

AAIG

Nr. 4 2011 44. årgang



Annette Hansen vandt kvindernes Duathlon
i årets udgave af Aabenraa Triathlon



atletik - tri - motion

AAIG – atletik, tri & motion

“organisation”



Klubbladsredaktør

Kirsten E. Møller,
eskildsen-moeller@stutteri-hesselholt.dk

Møllevej 50, Felstedskov, 6200 Aabenraa

74 68 58 73

I redaktionen

Bodil Nielsen, bniel@aabenaar.dk

Ærholm 7, 6200 Aabenraa

74 62 71 16

Jens Lassen, Jens.Sanne@mail.tele.dk

Skinderbro 23, 6200 Aabenraa

74 62 57 43

Torben Lykke lykkeinto@webspeed.dk

Buen 49, Stubbæk, 6200 Aabenraa

74 61 37 68

Hjemmeside (<http://aaig.dk>)

Torben Lykke, Helge Laursen & Poul E. Sørensen

Se adresse andetsteds

AAIG-atletik, tri & motionsudvalg (bestyrelse)

Formand (klubadresse)

Helge Laursen, DGI, laursenstub@mail.dk

Buen 3, Stubbæk, 6200 Aabenraa

74 61 32 75

Næstformand

Lars Bo Hansen, larsbo@dbmail.dk

Sønderbyen 32, 6534 Agerskov

74 83 33 49

Sekretær

Claus Guldager, **ad hock** cgu@dahlguldager.dk

Engsig 16, 6200 Aabenraa

74 62 57 47

Øvrige bestyrelsesmedlemmer

Holger Jacobsen, **MOTION**

Gl. Kongevej 27, 6200 Aabenraa

74 62 82 56

Helle Thomsen, **kasserer** helle1436@gmail.com

Sønderport 62, 6200 Aabenraa

74 62 55 46

Atletik aktivitetsudvalg

Kirsten E. Møller, DT-kv. + veteraner

Møllevej 50, Felstedskov, 6200 Aabenraa

74 68 58 73

Allan Lotzkat, dkalo@mail.dk

Skovbrynet 7, 6100 Haderslev

74 52 17 00

Helge Laursen, DGI-formand, laursenstub@mail.dk

Buen 3, Stubbæk, 6200 Aabenraa

74 61 32 75

Lars Bo Hansen, larsbo@dbmail.dk

Sønderbyen 32, 6534 Agerskov

74 83 33 49

Susanne Garbrecht, garbrecht@webspeed.dk

Farversmøllevej 56, 6200 Aabenraa

74 62 60 74

Triathlon aktivitetsudvalg

Jesper Jacobsen, cykl., svøm aaigtri@hotmail.com

Bag Møllen 21, 6200 Aabenraa

28 76 93 28

Motions aktivitetsudvalg

Holger Jacobsen famjac@post10.tele.dk

Gl. Kongevej 27, 6200 Aabenraa

74 62 82 56

Inga Lykke ingalykke@hotmail.com,

Buen 49, Stubbæk, 6200 Aabenraa

22 37 98 78

Poul Erik Sørensen silpo@mail.tele.dk

Frøeløkke 68, 6200 Aabenraa

74 62 74 92

Mette Fallesen mette.fallesen@mail.dk

Genner Bygade 54B, Genner

74 52 59 57

Harry Hansen harry@privat.dk

Rugkobbøl 6, 2. tv. 6200 Aabenraa

74 62 06 29

Per Buchhave, buchhaveper@webspeed.dk

Jernbanegade 45, 6200 Aabenraa

23 20 66 76

AAIG-atletik, tri & motions sponsorudvalg

Claus Guldager, cgu@dahlguldager.dk

Engsig 16, 6200 Aabenraa

74 62 57 47

Per Hussmann per@businesskompagniet.dk

Højholt 16, 6200 Aabenraa

20 42 19 59

Jens Lassen Jens.Sanne@mail.tele.dk

Skinderbro 23, 6200 Aabenraa

74 62 57 43

Jens Rønn Olesen jro@abena.dk

Højholt 3, 6200 Aabenraa

22 58 10 68

Idrætsmærke

Arne Hanfgarn jyttearne@live.dk

Engvej 3, Styrtom, 6200 Aabenraa

74 62 46 70

Anders Jørgensen hadbj@post.opasia.dk

Lindbjerg skovvej 116, 6200 Aabenraa

74 62 86 69

Bodil Nielsen finntorsten@ofir.dk

Ærholm 7, 6200 Aabenraa

74 62 71 16

<u>Aabenraa Biergmarathon styringsgruppe</u>		
Hans Sjursen (formand) hsj@abena.dk	Rådmandsløkken 26, 6200 Aabenraa	51 58 18 53
Trine Staantum trines_76@yahoo.dk	Nygade 36A, 6200 Aabenraa	20 88 71 44
Bo Junker junker@sport.dk	Nygade 33C, 6200 Aabenraa	20 73 26 27
Jesper Steffensen jeste@privat.dk	Frøeløkke 74, 6200 Aabenraa	74 62 90 86
Dan B. Nielsen danbn@sol.dk	Gl. Søndergade 2, 6392 Bolderslev	74 64 66 56
Henrik Holsteen Jessen henrik.jessen@skolekom.dk	H. P. Hanssens Gade 15, 3.tv. 6200 Aabenraa	61 46 80 27
Holger Jacobsen famjac@post10.tele.dk	Gl. Kongevej 27, 6200 Aabenraa	74 62 82 56
Bent Hjortdal (kasserer) ambe@webspeed.dk	Høgelshøj 109, 6200 Aabenraa	29 90 55 07
Per Hussmann per@businesskompagniet.dk	Højholt 16, 6200 Aabenraa	20 42 19 59
Finn Christensen finn@svinget2b.dk	Haderslevvej 46C, 6200 Aabenraa	50 50 49 61
<u>Nålestævner</u>		
Susanne Garbrecht garbrecht@webspeed.dk	Farversmøllevej 56, 6200 Aabenraa	74 62 60 74
<u>Kasserer/Kontingent</u>		
Helle Thomsen helle1436@gmail.com	Sønderport 62, 6200 Aabenraa	74 62 55 46
Helle Kulby kulby@post9.tele.dk	Kirkeforte 20, Frøslev, 6330 Padborg	74 67 23 62
<u>Administration (elite/bobler)</u>		
Else Guldager Else.Guldager@sydbank.dk	Engsig 16, 6200 Aabenraa	74 62 57 47
<u>Statistik</u>		
Kirsten E. Møller, (e-mail: se andet sted)	Møllevej 50, Felstedskov, 6200 Aabenraa	74 68 58 73
<u>Teknisk udstyr (stopure, pistol, el-tid)</u>		
Lars Bo Hansen larsbo@dbmail.dk	Sønderbyen 32, 6534 Agerskov	74 83 33 49
Kenny B. Andersen garbrecht@webspeed.dk	Farversmøllevej 56, 6200 Aab.	74 62 60 74
Jesper Mastrup, mastrup@privat.dk	Uglekær 20, 6200 Aabenraa	40 27 31 82
<u>Vægtlokale</u>		
Palle R. Madsen prm1@live.dk	Urnehovedvej 114, 6392 Bolderslev	74 64 63 45
<u>Redskaber</u>		
Torben Laursen, tl@dfif.dk	Gl. Kongevej 48, 6200 Aabenraa	74 63 25 15
<u>Klublokale (reservation ved formanden)</u>		
Lars Aag. Nielsen, dorit-lars@mail.tele.dk	Klintetoften 9, Hjordkær, 6230 Rødekro	74 66 66 73

