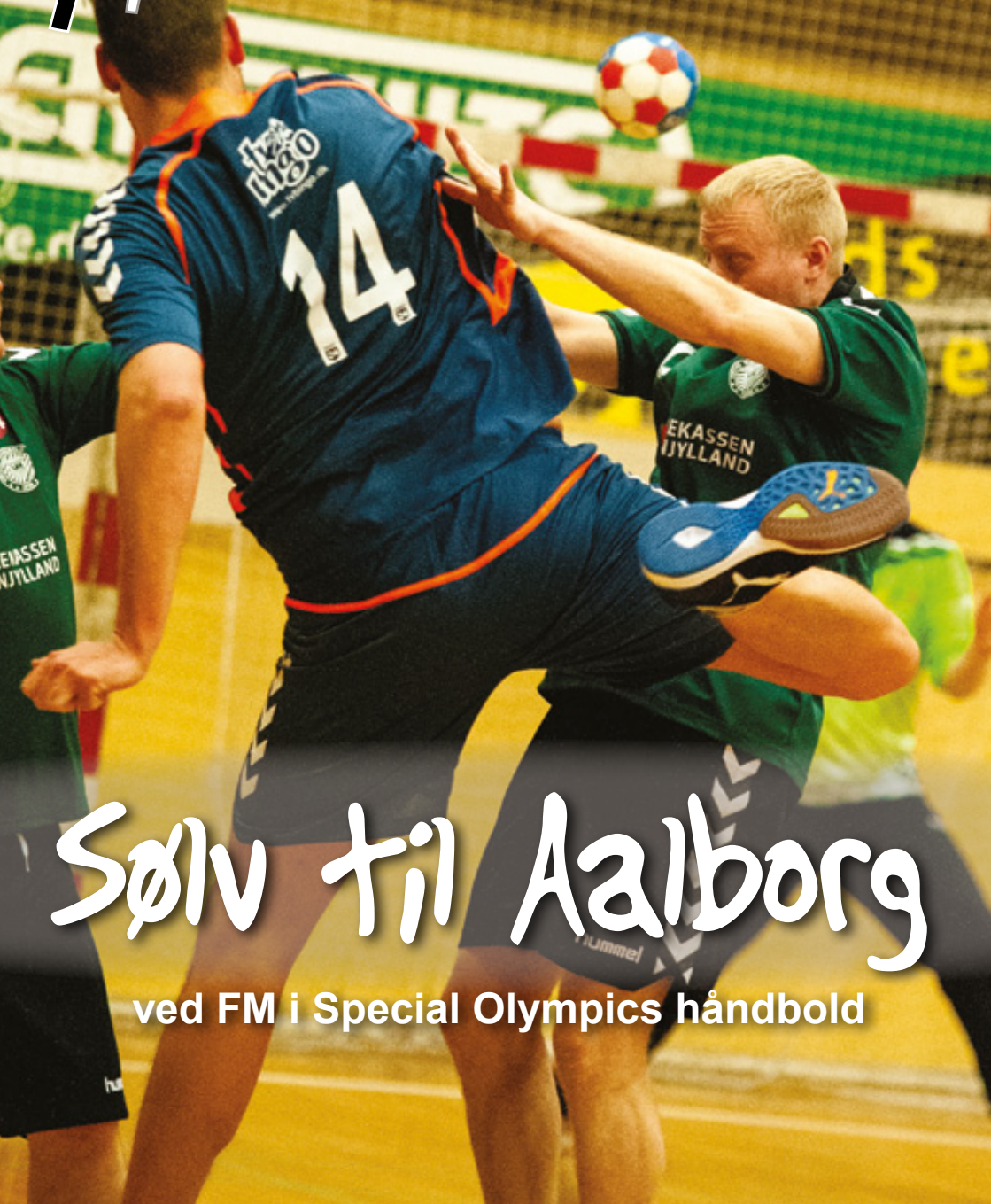




IDRÆTSFORENINGEN FOR HANDICAPPEDE I AALBORG

Tilpasset idræt for alle • Medlemsblad nr. 171 • Maj 2015



Sølv til Aalborg

ved FM i Special Olympics håndbold

BESTYRELSEN:



Formand:

**JAN KARKOV
SØRENSEN**

Sindalvej 9,
9220 Aalborg Ø.

