





Kontakt os på  
7624 4040 for  
mere information

# JERES TOTALE SIKKERHEDS LEVERANDØR

SCANVIEW A/S leverer meget mere end videoovervågning. Intelligente løsninger som fx nummerpladegenkendelse, parking space detection, adgangskontrol, alarm-systemer og meget mere. Alle værktøjer som er med til at optimere vores kunders sikkerhed og forretning.

Med avanceret intelligent videoanalyse får du fx helt nye muligheder for overvågning af banegårde og parkeringspladser. Det er tilmed muligt at tilslutte og konfigurere videoanalyse på allerede eksisterende anlæg.

## Intelligent videoanalyse bruges bl.a. til:

- Analyse af antal og opholdstid af personer på virtuelle områder.
- Analyse af stillestående eller efterladte genstande gennem længere tid eller en forudbestemt tid.
- Analyse af specifikke virtuelle områder, hvis der er indtrængen eller krydsning af virtuelle linjer

**Redaktionsudvalget:**

John Ravn  
Carl Erik Hunnerup

**Stof til Jernbanefritid:**

John Ravn  
Stenhøjgårdsvej 74, 3460 Birkerød  
Mail: jernbanefritid@jernbanefritid.dk

**Udkommer:**

4 gange årligt, således:

Nummer	Materiale	Deadline	Udkommer til medl. ca.
1. 2019	6. jan.	2019	20. feb. 2019
2. 2019	6. marts	2019	20. apr. 2019
3. 2019	1. jun.	2019	15. juli 2019
4. 2019	1. sept.	2019	15. okt. 2019
1. 2020	1. dec.	2020	20. jan. 2020
2. 2020	1. mar.	2020	15. apr. 2020
3. 2020	1. jun.	2020	15. juli 2020
4. 2020	1. sept.	2020	15. okt. 2020

**Dækning:**

Direkte til alle medlemmer og tjenesteteder ved DSB, DSBs tilknyttede aktieselskaber, Banedanmark, DB Cargo Danmark og Atkins.

**Gengivelse:**

af artikler m.m. er tilladt.  
Angiv venligst kilde.

**Annonceekspedition:**

JERNBANEFRTID  
Damgårdsvej 46, Gram,  
8660 Skanderborg, tlf. 86 95 03 61

**Grafisk produktion:**

FL Reklame  
Agerbakken 21, 8362 Hørning  
Tlf. 70 22 18 70  
E-mail: fl@flreklame.dk, www.flreklame.dk

**Jernbanefritid:**

Postadresse og kontor:  
Kalvehavegårdsvej 2, 7000 Fredericia  
Tlf. 42 42 93 82  
E-mail: kontoret@jernbanefritid.dk  
www.jernbanefritid.dk  
http://facebook.dk/jernbanefritid

Tilsluttet Dansk Firmidrætsforbund.

**Forsidefoto:**

Bowlingholdet til USIC i Prag.  
Foto: Bowlingafdelingen

ISSN: 1398-5310



## INDHOLDSFORTEGNELSE

### NYT FRA JERNBANEFRTID

Formanden har ordet .....	5
Bestyrelsens skriftlige beretning fra årene 2018 og 2019 .....	6
Skal Jernbanefritid overleve? .....	15

### BILLARD

Invitation til individuelt Jernbanemesterskab i keglebillard .....	16
Invitation til Jernbanemesterskab i billard for hold .....	17

### BOWLING

Til Prag med jernbanefritid Bowling .....	18
---	----

### CYKLING

Invitation til X-trainer Bjerg enkeltstart 2019 .....	20
Afdelingsmøde 2019 .....	23
Fyn Rundt på cykel 2019 .....	24

### FODBOLD

Invitation til Jernbanemesterskab i indefodbold .....	27
---	----

### LØB & MOTION

USIC mesterskab i cross 2020 .....	29
Copenhagen Half 2019 .....	30

### SKYDNING

Invitation til hjemmebaneskydning på 10 meter .....	34
Invitation til Jernbanemesterskaber i skydning med luftvåben .....	35

### FORENINGERNE HAR ORDET

Mallorca 2019 .....	37
Jernbanefritids Veteranklub på tur til Svendborg .....	42
DEFA nyt .....	45

# CG JENSEN

Vi **bygger** Danmark  
På land og til vands

## KOMPETENCER

- Stål
- Beton
- Byggeri
- P-huse
- Ramning af spuns og pæle
- Havne- og vandbygning
- Jord, Kloak & Forsyning
- Gartner og belægning
- Betonrenovering
- Bore- og skæreopgaver
- Grundvand
- Kystsikring
- Skybrudssikring





# Formanden har ordet

## Skimmelsvamp i Motionscenter København

I 2018 blev der konstateret skimmelsvamp i kælderetagen på Københavns hovedbanegård.

Undersøgelser har desværre vist at også vores motionscenter var inficeret med skimmelsvamp. Niveaueet var heldigvis så lavt, at en kraftig hovedrengøring kunne løse problemet midlertidigt.

Men vores lokaler og baderum skal igennem en skimmelsvamp sanering og DSB Ejendomme har planer om at vores nuværende lokaler, fremadrettet skal bruges til personaleomklædning.

DSB har lovet at finde andre lokaler til vores motionscenter på KH, men hvor og hvilke lokaler, er endnu ikke afklaret.

## Dansk Firmaidrætsforbund skal have ny generalsekretær

Generalsekretær Jan Steffensen har efter mange år valgt at gå på pension ved årets udgang.

Det bliver ikke nemt at erstatte Jan, han har som en edderkop har haft sit spin ud i hele organisationen, og derfor har han kunnet varetage jobbet meget professionelt.

Der er sat et rekrutteringsfirma på opgaven med at finde en ny "Jan", så der fra 01. Januar 2020 er en ny kompetent Generalsekretær i Dansk firmaidrætsforbund.

## Euro Groupe

I forbindelse med vores samarbejde i Euro Groupe, afholder Jernbanefritid et stort skydestævne i Århus den 5-6. oktober.

Skytterne fra Tjekkiet, Tyskland, Belgien, Schweiz og Danmark får de bedste betingelser, da stævnet afvikles i det nybyggede skytternes hus i Århus, Gøteborg Allé 9, som er Danmarks største og mest moderne indendørs skydehal på 1.800 m<sup>2</sup>.

Skytterne er under stævnet indkvarteret under gode forhold på hotel Scandic i Århus vest.

## Jernbanefritid skal også have ny "Generalsekretær"

Nu har vi aldrig brugt så fine titler som "generalsekretær" om vores kontomedarbejder Tove Johansen, men der er ingen tvivl om, at Tove har været vores "generalsekretær" i allerbedste forstand.

Tove har altid haft et præcist overblik over hvert eneste hjørne af Jernbanefritid og har holdt styr på alt det internationale samarbejde, vores medlemmer og meget mere.

Tove har i en lang periode kæmpet med helbredet og kræfterne er der ikke mere, så Tove vil nu bruge sine sparsomme kræfter på familien og stopper 01. december 2019.

Jeg har stor respekt for den beslutning, og jeg ved, det har været svært for Tove at træffe den, da hendes hjerte stadig brænder for Jernbanefritid.

Der findes ikke et rekrutteringsfirma, der kan hjælpe os med at finde en "ny" Tove. For der findes kun én Tove. Bestyrelsen arbejder på, hvordan vi fremadrettet får løst de mange opgaver, som Tove på fantastisk vis har varetaget i mange år.

*Med venlig hilsen  
Kenneth Paulsen*

# Bestyrelsens skriftlige beretning for årene 2018 og 2019

## 1. Indledning

Denne beretning suppleret med beretningerne fra ordensudvalget, motionsudvalget, redaktionsudvalget, beretningerne fra kontaktpersonerne samt den mundtlige beretning på repræsentantskabsmødet, redegør i store træk for virksomheden i Jernbanefritid siden repræsentantskabsmødet i 2017.

## 2. Bestyrelsen

Der har været afholdt 10 bestyrelsesmøder:

- 3.11.2017
- 24.11.2017
- 9.3.2018
- 2.5.2018
- 8.8.2018
- 1.11.2018
- 30.11.2018
- 8.3.2019
- 24.6.2019
- 15.8.2019

Referater fra disse møder er udsendt til alle afdelinger, foreninger, udvalg m.fl.

Jernbanefritids ordensudvalg har ikke siden sidste repræsentantskabsmøde, haft forelagt sager til behandling.

Blandt de mange spørgsmål og problemstillinger, som bestyrelsen har behandlet, kan nævnes:

- Liv Christensen som ny kasserer
- John som ny formand i CTT i USIC
- IT-sikkerhed
- Euro-Group
- Transport- og overnatningstilskud
- FISAIC foto i Maribo
- Dialogmøde
- Udvidelse af arbejdsrelaterede opgaver
- Tværgående samarbejde mellem foreningerne
- Nedlæggelse af Tennis afdelingen
- Revidering af håndbogen

- Persondataforordning
- Gaveartikler
- Nedsækning af antal blade
- Start på E-sport i Jernbanefritid
- Deltagergebyr
- USIC teknisk komite
- FISAIC Bridge i Danmark
- Møder i USIC og FISAIC
- Ny hjemmeside
- Møder i DFIF
- Forbundets økonomi
- Fællesstævne
- Ændring af kontingent

## 3. Jernbanefritid og de tilknyttede virksomheder

Fra DSB Personalets Understøttelsesfond har der ikke været udloddet beløb i 2018 og der forventes heller ikke beløb i 2019.

Der arbejdes på at få medarbejdere fra Metroen i København til at melde sig ind i Jernbanefritid og dermed deltage i vores arrangementer

## 4. Motionscentrene

Vores motionscentre i København og Aarhus har samlet haft et fald på 61 medlemmer. Der foretages løbende tilpasninger og fornyelser i vores udbud af forskellige træningsformer og maskiner.

Siden 1.7.2017 har der været en tilbagegang i medlemstallet i motionscenter København på 45 medlemmer, så der pr. 1.7.2019 er 376 medlemmer. I Aarhus er medlemstallet ligeledes faldet med 16, så der pr. 1.7.2019 er 228 medlemmer.

## 5. Økonomi og medlemstal

Jernbanefritids økonomi er grundlæggende baseret på

- medlemskontingenter
- tilskud fra Dansk Firmaidrætsforbund
- overskud fra motionscentrene

# Jernbane fritid



Udviklingen i medlemstallet har været:

	1.9.2009	1.9.2011	1.9.2013	1.9.2015	1.7.2017	1.7.2019
<b>Løntræk</b>	2353	2354	2225	2092	1975	1665
<b>Giro</b>	337	305	323	339	321	407
<b>I alt</b>	2690	2659	2548	2431	2296	2072

Tallene er ekskl. Motionscentrene.

Jernbanefritids driftsregnskab for 2017 viser et underskud på kr. 158.763

Jernbanefritids driftsregnskab for 2018 viser et underskud på kr. 330.349, hvilket skyldes USIC, FISAIC, Euro-Group mesterskaber, spillertøj og reklamegaver.

Regnskabet for 2019 ser på nuværende tidspunkt ud til at der bliver et underskud i 2019.

## 6. Jernbanefritid

Vores blad – Jernbanefritid – udkommer fremover med 4 numre om året. I 2017 og 2018 havde vi hhv. ca. kr. 30.000 og ca. kr. 36.000 i overskud årligt.

## 7. Dansk Firma Idræts Forbund

Gennem vores medlemskab af Dansk Firma Idræts Forbund får vi en del indtægter i form af forskellige tilskud. F.eks. gives der tilskud til udgivelse af vores blad, tilskud sat i forhold til vores aktiviteter, tilskud til opstart af nye aktiviteter, tilskud til tekniske hjælpemidler og tilskud til aflønning af kontorhjelpe.

