

Nyhedsbrev for masters juli 2024

Af Ove Lausten

Ved Vejle Kommunes sportsgalla i Musikhuset var masters godt repræsenteret blandt klubbens medlemmer. Vi er desuden kommet godt i gang med masters sæson 2024, som allerede har budt på et stafethold mesterskab på 10 km landevejsløb og flere andre medaljer både på landevej i cross og ved indendørs DM. De gode resultater kan observeres på opslagstavlen nede ved omklædningsrummet. Her kan vi også læse de seneste klubrekorder. Vore fælles hold med Esbjerg er kvalificeret til DM finalen, der afvikles i Ballerup lørdag, den 14. september. Men noget andet der også afvikles i september er DM i halvmaraton, læs videre nedenfor.

DM i halvmaraton for ungdom, senior og masters

DM i halvmaraton afvikles igen i år som del af Copenhagen Half. Løbet er udsolgt, men det er fortsat muligt at tilmelde sig DM. Men det er kun deltagerne i mesterskabet, der har denne mulighed.

Alle i Vejle IF, som ønsker at deltage i mesterskabet skal sende en mail med navn og fødselsdato til ove.lausten@mail.tele.dk senest fredag, den 26. juli. Så fremskaffer jeg en voucher til jer snarest muligt, så I kan tilmelde jer via løbets hjemmeside senest søndag, den 29. august.

Klubber indsender antal DM - deltagere til DAF. Herefter modtager klubben det tilsvarende antal vouchers, som klubben videresender til de enkelte deltagere.

Senest søndag den 29. august skal man tilmelde sig ved brug af voucher på løbets hjemmeside. Ved tilmelding skal deltagerne huske at krydse DM tilmelding af på deltagerprofil (mere om det, når vi fremsender vouchers).

Efter den 29. august vil det ikke være muligt at tilmelde sig DM.

Klubber, der ønsker at foretage en samlet tilmelding på 20 atleter eller flere, skal kontakte Sparta senest den 18. august for at få oprettet en samlet klubtilmelding (med samlet betaling).

Numre til DM er personlige og må ikke videresælges. Alle deltagere ved DM skal være medlem af en DAF-klub og deltagelse i DM Halvmaraton indgår i årets licensopkrævning via klubben (175 kr. pr. licens). I Vejle IF betaler klubben, hvis man betaler kontingent som aktiv indenfor atletik.

Kastestævner om lørdagen

Med virkning fra lørdag, den 17. august kl. 09:30 begynder vi med at afholde ministævner i kast. Der vil som udgangspunkt være 3 øvelser pr. gang, men andre varianter kan forekomme. Disse ministævner i kast er også for os masters. Vi har indgået en aftale med Marie Aagaard om at være kastetræner i Vejle IF, så Marie vil også være til stede. Det er tanken, at kast om lørdagen skal udvikles til at omfatte kastetræning med de enkelte redskaber. Men vi forsøger at starte med ministævner, som er en god indgangsvinkel til kast.

DGI LM

DGI LM i atletik er på mange måder et anderledes mesterskab, end de øvrige mesterskaber vi deltager i. Stævnet har en uformel profil, der gør det charmerende at være med. Således skulle flere af os aktive selv hjælpe med i diverse dommerteam, selv hente redskaber m.v. Men den slags detaljer kunne ikke fjerne den gode stemning ved DGI LM i Aabenraa. Godt humør hos deltagerne og hjælpsomhed hele vejen rundt, fik

det hele til at lykkes. Derfor også fortjent ros til Tove Grevsen og Aabenraa Atletik for at holde mesterskabet den sidste søndag i juni.