Kontakt: 4033 2477
jans@privat.dk



Næstformand:

**KNUD RUNE
ANDERSEN**

Kayerødsgade 5 st,
9000 Aalborg

Kontakt: 3062 6771
knudrune@ihaalborg.dk



Kasserer:

**GERD
SKANTORP**

Heilskovsgade 11,
9000 Aalborg

Kontakt: 2992 2737
gerd@ihaalborg.dk



Sekretær:

**JAN KROGH
SØRENSEN**

J.Berthelsensvej 15C, St.th,
9400 Nørresundby

Kontakt: 4081 5645
pjank@mail1.stofanet.dk



Bestyrelsesmedlem:

**KRISTOFFER
STORMARK**

Hvalpsundvej 19,
9220 Aalborg Ø.

Kontakt: 4182 9507
kristoffer@stormark.dk



Bestyrelsesmedlem:

**JANNIE TH.
BEJERHOLM**

Syrenvej 27,
9310 Vodskov

Kontakt: 2670 5190
racedog@ofir.dk



Bestyrelsesmedlem:

**LARS T.
JENSEN**

Skodsborgvej 74,
9270 Klarup

Kontakt: 5162 4635
lhtjdesign@live.com

I. H. AALBORGS FORMÅL

"At arbejde for fremme af motions-, optrænings- og konkurrenceidræt, der specielt tilgodeser handicappedes situation.

At skabe grundlag for, at al idræt i foreningen kan foregå under betryggende ledelse og tilsyn."



IDRÆTSFORENINGEN FOR HANDICAPPEDE I AALBORG

- ▶ Nordkraft, Teglgårds Plads 1, niv. 9, 9000 Aalborg • Kontor og telefonid: tirsdag og torsdag kl. 10.00 - 14.00
- ▶ Kontakt: 9816 7282 • kontakt@ihaalborg.dk • www.ihaalborg.dk • facebook/ihaalborg
- ▶ Klublokalet, Nordkraft, niv. 9: Det er muligt at låne/reservere klublokalet ved henvendelse til kontoret



BLADINFO

- ▶ Redaktør: Anja Kristiansen, Sygehusvej 8, St.7, 9240 Nibe • 2662 5348 • anja@ihaalborg.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

Næste blad udkommer primo oktober - deadline den 24. august

Formanden har ordet

Sidder på klubbens kontor og kigger ud over Limfjorden. Solen skinner og der er det flotteste forårsvejr. Perfekt vejr til en tur i en af klubbens sejlbåde eller en tur i kajak. Jeg håber, at mange af klubbens medlemmer kunne have lyst til at prøve en båd eller kajak her i løbet af foråret og sommeren.

Fodboldspillerne er kommet på "rigtig" græs. Den nye kunstgræsbane på Provstvej gav en perfekt vintertræning og fodboldspillerne er nu i god form til forårets kampe. Der er også noget at leve op til for klubbens A-hold vil gerne genvinde FM, men de andre hold vil også gerne have guld medaljerne i denne sæson, så der bliver kamp til stregen.

Racerunnerne løber hele året rundt - uanset vejret. Sejt gjort, at så mange møder trofast op. Der trænes både onsdag og lørdag. Vi har fået penge fra Aalborg Kommune til et bedre depot, for der er ikke længere plads i det gamle skur. Vi håber også, der kan laves en overdækning.