Den årlige statistik for 2018 fra Jernbanefritid til Dansk Firma Idræts Forbund viser at der er 3.444 aktivitetsmedlemmer.

Kenneth Paulsen, John Nielsen og Jan Eskildsen deltog i Dansk Firma Idræts Forbunds Repræsentantskabsmøde i 2017. Jan Eskildsen deltog i et ekstraordinært Repræsentantskabsmøde i 2018. Kenneth Paulsen har deltaget i formandsmøder.

## 8. Landskredsen

Jan Eskildsen repræsenterer Jernbanefritid i Landskredsen. Landskredsen, der er en sammenslutning af 8 landsdækkende firmaforeninger under Dansk Firma Idræts Forbund, afholder hvert år et stævne den sidste weekend i oktober. Ved stævnet i 2019 inviteres der til at spille i 11 forskellige idrætsgrene.

Medlemmerne i Landskredsens foreninger blev opfordret til at deltage i hinandens stævner, hvilket imidlertid har vist sig at være svært, selvom kontoret udsender indbydelser til afdelingerne.

Landskredsen arbejder på, at få flere landsdækkende virksomheder ind som medlemmer.

## 9. Afdelinger, mesterskaber og aktiviteter

I løbet af 2018 – 2019 har de planlagte jernbanemesterskaber været afholdt (se nærmere under afdelingsledernes beretninger).

Derudover har der været afholdt en række andre arrangementer, som ikke direkte har form af et mesterskab.

Tennis afdelingen er blevet nedlagt. Der forsøges oprettet en E-sports afdeling som arrangerer konkurrencer i spil på computere.

## 10. Internationalt samarbejde

Jernbanefritid deltager på Internationalt plan således:

### USIC

Kenneth Paulsen, John Nielsen og Liv Christensen har deltaget i USIC kongressen i Schweiz i 2018.

Kenneth Paulsen, John Nielsen og Liv Christensen har

>>

deltaget i USIC kongressen i Bulgarien i 2019  
John Nielsen er blevet formand for Core Technical Team, og deltager derfor i 4 årlige møder i USIC.  
Jernbanefritid har tilsluttet sig Euro-Group som er en sammenslutning af en række europæiske lande, Tyskland, Schweiz, Tjekkiet, England, Belgien, Luxembourg, Danmark, som samles hvert år for at kæmpe i forskellige idrætsgrene. Undtaget er de år hvor der afholdes USIC mesterskab i den pågældende idrætsgren.

#### **Jernbanefritid har deltaget i følgende USIC-arrangementer i 2018 og 2019:**

Maraton i Tjekkiet  
Fodbold kvalifikation i Danmark  
Cykling i Indien  
Orienteringsløb i Hviderusland

#### **Sportslige arrangementer som Jernbanefritid forventer at deltage i, i 2020 og 2021:**

Terrænløb i Tyskland (2020)  
Golf (2020)  
Skak i Bulgarien (2020)  
Skydning (2020)  
Bordtennis i Indien (2020)  
Badminton (2021)  
Bowling (2021)  
Futsal i Hviderusland (2021)  
Fodbold kvalifikationsrunde (2021)

#### **Jernbanefritid har deltaget i følgende FISAIC arrangementer:**

Der er afholdt FISAIC mesterskab i Foto i 2018 i Maribo. Mesterskabet forløb godt.  
Harry Johannsen har deltaget i FISAIC Generalforsamling i Grækenland. Engelsk blev valgt til nyt hovedsprog. Der vil være en overgangsperiode på 4-5 år.

#### **Euro-Group**

#### **Jernbanefritid har deltaget i følgende Euro-Group arrangementer:**

##### **2018**

Orientering  
Golf  
Bowling  
Bordtennis  
Løb

##### **2019**

Badminton i Tjekkiet  
Bowling i Tjekkiet  
Skydning i Danmark  
Løb i Tjekkiet  
Bordtennis i Storbritannien

### **11. Afsluttende bemærkninger**

Denne beretning giver i store træk et overblik over, hvad der er arbejdet med i Jernbanefritid.

Der skal i mine afsluttende bemærkninger rettes en tak til alle de frivillige i afdelinger, foreninger og udvalg, uden hvis støtte det ikke ville være muligt at drive vores forbund på en fornuftig måde.

På bestyrelsens vegne  
Kenneth P. Paulsen  
Formand

## **BERETNING FRA AFDELINGERNE**

### **BILLARDAFDELINGENS**

#### **beretning til repræsentantskabsmødet 2019**

I billardafdelingen er vi ca. 60 medlemmer fordelt på lokaliteter i Odense, København og Aarhus. Vi spiller keglebillard (det der hedder "fortsat") og flere af vores spillere er tilmeldt firmasports turneringer i København, mens andre medlemmer deltager i turneringer under Den Danske Billard Union (DDBU). Men det vigtigste er, at vi kan mødes og hygge os med spillet, så uanset om man ønsker at spille turneringer eller blot komme og hyggespille, så er der altid plads til nye medlemmer. Billard er kendt som en gentlemansport og alle er velkommen hos os uanset køn, alder og dygtighed.

På tværs af landet mødes vi 3 gange om året til hhv. Nytårskur i januar, Jernbanemesterskab for hold i marts, samt individuelt Jernbanemesterskab i november. Udover det træner vi i Københavns afdelingen tirsdag og torsdags i vinterhalvåret (september til maj) hvor vi også spiller interne turneringer og afslutter med et klubmesterskab.

Vi kunne rigtig godt tænke os nogle flere medlemmer og vi er altid åbne for at vise vores sociale klub frem.

Mvh  
Per Nielsen  
Afdelingsleder

### **BOWLINGAFDELINGENS**

#### **beretning til repræsentantskabsmødet 2019**

I den nævnte periode har der været afholdt Jernbanemesterskaber i de forskellige discipliner den: Den 28. oktober 2017 i Viby J. I disciplinerne hold, old og veteran.  
Den 10. marts 2018, som en del af fællesstævnet i Odense. I disciplinerne individuelt, par og mix par.  
Den 20. oktober 2018 i Rødovre. I disciplinerne hold, old og veteran.  
Den 9. marts 2019, som en del af fællesstævnet i Odense. I disciplinerne individuelt, par og mix par.  
Og næste stævne er den 19. oktober 2019 i Viby Jylland, I disciplinerne hold, old og veteran.



Som man kan se, er der ved at være et mønster i de haller vi spiller i. Det skyldes det nedadgående medlemstal, sammenholdt med, hvor de fleste aktive spillere kommer fra. Vi vil rigtig gerne spille andre steder i landet, hvis vi har medlemmer der er aktive det pågældende sted.

Henover Sankt Hans 2018, har Danmark afholdt vores første stævne i Euro Group Bowling i Lalandia, Rødby, hvor vi fik tilkæmpet os en andenplads. Damerne opnåede individuelle placeringer som hhv. 1 og 3. Det havde været planen at de udenlandske deltagere skulle opleve den danske Sankt Hans stemning, men pga. hedebløge var der afbrændingsforbud, så det blev en fuser.

I år (2019) har vi deltaget i Euro Group Bowling i Plzen, Tjekkiet og denne gang var heldet og spillet med os, så vi vandt holdkonkurrencen og både hos herrerne og hos damerne, spillede de danske spillere sig frem til en flot Sølv- og Bronzemedalje i de individuelle rækker, så det var virkelig en flot holdindsats.

Harry Johannsen  
Afdelingsleder

## BRIDGEAFDELINGENS

### beretning til repræsentantskabsmødet 2019

#### Danske Jernbanemesterskaber i bridge (par) 10. marts 2018 i Nyborg.

Arrangementet blev afholdt sammen med Jernbanefritids fællesstævne med aftenfest og overnatning. Der deltog 8 par.

Nr. 1 og jernbanemestre blev Kim G Andersen/Flemming Sønder Schou, HI

Nr. 2 blev Karen Sørensen/Peter Højslev, HI

Nr. 3 blev Jonna Sørensen/Inga Nielsen, HI

#### FISAIC-mesterskaber i Voss, Norge 11. – 15. juni 2018.

Norge stod for et vellykket arrangement.

Der deltog 7 lande, og Danmark blev en flot nr. 5.

Ungarn vandt foran Norge og Polen, Frankrig blev nr. 4, og Tyskland og Rumænien sluttede på de sidste 2 pladser.

Det danske hold bestod af:

- Irene Ougtvig/Knud Ougtvig
- Kim G Andersen/Flemming Sønder Schou
- Karen Sørensen/Peter Højslev og
- Poul Munk som delegationsleder og holdkaptajn.

#### Dansk Jernbanemesterskab i bridge (hold), 16. september 2018 i Fredericia.

Var der – som sædvanligt - indbudt til. Denne gang gennemførtes arrangementet som et Jernbanemester med 4 hold.

Nr. 1. blev Irene/Knud Ougtvig og Karen Sørensen/Peter Højslev

Nr. 2. blev Jonna Sørensen/Inga Nielsen og Flemming Sønder Schou/Kim G Andersen.

#### Dansk Jernbanemesterskab i bridge (par) 9. marts 2019 i Nyborg

Arrangementet blev holdt sammen med Jernbanefritids

fællesstævne med aftenfest og overnatning. Et rigtig godt arrangement.

Til bridge var der også denne gang tilmeldt 8 par.

Nr. 1 og vinder Kim G Andersen/Flemming Sønder Schou, HI

Nr. 2 Irene Ougtvig/Knud Ougtvig, HI

Nr. 3 Karen Sørensen/Peter Højslev, HI

Nr. 4 Dorte Vang/Eli Skop, Atkins

#### Bridgeturnering i Ludwigshafen/Rhein, Tyskland 7. – 10. juni 2019.

7 af vores bridgespillere fra HI København deltog i ovennævnte bridgeturnering for egen regning og risiko. HI ydede dog et mindre tilskud til arrangementet.

Der deltog 29 par i turneringen fra Frankrig, Norge, Danmark og Tyskland. Med følgende fine resultater for de danske spillere.

Nr. 3. Irene Ougtvig/Knud Ougtvig Score 60,08

Nr. 6. Peter Højslev/Jean-Pierre Gries Score 57,38

Nr. 10. Lis Frost/Anny Kjærsgis Score 50,60

Nr. 11. Karen Sørensen/Poul Munk Score 50,46

#### Efterårsstævne i bridge (par) 15. september 2019 hos Atkins i København

I skrivende stund er der tilmeldt 7 par. Vi håber at finde endnu et par så vi bliver 8 par.

Poul Munk  
Afdelingsleder

## CYKELAFDELINGENS

### beretning til repræsentantskabsmødet 2019

Året har været ganske fornuftig på tilmeldinger. Om det ligefrem har været en succes, vil jeg stå ubesvaret hen. De ekstra mange tilmeldinger skyldes i nogen grad, at der har været udtagelse til USIC. Der er registreret ca. 70 medlemmer i databasen. Dvs. ca. 70 har kørt cykelløb i Jernbanefritid regi siden 2012. Hvor er de alle sammen blevet af? Det er meget de samme få ryttere, som deltager i vores løb. Dog har året budt på 4 nye ansigter, som har været i aktion. Det er glædeligt.

Der skal en ændring til. Vi kæmper med afstande, manglende frirejser og konkurrence med andre eksterne arrangementer hele tiden. Medlemmer er nødt til at vælge vores løb i Jernbanefritid fordi, at man ønsker at bevare det. Der skal være et reelt ønske om at komme ud og ses med kollegaerne. For ellers er det for nemt at vælge andre ting udenfor Jernbanefritid. Så der SKAL være mere fokus på sociale tiltag, nu hvor man er afsted sammen. Det er blevet for lidt, at man bare møder op og drikker sin kop kaffe og tager hjem igen. Sker der ikke en ændring og er man lidt ligeglads, så dør vi langsomt.

