

ØK-NYT



Nr. 12 / December 2022

Nyt fra hovedbestyrelsen december 2022

Endnu et år er snart gået og vi kan i vores stille sind, gøre status over hvordan 2022 er gået.

I ØK var den største begivenhed vel, at vi kom med på trenden og fik etableret en padelbane. Mange kom i gang med den nye sport, men vi vil igen i 2023 forsøge at få endnu flere med, ved at lave flere introaftener.

Vi var en del af lokaldysten i Skive Kommune, hvor vi dystede med andre lokalområder, om at få flest mulige mennesker ud på gå-løbe og cykelruterne. Desværre vandt vi ikke i denne omgang.

Som noget nyt i år, gjorde vi noget så revolutionært at flytte lokation for årets klubfest. Vi ville gerne gøre festen mere hyggelig og intim, derfor rykkede vi i Hald Borgehus. Det betyder et loft på antal deltagere på 150 personer. Men det var lige nøjagtigt det antal, der var meldt på, ved tilmeldingsfristen udløb. Klargøring og oprydning er betydeligt nemmere i Borgerhuset, end i hallen og vi er efterfølgende ret enige om at festen blev en succes på alle parametre.

Vi vil i 2023 gøre en aktiv indsats for at få flere frivillige i ØKIF. Vi vil gerne have flere med i fællesskabet, så ØK kan bestå. Pt. er vi på jagt efter flere medlemmer til badmintonudvalget, samt flere kioskpersonaler.

Tirsdag den 21. februar kl. 19.00, afholdes der generalforsamling i ØKIF, her er der flere emner vi ger-

ne vil have medlemernes holdninger til, så mød endelig op.

Vi vil her på falderebet ønske alle vore medlemmer, sponsorer, trænere, udvalgsmedlemmer og andre frivillige en rigtig glædelig jul, samt et godt nytår.

Tak for indsatsen i 2022. Vi klør på igen i 2023.

Hovedbestyrelsen:

Formand: Ryan Johannesen tlf. 3032 8211
Næstformand: Kjeld Thorsen tlf. 2921 8490
Kasserer: Kichi Brammer tlf. 4277 2607
Sekretær: Rikke Østergaard tlf. 6185 3018
Håndbold: Henrik Pedersen tlf. 2130 4048
Fodbold: Joan Skovgård tlf. 4232 8167
Badminton: Kamilla Wendelin tlf. 2921 1415
Gymnastik: Lene Øgaard tlf. 2342 5567

Hovedbestyrelsens pokaler:



Den flerårige: Jan Østergaard



Det et årige: Sport på tværs teamet Sara Østergaard, Nick Lund Larsen, Stine Plougmand, Peter Skovgård og Anne Skovgård



Guldklumpen: Mette Thorsen

Sparekassen DANMARK



Formandens beretning fra håndbold...

Der er pt. 2 senior hold i håndbold: 1 herrehold i serie 2, med håb om 2 hold efter jul. Der er mulighed for oprykning. 1 damehold i serie 2. Lige pt. stabilt i serie 2

Vi er stadig udfordret på vores børnehold. Vi har valgt at have fokus på vores senior hold, da der har været udfordringer i forhold til udvalg og spillere nok i klubben. Vi mener at ved at få styr på senior delen og udvalget, kan vi skabe ro og dermed energi til at sætte mere i gang med vores børnehold, samt finde trænere til disse hold.

Hancock cup var en succes, med en masse liv og glæde i hallen. Håndboldudvalget har valgt at det

te er noget, der vil blive ved med at være, så længe vi bliver spurgt.

Vi er godt tilfredse med vores træner team både på herre og dame siden, de møder altid vel forberedt op til træning og kamp, samt de har været gode til at skabe det fællesskab vi altid har været så gode til, som dog desværre har været væk i en periode.

