

Veflinge Gymnastik og Idrætsforening

Gymnastikafdelingen



Nyhedsbrev nr. 2-2014

31. maj 2014



Gymnastikopvisning.

Gymnastikopvisningen er godt overstået - over 500 mennesker deltog, enten som aktive gymnaster, eller som tilskuere. Det er dejligt med så stor opbakning. Der er flere billeder på sidste side..

Kostvejledning til børn og forældre.

Veflinge gymnastikafdeling har et nyt tiltag i støbeskeen som starter efter sommerferien. Der planlægges et forløb i vinter for overvægtige personer/familier. Du/I vil sammen med de øvrige på holdet mødes en gang om måneden, hvor I sammen med Bettina Wichmann laver mad og taler kostplan. Du får en mappe med nemme og lækre opskrifter til hjemmebrug. Der er vejning, når I mødes, så du og familien kan følge forandringerne hen ad vejen. Derudover opfordres du/I til at deltage på nogle af foreningens motionshold. Her er hold for alle aldersgrupper. Motion, sammen med en ændret kostplan, kan være det lille skub, der skal til, for at du og familien i fællesskab, kan få en sundere og slankere levevis.

Der er en del ting, der skal være på plads, for at et sådant forløb kommer godt fra start, så vi har brug for at vide, om du synes godt om ideen og kunne tænke dig at være med. Kontakt Bettina Wichmann på tlf.: 61 69 12 51 eller mail: wichmann@email.dk for yderligere information samt om du er interesseret i at være med i forløbet. Endelig tilmelding sker i henhold til informationsbladet fra Veflinge Gymnastik og Idrætsforening, som bliver husstandsomdelt i juli måned.

Hvad går du til?

Linda Christensen

Efter at have født 2 børn følte Linda, at det var tid til at komme i gang med motion og genfinde "fit for figh" formen. Derfor besluttede hun sig for at tilmelde sig til et halvmaraton i foråret 2012.

Den 1. oktober gik hun så i gang med et 26 ugers træningsprogram, så hun kunne være klar til løbet.

Det lykkedes at følge træningsforløbet og gennemføre de godt 21 km i fin stil. Men det var svært at komme i gang med den daglige løbetræning igen. Derfor meldte hun sig på gymnastikafdelingens sammenhold bestående af gymnastik og spinning i efteråret og da sæsonen sluttede startede hun på løbeholdet. Det gav den fornødne motivation til at holde fast i træningen. Det er meget nemmere at komme af sted, når det sker på et hold på et fast tidspunkt, for så bliver det automatisk lagt ind i tidsplanlægningen. Det er også dejligt at være sammen med andre med samme interesse, uden nødvendigvis at have en masse andet sammen, og så er der opmuntring, som både gives og modtages, det styrker fællesskabet og lysten til at træne mere. Både Andy og Steffanie er gode til at variere træningen og gøre den hårde intervaltræning til en sjov leg. Det at løbe på hold, hvor deltagerne er på forskellige niveauer syntes Linda kun er en fordel, for så er der altid nogen der passer til dagsformen. Der er altid nogen der løber hurtigere, og de er med til at trække en i lidt højere tempo, end når hun løber for sig selv.



Linda Chrisensen

Lokal Brugsen

Uddelerskift i Lokal Brugsen i Veflinge 1. juni 2014.
Ny uddeler Lars Therkeldsen overtager efter Bo Ingildsen



Bo Ingildsen

Lars Therkeldsen

Brug - lokal Brugsen

den er lige ved hånden og har længe åbent hver dag!

Sommeraktiviteter.

Cykling:

Citybike tirsdag kl. 17:30

Racer tirsdag og torsdag kl. 18:00

Løbetræning:

Mandag kl. 17:30

Alle aktiviteter starter ved Veflingehallen.

Miniportræt: Gunhild og Knud Erik Andersen.

Et aktivt liv i Veflinge.

