vil gerne hjælpe med siden.
5.
Jan: Hvorfor er der ikke flere der skriver til Kondiposten?
6.
Solveig: takkede Gitta for hendes arbejde i Klubben og hendes gode humør.
7.
Lasse: stor ros til de dygtige ledere vi har i klubben.
8.
Gitta sluttede med at fortælle om alle de ting der vil ske i fremtiden.
9.
Den 2/6 er der en buskaravane på Obels Plads i Aalborg. Der vil være et gulv hvor der skal køres elhockey, basketball, bordtennis m.m.
10.
Det blev kun bowling der vandt FM i år. De skal en tur op til borgmesteren og hæders.
11.
I år 2004 skal vi holde et stort stævne for udviklingshæmmede. I løbet af foråret begynder planlægning af stævnet.
12.
Der skal 30 deltagere til Festivalen i Randers
13.
I denne sommer er der ungdomslege i Aalborg. Der kommer ca. 65 til handicapidræt, som afvikles som 5-kamp. Det er fra de østlige lande deltagerne kommer. I forbindelsen med dette afholdes et seminar for idrætsledere fra de forskellige byer.
14. Vi samler stadig på Karat kaffe mærker og vi får 5-øre pr. liter vi tanker hos Metax. Juletræet kan også købes hos os i december måned. Der kan også købes klublodder til 100 kr. pr. lod. Der blev udtrukket gevinster for april måned.

Gitta sluttede generalforsamlingen med at takke Per for hans kassere job og takkede Leif for hans dirigentjob. Leif takkede for god ro og orden.

Referent: Jan Sørensen

Kontakt dit lokale Statoil Center på 70 135 135 for bestilling af:
FYRINGSOLIE SMØREMIDLER
DIESEL FUELOLIE GAS
STATOIL
Tættere på dig

Brdr. Davidsen's
RUTE- & TURISTSERVICE
Nørholmvej 164 · 9000 Aalborg
Tlf. 98 34 19 00 · Fax 98 34 19 66 · Giro 3 29 00 42

Vi arrangerer alle former for bustransport i liftbusser
i både ind- og udland.
Ring for uforbindende tilbud.

ROYAL ARCTIC

Royal Arctic Line A/S
Grønlandshavnen
Postboks 8100 · 9220 Aalborg Øst
Tel 99 30 32 34

EFTERSKOLEN
I BAKKERNE

Skeldalsvej 21, 9310 Vodskov
Telefon 98 29 23 92 · Telefax 98 29 20 18
Forstander: Mogens Leth Gregersen
Elevtal: 60 elever/8.-11. årgang/FUU

BS HAVESERVICE-
UDLEJNING

Jeppe Aakjærsvej 9, 9200 Aalborg SV
Telefon 22 11 58 40
E-mail: info@skadbak.dk
Vi udfører have service for private og erhverv
www.skadbak.dk

Det er dyrt, at købe, hvorfor ikke leje dit haveudstyr hos os f.eks.:

- *Blandemaskine 140 l.*
- *Vinkelsliber*
- *Flisetrailer*
- *Pælebor 200 mm*

Skitur 2004 til Idre Fjell i Sverige

Så er der tid til at tilmelde sig den årlige skitur til Idre Fjell i Sverige i uge 5 fra fredag den 23/1-04 til Lørdag den 31/1-04 .
Vi takker for de mange forhåndstilkendegivelser og beder nu om endelig og bindende tilmelding.
Er du stadig interesseret skal du indsende nedenstående tilmelding til kontoret og du modtages derefter et brev med oplysninger om der er plads på turen. Sammen med brevet modtager du et girokort på 1000 kr. der skal indbetales i depositum pr. person og som skal være bedes indbetalt senest 15 august 2003.

Priser 2004 der inkluderer transport i bus, færgeoverfart, hytteleje, morgenmad og frokost alle dage samt slutrengøring – pr. person:

Medlemmer voksne	1700.00 kr.
Medlemmer børn	1100.00 kr.
Ikke medlemmer voksne	2100.00 kr.
Ikke medlemmer børn	1300.00 kr.

