

BMI MOTION

Klubbladet

1. januar - 31. januar 2009



Over 60 medlemmer af BMI Motion mødte op nytårsaftensdag til den traditionelle travetur ved Moesgaard Museum.

Nytårs-travetur ved Moesgaard

Tekst og foto: Finn Kempel

Så blev det den 31. december. På slaget 12 var der mødt over 60 BMI medlemmer op ved Moesgaard Museum for at deltage i den årlige travetur.

Traveturen var planlagt til at vare ca. en times tid, og det tog den så godt og vel. For som ved alle større arrangementer var der selvfølgelig indlagt væskedepoter på strategisk vigtige punkter, og i dagens anledning ventede alle på hinanden, en meget skøn gestus :o), der gir´ sammenhold! Alle kom samlet i mål, ingen blev efterladt i skoven.

Efter traveturen mødtes vi i "cafeen", alle fandt herlige "rester" frem af julens godter og drammer – alt kan ikke nævnes, der var så meget dejligt og lækkert – for at skærpe næste års interesse kan eksempelvis nævnes – Hennys



Rester fra julebordene gjorde godt efter en god times travetur.

julebrød, Henriks jægerthe, Fru Carstensens havregrynskugler og, ja hvor skal man stoppe? Maven gør det før øjnene.

Et skønt arrangement, der gentages næste år – så længe det er hyggeligt, så måske "Same procedure as every year – why not!"

40 festede til julefrokosten

Årets julefrokost blev afholdt den 17. december i Børnehuset Østerskov i Malling.

Det var en rigtig hyggelig aften hvor aktivitetsudvalget virkelig havde kræset for os alle.

Salen var pyntet til UG, og det store flotte juletræ i centrum dannede rammen sammen med de flotte pyntede borde.

Lene N. bød alle velkommen til en noget anderledes sammenkomst, hun havde ret!

Vi nød noget lækkert julemad fra Smageriet til vore medbragte drikkevarer.

Poul A. fik mandelgaven, meget fortjent, da han var god til at holde på mandlen!

Deltagerantallet sneg sig over 40 personer, som alle havde en rigtig hyggelig aften.

Stemningen var som altid god, og



Stemningen var i top, da over 40 medlemmer af BMI Motion mødte op til julefrokost den 17. december. (Foto: Finn Kempel)

alle sang med til musikken, som blev flot leveret af Gudjon og Finn. Vi glæder os til næste år!

Hilsen Solveig og Torsten

Nyt fra Aktivitetsudvalget

Af Finn Kempel

Vi har flere gode, spændende emner under planlægning her i foråret.

Bl.a. barsler Andy med en vinsmagningsaften, Michele og Kurt Ivan med en "madlavningsaften" – til sommer er Knud kommet med et godt forslag om, at vi bør høre lidt om Fløjstrup skoven, som vi ynder at løbe i lørdag efter lørdag. Der skulle også gerne blive plads til at høre lidt om, hvordan vi kommer i gang efter skader, og hvordan vi psykisk takler, at vi af og til ikke lever op til egne forventninger – intet ligger dog helt fast endnu.

Det har været et godt aktivt år, og vi håber på, at der også til næste år vil være stor opbakning til de aktiviteter, der igangsættes, som har lidt mere islæt af at være

af social karakter og samvær. Vi håber stadig så mange som muligt byder ind med spændende aktiviteter.

Ideer kan som altid mailles til mig – finn.kempel@mail.dk

Til alle BMI'er ønskes et godt nytår fra aktivitetsudvalget, Lone, Lene & Finn.

Hvis du har brug for dit kort på et andet tidspunkt, kan du hente det hos undertegnede. Jeg har tlf. 86 93 30 27.

Blandede bolcher

Rabatkort

Af Helle Mortensen

Rabatkortene, som gælder til Sportmaster i Odder, er færdige og bliver uddelt ved fællesarrangementer.

Friske løbere

Af Helle Mortensen

1. juledag var vi ca. 15 friske løbere, som mødtes på tømmerpladsen til - for nogle - en traditionsjuleløbetur. Overvældet af det store fremmøde valgte vi at løbe turen baglæns.

Vi var nogle stykker, som løb en kortere udgave. Jeg håber alle kom hjem fra den lange, da nogle var bekymrede for at kunne finde vejen.

Jeg har efterfølgende hørt, at flere var på stranden og skylle sveden af i de kolde bølger. Hvor er i friske!

Jeg glæder mig til at løbe med jer alle igen i det nye år.

Mange hilsner fra Helle

Debat

Afstemning om løbetidspunkt

Af Steen Mouritsen

Da jeg er blandt de medlemmer, som synes, at kl.10 er for tidligt et tidspunkt at dyrke motion, så jeg med spænding frem til resultatet af medlemsundersøgelsen om løbetidspunkt om lørdagen.

Stor var min skuffelse selvfølgelig, da jeg læste, at konklusionen på afstemningen var, at der fortsat skal løbes kl. 10 om lørdagen, fordi der var flest, som havde stemt på kl. 10.

