

## Nyhedsbrev November 2023



### Kære medlemmer

De fleste aktiviteter kører på fuld blus nu. Efterår og vinter er højsæson for både gymnastik, svømning, fodbold, håndbold, elhockey og powerchair floorball. Eneste der holder vinterpause er idrætsmærket. De har netop afsluttet en fin sæson (se andet sted).

Det er også højsæson i festudvalget, hvor der afholdes bankospil på lørdag d. 4. november kl. 14.00 (se hjemmesiden) og juletræsfest d. 10. december (se andet sted) og til februar har vi vores årlige generalforsamling.

I bestyrelsen er vi optaget af drøftelser ift fremtiden for Orient. Er det tid til at organisere sig anderledes, skal vi gøre tingene på en lidt anden måde end vi hidtil har gjort, hvor og hvordan finder vi de frivillige hænder, der er så stor brug for etc. Senere i november måned afholder bestyrelsen en aften sammen med en konsulent fra DGI. Vi håber at dette kan hjælpe os videre i denne proces. Det bliver spændende, hvor det bærer os hen.

**På bestyrelsens vegne, Lene**



*Orients bestyrelse februar 2023*

## Juletræsfest



Det kimer snart til juletræsfest og I skal snart være klar på tasterne.

Søndag d. 26. november kl. 12:00 starter billetsalget til Orients store juletræsfest. Du kan købe billetter via Orients hjemmeside. Det er først til mølle og salget slutter senest søndag d. 3. december kl. 12:00

Billetterne koster 35,- pr. person uanset om du er lille barn, stort barn, legebarn, voksen eller gammel.

Juletræsfesten er søndag d. 10. december på Islev skole i festsalen. Dørene åbner kl. 13:30 og kl. 14:00 kalder vi på Julemanden.

Der er som altid salg af vafler, kaffe/te, gløgg, øl og vand. Vi modtager kontanter og mobilepay.

Egen medbragt mad og drikkevarer må ikke nydes i salen.

Vi glæder os til at se jer til nogle hyggelige og sjove timer med underholdning, dans om det store juletræ og Orients bedste vafler.

**/Susanne**



### **Gymnastik:**

Sæsonen 2023-24 er allerede kommet godt i gang på skolerne & i hallerne. Det virker til, at alle gymnasterne er faldet godt til på deres hold.

Der har i år været rigtig god tilslutning på de fleste børne -og voksenhold.

Rytmeholdene på Islev skole har dog stadig en del pladser, så er man mellem 8 & 16 år, og har lyst til rytmisk gymnastik onsdag aften sammen med en masse andre børn/unge, så er man velkommen til en prøvetime.

Går man derimod ikke ind under kategorien børn & unge, vil både damerne & mændene, som træner på Islev skole torsdag aften i hhv. drenge & pigesalen, blive rigtig glade for at møde nogle nye voksne i alle aldre, som har lyst til at bruge kroppen en time om ugen. Der kommer sved på panden og man vil blive en del af et hyggeligt fællesskab. Her er man også mere end velkommen til bare at dukke op og være med på en prøvetime.

Har man spørgsmål, eller er interesseret i andre hold - så hop ind på vores hjemmeside og se, hvor der er ledige pladser eller kontakt formanden Natascha på [gymnastik@orient-gif.dk](mailto:gymnastik@orient-gif.dk)

**/Natascha**

### **Svømning:**



*Billedet er fra Sigma Speed stævnet*

### **Mini talent**

I august måned startede vi op med vores helt nye hold, Mini talent. Det er et hold bestående af udvalgte svømmere fra Frøerne og Sælungerne. Vi startede sæsonen ud med at lære hinanden ordentligt at kende, samt vænne os til at svømme lidt længere distancer. Derefter arbejdede vi med et effektivt benspark i stilarterne crawl, rygcrawl og butterfly. Nu er vi i fuld gang med at finpudse vores crawl-teknik, og så er vi blevet mestre i at danse kyllingedans. Som træner er det en fornøjelse at stå på kanten og se, hvor godt svømmerne har det sammen, og følge deres hurtige udvikling. Som konkurrencesvømmerne siger, "De svømmer jo hurtigere ben end os"

### **Konkurrenceafdelingen**

I konkurrenceafdelingen går det godt. Vi har fået fornøjelsen af 4 nye talentsvømmere fra hhv. Sælerne og Pingvinerne.

I starten af oktober måned, var talent og konkurrence til Sigma Speed Cup i Blovstrød svømmehal. Stævnet varede over to dage. Der blev slået personlige rekorder i 43 ud af 46 løb og vores seje svømmere hev medalje hjem i 3 individuelle løb og 2 holdkapper. Det var et hold trætte svømmere der kom til træning om mandagen.

Vi drager snart afsted igen mod Vordingborg Open d. 4.-5. november i Vordingborg svømmehal.

**/Maria**

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

#### **Powerchair floorball:**

Som I læste i sidste Nyhedsbrev var Orient Red Bulls afsted til GP Bulls Cup i Eindhoven i weekenden d. 25. – 27. august.

Der blev det til en fin 6. plads ud af 14 hold.

Der var samtidig officielt debut til Peter og Erik, samt comeback til Aina.