Bussen samler op ved klubhuset og Frederikshavn færgeleje.

Alle deltagere skal tilmelde sig til klubben på nedenstående tilmelding samt oplyse om der ønskes skicart, langrend eller alpin. Vi ønsker endvidere at få nærmere information om skicartkørerne ønsker skicart hele tiden eller vil dele med en anden kører. Vi vil i år bestille liftkort samt slutrengøring hjemmefra.

Alle deltagere vil blive kontaktet skriftlig eller telefonisk vedr. skituren samt få nærmere oplysninger om turens praktiske forløb.

Deltagere skal påregne at hjælpe til med at samle penge ind til turen gennem julebanko, juletræssalg samt salg af guldskrabere. Herom senere.

På glædelig ski gensyn
Skiturs udvalget

Vi står for gode, sunde og billige boliger
Boligselskabet af 1951. Boligselskabet Cimbria Hasseris Boligselskab. Boligforeningen Himmerland Aalborg Social-filantropisk Byggeselskab.
• **FÆLLES-UDLEJNING**
Alle oplysninger om lejemuligheder priser, boligsikring og øvrige faciliteter fås ved henvendelse til:
BOLIGKONTORET
Sankelmarksgade 8-10 • 9000 Aalborg
Telefon 96 31 74 88 • Fax 98 11 32 55

AJ Revision
registreret revisor
Agnethe Jeppesen
Nørremarksvej 1 • 9440 Aabybro
Tlf. 98 24 41 13 • Fax 98 24 41 30

Alt inden for
Tømrer- og snedkerarbejde
Stort som småt, kom og få et uforpligtende tilbud hos...
VESTER HASSING MASKINSNEDKERI
Industrivej 35 · 9310 Vodskov
Telefon 98 25 60 69
GARANTI ORDNING

C. A. Turist
Brønlundsvej 31
9210 Aalborg SØ
Telefon 98 14 61 74
Biltelefon 20 33 03 39
Fax 98 14 36 00

Al turistkørsel udføres
Præcision og service
en selvfølgelighed
Nu også liftbus

Skitur 2004 til Idre Fjell i Sverige

Bindende tilmelding senest 1 august med betaling den 15 august af et depositum pr. deltager

Navn:_____

Hjælperens navn:_____

Familie medlemmers navn samt alder:

Voksne:_____

Børn:_____

Familie medlemmer ønsker:

alpin:_____ langrend:____

Adr._____

By_____

Tlfnr._____ Mail._____

Handicap:_____Behov for hjælper:_____

Ønsker alpin__ langrend____ skicart_____ fuldtid_____ halvtid_____
formiddag____ eftermiddag____

Medbragte store hjælpemidler: Elstol, Kørestole, badestole osv.:

_____

Andre forhold vi skal tage hensyn til:

_____

Kroen i Centrum

v/ Britta Larsen
Smedegade 1 · 9400 Nørresundby · Tlf. 98 17 53 28

Bindslev Transport

Finkevej 3 · 9881 Bindslev
Telefon 98 93 86 59
Mobiltelefon 20 13 40 60
Mobiltelefon 21 70 24 69

KURER - TRANSPORT - DISTRIBUTION

PALSGAARD & HANSEN

STATSAUTORISEREDE REVISORER

Sofiendalsvej 11 Aalborg Tlf. 98 18 77 11	Algade 25 Brønderslev Tlf. 98 82 32 88	Danmarksgade 39 Frederikshavn Tlf. 98 42 90 11	Gl. Markedsvej 1 Hjallerup Tlf. 98 28 18 22

e-mail: info@palsgaard-hansen.dk • www.palsgaard-hansen.dk

Medlem af MGI

malerfirmaet med en god tone
bent pedersen a/s

Åbningstider:
Mandag-fredag 11.00-17.00
lørdag 9.00-12.00

Fyensgade 34,
postboks 2035 - 9100 Aalborg
Tlf: 98 16 90 55 - Fax: 98 16 37 55
E-mail: post@bentpedersen.dk
www.bentpedersen.dk

