

Fuldenløbet 2011

Sommeren 2011 blev en våd sommer. Alle der har deltaget i fortræning i år ved, at der har været et næsten permanent nyt vadested lige før man krydser Giber å på vejen fra Fulden. Mandag inden løbet var vandet over ankelhøjde, så vi var spændte på, om det ville synke inden lørdag. Det gjorde det ikke, så lørdag morgen besluttede ruteudvalget at lægge ruten om, så man i stedet løb ad asfalteret fra Fulden til Beder Landevej.

Men løbet blev afviklet i dejligt vejr og et deltagerantal nogenlunde som sidste år.

Vinderne 2011 blev:

- Marie Gade Nielsen - 6,3 km - 28:30
- Klaus Mortensen - 6,3 km - 21:53
- Kirsten Wiborg Jensen - 10,8 km - 45:32
- Klaus Hansen - 10,8 km - 38:25

Vinderne af de to distancer på kvindesiden, Marie Gade Nielsen og Kirsten Wiborg Jensen, er klar til at blive skrevet ind i Fuldenløbsbogen. Så vidt vides, er det første gang at begge vindere er under 15 år.

Per Hauberg uden lyd

I år havde vi valgt at prøve at bruge klubbens eget lyd anlæg. Det er altid en risiko forbundet med at prøve nye ting, og her gik det galt i forbindelse med opvarmning – og helt galt, da Per Hauberg, Malling Bio, skulle give løberne et ord med på vejen. Rigtig ærgerligt, for Per

er jo en herre med både humor og noget på hjerte. Men besøg ham i Malling Bio, så giver han gerne et kort referat af indlægget om løbere. Men afsted kom løberne, og vi fik da også nogenlunde styr på teknikken efterfølgende – og en erfaring, som kan indgå i planlægning af næste års løb.

Tidtagning med chip

En af de store opgaver de foregående år har været forberedelse af tidtagning, tidtagning på dagen samt færdiggørelse af resultatliste efter løbet.

Den opgave blev i år for første gang løst af Martin fra Sporti. Martin ankom med sin campingvogn og udstyr sidst på formiddagen, efter tilmeldinger blev indtastet i campingvognen, og der blev printet en resultatliste på stedet til brug for præmieoverrækkelsen.

Og mest interessant for løberne: Resultatlisten var klar på hjemmesiden kl. 19 samme dag, hvor deltagerne også kunne printe diplom. Beviset for at det er noget der bliver brugt fik jeg tirsdag, da jeg blev ringet op en løber. Han havde løbet sammen med sin søn Jeppe, som ved en fejl var blevet tastet ind som Jette... og det var der ikke meget sjov ved, da diplomet skulle printes. Men navnet er rettet og mon ikke diplomet er printet.

Tak til alle hjælpere

Og en hilsen til alle hjælpere og officials. I gør et super godt stykke arbejde, både når det gælder den

praktiske løsning af opgaver, men også med opmuntrende kommentarer til løberne ude på ruten. Et eksempel er bl.a. denne kommentar fra min nabo, hvor 2 børn og forældre deltog i Fuldenløbet for første gang:

“Min datter, som er 6 år, løb hele vejen til vi nåede Beder Landevej, så skulle vi have en pause inden vi løb videre. På et tidspunkt var hun rigtig træt, så det var opad bakke i mere end en forstand... indtil en official spurgte hende, om hun godt vidste, at hun fik popcorn når hun kom i mål. Så løb hun resten af vejen uden problemer, og det blev en super oplevelse.”

Tak til Fuldenløbets sponsorer

I år blev den trykte resultatliste for Fuldenløbet formelt erstattet af en online udgave. Vore sponsorer har kun haft positive kommentarer til den beslutning, og vi synes selv, vi har fundet en god løsning med visning af sponsorerne logo på hjemmesiden.

Vi vil gerne opfordre jer alle til at checke listen - og når I støtter sponsorerne må I gerne takke for støtten til Fuldenløbet – når vore sponsorer oplever at deres støtte er synlig, er vi godt på vej til at lave en ny aftale næste år.

