

ÅRSBEREDELSE  
KØBENHAVN  
IDRÆTSFORENINGEN FOR HANDEKAPTE

# Kiendi Posten



NR. 73      AUGUST 1991      ÅRG. 13



### SVØMNING

VADUMHALLEN, man. 12.00–20.00  
Solveig Cramer, tlf 98–88 37 66

GL.LINDHOLMSKOLE, ons. 15.00–18.00  
v/Solveig Cramer, tlf 98–88 37 66

SOFIENDALSKOLEN, tors. 20.50–22.30  
Solveig Cramer, tlf 98–88 37 66

### BABYSVØMNING

HARALDSLUND, tirs. 17–19  
v/Lena Andreassen, tlf 98–18 06 94

### AFTENSKOLELEDER

Solveig Cramer, karinavej 73  
9480 Løkken, tlf 98–88 37 66

### BASKETBALL

Vadumhallen, mandag 18.00 – 20.00  
v/Hans Peter Østergård tlf. 98 14 24 65

### BADMINTON

Vadumhallen, mandag 18.00 – 20.00  
Vesterkærskole, tirsdag 18.00 – 20.00  
v/Claus Willumsen Tlf. 98 16 91 45

### BØRNEIDRÆT

Klubhuset, den 1. lørdag hver måneden  
v/Ida Nielsen tlf. 98 16 59 79

### SEJLADS

Hendv. Knud Andersen, tlf 98 12 79 37  
Træning tirsdag aften

### HOCKEY

VESTERKÆRSKOLE, tirs. 20.00–21.45  
v/Finn Bjerregård

### PRESSEMEDDELER

Carsten Mortensen, Løvenborgparken 113 A  
9400 Nørresundby, tlf. 98 17 97 74

### VOLLEYBALL

VESTERKÆRSKOLE, tors. 20.00–21.45  
v/Hans Hansen, tlf 98–28 17 18

### BOCCIA

VADUMHALLEN, man. 18–20  
VESTERKÆRSKOLE, Tors. 15–17  
v/Peter L. Jensen, tlf 98–16 34 23

### SKYDNING

VADUMHALLEN, man. 18–21  
henv. skydebanen i vadumhallen

### BORDTENNIS

Vadumhallen mandag 17.00–21.00  
v/Carsten Mortensen, tlf 98–17 97 74

### GYMNASTIK

BEVÆGELSESHÆMMEDE  
tirs. og tors. kl. 16.30 – 18.30  
PSYKISK UDVIKLINGSHÆMMEDE:  
Tirsdag kl. 18.30 – 19.30  
ANDRE, tors. 18.30–19.30  
v/Lone Søgård tlf. 98 11 42 98

### VANDGYMNASTIK

Gl.Lindholm Skole tirs kl. 14.00–15.00  
v/Solveig Cramer, tlf 98 88 37 66

### SNOOKER

Klubhuset, Skydebanevej 1  
tors. 15.00–22.00 v/John Frandsen

### SAMVÆR-BILLARD-DART-SHUFF

Klubhuset, Skydebanevej 1  
tirs. 15.30–22.00 tlf 98–16 72 82  
v/Grete Nielsen, privat tlf 98–13 89 71

### KONDIPOSTEN

Redaktør, Gitta Nielsen, Paradisvej 4  
Langholt, 9310 Vodskov, tlf 98 25 51 90  
Medarb. Jan Sørensen, 98 17 57 14

## FORMANDEN HAR ORDET...

Mandag den 12. august starter sæsonen 1991/92 her i idrætsforeningen for Handicappede.

Efter vi har haft en lang til tider meget varm sommer, trænger vi vel alle til at komme igang igen.

Sidst på foråret gik der rygter om at Vadumhallen skulle lukke, men vi har ikke hørt andet end at vi skal starte som vi plejer, så lad os det, og så glæde os over de gode facilliteter vi har der.

Enkelte steder er der ændringer i træningstidspunkterne, læs om dem inde i bladet, og forhør dig ellers hos dine udvalgsmedlemmer og træner.

Mens du læser dette blad, er Ungdomslegene i fuld gang. Vi er med, og der er deltagere til handicapsvømning fra 5 lande plus os selv. De fleste er indkvarteret i klubhuset og på skolen, såderude hersker der lov og glade dage. Kik ud hvis du får lyst.