Trænere		
Helge Laursen (pi./dr.12-15år, atl.), laursenstub@mail.dk	Buen 3, Stubbæk, 6200 Aab.	74 61 32 75
Anne Marie Salby (pi/dr.6-9 år), salby@post.tele.dk	Farverhus 240, 6200 Aabenraa	74 62 94 22
Jette Schulz (pi/dr.6-9 år) felstedskov@mail.tele.dk	Varnæsvej 567, 6200 Aabenraa	51 75 95 12
Lars Bo Hansen (mel./lang løb pi/dr. 13 år +), larsbo@dbmail.dk	Sønderbyen 32, 6534 Agerskov	74 83 33 49
Lars Aag. Nielsen, (pi/dr.12-15 år) dorit-lars@mail.tele.dk	Klintetoften 9, 6230 Rødekro	74 66 66 73
John Kulby (pi/dr.10-11 år) kulby@post9.tele.dk	Kirkeforte 20, Frøslev, 6330 Pad.	74 67 23 62
Allan Lotzkat (pi/dr.10-11 år, atl.), dkalo@mail.dk	Skovbrynet 7, 6100 Haderslev	74 52 17 00
Jesper Mastrup (yngste atl. ungdom), mastrup@privat.dk	Uglekær 20, 6200 Aabenraa	40 27 31 82
Kenny B. Andersen (pi/dr.12-15 år, atl.) garbrecht@webspeed.dk	Farversmøllevej 56, 6200 Aab.	74 62 60 74
Poul Beck (fra 16 år + m/k, atl.), pbe@aabenraa.dk	Kongensgade 62, 6200 Aab.	74 62 97 79
Kirsten E. Møller (fra 12 år + m/k, atl.)	Møllevej 50, Felst.sk., 6200 Aab.	74 68 58 73
Palle R. Madsen (mel./lang løb motion), prm1@live.dk	Urnehovedvej 114, 6392 Bol.	74 64 63 45
Jens Gydesen (pi/dr.6-9 år) jens.gydesen@rugkobbelskolen.dk	Fladholm 65, 6200 Aabenraa	74 63 27 17
Andreas Lund-Lauritzen (stang) trais@sol.dk	Løjt Kloster 13, 6200 Aabenraa	23 44 88 31
Tom Olaf Jensen (kastetræning) tom_jensen33@hotmail.com	Magnolievej 3, 6700 Esbjerg	27 24 51 88

<u>Stadion-inspektør</u> Allan Schmidt (mobil 20275706)	Ellemosen 15, 6200 Aabenraa	74 62 67 67
<u>Stadion cafeteria</u> Martin	Vestvejen 25, 6200 Aabenraa	

* Forkerte eller manglende oplysninger, henvendelse til Lars Bo Hansen 74 83 33 49

udg.27.08.2011

Indholdsfortegnelse

Formanden har ordet	Side 5
Esbjerg Triathlon	Side 9
LTU Finale	Side 10
DM Mangelkamp	Side 12
Udtagelse til ungdomslandsholdet	Side 17
Atletik stævner i fremtiden	Side 18
Kastemangelkamp Holstebro	Side 19
Rødekors indsamling	Side 20
Senior DM	Side 21
LTU	Side 23
Efterårstur til Dresden	Side 27
Världungdomsspelen i Göteborg	Side 28
Bedste Ungdoms DM nogensinde	Side 30
Marie og Natalie mødte en legende	Side 32
Grill løb	Side 36
MBL	Side 38
Terminsliste	Side 39

Næste klubblad

Deadline for (nr.5-2011.): Søndag d.2.10. 2011.

Artikler sendes til;

Kirsten Eskildsen Møller

Møllevej 50

Felsted

6200 Aabenraa

eskildsen-moeller@stutteri-hesselholt.dk

Artikler bedes så vidt muligt være forfattet i Times New Roman, 14 pkt, i to spalter med lige højre margen. Overskrifter i Arial 20 pkt fed. Billedtekst og forfatternavn i Arial 12 pkt. Margin: 2,5 cm. top og bund samt 2 cm. højre og venstre. Bekendtgørelser, ”annoncer” og lignende kan være i én spalte på tværs af hele siden – med 1 pkt. ramme omkring.

Forsiden:

Annette Hansen får overrakt præmie ved Aabenraa Triathlon

Formanden har ordet

Og nu til noget helt andet (frit efter Monty Python). Sådan kan man vist ikke starte, men jeg gør det alligevel. Bestyrelsen har besluttet, at vi i klubben vil hjælpe ved **Røde Kors indsamlingen** d. 2. oktober. Kære medlemmer: bak nu op. Se nærmere inde i bladet. Når bladet kommer, er tilmeldingsfristen nok udløbet. Har du ikke fået tilbuddet på anden vis (mail osv), så meld dig alligevel.

På trods af problemerne på ledelsesplan lykkedes det at få **et flot tri-stævne** stablet på benene. Godt gået af de ildsjæle, vi har på området. Så kunne vi få en slags tovholder/koordinator for tri, vil vi være godt på vej igen.

Atletiksæsonen er eksploderet i flotte resultater. DMsenior resulterede i 2 DIFmesterskaber samt bronze, fordelt på 3 personer. Ikke set bedre siden 1953. Næstbedste klub ved landsturneringen for ungdom (LTU). Et DMmangekampstævne i Aabenraa, der målt på kommentarer både var velarrangeret og hyggeligt. Samtidig gjorde vores egne det flot. Et absolut højdepunkt blev nået ved de danske ungdomsmesterskaber, hvor AAIG blev 4. bedste ungdoms klub i Danmark. Et flot punktum her var de 16-17 årige pigers mesterskab på

1000m stafet – en spændende dyst, hvor stillingen mellem de førende hold hele tiden vekslede. En lige så flot stafet – men på en anden måde – var de 14-15 årige pigers 4x100m. De blev nr. 6 ud af 8 hold (Odense har 8 rundbaner). Baggrunden: På forhånd ikke medaljekandidat, men at være med, at få erfaring, er vel også et kriterium. En af deltagerne blev skadet, og hos nogle gik snakken på, om det så kunne betale sig at løbe. Der var en mulig afløser, Fawzie Otour. Hendes melding var, at hun jo ikke var så hurtig, men hvis klubben havde brug for det, løb hun gerne. Så klubben viste flaget, respekt for de andre ved at løbe, reelt uden medaljechance. Vejle på 5. pladsen var sikkert glade over, at de slog ”storklubben” AAIG, ligesom vi er det, når vi slår Sparta. Fawzie kastede PR i spyd 30,55 og manglede lige ca. 2 meters erfaring i at få bronze, så det skal nok komme.

I forsommeren hørte jeg om Växjö, Nordens stærkeste atletikklub.

Deres hemmelighed var nok **holdningerne**, som alle bakkede op om. En stor gensidig respekt/samarbejde trænerne imellem, hvad enten man var ”toptræner” eller breddetræner. Ind imellem skiftede man lidt rundt, så de aktive ikke kun vænnede sig til en. Engang fik klubben **et godt tilbud** fra et anset

trænerægtepar, der var flyttet til området. De ville så selvfølgelig kun træne en gruppe af de bedste. Klubben sagde pænt nej tak. De betingelser passede ikke ind i klubbens koncept. Det er set før, at sådanne ”gode tilbud” har kostet dyrt. Foredragsholderen så en dag 2 unge mennesker gå og gøre rent på klubkontoret. Var de ikke lige blevet svenske mestre? tænkte han. Jo – og.... Sådan gjorde man der.

Der **langt til Växjö, men** på det sidste har vi oplevet mange unge som hjælpere ved stævner, de ikke selv skulle deltage i.

En aften efter træningen stod jeg og var ved at lægge presenningen på stangspring, da nogen havde glemt det, og regn truede. Pludselig stod en 12 års pige uopfordret og hjalp med.

En lille klubsnak med nogle unge fik en til at udbryde – ”jamen får I ikke noget for det?”. Den skulle hun lige sluge. Det er nok vigtigt ind imellem at dvæle lidt ved sådanne klubforhold, så de unge bliver klar over, at foreningen også har brug for deres engagement i et vist omfang ud over det idrætslige, at der også er forpligtelser over for sponsorer, hvis der skal skaffes midler af den vej. Her ligger der en opgave for trænere, ledere og forældre.

Den store resultats fremgang har skabt et øget pres på de ansvarlige for atletikområdet. Rent mentalt har vi nok

haft svært ved at fordøje den selvskabte succes. Nu er tiden inde til at konsolidere os, få nye procedurer på plads, at få nye folk kørt – ikke for at afløse de gamle (de fleste bliver forhåbentlig lidt endnu, også selv om kræfterne måske ikke mere er de samme), - men for at supplere, dele opgaverne ud på flere hænder. Kan man nu klare det? Ja husk, at vi alle er startet engang uden erfaring, og der er folk/erfaring, der kan hjælpe på vej. Vi har set eksempler på, at klubber ikke fik smedet, mens jernet var varmt, og er man først helt nede, er det svært at komme op igen.

Cross-sæsonen står snart for døren. D. 29. oktober lægges der ud på flyvestation Skrydstrup. Kan vi tilbageerobre tronen fra Rødekro på trods af, at vi har mange andre aktiviteter ved siden af.

Og nu til noget helt andet. Motionisterne og hvad der ellers har været af godtfolk har afviklet det årlige grill-løb med stor deltagelse. Om der blev sat nye rekorder i at løbe forkert eller om ”hadepræmierne” var værre end ellers, er jeg ikke helt klart over, men jeg ved, at det også er vigtigt **at have det sjovt** med sin idræt. Så sæt x ved det d. 15.9.

