

## Nyhedsbrev april 2023



### Kære medlemmer



Orient holder fødselsdag lørdag d. 13. maj kl. 10 i Orienthuset. Vi starter med flaghejsning og herefter vil der være et lille morgenkomplet, uddeling af legater mv. Vi ses til et par hyggelige timer i Orienthuset 😊

Noget af det, vi er optaget af i bestyrelsen for tiden, er bl.a.: Rødovre Kommunes visionsoplæg, den årlige halfordeling i Rødovre Kommune, Første spadestik til Tækwondohal (vores kommende nabo), revision af foreningens forsikringer og en smartere tilgang til vores medlemskartotek.

Efter mange år er Preben stoppet i Orients bestyrelse. Preben har de senere år været ansvarlig for Orienthuset. Før det var han ansvarlig for festudvalget og meget andet. En stor, varm og kæmpe tak for mange års stort arbejde og engagement i Orient.



Orients bestyrelse februar 2023

**På bestyrelsens vegne, Lene**

### Fodbold:



#### Ny formand i Orient Fodbold

FU (forretningsudvalget) er virkelig glade for, at vi på medlemsmødet d. 6. marts fik en ny fodboldformand: Mia Elmelund. Mia har været i klubben i mange år, og vi er sikre på, at det er det helt rigtige match.

Lige nu skal vi sammen finde en fælles vej, men vi er ikke i tvivl om, at I meget snart hører nyt, for Mia har masser af gode idéer og stort gå-på-mod 😊

Stort velkommen til Mia, som her selv sætter lidt ord på:

”Det er med glæde i stemmen, at jeg nu kan kalde mig formand for Orient Fodbold. Jeg glæder mig til at løfte Orient Fodbold videre i samarbejde med alle nuværende og fremtidige medlemmer og frivillige.

I forvejen er jeg en stor del af klubben, da jeg på syvende år er holdleder for U11/U12 drengene og selv spiller fodbold på old girls holdet. Orient Fodbold er for mig en dejlig lokal fodboldklub, hvor der er plads til alle og det gode fællesskab på holdene blomstrer via bl.a. arrangementer, oplevelser og en masse kampe og træninger.

Vi har været igennem nogle turbulente år i form af nedgang af frivillige trænere/ledere og andre frivillige i klubben som bl.a. har gjort, at vi ikke har haft hænder nok til at kunne opretholde nogle årgange, samt kunne videreføre vores store sociale arrangementer for alle klubbens medlemmer + nye, heriblandt Orient Cup, smølfefodbold, børnehaveturnering og sommerafslutning.

Jeg vil som ny formand for Orient Fodbold sikre mig, at alle vores nuværende hold trives, udvikles og fastholdes i nogle spændende og inspirerende rammer, at fodboldglæden opretholdes og at de dygtige frivillige trænere/ledere får de bedste mulige forudsætninger til at kunne give alt dette til vores medlemmer rundt på træningsbanerne. Ligeledes vil jeg, med jeres hjælp, få stablet vores fantastiske arrangementer på benene igen, så vi igen kan mødes på tværs af årgangsholdene og skabe nye og flere venskaber, da vi alle har fodbolden som vores fælles interesse.

Afslutningsvis vil jeg fortælle at kommunen efter planen skal starte på vores nye kunststofbane her i marts og derfor kan vi ikke bruge vores egen hjemmebane før efter sommerferien. Jeg glæder mig til den bliver færdig og vi igen kan samles meget mere lokalt, og at "Hulen", vores skønne lille kiosk, igen kan åbne meget mere og hele året rundt.



### Ungdomsturen gik i år til Italien

Fredag d. 31/3 til torsdag d. 6/4 var 39 spillere og træner/ledere af sted på årets store udlandstur.

Holdene U11/U12 og U14/U15 var repræsenteret i år, der blev afholdt to træningspas om dagen samt træningskampe mod Slovenien, Østrig og Italien.

Det var en stor oplevelse for vores spillere og alle nød denne skønne fodboldlejr i Italien.

Tak til de frivillige trænere/ledere som har arrangeret denne uforglemmelige tur for klubbens ungdomsspillere.

Vi kan med stor glæde også fortælle at vores børnehold U6-U10 igen i år skal afsted på vores årlige Kongelejr-tur til Vig.

Dette sker i weekenden 21.-23. april. Denne tur skaber hver gang stor glæde, nye fællesskaber og venskaber på tværs af årgangene og styrker kammeratskabet på eget hold. Der er planlagt en masse hyggelige timer, hvor der er arrangeret mange sjove aktiviteter og spændende fodboldkampe.

Tak til de frivillige trænere/ledere som står for denne unikke Kongelejr-tur for klubbens børnehold.



/ Mia

### **Elhockey- og Powerchair Floorball:**



### El-hockey:

Vores rekruttering på skolerne i Stor-København, hvor der er klasser med bevægelseshandicappede børn og unge,

begynder så småt at virke. Vi er startet på "Skolen Ved Sundet", som har en hel linje fra 0 - 10. klasse for bevægelsehandicappede og vi har den første "Kom og prøv dag" d. 2. maj. Der er løbende opslag på skolens aula vedr. tilbud om holdsport for bevægelsehandicappede. Vi har et fint samarbejde med skolen.