Siden Knud Erik startede på Egehøj Champignon i 1970, har han og Gunhild været aktive i foreningsliv både her i byen og andre steder. Knud Erik blev i 1971 indrulleret i gymnastikafdelingen, hvor han i en årrække var leder af drengeholdet. Han trænede stadig som elitegymnast både i Svendborg og på Viborg gymnastikhøjskole, som han efter et højskoleophold var blevet rigtig glad for. Senere blev han leder af det store springhold, noget af tiden sammen med Hanne Stenvang.

Knud Erik og Gunhild gik til gymnastik i Skeby ved Otterup, hvor der var et fælleshold for mænd og kvinder. Da de i 1980 fik deres andet barn, begyndte Knud Erik med at spille håndbold. Gunhild startede på dameholdet og hun er foreløbig ikke stoppet igen. Gunhild blev valgt ind i bestyrelsen for gymnastikafdelingen i midten af 80'erne, hvor hun har været virksom lige siden, de sidste ca. 20 år som kasserer. I forbindelse med håndboldholdet blev Knud Erik mere inddraget i VGIF, hvor han også blev valgt som formand for hovedforeningen. På det tidspunkt skaffede hovedforeningen mange penge til foreningen ved at arrangere fælles julefrokost i hallen. Julefrokosten var et meget stort arrangement med op til 580 deltagere, men tiden løb fra de fælles julefrokoster og i løbet af en årrække blev antallet gradvist mindre. Da det var nede på 120 besluttede man at stoppe. Som formand for VGIF stod han i spidsen for at få kommunen til at opkøbe jord, så fodboldbanerne kunne blive forlænget, så de opfyldte nye krav. Det er også blevet til oldboys håndbold i Morud, hvor han i et par år var træner for holdet.

Verden rundt med Gys87 holdet:

Siden 1993 har Knud Erik og Gunhild været med på et opvisningshold bestående af 40 gymnaster, som hvert år drager ud i



Springholdet fra 1992



Gunhild og Knud Erik Andersen

verden for at vise hvordan gymnastik kan laves. Det er oprindeligt et landsdels hold, som blev dannet til gymnastradaen i Herning i 1987. Holdet har med både små og store opvisninger rejst rundt til 16 lande fordelt på alle klodens kontinenter og vist dansk gymnastik. Opvisningsmæssigt har den største oplevelse været, da holdet skulle lave deres 2. opvisning i Østrig i 2006, som foregik i en kæmpe idrætshal, der var proppet til bristepunktet af forventningsfulde tilskuere, som var mødt op for at se netop deres opvisning. GYS holdet har været en stor del af Knud Erik og Gunhilds liv, dels de 3 månedlige træningsaftener, og ikke mindst de mange rejser. Da det er en landsdelshold bestående af folk fra Holstebro i nord til Sønderborg i syd og Gudme i Øst, har de typisk omkring 100 km hver vej til træningsaftenerne.

Gymnastik har fyldt rigtig meget i deres tilværelse, og derfor har de også aktivt været med i næsten alle DGI landsstævner, siden 1966.

Gymnastikafdelingen har haft stor glæde af parret, hvor Gunhild har passet foreningens pengekasse, og Knud Erik altid er parat til at opfinde løsninger når der er behov for det. Han har bl.a. lavet vogn til air-track, rullekasser til opbevaring af redskaber i hallen, og da spinning havde brug for et podie så var han hurtig klar med en platform, så instruktøren fik den rigtige placering

Der er mange andre ting som der kunne skrives om, blandt andet har Knud Erik har siddet som VGIF repræsentant i folkeoplysningsudvalget og fritidsnævn. Han har været aktiv i Veflinge spejderkorps, og været hjemmevernsmand i 10 år. Gunhild har desuden været med i mange år i Veflinge kirkes menighedsråd.

Begge har de en grundlæggende holdning om at bakke aktivt op, og engagere sig i børnenes aktiviteter, for så vil der altid være rigelig med frivillige hænder.