LIMAX

AUT. SKADEDYRSBEKÆMPELSE

98 14 22 26

J. P. Kochs Vej 6 · 9210 Aalborg SØ
Telefax 98 14 22 36
Mobiltlf. 20 33 22 26

NORDJYSK RESERVEDELSLAGER AALBORG A/S

Vardevej • 9220 Aalborg Øst
Telefon 96 35 03 50 · Telefax 98 15 56 35

Automobildele en gros

GL. HASSERIS VVS

Alt i:
VVS - Blikkenslagerarbejde - Renovering
Reparation - Nybygning

Tlf. 98 18 86 54

Nørholmsvej 110 · 9000 Aalborg
Mobil 21 46 68 71 – også aften og weekend

Malermester i Vadum
Jan Pedersen

GARANTI PÅ KVALITET

Ellehammervej 31 · 9430 Vadum
Telefon 98 27 10 26 · Mobil 20 22 89 10
Telefax 98 27 23 98 · www.malervadum.dk
mail: jan@malervadum.dk

IPA BESLAG

A/S J. PETERSENS BESLAGFABRIK
Jacob Petersens Vej 9 - 9240 Nibe
Tlf. 98 35 15 00 - Fax. 98 35 22 00

colas NOVEJFA

Asfaltarbejde • Jord- og vejarbejder • Kloakanlæg
Naturgas • Golfbaner • Belægninger • Udlejning af entreprenørmateriel
Colas-Novejfa A/S
Blomsterbakken 2 - 9380 Vestbjerg
Telefon 99 34 34 00 - Telefax 99 34 34 80

På gensyn i Spar Nord!

spar nordJylland

Viden, erfaring og lokalkendskab sikrer din bolighandel

Jan Hammershøy
Statsaut. ejendomsmægler, Valuar

HAMMERSHØY
Hasseris Bymidte · 9000 Aalborg
Tlf. 98 18 62 00

home
EJENDOMSKÆDE FOR DANSKE BANK KONCERNEN

Til alle der går til eller har vist interesse for styrketræning i klubhuset

Vi har nu fået en aftale med en fysioterapeut der bliver tilknyttet vores styrketræning.

Han hedder Tom Kjærsgaard og arbejder til daglig ved Fysio Fitness i Holbergsgade (det der tidligere havde adresse på Vesterbro)

Tom vil komme i klubhuset ca. 1 gang om måneden og der kan I få en snak med ham om jeres program, få lavet ændringer eller tilføjelser dertil og/eller blive sat i gang hvis I endnu ikke er startet men har interesse deri.

Tom kommer flg. torsdage:
7. august
4. september
2. oktober
6. november
4. december

Hver gang mellem kl. 13 og 14.

Du skal reserverer tid og det gør du ved at skrive dig på planen der hænger i styrketræningslokalet i klubhuset. Du kan også ringe til kontoret mandage - tirsdage og torsdage mellem kl. 9 og 12 - så skriver vi dig på. Endelig kan du maile til os på adr.: IHAALB@post10.tele.dk

Vi håber I bliver glade for dette samarbejde og at I vil bruge Tom flittigt.
Han har masser af erfaring og arbejder med bl.a. styrketræning som behandling til daglig.