Helge Laursen



Jern og metal skrot

Rimeco A/S tilbyder miljøkorrekt bortskaffelse og behandling af skrot. Vores kunder er virksomheder, kommuner, institutioner, affaldsselskaber og transportører.

Vi har eksisteret i 120 år, og vores hovedkontor ligger i Aabenraa. Vi har også afdelinger i Rusland, Tyrkiet og Spanien.

Vi tilbyder blandt andet:

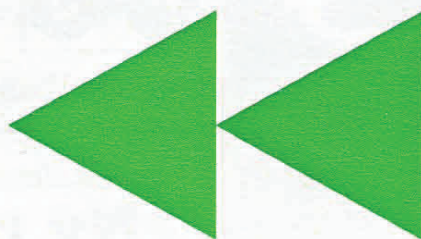
- Rådgivning og information
- Containerudlejning
- Transport og tømning

www.rimeco.dk
we believe in recycling

Math. Hendes
DIN VVS FORRETNING

Søstvej 21 - 6200 Aabenraa - Tlf. 74 62 37 60
erik@math-hendes.dk - www.math-hendes.dk

Arkitekttegnestuen
Anders P. Pedersen



Kreditbanken

- den lokale bank



**ERLING ANDERSEN
SNEDKER OG TØMRER
FORRETNING A/S**

Lille Kolstrup 30 - 6200 Aabenraa - Tlf. 74 62 70 00
www.erlingandersen.dk



STØT VORE ANNONCØRER - DE STØTTER OS!

telesikring
Alarmsystemer

Privatalarm - RS home



Pris for
oprettelse
1495,-
Incl. moms

Abonnement fra
kr. 195,- Prisen er
excl. etablering af
230V, stik til
telefon-tilslutning
samt evt. over-
vågning via GSM

*Tryghed for dig
og din familie*

- 1 central med indbygget sirene
- 2 rumdetektorer
- 1 nøglebrik
- 1 nøgleboks til opbevaring af nøgler for udrykningspersonale.
- 1 fjernbetjening ved til-og frakobling
- Installation og alarmskilte

BEMÆRK!
Tilbud er incl.
2 rumdetektorer

70 133 233 | www.telesikring.dk | info@telesikring.dk

SALON DOMINIQUE

Storegade NO. 28 Aabenraa

Telefon 74 63 00 81

www.salondominique.dk

*Støt vore annoncører...
- de støtter os!*

Karstens Cykel og Scooter Sportigan



Langrode 21 · 6200 Aabenraa · Tlf. 7462 8500

Business **K**ompagniet

Kurser & Uddannelse

- Kommunikation
- Trivsel
- Præsentationsteknik
- Forhandlingsteknik
- Ledelse
- Personprofiler
- Salgsteknik
- Teambuilding

Business Kompagniet ApS
Det Gamle Kredshus · H.P. Hanssens gade 42
6200 Aabenraa
T 7023 1402

Ny revisor?

Hovedregning i Aabenraa,
Haderslev, Padborg, Skærbæk,
Tinglev og Tønder.

www.revisor.dk

Tal med os!



**REVI
SION
SCEN
TRET**

STØT VORE ANNONCØRER - DE STØTTER OS!

Esbjerg Triathlon, søndag d. 7.august 2011

Søndag d.7. august var familien Salby og Kulby til den 2.udg. af Esbjerg Triathlon, som optagt/træning til Aabenraa Triathlon.

Det var 13 årige Alexander Salby, 17 årige Michelle Kulby plus undertegnede der deltog og distancerne var 300 m svømning, 15 km cykling og 3 km løb.

Da vi tog hjemmefra var vejrudsigten ikke den bedste – hård vind (10 m/sek.) plus byger, var forudsigelsen. Det viste sig dog hurtigt at bygerne slap vi for, men desværre måtte vi kæmpe lidt med den hårde vind på cykeldistancen. Heldigvis var der sol med en varm vind fra vest.

Svømning foregik i 25 m bassinet, som kan laves om til et 50 m international bassin ved svømmestævner



Michelle Kulby ved 300 m svømning, som blev gennemført i flot brystsvømme-stil med en original vending.

Vi viste allerede ved ankomsten til Esbjerg at vi ikke kom til at starte samtidig, da vi var placeret i hvert vort svømmeheat. Det ville ellers have været godt da vi så kunne have ligget på hjul af hinanden på cykelruten – som lidt usædvanligt var tilladt.

Michelle startede i heat 2 og var derved den først AAIG'er i vandet. Hun tog hurtigføringen i sin bane i en flot bryst-

svømmestil. De 300 m svømning tilbage-lagde hun i tiden 8,39 min og herefter gik det ud på 15 km cykelruten, en rundstrækning der skulle cykles 3 gange. På cykelruten gik det også fint og med tiden 30,38 min kan man se at hendes cykeltræning har ”båret frugt”. Sluttelig løb hun de 3 km i tiden 14,50 min, som bar præg af lidt tunge ben fra cyklingen. Hendes samlede tid blev 54,07 min, der gav en 37 pl. ud af 66 gennemførende - ingen køn el. aldersinddeling.



Alexander Salby i gang med en vending i 25 m bassinet på de 300 m svømning.

Alexander startede i heat 3 og svømmede skiftevis crawl og brystsvømning, hvilket gav en OK tid på 8,19 min. I cykling kunne han rigtig vise sin styrke og 29,11 min er flot. Sluttelig løb han de 3 km i tiden 11,45 min og hans samlede tid blev 49,16 min, der rakte til en 23 pl. blandt 66 gennemførende. Philip Hansen hans ven fra Rødekro IF slog ham dog med sølle 2 sek. men Alexander tog revanche ved det fornyelig overståede Aabenraa Triathlon. Undertegnede kom ind som nr.21 ud af 66 i en samlet tid på 49,12 min.

Lars Bo Hansen

Bedste LTU nogensinde

For andet år i træk, havde AAIG hele tre hold med, da der midt i August blev afviklet finaler i Landstuneringen for Ungdom – de officielle danske ungdomsmesterskaber for klubhold. Og for første gang nogensinde blev det til medaljer for alle tre hold. En af sølv, og to af bronze.

Landstuneringen har deltagelse af de fleste atletikklubber i Danmark. Og gennem indledende runder i hhv. Øst- og Vestdanmark kæmpes der om at kvalificere sig til finalestævnet, hvor de tre bedste hold fra Øst dyster mod de tre bedste fra Vest om det endelige mesterskab. Finalestævnet fandt i år sted i Helsingør.

Der kæmpes om mesterskabet i fire rækker: 12-15 årige piger, 16-19 årige piger, 12-15 årige drenge og 16-19 årige drenge. Og gennem de indledende havde både AAIG's 12-15 piger, 16-19 årige piger og 12-15 årige drenge kvalificeret sig til finalestævnet, hvor det som nævnt blev til medaljer i alle tre rækker. I øvrigt var AAIG eneste klub ud over Sparta, som fik medalje i mere end én række. Dermed satte AAIG endnu en gang en tyk streg under, at klubben på ungdomsfronten er Danmarks suverænt bedste vest for Storebælt.

Det 12-15 årige pigehold, som vandt sølv, bestod af: Ida Ilsø, Nina Ilsø, Isabell Paprotny, Dorthe Sommerlund,

Fawzie Otour, Marie Aagaard og Ditte Mikkelsen:



Fawzie, Marie, Dorthe, Nina, Isabell, Ida og Ditte viser her præcist HVOR glade de var for deres sølvmedalje.

Det 16-19 årige pigehold som vandt bronze bestod af: Mathilde Kramer, Anna Thomsen, Natalie Lassen, Julie Tjørnelund, Tenna Christensen, Maja Ilsø, Trine Bohsen, Nienke Kolk og Michelle Kulby:



Og det 12-15 årige drenge-hold, som vandt bronze bestod af Emil Bønning Petersen, Jacob Guldager, Mikkel Garbrecht, Alexander Salby, Kristoffer Thomsen, Harpo Ravn, Jacob Guldager, Jan Erik Møller, Jonas Garbrecht og Christoffer Adersen:



Dagens bedste enkeltpræstation stod 15 årige Marie Aagaard for, da hun stødte 12,99 meter i kuglestød. Det gav 954 point, og var det højeste pointantal nogen atlet præsterede ved hele finalestævnet.



Marie stod for stævnets mest pointgivende enkeltpræstation, da hun vandt kuglestød for 14-15 årige piger.