*Med venlig hilsen
Fuldenløbsudvalget*



Fuldenløbet 2012

Medlemmerne af Fuldenløbsudvalget har i år løst stort set alle opgaver frem til afviklingen af løbet. Trods efterlysning af hjælp til eks. salg af sponsorannoncer, opvarmning og fortræning, endte opgaverne hos udvalget.

En af årsagerne til at vi bad om hjælp var bl.a. at hovedparten af udvalget har haft lange arbejdsdage ligesom flere af os bruger en del tid på transport til og fra arbejde. Andre har været med i mange år, og mener at deres værnepligt er aftjent.

Vi har derfor besluttet at vi alle trækker os fra Fuldenløbsudvalget. Den beslutning begrundes vi med, at det set fra vores side er nødvendigt, for at et nyt udvalg ikke skal være bundet af, hvordan vi "plejer" at gøre.

Det er en beslutning som har været undervejs i nogen tid, og udvalget orienterede bestyrelsen inden Fuldenløbet. Beslutningen er nemlig ikke en konsekvens af hændelser og/eller deltagerantal i årets løb. Vi stiller os selvfølgelig til rådighed for et kommende udvalg i forhold til at dele ud af de erfaringer et nyt udvalg evt. efterspørger.

Fuldenløbsudvalget

Bestyrelsens kommentar:

Bestyrelsen har haft møde med Fuldenløbsudvalget omkring deres beslutning om at stoppe.

Vi er jo en forening der drives af frivillige kræfter – der bruges mange timer til det vi har fælles – løb og hvad deraf følger. Derfor er det også afgørende at man som udvalgsmedlem har oplevelsen af, at opgaven er sjov, og at der er tid og overskud til at løse den – også når man har travlt med alle de andre ting man skal nå i hverdagen. Når den energi er aftagende er det tid til at stoppe og som udvalget selv skriver, har de lagt mange år og mange timer i at arrangere løbet.

Det er forståeligt, at de siger farvel og vi vil gerne takke for det store arbejde udvalget har påtaget sig og løst til stor tilfredshed – TUSIND TAK!

Vi ser meget gerne, at nye kræfter har lyst til at overtage stafetten fra det afgangende udvalg. Det gør vi, fordi Fuldenløbet er en rigtig god profilering af vores klub og dermed også en god PR for os. Løbet har hidtil været klubbens flagskib og det ønsker vi, at det kan fortsætte med.

Det trækker både mange lokale børn og voksne ud i vores smukke natur – men også løbere fra andre klubber har år efter år lagt vejen forbi Fuldenløbet.

Hvordan Fuldenløbet skal afvikles fremover vil i høj grad bero på et nyt Fuldenløbs ambitionsniveau.

Bestyrelsen vil være åben og imødekommende for nye tanker og ideer, som kan udvikle og fastholde vores Fuldenløb og selvfølgelig indgå i dialog om de fremtidige rammer.

Odderløbet 2011

Henrik Vistisen og Ulrik Flyndersø havde med tilbudet om et klubbetalt løb samt tilbud om pølser og øl efter løbet, lokket 24 BMI'er med til Odder for at løbe Odderløbet den 21/8 2011.

Helt præcist var der samlet 511 deltagere til Odderløbet, og de døjede ikke kun med den sommerlige varme, men også med de krævende bakker i Vejlskoven.

På forhånd havde arrangøren af løbet – Odder Atletik & Motion – advaret løberne om, at ruten var hård, men det kom alligevel bag på flere af løberne, at ruten bød på ikke færre end 340 højdemeter på ½ marathon ruten og det halve på 10.5km ruten.

