

ALBORG  
IDRÆTSFORENINGEN FOR HÅNDICAPPEDE I ALBORG

# Kondi

## Posten



NR. 62

JUNI 89

ÅRG. 11



# Mini-12

## SVØMNING

VADUMHALLEN, man. 14-21.30  
børn og voksne  
v/Henning Pedersen, tlf 08-18 85 60  
og Solveig Cramer, tlf 08-24 61 01

GL.LINDHOLMSKOLE, ons. 15-18  
v/Henning Pedersen, tlf 08-18 85 60  
og Solveig Cramer, tlf 08-24 61 01

SOFIENDALSKOLEN, fre. 13-14.30 og  
tors. 20.50-22.30  
v/Henning Pedersen, tlf 08-18 85 60

## BABYSVØMNING

HARALDSLUND, tirs. 17-19  
v/Lena Andreassen, tlf 08-18 06 94

## AFTENSKOLELEDER

Henning Pedersen, Hobrovej 80  
9000 Aalborg, tlf 08-18 85 60

## KAMMERATLIGT SAMVÆR

v/Grete Nielsen  
Klubhuset, Henning Smithsvej 42  
tirs. 16.30-22.00 tlf 08-16 72 82  
Grete Nielsen, privat tlf 08-13 89 71

## KØNDIPOSTEN

Redaktør, Gitta Nielsen, Umanakvej 5  
9210 Aalborg SB, tlf 08-14 40 68  
Medarb. Jan Sørensen, 08 17 57 14

## VOLLEYBALL

SOFIENDALSKOLEN, tors. 19.30-21.30  
v/Hans Hansen, tlf 08-28 17 18

## BOCCIA

VADUMHALLEN, man. 18-20  
v/Peter L. Jensen, tlf 08-16 34 23

## SKYDNING

VADUMHALLEN, man. 18-21  
henv. skydedanen i vadumhallen

BORDTENNIS, man. 17.30-21  
v/Jan Sørensen, tlf 08-17 57 14

## GYMNASTIK

BEVÆGELSESHEMMEDE, tors.  
Klubhuset 17.30-18.30 og 18.30-19.30  
v/Solveig Cramer, tlf 08-24 61 01

## HOCKEY

SOFIENDALSKOLEN, tors. 17.30-19.30

## SEJLADS

Henv. Knud Andersen, tlf 08 12 79 37

## BILLARD - DART

Klubhuset, tirsdag 16.30 - 22.00

---

## I. H. AALBORGS BESTYRELSE

FORMAND	Gitta Nielsen, Umanakvej 5, 9210 Aalborg SB, 08 14 40 68
NÆSTFORMAND	Sven Sørensen, Under Lien 59, 9000 Aalborg, 08 18 20 21
KASSERER	Karl Johan Nielsen, Anne Mariesvej 17, 9320 Hjallerup, 08 28 16 31
BESTYRELSESMEDE.	Jan Sørensen, Lindholmsvej 41, 9400 Nørresundby, 08 17 57 14
"	Sven Age Nielsen, Gammel Vråvej 27, 9382 Tylstrup, 08 26 25 31
"	Hans Hansen, Ingridsvvej 3, 9320 Hjallerup, 08 28 17 18
"	Knud Andersen, Kayerødsgade 5, 9000 Aalborg, 08 12 79 37

# OBS-OBS-OBS-OBS-OBS-OBS

Vi kan godt kalde dette nummer af KONDIPOSTEN for et fødselsdagsnummer, idet foreningen bliver 17 år den 6. juni .

Stadig en ung forening, men vores forbund er ikke meget ældre, kun et par måneder.

Vi har i år valgt ikke at holde nogen fødselsdagsfest, da vi håber vi i løbet af meget kort tid kan flytte til nye klublokaler. Så skal der jo holdes indvielsesfest og på den måde kan vi slå to fluer med et smæk.

Nu nærmer ferietiden sig og allerede nu kan vi rundt omkring på aktivitetsstederne, se at det gode vejr holder medlemmerne hjemme( UDE)

Grundlovsdag den 5. juni er vore aktiviteter i Vadumhallen aflyst.