I udvalget tager vi altid imod nye medlemmer, der sammen med de nye spillere, der er kommet til, kan skabe en masse ny energi og nye tiltag for klubben. På papiret ser det ud som om der er mange i udvalget, dog forlader Ann udvalget, men hun har valgt, at hun gerne vil

hjælpe med administrative opgaver. Rikke forlader udvalget, dog vil hun også stadig hjælpe hvor der er behov.

Håndboldudvalget:

Ann Vestergaard Frederiksen
Rikke Rasmussen
Henrik Pedersen

Velkommen til de nye i udvalget

Line Michelle Andreasen
Mette Kragh Kjeldal
Malene Marie Tang Brixen

*Sammen har vi det sjovere.
Håndboldudvalget*

Formandens beretning fra badminton...

Der er godt gang i sæsonen for badminton på alle hold, og vi er glade for at se så mange hver uge.

Vi vil dog gerne opfordre til, at I husker at tilmelde jeres børn til holdene. Ikke kun pga. kontingent, men også fordi det er trænerens eneste mulighed for at finde forældres kontaktdata, hvis der skulle blive brug for dette.

For børn og ungdom bliver der juleafslutning sidste træning inden jul.

Voksenfjer spiller på tværs hver torsdag kl. 18.30-19.30 og har stadig plads til flere spillere, så kom og prøv - du betaler kun når du deltager... Der er også stadig ledige baner/tider til motionistspillere - kontakt Jette Hørup tlf. 3066 0520.

Til foråret kommer vi til at mangle 1-2 udvalgsmedlemmer. Vi har specifikt brug for nogen til at stå for trænerkontakt og tuningstilmeding. Vi ønsker os også et udvalgsmedlem der har lidt kendskab til badminton, men dette er ikke et krav.

· Hold Begynder 1. til 2. kl. 9 medlemmer.

· Hold Ungdom 3.-9. kl. 8 medlemmer, dog en del flere der møder op (dette vil blive adresseret hurtigst muligt). Sluttes januar 2023, hvor efter vi står uden ungdomstræner indtil næste efterår.

· Voksen Fjer. 9 medlemmer, mulighed for at betale pr. gang.

· Motions badminton: antal medlemmer 35 aften / 8 eftermiddag

· Udvalg: Tina Roving udgår. Bodil Højlund Nielsen og Kamilla Wendelin fortsætter. Selvstændigt underudvalg for motionsbadminton, 2 udvalgsmedlemmer.



Motionistafdelingen har afholdt julehygge - og spillede "alle-mod-alle"

Aftenens vindere blev Niels Aage og Christian



Formandens beretning fra fodbold...

2022 sæsonen er et overstået kapitel, det har været et begivenhedsrigt år på fodboldfronten.

På seniorområdet fik vi sidste år i december en opsigelse fra vores herresenior træner, det gav en del hovedbrud, for hvor går man hen og finder en ny træner "næsten hen over natten".

Vi var heldige at Erik Nygaard valgte at træde til.

Forårs sæsonen gik OK, med en placering som nr 4 for serie 3. Serie 5 vandt første turneringshalvdel, men efter ombrydning kom de ned på jorden igen og sluttede sidst.

Serie 1 kvinder endte på en 4. plads, efter at flere hold havde været i spil til oprykningspladsen.

Til gengæld vandt 7'eren deres pulje.

I efteråret har der været en del mere spænding, både på den gode og den dårlige måde.

Serie 5 spillede en del gode kampe, men blev også overspillet nogle gange, men alligevel er humøret højt

7-mands damerne fik en flot 2. plads, dog ikke helt optimalt hvis vi spørger holdleder Jan Ø.

Serie 1 damer fik en gammel kending tilbage på trænerposten, nemlig Jimmy Brammer, som har fået fætter Palle, som holdleder. De to udgør et super team. Som i deres debut kamp som makkerer, vandt 4-0 over Skive, det gav drømmene vinger, om en fantastisk sæson. Og sæsonen blev rigtig god og spændende lige til de sidste spillerunder. Hvor Skive til slut løb med oprykningspladsen 2 point foran ØK.

