



# NYHEDSBREV TIL ALLE MEDLEMMER

Juli 2017



## Indhold:

Intro fra formanden.....	Side 3
Nyt fra Stadionudvalget.....	Side 5
Talent- og Eliteudvalget.....	Side 7
Arrangementsudvalget.....	Side 9
Motionsudvalget.....	Side 10



## Intro fra formanden

Kære Løve

Så nærmer sommeren sig, og endnu et år hos Blovstrød Løverne er godt i gang. Vi har igen sagt velkommen til en veloplagt gruppe begyndere, og igen genlyder skovene omkring os af glade løbere på tur. - Husk som altid at vise hensyn, så vore omgivelser forbliver lige så glade som vi selv er.

Vi har sædvanen tro afholdt vores dejlige Allerød Stafet, og endnu en gang efter en fremragende indsats fra vores stævneudvalg, kunne vi klappe os selv på skuldrene og sige, at det vist gik meget godt. Men Allerød Stafetten var jo så desværre også farvel til nogle af vore kernemedlemmer i stævneudvalget. Så vi mangler stadig hårdt frivillige kræfter, hvis vi skal fortsætte klubbens aktiviteter i denne retning. Vi har heldigvis fået samlet en gruppe friske hænder, der vil hjælpe med at køre testløbene videre. Så den del ser lovende ud. Men vi vil jo også gerne sikre os, at klubbens mere udadrettede aktiviteter kører godt videre. Så tøv endelig ikke, hvis du mener, du kan og har lyst til at hjælpe til. Der kan bruges hjælp på alle niveauer.

Desværre er stævneudvalget ikke det eneste område, hvor vi mangler hænder. Som mange vil vide, så har Susanne Willerup lagt en kæmpe indsats i at få vores ungdomsmotionsafdeling op at køre og fået rigtig mange ting sat på skinner. Men (Su)Sanne må desværre p.t. tage en pause på ubestemt tid. Indtil nu har bl.a. Jonathan Sydenham (og før ham flere andre personer) på skift kørt ungdomsafdelingen videre, men nu kommer Jonathan også til at slutte, og dermed står vi med en ungdomsafdeling uden ledelse. Så vi har meget behov for, at nogen vil føre denne ungdomsopgave videre. Dette kan være såvel aktive løbere som forældre til børn i ungdomsafdelingen. Har du lyst til byde ind på denne opgave, så er du meget velkommen til at henvende dig til enten Johnny Lehmann eller undertegnede.

I bestyrelsen og udvalgene har vi brugt foråret på at følge op på det løfte vi gav til generalforsamlingen omkring bedre synlighed af bestyrelsens og udvalgenes arbejdsområder og opgaver. Vi har fået god hjælp fra DGI og arbejder nu på færdiggørelse af årshjul for bestyrelse og udvalg, så vi på den måde får en lettere tilgængelig drejebog for, hvad der sker i klubben hvornår. Vi tror, det bliver rigtig godt, og glæder os til i løbet af efteråret at kunne dele resultatet



med klubbens øvrige medlemmer.

Og nu vi er ved det frivillige: Hvis du har lyst at gøre en indsats (eller har gjort i det forløbne år), så er du hermed inviteret til Oktoberfest d. 14/10. Dette er som bekendt klubbens måde at sige tak til alle dem, der har haft hænderne oppe af lommerne som frivillig eller udvalgsmedlem i løbet af året. Der kommer en mere udførlig invitation senere, men hvis du kan nikke genkendende til at have bidraget, eller ønsker at gøre det, så skynd dig allerede nu at sætte kryds i kalenderen.

Per (Le Fevre) publicerer løbende nyheder fra vores super elite's flotte præstationer og tiltag. Og alle opfordres naturligvis til at følge med her, og se, hvor flot Blovstrød Løverne er repræsenteret ude i verden. Som tidligere nævnt, så høster vi her frugten af den investering, klubben valgte at gøre for at give vore talentløbere nogle gode rammer for præstationsfremmende træning. Det er dejligt at se, at det lykkes så godt.

