

# ORIENT

**Formanden har ordet**  
side 3

**Nyt samarbejde**  
side 6

**Juletræsfest**  
side 8

# Indhold

- Formanden har ordet 3
- Gymnastik 4
- Deadline for 2017 5
- El-hockey 6
- Idrætsmærke 7
- Juletræsfest 8
- Fodbold 9
- Orients forretningsudvalg 14
- Orients aktivitetsformænd 15



Kig ind på Facebook og "like" os  
**[facebook.dk/orientgif](https://www.facebook.com/orientgif)**

# Formanden har ordet

Året 2016 er ved at gå på hæld. Inden vi ser os om, sidder vi bænket om et fyldt julebord – stuerne dufter af gran, julemad og julebag og blot en uge efter knalder champagnepropperne og raketterne farer mod himlens stjerner.

År 2016 er ved at være foregående og snart sidder man og tænker tilbage på et år med mange oplevelser og indtryk. På det sportslige plan var de olympiske lege i Brasilien vel det største i år 2016. Der kan diskuteres meget om den olympiske ånd og intentionerne i, at så mange sportsfolk mødes på tværs af hudfarve, sprog, kultur og politiske holdninger. Det kommercielle indhold er kommet for at blive. Pengene bestemmer indholdet og til dels også udøvernes præstationer. Men alt dette glemmer man for en stund, når de rød/hvide briller oplever guld ved håndboldherrerne samt de andre atleters flotte præstationer.

I den hjemlige andegård i Rødovre fortsætter livet ufortrødent. Orient's mange aktiviteter blomstrer og mange mennesker mødes med det ene formål, at have det rart sammen og få noget motion. Det er der ikke mange penge i, set med kommercielle øjne, men ved nærmere tankevirksomhed skal det vel heller ikke handle om bruttonationalproduktet men om bruttonationallykken.

Der tales konstant om, at vi hele tiden skal udvikle os. Finde nye veje og skabe fremskridt på alle områder. Det er også helt fint for mig, så længe udvikling ikke kun er et materielt begreb og at fremskridt også handler om menneskelig tilfredshed.

Orient deltager ikke ved de olympiske lege, men vi er et vigtigt fundament i den idrætslige verden. Vi går ikke efter gullet, men efter at skabe hele mennesker.

Med disse ord vil jeg ønske jer alle en fredfyldt og rar jul samt et godt og lykkebringende 2017.

/Jan Quaade

# Gymnastikken er godt i gang

Gymnastiksæsonen er nu godt i gang, og på alle børnehold er holdene så godt som fyldt op. Enkelte hold har venteliste og enkelte har stadig et par pladser tilbage. Skulle der være nogen, der gerne ville starte, så gå ind på Orients hjemmesiden og se hvor der stadig er plads.

Juniorpiger 13+, dvs. hold 06, har stadig pladser til nogle friske piger, der har lyst til at prøve kræfter med rytmisk gymnastik, dans og akrobatik.

Springpiger øvede +, hold 25, vil også gerne se nye piger på holdet, der har lyst til udfordringer med springgymnastik. Her skal man, for at komme på holdet, have sprunget før, og som instruktøren siger: Vi forventer at du kan lave et araberspring i søvne.

Der hvor det kniber mest med tilgang er på voksenholdene. Ikke fordi der ikke er medlemmer nok, men stemningen er bare bedre, hvis holdene er fyldt op. Stemningen fejler ikke noget hos dem der er på holdet, tværtimod, alle er i godt humør og der bliver både svedt og lavet masser af motion.

Så kom og prøv at være med, det gælder både mænd og kvinder. For kvinderne er der hold om formiddagen tirsdag, onsdag og torsdag og om aftenen mandag, tirsdag og torsdag.

## LÆR AT FLYVE !

Orient's dygtigste springere søger holdkammerater!

*Er du en pige på over 13 år, der har prøvet at springe før? Så skal du springe med os!  
Vi træner hver mandag på Tinderhøj Skole i Rødovre.*

*Du kan læse mere på [www.orient-gif.dk](http://www.orient-gif.dk) under holdet, + øvede*



Træningen foregår i Rødovre Stadionhal, Rødovrehallen og på Islev skole. For mændene er der tirsdag formiddag i Rødovre Stadionhal og tirsdag og torsdag aften på Islev skole. Igen, gå ind på Orients hjemmeside og se nærmere om holdene eller ring til Aktivitetsformanden og hør nærmere.