Serie 3 endte i playoffkamp. I løbet af sæsonen har vi, der er tæt på holdet mange gange tænkt. Vi har en dygtig træner, vi har dygtige spillere, vi har et utroligt godt socialt sammenhold i hele seniorafdelingen, så hvorfor udebliver resultaterne på banen? Spørgsmål



som vi jo aldrig har fundet svaret på.

Men fakta var at efter at tabe sidste turneringskamp og så ovenikøbet til Højslev, skulle ØK ud i en afgørende playoff kamp, samme dag som årets klubfest. Det kunne jo resultere i en forrygende fest, men så sandelig også det modsatte. Heldigvis gik det godt. Selvom det blev en kamp hvor alle følelser var i spil.

ØK kom foran 1-0, Klejtrup udlignede på et straffespark, der ifgl. fodboldloven slet ikke kunne dømmes. I sidste ordinære minut scorede Klejtrup til 2-1. ØK tilskuere var egentlig så småt ved at forlade ØK Stadion, og champagnepropperne på Klejtrup siden, var næsten poppet, da Kasper Totte smækker et indirekte frispark i kassen og fremtvinger forlænget spilletid. Herfra så ØK sig ikke tilbage og var dominerende i den forlængede spilletid og vandt 4-2. En vanvittig kamp, men også det der gør det sjovt at følge et hold. Men serie 3 spillerne havde ikke gjort det alene, 2. holdspillerne var troligt troppet op til træning, selvom de forlængst havde spillet deres sidste kamp, for at gøre træningen så givtig som muligt for de spiller, der skulle i playoff. På kampdagen troppede damespillerne op med baner og bakkede op, og der

var massiv tilskueropbakning på lægterne, også fra andre klubfolk i mange omegnsklubber.

Netop sammenholdet på tværs af alder og køn, som vi har i ØKs fodboldsenior afdeling er helt unikt.

Vi har stor succes med vores fællesspisninger, som hver gang samler imellem 40 og 50 spillere, og selv i vinterpausen holder vi fællesarrangementer i seniorafdelingen.

Med til historien hører også at vi i løbet af sæsonen har fået 13 nye herrer og damespillere. Kan ikke lige komme i tanke om nogle der er flyttet, så det er mega positivt.

fortsættes næste side...



...fodbold...

...fortsat fra forrige side

I børne/ ungdomsfodbold er vi stadig presset af at det er svært at stille vores egne hold i de største aldersgrupper.

Vi har dog haft "rene" ØK hold i:
Forældre/ barn bold
Bold og tons for børnehavebørn
3 5-mands hold

For de større børn i 8-mands og 11-mands rækkerne har vi samarbejde med Højslev IF, som i år blev udvidet til at omfatte flere hold.

Det er kun vores U16 drenge, der har trænet og spillet kamp hos os, fordi vi har kunnet stille med 3 trænere fra ØK. Ellers har alle andre samarbejdshold trænet og spillet kamp i Højslev. Det er super fint at vi har et samarbejde og børne-

ne stadig har mulighed for at spille fodbold, men vi mister som udvalgt lidt at have fingeren på pulsen hos de respektive hold. Men vi forventer at samarbejdet fortsætter i 2023.

Til slut vil jeg rette en stor tak til

- mine medkompaner i fodboldudvalget
- Samarbejdet med de andre afdelinger og medlemmer i hovedbetyrelsen.
- Baneudvalget for alle stregerne
- Alle børne/ungetrænere med den super pædagogiske og tålmodige sans
- Seniortrænere og holdledere for at bidrage til sammenholdet
- De frivillige dommere

- Flemming og Brian for alle de mange pølser de har grillet i årets løb.
- Merete for tøjvask
- Rikke Ø for troligt at stille op til at hjælpe ved fællesspisninger
- Alle tilskuere der bakker op om ØKs hold.
- Samt selvfølgelig alle spillerne, som kæmper på banen for ØK

Glæder mig allerede nu til sæson 2023, hvor der forhåbentlig venter mange gode og spændende kampe, dog behøver vi ikke en gentagelse af sæsonens sidste kamp :-)) og så begynder vi allerførst i det nye år at planlægge Høker Cup, som spilles i ØK i 2023

HUSK!