Og så vil jeg tillade mig et lille reklameindslag for vores cafeterieforpagter. Rigtigt mange af os nyder glæde af Cafelonen's og Lone's traktementer. Både om lørdagen i Cafelonen efter løb samt til diverse møder og andre events i klubben. Her har Lone gentagne gange glædet vore ganer, og det vil hun rigtigt gerne kunne blive ved med. Lone og Cafelonen har dog plads til mere i kalenderen og gør derfor venligst opmærksom på, at Cafelonen og Bossens Frokost også tilbyder mad ud af huset samt leje af selve Cafelonen til private festlige lejligheder. En service, som mange har gjort brug af, men som måske ikke alle er klare over. Så har du brug for god mad til en festlig lejlighed, så tøv ikke med at henvende dig til Lone. På den måde, kan du - foruden at sikre dig god mad - være med til at holde gang i hjulene og sikre, at Lone også kan blive ved at glæde os i Cafelonen.

Ellers er der vist ikke de store ting på bedding fra centralt hold i bestyrelsen, så tilbage er der kun at ønske alle en rigtig glædelig sommer med masser af gode løbeoplevelser. Husk at pakke løbeskoene til ferien, så grill-maden kan nydes med lidt bedre samvittighed.

Rigtig god sommer  
Bjarne Skak Bossen  
Formand



## Nyt fra Stadionudvalget m.m.

*Af Johnny Lehmann, næstformand, medlem af stadionudvalget og Allerød Idræts Union*

Der arbejdes kontinuerligt med at opdatere forholdene på og omkring stadion, så kvaliteten for brugerne er synlige og brugbare. Dette sker i samarbejde med forvaltningen og de øvrige brugerklubber Allerød Cykel Klub og Allerød Atletik & Motion:

- kommende anlæggelse af græs ved tilskuerværnet ved løbebanen så sten undgås på banen
- hjertestarteren flyttes udendørs af kommunen så den er tilgængelig døgnet rundt
- toiletternes "indmad" er udskiftet, så vandet genopfyldes hurtigere
- i entré/vindfang arbejdes på en oversigtsvæg, som skal fortælle klubbens historie og synliggøre vores identitet til gæster og medlemmer, proces pågår
- i mødelokale 1 er vi halvejs med indretningen til ungdommen, proces pågår
- der er indledende samtaler med forvaltningen om at flytte vandposten, så rensning af fodtøj kan ske i en større del af årets kolde periode
- brugerønsker om udbygning af entré/adgangsforholdene er fremsendt
- tilsvarende om muligt styrketræningslokale i tilknytning til stadion
- forvaltningen ønsker at udskifte metalhegnet grundet den årlige omkostning til vedligeholdelse med et grønt tæt hegn, proces pågår over de kommende år
- grundet naboskolens nye organisering med indskoling på Skovvang matriklen er der positive tiltag i gang på bl.a. adkomstvejene omkring Skovvang stadion, forbedrede forhold i tunnelen m.m.

Har bl.a. også igen nævnt den manglende belysning på p-trekanten samt foran Netto (privat område).

Flere medlemmer retter henvendelse til mig gennem året, når enkelte ting mangler eller er defekte. Fortsæt gerne med det, da vi i fællesskab så kan få udbedret de praktiske ting her og nu. (Alt. mail: [johnnylehmann@mail.dk](mailto:johnnylehmann@mail.dk))

Øvrige aktiviteter:

SkoleOL 2017 blev afviklet i fin stil torsdag, den 11. maj med ca. 630 skoleelever, 80 % flere end sidste år.

En stor tak til klubbens frivillige hænder på dagen båret af: Per le Fevre, Axel Nielsen, Kristian Krog, Kurt Hejlesen, Kristian Schou, Karin Crillesen, Jonathan Sydenham, Karsten Specht, Charlotte de Lichtenberg og undertegnede, som ansvarlig gennem hele planlægningsfasen fra første møde



efteråret 2016. Der forventes et overskud til Ungdomsafdelingen på min. ca. kr. 8.000,-

Klassekampen afvikles igen, lørdag, den 2. september 2017, hvor klubbens almindelige træning lægges andet sted efter aftale på de enkelte hold.

Er der allerede nu frivillige (2-3 personer), som vil være med til at afvikle en overskuelig stafetdisciplin, som klubben står for, så kontakt undertegnede.

Vores hovedforening Blovstrød Idræts Forening (BIF) har 50 års jubilæum til november 2017 med et Åbent hus-arrangement i Blovstrød hallen med aktiviteter for unge som ældre. Nærmere oplysninger følger.