Venlig hilsen
Bestyrelsen

Salg
Service
Reservedele
Døgnservice
30 98 79 66
IVECO AALBORG
Tarmvej 2-4
9220 Aalborg Øst
Tlf. 98 15 88 55
Fax 98 15 63 99
IVECO

REJSEHUSET
kvik·ariel travel
Vesterbro 49 - 9000 Aalborg
Telefon 98 12 85 11 - Telefax 98 12 41 95

Langholt
Auto-Møbelpolstrer

Godtlandsvej 17, Langholt
9310 Vodskov
Telefon 98 25 74 02

CENTER BAGERIET
Hasseris Bymidte 25 . 9000 Aalborg

98 18 25 49
Altid plads til parkering

Gå på museum i Aalborg

Besøg vore handicapvenlige udstillinger

Aalborg Historiske Museum
Algade 48, Aalborg, Tlf. 96 31 04 10
Åbent tirsdag - søndag kl. 10.00-17.00

Lindholm Høje Museum
Vendilavej 11, Nørresundby, Tlf. 96 31 04 28
Åbent alle dage 10-17 indtil 20/10-02

Nordisk Maskinimport ApS
Baggevognsvej 34 · 9870 Sindal
98 93 63 33

MAACH
PELSDYRARTIKLER
Burskovvej 15 · Linderum · 9870 Sindal
Telefon 98 93 30 55
Telefax 98 93 31 03

Blokvognstransporter • Fabriksflytninger
Specialtransporter • Kranvognskørsel
Distribution • Truckudlejning • Pakhus
Radiodirigerede vogne

Aalborg Maskintransport
Ollevej 5 · 9220 Aalborg Ø
Telefon 98 16 21 55

ADVOKATERNE I VESTERAA
Vesteraa 14, 9000 Aalborg..... ★98 16 16 12
Telefax 98 16 11 41

HENNING STOUSTRUP (H)
BO SINDING (L)
PER NIELSEN (L)

VESTERAA 14
9000 AALBORG

TLF. 98 16 16 12
FAX 98 16 11 41
E-mail:post@vesteraa.com

Tr kningsliste klublotto 2002/2003

	300 kr. P lod nr.	200 kr. P lod nr.	100 kr. P lod nr.	100 kr. P lod nr.	100 kr. P lod nr.	6 rjdvin P lod nr.	6 rjdvin P lod nr.	Nyt lod P lod nr.
September 02	57	6	55	50	74			
Oktober 02	70	40	112	82	36			
November 02	113	4	118	136	52			27
December 02	106	119	36	155	110	27	63	75
Januar 03	33	114	121	113	18	6	122	
Februar 03	117	89	126	1	5	7	30	
Marts 03	88	25	47	123	84	121	131	
April 03	105	124	52	45	96	17		10
Maj 03	30	150	17	55	113	49	64	

Cornelíussen

MANUFAKTUR - GARDINER ApS
Vodskovvej 30 · 9310 Vodskov
98 29 30 57 - Fax 98 29 42 62

Cornelius@vip.cypercity.dk
www.vodskov.net

Hedegaard
RÅDGIVENDE INGENIØRER ApS
Milbakvej 81, 9381 Sulsted
Tlf.: 98 26 22 06 - Fax.: 98 26 22 15
Email: kh.hedegaard.aps@mail.dk

HOYER AUTODELE ApS

FORBINDELSESVEJEN 148
9400 NØRRESUNDBY

TLF. 70 10 10 56

Vognmand
Niels Jørn Larsen
Lyngholmsvej 9, 1tv
9200 Ålborg SV
Tlf. 9818 9858
Bil. 2964 6513

Kaj Kristensen & Søn

D. G. Monradsvej 11
9210 Aalborg SØ
Telefon 98 14 07 84

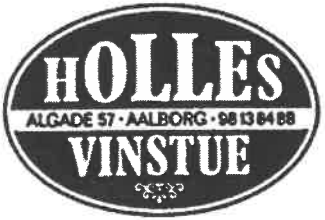
SERVICE AF HANDICAP-LIFTER

V. Hassing Cykelservice

v/ Jens Larsen

Dalsgårdsvej 8 · V. Hassing
9310 Vodskov

98 25 72 66



Åben 10-21 (lør. 10-14) - Bordbestilling 98 13 84 88

THOMSENS
PLANTESKOLE A/S

KONTOR- OG INDENDØRSBEPLANTNING
samt vedligeholdelse

850 m² DRIVHUS FYLDT MED Stueplanter - afskårne blomster - tørrede varer til pynt og dekoration - krukker og urtepotter. Frø - løg - græsfrø - redskaber m.m.