Som lovet blev løbet afsluttet med fælles "BMI hygge"

BMI resultater:

½ marathon:

Erling Brødbæk 01:50:43

6.2km:

Finn Mortensen	00:29:13
Finn K. Christensen	00:30:40
Leo Jensen	00:41:12
Jytte Larsen	00:42:23
Lene Jensen	00:44:39
Line Feldstein	00:49:14
Inge Birthe	00:49:14

10.5km:

Frank Zazho	00:48:33
Sebastian Best	00:48:37
Mogens Jensen	00:49:41
Jan L. Christensen	00:53:18
Steen Lauersen	00:54:21
Torben Hermansen	00:57:22
Kirsten Pedersen	00:58:40
Helle Mortensen	01:00:34
Kurt Ivan Pedersen	01:03:07
Knud Hansen	01:05:44
Knud Jespersen	01:07:30
Lene Gisselmann	01:09:18
Bodil Jespersen	01:10:37
Birgit Nørgaard	01:13:26
Henrik Vistisen	01:17:33



Crossløb

Vi afholder det årlige klubmesterskab i cross lørdag den 8. oktober. Der har været meldt forskellige daoter ud, men det er endt med den 8/10. Der er ganske vist også klubbetalt løb i Horsens om søndagen. Men vi håber, at Horsens-løberne også kan klare en gang cross om lørdagen.

Startskuddet går klokken 13 ved viadukten under Oddervej i Vilhelmsborg-skoven. Der er registrering og udlevering af løbsnumre fra kl. 12.15.

Man kan løbe 5 km eller 10 km. Desuden laver vi en kort rute på 1-2 km til små børn.

Efter løbet er klubben vært ved det sædvanlige, rigelige kagebord. Medbring selv kaffe og te.

Tilmelding er ikke nødvendigt. Alle er velkomne. Bare mød op.

PS. Den almindelige lørdagstræning er aflyst denne dag.

*Venlig hilsen
Motionsudvalget.*

Husk

Onsdag den 12. oktober skifter vi til "vintertid" i løbeklubben. Det vil sige, at træningen flytter fra den store P-plads i den sydligste ende af Fløjstrup Skov til Egelund. Vi løber kl. 17.30 fra Egelund hver onsdag frem til ca. 1. april. Ruten er på ca. 9,3 km. Der er også mulighed for at løbe kortere ruter.

Lørdag den 15. oktober kl. 10.00 er der også vinterskifte i skoven. Her flytter træningen fra den store P-plads i den sydlige ende af Fløjstrup Skov til Tømmerpladsen midt i Fløjstrup Skov.

Hvis du er i tvivl om, hvor Tømmerpladsen er, er der en vejvisning her: <http://www.bmi-egelund.dk/index.php?id=319>. Vi løber fra Tømmerpladsen hver lørdag kl. 10 frem til ca. 1 april.

FredagsFræs

HVA' SIGER DU TIL EN AKTIV FREDAG AFTEN I EGELUND IDRÆTSCENTER?

SÅ er der FredagsFræs igen-igen i Egelund Idrætscenter. Fredag den 7. oktober er vi klar med en masse aktiviteter til store og små, familier og solister.

Løjerne styres af BMI-trænere, og det koster kun 60 kr for en familie for op til tre timers aktiviteter mellem kl 18.00 og 21.00.

På programmet er der denne gang bl.a.:

Spinning,
Badminton,
Boldleg for de yngste,
Boldfræs for de lidt ældre,
Skydning,
Skumtennis,
Fitness med cirkeltræning,
Høvdingebold,
Volleyball,
Fri leg og aktiviteter i Svømmehallen.

Læs mere om FredagsFræs, aktiviteterne og tilmelding på <http://bmi-egelund.dk/>

*Mange hilsner
FredagsFræs-teamet.
v/Michael Kaas Christensen
og Jan Dyberg*

Klubbetalteløb

Se i kalenderen på hjemmesiden: <http://www.bmi-egelund.dk/index.php?id=246>

Fra Bestyrelsen

Vi vil snarest gøre status over de klubbetalte løb sammen med Motionsudvalget.

Udmelding om de klubbetalte løb i 2012 bringes i Løbesedlen for december.

Klubtøj

Sportmaster i Odder har stadigvæk klubtøj liggende dog ikke de mest gængse størrelser.