Til slut vil jeg håbe at alle har haft en god ferie, og er klar til atter at tage fat igen, enten som idrætsudøver eller som træner/hjælper.

GOD FORNØJELSE

Gitta Nielsen  
formand

# OBS-OBS-OBS

DER ER EFTERÅRSFERIE

I UGE 42



# Få en økonomikonto

Den forbrugervenlige  
lønkonto



**DEN DANSKE BANK**

## Ortopædisk bandageri og skomageri

Bandager

Proteser

Støttekorsetter

Brystproteser

Sport\_Bandager

Underlivsbælter

Indlæg og

ortopædisk fodtøj

Måltagning efter forudgående aftale

Mandag-torsdag kl. 8-16

fredag kl. 8-15

### Sahva

Dannebrogsgade 43

9000 Aalborg

Telefon 98 13 24 77

### Sahva

Niels Ebbesensgade 8 a

9000 Aalborg

Telefon 98 13 78 21

## BILLARD / SNOOKER

Jeg vil som ny i ikke bare billardudvalget - men også som ny i I.H. Aalborg i det hele taget - sige lidt om det at være med begge steder. Men mest om det sidste.

Jeg kom en efterårsdag over for at se et PR-stævne og så tilfældigvis, at der var et billardbord.

Ikke længe efter skulle Connie, som jeg bor sammen med, til møde her, og jeg måtte da godt komme med over og spille lidt billard imens.

Her mødte jeg så John, der straks tog mig under kyndig hånd og fortalte, hvordan lige netop den og den ball skulle spilles.

Jeg hørte ved samme lejlighed lidt om, at der var en billardturnering og lidt om, hvad den gik ud på, samt at man var igang med at starte snooker-spillet op. Specielt det sidste vakte min interesse.

Efter min indmeldelse blev jeg deltager i turneringen og mødte på den måde hurtigt mange af de andre deltagere. På den måde er turneringen god ikke bare fordi det er sjovt at spille kamp - men også fordi man på den måde er sikker på at lære de andre at kende, hvilket jeg da også gør idag. &

Udover klubbens turnering er det kun godt, at vi, der spiller snooker, har mulighed for at komme med til større turneringer som den vi deltager i for øjeblikket, og jeg kan kun anbefale andre at begynde at spille billard generelt og specielt snooker.

Med hensyn til billardudvalget er dette det første, jeg mærker til det, siden jeg accepterede at være med, så det er lidt svært at sige noget endnu.



ÅBNE SVENSKESKABER 19-21 april 1991.

Atter i år delto U-landsholdet i de svenske mesterskaber, som blev afholdt i Hanninge udenfor Stockholm.

Der deltog 9 svømmere fra hele Danmark, hvoraf Tina Jensen og Jan Laursen er fra IHA. Solveig var leder og undertegnede træner.

Det blev en behagelig rejse, idet vi denne gang fløj derop. Ved ankomsten til Arlander lufthavn nord for Stockholm, ville vi blive hentet af en bus og kørt til Hanninge ca. 1½ times kørsel mod syd, men der var sket en kommunikationsfejl arrangørerne imellem, så selvom Solveig brugte al sin charme, var vi først fremme 5 min. før stævnet startede.

Med lidt forhindringer på forskellige måder, fik svømmerne alligevel en god start og gjorde et virkeligt fint arbejde. Det blev til flere personlige rekorder.

Tine fik 3 sølv- og 2 broncemedaljer, og Jan var med til at svømme guld hjem til Danmark i 3 x loom. fri. Der blev udsat en pokal til den svømmer, der havde vist godt kammeratskab samt havde opnået nye personlige tider, og den blev under jubel givet til Jan Laursen.

Det var et ualmindeligt godt tilrettelagt stævne. Alt fungerede til mindste detalje. Alle var hjælpsomme og venlige, så det var et arrangement, der vil blive husket med glæde.

Vi boede på et meget skønt hotel, og det er nu engang mere afslappende og behagelig end på gymnastiksalegulve i soveposer. Svømmerne er mere udhvilede og kan bedre koncentrere sig, og det er nødvendigt, for at kunne gøre sig gældende i et internationalt stævne.

Da Solveig var leder, var det også hendes opgave, at sørge for, at vi kom op til tiden om morgenen, men før tiden, kl.5 i stedet for kl.7, det var nu at tage opgaven for bogstavelig.

fortsættes

Alt var som sagt velorganiseret. Tidspunkter blev overholdt. Bus til og fra hotel/svømmehal. Discoaften og mad som de unge kunne lide. Men desværre så vi ikke andet af Stockholm end fra bussen, der kørte os til og fra lufthavnen.