Vi holder sommerferie i ugerne 26 - 32 og starter således op igen fra

MANDAG DEN 14. AUGUST

Vi ønsker alle vore medlemmer og tranere, hjælpere og ledere en rigtig god ferie.

BESTYRELSEN

# Flødselsdag

Kom og ønsk Svend TILLYKKE med de 2 x 30 år

TIRSDAG DEN 29. AUGUST

Vi giver kaffe hele dagen på Gammel Vråvej 27.

TUT

**TILLYKKE - TILLYKKE**

## kaffe

Vi har genoptaget den gode gamle tradition med kaffe i selskabslokalet, om mandagen i Vadumhallen. Fra klokken 18.00 kan du købe kaffe, the, sodavand, chokolade til cafeteriets sædvanlige priser.

Endvidere kan du også købe små hobbyting vore medlemmer har lavet.

Da jeg skal stå for "kafferiet" håber jeg at alle der vil tale med mig vil kigge ind i selskabslokalet.

Jeg vil dog stadig bevæge mig lidt rundt på "terrænget".

Venlig hilsen Gitta

# Efterlysning!

Som du kan læse andet sted her i bladet, har vi fået nyt klubhus, men vi ved endnu ikke hvornår vi kan flytte ind.

NÅR vi skal til at flytte kan vi godt bruge lidt HJÆLP. Vi overtager jo lokaliteterne efter andre og selvfølgelig skal der laves en del om så det bliver som vi vil have det. Der skal nok udføres lidt håndværksmæssige arbejder, der skal males, gøres rent, flyttes om og meget meget mere.

Alt koster jo penge, og ombygning og istandsættelse koster MANGE PENGE. Ved DIN hjælp kan vi spare mange penge og er vi en del kan det blive gjort på rimelig kort tid, nogle enkelte dage.

Er du interesseret i at hjælpe os og dermed dig selv, så kontakt mig og lad os få en sludder om hvad du mener du kan hjælpe os med.

PÅ FORHÅND TAK

Gitta 98 14 40 68

Bestyrelsen





# VOKSEN OG FØLSOM

– og under 18 år. Du skal have dig en

# SUPER KONTO

– toprente og byens  
smarteste kontobevis



## Nørresundby Bank

-den lokale bank på begge sider af fjorden!



# BUESKYDNING

For nogle år siden kunne Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg også tilbyde vore medlemmer idrætsgrenen bueskydning. Der var dengang ikke så mange der deltog og det gik lige så stille i stå.

I et hjørne af vort depotrum ude i klubhuset har vi alle buerne og andet materiale der skal bruges til bueskydning stående og samle støv. Det syntes bestyrelsen er synd for det er gode og værdifulde rekvisitter der her ikke bliver brugt.

Så vi efterlyser nogen der kunne tænke sig at komme igang med denne idrætsgren. Det kan da være at der er nogle af vore "gamle" medlemmer der dengang var med til bueskydning der kunne tænke sig at prøve igen. Vi må indrømme at der desværre ikke i bestyrelsen er nogen der har prøvet bueskydning så vi kan ikke fortælle jer hvordan, derfor må vi have fat i nogle der har forstand på det. Har du det eller kender du en så tag og kontakt mig, så vi igen kan komme til at dyrke bueskydning.

Gitta

98 14 40 68



# SVØMNING



V.M. i Sverige.

Som noget nyt er der blevet oprettet et svømme-landshold for Psykisk udviklingshæmmede. Fire svømmere fra fra I.H. Aalborg er blevet udtaget til holdet: Jan laursen, Flemming Jensen, Martin Christensen og Rasmus Helbo.

De har allerede været på 3 træningslejre og skal deltage i endnu 2 i august og oktober måned 89 Det første internationale mesterskab er V.M. i Härnösand i Sverige og det foregår i tiden den 26. juni - 9. juli.. Hertil har Jan Laursen allerede kvalificeret sig.

Ved V.M. deltager desuden atletikfolk og fodboldspillere, og der skal afholdes en trænings-samling for alle deltagerne i Ranum den 16. - 18. juni.

Der arbejdes på at få svømmere udtaget til et stævne i Holland i 1990 samt endelig OL i Barcelona i 1992.

Trænere for U - Landsholdet er Erik Petersen fra Fredericia og Inge - Lise Andersen fra I.H. Aalborg.