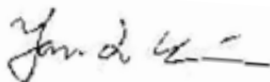
Selvom sommeren nærmer sig, er der stadig godt gang i den indendørs idræt. De afsluttende FM stævner er i gang, og vi håber på mange mesterskaber til klubben. Der er flere der allerede har vundet FM. Jeg var til FM i håndbold i KFUM hallen, flot stævne, som I.H. Aal-

borg havde lavet sammen med Aalborg KFUM. Aalborg holdet spillede flot håndbold og vandt begge deres kampe. Det blev til sølv, men vent og se, næste sæson bliver det guld. Vi håber på der er 2 hold med fra klubben næste år. I kan læse mere om stævnet i dette blad.

Klubbens generalforsamling gik også godt. Der var mødt mange op. Tillykke til Simon, som fik årets humørpokal. Dejligt at hele bestyrelsen ville fortsætte med det gode arbejde vi er i gang med. Mikkel Holmgaard holdt et spændende foredrag om hans liv og de projekter han har gang i. Jørn Erik Simonsen fortalte om DHIF's Frivilligprojekt.

Sommer sportsskolen er igen i uge 27. Planlægningen er i fuld gang og der venter deltagerne nogle dejlige dage. Der bliver svømning, "vild med dans", fodbold og atletik som basis idrætsgrene, mens der bl.a. kan prøves bowling, floorball, selvforsvar, håndbold m.m.

Det bliver ikke kedeligt i dette forår og denne sommer - der er gang i klubben.



*Med sportslig hilsen
Jan Karkov Sørensen, formand*



Generalforsamling 2015

Årets generalforsamling blev afholdt den 25. marts i Nordkraft.

Som traditionen byder var der uddeling af Humørpokalen, som i år gik til Simon Damtoft Christensen for sit store engagement som træner og leder i el-hockey.

I sin mundtlige beretning fokuserede formand Jan Karkov Sørensen på fine sportslige resultater samt foreningens økonomi. Mange af klubbens medlemmer kan kalde sig forbundsmestre, og aldrig har klubben haft så mange deltagere på forskellige landshold. Økonomien er også rigtig god. Efter flere år med meget dårlige regnskaber, lader det til, at der er kommet styr på pengene.

Beretningen affødte ikke den store debat og regnskabet blev også god-

4

kendt uden nogen diskussion. Da der ikke var hverken forslag vedrørende kontingentændring eller andre indkomne forslag, kunne vi hurtigt gå til valghandlingerne.

I år var der valg af kasserer på dagsordenen og Gerd Skantorp blev genvalgt. Der var også genvalg af de tre bestyrelsesmedlemmer Jan Krogh Sørensen, Kristoffer Stormark og Lars Thyregod Jensen, ligesom de to suppleanter Jeanette Martens Christensen og Rasmus Storgaard også fik lov at fortsætte.

Endelig blev der genvalg til revisorerne Fredie Christensen og Lene Pedersen, samt til revisorsuppleant Anna Kirsten Olesen.

Den nye bestyrelse har allerede konstitueret sig, og den ser således ud:

Formand

Jan Karkov Sørensen

Næstformand

Knud Rune Andersen

Kasserer

Gerd Skantorp

Sekretær

Jan Krogh Sørensen

Bestyrelsesmedlem

Kristoffer Stormark

Bestyrelsesmedlem

Lars Thyregod Jensen

Bestyrelsesmedlem

Jannie Thorup Bejerholm

Det fulde referat af generalforsamlingen kan findes på foreningens hjemmeside www.ihaalborg.dk under medlems-service, eller kan rekvireres ved henvendelse til kontoret.

Efter generalforsamlingen blev der budt på stegt flæsk med persillesovs og hygge.

Da maden var faldet til i maverne, var næste programpunkt et tankevækkende foredrag af Mikkel Salling Holmgaard, som blandt mange aktiviteter træner vores håndboldhold. Mikkel fortalte om sin seje kamp for at vende tilbage til livet efter et livstruende kniv-overfald.