Hobrovej 491 • 9200 Aalborg SV • Tlf. 96 34 18 00

BAKKE MUREREN

v/ Ulrik Sørensen

98 95 18 07 / 40 15 18 07

Hjørringvej 338 · 9750 Østervrå

KP INTERNATIONAL

Solbakkevej 10 – 9230 Svenstrup – Tlf. 98 38 90 58

Fremmer export af danske varer til Italien
(kontor i Bergamo, Nord Italien)

LANDINSPEKTØRFIRMAET

Nellemann & Bjørnkjær

STRANDVEJEN 18 • DK-9000 AALBORG
TLF. 98 13 46 55 • FAX 98 11 56 26
e-mail: nb@plf.dk • www.plf.dk/nb

Medlem af
Praktiserende Landinspektørers Forening
Og Den Danske Landinspektørforening

Danske Bank

Ferieplan 2003-2004

Start efter sommerferien i uge 33 fra mandag den 11. august

Efterårsferie i uge 42 fra mandag den 13. oktober
til og med søndag den 19. oktober 2003

Juleferie uge 51 – 52 og uge 1 fra og med søndag den 14. december 2003
til og med søndag den 4. januar 2004

Vinterferie i uge 8 fra og med søndag den 15. februar
til og med søndag den 22. februar 2004

Påskeferie i perioden fra og med søndag den 4. april
til og med mandag den 12. april 2004

Sommerferie i ugerne 26 – 27 – 28 – 29 – 30 – 31 - 32
fra og med søndag den 13. juni til og med søndag den 8. august 2004

Der er lukket på alle øvrige helligdage.

Klip ud og gem

Lindholm Camping

Lufthavnsvej 27 – 9400 Nørresundby
Telefon 98 17 26 83

KRISTIANS
PLÆNESERVICE
Fræsning - Hækklipning
Pasning af haver m.m.
Ingen opgaver er for store
og ingen er for små
Egevej 4 · 9490 Pandrup
98 20 46 81 · 20 68 60 81

Travbeslag • Galopbeslag • Ridehestebeslag • Sygebeslag

Beslagsmed
M. Vestergaard
v/ Flemming Sørensen
Telefon: 98 24 73 75 • 98 24 61 39
Mobil: 20 41 64 19 • Privatadr.: Kingosvej 55 · 9490 Pandrup

DIREKTE FRA FABRIK
ALMUEGERIKT / FODLIST
- Samt mange andre profiler
DANNERHØJ SAVVÆRK
Aalborgvej 693 · Flauenskjold · 9330 Dronninglund
NYT! NYT! NYT!
www.dannerhoej-savvaerk.dk
Tlf. 98 86 11 66

GUG VVS TEKNIK
Telefon 98 14 22 00 · Mobil 24 63 37 22
Medlem af DANSK VVS
Jan Antonsen
Aut. VVS-installatør
Athenevej 25 · 9210 Aalborg SØ

H.J. HANSEN
AALBORG A/S
tilbyder køb, salg, knowhow og miljørigtig forarbejdning af jern- og metalskrot
Landdybet 16 • 9220 Aalborg Ø
Tlf. 98 15 34 83
Fax 98 15 36 83

Nybolig
Bjarne Hansen
Ejendomsmæglerfirma
Vodskovvej 40A
9310 Vodskov
Tlf. 9829 2277
Fax 9829 2454
..sammen med Nykredit

Johnny's Dansebar
Bredgade 29 · 9490 Pandrup
Tlf. 98 24 61 20

Willis
International forsikringsmægler
Hasserisvej 134 · 9000 Aalborg
Telefon 96 31 02 00 · Telefax 96 31 02 01
E-mail: aalborg@willis.dk · Web: www.willis.dk