Ved DGI LM er der i høj grad mulighed for at prøve nogle af de øvelser, som ikke er de øvelser vi er bedst til. AM. I kuglestød er det en fordel at være kraftig og muskuløs. Men en god teknik kan også have indflydelse på resultatet. Søren Mikkelsen stødte 5,93 med 6 kg kuglen i M55. I 80m løb Søren på 12,12. 80m er en outsider øvelse, da man med lidt held kan undgå syre. På 1500m var Søren til gengæld kommet i gang med en af sine favoritøvelser. Resultatet 5.25.49, og en afslutning der viste stort overskud, udløste mesterskabet foran Andre´ Møller fra Nyborg, der løb i 6.51.96. Endelig blev det til udmærkede 67,01 på 400m, som var dagens sidste løbeøvelse.

Efter en længere skadespause var Ove Lausten tilbage i sin nye aldersgruppe M70 og fik årsbedste på 400m med 82,26. I længde blev det til 2,70, som var langt under niveau. I diskos blev det til 19,09 m.

Vi er i DM finalen med masters holdene

Holdkampen er en betydningsfuld del af vores aktiviteter. Allan Stapelfeld fra Esbjerg har i lighed med sidste år lagt et stort arbejde i at få fællesholdet Esbjerg/Vejle til af fungere bedst muligt. Der er bestemt lykket, vi er nemlig igen kommet i finalen efter to indledende runder. Den første var i Odense den 4. juni og anden runde var i Aabenraa den 11. juni.

Kun de bedste hold nævnes i tabellen, men I kan læse på Facebook, hvis I ønsker yderligere informationer. I finalen møder vi holdene fra København og Sjælland.

MIX VEST	HGF/Sam/AK H	Vejle/Esbjerg AM	Odense Mix 1	Aarhus 1900 1	SAK77/Skanderborg
1.runde	7832	7276	7295	6031	6332
2. runde	7516	7733	6424	7441	6478
Samlet	15.348	15.009	13.716	13.472	12.810

Mænd VEST	Vejle/Esbjerg AM	Odense	Randers
1.runde	6463	7281	5338
2. runde	7551	5795	6842
Samlet	14.014	13.076	12.180

Kvinder VEST	Viborg /Hvide Sande	Vejle/Esbjerg AM	Odense
1.runde	7268	5623	2859
2. runde	7456	5737	3416
Samlet	14.724	11.360	6.275

Husk at melde jer til finalen via Allan Stapelfelds opslag på Facebook.

Flere nye spørger om masters atletikken

Vi har sikkert alle bemærket, at der er dukket nogle nye navne op i masters gruppen. Vi får desuden i højere grad jævnligt henvendelser omkring masters atletik. Her i foråret har vi jo været presset på øvelses

muligheder på grund af renoveringen af stadion. Men så snart renoveringen af stadion er helt afsluttet, så gør vi en større indsats på dette område, hvor vi oplever en åbenlys interesse for at være med.

DM er i Esbjerg lørdag, den 31/8 og søndag, den 1/9

DM på bane er et af årets absolutte højdepunkter. Der er fuldt øvelsesprogram, så der er noget for alle. Meld jer til og bak op omkring DM i Esbjerg.

Programmet er følgende:

Lørdag: Kvinder 100 m, 400 m, 1.500 m, forhindringsløb, kort hæk, stangspring, længdespring, spydkast, hammerkast, vægtekast, 3.000 m kapgang og 1.000 m stafet

Lørdag: Mænd 100 m, 400 m, 1.500 m, forhindring, kort hæk, stangspring, længdespring, hammerkast, vægtekast, spydkast, 3.000 m kapgang, og 1.000 m stafet

Søndag: Kvinder 200 m, 800 m, 5.000 m, lang hæk, højdespring, 3-spring, diskoskast, og kuglestød.

Søndag: Mænd 200 m, 800 m, 5.000 m, lang hæk, højdespring, 3-spring, diskoskast og kuglestød.

Tilmelding kan ske via Vejle IF's hjemmeside under masters stævnetilmelding.

Karen Bangsgaard laver snarest muligt tilmelding på hjemmesiden.

