



# KONDI POSTEN





*Høndiposten*

*KONDIPOSTEN*

*Høndiposten*

*KONDI  
POSTEN*

*HØNDIPOSTEN*

*Høndiposten*

# ↓ **KONDIPOSTEN** ↓

Desværre har 1/3 af redaktionen, nemlig Inger K. Ekmann "knækket" sin pen, og det er ikke lykkes at få denne spidset igen, hvorfor fratrædelse er sket med udgangen af 1977.

Tak Inger for et godt stykke arbejde.

Vi har til dette krævende job fundet en ny "trediedel", som er i besiddelse af en nyspidset pen, nemlig Maja Holdensgaard..

Maja's adresse og tlf. nr. ses på bagsiden.



## tak

Inger K. Ekmann



## VELKOMMEN

Maja Holdensgaard

SIDSTE FRIST for indlevering af stof: 6/3 1978.

Da jeg tiltrådte var der ved indleveringsfristens udløb kun fremkommet lidt at arbejde med.

SE SÅ AT KOMME UD AF STARHULLERNE I ORDENTLIG TID !!!!

Maja

FORSIDEFOTO viser 73-årige Alma Kjær og hendes 71-årige søster Olga Georgsen, der begge er aktive medlemmer i IH Aalborg, Alma i svømmehallen og Olga ved Boccia-spillet. Også i den alder kan man have fornøjelse af idræt læs selv inde i bladet.

FOTO: Erling Olsen.

Næste nummer af KONDIPOSTEN udkommer ca. 1/4 1978.

Meddelse til aktive og passive medlemmer:

Forbundsbladet udleveres på aktivitetsstederne i Vadumhallen og Sofiendalskolen samt hos Formanden, Liselund 6, Aalborg.

Harry



Hurrrraah.....

Der vil fremover blive serveret kaffe hver mandag i Slyngelstuen i Vadumhallen. Serveringstidspunktet vil blive rykket frem til kl. 19.30.

Harry



Der følger altid en hyggesnak med et besøg i banken!



Nørresundby Bank



Indkaldelse til  
ORDINÆR GENERALFORSAMLING

tirsdag den 4. april 1978 kl. 19.00 præcis i  
LEJBJERGCENTRET, Sonjavej 2, Aalborg

med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Bestyrelsens beretning for det forløb-  
ne år.
3. Forelæggelse af regnskab.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Valg af formand  
Nuværende formand Harry Henriksen er  
villig til at modtage genvalg.
6. Valg af to bestyrelsesmedlemmer. På  
valg er: Sven Sørensen  
Einar Hamann  
der begge er villige til at modtage gen-  
valg.
7. Valg af to suppleanter, nuværende:  
Inger K. Ekmann  
Frode Laustsen
8. Valg af to revisorer, nuværende:  
Marie Roed  
Elna Hansen  
valg af revisorsuppleant, nuværende:  
Karl Christiansen
9. Eventuelt.

Forslag til generalforsamlingen skal  
være formanden i hænde senest 8 dage før gene-  
ralforsamlingen.

Opmærksomheden henledes på foreningens vedtægter  
§5, sidste afsnit:

Stemmeret har alle medlemmer. En forudsætning  
for stemmeafgivning er, at pågældende ikke er  
i restance med kontingentet. Stemmeret kan  
kun udøves ved personligt fremmøde.

Foreningen er vært ved en kop kaffe efter general-  
forsamlingen. Vedr. kørsel - ring 13 21 57.

Bestyrelsen

# FINALER

I AALBORG \_\_\_\_\_

Så kalder DHIF til Forbundsmesterskaber i Aalborg den 4. og 5. marts. Vi håber at se så mange som muligt for at være med til at heppe vore egne deltagere op til dåd, og vi håber på en god og spændende afslutning med godt kammeratligt samvær.

Stævnets foreløbige program:

Lørdag kl. 13 Stævnet åbnes  
Derefter starter konkurrencerne i Boccia og Bordtennis, der ventes afsluttet kl. ca. 17  
kl. 14 Riffelskydning  
kl. 19 Festaften i Vadumhallen (entré kr. 35,-)

Idrætsforeningens medlemmer er velkomne til at deltage sammen med vore udenbys gæster. Der serveres en lækker platte, og der er dans til festlig musik. Tilmelding tlf 13 21 57 senest 27/2.