Aftenen sluttede af med at DHIF konsulent Jørn Erik Simonsen fortalte om DHIF's frivillighedsprojekt, som er blevet undersøgt og har været til debat i forbundet.

Bestyrelsen takker for endnu en god aften med en god og positiv indstilling fra deltagerne.



Humørpokalen 2015

I år blev humørpokalen tildelt Simon Damtoft Christensen - en af de medlemmer, der er vokset op i I.H. Aalborg.

Simon startede som så mange andre som dreng og er stille og roligt vokset med opgaven. Han er den gode holdkammerat, der altid går forrest.

Som årene er gået, er opgaverne skiftet, og som flere af tidligere modtagere af prisen, er han gået fra "kun" at være aktiv spiller til også at påtage sig træner/lederjobbet.

Simon har været afløser som træner i el-hockey afdelingen, hvor han nu som aktiv træner står for klubbens 2. hold, og er den første person nye spillere møder i klubben.

Simon er en mand med holdninger, og han ved hvad han vil. Han var klar, da vi havde brug for nye kræfter og har sidenhen påtaget sig alle de opgaver der følger med.

Og på samme tid har han formået at udvide sine egne idrætsaktiviteter her i klubben så de nu også indbefatter deltagelse for to landshold i to forskellige idrætter.

Det betyder selvfølgelig også at man til tider må vælge fra og det er ikke altid let at forstå for holdkammerater, men sådan er det nu en gang, når man har så mange jern i ilden.

Der bliver dog aldrig gået på kompromis med træner jobbet og det er vi meget taknemlige for her i klubben.

Tak for den gode indsats gennem mange år. Vi ser frem til, at vi også i fremtiden ser dig og dit virke her i klubben.

Bestyrelsen



I.H. Aalborg på landsholdet!

Det er en stor fornøjelse hver gang vi kan læse om et medlem fra vores klub, der er udtaget til landsholdet.

Det er dejligt, at man kan ønske tillykke, hvis man skulle møde personen. Det er dejligt, at vi evt. kan skabe lidt omtale via hjemmeside og Facebook.

MEN – DHIF giver ikke pr. automatik besked til os som forening, hvis vi får nogen udtaget. Og det er uanset om det er et udtagelsesstævne, landskamp, EM, VM, Special Olympics eller Para Olympiske Lege. Så her kommer en opfordring til DIG, som er udtaget – til UDVALG i I.H. Aalborg, som ved hvilke medlemmer i den enkelte idræt, der er udtaget:

GIV LIGE BESKED TIL KONTORET

Ofte kommer udtagelsen via en mail – bare send den videre til: kontakt@ihaalborg.dk – det behøver ikke at være en stor ting.

Mental fitness med

tvbingo
www.tvbingo.dk





"FM i Special Olympics Håndbold i KFUM-Hallen den 21. marts" – sølv til Aalborg!

Lige omkring 200 spillere, 20 trænere og ca. 100-200 tilskuere var til stede da der lørdag d. 21. marts blev afholdt FM(DHIF) i håndbold for udviklingshandicappede i KFUM-Hallen i Aalborg.

I alt deltog 17 hold i både A, B og C-rækken, samt i den sideløbende trænings-turnering. Enkelte hold (Slangerup og Skælskør) havde overnattet på Gl. Hasseris fra om fredagen.

Aalborg-holdet (IH og KFUM) var inden finalestævnets to FM-kampe bagud på point og lå til en bronzemedalje. Men Aalborg-holdet spillede to forrygende kampe med ét-mål sejre i dem begge; Viborg blev slået med 7-6 og særligt Struer-kampen var mindeværdig. Struer havde inden kampen sikret sig guld-

medaljerne i A-rækken, så Aalborg-holdet havde faktisk brug for minimum 1 point for at sikre sig sølvmedaljerne. Kampen startede sløjt og Aalborg var bagud, men pludselig fik de fat og var foran med et par stykker ved halvleg.