Dommere til DM i Esbjerg

Stævneleder er Allan Stapelfeld, som vi blandt kender som en god leder af vore fælles hold med Esbjerg. Allan spørger efter, om vi har flere med dommerkort, som kunne tænkes at hjælpe i Esbjerg. Skribenten her har meldt sig som dommer om lørdagen. Svar direkte til allanstapelfeldt@hotmail.com

Jeg er i Esbjerg hele lørdagen fra cirka kl. 11:00, og er dommer til stævnet slutter lørdag aften, så vi kan eventuelt køre sammen. Deltager i længdespring og 400m.

Resultater til Per Glassau

Når vi går forbi opslagstavlerne nede ved de store omklædningsrum, som kan vi læse en række opslag om årets resultater i Vejle IF. De seneste klubrekorder i masters bliver vist, ligesom det kan læses hvem, der har vundet medaljer ved diverse mesterskaber. Det er Per Glassau, der laver et stort stykke arbejde i kulissen for at vor statistik er ajourført. Resultaterne danner også grundlag for vores pokaler. Per kender de mesterskaber, der bliver afviklet henover året. Men det er betydningsfuldt, at vi orienterer Per, hvis vi eksempelvis deltager i aftenstævner, regionsstævner m.v., som ikke er mesterskabsstævner. Send derfor en mail med link eller fil med resultatlisten til per.glassau@gmail.com

Renovering af stadion

Det er alle tiders, at vi kan få renoveret kunststoffet på atletikstadion i 2024. Det har imidlertid taget lidt længere tid end oprindeligt forventet, hvor perioden var fra 1/3 til 31/5. Udsættelsen skyldes blandt andet den lange periode først på sommeren med vedvarende kulde og regn. Desuden har der på trods af skilte og afspærring været indtil flere personer inde og gå på anlægget, mens underlaget endnu ikke var tørt. Men vi er nu blevet lovet, at banerne bliver gjort færdige i uge 29 eller 30. Så vi har noget godt at se frem til. I uge 27 og 28 må vi godt benytte banerne, selvom der ikke er tegnet striber. Men i samme øjeblik firmaet Arkildsgaard igen starter med at arbejde, skal vi træne ude på VIES.

Sydjysk Sparekasse Stafetten

Næste motionsløb er Sydjysk Sparekasse Stafetten onsdag, den 28. august med start kl. 17:30. Der bliver 4x4 km stafetløb samt power walk og walk på en flot rute der er 6 km.

Vi søger hjælpere til arrangementet, og I kan tilmelde jer på de opslag der kommer på tavlerne i klubhuset den kommende tid eller sende en mail til ove.lausten@mail.tele.dk

Jeg har kontaktet flere af jer, der hjalp i 2023 via mail, og tak for mange tilsagn allerede om at hjælpe. Men der kommer flere lister med mulighed for I kan melde jer til i klubhuset.

Program for Sydjysk Sparekasse Stafetten:

- Kl. 16.00-17.45 Udlevering af kuvert med startnumre og depeche/velcrochip.
- Kl. 17.30 Start for stafetholdene (løbere på 1. tur)
- Kl. 18.00 Start for **power** walk.
- Kl. 18.10 Start for walk
- Kl. 17.30-20.00 Udlevering af madkurv og drikkevarer.
- Kl. 21.00 Tak for i aften.

Støt Vejle IF med OK kort

Vi har vi alle mulighed for at give støtte til Vejle IF på 5 ører pr. liter hver gang vi tanker benzin eller diesel.

Bestil et OK kort på www.ok.dk/lokalsporten

du vælger at tanke med OK-appen, så finder du den i App store eller Google Play. Hvis du allerede har et OK kort, så ring til 70 10 20 33 og fortæl OK, at du gerne vil støtte Vejle Idrætsforening. Så sørger OK for, at du vælger Vejle IF. Ved at vælge OK's app kan vi få hele 10 øer pr. liter pr. tankning. Det er OK der administrerer ordningen, så den er attraktiv for os som klub.