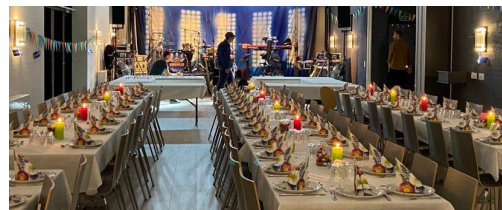
Generalforsamling
Tirsdag den 21. februar kl. 19.00
i Klubhuset

Alle er velkommen
- Hovedbestyrelsen -



Sæt kryds

ved lørdag
den 11. november 2023
... så er der klubfest ...



Nyt fra fodbold...

I skrivende stund er der lidt stilstand i fodboldaktiviteterne, dog spiller senior herrer og damer indendørs onsdag el. fredag aften.

Desuden kører vi stadig fælles-spisninger hen over vinteren.

Der var lagt op til en træningslejr i foråret 2023 under sydlige himmelstrøg, men forskellige skolearrangementer mm, gør at en del ikke kunne deltage. Derfor er den tur udsat til 2024.

Der arbejdes på at finde et sted i Danmark til træningslejr.

Træner kabalen for senior er ikke 100 procent faldet på plads endnu, men det sker forhåbenligt snart.

Sikkert er det dog at på damesiden fortsætter Jimmy Brammer, som cheftrener, med hjælp fra Palle Ramsdal.

Vi satser på træningsstart senior lørdag den 11. februar, nærmere opslag følger.

Fodboldafslutning 2022

Traditionen tro, blev der afholdt fodboldafslutning i klubhuset for seniorafdelingen.

Dagen startede med kørestolsrugby, samt gæt og grimasser for spillerne, efterfulgt af spisning, uddeling af pokaler og derefter fest.

Årets spiller på 7-mands damer:

Caroline Kolding

Årets players choice/ damer:

Maria Nygaard

Årets Ballon d'or damer:

Josephine Kjær

Årets træningsflid herrer:

Thomas Ramsdal

Årets kammerat herrer:

Jonas Snogdal

Årets spiller serie 3:

Kasper Totte

Årets positive komet herrer:

Peter Skovgård

Årets spiller serie 5:

Sebastian Kjær



Formandens beretning fra gymnastik...

Gymnastik opvisning

Det første arrangement i år 2022, var som altid gymnastik opvisning, den første lørdag i marts. Der var stort fremmøde med 142 betalende gæster.

Vi (Kára) havde som nogen nyt i år, lavet en fællesserie, hvor alle hold var på gulvet samtidig, det var en succes. Vi havde også fået seniorerne med til opvisningen i år. Det håber vi at de vil igen i 2023.

Hjælper fest

Den 22. april var vi til hjælper fest i KCS Skive, en hyggelig aften, sammen med mange andre idrætsforeninger i Skive Kommune. En god måde, at takke de frivillige i udvalgene på.

We walk

Den 12. maj havde vi igen arrangeret WeWalk. Der mødte dog ikke så mange op som sidste år, ca. 35-40 deltagere. Vi havde glemt, at det var dagen før store bededag - så der var nok nogle, som skulle samles til varme hveder. Vejret var heller ikke lige med os, det blæste og regnede.

Men som sidst havde Anette fra løbeholdet og Karen Marie fra gåholdet, lavet 2 ruter, så alle kunne være med. Og da de friske fremmødte vendte tilbage fra turen, var der tændt op i grillen, så de kunne købe pølser og brød. Så alt taget i betragtning en rigtig god eftermiddag/aften.