Vi motiveres af medlemmernes lyst og vilje. Vi demotiveres af det modsatte.

I starten af året vil vi afholde et bestyrelsesmøde. Vi søger medlemmernes idéer til, hvordan vi højner det sociale. Alle forslag er velkomne.

>>

**2018****8 april Islev Duathlon**

17 tilmeldt / 14 gennemførte / 3 afbud

Løbet er tilbage på et fornuftigt niveau, og vi lader den fortsætte i 2019. Det er godt arrangeret løb og det er nemt for jernbanefritid at deltage i. Men spørgsmålet er, om vi fortsat skal kalde det for et jernbanemesterskab?

Overall mester: Poul Thomsen, HI

**27 maj Skjoldenæsholm**

14 tilmeldt / 10 gennemførte / 3 udgået (heraf 1 styrt) / 1 udeblevet

Løbet er et fast løb i cykelåret. Det fortsætter det med. Der er ingen grund til at ændre noget, som fungerer. Igen er det nemt at gå til. Og har kun været roser til arrangementet fra vores deltagere.

**16 juni Mesterskab Landevej, Fyn Rundt**

22 tilmeldt / 18 gennemførte / 2 udgået / 1 afbud / 1 udeblevet

Rekorddeltagelse til løbet, som var udtagelsesløb til USIC. Jernbanemesterskabet var en succes i år. Det var fantastisk at se den opbakning. Så gider man gerne gøre alt arbejdet for det. Der var endda tilmeldt 6 hold, hvoraf 4 kunne gennemføres. Det var 1 og eneste gang i år, at en holdkonkurrence kan gennemføres. Løbet bruges også til mesterskaberne næste år, som det ser ud nu.

Overall mester: Mads Kühn, JAM - Vinder af holdkonkurrencen: JIF 1

**12 august Tour de Vestfyn - AFLYST**

Løbet blev aflyst pga. der kun var 7 tilmeldinger. Fremover er det et ønske, at løb bliver aflyst ved 9 deltagere, eller derunder. Altså minimum 10 deltagere.

**12 august Landholdssamling i Frederikssund**

Vi brugte dagen på samling af landsholdet forud for deres tur til Indien. Dagen blev brugt hos Poul og Melina. Der var fællestæring og briefing over middag bagefter. John Nielsen deltog med info om rejsen.

**27 oktober Mesterskab enkeltstart X-trainer**

10 tilmeldt / 4 afbud.

Enkeltstarten afholdes for 2. gang i lokalerne i OGF. Beslutning taget på baggrund af en udmærket opbakning i 2017. Der er nedgang i år. Mon ikke vi skal finde ud på landevejen igen til næste år.

**12-16 november USIC Indien**

Turen til Indien var en social succes. Sportslig blev vi en smule distanceret. Værst var det at Norge endte bedre end Danmark. Men alle leverede fuldt ud og flere kørte person-

ligt hurtigere end de havde gjort før. Bemærkelsesværdigt var det, at eneste kvinde i Indien (Melina) kørte lige op med de andre. Specielt i linjeløbet på 100km som blev kørt med over 42 km/t i snit. Der var 1½ minuts forskel på forreste og bagerste i hele det samlede felt.

Beretninger, video og billeder findes på cykelafdelings Facebook side, samt på jernbanefritid.dk

**2019**

Et mærkbart fald i deltagerantallet. Med 1 stævne tilbage i år, kan året beskrives som utilfredsstillende. Det er dog positivt igen at se nye ansigter i cykling. Databasen nærmer sig 80 ryttere i forhold til 70 sidste år. JAM har kørt en god kampagne med nye cykeltrøjer. Det har hjulpet. Og så har vi fået nogle af de mange løsgængere til at melde sig ind i en forening under jernbanefritid.

**7 april Islev Duathlon**

7 tilmeldt / 1 afbud

En klar tilbagegang. 2017 og 2019 har været under grænsen. Det var i år på vippen til aflysning. Løbet i 2018 (med 17 tilmeldinger) var nok præget af landholdsholdsudtagelsen. Duathlon bliver muligvis fjernet fra programmet i 2020, nu hvor afdelingen også skal spare på budgettet.

**26 maj Skjoldenæsholm**

12 tilmeldt / 3 afbud / 1 udgået / 1 udeblivelse

Tilmeldingen til dette løb er fortsat meget stabil mellem 10-15 alle de år vi har haft det på programmet. I år gennemførte kun 7 deltagere desværre. Men det ændre ikke på, at det er på programmet igen i 2020. Det er et meget hyggeligt løb og nemt at komme til.

**18 august Mesterskab Landevej, Fyn Rundt**

14 tilmeldt / 1 udeblevet

Mange i jernbanefritid vil mene at 14 deltagere er OK. Jeg er som afdelingsleder af en anden holdning. Vi er 80 ryttere spredt i landet. Er der et løb man bør prioritere, så er det da netop dette jernbanemesterskab. Så er bestemt ikke slået bagover af begejstring. Men vil kalde det acceptabelt.

Løbets arrangør havde desværre ændret datoen for løbet fra Juni til August. Det betød at afdelingslederen ikke selv kunne være repræsenteret. Stævnet blev varetaget af Lars Modig og Rasmus P. Frantsen fra bestyrelsen. Om flytningen af dato har haft indflydelse på deltagerantal, er svært at sige.

Ligger stævnet næste år i august, så kan en mulighed være at finde et andet løb at afholde mesterskabet i.

Overall mester: Frank Andersen, JIF - Vinder af holdkonkurrencen: JIF

**31 august Markedsløb i Brønderslev. - AFLYST**

Løbet var tiltænkt en "Jysk udgave af Skjoldenæsholmløb"

Der har manglet et løb, som tilgodeser jyderne. Hos Nordjyske jernbaner er der helt klart potentiale til at hverve medlemmer. Løbet skulle også bruges lidt som en teaser her. Men det ville kræve opbakning fra afdelingen i Aarhus (JIF). Desværre endte datoen med at blive den samme, som de kørte JIF mesterskaber ved Marsellisløbet i Aarhus. Vi forsøgte at få dem til at flytte mesterskabet til Markedsløbet og tage imod medlemmer fra NJ, men der var flertal i afdelingen for løbet i Aarhus. Og helt fair, men ærgerligt.

Direktøren i NJ valgte så at betale startnummeret for NJ ansatte til markedsløbet. Og Carl Erik vælger meget flot, at bruge løbet som en del af hans kampagne i JAM. Han deltager i øvrigt selv i løbet.

Vi ender med at være 7 deltagere fra NJ. (4 af dem er medlemmer af JAM)

### **16 november Mesterskab enkeltstart X-trainer + AFDELINGSMØDE**

Enkeltstarten afholdes for 3. gang i lokalerne i OGF. Beslutning fordi, det har været umuligt at finde en weekend for et udendørs løb. De ledige weekender der har været at vælge imellem, ligger meget sent på året, hvor vejret spiller en væsentlig rolle.

Vi holder afdelingsmøde efter X-trainer.

Indkaldelse i seneste nr. af jernbanefritid, samt på hjemmesiden under aktiviteter.

Til afdelingsmødet samles året op. Der tages imod fra de deltagende. Og der tales indledningsvis om aktiviteter i 2020. Her skal vi tænke på sparekniven som rammer i hele organisationen.

Karsten Bukholt  
*Afdelingsleder*

### **FODBOLDAFDELINGENS beretning til repræsentantskabsmødet 2019**

Hvad er der så sket i fodboldafdelingen siden sidste repræsentantskabsmøde? Vi har afholdt et USIC kvalifikationsstævne i Rødby med 4 hold og så har vi vores Futsal stævne som vi afholder i Nyborghallerne i forbindelse med vores fællesstævne. Som noget nyt afholder vi vores udendørsstævne i Espelunden i Rødovre samt vores Jernbanemesterskab i indendørsfodbold i Rødovre Hallen da vi igennem en periode har konstateret at det kun er HI hold som deltager og det lader desværre ikke til at der dukker andre op.

#### **Jernbanemesterskabet i indendørsfodbold 2018:**

Jernbanemesterskab i indendørsfodbold, lørdag den 10. marts 2018. I Nyborghallerne. Her var der tilmeldt 4 hold i seniorrækken og 4 hold i oldboys rækken og det kan vel ikke komme som en overraskelse for nogen, at det var HI hold alle sammen.

På det efterfølgende afdelingsmøde blev det besluttet at flytte indendørs til København og så bibeholde Futsal i forbindelse med Fællesstævnet i Nyborg.

#### **Kvalifikationsstævne til USIC, afholdt i Lalandia Rødby:**

I perioden fra den 20. – 24. juni 2018 afviklede vi USIC-kvalifikation i Rødby. Vi må nok sige at det var stolpe ud i stedet for stolpe ind, heldet var ikke med os, men vi da med i turneringen indtil sidste kamp som skulle vindes over Schweiz, men vi spillede desværre uafgjort og vi vandt dermed en 4 plads ud af 4 hold. Der var deltagelse fra Norge, Indien, Schweiz og så os selv.

#### **Jernbanemesterskab, udendørsfodbold 2018:**

Jernbanemesterskab i udendørsfodbold i Espelunden Rødovre, lørdag den 1. september 2018. Her stillede 3 hold op og alle fra HI.

#### **Jernbanemesterskab indendørs 2018:**

Jernbanemesterskabet i indendørsfodbold i Rødovrehallen, lørdag den 10. november 2018.

Det var første gang at der blev afholdt et Jernbanemesterskab langt væk fra Nyborghallerne og det så ud som om det havde den effekt som det skulle, nemlig flere hold. Nok en gang var alle hold fra HI. Her deltog 5 hold i senior og 5 hold i oldboys rækken og det var godkendt. Her startede vi kl. 10:00 og var færdig kl. 14:00.

#### **Jernbanemesterskabet i futsal 2019:**

Her er vi så tilbage i Nyborghallerne for at afvikle vores Jernbanemesterskab i futsal.

Her deltog der 3 hold, 3 hold lyder ikke af meget men spilletiden er på 2 x 20 min. i hver kamp så her betyder det ikke så meget da der stadigvæk bliver spillet fodbold igennem hele dagen.

#### **Jernbanemesterskab, udendørsfodbold 2019:**

Her er der i skrivende stund tilmeldt 5 hold og det er jo en utrolig flot tilmelding. Stævnet afholdes i Espelunden, lørdag den 31. august 2019.

#### **Jernbanemesterskab i indendørsfodbold 2019, i Rødovrehallen:**

Der afholdes Jernbanemesterskab i indendørsfodbold i Rødovre Hallen, lørdag den 16. november 2019.

#### **Futsal stævne, i Nyborghallerne:**

Her afvikler vi vores Jernbanemesterskab i Futsal i forbindelse med vores fællesstævne 2020, som bliver afholdt lørdag den 7. marts 2020 i Nyborghallerne.

Tony Kim Andersen

*Afdelingsleder*

### **FOTOAFDELINGENS**

#### **beretning til repræsentantskabsmødet 2019**

Dette indlæg beskriver begivenhederne i Fotoafdelingen siden seneste repræsentantskabsmøde i 2017.

>>

**2017**

Afdelingsmødet blev holdt den 7. december. Det største emne var planlægning af arrangementet i forbindelse med FISAIC FOTO i Danmark i 2018.

**2018****Jernbanemesterskaberne**

Arrangementet, som var en succes, fandt sted i Holbæk. Karl stod for det praktiske.

Vi besøgte Andelslandsbyen Nyvang, hvis aktiviteter mange af os kunne nikke genkendende til.

Bedømmelsen af Jernbanemesterskaberne var i år lagt i hænderne på Fotoklubben iso 4300 Holbæk. De præsterede et fint arbejde.

Der var i alt 254 billeder fra 19 deltagere.