Et par uheldige skader til Aalborg fik dog Struer tilbage ind i kampen, men med 1 sek tilbage på skuduret skød holdets landsholdsspiller Stefan Nielsen bolden ind lige inden haluret brølede og dermed vandt Aalborg kampen 9-8, hvilket betød at Aalborg kunne mod- »

tage de fortjente sølvmedaljer det første år i A-rækken.

Stævnet blev gennemført med stor gejst og god stemning. Den tidl. A-lands-holdsspiller og nuværende Aab-spiller i fodbold Thomas Enevoldsen overrakte med stor fornøjelse for spillerne de velfortjente medaljer og præmiebånd. Stævnet blev afsluttet med fællesspisning inden hjemturen.

Trænerteamet vil gerne takke alle, både publikum, spillere og hjælpere, der hjalp til med at gøre dagen til det den var, nemlig helt fantastisk!

Mvh.

Trænerteamet

Julie, Liv, Mikkel og Mikkel

Nu er det blevet nemmere at betale!

Scan QR-koden med mobilens scanner, indtast CPR- og kontonummer og godkend. Så let er det nu blevet at tilmelde nye regninger til Betalingservice.



Mobil Betalingservice er en gratis tjeneste, der gør det muligt at tilmelde regningen til Betalingservice på under 1 minut. Læs mere på: www.nets.dk

Værs 'go! Her er I.H. Aalborgs QR-kode, hvis I ønsker at tilmelde alle regninger fra os til Betalingservice – nemt og enkelt!



En anden mulighed er MobilePay!
Du har nu også mulighed for at betale dine regninger til klubben via Mobile Pay - mobilnr. 2331 0677



Fod på livet igen

Når man er så uheldig at miste sit ene ben – eller i værste fald dem begge – er der rigtig mange ting, som kræver ens fulde opmærksomhed. Man har måske set det komme – eller det skete i et split sekund. Der er både mentale og fysiske udfordringer, og man må tage dem i det tempo, som krop og hjerne magter det.

Til det fysiske er der dog heldigvis god hjælp fra Sahva (der er jo flere forhandlere på markedet, men det er i dette tilfælde Sahva), der årligt afholder en sportsdag, hvor ben amputerede inviteres. I år var det den 11. april i Nordkraft,



og I.H. Aalborg var inviteret til at være med som ansvarlige for en gang kørestolsbasket.

Det var en spændende dag for alle deltagerne. Daniel Wagner Jørgensen, paraolympisk bronze vinder i længdespring 2012, tredobbelt sølvvinder ved EM 2012 i 100 meter, 200 meter og længdespring var der som den helt store inspirationskilde. De tilmeldte deltagere kom med vidt forskellig baggrund, og der var erfarne (protesebrugere i over 30 år) og nybegyndere (under ½ år). Der blev givet og taget på mange måder. Det var jo en sportsdag, så der blev »

dystet i flere discipliner: kørestolsbasket, løb, spinning, klatring og hoppet i trampolin. Men også viden blev udvekslet. Da der findes mange leverandører af proteser, er der jo et stort udvalg og mange finesser at diskutere. Og det blev diskuteret og prøvet. Kan du tænke dig replikken: "Må jeg prøve dit ben?"



Stemningen var fin, og alle tog de udfordringer, der kom. Mange fik løftet deres niveau, og man fandt ud af, at der faktisk er mange ting man godt kan – med den rette træning, stædighed og de rette hjælpemidler - indstillet lige nøjagtig til en selv.

Og der er jo mange muligheder for at dyrke idræt i I.H. Aalborg: boccia, bord-

tennis, bowling, fodbold, kajak, kørestolsbasket, sejlads og svømning. - Som udgangspunkt er man altid velkommen til at komme og prøve. Så kan man jo altid finpudse på ens muligheder i sporten efter behov. – Skulle man få lyst til at deltage i flere idrætsgrene, vil det ikke ruinere en. Det koster ikke ekstra at dyrke flere idrætter i I.H. Aalborg.