Fællesspisning

Den 23. august, havde vi fællesspisning for trænere og deres familier. Udvalget fortalte lidt om alle holdene, og træneren selv fortalte lidt om, hvad de tænker at lave med deres hold. Desuden blev trænerkontrakterne skrevet under. Også en god aften, med en masse snak på kryds og tværs.

Skiveløbet

Den 10.-11. september var der Skive løbet med deltagelse fra løbeholdet.

Gymnastikudvalget

Vi i gymnastikudvalget er et super godt team. Vi hjælper alle til i udvalget, og når vi er sammen, hygger vi os rigtig meget. Og selv om vi nok også er meget forskellige personer, supplerer vi hinanden rigtig godt.

Vi prøver at komme med nogle nye ting, og selvom det ikke altid lykkes, at få vores ideer op og køre, giver vi ikke op. Så finder vi på nye og sjove ting, som vi gerne vil prøve.

Til december holder vi et lille julefrokostmøde for os i udvalget - mon ikke der kommer nogle nye gode ideer på tegnebrættet!

...læs mere om alle holdene på næste side...



Nyt fra gymnastik...

Tiden flyver afsted, og inden vi får set os om, er vi allerede halvvejs igennem endnu en forrygende gymnastik sæson. Her et lille tilbageblik og status quo:

Seniorholdet blev til Fredagstræf

Tilbage i september opstartede seniorholdet et samarbejde med DGI. Det foregik hen over 4 fredag formiddage, hvor instruktører fra DGI tilrettelagde et program, med fokus på at inspirere til nye spil og motionsformer, samt tiltrække både nybegyndere og erfarne motionister. Tiltaget blev kaldt Fredagstræf, og dette navn er kommet for at blive, så nu hedder det ikke senior idræt mere, men "Fredagstræf".

Forløbet med DGI var en stor succes, deltagerne både nye og "gamle", har taget rigtigt godt imod de nye tiltag, og medlemmerne er blevet fordoblet. Der er nu ca. 40 seniorer til Fredagstræf hver fredag formiddag fra kl. 09.30-11.30. Det er utrolig flot. Men der er selvfølgelig fortsat plads til flere. Else, Tove og Sonja (som er tovholdere/trænere på holdet) fortæller at der bliver hygget hele formiddagen, med spil, lege, dans, sang og kaffe og rundstykker, og at alle er flinke til at hjælpe med at rydde op efter alle "anstrengelserne". Vil I høre mere om Fredagstræffet, er I velkommen til at kontakte de tre trænere.

Stort tak til

Annette fra Løbeholdet:

Der skal lyde et stort tak til Annette Jeppesen, som efter mange år har valgt at stoppe som leder for ØKIFS løbehold. ØKIF har været utrolig glad for Annettes indsats på løbeholdet. "Faklen" er givet videre til Linda Bååth, som har været på holdet i år sammen med Anette. Linda fortsætter med løbeholdet i næste sæson.

De nuværende gymnastikhold:

- Forældre barn holdet består i år af ca. 13 børn og deres forældre. Fokus er hyggeligt samvær, leg og motorik, som styrker børnenes sansemotoriske egenskaber. Holdet ledes af Lone og Peter Stenger
- Bold og Tons, også tidligere kaldt "hoppelopper", består af 10 børn. Hvor der som altid er "gang i gaden", og de kære trænere får sved på panden. Holdet ledes af Lene Boel, Stine Kristensen, Rosa Juul Sørensen og Linda Bååth.

- Rytme holdene blev halveret grundet manglende tilslutning: Vi har derfor i år to mindre rytme hold. Ikke desto mindre bliver der hver uge trænet, samt øvet smidighed og elegance. I kan glæde jer til endnu et par smukke rytme serier til den kommende gymnastik opvisning. Holdene ledes af Kara Steffensen, Mette Thorsen og Anna Thorsen.