Det var "den gamle garde", der løb med præmierne; men det er også dem, der deltager. Kurt Jeppesen løb for anden gang i træk med titlen "udstillingens bedste billede" for billedet "selfie".

Vi arrangerede igen en konkurrence med titlen "Det første døgn i Holbæk". Det betød, at vi skulle ud i byen og lede efter motiver. Fin deltagelse.

FISAIC

**FISAIC FOTO 2018** blev afviklet i Maribo og her er pluk fra evalueringen.

De største succeser ikke prioriteret rækkefølge:

1. Billedlister og invitationer blev udsendt i god tid
2. Det var et godt og passende program, hvor der også var tid på egen hånd
3. Prisen var rimelig i forhold til indholdet
4. Hotellet var godt og ydede god service
5. Udflugterne blev gennemført som planlagt
6. Udstillingen var utrolig flot med billedskærmen som et ekstra plus
7. Den digitale præsentation forløb fint og i stor kvalitet
8. Den indlagte konkurrence blev godt modtaget og sjovt afviklet
9. Oversættelser og tolkning var præcise
10. Talerne var prisværdigt korte, og godt at vi droppede engelsk
11. Vejret viste sig fra sin pæne side det meste af tiden
12. Vi brugte mindre på arrangementet, end det var aftalt.

**Teknisk møde**

Mødet forløb uden større sværds slag.

**Jernbanefritid dialogmøde**

Afdelingslederen med ægtefælle deltog i dialogmødet, hvor medlemshvervning og økonomi var på dagsordenen.

**Afdelingsmøde**

Der blev holdt afdelingsmøde den 10. december 2018.

Kurt Jeppesen blev genvalgt som afdelingsleder og Klaus Skafte Nielsen blev genvalgt til bestyrelsen.

**2019****Jernbanemesterskaber**

Vi havde besluttet os for at holde arrangementet i Juelsminde.

Hedensted Fotoklub stod for bedømmelsen, og de fulgte dommervejledningen til punkt og prikke.

En snæver kreds tog sig af medaljerne og Maybritt Hodal Jensen og René Jensen tog sig af alle guldmedaljerne. Kurt Jeppesen løb for tredje gang i træk med titlen "udstillingens bedste billede" for billedet "metro trappe".

Igen pænt; deltagerantal nemlig 15 med i alt 236 billeder. Vi havde igen en konkurrence på stedet. Konkurrencen strakte sig fra fredag ved ankomst til lørdag, da Jernbanemesterskaberne blev afviklet. Der er højt startgebyr og gode præmier, så det bliver spændende at se de 4 billeder fra hver, som vi ser en gang i den kommende sæson. En tur til Hjarnø med tur i traktor rundt på øen var en stor succes.

Kurt Jeppesen

*Afdelingsleder*

**GOLFAFDELINGENS****beretning til repræsentantskabsmødet 2019**

I golfafdelingen afholder vi 2 golfstævner årligt, normalt et øst for Storebælt og et vest for Storebælt. Stævnerne er alt i alt godt besøgte med imellem 40 og 60 deltagere hver gang. Vi har det rigtig godt blandt spillerne på tværs handicap så udover konkurrencen er stævnerne præget af smil og gode historier.

Udover de danske stævner deltager vi i USIC som afholdes hvert 4. år og i mini groupe som afholdes de øvrige år. I juni måned 2018 sendte vi en gruppe spillere, 4 herrer og 2 damer, til Belgien til Euro Group stævne. Med stor succes da mændene som hold opnåede en flot 1. plads og vores bedste spiller, Casper Bonde vandt individuelt. Hos damerne vandt vores hold en lige så flot 2. plads.

Golfafdelingen skiftede formand sidste efterår og den nye formand har barslet lidt med tanken om at ændre spillerdagen for et af stævnerne, måske begge, så de spilles en hverdag i bestræbelserne på at få flere spillere med. En stor del af spillerne er ramt af weekendarbejde så det giver måske god mening at kigge på interessen fra spillerne. Forslaget bliver stillet til afdelingsmødet som afholdes efter Jernbanemesterskaberne i september.

Et andet mål for afdelingsformanden er at informere fra gang til gang om hvilke dato det næste stævne skal afholdes sådan at når spillerne kører hjem fra et stævne ved de allerede hvornår det næste skal afvikles. Tit foreligger der osse Information om hvilken bane der skal spilles.

Et andet tiltag som afprøves i øjeblikket, er at arrangere en fællesspisning efter matchen i form af en buffet så vi kan styrke det sociale sammenhold blandt spillerne. En kombination af spil på hverdage og dermed formentlig en bedre pris kunne måske gøre denne fællesspisning ”gratis”.

Afslutningsvis må det konstateres at vores afdeling i øjeblikket er sund og rask og jævnlige får nogle nye indmeldelser.

Søren Gade  
Afdelingsformand

## LØB OG MOTIONS

### beretning til repræsentantskabsmødet 2019

Som så mange andre steder, har Løb og Motion oplevet vigende tilslutning til de udbudte aktiviteter, ligesom medlemstallet i de tilsluttede klubber har været for nedadgående. Vi har derfor gjort os mange overvejelser om, hvad der skal til for at få flere til at slutte op om løbeaktiviteterne.

Det generelle billede er, at vores traditionelle løb, som ikke har involveret andre end os selv, ikke længere har den fornødne tiltrækningskraft. Der skal mere til. Vi har nu i to år deltaget i Odenseløbet på 10 km, med behersket tilslutning. Det er dog på mange måder et løb, der passer godt til os, idet det ligger centralt i landet og med start og mål tæt på Odense Banegård, så der er gode muligheder for omklædning og socialt samvær efter løbet. Mon ikke vi forsøger os med dette løb en gang til.

Et andet tiltag har været at flytte løbet i forbindelse med Fællestævnet fra Juelsberg Skov til kursuscenteret på Knudshoved, hvor aftenfesten holdes. Dette medførte en pæn tilslutning - og giver mulighed for deltagelse for medlemmer fra de andre afdelinger. Vejret var godt nok en barsk omgang i 2019, men da man kunne vælge distancer fra 4 til 12 km, var det til at leve med.

Sidst men ikke mindst har vi lagt Jernbanemesterskabet i halvmaraton i tilknytning til Copenhagen Half. Copenhagen Half er formentlig Danmarks højst profilerede motionsløb med deltagelse af nogle af verdens bedste løbere og der har været stor interesse fra Løb og Motions medlemmer, lige som det har givet tilgang af nye medlemmer. Vi stiller med et af de største felter i nyere tid - indtil videre er der 31 tilmeldte fra Jernbanefritid.

Men deltagelse i disse højt profilerede løb er en bekostelig affære og den høje deltagelse er formentlig til dels et resultat af støttekroner fra Jernbanefritid og klubberne under Løb og Motion. På et tidspunkt bliver det nødvendigt med en diskussion om, hvorledes aktiviteter på dette niveau skal finansieres og spørgsmålet er, om stigning i kontingenterne helt kan udelukkes. Omvendt leveres der aktiviteter på et højere niveau end før, så muligheden for at forsvare et øget kontingent er til stede.

Tendensen fra de tidligere år indikerer dog, at hvis man kører videre i den gamle gænge, risikerer Løb og Motion at lide en stille medlemsdød.

Paul Andersen  
Afdelingsleder

## ORIENTERINGSAFDELINGENS

### beretning til repræsentantskabsmødet 2019

Orienteringsafdelingen afholder Jernbanemesterskab om foråret, og om efteråret holdes der efterårs løb. Hvert 4 år tager 9 deltagere til USIC, forskellige steder i Europa. Når der ikke afholdes USIC, deltager afdelingen i Euro Group stævner. Euro-Group er et samarbejde mellem 7 lande i Europa.

Jan Truelsen  
Afdelingsleder

## SKAKAFDELINGENS

### beretning til repræsentantskabsmødet 2019

Vi har de seneste 2 år afholdt vore ordinære jernbanemesterskaber, begge år på Knudshoved Kursuscenter i fine forhold og begge samtidigt med afholdelsen af det årlige fællestævne, som foregår om lørdagen, hvor vi jo spiller fra torsdag – søndag.

Skak afdelingen er efterhånden blevet en lille sluttet kreds med 8 deltagere, og vi kunne rigtigt godt bruge lidt flere interesserede.

I uge 41 i 2018 deltog vi i Eurogroup i Manchester, med 6 spillere, 2 turister og Tony, som delegationsleder.

Det var en rigtig hyggelig tur, hvor vi udover, at have masser af modstand på skakbrætterne, samtidigt fik set en del af den ret hektiske by, hvor trafikken mere end andet ligner en myretue i stort format.

Bjarne Haar  
Afdelingsleder

## SKYTTEAFDELINGENS

### beretning til repræsentantskabsmødet 2019

Ja, hvad har vi lavet de sidste 2 år. Vi har som altid afholdt vores jernbanemesterskaber, som altid er dejlig og hyggelige at være med til. Vi må bare konstatere, at vi ikke har, kunne skaffe nye skytter i samme hastighed, som de gamle holder op. Et lille lyspunkt er der. Da vi afholdte de sidste mesterskaber på 10 meter, var der 2 bøjere skytter med og en 3 på vej.

Aktiviteten på vores hjemmebaneskydninger, er stort set status quo. Så skytterne kommer da ud i foreningerne.

Vi har også haft tid til at feste. Skytteafdelingen fyldte 70 år, og det fejrede vi med en dejlig fest, i forlængelse af

>>

jernbanemesterskaberne på 25 og 50 meter. Med store forventninger til deltager antallet, havde vi bestilt mad til mindst 50, der skulle være nok at spise. Helstegt patergris. Lavet mens vi ventede. Og med ca. 30 som var mødt frem, så skal jeg da love for at folk fik nok at spise. Der blev spidst så meget at Gunnar B. Frederiksen, kun lige med nød og næppe fik lidt med hjem til næste dag.

Vi har sagt ja til at deltage i Euro Group. Et lille mini USIC med 4 andre nationer. Håber at vi så kan holde de skytter aktive vi stadig har. Vi er dog ikke kommet særlig godt fra start. Første gang der var mulighed for at deltage, kunne

værtsnationen ikke klare det logistisk. Året efter (Skulle mene at de har haft tid nok) var det ikke muligt, da man allerede havde bestilt hotelværelser. Så den eneste måde vi han få lov til at deltage, er ved at selv arrangere det. Så det har vi fuld gang i.

Ville gerne, at der er mere at fortælle. Men det er svært, når man ikke er flere ind 30 skytter på landsplan.

Claus Brix Laursen  
Afdelingsleder



A Member of  
The Linde Group | **AGA**

**GENIE® 300 bar**  
letvægtsflasken.  
Mere gas - Mindre  
vægt.

www.aga.dk



DEL TILVÆRDSKAB  
**BJÆLKEHØJ**  
ENTREPRENØR APS

Kloakarbejde • Fundamenter + gulve • Renovering af kloaker  
Kloak-tv • Belægninger af natursten + granit • Anlægning af græsplæner  
Mindre træfældningsopgaver (÷ trætoppe)  
Div. maskinudlejning • Granittrapper og granitbål  
Skinnekørende hydrema dumper med  
sandudlægger og dreje/viplad  
Lastbil, 4 akser med 24 tons m. kran og 3 akser kær + hænger  
og 25 tons blokvoan **Vognmands tilladelse**

Kirkebjergvej 13 • 4180 Sorø • Tlf. 20 28 03 60  
torben@bjaelkehoj.dk • www.bjaelkehoj.dk



**FREMTIDENS  
VÆRKSTEDER  
(BANER VEJEN FOR  
ET GRØNNERE DSB)**

Læs mere her: [ramboll.dk/fremtidensvaerksteder](http://ramboll.dk/fremtidensvaerksteder)

**RAMBOLL** Bright ideas. Sustainable change.

# Skal Jernbanefritid overleve?

De fleste læsere vil forhåbentlig svare ja; men det sker bare ikke af sig selv.