I mailen, hvor bestyrelsen indbød os til at stemme, skrev man ellers "Dermed kan vi forhåbentligt få et præcist billede af, hvilket tidspunkt der vil tiltrække flest medlemmer til træningen om lørdagen", så jeg synes lige, at jeg ville regne gennemsnittet af afstemningen ud.

Det viser, at medlemmerne ønsker at løbe lidt i elleve (10.52), og det er da et godt stykke fra kl. 10. Hvis bestyrelsen ikke er så glad for at bruge regnemaskine, kan man da også med lidt hovedregning se, at et flertal på 33 medlemmer ønsker at løbe kl. 11 eller senere!

Hvorfor arrangerer bestyrelsen dog medlemsafstemninger, som man alligevel ikke ønsker at følge? Kunne de så ikke spare os for flere afstemninger og bare meddele os, at de synes, at der skal løbes kl. 10 BASTA!

Svar

Steen Mouritsen læser resultaterne fra løbetidspunkts-afstemningen, som fanden læser biblen. Det er han selvfølgelig velkommen til. Men her kommer alligevel bestyrelsens læsning af resultatet.

Da undersøgelsen blev annonceret i Folderen i november 2008, skrev jeg på bestyrelsens vegne: "Fra januar 2009 vil vi derefter løbe på det tidspunkt om lørdagen, som foretrækkes af flest medlemmer".

Steen Mouritsen er af den opfattelse, at medlemmerne ønsker at løbe kl. 10.52, eftersom gennemsnittet af de 63 afgivne stemmer lander på kl. 10.52. Men sagen er, at ingen medlemmer ønsker at løbe kl. 10.52. Det er kun en statistisk løber, som ønsker at starte træningen kl. 10.52.

Derimod er der 30 løbere af kød og blod, som ønsker at starte træningen kl. 10. Steen laver den – fejlagtige – følgeslutning, at kl. 10.52 ville passe bedst for alle løbere, fordi tidspunktet udgør gennemsnittet af samtlige afgivne stemmer. Jeg kunne med mindst lige så stor ret hævde, at ingen løbere ville være tilfredse med kl. 10.52. Derimod kan jeg fuldstændig fast i mælet sige, at 47,6% (30 løbere) vil foretrække kl. 10.

Fjøllet indikator

Gennemsnitstidspunktet er i virkeligheden en ganske fjøllet indikator for, hvornår man har lyst til at løbe: Flere af løberne angav således på deres "stemmeseddel", at de ville foretrække kl. 9. Men den mulighed forelå slet ikke i afstemningen. Hvis bestyrelsen havde angivet det som en mulighed, ville gennemsnitstidspunktet dermed have været tidligere. I den forstand er gennemsnits-resultatet fuldstændig afhængigt af, hvilke afstemningsmuligheder der opstilles. Det er på ingen måde udtryk for, hvad der vil passe den enkelte løber bedst.

Steen Mouritsen skriver endvidere – for at imødekomme den talblinde bestyrelse – at et flertal på 33 medlemmer ønsker at løbe kl. 11 eller senere. Men hvis man kan argumentere på den måde, vil jeg (med en smule hjælp fra min regnemaskine) henlede opmærksomheden på, at hele 49 medlemmer (77,77%) ønsker at løbe kl. 11 eller tidligere. Og ud af disse 49 ønsker som nævnt 30 (61,2%) at løbe kl. 10.

Hvis vi skulle følge Steen Mouritsens logik, ville vi tilgodese disse 49 bedst muligt, hvis vi startede lørdagstræningen kl. 10.23. Men af hensyn til den pædagogiske formidling af løbetidspunktet og tilsvarende hukommelses-udfordringer hos medlemmerne, valgte vi at konkludere, at 10 både var det bedste og mest retfærdige

tidspunkt. Ikke mindst når det samtidig opfyldte det primære ønske hos knap halvdelen af medlemmerne.

Paradeforestilling

I slutningen af sit indlæg insinuerer Steen Mouritsen, at afstemningen blot er en paradeforestilling, og at bestyrelsen i virkeligheden ikke har noget ønske om at følge medlemmernes ønsker.

Steen Mouritsen skriver direkte: "Hvorfor arrangerer bestyrelsen dog medlemsafstemninger, som man alligevel ikke ønsker at følge? Kunne de så ikke spare os for flere afstemninger og bare meddele os, at de synes, at der skal løbes kl. 10?" Bestyrelsen beklager meget, hvis Steen Mouritsen har den opfattelse. Men af hensyn til de øvrige medlemmer i klubben vil vi afslutningsvis oplyse, at 4 ud af 6 bestyrelsesmedlemmer deltog i afstemningen. Heraf stemte 2 på kl. 11, 1 på kl. 13 og 1 på kl. 10. Bestyrelsen havde dermed et statistisk ønske om at starte løbetræningen om lørdagen kl. 11.15!!!

Steen Mouritsens insinuation er således forkert. Og uanset bestyrelsens individuelle eller kollektive ønsker bestræber vi os naturligvis for at være loyale over for resultatet af afstemningen. Ellers havde vi ikke ulejligt medlemmerne.