Og så er der stor glæde på Tinderhøj skole, hvor der er kommet ny træplint i pigernes gymnastiksal. Den gamle var efterhånden så ødelagt, at den sikkerhedsmæssigt var uegnet til at springe på.

På forsidebilledet ses de glade børn fra "Springmix piger og drenge 6-8 år" på den nye plint.

Så nærmer julen sig og alle holder juleafslutning rundt omkring i haller, på skoler samt i Orientshuset. Gymnastikudvalget ønsker at alle må få nogle hyggelige timer de respektive steder. Rigtig god fornøjelse.

Gymnastikafdelingen ønsker alle servicemedarbejdere på skolerne og servicepersonalet i Rødovrehallen og Rødovre Stadionhal en Rigtig God Jul og et Godt Nytår med tak for godt samarbejde i 2016.

Juleferien er i år, fra onsdag den 21. december til og med mandag den 2. januar 2017, d.v.s. første undervisningsdag efter nytår, er tirsdag den 3. januar 2017.

Rigtig God Jul og Godt Nytår til alle medlemmer.

/Elisabeth Petersen

# Deadline for Orientbladet i 2017

Nedenfor ses deadlines for indlæg mv. gældende for hele 2017

- Nr. 1 - fredag den 6. januar.
- Nr. 2 - fredag den 17. februar.
- Nr. 3 - onsdag den 19. april.
- Nr. 4 - fredag den 25. august.
- Nr. 5 - fredag den 27. oktober.

Indlæg, fotos mv. sender du til: [orientbladet@orient-gif.dk](mailto:orientbladet@orient-gif.dk).

/Dorthe Quaade

# Samarbejde om "mini" El-hockey



Vi startede vores samarbejde med Idrætsfor-  
eningen Espelunden (IFespelunden) op den  
12. september 2016. Desværre er der endnu  
ikke henvist medlemmer fra IFespelunden –  
tænker at det bare skal have tid.

Vi startede samtidig projekt "mini" El-hockey  
op og vi må sige at medlemstilgangen har  
været stor.

7 børn i alderen 4 til 8 år, alle med muskel-  
svind, har skabt liv og glade dage i Rødovre-  
hallen.



Så nu har vi skabt rammerne til samarbej-  
det med IFespelunden - så er det jo bare at  
vente på nye spillere fra IFespelunden.

I forbindelse med opstarten af "mini" El-  
hockey har vi været så heldige at få doneret  
stole fra en klub i Vordingborg og fra Egt-  
mont Højskolen.

Det er jo dejligt at andre kan se at Projekt  
"mini" El-hockey er det der skal til, for at  
sporten har en fremtid.

Jeg håber, at disse fotos kan give jer et lille  
indblik i, hvor stor en glæde der møder os  
frivillige hver mandag.



Tak til Kristine, Anders og Lotte for jeres  
indsats med dette projekt.

/Dorte Berenth

# Sommerens Idrætsmærker blev uddelt

29 idrætsmærker blev der taget i år, samme antal som sidste år.

Et stort TILLYKKE til alle, der i sommer har kæmpet for at klare kravene, og ikke mindst til Svend Aage Eriksen som i år tog sit guldmærke nr. 50; flot klaret og lidt af en milepæl.

Alle mærketagere blev fejret ved en sammenkomst i Orienthuset, hvor mærkerne blev overrakt af Orients formand Jan Quaade og formanden for DGI motion Susanne Jensen.

Vi glæder os allerede til at komme i gang igen til sommer, desværre uden Leif Østergaard der har valgt at stoppe. Heldigvis tager Henrik Østergaard over, og vi håber at alle møder op igen, og spørg naboen eller vennerne om ikke de har lyst til at være med, vi har jo masser af plads på stadion og dygtige instruktører.