Aut. kloakmester
J. R. Entreprenørfirma
v/Jan Rosborg
Truevej 3 · Kåtrup · 9550 Mariager
Telefon 86 47 82 71

Tlf. 98 58 56 16
Bil 40 86 56 16
VISBORG

BLIKKENSLAGER
FORRETNING
v/ Bent Christensen . Alsvej 82 . 9560 Hadsund

Linktech
Solhøjsvej 88, 9210 Aalborg SØ
98 147 909
Telefax 98 147 919 • Mobil 40 183 495
www.linktech.dk
DATA / TELE • IHC • B&O LINK • HARDWARE • SUPPORT

THORSHØJ PRODUKTHANDEL
Hjørringvej 183, 9750 Øster Vrå
98 95 62 29
Mobil 30 99 00 25

Voerså Fjerntransport
v/ Viktor Mørk Andersen
Kringelhedevej 17 A
9300 Sæby
Tlf. 98 46 03 40
Bil 40 30 31 97

MURERFIRMAET
Care Jensen & Søn
v/ Jens Jørgen Jensen
Vetvedparken 14 · 9382 Tylstrup
20 33 20 88 - 20 16 66 88
Privat 98 26 22 22

Restaurant
»Jackpot«
Østergade 59 · 9400 Nørresundby
Telefon 98 17 46 79

Sundby-Hvorup Boligselskab
Lindholm Søpark 4 . 9400 Nørresundby
Tlf. 98 17 30 66

ØSTBYENS BROLÆGNING & EJENDOMSSERVICE
Nyanlæg & Reparation
Mobil 20 27 42 75
Michael Bønløkke
Fyrkildevej 3 · 9220 Aalborg Øst
Telefon 98 15 42 75

BB-L
REVISION
Bjarne Bach-Larsen
registreret revisor FRR
SOLHØJSVEJ 62 . Gug
9210 AALBORG SØ
98 14 81 11

Bak & Uhrenfeldt Handelsselskab A/S
Håndværkervej 28 . 9000 Ålborg
Telefon 98 13 00 88

N.N.F.
Slagtergruppen Ålborg/Nørresundby afdeling
Skansevej 7
9400 Nørresundby
Telefon 98 17 00 03

NIELSEN & CHRISTENSEN
STATSAUTORISERET REVISIONSAKTIESELSKAB
Vi skaber merværdi
A member of Moores Rowland International
Vil De vide mere, så se vores hjemmeside:
www.n-c.dk
AALBORG
Telefon 98 18 33 33
An association of independent accounting firms throughout the world.
Afdelingskontorer i... Støvring, Sæby, Aars og København

GN TEGNESERVICE
BØNFELTVEJ 29, ASTRUP, 9510 ARDEN
Alt indenfor:
Rentegning på autocad, point
Tekstbehandling
98 56 55 75
Fax 98 56 55 35 . Bil 20 84 55 95

GREEN ENER TECH
Pletvej 80, Mosbjerg, 9870 Sindal
Tlf. 98 93 07 01
Salg af kedler
Stoker, Træpillekaminer, Vindmøller
www.green-ener-tech.dk
40 44 77 01

Idrætsforeningen for handicappede i Aalborg

Formand:
Gitta Nielsen
paradisvej 4, Langholt, 9310 Vodskov
Tlf. 98 25 51 90
E-mail: ihaalb@post10.tele.dk

Næstformand:
Jan Sørensen
Lindholmsvej 41, 9400 Nørresundby
Tlf. 98 17 57 14
E-mail: jans@privat.dk

Kasserer:
Jens Fruergaard
Stillekrogen 78, Ellidshøj, 9230 Svenstrup
Tlf. 98 38 07 76

Sekretær:
Knud Rude Andersen
Kayerødsgade 5, 9000 Aalborg

Øvrige bestyrelsesmedlemmer:
Svend Åge Nielsen
Barbarasvej 24, 9382 Tylstrup
Tlf. 98 26 51 85