**Du – du – du** -du skal gøre noget, og Facebook eller andre sociale medier kan være en del af løsningen.

Tidligere hvervede vi nye medlemmer på arbejdspladsen blandt vores kollegaer. Nu er mange af de nuværende medlemmer ikke mere aktive på arbejdet, og arbejdspladserne er ikke bare tilgængelige.

Så må vi "besøge" kollegaerne på en anden måde.

Vi skal slå navnet Jernbanefritid fast, og det kan vi gøre ved at gøre Jernbanefritids Facebook profil kendt og nærmest uundværlig. Det kræver, at Jernbanefritid lægger nyheder op 1 – 2 gange om ugen og at medlemmerne læser dem og især deler dem.

Bestyrelse, afdelingsledere og foreninger skal sørge for at sende materiale til Jernbanefritids webmaster. Jan Eskildsen på e-mail je@jernbanefritid.dk

## Sådan hæver vi antallet af følgere:

- Du går ind på forsiden af Jernbanefritids Facebookprofil
- Så finder du punktet "Inviter dine venner til at synes godt om denne side". (Markeret med gult i nedenstående billede).
- Så inviterer du alle de venner, som kan blive medlem af Jernbanefritid
- Jeg har selv prøvet og antallet af følgere steg på få dage med 40 svarende til ca. 10 %.

Når vi runder f.eks. 1.000 følgere kan vi sætte en kampagne i gang for at få flere til at melde sig ind i Jernbanefritid og en forening.

En kampagne skal have et mål, og jeg har sat et for antal nye medlemmer i Jernbanefritid. Det kan kun nås, hvis du vil være med til at gøre noget.

Kurt Jeppesen

The image is a screenshot of the Facebook profile for 'Jernbanefritid'. The profile picture is a circular logo with the text 'jernbane fritid' and a red graphic element. The name is 'Jernbanefritid' with the handle '@Jernbanefritid'. The navigation menu includes 'Startside', 'Om', 'Billeder', 'Videoer', 'Opslag', and 'Fællesskab', along with a green button 'Opret en side'. The main content area shows a post with a photo of a group of cyclists on a city street. Below the photo are interaction buttons: 'Synes godt om', 'Følger', 'Del', and 'Send besked'. The post has 388 likes and 386 followers. The 'Fællesskab' section shows a highlighted invitation to like the page, and the 'Om' section provides contact information for the organization.

# Invitation

## Individuelt Jernbanemesterskab i keglebillard

### Dato og tid

Lørdag den 2. november 2019 kl. 10:30

### Sted

FKS-Hallerne, Tranehøjen 5, 5250 Odense

### Deltagere

Alle medlemmer i Jernbanefritid kan deltage. Hvis du ikke er medlem af Jernbanefritid, kan du blive det. Det forudsættes at man har et snit i forvejen. Er du ny spiller og mangler et snit, kan du tage kontakt til [billard@jernbanefritid.dk](mailto:billard@jernbanefritid.dk) og aftale gennemførelse af snitkampe inden turneringen.

Vi byder alle nye velkommen uanset snit, alder og køn.

### Turneringen

Alt efter antal deltagere og snit spilles der i følgende rækker:

**Mester** (distance 350)

**A-række** (distance 200)

**B-række** (distance 150)

og evt. **C-række** (distance 120)

### Program

Der startes med et afdelingsmøde kl. 10.30, dagsorden jf. vedtægterne. Der skal bl.a. vælges afdelingsleder for de næste 2 år.

Selve turneringen starter lige efter afdelingsmødet. Forvent at turneringen slutter ved ca. 17 tiden.

### Tilmelding og frist for indkomne forslag

Tilmelding og fremsendelse af forslag sendes til [billard@jernbanefritid.dk](mailto:billard@jernbanefritid.dk) senest den 18. oktober 2019.

### Turneringsplan og oversigt over indkomne forslag

Udsendes pr. mail til deltagerne senest en uge før turneringen finder sted.

Indkomne forslag sendes desuden til klubformændene.

### Betaling

100 kr. pr. deltager. Deltagere der ikke er tilknyttet en klub opkræves efterfølgende.

### Spisning

Der er cafeteria på stedet, hvorfra der individuelt bestilles mad for egen regning. Der er desuden mulighed for at købe øl- og sodavand samt kaffe mv. i billardlokalet.

For dem der har lyst, vil der blive arrangeret aftensmad på Giraffen på Odense banegård inden turen igen går hjemad.

### Transport

Der etableres fælles taxa-kørsel til FKS-hallen fra Odense station ca. kl. 10. Pris ca. 35,- Kr pr. deltager.



# Invitation

## Jernbanemesterskab i Billard for hold (Nytårsturnering)

### Dato

Lørdag den 11. januar 2020

### Sted

Taastrup Billard Klub, Poppel Alle 12, 2630 Taastrup

### Tid

Vi spiser fælles morgenmad kl. 9:30 og starter turneringen op ca. kl. 10.30.  
Der spilles på 4 til 6 borde afhængig af deltagerantal

### Deltagere

Alle ansatte i Jernbanerelaterede virksomheder eller medlemmer af Jernbanefritid, hvis du ikke er medlem af Jernbanefritid, bliver du det, det koster kun 120 kr. om året (første 6 måneder gratis) og giver adgang til alle idrætsgrene under Jernbanefritid. Kom hvis du har lyst til at prøve. Kvinder er også velkomne, så tag konen, samleversken eller de store børn med, udstyr kan lånes på stedet!

### Turneringer

Der spilles efter handicap, såfremt man har et snit i forvejen.  
Puljer og hold afhænger af antal deltagere.

### Tilmelding

Tilmelding senest fredag den 28. december 2019. Skal ske på mail til [billard@jernbanefritid.dk](mailto:billard@jernbanefritid.dk)

### Turneringsplan

Turneringsplan udsendes senest den 6. januar til alle deltagere.

### Betaling

100 kr. pr. deltager

### Spisning og forplejning

Der er morgenbrød og kaffe og der arrangeres stort frokostbord med rigeligt mad.  
Forplejning afregnes på dagen. Forvent at det bliver ca.75 kr. pr næse.  
Der er desuden mulighed for at købe øl og sodavand.

# Til Prag med Jernbanefritid Bowling

## 17 - 19 juni 2019



Det danske hold



Holdet med pokalen



Alle deltagere, samt arrangør

Mandag kl. 07.00 mødte vi 8 personer frem i Kastrup for at tage turen til Tjekkiet, for at spille mod Tyskland - Storbritannien og værterne Tjekkiet. Der var en fin indtjekning, dog kiggede de lidt til alle de bowlingkugler, det gik dog glat og vi kom også fint gennem security, afgang til tiden og 80 minutter senere lavede piloten en fin landing i Prag. Som næsten helt normalt holdt der en transitbus til at få os frem til ankomsthallen.

Nu var der en vandring frem til, hvor en Express bus fragtede os ind til Prag banegård. Her var der tid til at se os lidt omkring, samt finde hvor vores tog afgik fra.

Vi fandt frem og satte os tilrette og nød turen, der var som at køre i gamle dage, med kupevogn.

I Plzen blev vi modtaget af vores værter, der ventede med deres biler for at køre os hen til Central Hotel til indkvartering, et enkelt men fint hotel, her spiste vi alle måltider, dog undtaget spisningen mellem de 12 serier der skulle spilles.

Vi havde nu tid til at se os omkring inden aftensmad kl. 18.30. Harry og John skulle dog til teknisk møde, hvor der blev aftalt lidt om spillet, Harry spurgte til om det var tilladt med korte bukser, der ikke var er del af vores normale spilletøj (lidt forskellige), der var der ingen modsigelser, da der ikke er en dresscode for bukserne, tak for det, der var jo 29 graders varme. Klimaenlæg i hallen kølede jo nok lidt ned, men det er altid varmere at spille end at se på.

Spillene er to tremandshold: 2 herrer og 1 dame.

Lodtrækningen blev til at vi fik bane 3 og 7.

Tjekkiet bane 1 og 5. Tyskland bane 4 og 8. Storbritannien bane 2 og 6. Efterfølgende ændret lidt til vi skulle spille AM, for ikke at skulle møde de samme spillere igen, så ok.

Der spilles først 6 serier EUR, derefter 6 serier AM, Der er olieret før start og efter 6 serier.

Hold 1: Bjarne Andersen - Lasse Johnsson og Christina Johnsson

Hold 2: Bjarne Olsen - Brian Telander og Tine Bune.

Det var nu tid til aftensmad, vi sad ved 5 borde, de 4 lande og et til alle der var hjælpere.

Dag 2: Morgenmad fra kl. 06.30 til 07.45. Vi skulle stå klar kl. 07.55 da bussen ikke måtte spærre unødigt, det gik godt, alle var klar og vi var køreklar på få minutter, fint, efter ankomst til hallen var der fotografering af holdene og samlet alle deltagere. Der blev kort budt velkommen inden det var tid til at varme op i ti minutter. Der stod en 1½ liter vand pr deltager, men på grund af varmen blev der brugt en hel del mere, Jernbanefritid sørgede for drikke under hver disciplin, samt det spillerne selv købte i baren.

Så startede spillet og Danmark lagde godt ud med pragt-

fuldt godt spil, selv om Bjarne A. startede blødt med 136, kom han stærkt i 2. serie med hele 253 der blev den 2. højeste serie inden pausen, flot gået, han måtte dog se at Tine B. lavede 10 kegler mere (263) der blev til den højeste serie af alle damerne. Det var spil til den store guldmedalje. Da der var pause i spillet, førte vi 6 mands (m/k) holdet med knap 300 over Tyskland på andenpladsen.

Der blev serveret en suppe godt krydret og god smag, derefter 2 hakkede bøffer, med mosede kartofler og sauerkraut, til sidst en kage, vandbakkelse m. creme indeni og flødeskum ved siden af.

Der var nu klar til de sidste 6 serier, der blev spændende hele vejen, vi ved af erfaring at Tyskland kan forcere når de er bagud, der blev givet og taget fra begge sider, Harry var med hele tiden og så om vi satte noget til, og rigtigt vandt Tyskland sidste omgang, men kun med 24 kegler, så det gav jubel. Resultater: Her vandt Tyskland for både herrer og damer i Individuelt.

Til gengæld, tog Danmark sig af både Sølv og Bronze, hos både Herrer og Damer!

Efter præmierne og spisning var det nu tid til hygge med holdene. Der er jo mange kendte ansigter på holdene, med det spil der er vist i dag, er der jo noget at se op til, jeg glæder mig til tiden fremover.

For nogen blev det sent inden sengen kaldte, vi havde jo god tid, da vi først skulle tjekke ud kl. 11.00.

Jeg var ikke den første, da jeg mødte til morgenmad lidt i kl. 8. De sidste dukkede op før jeg havde regnet med, så alle var klar til at starte hjemturen. Det blev igen med en del skift.

Vi tog med sporvogn til banegården og gik til perronen, her holdt det tog, der skulle være kørt kl. 11.00. Der var noget spærring, så der blev ventet på krydsning af andet tog. Vi kom frem til Prag, der blev hentet billet Express bussen, Bjarne O. havde lidt af et job, da han stod og passede på taskerne med kuglerne, og godt for det, for der blev kørt stærkt af busser og lastbiler.

I lufthavnen kunne vi tjekke ind meget tidligere end i Kastrup. De sendte kugle tasker over til tung behandling.