Søndag kl. 9 Volleyball  
kl. 10 Riffelskydning  
kl. 12.30 Bueskydning  
Konkurrencerne ventes afsluttet kl. 16.00

Tilmelding til riffelskydning sker ved skydebanen hos Egon Andersen ved ankomsten. Pris kr. 6,-.

For medlemmer, der ikke selv kan klare transporten, arrangerer foreningen kørsel til og fra Vadumhallen på foreningens regning, hvorimod man selv må klare transporten til festen lørdag aften. Foreningen vil gerne hjælpe til med arrangement af samlet kørsel til festen. Tilmelding til al kørsel senest fredag middag.

Harry



## SVØMNING.

KREDSSTÆVNET (Nørrevangsskolen) den 13-11-1977.

2 løb:	<u>25 m Bryst.</u>		
	Niels Jørgen Jensen	0.44.7	(2)
	Flemming Jensen	0.49.4	(3)
3 løb:	<u>25 m Ryg.</u>		
	Søren Pedersen	0.41.5	(1)
	Michael Xippers	0.44.8	(2)
	Egon Christensen	0.47.3	(3)
	Chr. Christensen	1.08.4	(4)
4 løb:	<u>25 m Bryst.</u>		
	Egon Poulsen	0.42.4	(1)
	Thomas Morrild	0.43.9	(2)
5 løb:	<u>25 m Ryg.</u>		
	Jens Chr. Thorn	0.50.1	(2)
6 løb:	<u>25 m Ryg.</u>		
	Flimming Jensen	0.44.1	(2)
	Torben Andersen	0.45.3	(3)
9 løb:	<u>Kl. A 50 m Bryst.</u>		
	Brian Poulsen	(disk)	1.24.7
14 løb:	<u>Kl. B 25 m Fri.</u>		
	Mogens Christensen	0.32.9	(3)
17 løb:	<u>Kl. C 25 m Bryst.</u>		
	Jesper Christensen	0.35.0	(2)
	Connie Smith	0.40.6	(4)
18 løb:	<u>Kl. B 50 m Ryg.</u>		
	Mogens Christensen	1.01.1	(3)
19 løb:	<u>Kl. A 100 m Fri.</u>		
	Else Rasmussen	1.26.8	(1)
20 løb:	<u>Kl. C 25 m Ryg.</u>		
	Jesper Christensen	0.33.1	(2)
	Connie Smith	1.05.0	(5)

21 løb:	<u>Kl. C 100 m Fri.</u> Jesper Christensen Mogens Christensen	2.26.6 (3) 3.03.2 (4)
23 løb:	<u>Kl. A 50 m Fri.</u> Brian Poulsen	1.22.8 (2)
24 løb:	<u>Kl. A 50 m Ryg.</u> Else Rasmussen	0.45..5 (1)
26 løb:	<u>Kl. A 3 x 50 m Medley.</u> Else Rasmussen	3.02.3 (1)

Henning

**Køb og bær beviset! Køb stofmærket, pris 3 kroner HOS SVØMMELÆRERNE**



Alle stofmærkerne koster 3 kroner pr. stk.

Metal-svømmeknappen  
Pris 4 kroner



BOCCIA

Randers 12. og 13. november 1977

Det var 14 forventningsfulde spillere, der drog af sted mod Randers for at dyste videre med håb om fine placeringer for IH' s fire deltagende hold.

Det gik imidlertid ikke helt efter beregningerne, idet Aalborg 1 ikke kom med i slutrunden ved Forbundsmesterskaberne i Vadumhallen den 4. og 5. marts 1978.

Derimod kom Aalborg 2 og Aalborg 4 med. Det var skuffende for os, idet 1. holdet blev forbundsmestre i 1977 og vi havde alle håbet på, at de kunne gentage triumfen. Nu ser det imidlertid godt ud for 2. holdet, der blev 3. ved forbundsmesterskaberne i 1977 og kredsvindere. Med en hjemmebane i Vadumhallen i marts må en god placering være indenfor rækkevidde.

Hemmeligheden ved 2. holdets gode placeringer ligger nok i, at de er flittigst til at træne, mener Chr. Pedersen.