Svømmeudvalget





## I. H. AALBORG HAR MANGE DER ER MED PÅ LANDSHOLD

Det er ikke kun svømmere, fra I.H. Aalborg der er udtaget til at deltage på Landshold. Også bordtennisspillere og bocciaspillere er udtaget, og det er bestyrelsen selvfølgelig meget glade for og stolte af.

Ikke færre end 4 bordtennisspillere, Brian Nielsen der var til OL, Carsten Mortensen, Jan Sørensen og Per Jacobsen, er med til at forsvare de rødhvide farver.

I boccia er udtaget 3 spillere, Inger Flambo, Alf Kristiansen (begge har deltaget på landshold før) og Karl Johan Nielsen.

Bocciafolkenes første opgave bliver en landskamp ellem de nordiske lande og den foregår i Grenå.

Held og lykke til de dygtige spillere og svømmere vi håber at vi her i KONDIPOSTEN kan læse mere om jeres præstationer efter ferien.

GITTA



PETER LEO FIK VERITASPOKALEN

Send løsningsordet til

Gitta Nielsen  
Unankvej 5  
9210 Aalborg SØ

Deadline den 10. august 1989

Løsning på kryds 61 var HANDICAPIDRÆT

Snaps: Karen Christensen  
Rødvin: Betty Antonsen  
Chokol.: Harald Grønning

Gevinster skal afhentes i klubhuset  
inden den 10. august 89

# BOLIG OPSPARING

De fleste drømmer om at bo bedre.  
Men der skal penge til. Ofte mange penge.  
En boligopsparing i Provinsbanken giver dig de  
bedste muligheder.

Du får 4 % p.a. skattefril fra staten  
+ højeste indlånsrente pt. 8 % p.a.  
Og du kan låne fem gange opsparingen.  
Så hvorfor ikke gøre fremlidsdrøm  
til virkelighed med  
Danmarks bedste opsparingsform?



 **Provinsbanken**

OPLE- VER MAN TIT PÅ SKIB I HØJSØ	RUDE- DYRELD TITEL		✓ SES I WOLER SVENST KILDE.	BESKY- ER HA- DERN
1				
ERSTAT- NING KOP.N			VINTER- VESNER SENEST	
SVAMP				
HOMO SAPIENS		GENERAL OMGÅ- ENDE		
↓				
VIRKE		SKÆV OG		
SVE- RIGE		GANG		
BELG- BY			PA PÅ ENGELSK	4
VOKAL		MØR FUGL		
ÅB- NING			FALDE ALT BESED- RENDE	
FINDES			GAHREL KRYDDER LEVER	
UD- SKUDT				
KLARE- DE SIG		MOTIVER PASSEDE		
↓				7
SAM- TYKKE PLANTE			KØRENDE PORRETN. KORT	
↓				
STATER		LETTEDE UD- BREDT		
↓			BLOD- KAR	
LIDELSE				KLE- BUN- OH
			TOBE BIB. NAVN	
LET	TOP DYR			
DYR				HOL
POLY- GON				