## Talent- og Eliteudvalget

*Udvalget består af:*

Udvalgsformand: Per le Fevre Hansen

Cheftræner: Kersti Jakobsen

Trænere: Henrik Lundgren, Tomas Laursen

Ungdomskoordinator: Philip Mørch

Kontakt til ungdomsmotionisterne: Michael Olsen

Kontakt til bestyrelsen: Kristian Krog

Den sportslige succes fortsætter og fortsætter. Her er nogle højdepunkter:

- Ved EM Cross i december vandt Anna Emile Møller sølv. Det er den første individuelle danske medalje siden en anden løve, Carsten Jørgensen, blev europamester i 1997.
- Europa Cup Cross for klubhold blev lige den succes vi havde håbet på. Vi kan nu kalde os Europas femte stærkeste klub for kvinder.
- Vi genvandt DM for hold, så vi igen skal repræsentere Danmark i Europa Cup Cross. Det bliver i Portugal til februar.
- Vi var mange til DM 10 km, så for første gang i klubbens historie lejede vi bus til et DM løb.
- I påsken var vi på en meget vellykket træningslejr i Portugal sammen med Bagsværd.

Både Anna Møller og Christoffer Vienberg er omfattet af Team Danmark's støttekoncept, så de tager jævnligt til Idrættens Hus i Brøndby, og har ofte en af trænerne med.

Sommersæsonen er godt i gang. Træningsgruppen kører godt og vi får gode resultater på mange niveauer. Løberne har allerede sat en masse personlige rekorder og klubrekorder.

Det største for Anna bliver Diamond League, U23 EM i Bydgoszcz d. 14-17. juli og VM i London d. 5-13. august.

For Christoffer gælder det VM i London d. 14-23. juli med 800m og 1500m og herefter vil vi bygge op mod et verdensrekordforsøg på 5000m, som forhåbentligt kan løbes på hjemmebanen i Allerød.



### Besøg og støt vores sponsorer

<p>Cafelonen hjælper dig med hverdags- og festmad til enhver lejlighed. Bare spørg</p>	





## Arrangementsudvalget

*Medlemmer af udvalget har siden december 2015 været: Jeanette C. Møller, Anne Hjort Bentsen, Lars Præstholm, Jan Carlsen og Niels Villumsen (formand)*

Siden sidste nyhedsmail i december 2016 har ArrangementsUdvalget afholdt følgende Events:

- I januar havde vi et arrangement med løberen, hvor de tilmeldte fik oplysninger om trailsko og derefter mulighed for at løbe en kortere tur i skoven med trailsko. Et lignende arrangement er aftalt
- I starten af februar blev eventet fodskader, som drejede sig om mulighederne for at få lavet indlæg i skoene, for at mindske /fjerne ømhed i foden ved løb eller gang.

Ved generalforsamlingen i februar annoncerede AU at Løvefesten i år afholdes i Centerhallen lørdag d. 11. november. Forberedelserne er i gang og I vil løbende blive informeret. Tilmeldingen til Løvefesten forventes at starte ca. 1. oktober. Kryds i kalenderen kan I sætte allerede nu.

AU havde annonceret en Workshop om løbestil d. 6. maj og mange havde tilmeldt sig. Vi måtte desværre aflyse med kort varsel, hvilket var ærgerlig.

Den 19. juni er der et arrangement Katja Marie Lustrup, hvor pulsen er omdrejningspunktet. Først teori og derefter øvelser på banen.

Arrangementerne er kommet til verden, dels af vores interesser og dels på opfordringer fra jer medlemmer. AU ønsker fortsat at medlemmernes ønsker kommer til udtryk, og det vil glæde os, hvis du har et emne du kunne tænke dig debatteret, eller har ideer til hvad der kunne være interessant at dele med andre løver. Send dit forslag på e-mail til [niels.v@kabelmail.dk](mailto:niels.v@kabelmail.dk)

De bedste løvehilsner og god sommer

på AU's vegne  
Niels Villumsen





## Motionsudvalget

Den bliver kort og præcis denne gang

1. Der er planlagt holdleder workshop for at holdlederne kan inspirere hinanden til afvekslende træning, som led i løbende udvikling af holdlederne.
2. Det nye klubbetøj kan nu købes hos Løberen, det er tidligere meldt ud, men jeg tror det måske ikke har være nævnt i nyhedsbrev, og begyndere er nok heller ikke informeret
3. Stadig flere holdledere har været på førstehjælpskursus.
4. Blev lige igår bekendt med at Duedam stopper i MU, så vi vil gerne annoncere efter evt. nye medlemmer.

Ellers må I alle bare have en fantastisk sommer

På MU's vegne  
Paul-Erik.