Nyt fra Lokalrådet.

Veflinge lokalråd har tilmeldt sig udviklingsprogrammet "Blomstrende Landsby". Tanken bag programmet er, at landsbyer i Danmark har mulighed for at synliggøre et velfungerende lokalsamfund og dens indsats for at gøre det attraktivt at bo og leve på landet. At en landsby blomstrer, kan ses på det liv og de initiativer, som findes rundt omkring i landsbysamfundene. At Veflinge har initiativ og liv ved vi godt i Veflinge. Formålet med tilmeldingen er, at alle andre også skal vide det ☺. Det skal blomstre med nye tilflyttere, og vi skal holde på alle jer der bor her. Sådan sikrer vi os, at vi bevarer brugs, skole, børnehave og vores idrætsliv. Og sådan kan vi få gang i nye initiativer i byen. Niveau 1, har som primært mål, at beskrive det, der allerede findes i Veflinge. Se mere på www.blomstrendelandsby.dk og følg



Anne Margrethe Dalskov
Formand for Veflinge
lokalråd

med i arbejdet på www.veflingeportalen.dk. Med dette program er vi godt i gang med at lægge en strategi for Veflinges fremtid. Noget af arbejdet blev skudt i gang med visionsmødet "vision veflinge 2020" i november 2013. Har du lyst til at være med til at påvirke Veflinges fremtid, så sig til du vil blive taget godt imod. Tilflytermøde. Som noget helt nyt, vil vi i fremtiden afholde tilflytermøde 2 gange årligt, hvor vi fortæller om årets gang i Veflinge, samt andre relevante informationer. Første møde blev afholdt den 25. maj.



Sportsugen 2014



Arbejdet med sportsugen er godt i gang. På møderne bliver der planlagt, arrangeret, fundet hjælpere. Så nu er vi næsten klar med en super sportsuge til dig. Der er både gammelt og nyt med. Som et af de nye tiltag er familiedagen lørdag d. 9. august. René Bjørn Buchhave har oprettet en facebook side med nyheder, informationer om aktiviteterne, og der kan også stilles spørgsmål.

Pumpehuset.

Borgerforeningen har været i gang med reparere og opfriske det gamle pumpehus. Læg vejen forbi og nyd synet.



VGIF - i historisk perspektiv.

Oehlenschlägers guldhornene starter, lettere omskrevet således: Han higer og søger i gamle Bøger I oplukte Høje Med speidende Øje i de gamle Skrifter. Blikket stirrer, sig Tanken forvirrer. Ordene passer vist meget godt på Jørgen Halkjær, der er kommet på noget af en opgave med Veflinges idræt gennem tiderne. Den gamle fane som hænger i Veflingehallen er fra d. 19. juli 1885. Og er med stor sandsynlighed den officielle dato for Veflinge Skytteforenings start. Kontingentet blev sat til 2 kr. hvilket svarede til 3 dages løn for en daglejer. Jørgen har været på adskillige arkiver og ledt, og langsomt men sikkert skrider arbejdet frem. Han er foreløbig nået til 1926 med "gymnastikkerne", som var det første der kom ind under Veflinge-kredsens skytteforening, og er beskrevet i et referat fra 1899. Kan DU huske langt tilbage, og kan huske noget omkring om de forskellige idrætsgrene i Veflinge, eller synes du det kunne være spændende at arbejde med, så kontakt Jørgen Halkjær på telefon: 6480 1334. Jo flere der er om opgaven, jo mere kan der blive beskrevet. Og det er spændende læsning.



Jørgen Halkjær

Gymnastikopvisning marts 2014.

Gymnastikkens festdag!



Besøg vores hjemmeside www.vgif.dk - Du finder mange nyttige informationer om såvel gymnastik som de øvrige afdelinger. Under gymnastik kan du til- og afmelde vores nyhedsbrev. Cykelholdene har deres egen hjemmeside på www.teamnordfyn.dk.