YT- VÆNE		← BESKED	SOLDET FORÆT STANTFØR OPBYGN	← UROUG- HEDER TILTALE	SIDDE EFTER	LEDT GUD BLANKET	← AR- VING	OP- HÆNGTE	ERJOHN- SEN OG JACOB SEM TIT	GER- NING	NORGE	KLVEGE BRUGST. BAGNING	GENGL- NELSE IFARVE
		KØRE- TØJ		GL. FORM		LILLE TITEL	FYR TONE			VID	Ø SLEGT- NING		
	2	TRÆ	SLET			LANDER HAVNER						KEND- BOGST. SKJUL	
TEMME LIG DYR		SVIRE	VÆG	SVIVRE FORK.			KLUMRE VÆGT- FORK.			PULSER BY			BIB NAVN
		PÅLIDE- LIG		3	MODERNE VÆKST		SKÆV PATINA			SPIDS TONE		NATUR- PRODUKT ALDERS- PRÆSIDENT	
GUBBE			KILDE	AF- GRØDE						KÅD SMØL			
VO- KALER		HED			GRØNT BÅND		LAD- BINDE- ORD						GUD
		TÅBE	SILD	TIN TIDS- RUM		FLÅDE- MAL SENERE				ILD- STED GØG			ENS →
			BAG- VÆRKET SKÆNKE	ØRKEN TRIP- PENDE		5							DRIK ↓
		FORK- FORNAVN BØRNE- LIDELSE						GENNEN- TRÆK			ANTAL DYR		DYR
FORE- SKREV								REDE					KORT
		BE- TVINGER TORDEN			BLADE GARN			FARTØJ GL- FORM				LEDIG KRAFT	
AD- SPREDER HALK					SKIK			HOLDER FRED VOKALER					ARTIKEL ØRDNER
		KLUB	BLOMST CIFFER	2			MÅRKE- TIT HED SORT DIRRER				POLITIKER- NAVN DRAGT		
		Ø			POESI UHANDE- LIGE					UND- GÆT KORT			NOR- GE
		HÅSTVÆRKS- ARBEJDE FLØD			TRÆKKE TIL NAVN			HYLDER DAMP				SPIRER	
		MÅL- FORK. IDRÆT		FOR- TRYDE FORK.					MILJØER RUM	9			PLA- NET
Ø DE D			DØJT BINDE ORD	10			KARAK- TER SØMME	TRÆ- ERNE HØDES					BÆLTE SLUTTE
ÅBEN ANE					MØNT- FORK. ARVE- ENHED								GUD STED- ORD
		MOLBO BIORD		ALM.DRIV- KRAFT LEVER							ILY		RIDDER
DE		11		GIVER									
			ENS					PIGE			DRENGE- NAVN		
													FOR- NAVN
													12

# HOVEDBRUD

Løsningen på den "lette" opgave vi havde i nr. 61 var:

$$\begin{array}{r} 2 \ 3 \ 6 \\ 2 \ 3 \ 6 \\ \hline 4 \ 7 \ 2 \end{array} \qquad \begin{array}{r} 2 \ 3 \ 6 \\ 9 \ 2 \ 8 \ 0 \\ \hline 9 \ 5 \ 1 \ 6 \end{array}$$

Vinder af en  $\frac{1}{2}$  flaske gl. dansk blev:

Stephan Dahl

---

---

## OPGAVE NR. 62

Hvor mange kvadrater er der i denne figur ????

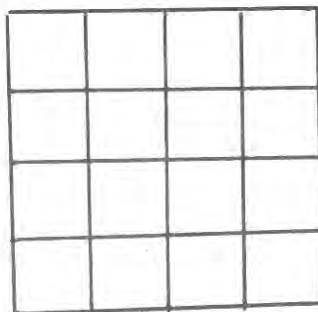
løsningen sendes til

Gitta Nielsen

Umanakvej 5

9210 Aalborg SØ

Deadline den 10. august



Har du en opgave der kunne bruges som Hovedbrudsopgave så er du velkommen til at sende den til Gitta.

# Sejlsport.

Lørdag den 29. april var vi til standerhejsning i Aalborg Sejlklub.

I.H. Aalborg har jo en afdeling derude hvor vores sejllads i mini - 12 m både bliver afviklet.

I forbindelse med standerhejsningen var der også dåb af en ledsagerbåd , som mini - 12m projektet har fået foræret af BIKUBEN.

Idrætsforeningen for Handicappede havde fået et legat af H.C. Puck, som blev brugt til endnu en sejlbåd. Begge både blev som før nævnt, døbt og søsat den 29. april og vi vil gerne rette en stor tak til Sponsorerne BIKUBEN OG H.C. PUCK for deres støtte.

GITTA

## ANDERS AND H I T ANDICAP DRÆTS TURNERING

### TIL ALLE BØRN (7-14 ÅR)

Nu nærmer den næste runde af Anders And Turneringen sig. Der startes med en indledende runde i august måned. Klubben har ikke modtaget dato og tilmelding.

Turneringen består af en række forskellige idrætsaktiviteter og lege, der er udformet sådan at alle kan deltage, uanset handicap.

Det er gratis at deltage i Anders And stævnet.

Har du lyst til at deltage så kontakt Gitta hurtigst muligt.