Ligeledes var nogle af Floorball spillerne også afsted fra d. 28/9 – d. 1/10 i Italien på en international træningslejr, hvor der udover Danmark også var deltagelse af to italienske hold og et finsk hold. God og lærerig tur.



### El-hockey:

Vores rekrutteringsarbejde med hensyn til at få flere børn til at dyrke El-hockey er så småt ved at bære frugt.

Der har efter sommerferien været 4 børn i alderen 6- 8 år med Muskelsvind ude og prøve El-hockey og to har allerede meldt sig

ind i Orient. Vi har kontakt til yderlig 5 børn som vi afventer at de kan komme og prøve sporten.

Ellers er vi nu gået i gang med forbundsturneringerne og Orient har et hold i 1. division og et hold i 2. division. Det første stævne finder sted d. 28. oktober i Aarhus.

/ Dorte

### Idrætsmærke og sommermotion:



*To glade idrætsmærkemodtagere, en garvet og en grøn: Torben Jensen og Birthe Kusk Andersen fremviser deres diplomer med resultaterne.*

Vi holdt en festlig afslutning med overrækkelse af idrætsmærker i Orienthuset søndag den 8. oktober.

Der har været 50 tilmeldte til Idrætsmærke og Sommermotion i år. Heraf er der 28, der har kvalificeret sig til idrætsmærke. Hele 7 for første gang.

En af de nye er Birthe Kusk Andersen, der primært havde meldt sig for sommermotionens skyld. Men selvom hun ikke har dyrket atletik siden skoletiden, fik hun alligevel lyst til at forsøge, efter hun havde fået lidt instruktion og havde oplevet den opbakning, der er fra de andre deltagere. Hun fik sit guldmærke for en trekamp i løb, længdespring og kuglestød.

Den absolutte veteran er Torben Jensen, der modtog sit idrætsmærke nr. 55. I år var han bedst i højdespring og længdespring. Heldigvis er kravene til idrætsmærket tilpasset i forhold til aldersgrupperne. Torben er en af dem, for hvem det hører med til sommeren at dyrke motion og atletik hver tirsdag aften på stadion og opleve det gode fællesskab.

Ved arrangementet i Orienthuset var det både de nytilkomne og de faste støtter, der bidrog til den gode stemning. Festen forløb med blomsterpyntede borde, snak og spisning, diasshow fra sæsonen, sange og hyldest til årets mærkemodtagere. Og så var vi ude på gulvet og røre os til fed musik. Kun en nylig knæoperation eller lignende kan være en hindring for at være med.

**/ Lisbeth**

### **Fodbold:**



Der var engang .... Sådan lyder starten på ethvert eventyr, og sådan starter vores historie også ...

Der var engang en dreng som hed Martin Frese.

Orient Fodbold var klubben, som var heldig at have ham under sine vinger i børneårene og

starten af ungdommen, før han drog videre til andre græsgange med sit store talent.

Inden han drog videre, spillede han mange par fodboldstøvler tyndslidte på vores fodboldbane. Ud over at spille på sit eget hold, trænede Martin også flere gange med årgangen over.

Da Martin nåede starten af ungdomsårene søgte han videre, og her startede han sit store fodboldeventyr på de store hold. Martin er i dag en del af FC Nordsjællands superligahold og både tidligere spillere i klubben, gamle holdkammerater og frivillige ledere følger Martin på tæt hold og ser ham gerne spille, både når han kan ses på skærmen derhjemme og ude på grønsværen.

Martin har nu rundet 100 spillede kampe for FC Nordsjælland, og i den forbindelse har Martin kunne vælge at donere 5000 kr.

Martin har valgt at donere sine 5000 kr. til Orient Fodbold. Det er vi MEGET beærede og stolte over. Vi takker Martin mange gange for den flotte gestus.

Så husk nu alle I skønne ungdomsspillere i Orient Fodbold: Drømmen kan opnås.

Derudover kan vi endelig løfte sløret for, at vi har fundet to super søde trænere ved navn Thomas og Emil, som har startet vores yngste hold op, nemlig U5/U4 årgang 2019/2020. Hvis dit barn vil starte til fodbold på dette hold, så kom til Islev skoles drengesal om onsdagen fra kl. 17:00.

Orient fodbold er godt i gang med forberedelserne til ungdomsturen i marts 2024. Holdene U11-U16 deltager på denne tur og holdene er nu godt i gang med at sælge Bambusa sokker, for at skrabe nogle penge ind. Så hvis du vil købe nogle sokker og støtte holdene, så tag kontakt til formanden for fodboldafdelingen, Mia på: [m.elmelund@gmail.com](mailto:m.elmelund@gmail.com)

Orient nyhedsbrev november 2023

Ligeledes er vi også i gang med forberedelserne til vores 'kongelejr' tur som foregår i april 2024, det er for vores U10 hold og nedefter som deltager. En weekend fyldt med fodbold, grin, sammenhold, nye venskaber og en masse andet.

Vi glæder os.

/ Mia



**Deadline til næste nyhedsbrev er 01.01 2023. Bidrag modtages med glæde til:**  
[sekretaer@orient-gif.dk](mailto:sekretaer@orient-gif.dk)