Så jeg vil ikke kunne sige, at jeg har besøgt Sveriges hovedstad.

Inge-Lise.

## TURIST - KØRSEL IND- OG UDLAND

Vores vognpark består af moderne turistbusser i størrelser fra 12-50 personer, velegnede til langture.

12 af busserne er specialbyggede med lift til kørestole og er indrettet handicapvenligt.

Ring for uforbindende tilbud i ind- og udland.

*Brdr. Davidsons*

**RUTE & TURISTSERVICE**

Nørholmsvej 164, 9400 Aalborg

Telefon 98 34 19 00

## VIDSTE DE AT ORKIDEEN:

- \* er beliggende ideelt ved AUC og Aalborg Stiftstidende
- \* er beliggende ved offentlige transportmidler
- \* er handicapvenlig
- \* har alt i konference-udstyr
- \* kan dække op til 20-200 kuverter
- \* kan afholde receptioner op til 300 personer
- \* kan levere op til 2000 kuverter ud af huset
- \* er både et spændende spisested og diner transportable

ORKIDEEN HAR SIMPELTHEN DET HELE!

## ORKIDEEN

Selskabslokaler og diner transportable

Ølgodvej 1, 9220 Aalborg Øst

Telefon 98 15 89 68

Privat 98 14 12 31



Fod på fremtiden

Uanset hvilke  
fremtidsmaal, du har  
sat dig, har du en god  
makker i din lokale bank.

Vi gi'r raad og vejledning, sa du  
altid ved, hvor du staar, og  
hvordan du kommer videre.

 Nørresundby Bank

· den lokale bank



# HANDICAP IDRÆT



TEMA NUMMER

Det er sjovt at dyrke

# HANDICAP IDRÆT



*Idrætsforeningen for handicappede  
i Aalborg*

BESØG I. H. AALBORG'S TOMBOLA I ZOO  
OG SE DE FLOTTE GEVINSTER DER  
BLIVER UDLODDET  
GEVINSTERNE HAR VI HAFT FORNØJELSEN  
AT LEVERE



HÅNDVÆRKERVEJ 38 A. 9320 HJALLERUP  
TELEFON 98 28 22 77 . TELEFAX 98 28 20 78

**SPORT SPORT**



Der er sport i nordjylland!

 sparekassen  
**nordjylland**

## GYMNASTIKNYT.

"Alle skal jo spare", og det har altså også ramt gymnastikken i foreningen, så jeg kan ikke helt holde, hvad jeg lovede før sommerferien m.h.t. timer og tidspunkter. Som medlem af Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg kan du deltage på ét af nedenstående gymnastikhold, hvad enten du har prøvet det før eller ej!

Til nye interesserede skal jeg slå fast, at alle kan deltage og få noget ud af det. Vi laver bevægelsesgymnastik fortrinsvis til musik, med eller uden redskaber (bolde, tove, ærteposer, stokke etc.), samt afspænding. Vi hygger os sammen, griner og pjatter, og får samtidig sved på panden.

Holdene er blandede m.h.t. køn, aldre og handicaps, og jeg forsøger at gøre gymnastikken og specielt musikken afvekslende, så der er noget for enhver smag. Følgende opdeling af deltagerne på holdene er vejledende, for at I får mest ud af at deltage:

### **TIRSDAG KL. 16.30:**

På dette hold laves gymnastikken mest siddende på stole, så dette hold er fortrinsvis for kørestolsbrugere, gangbesværede etc. Men tro endelig ikke, at man ikke bliver rørt godt, og at man ikke kan få sved på panden på dette hold!

### **TIRSDAG KL. 17.30:**

På dette hold laves gymnastikken mest stående, gående og liggende på gulvet på måtter. Holdet henvender sig altså primært til medlemmer, der kan klare dette.

### **TIRSDAG KL. 18.30:**

"Her går vi til den". Man kan have mindre handicaps, eller man kan være ikke-handicappet deltager.

Jeg håber og glæder mig til at se alle I "gamle kendinge", samt mange nye ansigter til gymnastikken i kommende sæson, som starter

## **Tirsdag d. 13. august**

i klubhuset på Skydebanevej.