Aalborg 1 består af Gunhild, Emil og Alf  
Aalborg 2 består af Peter Leo, Sv. Aa. Bruun og Chr. Pedersen  
Aalborg 3 består af Sv. Aa. Larsen, Olga og Jens  
Aalborg 4 består af Hasse, Ruth og Maja.

Der har været en del udskiftninger i 3. og 4. holdene, som har bevirket et noget svingende resultat. Gode placeringer kræver god træningsindsats og et godt sammenhold.

Vi stiller store forventninger til Boccia-stævnet i Herning den 14. og 15. januar 1978, hvor der konkurreres individuelt, siddende eller stående. Her deltager Hasse, Emil, Alf Sv. Aa. Larsen, Jens og Peter Leo.



Chr. Pedersen



## Provinsbanken har pengene til jeres planer

Vi aftaler, at du får din løn overført til os og at du hver måned sætter et beløb til side. Derefter får du en skriftlig garanti for, at du allerede efter 3 måneder kan låne penge af os. Samtidig giver vi dig garanti for, at du allerede efter et år kan låne igen. En frisk start på fremtiden.



- flere penge  
mens du er ung

**PROVINSBANKEN**  
til at tale med



## BOCCIA - klubturnering

Alle, der gerne vil være med i IH's klubturnering, enten stående eller siddende spillere, skal tilmelde sig turneringen senest den 15/2 1978 til

Boccia-udvalget

Dorthe	:	2 første pladser.
Mogens	:	1 anden plads + 2 tredje pladser.
Poul	:	1 anden plads.
Thomas	:	1 anden plads + 1 tredje plads.
Kirsten	:	2 anden pladser.
Anne	:	1 fjerde plads.
Connie	:	1 anden plads + 1 tredje plads.
Else Marie	:	1 anden plads.
Lis	:	1 anden plads.
Egon	:	1 anden plads.

Mellem disse svømmere skal vi finde deltagere til finalen i København i april.

Grethe.

lidt flere lyse smil  
lidt mindre bitterhed  
lidt færre spark til den  
som helt blev slået ned

lidt mere vi  
lidt mindre jeg  
lidt mere ja  
lidt mindre nej

lidt flere blomsterkranse på livets lange sti,  
lidt færre på vor grav når striden er forbi.

- engelsk digt -



# STÆVNE

I HERNING

Lørdag den 14. januar 1978 kl. 10<sup>00</sup> startede 27 deltagere til svømning og boccia i Herning. Boccia skulle være først, og vi havde 6 deltagere. Hvis de ikke vidste at bælderne var at de er flittigst til at træne, mener Chr. Pedersen.

Aalborg 1 består af Gunhild, Emil og Alf

Aalborg 2 består af Peter Leo, Sv. Aa. Bruun og Chr. Pedersen

Aalborg 3 består af Sv. Aa. Larsen, Olga og Jens

Aalborg 4 består af Hasse, Ruth og Maja.

Der har været en del udskiftninger i 3. og 4. holdene, som har bevirket et noget svingende resultat. Gode placeringer kræver god træningsindsats og et godt sammenhold.

Vi stiller store forventninger til Boccia-stævnet i Herning den 14. og 15. januar 1978, hvor der konkurreres individuelt, siddende eller stående. Her deltager Hasse, Emil, Alf Sv. Aa. Larsen, Jens og Peter Leo. Vi har set på resultaterne mange fine placeringer. Efter præmieoverrækkelse, en kop kaffe og en sidste snak over bordet, vendte de trætte men glade deltagere hjem (Lis nåede heldigvis hjem til cowboyfilm).

Resultater: Boccia stående

Nr. 1 :	John	Randers
Nr. 2 :	Hasse	Aalborg
Nr. 3 :	Anton	Randers

Desuden fik Aalborg Jens mellem de 5 der går til finalen i København.

Boccia siddende

Nr. 1 :	Lis	Aarhus
Nr. 2 :	Johanne	Randers
Nr. 3 :	Jørn	Aarhus



Resultater : Svømning.