/Kirsten Bertelsen

Gitte Lauendorf	Guld 1
Birgit Lüders Jensen	Guld 3
Ole Sunesson	Guld 3
Marianne Harries	Guld 6
Flemming Adler	Guld 9
Ole Parbst	Guld 12
Helmer Frederiksen	Guld 16
Kate Olsen	Guld 17
Susanne Frikke	Guld 23
Anne Lise Rosenby	Guld 24
Mogens Holme	Guld 26
Edith Kristensen	Guld 29
Charlotte Pii	Guld 29
Henrik Østergaard	Guld 31
Inge Mortensen	Guld 34
Edel Paulsen	Guld 38
Maj-Britt Andersson	Guld 39
P.E. Christensen	Guld 39
Peer Bring	Guld 40
Elna Eriksen	Guld 41
Eli Korthalz	Guld 41
Conny Møller	Guld 44
Kirsten Bertelsen	Guld 45
Ingrid Jensen	Guld 45
Hanne Pedersen	Guld 45
Lilli Jørgensen	Guld 47
Torben Jensen	Guld 48
Svend Aage Eriksen	Guld 50
Leif Østergaard	Guld 52



# Juletræsfest



Søndag den 11. december kl. 14  
åbner Orient dørene op til juletræsfest på Islev skole.

Vi kalder på julemanden og danser om træet i højt humør.  
Der er godteposer til børnene og så kan du selvfølgelig  
købe Danmarks bedste vafler samt øl, vand og Gløgg.

Billetterne købes på Orients hjemmeside i perioden  
28. november - 4. december 2016.

Prisen er 25,- pr. barn og 25 kr. pr. voksen.

Vi glæder os til, at se jer alle sammen til nogle hyggelige  
timer.

/Festudvalget





# U8 deltager i stævne

I dag, søndag den 2. oktober har disse 6 seje U8-spillere været til Jyske 3 bold stævne i Ringsted.

De leverede rigtig flot fodboldspil, og selvom de ingen udskiftere havde, kæmpede de alt hvad de kunne og vandt en masse kampe. Ikke en gang regnen kunne stoppe dem idag. Det var så flot spillet

/Tasha Hendriksen  
Holdleder U8



# Efterårets sidste U12-kampe

## Sæsonens sidste udekamp for U12 var mod puljens favoritter Herlev B1973

Efter sidste weekends nederlag og spillestil, skulle U12 virkelig op på dupperne og "performe". Det gjorde de heldigvis også.

Med en sejr i dag ville Herlev ligge som nummer 1 i puljen, men med den vindermentalitet, vilje og gejst som Orient drengene lagde for dagen, fik Herlev ikke et ben til jorden.

Med "outstanding" spil fra forsvaret, energi, midtbane-fight og et angreb der slog til, når chancerne bød, gav det en 3-1 sejr til U12.

Alle er nu super spændte på sæsonens sidste hjemmebane kamp næste lørdag. Hvis dagens spil er standarden næste weekend, har vi ikke noget at frygte. Alle forældre er mere end velkomne til at komme og heppe.

Hvis træneren viser sig fra sit gode lune, vil der være is eller sodavand, når kampen er slut.

/Ian og Regina



## Sæsonens sidste U12 kamp på hjemmebane mod Gladsaxe

Blæsende - tjek. Koldt - tjek. Forældreopbakning - tjek. Vigtigst af alt: Drengene var i suverænt kamphumør (kunne være, det i virkeligheden var grundet disco-festen i udsigt)

Pep-talken før kampen var simpel: "Gå ud og gør jeres bedste og spil sammen som et hold". Som sagt, så gjort. 7-2 i Orients favør, hvor alle drengene sluttede på toppen.

Ingen tvivl om, at drengene kunne have givet sig mere, men der var blevet løbet mange km til idrætsdagen dagen før i skolen OG der skulle gemmes lidt energi til dansegulvet senere på dagen.

På vegne af U12  
/Ian

# U11 til 8-mandshold

Starten på livet i 8-mands fodbold, på godt og ondt... Det var med stor spænding, at U11 drengene efter sommerferien tog hul på et nyt og spændende kapitel i deres fodboldkarrierer – 8-mands fodbold.

På U11 er vi 25 drenge og det er et antal, som vi egentlig er ganske fint tilfredse med, men det er også lige i underkanten mht. at kunne stille to 8-mands hold, da ikke alle ønsker at spille kamp hver gang, der kan være sygdom, skader, fødselsdage mv., så trænerteamet brugte lang tid inden sommerferien på at analysere sig frem til, hvordan vi "på bedst mulige måde, fik så mange spillere som muligt, til at spille så meget som muligt, på et passende niveau".