M.h.t. evt. kørsel, skal det aftales med Gitta Nielsen.

*Med gymnastikhilsen fra Lone Søgaard.*

### **SNOOKER - BILLARD**

- Billard udvalget invitere også de helt unge til at deltage. Der er dog en minimumsalder på 12 år, der må kun spilles når der er en voksen leder tilstede. Har du lyst til at deltage, så mød op tirsdage fra 14.00 til 17.30.

Billard udvalget.

### **SKITUR 1992**

Planlægningen til næste års store oplevelse er i fuld gang. Der bliver selvfølgelig en skitur i 1992. Vi skal også denne gang til Idre Fjäll og det bliver i uge 5. Næste Kondiposten vil have mere information om turen.



## KONKURRENCESVØMNING.

### Træningstidspunkter 91/92

Vadum fysisk handicappede	:	16 <sup>30</sup> -1800
Vadum psykisk handicappede	:	1800-1930
Gl. Lindholm	:	1600-1730
Sofiendal	:	20 <sup>50</sup> -2200

### Regionsstævner 91/92

Durup	:	uge 40
Odder	:	uge 47
Vadum	:	uge 5
Randers	:	uge 11 (regionsmesterskab)
Århus	:	uge 18 (forbundsmesterskab)

De konkurrencesvømmere, der skal deltage i svømmestævner i sæsonen 91/92 skal betale 170 kr til mig senest mandag d.2.september.

Dette beløb fremkommer på fgl. måde:

Licens	:		=	50 kr
Kørsel til 4 stævner	:	30x4	=	120 kr
Klubben betaler startgebyret	:			

Vi har af praktiske årsager besluttet at opkræve hele beløbet på en gang.

Landsholdssvømmernes egenbetaling til træningslejre vil være 100kr.

Efterlysning: Flere fysisk handicappede til konkurrencesvømning i Vadum!

HUSK: 170 kr til Solveig senest d.2/9-91



# SVØMNING



Praktiske oplysninger:

Tid ; Mandag kl. 12<sup>00</sup>-20<sup>00</sup>  
Sted : Vadumhallen  
Kontakt p.: Solveig Cramer tlf. 98 883766

Tid : Onsdag  
Vandgymnastik kl. 14<sup>00</sup>-15<sup>00</sup>  
Svømning kl. 15<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>  
Sted : Gl. Lindholm Skole  
Kontakt p.: Solveig Cramer tlf. 98 883766

Tid : Torsdag kl. 20<sup>50</sup>-22<sup>30</sup>  
Sted : Sofiendalsskolen  
Kontakt p.: Solveig Cramer

Tid : Tirsdag - Babysvømning kl. 17<sup>00</sup>-19<sup>00</sup>  
Sted : Haraldslund  
Kontakt p.: Lena Andreassen tlf. 98 180694

HUSK : GÅ ALDRIG I VANDET, hvis livred-  
deren ikke er til stede.

Om mandagen kl. 16<sup>00</sup>-16<sup>30</sup> er bassinet forbeholdt Aalborgskolens elever samt personale, derfor skal dette tidspunkt overholdes.

Vi mærker også sparekniven, så bl.a. derfor vil det være en god hjælp, at personale/pædagoger fra de forskellige boenheder går i vandet med deres beboere.

## NORDISKE MESTERSKABER i Sola, Norge.

Den 23 - 26 maj 1991 afholdtes der Nordiske Mesterskaber i Sola ved Stavanger for fysisk- og psykisk handicappede.

Også dette stævne var et af de store, veltilrettelagte arrangementer, med masser af frivillige hjælpere og sponsorer, der gjorde det muligt for os, at få en god oplevelse ud af turen.

Fra IHA deltog Thomas Christensen, Kasper Hansen, Tina Jensen og Jan Laursen.

Det blev en lang rejse derop, først med tog til Hirtshals, derefter færge til Kristianssand og videre med bus til Sola, men det var intet mod Københavnerne, der startede tidlig om morgenen.

Busturen gennem det sydlige Norge, var en meget afslappet og køn tur, hvor der blev fortalt historier og spil let kort.

Vi blev installeret på lufthavnshotellet, hvor vi også indtog flere måltider, samt deltog i en festaften med taler og gaveuddeling.

Svømmehallen var typisk norsk med træ overalt, selv springtårnet, dog var bunden af bassinet af rustfrit stål.