Med alle de præmier og medaljer og gaver vi havde fået, var der en kuffert, der var blevet 2 kilo for tung, så der måtte flyttes noget vægt over i en håndbagage. Kufferten blev lukket og holdt vægten, jubel, pludselig opdages at det at der mangler et pas, av, det var smuttet med kufferten, da denne var åben. Efter en del arbejde fra personalet gav man et boardingkort og vi var klar. Der har været en del at tage vare på, og når man ikke gør det rigtigt, ja så! Jeg startede med at forlise mit dankort, ved kun at lægge det i lommen, så det var smuttet ud af lommen, allerede i toget på vej til Plzen, så det blev spærret. Efter postyret ved ind tjek kunne der da ikke ske mere, og dog, der var en der ikke havde fået boardingkort udleveret, det var en fejl og det blev ordnet hurtigt.

Vel ankommen til Kastrup, vil jeg sige tak til alle for en god tur og tænke på hvordan det mon kan blive bedre, med det gode spil må det nok hentes et andet sted. Her tænker jeg på, det ikke er for at kritisere, men hvis man kan se en bevægelse, der ikke er normalt for pågældende spiller, er det jo op til den enkelte og er jo et ønske om at det kan gå så godt som muligt, og kun få det til at glide til spillerens bedste, så er det ikke bedst at sige hm hm, og køre videre, eller tænke på om det måske er rigtigt. Vi er der jo for at nyde og se bowling, vi kan jo se at med spillet er det meget små ting, der kan rettes og måske giver lidt i den sidste ende.

Det er ordene fra John Emil Persson, Holdleder. Hav det godt og nyd livet.

De 2 spillere, som havde den højeste serie



De 3 bedste damer



De 3 bedste herrer

# Invitation

## X-trainer Bjerg enkeltstart 2019

### Dato og tidspunkt

16. november 2019 kl.10.15 til kl.13.00

### Sted

OGF (Odense gymnastik forening)  
Stadionvej 43  
5200 Odense V (2,5km fra banegården)

Omklædning og bad på stedet.

### Distance og rute

Bestemmes først senere, men det bliver nogle velkendte bjerge fra tour de France.  
Der køres 1½ - 2½ time.

### Starttider

Vi skal være klar i salen kl. 11. Her bliver vi briefet af instruktør. Vi får indstillet cykler, og evt. handicap, hvor nogle kan starte længere oppe ad bjerget. Alle som vælger at deltage i mesterskabet, stiller op på samme vilkår.

### Deltagere

Deltagerberettigede er medlemmer i Jernbanefritid.  
Aktive, der er medlemsberettigede i Jernbanefritid, skal indmeldes inden deltagelse.

### Klasser

Senior  
Klasse 40  
Klasse 50  
Klasse 60  
Klasse 70

### Holdkonkurrence

Der gennemføres holdkonkurrence, hvis tilslutningen er til det.  
Tidtagning fortages af cykelcomputeren.

### Tekniske detaljer:

Cyklerne er monteret med Look Keo /Spd - OGF har i begrænset omfang mulighed for at tilbyde udlånssko  
Hvis du vil gemme dine træningsdata efter cykeleventen skal du medbringe et SD kort til cykelcomputeren. Du kan downloade softwaren på [www.kanjac.dk/ne](http://www.kanjac.dk/ne). Du kan med fordel medbringe et Garmin puls bælte ANT +, så kan du se din puls % undervejs.

### X-trainer

Det lyder benhårdt at skulle bestige et bjerg på cykel. Specielt hvis man ikke har prøvet det før. Men i denne event kan personer med knap så skarp en form tilgodeses med et handicap i forhold til de øvrige. Vi placerer dem blot et stykke oppe ad bjerget. Og så vil alle i princippet komme nogenlunde samtidig i mål. Hvis handicappet er sat rigtigt.

Hver deltager får tildelt en x-trainer cykel, der er en Body Bike indendørs cykel med x-trainer cykelcomputer. Der skal indtastes et valgt handicapniveau (load), vægt og for dem, som har et Garmin pulsbelte indtastes en max. puls. Alle deltagere får indstillet deres cykel præcis til deres størrelse. På en storskærm vises alle deltagernes data med aktuell hastighed, distance, watt og eventuel puls. Undervejs køres der en pace (en cykelrytter) på storskærmen med angivelse af distance, så man kan se om man er foran eller bagud i forhold til pacen. Samtidig kan man se sin placering i feltet i forhold til sine "konkurrenter".

### Betaling

Betaling sker klub-/foreningsvis eller individuelt ved enkeltpersontilmelding efter regning.

### Præmieoverrækkelse samt fælles forplejning

Tid og sted for præmieoverrækkelse oplyses i program, der udsendes ca. 10 dage før løbet.

### Startgebyr

75kr (Ved afbud efter tilmeldingsfristen, betales eksternt gebyr 150kr).

### Forplejning

Der er forplejning i form af sandwich efter cykling, i tilhørende lokale.

Medtag selv energibarer osv. i vil bruge under løbet. Instruktør vil komme rundt med frugt og fylde vand i jeres flasker.

### Tilmelding (MAX 24 – FØRST TIL MØLLE)

Tilmeldingsliste opdateres løbende på vores facebook side  
[www.facebook.com/groups/342077899313934/](http://www.facebook.com/groups/342077899313934/)

Alle tilmelder sig som enkeltperson.

### Ved tilmelding, som er bindende, oplyses følgende:

Navn

Evt. forening under jernbanefritid

Fødselsdato, år

Klasse

### Tilmelding senest 1.11.2019 til:

Karsten Bukholt

[cykling@jernbanefritid.dk](mailto:cykling@jernbanefritid.dk)

Tlf.: 28 30 66 86

På Cyklings vegne

Karsten Bukholt

# Aarsleff Rail - 10 år på banen



Aarsleff Rail A/S blev oprettet i 2009. Vi opstod på baggrund af Banekonsortiet I/S, et arbejdsfællesskab af Aarsleff, Wicotec Kirkebjerg og Petri & Haugsted, der afleverede sit første jernbaneanlæg i 1912. Mere end 550 højt kvalificerede medarbejdere og en flåde af specialmaskiner gør os til Danmarks førende jernbaneentreprenør. Vi arbejder i dag i Norge, Sverige og Tyskland og er Nordens største letbaneentreprenør med ekspertise indenfor både drift og anlæg.

Lige nu finder du os fx på Vinge Station, Letbanen i Aarhus, Hjallesø Station, metroen i København og det landsdækkende elektrificeringsprogram, hvor vi arbejder ved Næstved.

# Afdelingsmøde 2019 – Cykling

Lørdag d. 16. november i Odense kl. 13.00-13.45

**Sted:** OGF (Odense gymnastik forening)  
Stadionvej 43, 5200 Odense

I lokalet med indendørs cykling.

## Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af sekretær og stemmeudvalg.
3. Konstatering af fremmødte stemmeberettigede repræsentanter.
4. Afdelingslederens beretning.
5. Indkomne forslag behandles.  
(Forslag skal indsendes senest 16 oktober 2019)
6. Valg af bestyrelse  
  
På valg er:
  - Karsten Bukholt, afdelingsleder (modtager genvalg)
  - Lars Høiris Frederiksen, kassere (modtager genvalg)
7. Afdelingens fremtidige virksomhed.
8. Eventuelt.
9. Afslutning.

På afdelingens vegne  
Karsten Bukholt



# Fyn Rundt på Cykel 2019

## Jernbanemesterskab med samlet start

Traditionen tro havde cykelafdelingen valgt at indlægge mesterskabet med samlet start i Fyn Rundt. Det er et godt valg. Løbet ligger centralt i landet, og er velorganiseret. Efter at vi nu i to år har haft start- og målområde i Munkemose, var vi nu tilbage ved den tidligere placering ved stadion. Munkemose skulle i år bruges til anden aktivitet, så cyklisterne måtte vige. Begge placeringer har sine fordele og ulemper.

Vi var i år 3 deltagere til start fra JAM. På baggrund af vores kampagne "kør dig til en vindvest" og med tilskud til startgebyret havde jeg håbet på lidt flere. Men der var flere gode undskyldninger. Det er ikke altid let at få kalenderen til at gå op og skader er man jo ikke herre over. De 3 var følgende:

Johannes Flyvbjerg Jakobsen  
Jacob Teckmeier  
Og mig selv, Carl Erik Hunnerup

De to førstnævnte er nye medlemmer fra i år. Det var anden gang, at vores flotte nye klubtrøje blev vist frem.



Jeg havde ligesom de senere år valgt at tage en overnatning i Odense inden løbet. Jeg er blevet for gammel til at stå op midt om natten for at køre til cykelløb. Når noget fungerer, er der jo ingen grund til at lave det om, så også denne gang overnattede jeg på Næsbylund Kro. Men det skulle vise sig at være sidste gang, for stedet er solgt, og der skal indrettes ejerlejligheder, så næste år må jeg finde anden overnatningsmulighed.

Arrangørerne kunne åbenbart ikke helt bestemme sig til hvornår 100 km skulle startes. Om eftermiddagen søndag den 11. var det 09.30 og søndag aften var det ændret til kl. 10.00. Senere blev det så offentliggjort, at Jernbanefritid skulle starte kl. 10.04. Selvom starten lå lidt senere i år, turde jeg ikke satse på kroens flotte morgenmåltid, men måtte nøjes med en morgenmadpakke. Men det fungerede nu også fint. Vækkeuret ringede 06.00, så der var god tid til at spise min morgenmad. Jeg fik pakket mine ting og kørte frem til den P-plads, jeg tidligere har brugt. Jeg var i god tid, men det skyldtes, at jeg havde en aftale om aflevering af klubtrøjer til de to andre.

Vejrudsigten i ugen op til løbet havde mildt sagt ikke været opmuntrende med regn. Jeg havde derfor i ugen op til løbet garderet mig med indkøb af vandtætte skoovertræk og regnjakke. Heldigvis bedrede udsigterne sig, og på dagen var det ikke meget vådt, der kom ned inden kl. 14. Kl. 10.04 blev gruppen med ryttere fra Jernbanefritid sendt af sted. Da løbet blev givet fri blev gruppen straks delt op i flere, og det varede ikke længe, inden jeg stort set var alene. Mine 74 år gamle ben kan ikke følge med i det høje udgangstempo. Det varede nu ikke længe, inden jeg fandt sammen med en anden, der havde det på samme måde – også en H70+, startnr. 2110. Vi fik etableret et godt samarbejde. Ved ca. 20 km hentede vi et par stykker og så var vi lidt flere til at fordele arbejdet med føringer.

Undervejs vekslede gruppens størrelse, primært fordi vi hentede nogen. Der kom dog noget ustabilitet, når vi blev overhalet af hurtigere grupper. Nogen forsøgte at hænge på, ikke altid med godt resultat. Min "faste makker", startnr. 2110 og jeg var enige om, at den slags ville være skønne spildte kræfter, så vi fortsatte i vores tempo og hentede jævnt hen et par stykker eller 3.

Vores gode samarbejde fortsatte frem til bakkespurten i Vissenbjerg ved ca. 76 km, hvor jeg ikke kunne følge ham. Men jeg havde nu nok nået ham senere, hvis ikke jeg lige netop var så uheldig at ramme det røde lys kort efter toppen af bakken. Men så var der også definitivt lukket for det samarbejde. I mål var han 45 sek. Foran, de 30 hentet på Vissenbjergbakken.

Herefter var det så i princippet solokørsel resten af vejen, men heldigvis var de fleste stigninger overstået.

Efter at jeg var kommet i mål gik turen hurtigt tilbage til bilen for at skifte til tørt tøj. Undervejs kunne jeg så se, at der allerede var nogen af de andre på det aftalte mødested. Jeg kørte så tilbage til målområdet og fik min velfortjente burger og cola. Med det i rygsækken kørte jeg



tilbage til vores mødested. Her var der hygge, og Rasmus P. Frantzen havde suppleret det "kulinariske" med småkager (kalorier) og cola.