På bestyrelsens vegne
Carsten Kjærgaard

TAK

Tusind tak for den flotte buket, I glædede mig med på min fødselsdag.

Mange venlige hilsner
Jytte Laursen



PROFILEN



Navn: Lene Enegaard Nicolaisen, 57 år.

Job: Jeg er uddannet som komis og pædagog. Siden 1985 har jeg været institutionsleder i Malling. Derudover har jeg en diplomuddannelse i ledelse og en uddannelse som familierådgiver fra Kempler instituttet i Odder.

Andre fritidsinteresser: At passe og indrette min have. Derudover bruger jeg tid på at passe den kaffebar, jeg har i Århus sammen med fem andre kvinder.

Favorit ferie: Jeg kan lide at holde ferie på mange forskellige måder både alene og sammen med andre, storby, sommerhus, vandreture, hjemme i haven m.m, så jeg har ikke en decideret favorit ferie måde.

Største oplevelse i livet: Det må være selve livet, det hele tiden

af få mening i tilværelsen. At leve mellem tryghed og udfordring, mellem orden og kaos, nøjagtig som børn gør, når de udvikler sig. Det er konstant en stor oplevelse og udfordring.

Bedste løbesko: Asics.

Hvornår begyndte du at løbe:

Jeg har altid dyrket sport. Fra jeg var ni år, til jeg var 23 spillede jeg håndbold i AIA. Senere begyndte jeg at løbe, jeg tror det var omkring 1983.

Indmeldt i BMI motion: 1990.

Hvor tit løber du: Ja, lige nu løber jeg alt, alt for lidt - men ellers en 2-3 gange om ugen.

Sportslige mål: Mit næste mål er at løbe en halv maraton i Dredsen. Helst lige så hurtigt som den jeg løb i Hannover i 2008.

Bedste løbe eller sportslige oplevelse: De mange gode ture jeg har været på med på med BMI Motion, lige fra Grænseløbet til Reykjavik.

Hvad er årsagen til, at du er medlem af BMI motion:

De mange dejlige mennesker i lokalområdet, jeg møder i min hverdag, der hilser på mig og som jeg ofte får en god snak med. Det er med til at give mig et godt liv.

Kan BMI motion ændre noget for at blive bedre:

Som jeg kan se, prøver bestyrelsen hele tiden at tilpasse klubbens aktiviteter til medlemmernes behov. Det synes jeg er vigtig for en klub som vores.

Et godt træningsråd:

Nej - det er jeg nok ikke den rette til. Og dog; heller lidt træning end slet ingen træning.

Dato	Løb/arrangementer	Tid og sted	Tilm.
Onsdag og lørdag	Løbetræning	Onsdag kl. 17.30 fra Egeund hallen. Lørdag kl. 10 fra Tømmerpladsen i Fløjstrup Skov.	
Søndage	Uformelt søndagsløb	Ikke hver søndag—check hjemmesiden Fra Kilden ca.1½ time søndag Kl. 10.	
Mandage	Interval-træning	Start fra Egelund hallen kl. 17. Første gang den 12. januar 2009.	
Tirsdage	Gymnastik	Beder Skole Store gymnastiksal kl. 18-19.	
Fredage	Spinning	Motionslokalet, Egelund hallen.	
Søndag den 4. januar	Løb langt	Start fra Egelund hallen kl. 10.30. Mulighed for at løbe 16 og 21 km. Boller, kage og kaffe efter træning.	
Søndag den 18. januar	Løb langt	Start fra Hammel Stadion kl. 10.30. Mulighed for at løbe 12 og 24 km. Franskbrød og kaffe efter træning.	

F = Fællestilmelding

Fællestilmelding: Carsten Kjærgaard, email: ck@cabiweb.dk tlf. 8693 8696
Langdistanceløb fortræning: Steen Pedersen, email: syp@webspeed.dk tlf. 8693 7612
Motionsudvalget: Birgit Winther, email: larsogbirgit@pc.dk tlf. 8693 8510

BMI MOTIONS bestyrelse:

Formand Carsten Kjærgaard. Email: ck@cabiweb.dk tlf: 8693 8696
Næstformand Helle Hammer Mortensen. Email: hfmortensen@yahoo.dk tlf. 8693 3027
Kasserer Charlotte Venshøj. Email:venshøj@mail.dk tlf. 8627 6390
Best. medl. Kim Andersen. Email:catherina@oncable.dk tlf. 8623 1787
Best. medl./redaktør Birgitte Avnesø: Email: birgitte.avneso@yahoo.dk tlf. 8693 0920
Best. medl. Finn Kempel Christensen. Email:finn.kempel@mail.dk tlf. 86933414

<http://bmi-egelund.dcmmedia.dk/?motion>

**Stof til folderen: senest 20. i hver måned på bmi_motion@hotmail.com
eller til Birgitte Avnesø på birgitte.avneso@yahoo.dk**

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



Hovedsponsor for BMI Motion