Der var stemning og jubel i hallen over alle de fine resultater svømmerne erobrede. Især er Sverige og Island meget stærke, men trods det fik Tina og Jan hver en bronzemedalje og vores svømmer var med til at tage sølv og bronze i holdcap.

Der var tilrettelagt en bustur rundt i omegnen af Stavanger, og det var tydelig at se, at folk levede godt af oliefundet ud for kysten.

Vi var alle trøtte af indtryk og gode oplevelser, da vi drog hjemad, og det blev vist til meget lidt søvn på færgen, men ingen sure miner selvom mange af os skulle i skole eller på arbejde.

Det er en dejlig ungdom at have med på ture. Jeg glæder mig til fortsat, at deltage sammen med A og U-landsholdene.

Inge-Lise.

## UDVALGSLISTE 1990/1991

### BADMINTON

Claus Willumsen..... 98169145

### BASKETBALL

Hans Peter Østergård, Grønlands Torv 3 10th, 9210 Aalborg SØ..... 98142465

Jens Fruergård, Dannegården 71, 9230 Svenstrup J..... 98380776

Stephan Dahl, Uttrupvej 4, 9400 Nørresundby..... 98190680

### BILLARD

John Frandsen, Ravnkildevej 14 st tv, 9220 Aalborg Ø..... 98155575

Per Blach Andersen, Stammen 18.....

Svend Aage Nielsen, Gl. Vråvej 27, 9382 Tylstrup..... 98262531

### BOCCIA

Hans Jensen, Viktoriagade 30, 9400 Nørresundby..... 98176237

Peter Leo Jensen, Langelandsgade 30, 9000 Aalborg..... 98163423

Marianne Jensen, Viktoriagade 30, 9400 Nørresundby..... 98176237

### BORDTENNIS

Carsten Mortensen, Løvenborgparken 113 A, 9400 Nørresundby..... 98179774

Mogens Christensen, Dr.Tværgade 13 A, 9400 Nørresundby..... 98170141

Jan Sørensen, Lindholmsvej 41, 9400 Nørresundby..... 98175714

### HOCKEY

Finn Bjerregaard, Sofiendalvej 76, 9000 Aalborg..... 98187330

### VOLLEYBALL

Hans Hansen, Ingridsvvej 3, 9320 Hjallerup..... 98281718

Ole Kristiansen, Hestebakken 27, 9240 Nibe..... 98352491

Karsten Sørensen, Paradisvej 4, Langholt, 9310 Vodskov..... 98255190

### SEJLADS

Knud Andersen, Keyerødsgade 5, 9000 Aalborg..... 98127937

### SKYDNING

Helmund Andersen, Bjørnsonsparken 54, 9380 Vestbjerg..... 98261518

Søren Sørensen, Vejlen 53, 9430 Vadum..... 98271470

### SVØMNING

Solveig Cramer, Karinavej 73, 9480 Løkken..... 98246101

Ida Nielsen, Mølleparkvej 49, 9000 Aalborg..... 98165979

Ingelise Andersen, Møgelbjergvej 30, 9310 Vodskov..... 98293887

Connie T. Schmidt, Herluf Trolles Gade 7, 9000 Aalborg..... 98109209

## **LEHMANN NIELSEN a/s**

INVENTAR-, BYGNINGS- & MASKINSNEDKERI

HERLUF TROLLESGADE 7 . 9000 AALBORG . TELEFON (08) 13 04 37

GIROKONTO 4 01 05 58

# **SIDSTE FRIST**

DEADLINE TIL NR. 74 ER DEN 10. SEPTEMBER 1991

### **BESTYRELSEN**

Formand:	Gitta Nielsen, Paradisvej 4, Langholt, 9310 Vodskov.....	98255190
Næstform.:	Sven Sørensen, Under Lien 59, 9000 Aalborg.....	98182021
Kassere:	Karl Johan Nielsen, Anne Mariesvej 17, 9320 Hjaller.....	98281631
Best.medl:	Jan Sørensen, Lindholmsvej 41, 9400 Nørresundby.....	98175714
-	Svend Åge Nielsen, Gammel Vråvej 27, 9382 Tylstrup...	98262531
-	Hans Hansen, Ingridsvej 3, 9320 Hjallerup.....	98281718
-	John Christensen, Diskosvej 162, 9210 Aalborg SØ.....	