Tilbage står således, at 2011 blev det bedste LTU nogensinde for AAIG. Selvfølgelig vandt de 16-19 årige piger LTU 2 år i træk for nogle år siden, men 2011 er første gang, at så mange AAIG hold har hentet medalje. 2011 understreger hvor meget talent der faktisk er i klubben på så mange forskellige fronter. Bredden har aldrig været større.

Jens Lassen

Fremragende AAIG indsats ved DM i mangekamp

Måske var det hjemmebanen der gjorde det ? Ellers måske er AAIG's atletiktalenter bare ved at være så gode, at de tilhører de bedste i Danmark indenfor stort set alle aldersklasser ? I hvert fald sætte AAIG et sjældent positivt aftryk på DM i mangekamp i atletik, da det blev afholdt i Aabenraa den 20 og 21 august. Som den eneste klub ud over Sparta, fik vi nemlig medaljer i mere end en række. Faktisk blev det til hele fire AAIG medaljer – og det kunne endda være blevet til en femte.



3 af AAIG's fire medaljetagere: Mathilde Kramer, Kristoffer Thomsen og Maja Ilsø.

Mangekamp er en helt særlig disciplin indenfor atletikken, hvor alsidigheden er i højsædet. Kvinderne afholder mesterskab i 7 kamp og mændene i 10 kamp. Nøjagtig som det kendes fra f.eks. OL. Mesterskabet bliver for hvert køn afviklet i 3 ungdomsklasser og en seniorklasse. Og i det lys er AAIG's præstation med hele 4 medaljer og en fjerdeplads derfor ualmindelig flot.

Isabell Paprotny vandt bronze for de 14-15 årige piger. Maja Ilsø vandt sølv i klassen for 16-17 årige piger. Mathilde Kramer fik samme metal for de 18-19 årige piger. Og endelig fik Kristoffer Thomsen bronze ved de 14-15 årige drenge. AAIG's sidste deltager – Christoffer Månsson i klassen for 16-17 årige drenge – fik en flot fjerdeplads. Han måtte undervejs se alle sine diskoskast kikse. Var dette ikke sket, havde Christoffer også sikret sig mindst en medalje.

Jens Lassen



Selv om Christoffer Månsson suverænt vandt den sidste disciplin – 1000 meter – for de 16-17 årige drenge, måtte han desværre nøjes med en fjerdeplads samlet p.g.a. tre kiksede diskoskast.

DM mangekamp 20. og 21. august



Aabenraa triathlon 21. august





VI VED - DU KAN

Sønderjyske *Bus rejser*
Aabenraa **Turistfart**

Tlf: 74 63 09 68 • Fax: 74 63 05 15

- Komfortable 4-stjernede busser m/aircondition, køkken ect.
- Kørsel i ind- og udland
- Dagsudflugter
- Udlandsture arrangeres
- Stor liftbus med aircondition og rummeligt handicaptollet



mail: taxabus@taxabus.dk • www.taxabus.dk • Medlem af Rejsegarantifonden • Medlem af Dansk Busvognmand

THIELE *optiker Møller*

Optometrister • Kontaktlinsespecialister

Ramsherred 43 • 6200 Aabenraa

Tlf. 74 62 83 62 • www.optiker-moeller.dk

*Støt vore annoncører...
- de støtter os*



Audi
SØNDERJYLLAND



CHRISTEN AGERLEY

- et bilhus foran...



Tøndervej 58-64 • 6200 Aabenraa • Tlf. 74 62 12 12 • Telefax 74 62 52 12 • www.christen-agerley.dk

STØT VORE ANNONCØRER - DE STØTTER OS!

Hvad kan vi gøre for din boligøkonomi?

Tjek din boligøkonomi i Sydbank

Hvad kan vi gøre for dig, hvis dit billige boliglån bliver for dyrt? For at du kan sove trygt om natten? Eller hvis du har et boliglån, der løber ud lige om lidt?

I Sydbank Aabenraa får du en personlig rådgiver, som du kan stille alle de spørgsmål, du vil, om boliglån. Og vi har også et til dig: Hvad kan vi gøre for dig?

Ring til Sydbank og book et møde, hvor vi sammen kan gennemgå dine boliglån.

Rugkøbbelcentret
tlf. 74 37 48 80

Storegade 18
tlf. 74 37 30 00

6200 Aabenraa
sydbank.dk/aabenraa

Hvad kan vi gøre for dig

Sydbank

5 AAIG`ere udtaget til ungdomslandsholdet i atletik

I direkte forlængelse af de danske ungdomsmesterskaber i atletik i Odense den 27 og 28 august, udtog Dansk Atletikforbund det ungdomslandshold, som i begyndelsen af september skal repræsentere Danmark med de nordiske mesterskaber for unge under 20 år. Og hele fem AAIG`ere blev udtaget. Det er uden fortilfælde i klubhistorien.



Charles vandt i Odense for anden gang i år et dansk mesterskab – og blev efterfølgende landsholdsudtaget

De fem udtagne er Marie Aagaard i kuglestød, Maja Ilsø i spydkast, Natalie Lassen i 3000 meter løb, Mathilde Kramer i 200 meter løb og Charles Kamau i højdespring



Maja har på få år udviklet sig til Danmarks bedste ungdomsspydkaster



Marie havde – som sædvanligt – et formidabelt DMU med to mesterskaber og to andre medaljer. Kronen på værket blev en landsholdsudtagelse i en alder af bare 15 år

Desværre måtte Natalie melde fra p.g.a. sygdom, men både for hende, for klubben, og ikke mindst de fire som fik en på opleveren, er det et stort skulderklap for den indsats der de seneste år er sket på atletikområdet i AAIG.



Selv om hun her ligger forrest i feltet, måtte Natalie p.g.a. sygdom desværre udgå af begge sine løb ved ungdoms DM. Og efterfølgende melde afbud til landsholdet.

Skal atletikstævner dø i Sønderjylland? Med hvilke konsekvenser.

Mht børnestævner går det nogenlunde. DGI's nålestævner er ganske velbesøgte, selv om vi her godt kunne have mere deltagelse udefra. DGI's børnemesterskaber kan man ligefrem kalde et stort stævne.

Anderledes ser det ud, når det gælder stævner, hvor den ældre ungdom, senior og evt. veteraner er med. Atletikmæssigt ser Sønderjylland tyndt ud, når vi ser bort fra børnene. AAIG spiller en fremtrædende rolle, så fremtrædende, at vi i dag indtager rollen som den 4. stærkeste ungdomsklub i hele Danmark. Men i de andre klubber kniber det. Derfor kræver det, hvis et stævne skal føles som en succes, at der er stor opbakning fra de forskellige aldersgrupper. Hvis ikke det sker, vil stævnet ofte virke kedeligt, og næste gang være endnu mere tyndt, og til sidst er der ikke noget.

For AAIGs dygtige unge er der mange andre tilbud, men hvad med dem, der ikke lige ligger der. Mangler tilbuddet til dem, ja hvor skal de så konkurrere. Forsvinder breddetilbuddet, forsvinder bredden og også rekrutterings grundlaget for kommende dygtige udøvere. Et lokalt stævne kan sagtens indeholde et relevant tilbud også for en

udøver på højt niveau: Værdifuld konkurrence-træning, og der kan også sættes personlige rekorder ved et lokalt stævne. Endelig er der noget med, at de dygtige ofte trækker de næste med. I nordens stærkeste atletik, Växjö, har de filosofien, at også de dygtige ungdommer først og fremmest konkurrerer lokalt, og så selvfølgelig ved de obligatoriske mesterskaber. Selv verdensstjernen Caroline Klüft kan man møde ved lokale stævner.

Men når det er sagt, kan det måske nok være relevant at udvide rammerne for det lokale område. Hvad med et mesterskabssamarbejde med de tilstødende områder. Vil man (trænere/aktive) bakke op om det? Det kunne være rart at vide, inden man går videre med sådanne planer.

Uden at det direkte skal være en undskyldning for manglende opbakning, så rammer uheldige datoer ofte os. Nogle klubber, der ikke har mange ting at tage hensyn til, placerer ofte deres ting lang tid i forvejen, med det resultat, at der ofte blokeres for de gode datoer.

AAIG i klemme i cross

Lidt den samme problematik kan vores motionsafdeling opleve i cross, hvor det virker, som om de, der tilrettelægger turneringen, tror, at det er det eneste, der foregår i den periode.