- Spring holdet er beriget med 22 seje børn i aldersgruppen fra 1.-6. klasse. Vi er mægtig glade for at spring igen er på ØKIF's gymnastik program. Og vi er vildt glade for at så mange børn gerne vil være med på holdet. Den ny erhvervede air-track kommer virkelig til sin ret, når der bliver øvet diverse slags hop, ruller og spring. Derudover øves der en masse salto og flik. Holdets træner team består af: Kenneth Juul, Patrik Stokbaek, Niels Dahl, Louise Holgaard, Hanus Ólavsson og Elsebeth Mølgaard.

- BONUS INFO: I uge 3 leveres en sprit ny og mega lækker multi kile, et sejt spring redskab, som kan bruges til mange af de forskellige spring og kobles til vores airtrack! I den forbindelse skal der lyde et stort TAK til Øks venner, for det flotte sponsorat.

- Puls og styrke ledes igen af Rikke Sloth, og igen i år samler Rikke en god flok kvinder, som hver torsdag giver den gas i hallen. Der bliver styrketrænet, grinet, løbet og spillet, så sveden den drypper.

- Herre Hockey er hver mandag aften, og der mødes pt. ca. 10 mænd. De har netop fået nye mål og stave, da det andet var slidt op. Der afsluttes altid med en øl, og der er altid plads til flere på holdet. Gymnastik t-shirt: Som I måske allerede har set reklamer for på ØKIFS facebook side, har vi i år ved hjælp af A-Sport fået lavet en flot Select t-shirt. Denne koster kun 150 kr. Og disse kan fortsat bestilles, bare kontakt en af trænere på holdene.

Nu går det snart løs med julegaver, julesteg og julegodter – og derfor holder de forskellige hold også snart juleferie. Vi vil i den forbindelse benytte os af lejligheden til at ønske alle vores frivillige trænere og alle vores medlemmer en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

Vi glæder os til få sved på panden sammen med jer alle i det nye år, ude på de forskellige hold.

*Glædelig jul fra
Gymnastikudvalget*





KREACAFÉ for børn

ØRSLEVKLOSTER

HALLEN

UGE 2 Mandag d. 9. januar kl. 16.30 – 19.00

UGE 5 Tirsdag d. 31. januar kl. 16.30 - 19.00

UGE 8 Onsdag d. 22. februar kl. 16.30- 19.00

UGE 11 Torsdag d. 16. marts kl. 16.30 – 19.00

UGE 14 Mandag d. 3. april kl. 12.30-19.00



Alle kan være med, dog skal børn under 10 år medbringe en voksen.

Kontingent 50 kr. (indbetales på okif.dk)

Betaling for materialer pr. gang 25 kr.

Vi ses 😊



Ved du at du som **frivillig træner** i Ørslevkloster IF

- bliver en del af et fællesskab, som skaber rum for deltagelse i og udfoldelser af mange forskellige sportsgrene...
- er du medvirkende til at holde et af områdets store "sociale hjul" kørende, og sikrer at vores børn og unge, året rundt, kan dyrke fællesskaber og sport sammen med deres kammerater og jævnaldrende...
- er du medvirkende til at vores idrætsforening består, og i mange år frem fortsat kan tilbyde aktiviteter og sport for alle aldersgrupper...



**Vi har
brug for dig!**

Som tak får du:

- En lækker klubdragt i god kvalitet
- Et gavekort til sport 24
- Invitation til klubfest i ØK
- Mulighed for at komme til frivillighedsfest i Skive
- Trænerkurser i DBU og DGI regi.
- Masser af hyggelige timer i ØKIF og et sammenhold man ikke finder mange steder

Har du ikke lyst til at være træner, har vi andre frivillige poster i ØKIF, du måske vil synes er spændende... hold dig ikke tilbage!

Vi har udvalgsarbejde og arbejdsopgaver ved enkeltstående arrangementer. Tag fat i Hovedbestyrelsen i ØKIF, hvis du har lyst til at blive en del af det frivillige korps.

Kontakt

Ryan Johannesen tlf. 3032 8211

Joan Skovgård tlf. 4232 8167