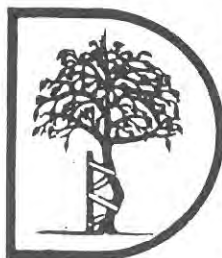


Ortopædiske hjælpemidler  
og bandager

Arm- og benproteser

Støttekorsetter og  
underlivsbælter

Ortopædisk fodtøj  
og fodindlæg



Konsultation efter aftale

*N. Ditlev*

ORTOPÆDISK BANDAGE- OG PROTESEKLINIK

Korsgade 18 - 9000 Aalborg - Tlf. (08) 12 38 44

- også afdelinger i Randers og Hjørring

## Ortopædisk bandageri og skomageri

Bandager

Underlivsbælter

Proteser

Indlæg og

Støttekorsetter

ortopædisk fodtøj

Måltagning efter forudgående aftale

Mandag til fredag, kl. 8-16

**SAHVA**

Dannebrogsgade 43, 9000 Aalborg Telefon (08) 13 24 77

# Invitation til Børneidrætslejr

For første gang afholder DHIF en idræts-lejr for handicappede børn. Der er plads til ca. 25 børn. Trænere og ledere med interesse for børneidræt kan melde sig som hjælpere.

Børn med behov herfor kan medbringe personlig hjælper.

*Hvor:* Morsøskolen, Nykøbing Mors.

*Hvornår:* 2. juli - 8. juli 1989.

*Pris:* 750,- kr. pr. deltager.

*Kursusledere:* Merete Fredslund, Søren Jul Kristensen og Ellen Ravn.

På lejren vil alle børn få mulighed for at være med til forskellige idrætsaktiviteter.

Der vil blive mulighed for at prøve:

Ridning, gymnastik, atletik, svømning, hockey, rullebrætbold - og meget andet.

Der vil også blive arrangeret en udflugt.



Vil du vide mere om denne idrætslejr så henvend dig til Gitta hurtigst muligt



# BORDTENNIS



## FM I SØNDERBORG

I. H. Aalborg havde 4 deltagere med til de individuelle forbundsmesterskaber den 22 + 23 /4 i Sønderborg, nemlig Jan, Per, Brian og Carsten.

Vi startede lørdag morgen med at krydse grænsen til Vest-tyskland for at handle ind. Brian havde "selfølgelig" ikke fået fornyet sit pas, så han måtte tilbringe en times tid i Padborg som turist. (vi må håbe at han når at få nyt pas inden han skal til EM i Wien).

Spillemæssigt gik det udmærket, idet I. H. Aalborg hentede 5 medaljer (2 af guld, en sølv og to bronzemedaljer). Brian og Carsten startede med at vinde herredoubletitlen ved i finalen at slå det nydannede par, Jan og Torben Pehrson (fra Gladsaxe) med 21 - 18 i tredje sæt, hvor især Jan overraskede med sikkert spil. I single spillede Brian sædvanligvis godt og stabilt, men tabte dog til Kai Lundsteen fra Roskilde, dette rakte dog til en semifinalplads, hvor Brian måtte se sig besejret af den regerende verdensmester og OL-sølvvinder Torben Pehrson fra Gladsaxe. Carsten spillede sig på trods af svagt og nervøst spil også igennem til semifinalen, hvor han tabte til Kai Lundsteen fra Roskilde. Jan havde åbenbart brugt alt sin energi på doublen, for i single opnåede han kun en enkelt sejr. Per som stillede op i herre B for siddende, spillede sig igennem til kvartfinalen, der tabte han dog til Bent Clausen fra Odense, der dermed satte en stopper for Pers "guld-drømme". Per vandt over sin ellers "onde Ånd" Jørn Witt fra Odense. I den åbne række havde havde man håbet på en ren Aalborg finale, men Carsten tabte på trods af ikke færre end fire matchbolde til Flemming Mortensen fra Roskilde. Brian spillede sig sikkert frem til finalen. Han vandt semifinalen ved at udradere Christian Sørensen fra Århus med 21-10 21-10. I finalen vandt han i to sæt over Jesper Christensen fra Roskilde.





# BORDTENNIS



Det blev et meget godt stævne for I. H. Aalborg, der med 5 medaljer var den næstmest vindende klub, og dermed med til at præge stævnet. Desværre var vi kun 4 afsted, vi kunne godt ha' været nogle flere.