Helge Laursen

Kastemangekamp i Holstebro

Kristoffer Thomsen og Marie Aagaard begge 14-15 års gruppen deltog i de vestdanske mesterskaber i kastemangekamp, der blev afviklet i Holstebro d. 1. juni. Begge vandt suverænt deres aldersgruppe og undervejs satte Kristoffer personlig rekord i diskoskast med et kast over 40 meter og i spydkast med et kast omkring de 45 meter. Marie satte også personlig i hammerkast med et kast på knap på 35 meter. Maries 4 kasteresultater bringer hende ind som nummer 1 i kugle, diskos og hammerkast på ranglisten herhjemme for de 14-15 årige og som nummer 4 i spyd. Kristoffer får også flere top 5 placeringer i hans øvelser.

Kastemangekampen består af kugle, spyd, hammer og diskos og der gives point for hvert resultat som lægges sammen. Der er kommet ny tabel og resultaterne skal lige omregnes til den gamle for at kunne se om der er tale om rekorder. Marie satte sidste år dansk ungdomsrekord i aldergruppen 14 år og med hendes resultater fra i år ser det ud til at blive en ny rekord for de 15 årige.

Mvh
Lars Aagaard

Hjemmesiden.

Nu kan du godt gøre det til en vane at lægge vejen omkring AAIGs hjemmeside, for nu kommer der jævnligt nyt.

"www.aaig.dk".

Motionsdelen har længe været i gang. Her er kontaktpersonen Poul Erik Sørensen: silpo@mail.tele.dk

For både atletik og triathlon har Torben Lykke nu meldt sig til at modtage og sætte stof ind. Så har man stof til hjemmesiden, så send det til Torben: lykkeinto@webspeed.dk.

Endelig har jeg også mulighed for at lægge ting ind, hvis det haster, og de øvrige 2 ikke er til at træffe.

Helge Laursen: laursenstub@mail.dk



Vi har brug for dig!

Den 2. oktober 2011 har Røde Kors brug for indsamlere til landsindsamlingen. Bestyrelsen i Aaig Atletik, tri og motion har besluttet, at vi i klubben vil hjælpe. Vi har derfor indgået aftale med Røde Kors om, at vi dækker 50 ruter. Røde Kors kvitterer med at donere en hjertestarter til klubben.

Bestyrelsen, Røde Kors og alt for mange mennesker i nød har brug for, at du bakker bestyrelsens beslutning op, ved at tilmelde dig til indsamlingen.

Tilmelding kan - og skal - ske så hurtigt som muligt og senest 10. sept. til Claus Guldager på cgu@dahlguldager.dk

Din tilmelding er selvfølgelig bindende og forpligtende. Vi kan bruge både børn (og deres forældre), unge og voksne – og vi skal have så mange deltagere som muligt. Det er hyggeligst, hvis vi kan stille med 2 indsamlere på hver rute.

Programmet den 2. oktober ser ud som følger:

09.30 – 10.30	Brunch og udlevering af indsamlingsbøtter mv. (klubhuset – Stadion)
10.30 – 11.00	Afgang til indsamling
11.00 – 14.00	Indsamling på tildelte rute
14.00 -	Indsamlingsbøtter afleveres og vi kan deltage i afslutningsarrangement.

Tilmeldte vil modtage nærmere information i god tid før den 2. oktober.

Vi glæder os til en hyggelig dag, og så ser vi frem til at være med til at gøre en forskel.

Bestyrelsen.

Tre medaljer ved senior DM

Anne Møller har i mange år været ene om at hente medaljer til AAIG, når det gjaldt de danske seniormesterskaber i atletik. Den tid heldigvis forbi! Ikke fordi Anne ikke længere er Danmarks bedste kvindelige hækkeløber på den korte distance. Men fordi flere af klubben unge talenter nu også begynder at kunne gøre sig gældende på seniorplan.

Det har ligesom ligget i luften med de mange medaljer AAIG har hentet de sidste par år ved ungdomsmesterskaberne. Men alligevel var det meget opløftende at se, at talenterne nu også kan måle sig med de bedste i Danmark på seniorplan, da der var DM i atletik på Østerbro Stadion i København den første week-end i august.

Anne Møller forsvarede med held sit danmarksmesterskab fra 2010 på favoritdisciplinen: 100 meter hæk. Hun kan således også i 2011 kalde sig danmarksmester og satte dermed et tyk streg under, at hun er Danmarks bedste kvindelige hækkeløber på den korte distance.

Men det blev faktisk til endnu et Danmarksmesterskab til AAIG, da Charles Kamau blev ny dansk mester i højdespring for herrer. Danmarks suverænt bedste mandlige højdespringer, Jannick Klausen fra Århus, havde meldt afbud, og det benyttede Charles sig af til at sikre sig sit første Danmarksmesterskab for seniorer. Dermed er begge Danmarks

to bedste højdespringere kun 17 år gamle – det lover godt for fremtiden indenfor denne disciplin. Både nationalt – og lokalt, hvor Charles er et godt eksempel på den store talentmasse der er i atletikken i øjeblikket.



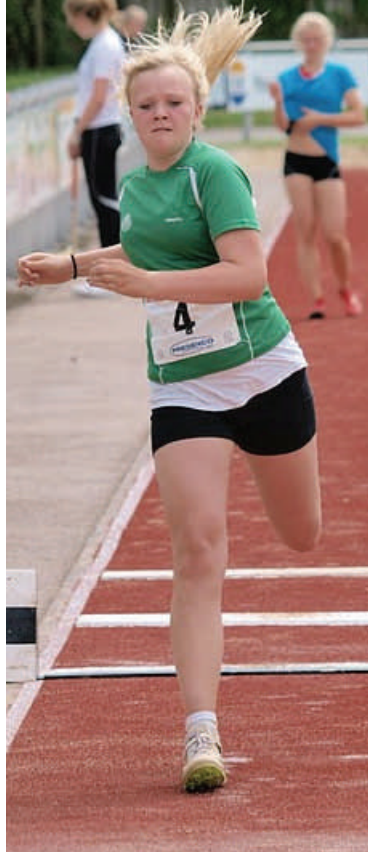
I en alder af kun 17 år blev Charles ny danmarksmester i højdespring for mænd

Den sidste medalje sikrede 18 årige Mathilde Kramer sig i kvindernes 200 meter løb, hvor hun vandt bronze. Og så blev Mathilde endda også nummer 4 på 100 meter. Et uhørt imponerende resultat af en pige, som først for et år siden begyndte at dyrke atletik.

De øvrige unge AAIG talenter som var med i København viste også, at det kun er et spørgsmål om et år eller to, før det er realistisk at tro på mere end tre medaljer til Aabenraa ved et senior DM i atletik.

Jens Lassen

Vestdanske mesterskaber i Skive 18. juni



LTU Finale

Her følger en rapport fra de danske mesterskaber for klubhold i aldersgrupperne 12 – 15 årige og 16 – 19 årige drenge og piger.

Fuldt udbytte af anstrengelserne.

Stævnet fandt sted lørdag d. 13. august i Helsingør.

AAIG havde et hold med i 3 af de fire grupper. Resultaterne blev følgende:

Piger 12 – 15 årige. AAIG fik sølvmedaljer efter Sparta og foran Odense. De tre seneste år har denne aldersgruppe hentet bronze medaljer.

Drenge 12 – 15 årige. AAIG fik bronze efter Århus 1900 og Sparta.

Piger 16 – 19 årige. AAIG fik bronze efter Sparta og Amager AC.

Finalestævnet består af de tre bedste klub vest for storebælt og de tre bedste øst for storebælt. Der blev ved stævnet sat mange personlige rekorder og særligt i kastene hentede AAIG mange point hos pigerne 12 – 15 årige. Marie Aagaard vandt således både kuglestød med 12.99 meter og diskos med 40.04 meter der begge gav over 900 point. Kuglestød gav 954 point som var stævnets højeste pointtal på tværs af alle aldersgrupper. Selv om 12.99 er rigtig langt, stødte Marie i torsdags ved Copenhagen Aletic Games 13,52 hvilket kun er 23 cm fra den danske 15 års rekord. Over halvanden meter længere end det næst længste stød i Danmark i aldersgruppen i år.

I næste weekend er AAIG arrangør af de danske mesterskaber i mangekamp for ungdom og her er alle velkomne til at kigge forbi Aabenraa stadion og se atletik i "danmarksklasse" .

Andre resultater som var personlige rekorder kan nævnes. Fawzie kastede 31.55 i spydkast for forbedrede sig med ca. 6 meter Ditte kastede over 27 i spyd så man kan sige kasterne bed fra sig. Maja er på vej til bage i højdespring og fik flotte 1.64 noteret og vandt spyd med 36, 62 meter.

Hos drengene kan nævnes Mikkel vandt spyd med et kast over 50 meter, Kristoffer vandt hammerkast med 41 meter og Emil vandt kuglestød med 13,07.