Lån derfor hos hinanden til de klubbetalte løb.

Der undersøges i øjeblikket om en evt. ny kollektion.

Fællesspisning

Vi har tidligere haft tradition for fællesspisning i Egelund cafeteria efter træningen den sidste onsdag i måneden.

Bestyrelse vil gerne opfordre til at I genoptager traditionen.

PS. Det er en go' ide at afgive sin bestilling i cafeteriet inden løbetræningen påbegyndes kl. 17.30.

Nye medlemmer

Bestyrelsen siger velkommen til følgende nye medlemmer:

Anita Søltøft Bang og Carsten med børnene Malene, Josephine og Mathias, Beder.

Mathilde Thomsen, Mårslet.

Susanne Storm og Rune Reinsholm Methling med børnene Magnus, Sofie og Smilla, Beder.

Karen og Ole Henneberg med børnene Sofie, Andresa og Frederik, Beder.

Turen til Bremen



BMI Motions Bremen-hold forsamlet i en stille Biergarten et sted i Slesvig.

Reportage fra turen følger i næste nummer af Løbesedlen.

Men allerede nu kan du se masser af billeder fra turen.

Gå blot ind på BMI Motions hjemmeside, så finder du hurtigt et link til billederne.

Dato	Løb/arrangementer	Tid og sted	Tilmelding
Lørdage	Løbetræning	Kl. 10. Den store p-plads i Fløjstrup Skov. Den 15/10 flytter træningsstarten fra den store P-plads til Tømmerpladsen midt i Fløjstrup Skov.	
Onsdage	Løbetræning	Kl. 17.30. Den store p-plads i Fløjstrup Skov. Den 13/10 skifter vi til "vintertid" i klubben. Det vil sige, at onsdagstræningen foregår med start fra Egelund hver onsdag kl. 17.30	
Mandage	Uformel løbetræning	Kl. 17.30 ved kilden på Beder Landevej.	
Tirsdage	Styrke- og motionstræning 1. gang den 13. september	Kl. 18.00 Beder Skoles store gymnastiksal	
Lørdag den 8. oktober	Crossløb	Kl. 13.00 ved vi adukten under Oddervej	
Søndag den 9. oktober	Eventløbet i Horsens	Kl. 9.30 - 12.40 ved CASA Arena	F
Søndag den 23. oktober	Vejle Ådal	Kl. 14.00 ved DGI-huset	F Senest 11/10 til Erling Brødbæk: ebroedbaek@deloitte.dk

F = Fællestilmelding

Fællestilmelding: Carsten Kjærgaard, email: nymarksalle122@gmail.com tlf. 4276 9341
Langdistanceløb fortræning: Carsten Kjærgaard, email: nymarksalle122@gmail.com tlf. 4276 9341
Motionsudvalget: Sebastian Best, email: sebastian.best@infogrindsted.dk

BMI MOTIONS bestyrelse:

Formand Lone B. Petersen. Email: LoneBaggergaard.Petersen@silkeborg.dk Tlf. 2233 3077
Næstformand Helle Hammer Mortensen. Email: hfmortensen@yahoo.dk tlf. 8693 3027
Kasserer Poul Andersen. Email: bechgaard@mail.tele.dk tlf. 8693 2286
Best. medl. Jørn Riis. Email: jornriis@gmail.com tlf. 8747 8757
Best. medl./redaktør Kirsten Underlien: Email: kirsten@underlien.dk tlf. 8693 7664
Best. medl. Finn Kempel Christensen. Email: finnkempel@gmail.com tlf. 8693 3414

<http://www.bmi-egelund.dk/index.php?id=659>
Email: bmimotion@gmail.com

Stof til folderen: senest 24. i hver måned til Kirsten Underlien
på kirsten@underlien.dk

Betalinger til kassereren: Opret PBS aftale. Kontakt kasserer Poul Andersen
BMI Motions bankkonto: Danske Bank 3661 3663071947



Hovedsponsor for BMI Motion