Vi var til det sidste stævne i forbundsmesterskabet lørdag d. 25. marts i Herning. God afslutning på sæsonen.

Orient Red Bulls 1 fik sølv i 2. division og så blev træner og spiller på holdet Anders Berenth kåret til årets spiller.

Orient Red Bulls 2 fik noget overraskende bronze i 3. division - det var vist første gang disse spillere endelig vandt en medalje.



### Powerchair Floorball:

De træner på livet løs til foråret og sommerens tre stævner i henholdsvis Holland, Belgien og Italien. Vi håber at alle spillerne i løbet af foråret og sommeren har økonomi til at deltage i et eller flere af disse stævner.



**/Dorte**

### **Svømning:**



Vores konkurrenceafdeling har været afsted til Landsmesterskab i Vejle i starten af marts måned. Det var en super god weekend, hvor alle fik slået deres personlige rekorder – super flot 😊

Svømmeafdelingen afvikler afslutningsstævne lørdag d. 15. april Det er dagen, hvor vores svømmere kan vise forældre, søskende og ikke mindst deres instruktører, hvor gode de er blevet i løbet af sæsonen. Det er samtidig her, vi kårer vores klubmestre. Det plejer at være en fantastisk dag med hygge og fart.

Svømmeskolen fortsætter derefter frem til 31. maj.

Der vil blive set på, hvad de gode svømmere har nået i sæsonen og hvilket niveau de bør tilmeldes på i den kommende sæson.

Vi ved endnu ikke, hvordan vi håndterer tilmelding til den kommende sæson i skrivende stund.

Der er planlagt et medlemsmøde d. 3. juni 2023 klokken 10:00-11:30, hvor vi vil lytte til jeres ønsker for en nem tilmelding og hvad der ellers måtte være af spørgsmål. Der kommer en invitation ud, men I kan allerede nu sætte X i kalenderen.

**/Maria**



## Idrætsmærke og sommermotion:



Så er sæsonen planlagt og datoerne for prøver til idrætsmærket er fastlagt (se orient.gif.dk).

Bemærk at forud for træningssæsonen fra 2. maj på stadion på Elstedvej, har vi indendørs formprøver allerede i april.

Hvis du vil dyrke sommermotion og i løbet af sommeren får lyst til at prøve kræfter med idrætsmærket, er det en god idé, at du på forhånd har taget formprøven.

Du møder blot op på én af formprøvedatoerne. Du bliver testet i nogle enkle gymnastikøvelser. Også her er kravene sat efter din alder, og du vælger selv sværhedsgraden. Det er øvelser som f.eks. et begrænset antal mavebøjninger eller du træder op og ned af en forhøjning eller laver rygbøjninger på gulvet.

### Stadionhallen, opvarmningssalen

Tirsdag 18. april: Mænd kl. 9:45

Kvinder kl. 10:45

Torsdag 27. april: Kvinder kl. 10:00

### Islev Skole, drengesalen

Tirsdag 25. april kl. 19 både mænd og kvinder

/ Lisbeth

## Gymnastik:



Lørdag den 25. marts var dagen hvor gymnastikafdelingens store opvisning blev afholdt med mere end 500 tilskuere.

Dagen startede med en flot indmarch efterfulgt af en fælles opvarmning, hvor både børn, forældre, bedsteforældre m.m. trådte frem på gulvet og dansede med på 'hoved, skulder, knæ og tå' - det var en ren fornøjelse at være en del af, og alle så ud til at hygge sig.

Derefter havde vi både vores gymnaster på vores 12 børne- og ungehold og et hold med voksne blandet fra flere forskellige hold på gulvet, for at vise hvad de har øvet & trænet på gennem denne sæson. Der var en god blanding af både tumling, dans, spring & bevægelse.

I år fik vi for første gang besøg af PI-øvede, som kom og viste deres flotte rytmer frem. Afslutningsvis kom DGI's REP-hold med sine endnu engang flotte serier & imponerende spring til begejstring for alle - og dermed sluttede de en helt igennem fantastisk & inspirerende dag af.



Gymnastikafdelingen går nu på 'sommerferie' og vi glæder os mere end nogensinde før til at starte op igen & håber på at endnu flere

både børn, unge og voksne er interesseret i at være en del af en ny sæson til september.



/ Natascha

**Deadline til næste nyhedsbrev er fredag d. 25. august 2023. Bidrag modtages med glæde til: [sekretaer@orient-gif.dk](mailto:sekretaer@orient-gif.dk)**



### Håndbold:

Slutstilling vinterturnering

Old Boys Veteran, Pulje 1

Hold	K	V	U	T	Score	P
Freja HK	12	10	1	1	236 - 170	21
KFUM	12	8	1	3	165 - 141	17
FIF/FHK	12	7	0	5	170 - 132	14
CIK.Viking	12	6	1	5	176 - 189	13
Fremad Valby	12	5	2	5	158 - 169	12
<b>Orient</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>190 - 214</b>	<b>5</b>
HGI	12	1	0	11	137 - 217	2

..... men der har også været rigtig mange skader i vinter. Pyt, øllene er vidst stadig gode 😊

/ Redaktøren