Viborg Dunkers tager 8. DM guld i træk med hjem fra Aalborg

I weekenden blev 10. og sidste runde ved dette års DM turnering i kørestolsbasketball afviklet i Aalborg, hvor de forsvarende mestre fra Viborg samt de unge talenter fra Esbjerg var på besøg.

Af Morten Elmholt



Weekendens første kamp var på papiret en svær opgave for hjemmeholdet I.H. Aalborg der som debutanter i dette års turnering stod over for de forsvarende mestre fra Viborg Dunkers. Viborg satte sig da også tungt på kampen fra start med 4-14 og 4-15 for hhv. første og anden periode, således stilling ved halvleg var 8-29. Det var i kampen tydeligt at der er et stykke vej inden debutanterne fra Aalborg kan matche det suveræne tophold fra Viborg, men hver kamp giver god læring så hvem ved hvordan det ser ud om et par år? Anden halvleg

endte med 6-20 og 4-16 og dermed samlet 18-65 sejr til Viborg Dunkers. Topscorer for I.H. Aalborg blev T. Bach med 6 point mens kampens topscorer blev M. Kock fra Viborg med 16 point.

Anden kamp ved weekendens DM runde var mellem det relativt unge Esbjerg hold der i det seneste år har haft tilgang af en del nye spillere og så de forsvarende mestre fra Viborg Dunkers. Igen må det siges at det allerede inden kampen så svært ud for Esbjerg mod Viborg, der endnu ikke har tabt

en kamp i denne sæson, faktisk skal man vist efterhånden kigge rigtig langt tilbage for at finde en gul kampprotokol hos Viborg Dunkers. Kampen udviklede sig da også som forventet med 28-8 og 22-4 sejr til de forsvarende mestre efter første halvleg. I tredje periode fik Esbjerg dog lukket lidt ned for Viborg, men fik til gengæld kun scoret én gang selv så perioden endte 16-2. Fjerde periode sluttede som anden, og dermed kan Viborg Dunkers med sejr på 88-18 kalde sig danske mestre for 8. år i træk. Topscorer i kampen blev for Esbjerg, K. Nørregaard med 6 point og for Viborg Dunkers M. Kock med 24 point.

Sidste kamp i dette års DM turnering stod mellem hjemmeholdet fra I.H. Aalborg og gæsterne fra Esbjerg, en kamp der på papiret skulle være rimelig

jævnbyrdig. Det stod dog hurtigt klar at gæsterne fra Esbjerg var opsatte på sejr og tog første periode med 4-10. Det var lidt ligesom Aalborg lige skulle spilles ordentligt i gang for som kampen gik, kom hjemmeholder bedre og bedre ind i kampen, også på point tavlen, hvor anden periode endte med 6-10, mens tredje periode endte 8-11. Fjerde periode blev rimelig jævnbyrdig, men gæsterne fra Esbjerg tog dog med 8-10 sejren med den samlede stilling 26-41. Topscorer for I.H. Aalborg blev med 10 point J. Andersen, mens H. Skovgaard scorede 15 point for Esbjerg.

Samlet slutter dette års DM-turnering med guld til Viborg, sølv til Odense og bronze til København. Herefter følger Århus, Esbjerg og Aalborg.





Goalball for voksne

Er du voksen med et synshandicap, og kunne du tænke dig at spille goalball ?

Hver fredag i ulige uger fra kl. 16.30 - 18.00, trænes der goalball for børn og unge i Tornhøj Idrætscenter i Aalborg Øst.

Vi har de "rigtige" mål, bolde og alt udstyret dertil, og for at få udstyret brugt mest muligt, kunne vi godt tænke os at få gang i goalball for voksne.