Desværre undgik vi ikke uheld. Kort efter starten var der nogen i gruppen, der bremsede lidt voldsomt og bagved kørende styrtede, bl.a. Bruno Rydahl. Jeg hørte godt, at der skete noget bagved, men har først senere fået at vide, at det gik ud over Bruno. At han også senere var udsat for punktering var ekstra uheldigt. Hans tid er derfor heller ikke som forventeligt.

Så var det tid til præmieuddeling. Vores egen Jacob var ikke blevet noteret for nogen tid. Han er registreret startende, og chippen sad som den skulle, også bagefter, så der er kun én forklaring, nemlig en (sjælden) fejl i chippen. Han er derfor i resultatlisten registreret med den tid, han selv har registreret.

De 3 første fra Jernbanefritid kørte i H50, og her opnåede vores nye medlem, Johannes Flyvbjerg Jakobsen en flot 4. plads.

Der var kun én kvindelig deltager, Lisa Møller Andersen fra Århus. Hun havde accepteret at konkurrere med de jævnaldrende herrer i H40, og det gjorde så flot, at hun sluttede på en fornem 2. plads.

Holdkonkurrencen blev suverænt vundet af JIF Århus.

Jeg havde selv to målsætninger, nemlig ikke at slutte som den sidste fra Jernbanefritid og at holde mig over 30,0 i snit. Begge dele lykkedes, det sidste dog med det "yderste af neglene" ved at bruge min egen registrerede "nettetid". Den officielle resultatliste er som bekendt baseret på bruttotider. Og når vi så er ved det nørdede, så undrer det mig, at de officielle gennemsnitshastigheder er baseret på 100 km og ikke på den af arrangørerne korrekt opmålte distance på 102,7 km, som findes på løbets hjemmeside.

Deltagelsen i årets Fyn Rundt fra Jernbanefritid var noget lavere end sidste år, 13 mod 20, og først efter et opslag på facebook med et par alvorlige ord fra afdelingsleder Karsten Bukholt, blev deltagerantallet øget fra de oprindelige 9. Forhåbentlig var det ikke kun muligheden for at blive udtaget til USIC mesterskabet i Indien senere på året, der var baggrund for 20 deltagere sidste år.

Fyn Rundt er overordnet set et velorganiseret løb, dog med en enkelt bemærkning, at der ofte manglede "forvarsels" pile, inden man nåede frem til svingene, og det kunne godt give anledning til lidt usikkerhed. Jernbanefritids deltagere tilbydes deltagelse til ca. halv pris via tilskud fra Jernbanefritid. Løbet ligger midt i landet og kan nås fra både Jylland og Sjælland. Dertil kommer, at vi har vores egen resultatliste og egne præmier, og der er altid socialt samvær og hygge efter veloverstået løb, så der er flere gode grunde til at deltage.

Kom derfor til Fyn Rundt i 2020, der er en distance for enhver smag.

Vi ses!

Med venlig hilsen  
Carl Erik Hunnerup  
JAM



# FORSTAS

## Hurtigt, effektivt og kompetent banearbejde

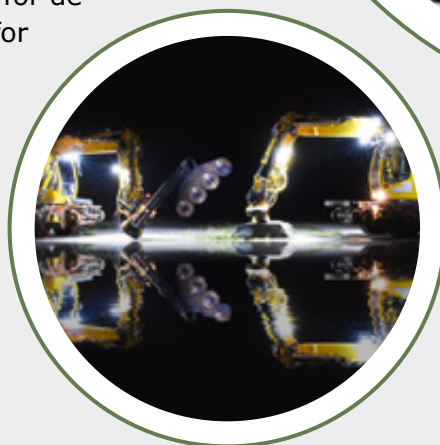
Vi hjælper Banedanmark og andre selskaber med at holde jernbanedriften i Danmark i gang.

### Løbende vedligehold og hurtig udrykning

Udover tilsyn, løbende vedligehold og arbejde på både spor og perroner i hele Danmark rykker vi også hurtigt ud, når der opstår akutte behov for reparationer og andet, eksempelvis ved dæmningskred – og vi kører ikke, før togene kører igen.

### Løbende opdatering af viden og kompetencer

Vi har altid fuld fokus på KMA (Kvalitet, Miljø og Arbejds miljø). Forstas' specialister inden for både sporbygning, svejsning og andre baneopgaver er alle uddannede i Banedanmark eller på ligestillede, godkendte kurser i udlandet. Vi deltager løbende i dialogmøder og workshops inden for de forskellige fag og stabsfunktioner for at sikre, at vores viden og kompetencer altid er opdaterede.



### Forstas A/S

Karetmagervej 23 . 7100 Vejle  
forstas.dk

# Invitation

## Jernbanemesterskab i indefodbold i Rødovre Hallen

### Tid

Lørdag den 16. november 2019

Forventet start kl. 10:00, alt efter tilmeldingen.

### Sted

Rødovre Hallen, Parkvej 425, 2610 Rødovre.

### Deltagere

Deltagere tilmeldes via en forening/klub.

Enkeltmedlemmer tilmelder sig direkte til afdelingslederen. Hvis man ikke er medlem af jernbanefritid, bliver man det automatisk ved deltagelsen.

Ved tilmelding skal oplyses navn og fødselsdato.

### Disciplin/kategori

Senior

Damer

Mix

Oldboys, 32 år på spilledagen

Ældre Oldboys, 38 år på spilledagen

Veteran, 43 år på spilledagen

### Startpenge:

Der vil blive opkrævet 240.-kr. pr. hold.

### Tilmelding:

Skal være afdelingslederen i hænde **senest mandag den 4. november 2019** med morgenposten.

Programmet vil blive tilsendt klubberne ca. 7 dage før stævnet.

### Præmier:

Der uddeles holdpræmier, i henhold til Jernbanefritid's vedtægter, samt vandrepokal til vinderne.

### Forplejning:

Der forefindes cafeteria i hallen.

### Tilmelding:

Tony Kim Andersen

Nandrupsvvej 7, 3tv.

Tlf.: 40 53 96 37 / arb. 24 68 73 60

fodbold@jernbanefritid.dk

Tilmeldes der pr. E-mail, vil der blive afsendt en kvittering på modtagelse. Er der spørgsmål eller lign. angående stævnet afholdelse, kan jeg træffes pr. telefon eller mail, hvor jeg vil svare efter bedste evne.

*Med Sportslig Hilsen*

*Tony Kim Andersen*

*Afdelingsleder*

[www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk)



## Vi skaber rum til mennesker med omtanke, ekspertise og banebrydende idéer.

Vi indretter ikke bare rum. Vi skaber omgivelser og miljøer, hvor mennesker kan eksistere og sameksistere. Steder, der giver plads til fokus, fremdrift, dialog, resultater, trivsel og fællesskab.

[www.holmrisk8.com](http://www.holmrisk8.com)

# HOLMRIS B8

# USIC Mesterskab i Cross 2020

USIC mesterskaberne i cross afvikles hvert 4. år, og det næste mesterskab finder sted i 2020. Løbet afvikles i Berlin i perioden 26. – 29.08.2020

## Udtagelsestidspunkt

Holdet vil på baggrund af ovennævnte blive udtaget umiddelbart efter afholdelse af Jernbanemesterskab i 10 km landevejsløb indlagt i Odenseløbet 14. juni 2020.

## Mesterskabsbestemmelser

Bestemmelserne for disse mesterskaber er som følger. Det maksimale antal løbere:

**Mænd:** 5 Distance ca. 12 km

**Kvinder:** 3 Distance ca. 8 km

Der gennemføres en holdkonkurrence for såvel mænd som kvinder. De 4 bedste herrer indgår på herreholdet og de 2 bedste kvinder indgår på kvindeholdet.

## Udtagelsesgrundlag

I lighed med den praksis, afdelingen for Løb & Motion gennem en årrække har anvendt ved udtagelse til internationale mesterskaber, kan udtagelsesgrundlaget beskrives i følgende punkter (rækkefølgen er ikke udtryk for nogen prioritering)

- Iagttagelsesperiode: Medio 2018 og frem til 14. juni 2020
- Styrke i iagttagelsesperioden set i forhold til den aktuelle distance med stigende vægt på seneste resultater.
- Aktuel træningstilstand, herunder ikke mindst skadessituation, frem til udtagelsestidspunktet.
- Rimelig deltagelse i Jernbanefritids stævner i iagttagelsesperioden.

Er der nogen af Jernbanefritids løbere, der har spørgsmål til ovenstående, er de altid velkomne til at kontakte afdelingsbestyrelsen for Løb & Motion.

Med venlig hilsen og god træning

På vegne af afdelingsbestyrelsen for Løb & Motion

Paul Andersen



**CBG Entreprise Aps**  
Vi kan det meste

**V/ Claus Grønborg - Tlf. 22 62 96 03**

# COPENHAGEN HALF 2019

## Med indlagt Jernbanemesterskab i 1/2-marathon

Søndag den 15. september 2019 var dagen for årets jernbanemesterskab i halvmaraton.

Storsindede som vi er i Jernbanefritid, havde vi ladet andre interesserede deltage i "åben" klasse og det blev et tilløbsstykke! 25.000 havde valgt at løbe med og vel mindst lige så mange havde taget opstilling langs ruten som heppere.

Inden løbet mødtes vi på en aftalt plet i Fælledparken for at ønske hinanden et godt løb. Bjarne B. Jensen benyttede lejligheden til at flashe JAMs beachflag og sad i øvrigt og så ganske velfornøjet ud efter lørdagens meget flotte DM-bronzemedalje i orienteringsløb.

Vejret var en kende snusket med skyer, ca. 16 grader og lidt blæst – vel egentlig ganske fint til løb, men det krævede lidt overvindelse at aflevere overtrækstøjet i depotvognene. På grund af menneskemængden var der herefter ikke rigtigt mulighed for opvarmning – til gengæld genererer så mange mennesker mere varme end man skulle tro, og jeg målte en temperatur på 27 grader, hvor jeg stod, umiddelbart inden starten gik.



En gruppe tilrejsende afrikanere syntes ikke at København skulle nydes fra en alternativ vinkel, men styrtede af sted i et tempo, der skulle vise sig knapt en time senere, at række til verdensrekord.

Vi andre tog det lidt mere med ro (!) og nød blandt andet folkets hyldest. Meeen... også her blev der gået til stålet!

En stor event som Copenhagen half havde fristet mange til at melde sig ind i Jernbanefritid og klubberne under Løb og Motion og flere havde noget i benene – og knapt så mange år på bagen som os andre. Blandt de flotte tider skal næv-

nes Jonas Thyregod, JAM, med 1:23:52, Thomas Nymark, HI (ny i HI), med 1.24.13, Peter Jonasson (et af de nye medlemmer i JAM) med 1:29:26 og Jakob Dahl 1:31:23, ny PR. Det var så i øvrigt rækkefølgen i H35. Peter havde haft et træningsforløb op imod løbet med henblik på at komme under 1:30 og det lykkedes – stort tillykke med det.

De mange deltagere havde den gode effekt, at vi denne gang havde flere klasser med mange deltagere, således D45, H35, H45 og H55, og ligeledes var der også denne gang tilmeldt flere hold end de senere år, ikke mindre end 5 hold, heraf 3 fra JAM. >>

# Steen Hansen Transport A/S



Jættevej 13 • 4100 Ringsted  
Telefon: 57 67 68 33  
E-mail: steen-hansen@c.dk  
www.shtransport.dk



**Vi kører for DSB vedligehold**



**Vi støtter sporten**

ISTOBAL DANMARK A/S  
Bjørnevej 6, 7800 Skive, DENMARK · T: +45 92151151 · info.danmark@istobal.com · www.istobal.com

**ISTOBAL**  
Vehicle Wash & Care





Lisa Møller Andersen, vinder af D45.



To trejdedele af det vindende hold fra JIF Århus.



