IDRÆTSFORENINGEN
Flyvestation Karup
09. JUL 2022

IDRÆTSMEDDELELSE 18.

IFK HJEMMESIDE: **www.ifkar.dmif.dk**

INFO FRA GOLFUDVALGET FRA HOLSTEBRO SKOVBANE

26 Golfspillere fra IFK havde valgt at deltage i den fjerde runde i IFK Golf på Holstebro Skovbane torsdag den 7. juli Vejret kunne spillerne ikke klage over. Høj sol, ca. 20 grader, og næsten ingen vind i skoven.

Herunder de 5 første fra A (15) og B (11) gruppen:

Nr. 1 Bjarne Pedersen	*41 point*	*Nr. 1 Maria Hjortstrøm*	*42 point*
Nr. 2 Ole Johnsen	*32 point*	*Nr. 2 Peter Mouritsen*	*31 point*
Nr. 3 Lasse K. Søegaard	*31 point*	*Nr. 3 Rene Rohde*	*30 point*
Nr. 4 Jørn Berthelsen	*31 point*	*Nr. 4 Michael Nielsen*	*29 point*
Nr. 5 Paul Erik Sørensen	*31 point*	*Nr. 5 Poul K. Andersen*	*29 point*

Øvrige resultater kan findes på Golfboks eller på Golfudvalgets hjemmeside ***www.ifkgolf.dk***
PS; Har nogen af jer glemt at melde sig til DMI Golf ved Århus den 12. og 13 SEP, så kontakt straks Lasse Søegaard på mobil 2683 5978. Det kan sagtens nås endnu.

DMI MESTERSKABER I LANDEVEJSCYKLING

IFK Har modtager indbydelse til DMI-mesterskaber i cykling med enkeltstart og linjeløb.
Oksbøl Militære Idrætsforening (OMI) indbyder herved til DMI forbundsmesterskab og samtidig 3 afdeling af DPIF / DMI Jubilæumscup 2022.

Mandag 15. og tirsdag 16. august 2022
I og nær Oksbøl By.

Tilmelding:
Initial tilmelding for anmodning om stævneprogram sendes senest den 28. JULI til Stævnelederen
Endelig tilmeldingen SKAL være tilendebragt senest fredag **12. AUG. 2022**.
Online på: **http://www.run2u.dk**
Der vil være mulighed for spisning for egen regning på OKSBØL stadion den 16. August.
Praktiske oplysninger:
Ved behov for indkvartering, er det for egen foranstaltning.
Bad og omklædning, parkering og køb af sandwich m.m. kan fortages på (kun Linjeløbet) Oksbøl Stadion.
FOR IFK DELTAGERE:
Ønsker du/I at tilmelde jer dette stævne, så HUSK efter tilmelding at kontakte IFK Cykel - og MTB-udvalg, og fortæl at du/i vil deltage, for evt. samkørsel, mulighed for overnatning, udbetaling af lommepenge m.m.
Kontakt: Martin Henriksen på 2858 2669, eller Nicolas Rasmussen på 3025 0442

MILITÆR NORDISKE MESTERSKABER I MIL 5 KAMP

Atter har vores militære 5 kæmpere været i ilden igen. Lige hjemkommet fra EM og nu til Nordiske mesterskaber. Vores egen deltager fra IFK Ole B. Kristensen har vedhæftet denne rapport:
Beretning fra Nordisk Mesterskab i Halmstad, Sverige – Militær 5 Kamp.
Efter konkurrencen i Tjekkiet, var tiden kommet til Nordisk Mesterskab, med Luftværnsregementet – LV6, i Halmstad som vært.
IFK var endnu engang repræsenteret med en enkelt, ud af de fem deltagende herrer fra Danmark, nemlig OS Ole Kristensen, HW-Fire & Rescue.
Skydningen var desværre under niveau for mit vedkomne, ikke godt nok og resultatet skal forbedres.