Vi har tidligere haft goalball i klubben, men p.g.a. for få deltagere stoppede idrætten. Nu er der mulighed for at starte op igen, men kun hvis der er basis for det.

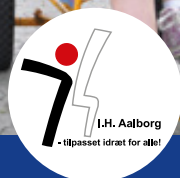
Så har du lyst til at spille goalball fredage i ulige uger fra kl. 18.00 til 20.00, skriv til jan@ihaalborg.dk

HUSK!!!



Sportsskole

- for børn og unge med handicap



Mandag - torsdag i uge 27

Du kan stadig nå at tilmelde dig - se mere på www.dhif.dk

Støt klubben

Energi Nord

Du kan støtte I. H. Aalborg med 2 øre pr. kilowatttime strøm du bruger.

Alle kan støtte os via ForeningsEl, også selv om man ikke er medlem af I.H. Aalborg. Dette gælder også hvis du er eksisterende kunde hos Energi Nord. Er du ny kunde hos Energi Nord, og skifter til ForeningsEl, får vi en ekstra bonus hvert år.

OK støtter sporten

Med et OK benzinkort kan du støtte I.H. Aalborg med 5 øre for hver liter benzin eller diesel, du tanker.

Tilmeld dig aftalen ved at oplyse os dit navn og dit kortnummer, som du finder på dit OK benzinkort. Kontakt kontoret, så ordner vi resten. Vi kan også hjælpe dig med at anskaffe et OK benzinkort.

KlubBonus.dk

Med et gratis kort til KlubBonus.dk, støtter klubben med et beløb, hver gang du bruger kortet. F.eks. giver det 5 kr. pr. Perfect Wash og 10 kr. pr. Perfect Shine bilvask, du køber hos Shell Express.

Du kan også bestille fyringsolie hos iNordvativ-olie, så får klubben 100 kr. pr. 1000 liter. Der er mange andre muligheder, og det er gratis at få og bruge kortet. Dine varer og ydelser købt via



KlubBonus.dk koster det samme som normalt.

Klublotto

Støt din klub - vind præmier. Hver måned fra september til maj udloddes 1x300 kr., 1x200 kr., 3x100 kr. samt et nyt lod.

Et lod gælder for sæsonens 9 træknin-ger, og koster kun 100 kr.

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

TAKSTER

ART:	Beløb	Opkræves til betaling
Aktiv Kontingent	300 kr. pr. kvartal	Feb. April Sept. Nov.
Passiv kontingent	100 kr. årligt	Marts
Indmeldelsesgebyr	50 kr.	Opkræves ved indmeldelse
Bowling	800 kr. 1.halvår *	Feb. Sep.
Kommunegebyr**	250 kr. pr. kvartal	Feb. April Sept. Nov.
Klublotto	100 kr. pr. lod årligt	Juni
Opkrævningsgebyr	6,00 kr.	Opkræves hver gang
Rykkergebyr	50 kr.	Opkræves ved rykkeropkrævninger
Licens til DHIF	100 kr.	Opkræves for hver konkurrence- idrætsgren man deltager i
Stævnegebyr	100 kr.	Opkræves for hver konkurrence- idrætsgren man deltager i

**Bowling: Egenbetalingen fastsættes for hver sæson*

***Kommunegebyr Gebyret er for medlemmer bosat udenfor Aalborg Kommune*

- På vores hjemmeside www.ihaalborg.dk kan du under medlemservice se hvad du får for dit kontingent m.m.
- Via vores hjemmeside kan du også betale dit kontingent mm – via "din side"
- For at logge ind skal du bruge dit medlemsnummer som du finder bag på Kondiposten – samt et kodeord 9999
- Udover at kunne betale kontingent m.m. – kan du tjekke om de oplysninger vi har på dig er korrekte, og evt. rette dem.
- **HUSK – evt. udmeldelse skal ske skriftligt til kontoret – gerne på mail kontakt@ihaalborg.dk**