John Christensen
Diskovej 162, 9210 Aalborg SØ
Tlf. 98 14 21 71

Anja Kristiansen
Hestebakken 27, 9240 Nibe
Tlf. 98 35 24 91
E-mail: abk-aats@sol.dk

Klubhus og kontor:
Skydebanevej 1, 9000 Aalborg
Tlf. 98 16 72 82 · Fax 98 16 84 89
E-mail: ihaalb@post10.tele.dk
Åbningstider: 9.00 - 12.00

Aftenskoleleder:
Solveig Cramer
Hasserisvej 101 C, 9000 Aalborg
Tlf. 98 12 02 75

Informationsudvalget:
Anja Kristiansen
Hestebakken 27, 9240 Nibe
Tlf. 98 35 24 91
E-mail: abk-aats@sol.dk

Deadline til næste blad: 10.08.03
Bladnr. 123 udkommer: ultimo august
I. H. Aalborgs hjemmeside:
www.ihAalborg.dk

Annonceekspedition:
DHIF
Søballevej 2 D, Veng, 8660 Skanderborg
Tlf. 86 95 05 92
E-mail: dhif@handicapinfo.dk
- hvortil alle spørgsmål vedrørende annoncering bedes rettet...

c&n trælasthandel

C & N Aalborg A/S
Mineralvej 10-16, Postbox 329
9100 Aalborg
Tlf. 9631 3244 . Fax 9631 3299

E-mail: info@cn.dk
www.cn.dk

Malernes Aktieselskab

★98 12 46 00

Gartnervej 10 - 9200 Ålborg SV
Tlf. 96 34 31 30

CHICAGO ROASTHOUSE
- SMAGEN DU ALDRIG GLEMMER..!

Tlf. Delivery 70 100 111
Tlf. Take-Away 70 100 222

Moderne herre- og drengetøj - dametøj - sko og støvler
Et godt sted at handle
Bredgade 21-23,
9490 Pandrup
Telefon 98 24 72 45

TØJ & SKO Centrum

DAI Gruppen A/S

C.W. Obels Plads 3B · 9100 Aalborg
Telefon 98 13 33 22 · Telefax 98 12 47 77
www.dai.dk · e-mail: dai@post3.tele.dk

Sulsted Dyreklinik

Knut Hamsunsvej 4 A
9280 Vestbjerg

Tlf. 98 26 11 10

OK Kørestolslifte

Ole Kristensen Hydraulik
Industrivej 5 . 9280 Storvorde
Telefon 98 31 93 44

KMU
Koldbro Maskinudlejning
v/ Jens J. Larsen
Koldbro Møllevej 42 · 9830 Taars
Telefon 98 95 83 68
Biltlf. 21 27 10 26

Idrætsgrene og kontaktpersoner

Atletik og Petra:
Kontoret - Tlf. 98 16 72 82

Basketball:
Ulrik Bentsen - Tlf. 98 84 26 89

Boccia:
Hans Jensen - Tlf. 98 17 62 37

Bordtennis:
Christian Broen - Tlf. 98 11 11 58

Bowling:
Ib Christensen - Tlf. 98 17 21 53

Børnegymnastik:
Kontoret - Tlf. 98 16 72 82

Elhockey/sportskørestole:
Jan Sørensen - Tlf. 98 17 57 14

El-stols idræt:
Rasmus Storgaard - Tlf. 98 17 21 60

Fodbold voksne:
Henrik Christensen - Tlf. 98 29 11 22

Fodbold børn:
Jan Sørensen - Tlf. 98 17 57 14

Gymnastik bevægelseshæmmede:
Henny Gjessø - Tlf. 98 16 38 16

Gymnastik ps. udviklingshæmmede:
Rikke Klokker - Tlf. 98 16 53 04

Idræt for svært fysisk handicappede:
Birthe Olesen - Tlf. 98 17 98 83

Kørestolsdans:
Kaj Hansen - Tlf. 9813 45 14

Sejlads:
Knud Rune Andersen - Tlf. 98 12 79 37

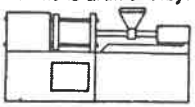
Skisport:
Connie Thodberg - Tlf. 98 32 32 56