Det var et meget godt stævne, som Sønderborg Handicap Idræt havde arrangeret. Humlehøjhallen i Sønderborg var velegnet til dette stævne.

Carsten og Brian

Det indiv. stævne i Sønderborg var det sidste stævne jeg skulle med til i denne sæson, men Carsten og Brian træner meget hårdt til EM der bliver afholdt i Wien i slutningen af juli måned. Per skal afsted til England for at deltage i et stævne i Nottingham, dette stævne er også i slutningen af juli. De skal alle tre deltage i flere stævner og træningslejere inden de tager afsted til udlandet.

Vi må håbe de opnår nogle gode resultater. Det var også meningen at jeg skulle afsted til England, men jeg kunne ikke få ferie.

Bordtennis begynder først den 4. september.

Vi håber vi kan finde en træner til den nye sæson, Rene er desværre rejst til København igen. Har du lyst eller kender du en der vil hjælpe os så er du velkommen til at kontakte mig på tlf 98 175714. Der kræves ikke den store bordtenniskendskab.

JAN

Ortopædisk fodtøj  
Indlæg  
Ortopædiske træsko  
Forhandling af Solidus sko



## Aalborgs Ortopædiske Håndskomageri

v/ K. E. Nielsen  
Niels Ebbesensgade 8 b  
9000 Aalborg . Telf. 08-13 78 21

### MIN DRØM

Min drøm,  
jeg ville ønske at,  
jeg kunne realisere  
min drøm.

Den bedste drøm

Kate

# SPORT SPORT



Der er sport i nordjylland!

 sparekassen  
**nordjylland**

NY

»Aktivitet«

Almindelig folkedans kan være for svær for mange. Der er for mange

drejninger og hop. Derfor er det så vigtigt at finde en form, hvor alle kan

udfolde sig, og det har vi i seniordansen.



## Seniordans

*Vi tror på dansen som terapi,  
på afslapning og glæden, der ligger deri.*

*Sin alder man glemmer, sin krop, der er tung,  
ved samvær i dansen, man holder sig ung.*

*Musikken og rytmen vi føler og sanser  
i Hjerte, Hjerne, Helbred, Humør, når vi danser.*

*Hilken Rosa*

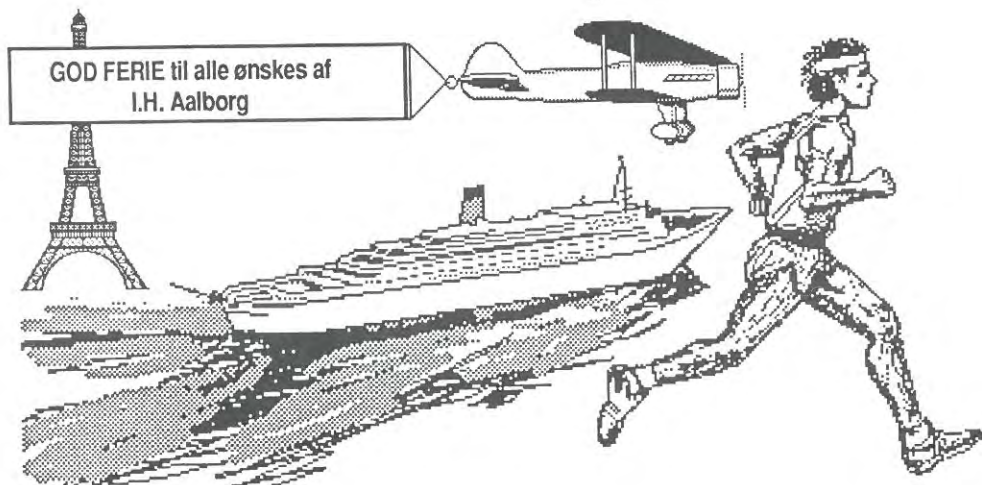
**KOM OG VÆR MED -**

**Tilpasset ældre OG handicappede**

Læs mere om SENIORDANS i det næste nummer  
Af KONDIPOSTEN.

# SIDSTE FRIST

DEADLINE TIL NR. 63 ER DEN 10. AUGUST 1989



VI STARTER IGEN I VADUM DEN 14. AUGUST 1989