Regionsstævne i Gråsten 14. juni





ABENA®

Because we care

www.abena.dk

VAND - VARME - SANITET



Aabenraa VVS A/S

Claus Lund . Aut. VVS-installatør

Dimen 49 . DK 6200 Aabenraa . Telefon 74 62 47 46
www.aabenraa-vvs.dk . vvs@aabenraa-vvs.dk

Støt vore annoncører...
- de støtter os

Bo Bojesen

bøger
&
papir

Danske Bank

Vores holdplan

Mandag

Kl. 06.05-07.05 Morgen Bike - Lars
Kl. 10.00-11.00 BodyPUMP - Rasmus
Kl. 16.00-16.55 Forældre & børn - Bimmer
Kl. 17.00-17.45 Zumba - Jeanet
Kl. 17.00-18.00 Bike elite - Andreas
Kl. 18.00-19.00 BodyPUMP - Torben
Kl. 20.00-20.45 Zumba - Karin

Tirsdag

Kl. 10.00-10.25 Mbl - Rasmus
Kl. 10.30-10.55 BoldBalance - Rasmus
Kl. 16.15-16.45 Beg Bike - Ann-Marie
Kl. 16.55-17.40 Zumba - Karin
Kl. 17.45-18.55 Kickbox - Lars
Kl. 18.00-19.00 Bike øvel - Melanie
Kl. 19.00-20.00 BodyPUMP - Sarah
Kl. 20.00-20.45 Zumba - Jette

Onsdag

Kl. 06.05-07.05 Morgen Bike - Melanie
Kl. 17.00-17.55 Puls & Styrke - Rasmus
Kl. 17.00-18.25 Bike N Push - Daniel / Rasmus
Kl. 18.00-19.00 Bike øvel - Andreas Petz / Jakob Nerby
Kl. 18.30-19.25 Zumba Øvel - Malene

Torsdag

Kl. 08.15-09.00 Zumba - Karin
Kl. 10.00-10.25 Mbl - Rasmus
Kl. 10.30-10.55 BoldBalance - Rasmus
Kl. 16.30-17.30 Forsvars Puls - Anders
Kl. 17.00-18.00 Bike begynder - Sanja
Kl. 17.30-18.30 BodyPUMP - Mette
Kl. 18.05-19.05 Bike øvel - Melanie
Kl. 18.30-19.30 Boksnig - Lars

Freitag

Kl. 06.05-07.05 Morgen Bike - Melanie
Kl. 10.00-11.00 BodyPUMP - Rasmus / Sarah

Lørdag

Kl. 10.00-11.00 Bike - Turnus
Kl. 11.00-12.00 BodyPUMP - Turnus

Søndag

Kl. 10.00-11.00 Bike - Melanie



Aaig priser:

10 klip "kun til bike" kr.300,-

3 mdr kr.597,-

Alm medlemskab kr.175 via pbs

Uden indmeldelses gebyr.

Fitness syd

Lille Kolstrup 20 Aabenraa

27909345

www.fitness-syd.dk

Facebook - fitness syd aabenraa gruppe



FITNESS SYD

Åbningstider
holdplan
03/01-11

Mandag	06.00-21.00
Tirsdag	07.00-21.00
Onsdag	06.00-21.00
Torsdag	07.00-21.00
Freitag	06.00-19.00
Lørdag	08.00-16.00
Søndag	08.00-16.00

Tlf. 27909345

www.fitness-syd.dk



STØT VORE ANNONCØRER - DE STØTTER OS!



Efterårs tur til Dresden

Sønderjysk Sejtrækkerselskab tilbyder nu også en efterårs tur til Dresden Marathon, hvor man udover en hel marathon også kan løbe en halvmarathon eller 10. km. Alle informationer omkring turen kan du finde på Oves hjemmeside www.oveschneider.dk Gå ind under S. Sejtrækkerselskab og se det se udsendte nyhedsbrev. Eventuelt interesserede må gerne henvende sig til os for at få mere information. Turens pris er 2900.- kr. pr. person. Hvad denne pris indeholder kan ses i nyhedsbrevet.

Turen er åben for alle, deltagelse kræver ikke medlemskab af AAIG.

Og vær opmærksom på, man behøver jo ikke at løbe for at tage med. Dresden er en meget spændende by (siges der), så hvis man er frisk på en lille efterårs tur som supporter, så er chancen her nu.

De bedste hilsner

Anne Grete og Holger Jacobsen

2040 8256 5114 1526

famjac@post10.tele.dk



Världsungdomsspelen i Göteborg.

Den 7. – 10. juli blev der afholdt Sveriges store, populære ungdomsstævne ; Världsungdomsspelen med over 3500 deltagere fra 20 forskellige lande, og over 7500 startere. Så altså et KÆMPE stævne !!

AAIG deltog i år med denne lille flok ; **Natalie** med Jens (far), **Charles** med Vibeke og Børge (far og mor), **Marie** med Lars (far), og **Sebastian** og **Mikkel** med Kenny og Susanne (far og mor).

Disse 5 AAIG-atleter er jo alle særdeles gode i Danske forhold – flere af dem har vundet samtlige danske stævner i år i deres disciplin, samt været udtaget på diverse udtagelses-hold med DAF.

Nu skulle de så prøve kræfter med det store Sverige / udland.

Det var en kæmpe oplevelse, både at være på Ullevi stadion, hvor der tidligere har været afholdt EM. Og at deltage i sådan et stort, meget flot, velorganiseret stævne. Så bare det at være der, var en oplevelse for os alle – både atleter og forældre.

Konkurrencemæssigt kom de alle ud i spændende, krævende kampe, hvor det ”kun” blev til 1 guld, og 2 bronze til AAIG. Men hvor de fik en masse god modstand, som de ikke er vant til i danske konkurrencer, men som man lærer en hel masse af.

Resultaterne blev således :

Charles - **Guld** i højde med et spring på 1.95. og nr. 4 i længde med 6,45, hvilket var PR for Charles.

Marie - **2 x bronze** ; i kugle med et stød på 12,55 og i diskos med 42,57 (med 0.6 kg.) Derudover blev Marie nr. 8 i spyd med 36,53 (400 g. spyd), og nr. 12 i hammer med et kast på 35,63.

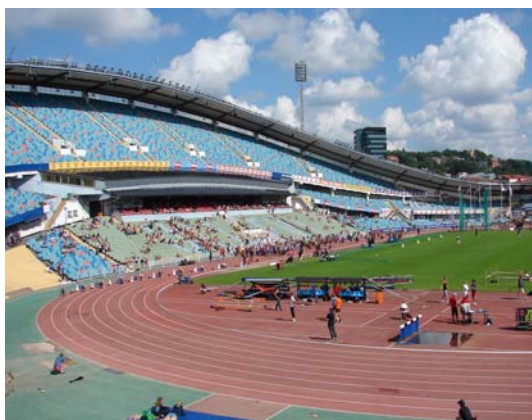
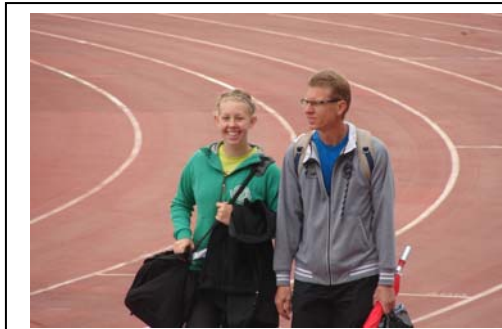
Mikkel - nr. 4 i spyd med et kast på 50,83.

Sebastian - nr. 14 i spyd med et kast på 48,76 – for alle andre aldersgrupper var det hver årgang for sig – men i dr. 16 år rykkede de i nogle øvelser, hvor spyd var blandt, op til dr. 17 år.

Natalie - 2 x nr. 8 på henholdsvis 1500m på 4.51.24 og på 3000m med et meget flot løb, og en stor PR på 10.18.72.

Vi havde en SUPER god tur, med nogle flotte resultater i en noget hårdere standard end vi er vant til. Og en kæmpe oplevelse. Som endda blev krydret med, at både Morten Jensen og Karolina Klüft deltog i længdespring.

Susanne Garbrecht.



Bedste ungdoms DM nogensinde

Da vi ved sidste år ungdoms DM i atletik vandt 10 medaljer var der tegn på, at AAIG var på vej tilbage til den position vi havde for 5-10 år siden: som én af Danmarks førende klubber indenfor ungdomsatletikken. Og da vi ved vinterens indendørs ungdoms DM vandt hele 19 medaljer – og dermed havde vores bedste DM nogensinde – var det svært at tro, at dette resultat kunne overgås.