Skydning:
Kontoret - Tlf. 98 16 72 82

Snooker:
Per Andersen - Tlf. 98 32 32 56

Klubhus - Kantine:
Grethe Nielsen - Tlf. 98 16 72 82

Sprøjtestøbning
af tekniske artikler tilbydes.



VD VEND-PLAST
v/Erik Pedersen
Sørupvej 374 . 9830 Tårs
Telf. 98 95 81 58
Bil: 30 96 31 88

Afløbsrenseren
& TV-inspektion
v/ Kurt Sørensen
Toften 33 · Mou · 9280 Storvorde
Telefon 40 62 31 14

Frejlev Cementstøberi A/S
FC 98 34 34 11

SCANIMA
Gugvej 152 · 9210 Aalborg Ø
Telefax: *Design* 96 33 10 11 · *Administration* 96 33 10 12
Telefon 96 33 10 00

Aalborg Flag og Sport ApS
v/ Ole Marcus
Poseidonvej 82, 9210 Aalborg SØ
Telefon 98 14 75 20 - Telefax 98 14 75 46
E-mail: om@om-flag.dk
OM-FLAG M
www.om-flag.dk

ELEKTRONIKCENTER ApS Nord
DTI Certificeret på service
Østergade 36 · 9400 Nørresundby
Tlf. 98 17 51 22 · Fax 98 17 08 93
e-mail: mail@elektronikcenter.dk
www.elektronikcenter.dk

Herrefrisør
TOFT VAGN
Danmarksvej 21 . 9000 Aalborg
Tlf. 98 13 09 14

Reserveret

Ansigt til ansigt med dyr i Aalborg Zoo

Kom tæt på mere end 1.600 dyr fra hele verden.

Handicapadgang til alle anlæg. Servicebus S3 holder lige ved hovedindgangen.

Aalborg ZOO

Mølleparkvej 63 Tlf. 96 31 29 29 www.aalborgzoo.dk

Ortopædisk bandageri og skomageri

Bandager	*Sport Bandager*
Proteser	*Underlivsbælter*
Støttekorsetter	*Indlæg og*
Brystproteser	*Ortopædisk fodtøj*

Måltagning efter forudgående aftale

Mandag - torsdag	kl. 08.00 - 16.00
Fredag	kl. 08.00 - 15.00

Sahva
Dannebrogsgade 43
9000 Aalborg
Telefon 70 13 24 77

Sahva
MENNESKELIGE HJÆLPEMIDLER

VELA V10F

- **Sædehejs** 35 cm **højt** og 13 sek. **hurtigt**.
- Dynamisk hjulophæng for **kørsel** og **vejgreb** i særklasse.
- Justerbar affjedring betyder **komfort** overalt.
- V-seriens **4 modeller** betyder **valgfrihed**.

Nyhed: Fallebeslag

VELA
PLADS TIL VELVÆRE

Vermund Larsen A/S
Gøteborgvej 12 · 9200 Aalborg SV Tel. 96 34 76 00

www.vela.dk

Sahva Auto Nord

Opbygning og indretning af handicap-biler

Halkjærvej 18 A • 9200 Aalborg SV
Tlf. 96 34 67 00 • Fax 96 34 67 01
Vest, Fredericia, 75 93 17 00 • Øst, Brøndby 43 43 91 91

- Mulighed for afprøvning i vores demobiler - såvel personbiler som "kassebiler".
- Vi kommer også ud til dig, hvis du synes det er nemmere.
- Vi er altid parat med råd og vejledning.
- Handicapvenlige værkstedsfaciliteter.