Det var et stort puslespil og der var mange for- og imod brikker der skulle lægges, før vi tog en beslutning om at kaste os ud på dybt vand og tilmelde to U11 hold i 8-mandsrækkerne, velvidende, at det ville blive en stor og tidskrævende udfordring mht. logistik, tilmeldinger osv osv.

Heldigvis bød Jesper N. ind før sæsonen og meldte sig som holdleder for det ene hold og uden hans hjælp, havde projektet været yderst tvivlsomt, så fantastisk at få tilgang til truppen på den måde.

Her i bakspejlet, hvor sæsonen netop er færdigspillet, kan vi heldigvis konstatere, at det var den rigtige beslutning vi tog.

For første gang i en del år, har Orient været i stand til at stille to 8-mands hold i samme årgang i drengerækkerne og vi er faktisk ret stolte af, at det har kunnet lade sig gøre. Vi har selvfølgelig måtte låne et par spillere indimellem på kryds og tværs, men det at kunne have to hold i gang på samme tid, har betydet, at vi har kunnet tilbyde masser af spilletid til alle drenge og at vi har kunnet få alle matchet på det niveau, som vi mener er det bedste, det sjoveste og det mest passende for dem.

Når man går fra U10 til U11, som vi nu har gjort, begynder man som nævnt at spille 8-mands fodbold på en halv bane, i stedet for 5-mands fodbold, som er på en mindre bane og i stævneform. En anden væsentlig ændring er, at man i 8-mands spiller turnering med resultatindberetning, hvor man så kan følge modstandernes resultater osv., hvilket jo kan være både godt og skidt ;-)

Da vi for godt et år siden diskuterede den fremtidige strategi for holdet, besluttede vi at følge DBU's anbefalinger mht at spille 5-mands fodbold så længe vi var U10 og så først starte på 8-mands fodbold, når vi blev U11 – selvom vi vidste, at de fleste af vores "konkurrenter" startede op på 8-mands fodbold før tid.

Da vi for godt et år siden diskuterede den fremtidige strategi for holdet, besluttede vi at følge DBU's anbefalinger mht. at spille 5-mands fodbold så længe vi var U10, og så først starte på

8-mands fodbold, når vi blev U11 – selvom vi vidste, at de fleste af vores ”konkurrenter” startede op på 8-mands fodbold før tid.

Den beslutning har her på den korte bane kostet nogle hak i tuden, både hvad angår resultater og hvad angår selvtillid og selvforståelse. Overgangen har været relativt stor og overvældende, specielt når man møder hold, der i nogle tilfælde har været vant til denne spilleform i over et år (enkelte sågar i 2 år), så vi er for begge holds vedkommende løbet ind i nogle ordentlige øretæver indimellem i starten af sæsonen og vi skal være ærlige og sige, at både spillere og trænere har været frustrerede til tider. Organisationen på banen har her på kort sigt haltet efter de andre hold, men vi er overbeviste om, at vi kommer efter det meget snart og at det faktum, at vi har spillet 5-mands fodbold i længere tid, kommer os til gavn på den lange bane mht. sammenspil, småspil, en-mod-en situationer osv. Hvad resultater angår, så er det trods alt lykkedes begge hold



at vinde, så så skidt er det dog heller ikke, og i 15 ud af 16 kampe har vi scoret ét eller flere mål.

Her efter vores første halvsæson som 8-mands hold, kan vi heldigvis konstatere, at der har været stor fremgang at spore i sæsonens sidste 2-3 kampe, vi har haft alle mand i kamp i løbet af sæsonen, ”interessen” for at spille kampe er endda steget, i forhold til hvad vi oplevede inden sommerferien, og ingen er holdt op, men vi har derimod fået tilgang af en ekstra spiller.

Så alt i alt er vi glade for at opleve, at U11 holdet lever i bedste velgående og er i fortsat udvikling.

Hele året har vi også haft den glæde, at U12 holdet til træning er slået sammen med os og det giver et godt og øget kammeratskab på kryds og tværs af hold, klasser osv. i dagligdagen.