Men det kunne det. Da der den 27 og 28 august blev afholdt udendørs ungdoms DM i Odense, blev det til uhhørte 25 medaljer – heraf 12 af guld. Dermed overgik vi ikke bare præstationen fra sidste år. AAIG fik også sit suverænt bedste DM nogensinde.

Resultat placerede os faktisk som den fjerde bedste klub ved mesterskaberne, kun overgået af Sparta, Århus 1900 og Københavns IF. Det er ganske enkelt fremragende – og et fantastisk udbytte af den satsning der er sket indenfor atletikken i Aabenraa de sidste år – både i AAIG og i Elite Aabenraa projektet. Og selv om nogle af medaljerne var positive overraskelser, så kunne det reelt være blevet til endnu flere medaljer, hvis alle havde været 100% fit for fight.

De 25 medaljer blev fordelt på 12 af guld, 10 af sølv og 3 af bronze. I enkelte discipliner var AAIG

dominansen så udtalt, at der var grønblusede på flere af medaljeskamlens pladser. Det gjaldt f.eks. kuglestød for 14-15 årige drenge, hvor både guld, sølv og bronzemedaljen kom med til Aabenraa.



Kristoffer, Emil og Mikkel gentog bedriften fra inde DM og besatte alle tre medaljepladser i kuglestøds konkurrencen for 14-15 årige drenge

Følgende kan det kommende år kalde sig dansk ungdomsmester i atletik:

- Ida Ilsø i højdespring for 14-15 årige piger
- Marie Aagaard i kuglestød for 14-15 årige piger
- Marie Aagaard i diskoskast for 14-15 årige piger
- Isabell Paprotny i 300 meter for 14-15 årige piger
- Mikkel Bach Garbrecht i spydkast for 14-15 årige drenge
- Kristoffer Thomsen i kuglestød for 14-15 årige drenge

- Kristoffer Thomsen i hammerkast for 14-15 årige drenge
- Charles Kamau i højdespring for 16-17 årige drenge
- Christoffer Månsson i 400 meter hæk for 16-17 årige drenge
- Mathilde Kramer i 200 meter for 18-19 årige piger
- 1000 meter stafetholdet for 16-17 årige piger (Trine Bohsen, Maja Ilsø, Natalie Lassen og Anna Thomsen)
- 4 x 100 meter stafetholdet for 18-19 årige piger (Tenna Christensen, Maja Ilsø, Anna Thomsen og Mathilde Kramer)



Mathilde Kramer bliver her dansk ungdomsmester på 200 meter for 18-19 årige piger. Efter stævnet blev hun sammen med 4 andre AAIG`ere udtaget til ungdomslandsholdet. Læs artikel andetsteds.

Sølvmedaljerne blev hentet i følgende dicipliner:

- Isabell Paprotny i længdespring for 14-15 årige piger
- Marie Aagaard i hammerkast for 14-15 årige piger
- Marie aagaard i spydkast for 14-15 årige piger
- Emil Bønning Petersen i kuglestød for 14-15 årige drenge
- Kristoffer Thomsen i spydkast for 14-15 årige drenge
- Anna Thomsen i 400 meter for 16-17 årige piger
- Julie Tjørnelund i 400 meter hæk for 16-17 årige piger
- Maja Ilsø i spydkast for 16-17 årige piger
- Mathilde Kramer i 100 meter løb for 18-19 årige piger
- 4 x 100 meter stafetholdet for 16-17 årige piger (Julie Tjørnelund, Natalie Lassen, Trine Bohsen og Nienke Kolk)

Og endelig blev det til følgende bronzemedaljer.

- Mikkel Bach Garbrecht i kuglestød for 14-15 årige drenge
- Sebastian Bach Garbrecht i spydkast for 16-17 årige drenge
- 1000 meter stafetholdet for 16-17 årige drenge: Mikkel Bach Garbrecht, Charles Kamau, Nikolaj Mastrup og Christoffer Månsson)

Marie og Natalie mødte en legende

Da Marie Aagaard og Natalie Lassen, sammen med et par af klubbens andre unge, deltog ved Världungdomsspelen i Göteborg i juli, var der også deltagelse af nogle af atletikkens helt store stjerner. Bl.a. den tidligere OL guldvinder, dobbelte verdensmester og Europamester, Carolina Kluft. Den måske bedste – og i hvert fald mest alsidige – kvindelige atletikudøver i nyere tid.

Og hvad gjorde de to benovede AAIG piger ? De fik sig selvfølgelig en lille snak – og ikke mindst et billede – med Carolina. Hjemvendt til Aabenraa har de stolt vist billedet frem, og klubbens ”rigtige” 7 kæmpere var noget misundelige. Det forlyder, at ikke mindst Maja stadig ærgrer stadig sig over, at det ikke var hende der mødte idolet.



Marie, Carolina og Natalie

Marie er inde i en rivende udvikling

Sidste år satte Marie dansk ungdomsrekord i kuglestød for 14 årige piger, og for nylig var hun meget tæt på at tage 15 års rekorden også. Med et kast på hele 13,52 cm. forbedrede hun sin PR med hele 70 cm. ved et stævne på Østerbro Stadion i august.

Også i diskoskast har Marie formået at forbedre sin PR eftertrykkeligt i 2011 og hun begynder efterhånden at kunne give de bedste danske seniorkvinder kvalificeret modstand i disse to discipliner, trods sin unge alder



HERREHUS

Aabenraa · Tlf. 7462 2176 · Rødekro · Tlf. 7466 1090



Trøst & Mensel

Et sikkert valg ved køb og salg

Rådhusgade 6

74 62 64 64

Lægehusets Optik

Briller og kontaktlinser

Rådhusgade 9
6200 Aabenraa

Tlf. 74 62 37 05



Aabenraa Slagteren

Søndergade 9 · 6200 Aabenraa Tlf. 7462 3322

meldgaard

A s k e l u n d 1 0
d k - A a b e n r a a
t l f . + 4 5 7 4 3 3 7 2 0 0
m e l d g a a r d . c o m

...helt naturligt

Oesten

Ingeniører & Arkitekter Aps

Skibbroen 22 DK - 6200 Aabenraa
Tlf. 74 62 47 11 Fax. 74 62 47 14
E-mail: oia@oia.dk www.oia.dk

Det er knag' me billigt hos...



www.skousen.dk

v/Thomas
Vestergaard
Skrænten 11
(ovenpå Jysk)
Aabenraa,
tlf. 74 62 18 58

Tagdækning

- Tagpapdækning af nye tage 
- Listedækning 
- Tagpapreovering af eksisterende tage
- Efterisolering af eksisterende tage
- Membranisolering af broer og parkeringsdæk
- Selvbærende stålpladetage

Syddansk Tagdækning A/S blev i 2006 stiftet af Asmus Schmidt, Allan Lotzkat, Torben Schweer og Lars Slipsager – som tilsammen har mere end 80 års erfaring inden for tagdækningsbranchen. Syddansk Tagdækning A/S vil derfor være det sikreste valg, når der skal vælges samarbejdspartner til udførelse af tagpaparbejde.

Syddansk
Tagdækning A/S

Tlf. +45 77 34 37 00 · Fax +45 74 63 36 37 · www.syddansktag.dk · info@syddansktag.dk

STØT VORE ANNONCØRER - DE STØTTER OS!



SUPER BEST

Petersborg 1 A · 6200 Aabenraa
Tlf. 74 62 21 50

broager
SPAREKASSE

broagersparekasse.dk

A D V O K A T E R N E
DAHL & GULDAGER

H.P. Hanssensgade 42 · Postboks 239 · 6200 Aabenraa
Tlf: (+45) 74 31 31 31 · Fax: (+45) 74 31 31 47
www.dahlguldager.dk



HOTTRYK
GRAFISK KOMMUNIKATION

BRUNDE VEST 14 A | 6230 RØDEKRO
TLF. 7466 6431 | FAX 7466 6117
WWW.HOTTRYK.DK | KSP@HOTTRYK.DK



Sportsredaktør:
Jens Kragh Iversen

Tlf. direkte 73 32 30 57

Email: sport@nordschleswiger.dk

Tlf. 74 62 38 80
Fax 74 63 26 56

Der Nordschleswiger

DEUTSCHE TAGESZEITUNG IN DÄNEMARK

... landsdelens tysksprogede *lokalavis*

STØT VORE ANNONCØRER - DE STØTTER OS!