Flemming	: 2 første pladser.
Torben	: 1 første plads.
Else	: 3 første pladser.
Jesper	: 2 første pladser + 1 anden plads.
Dorthe	: 2 første pladser.
Mogens	: 1 anden plads + 2 tredje pladser.
Poul	: 1 anden plads.
Thomas	: 1 anden plads + 1 tredje plads.
Kirsten	: 2 anden pladser.
Anne	: 1 fjerde plads.
Connie	: 1 anden plads + 1 tredje plads.
Else Marie	: 1 anden plads.
Lis	: 1 anden plads.
Egon	: 1 anden plads.

Mellem disse svømmere skal vi finde deltagere til finalen i København i april.

Grethe.

## Bruger De ORTOPÆDISK FODTØJ



### AALBORGS ORTOPÆDISKE HAANDSKOMAGERI

v/ Knud Erik Nielsen  
Danmarksgade 10 . 9000 Aalborg  
Telefon (08) 13 78 21

# OPSKRIFTEN

på god  
familieøkonomi.

---

*Brug følgende ingredienser:*

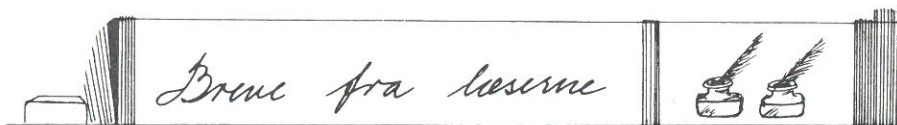
- ☆ Lønkonto.
- ☆ Budgetkonto.
- ☆ Børneopsparingskonto.
- ☆ Spar-op-lån.
- ☆ Kapital-pension.
- ☆ Sagkyndig bistand ved køb og salg af fast ejendom m.m.

---

Bland ingredienserne i det forhold, som passer bedst til Deres personlige smag og livsstil.

Velkomme - og velkommen i Sparekassen.

sparerkassen  
**nordjylland**



Her kunne dit indlæg have stået; der er plads nok og der er vel også noget at skrive til KONDIPOSTEN om - et emne at debattere - eller noget glædeligt at berette - eller ?

Redaktionen.



SMART

- men den går ikke .....



Det er kun godt at blive kopieret, når der er tale om noget godt. MEN vi må gøre opmærksom på at de symboler, som pryder vort blad, både på forsiden og inde i bladet ikke må anvendes af andre, end KONDIPOSTEN.

Grunden er den, at symbolerne "ejes" af det firma, som sælger de flotte checks med foto og 4-farvede landskabsmotiver.

Det eneste motiv, som må benyttes er det med kørestolen.

Anny

## En hund efter god kondi



han har også  
konto i  
Handelsbanken

**HANDELSBANKEN**  
alltid med + billedet



# tillykke!



IH's medlemmer ønsker Harry og Grethe Henriksen TILLYKKE med sølvbryllupsdagen den 31/1-1978.

## Alma og Olga - de to ældste medlemmer i IH fortæller:

"Vi er begge meget glade for at være med i IH. Vi synes, at mange flere, også ældre skulle komme ud af busken og være med i IH."

Alma var med fra klubbens start. Olga derimod havde det, som så mange andre, indtil de har prøvet at være med.

"Det kan jeg da ikke. Jeg er for gammel". "Alma tirrede mig så meget, at jeg til sidst gik med - bare for husfredens skyld." Det viste sig at være ALLETIDERS - også for Olga. Begge hentes af Clausens busser og medens Alma boltrer sig i svømmebassin'et spiller Olga Boccia nede i hallen. Olga har svømmet tidligere, men måtte holde pause på grund skinnebenssår. "Men boccia bliver jeg ved med, så længe jeg kan tygge mælkegrød," siger Olga. "Efter at være flyttet fra det ene hold til det andet er jeg nu blevet spillet så godt sammen med Sv. Aa. Larsen og Jens Jensen, at vi har opnået fine placeringer. Vi træner også meget flittigt, både på Sofiendalskolen om torsdagen og i Vadumhallen om mandagen. Vi går desuden begge til gymnastik i Lejbjergcentret."

"Vi har begge været med på mange ture med IH, hvor vi nyder det gode kammeratskab og de gode fester. Der er ingen klikker, og vi tager iøvrigt afslappet på vore krav til levestandard, uden at vi dog behøver at "suge på lappen". Vi vil hellere med på nogle gode ture, end investere i "døde" ting."