Vinterboldsæsonen er på trapperne og vi glæder os ustyrlig til at tage den nye kunstgræsbane i brug og fortsætte de gode takter, som vi sluttede sæsonen af med. To hold er tilmeldt igen til U11 Vinterboldturneringen og det kan kun lade sig gøre, fordi vi har så stor og god forældreopbakning, glade og positive spillere og så lad os da endelig ikke glemme at nævne vores fantastiske sponsor, vangskov-automobiler.dk, som velvilligt bakker op om de behov, som holdet har brug for. Det er fantastisk med sådan en støtte.

På vegne af holdet, som i al beskedenhed kalder sig selv for ”verdens bedste hold OG kammerater”.

/Jørgen, Kristian, Jesper Nørgaard og Jesper Ullits

# lavselvannoncer.dk

Vidste du, at du allerede i dag kan booke din lykønskning til konfirmationen på [lavselvannoncer.dk](http://lavselvannoncer.dk):

Book allerede i dag, så du ikke glemmer din personlige hilsen

- **confirmation**  
(konfirmander/konfirmandinder og deres venner)
- **bryllup**  
(send en lykønskning til det kommende brudepar eller på deres bryllupsdag).
- **fødselsdag**  
(En hilsen til fødselaren)
- **barnedåb**  
(eller ved navngivning)
- **reception**  
(lykønskning til jubilæum)
- **mærkedage**  
(ved særlige anledninger)

Indtast din personlige hilsen allerede i dag!



# Orients bestyrelse

## Forretningsudvalget

### **Formand**

Jan Quaade  
Viemosebro 7  
2610 Rødovre  
Tlf. 4491 8105  
hovedformand@orient-gif.dk

### **Næstformand**

Lene Hummelgaard  
Engbovej 130  
2610 Rødovre  
Tlf. 2331 8746  
naestformand@orient-gif.dk

### **Kasserer**

Peter Rysz Jensen  
Terrasserne 16, Himmelev  
4000 Roskilde  
Tlf. 2521 1435  
kassereren@orient-gif.dk

### **Sekretær**

Kirsten E. Bertelsen  
Damhusdalen 54B  
2610 Rødovre  
Tlf. 3162 8400  
sekretaer@orient-gif.dk

### **Forretningsudvalgsmedlem**

Carsten Præst  
Stenmøllen 61  
2640 Hedehusene  
Tlf. 2285 8036  
udvalgsmedlem@orient-gif.dk

# Orients bestyrelse

## Aktivitetsformænd

### **Fodbold**

Micki Strømlund  
Krogsbækvej 88  
2610 Rødovre  
Tlf. 2712 3407  
fodbold@orient-gif.dk

### **Gymnastik**

Elisabeth Petersen  
Schweizerdalstien 65  
2610 Rødovre  
Tlf. 3670 3883  
gymnastik@orient-gif.dk

### **Håndbold**

Nadia Louise Blom  
Valhøjs Allé 75, st. sal TV  
2610 Rødovre  
Tlf. 5355 0353  
handbold@orient-gif.dk

### **Idrætsmærket**

Kirsten E. Bertelsen  
Damhusdalen 54B  
2610 Rødovre  
Tlf. 3162 8400  
idrætsmærket@orient-gif.dk

### **El-hockey og Kørestolsfloorball**

Dorte Berenth  
Fjeldstedvej 48  
2650 Hvidovre  
Tlf. 2013 3346  
elhockey@orient-gif.dk

### **Svømning**

Annette Højengaard  
Rådmand Billes Vej 68  
2610 Rødovre  
Tlf. 5193 8036  
svomning@orient-gif.dk

### **Festudvalg**

Susanne Fotel Christensen  
Bøgskoven 27  
2600 Glostrup  
Tlf. 2063 5669  
festudvalg@orient-gif.dk

### **IT & Webmaster**

Jesper Quaade  
Hørhaven 16  
2750 Ballerup  
Tlf. 2097 8804  
webmaster@orient-gif.dk

### **Bladredaktør**

Dorthe Quaade  
Hørhaven 16  
2750 Ballerup  
Tlf. 2940 5941  
orientbladet@orient-gif.dk

### **Orienthuset**

Preben Christensen  
Rødovre Parkvej 386  
2610 Rødovre  
Tlf. 2515 0177  
orienthuset@orient-gif.dk