Administrationen

FERIEPLANEN 2015

▶ Sommerferie	uge 25 - 32	fra mandag den 15.06.15 - søndag den 09.08.15
▶ Efterårsferie	uge 42	fra mandag den 12.10.15 - søndag den 18.10.15
▶ Juleferie	uge 51 - 53	fra mandag den 14.12.15 - søndag den 03.01.16
▶ Vinterferie	Uge 7	fra mandag den 15.02.16 - søndag den 21.02.16

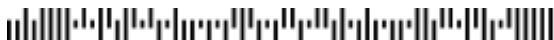
Ferieplanen gælder alle aktiviteter. Alle aktiviteter holder lukket på helligdage. Ret til ændringer forbeholdes.

IDRÆTTERNES KONTAKTPERSONER:

Aerobic for udviklingshæmmede: Rikke Klokke, tlf. 2061 5366 E-mail: klokkerline@hotmail.com	Fodbold børn & unge: Jan K. Sørensen, tlf. 4033 2477 E-mail: jans@privat.dk	Kørestolsfodbold: Rasmus Storgaard, tlf. 2683 5096 E-mail: superspaser@gmail.com
Atletik: Katrine D. Mikkelsen, tlf. 2311 5339 E-mail: katrine478@hotmail.com	Fodbold voksne: Kristoffer Stormark, tlf. 4182 9507 E-mail: kristoffer@stormark.dk	RaceRunning: Alice Birkbak, tlf. 2180 3773 E-mail: alicebirkbak@gmail.com
Boccia: Hans Jensen, tlf. 9817 6237 E-mail: hansjensen65@hotmail.com	Goalball: Frederik Thøgersen, tlf. 2511 6551 E-mail: frederik_th@hotmail.com	Sejlads: Ole Jacobsen, tlf. 2425 1440 E-mail: oc.jacobsen@live.dk
Bordtennis: Christian Broen, tlf. 2043 1158 E-mail: bagerbroen@hotmail.com	Hockey for udviklingshæmmede: Simone Dige Larsen, tlf. 2851 9645 E-mail: simonedigelarsen@yahoo.dk	Skydning: Hans Ole Olesen, tlf. 9817 9883 E-mail: birthe-sole@mail1.stofanet.dk
Bowling: Leah Nielsen, tlf. 2483 0703 E-mail: leah@nielsen.mail.dk	Håndbold: Mikkel Vejnjø Risager, tlf. 4273 5060 E-mail: m.v.risager@gmail.com	Sportsskole: Kontoret, tlf. 9816 7282 E-mail: kontakt@ihaalborg.dk
El-hockey: Simon D. Christensen, tlf. 2834 6103 E-mail: s-d-c@live.dk	Konkurrencesvømning: Jeanette M. Christensen, tlf. 6179 3790 E-mail: aadalen@c.dk	Svømning, vandgym & Aqua-bike: Kontoret, tlf. 9816 7282 E-mail: kontakt@ihaalborg.dk
Electric Wheelchair Hockey: Rasmus Yder, tlf. 2724 1991 E-mail: rasmusyder@hotmail.com	Kajak: Jonas Østergaard Juhl, tlf. 2227 8980 E-mail: jonas@nejsumjuhl.dk	"Vild med dans": Rikke Klokke, tlf. 2061 5366 E-mail: klokkerline@hotmail.com
Floorball: Helge Overgaard, tlf. 3020 3243 E-mail: hockeyparmer@gmail.com	Kørestolsbasket: Jens Fruergaard, tlf. 9838 0776 E-mail: jens.fruergaard@sport.dk	"Vild med bevægelse": Kontoret, tlf. 9816 7282 E-mail: kontakt@ihaalborg.dk

Næste blad udkommer primo oktober - deadline den 24. august

Afsender: I.H. Aalborg - Teglgårds Plads 1, niv. 9 - 9000 Aalborg



POST

B

PP

DANMARK