Denne IM har 2 sider

Forhindringsbanen levede op til min målsætning, det er sjældent man er 100% tilfreds og jeg vil selvfølgelig også gerne have været hurtigere – men alt i alt tilfreds.
Håndgranat kast som normalt er den fjerde disciplin, var til dette stævne sat ind som tredje. Så der skulle kastes om formiddagen og svømmeforhindringsbanen var i stedet om aftenen. Jeg kastede ikke som jeg havde planlagt og smider for mange point i konkurrencen væk her ifht. min målsætning.
Svømningen var til gengæld godkendt, det er her jeg normalt taber mest ifht. både mine holdkammerater men også de andre konkurrenter. På trods af et godkendt resultat, vil jeg dog stadig gerne forbedre resultatet.

Militær 5 kamp, slutter som altid med et terrænløb på 8km. Jeg løber for mig, en fin tur med et jævnt tryk og holder min placering i den samlede stilling - Jeg løber de 8km på 29:40 – 3.43min/km. – det resultat fra Sverige, som jeg er mest tilfreds med. Det var en hård omgang i et tungt terræn og med en bagende sol.

Jeg slutter på en samlet 9. plads i det Nordiske Mesterskab. - 40 fed, men bestemt ikke færdig :-)
Mest af alt en jævn konkurrence for mit vedkomne, med plads til forbedringer ;-) – og forbedringer, hvordan skal de så komme? Jeg tænker at jeg i første omgang skruer lidt på forskellige skruer, og finder lidt mere tid til træning. Den bedste træning, er den som bliver gennemført og ikke bare står i kalenderen :-) Dernæst mener de fleste også, at jo mere man øver sig – jo heldigere
Missionen om tilbageerobring af Skånelandene lykkes til fulde og aldrig før, er det lykkes det Danske Landshold at høste så mange præmier.

Resultater for de danske hold:

Kvinder individuelt, 1., 2., 3. og 7. plads
Kvinder hold, 1. plads
Kvinder newcomer, 1. plads.

Herre individuelt, 1., 2., 3., 8., 9. og 18. plads
Herrehold, 1. plads
Herre newcomer, 1 plads

Skulle nogle være interesseret i, at høre mere om Militær Femkamp og mine oplevelser i og med sporten. Så kontakt mig gerne på HW-SFR-007.

Med venlig hilsen: **Ole B. Kristensen**/ Garagemester – Indsatsleder/ Fire&Rescue

Kolding POLITI inviterer til årets sidste afdeling af Sommercuppen.

MTB-løbet foregår i Hannerup Skov, Fredericia, den **31. august 2022 kl. 1000.**
Ruten er på ca. 4,5 km, med en start sektion på ca. 300 m., før man kommer ind på ruten. Start sektionen skal kun køres en gang. Ruten består af et blåt spor med røde sektioner og ca. 90 højdemeter på hver omgang. Der vil være udfordrende sektioner, der dog er overkommelige for de fleste. Hannerup er et varieret spor med god balance mellem de tekniske sektioner og fart. Der skal arbejdes for at finde flowet, men den er der.
Mere omkring sporet og dagens rute kan ses på det kommende program for dagen. Hold øje med www.politisport.dk
Ankomst er ved P-pladsen til Hannerup Brovej 3, 7000 Fredericia, hvor Firmaidrætten holder til. Det er samtidig det officielle trailhead til sporet i Hannerup. Derfra skal man cykle nogle hundrede meter til start og mål. Der vil være skiltet, så I ikke farer vild. **Der er samlet start kl. 1030.**

Pris: 220.- for løb og mad m. drikke. 100.- for løb. **IFK betaler for løbet**.

Tilmelding skal ske senest den 26. august 2022 ved at sende en mail til Hamed Joolaei på hjo017@politi.dk med angivelse af navn, klasse, klub/kreds.

Indbetaling også senest den 26. august 2022 til Kolding PI på:
Reg. nr. 0400 Kontonr. 4021894740
Husk arrangement, navn og klasse i kommentarfeltet. (eks. SommerCup Hans Hansen Klasse 2)

Evt. spørgsmål, så kontakt**: Martin Henriksen på 2858 2669, eller Nicolas Rasmussen på 3025 0442**

Ole Johnsen
ifk080851@hotmail.com
***fg. Sekretær* 2990 4811**