Grill-løbet ved Holger og Anne Grete



Grillløb 2011



Efter 13 år i Grønland, hvor jeg løb i fjeldet om sommeren og på løbebånd i soveværelset om vinteren, måtte jeg erkende, at livet er for kort til at løbe alene. Jeg måtte rive mig selv op med roden og tilbage til Danmark, alle mine venner sagde jo samstemmende, at stort set alle danskere løber nu om dage. Det kunne jeg ikke sidde overhørigt. Jeg måtte reagere, jeg måtte være med. – Så skøjteskiene, compoundbuen, de tilhørende jagtpile, camouflagetøj, riflerne, foldekanoen, fiskegrejet, telt og deslige blev pakket ned og min elskede RUBY blev solgt. Farvel til den barske natur, som det ene øjeblik er gæstfri og dragende, det næste skæmmende og ubarmhjertig. Farvel til de jagtmarker og fiskevande, som har fyldt min fryser år efter år med kød, fisk og fugl. Og farvel til det grønlandske folk, som har lært mig at nyde livet på en anden måde, uden jeg helt kan beskrive hvordan.

Tilfældet ville, at jeg landede i Randers. Her var der masser af løbere – perfekt – men igen måtte jeg flytte. Skulle jo have noget at leve af, og pludselig ventede et job i Aabenraa. Jens i Randers atletik sagde ”Flytter du til Aabenraa? Det skal du ikke være ked af” (det var jeg nu heller ikke)

”AAIG er en god klub, der skal du løbe.”

Jens er sådan en rar mand, hvis ikke man kender ham tror man næsten det er lyv, så rar han er. Når han siger, at AAIG er en god klub kan det kun være rigtigt.

Den 19. august var jeg så til det årligt tilbagevendende grillløb i AAIG. Et dejligt skørt arrangement som ildsjælene i klubben stod for. 60 løbere i et stort telt i Holger og Anne Grethes have inddeltes i hold med fem i hver. Hvert hold fik udleveret fem forskellige rutebeskrivelse - en til hver deltager på holdet, f.eks: løb ad knapstien, for enden af knap stien drej til højre mod Blåsholm, drej til venstre ad Blåsholmvej, ved skarpt højresving løb lige over bækken, drej til højre op ad bakken ved vikingen, løb tilbage og to gange rundt om vikingen, lige efter vejen har slået et S vælg da plovfugen til højre og spring om nødvendigt over et hegn, osv... Desuden fik alle et kort uden ruten indtegnet. Kortet er alene til hjælp for de som måtte løbe forkert og fare vild. Holger stod, vanligvis kunne jeg fornemme, for opdelingen af hold og uddeling af rutebeskrivelser, mens han messede som en gadesælger; ”Der er præmier til alle. Ingen ved hvad man får. Eneste betingelse for deltagelse er, at man tager præmien med hjem.”

Kendere hævder, at der i tilfældige rutebeskrivelser er indlagt fejl. Det er der reelt ingen, som ved med sikkerhed, men de, som har deltaget i løbet i mange år, mener, at det må være forklaringen, for der er altid mange som løber forkert. Om det blot konspirationsteorier må stå hen i det uvisse, fakta er dog at det ikke har været et vellykket grillløb, hvis ikke der er løbere, som forsvinder i skoven, man så efterfølgende går ud og leder efter.

I dette års løb var der flere som blev afsløret

i at have løbet forkert, men desværre ingen som forsvandt i skoven. For at undgå den totale skuffelse erklærede løbs-komiteen derfor løbet for afsluttet inden sidste løber kom i mål. Ordnung muss sein. (undskyld mit tyske –det er lidt rustent). Den uheldige gik så glip af den overstrømmende jubel, som alle vi andre blev mødt med, da vi løb ind over målstregen.

Jeg ved, at løbskomiteen beklager meget på den måde at ofre en løber i sagens tjeneste, men det var sidste udvej for at holde traditionen i hævd.

Efter et besøg under den nærmest tilgængelige bruser defilerede alle tilbage i Holger og Anne Grethes have, hvor der nu var borde og bænke i teltet og kød på grillen – og snart blev bordet med grøntsager og andet godt fyldt op. Nogen må ha ydet en stor indsat thi den slags sker ikke af sig selv, med mindre man er meget troende eller meget forkælet.



Forkælet blev vi i den gode mad. Aftenens højdepunkt nærmede sig og snart messede Holger igen; "Der er præmier til alle – ingen ved hvad man får – præmien bliver ikke nødvendigvis bedre af, at man vinder løbet – og husk: klausulen for deltagelsen er, at man skal tage sin præmie med hjem." Holger styrede præmieoverrækkelsen kyn-

digt og erfarent og på forunderlig vis overraskede han gang på gang med nye hidtil usete præmier. I år lige fra små havenisser til blomstrede kopper i porcelæn til udefinerlige gråspurveskræmsler til - ja til et glas øl.

Hvem der vandt? Det gjorde alle, men aftenens største vinder var utvivlsomt Holger.

Jens havde ret: "AAIG er en god klub – der skal du løbe."

*den nu lykkelig ejer af en sukkerskål.
Per hin lange*



Som noget nyt arrangerer vi i fællesskab med Rødekro Cykelklub MTB og Cross løb.

AAIG Atletik, Tri og Motion og Rødekro Cykle Club vil derfor gerne invitere til

Kreditbanken MTB- og Crossløb lørdag d. 15. oktober 2011.

Ruten er den permanente "blå" MTB-rute der er ca. 8,4 km med ca. 200 højdemetre, som foregår i bakket terræn i udkanten af Aabenraa. 85 procent af ruten foregår på udfordrende singletracks.

Vi har i år gjort forskellige nye tiltag for at gøre løbet attraktivt for så mange deltagere som muligt.

Som noget nyt i år lukker udkørslen til næste omgang efter 75min for senior og veteran hos både herre og damer. For ungdom køres der 60 min.
Dvs. kører man de første 3 omgange på 1 time og 12 min. skal man ud på en 4. omgang. Kører man derimod de første 3 eller 2 omgange på 1 time og 16 min eller langsommere, kører man direkte i mål.

Vi håber på at se jer til en sjov og udfordrende dag i skoven.

Se mere på hjemmesiden: www.oveschneider.dk/mtb/

Hovedsponsor



Øvrige sponsorer



Terminsliste 2011

Dato	Kl.	Sted	Hvem	Arrangement	Ansvarlig
September					
Tor 1	18.00.	Bylderup B	M	Åbningsløb: 5 + 10 km	
Lør 3	14.45.	Tønder	AMT	Tønderløbet 4,35 – 10 - ½ marathon	
Lør 3 – Søn 4		Holbæk	AM	LM, atletik	
Lør 3 – Søn 4		Hvidovre	A	DM, veteraner	
Lør 3 – Søn 4		Østerbro	A	NM i atletik for ungdom	
Søn 4		Odense	AMT	Odense City løb 5 – 10 - ½ marathon	
Søn 4		Kolding	AMT	Kolding City ½ Marathon (+ 5 – 10km)	
Lør 10		Rødding	AMT	Frøsløbet: 5 + 10,5 + 21,1 km	
Søn 11		Helsingør	A	DT, kvalifikation	
Søn 11		Broager	AMT	Gendarmløbet 5 – 10 – 21,1 km	
Man 12		Sønderborg	A	Nålestævne	
Lør 17	10.00.	Hvid/Glost	A	DM, kastemangekamp	
Lør 17		Kruså	M	Grænseløbet: 5,4 + 12 km	
Søn 18		Sønderborg	A	Sønderjyske børnemesterskaber	
Søn 18		Odense	M	H C Andersen Marathon / DM	
Søn 18		Højer	M	Digeløbet: 4,4 + 9,3 + 13,3 km	
Lør 24		Vejle	A	Vestdanske holdmesterskaber, 10-13 år	
Søn 25		Herning	A	Vestdanske holdmesterskaber, 15-19 år	
Søn 25		Berlin, D	M	Berlin Marathon	
Søn 25		Aabenraa	A	Veteran venskabsmatch	
Oktober					
Lør 1		Odense	AMT	DM i 10 km, 20 km og 30 km	
Lør 8		Aabenraa	AMT	X-trem Mandehørm	
Lør 15		Aabenraa	T	Renault MTB og crossløb	
Søn 23		Vejle	M	Vejle Ådal ½ Marath: 5 + 10 + 21,1 km	
November					
Lør 5		Klipleve	M	Klipleveløbet	

A = fortrinsvis atletik
M = fortrinsvis motion
T = fortrinsvis triathlon

Hvor der ingen ansvarlige står nævnt, kan det ikke forventes at AAIG arrangerer fælles tilmelding

Hvis du har kendskab til arrangementer, som kan have interesse for AAIG klubmedlemmer, så giv venligst besked til Jens Lassen.

BAGSIDE