Alma fortæller, at hun i en alder af 69 år tog bronzemedalje i svømning. Begge udtrykker en tak fordi IH blev oprettet og til den indsats, der gøres af Grethe og Harry og den øvrige bestyrelse. "Desuden er vi meget glade for den venlighed og hjælpsomhed, som Clausens chauffører udviser, når de henter og bringer os til aktiviteterne," slutter de friske damer.

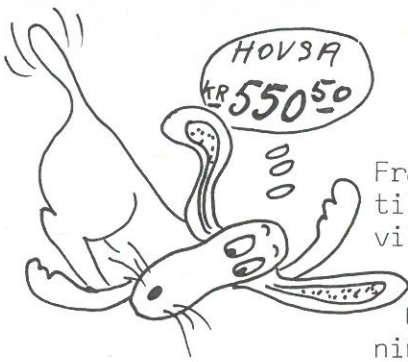


**NORDJYDSK MEJERISELSKAB**

9100 AALBORG

GUGVEJ 122

TLF. (08) 123088



## BLADFONDEN

Fra V.P., der var med sin kone til juleafslutning og synes, han ville give en skilling til foreningsarbejdet. kr. 10,-.

Onkel takker for juleafslutningen og giver Kondiposten kr. 50,-

Tut og Grethe takker alle, der købte Vanføres Julehefte, og giver fortjenesten ved salget kr. 110,- til Kondiposten.

M. & K. Randorff Fodklinikken:

Med tak for jeres udmærkede blad, som vi modtager (ovenikøbet gratis) sender vi 10 kr. til Bladfonden.

Der er oprettet en girokonto nr. **2 32 58 96** hvor alle kan foretage direkte indbetalinger på Bladfondens konto, såvel anonymt som med opgivelse af afsender og motivering.

IH's julebod i Vestergade "City Nord" Nørresundby gav et overskud på kr. 370,50 ved salg af æbleskiver og gløgg. Kurt, Erling, Maja, Laila og Tut skiftedes til at give et nap med ved salget.

TAK for de mange bidrag til BLADFONDEN.



### F E R I E P L A N 1978

Påskeferie:

Fra den 21/3 til den 28/3.

Kr. Himmelfartsdag:

Den 4/5 lukket.

Pinseferie:

Den 15/5 lukket.

Sommerferie:

Den 1/7.

Sæsonen starter den første mandag i august 1978.

HER ER VI:.....



.....

---

SVØMNING	VADUMHALLEN psykisk hæmmede	mandag	15-20 20-21.30
	GL.LINDHOLM SKOLE psykisk hæmmede børn	onsdag	14.45- 16.45
	SOFIENDALSKOLEN spørg efter eller	torsdag	21-22 KARIN HØJBJERG HENNING PEDERSEN
VOLLEYBALL	SOFIENDALSKOLEN SØNDERBROSKOLEN spørg efter	torsdag lørdag	19.30-21 10-13 FRITS KJELDS
BOCCIA	VADUMHALLEN SOFIENDALSKOLEN spørg efter	mandag torsdag	18-20 18-19.30 GRETHE HENRIKSEN
RIFFELSKYDNING	VADUMHALLEN spørg efter	mandag	19-21 EGON ANDERSEN
BUESKYDNING	VADUMHALLEN SØNDERBROSKOLEN spørg efter eller	mandag lørdag	18-20 14-? JØRGEN IB ERLING OLSEN
BORDTENNIS	VADUMHALLEN SOFIENDALSKOLEN spørg efter	mandag torsdag	19-21 17-21 FORMANDEN
BADMINTON	SØNDERBROSKOLEN spørg efter	lørdag	10-14 ANNY OLSEN

---

UDGIVER: Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg  
v/formand HARRY HENRIKSEN, Liselund 6, 9000 Aalborg.  
tlf. 13 21 57

KASSERER: EGON CHRISTENSEN, Kaalunds Vej 19, 9000  
Aalborg. tlf. 13 01 49

REDAKTION: ANNY og ERLING OLSEN, Voerbjergvej 18, 9400  
Nørresundby. tlf. 17 78 61 og MAJA HOLDENSGAARD, Uma-  
nakvej 17 2, 9210 Aalborg SØ. tlf. 14 52 01