Paul Andersen, vinder af H55.



Bjarne B Jensen, nr 3 i H55.



Frank Andersen, th., vinder af Pokalen for løber med flest points.

### Jernbanemestre i de enkelte klasser blev:

<b>D45:</b>	Lisa Møller Andersen	1:38:15 time
<b>Hsenior:</b>	Rolf Stubbe	2:15:17 time
<b>H35:</b>	Jonas Thyregod	1:23:52 time
<b>H45:</b>	Frank Andersen	1:23:26 time
<b>H55:</b>	Paul Andersen	1:27:31 time

Den komplette resultatliste findes på Jernbanefritids hjemmeside [www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk)

JIF vandt holdkonkurrencen med 2923 point, med JAM på andenpladsen med 2882 point og HI på tredjepladsen med 2760 points, så en god tæt konkurrence.

### I konkurrencen om vandrepokalen for "Løber med flest point" blev resultatet følgende:

<b>1</b>	Frank Andersen	1044 points
<b>2</b>	Paul Andersen	1039 points
<b>3</b>	Lisa Møller Andersen	986 points

Efter løbet var der arrangeret kaffebord i Banedanmarks lokaler i Vasbygade, men kun 6 ud af 31 løbere valgte at deltage. Lidt ærgerligt, da det at hylde vinderne og hyggeligt samvær burde være en naturlig afrunding på en god konkurrence. Næste løb er terrænløb i Roskilde, og her er der heldigvis flere tilmeldte til fællesspisning og præmieoverrækkelse.

Men bortset fra den manglende deltagelse i kaffebordet, var det et rigtigt godt stævne med mange deltagere fra Jernbanefritid og flotte præstationer.

Paul

# Indbydelse Hjemmebaneskydning på 10 meter (Luftvåben)

Skytteafdelingen indbyder hermed alle interesserede skytter i Jernbanefritid til Hjemmebaneskydning på 10 meter med luftpistol og luftgevær.

Der skydes over 5 rater og resultaterne for de enkelte rater skal være skivedommeren i hænde senest:

- **1. rate:** 15. oktober 2019
- **2. rate:** 15. november 2019
- **3. rate:** 15. december 2019
- **4. rate:** 15. januar 2020
- **5. rate:** 15. februar 2020

## Skudantal

Gevær: 40 gældende skud (1 skud til hver skivetegning)

Pistol: 40 gældende skud (5 skud til hver skivetegning)

## Klassificering

Skytterne klassificeres efter sidste afholdte rateskydning. Nye skytter, som ikke tidligere har deltaget i skydning i Jernbanefritid, klassificeres efter gennemsnittet i den lokale forening, som oplyses ved tilmelding.

Skydningerne afvikles efter samme regler og klasser som jernbanemesterskabet på 10 meter gevær/pistol.

## Pris

Deltagerbetaling er 50 kr. pr. skydning.

## Resultater

Skytten/klubben sørger selv for skiver. Den enkelte skyttes skiver skal være i nummerrækkefølge indenfor hver serie. Ved skydning på elektronisk anlæg skal prøveskud samt resultater for skydning fremgå af en ubrudt udskrift.

Skiver eller udskrifter skal gemmes af skytten/klubben indtil turneringen er færdig.

Afdelingen kan til enhver tid bede om at få skiver/udskrifter tilsendt for kontrol.

Foreningerne indsender resultatet til Carsten Jappe pr. e-mail.

Øvrige regler, se Jernbanefritids håndbog på [www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk)

Endeligt resultat samt præmieoverrækkelse ved jernbanemesterskabet på 15 meter i Nyborg 21. marts 2020.

Tilmelding til undertegnede, med oplysning om navn, fødselsdato og klasse.

Deltagerbetaling opkræves af Jernbanefritids kasserer efter tilmeldingen.

## Tilmelding senest 1. oktober 2019 til

Claus Brix Laursen

Haraldsgade 41

8260 Viby J

skydning@jernbanefritid.dk

# Indbydelse

## Jernbanemesterskaber i skydning med luftvåben

### Samt udtagelse til Europa-Group stævne

**Mesterskab afholdes**  
**lørdag den 4. januar 2020 kl. 10.00**  
i Skytternes Hus, Gøteborg Alle 11 8200 Århus N  
Teknisk arrangør: DSB Skytteklub Århus

Der er glidende udskiftning på banerne.  
Sidste hold går på banerne kl. 13.00

#### Program

Turneringsreglerne findes på [www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk) under skydning.

#### Tilmelding med angivelse af

Skydeart og klasse samt fødselsdato skal være undertegnede i hænde **senest 23. december 2019**

#### Betaling

60 kr. pr. skydning opkræves efter tilmelding af Jernbanefritids kasserer.

#### Tilmelding til

Claus Brix Laursen  
Haraldsgade 41  
8260 Viby J  
[skydning@jernbanefritid.dk](mailto:skydning@jernbanefritid.dk)

**emcon**

resultater og udvikling gennem  
**unik bygherrerådgivning**

Emcon A/S  
Gl. Lundtoftevej 1C, 2800 Kgs Lyngby • [www.emcon.dk](http://www.emcon.dk)

SPONSORERET



www.nrf.dk  
Tel. +45 98158800

## S.N. Marine

v/ Søren Nielsen

- Hydraulik •
- Motorrenovering •
- Smedearbejde •
- Ruleporte •

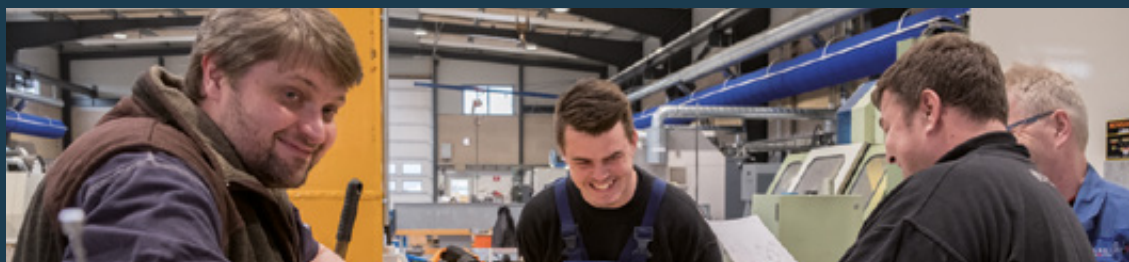


Rokhøj 5 • 8520 Lystrup

Tlf. 8630 0130 • Mobil: 2874 6833 • [www.sn-marine.dk](http://www.sn-marine.dk)

Vi har specielt erfaring med løsninger indenfor hydraulik, motorrenovering, avanceret smedearbejde og egen produktion af rulleporte.

## UNDERLEVERANDØREN MED DET HELE I HUSET



Fiberlaserskæring, vandskæring,  
svejs og maskinbearbejdning  
[aalsrode.dk](http://aalsrode.dk)



**ÅLSRODE**  
smede  maskinfabrik



# Mallorca 2019

## Jernbanernes Idrætsforening Aarhus på kombineret trænings og intern konkurrencetur til Mallorca

Træningsugen på det sædvanlige område på Mallorca, fandt som allerede nævnt sted i ugen fra d. 5 – 10. maj. Altså 5 dage heraf de 4 på cyklen fra morgenstunden og hver dag frem til ved 16.30. tiden.

Med alle de timer (33 timer) på 4 dage var der rigelig tid til, at udforske den skønne natur på Mallorca med små asfalterede gamle geddestier med både stor og mindre stigninger på op til 12 – 13 %.

Flyet var desværre en ½ time forsinket fra Billund. Derfor var den planlagte landingstid rykket til 23.35. Det var til, at klare modsat i 2018, hvor flyet var forsinket i ikke mindre end 5 ½ time med ankomst først kl. 4.15 om morgenen.

Heldigvis var der medvind derned ad hvilket betød, at vi kun var minus 10 min ved landingen. Dejligt. Herefter hurtigt hen og sikre sig kufferten og kapre en taxa og hen til hotellet, der kun ligger ca. 5 min fra lufthavnen. Indtjekning og så på hovedet i seng for at være klar til den første dag på cyklen. Den første dag er altid lidt hektisk, da der skal lejes cykel og provianteres mv.

### Mandag d. 6. maj

Efter en god nats søvn, der dog til at begynde med var lidt kold, da jeg kun havde et lagen over mig men heldigvis fandt jeg et tæppe i skabet. Det hjalp på varmen. Så ved

7-tiden vågnede jeg til en fantastisk morgen med udsigt til bjergene 25 km borte med sollyset der lyste ned over bjergkammen. Flot syn var det og så omkring 14° C fra morgenstunden. Uha hurtigt ned til morgenmaden så jeg kunne komme hen og leje en cykel nede ved stranden og samtidig få fyldt energidrik på dunkene. Desværre havde de først åben kl. 10 så der viste sig, at være masser af tid. Cyklen blev lejet og herefter hurtigt hen til hotellet og få klædt om og så ellers ud på cyklen i solskinnet, hvor temperaturen nu var over 18° C.

De foregående år har den foretrukne udgangsrute været ud forbi lufthavnen og videre op mod Port de' Soller via Sa. Cabaneta og Banyola. Byer som jeg udførligt har beskrevet i de foregående års artikler, så det vil jeg undlade i år.

I år blev det lidt anderledes den første dag, jeg valgte i stedet at køre af den meget smukke cykelsti langs stranden ind mod dog var jeg i første omgang kørt modsat ud for enden af Palma stranden hvor jeg vendt herefter var der ca. 18 km. ind langs de små bugter, hvor cykelstien bugtede sig lystigt og, ja solen baget ned medens det ene fly efter det andet lettede ud over Palma bugten. Et smukt syn der var tid til at nyde ind mod Palma forbi den smukke Katedral der er vidt berømt.

>>

Efter jeg havde nået Palma omkring lystbåd havnen med de kæmpe store de store krydstogtskibe forankret derud, var det til at køre ret op gennem byen og videre op forbi militærforlægningen der ligger for foden af et lidt hidsigt bjerg og en stigning på ca. 6,8 % over 6 km. md masser af hårnålesving gennem olivenlunden på bjerget. Flot med varmt og hårdt.

Toppen blev nået i flot stil stille og roligt i mit eget tempo. På toppen var der tid til en lille tissepause inden det hastigt gik nedad mod bunden, hvor jeg enten kunne køre uden om bjerget eller køre til venstre op gennem landskabet mod Valldemossa og videre ud til kysten, hvorefter turen gennem et meget smukt landskab endte i Port de Soller.

Efter et lille hvil i byen og lidt energi til tanken gik det hastigt ud af byen og op af en noget voldsom stigning op at Soller stigningen modsat når vi kommer op ad den modsatte side af bjerget, selve stigningen er ca. 9 km. lang og med et gennemsnit op omkring 7 % vel oppe var der tid til, at skue ud over dalen med en fantastisk udsigt ned mod Palma og lufthavnen i det fjerne, hvor flyene stadig landede og littede i en lind strøm her ca. 25 km ude i horisonten.

Efter det korte hvil gik det hastigt ned af bjerget og op til Banyola og forbi torvet med den smukke kirke, hvilket er et yndet sted at holde pause og få lidt væske. Dog ikke i dag. Videre gik det ned mod Santa Maria, der også rigt er skrevet om de andre år. Herefter direkte ned til Palma stranden til en velfortjent øl og en god gang massage på stranden det sædvanlige sted.

Efter en times massage var det tid til et bad og aftensmad inden, der var tid til at funderer over dagen med de mange indtryk og oplevelser og så tidligt i seng inden næste dag, hvor nye udfordringer ventede. 158 km. blev det til her den første dag, hvad var mere end godkendt.

### Tirsdag d. 7. maj

Solen strålede ned over bjergene igen her til morgen, da jeg fik trukket gardinerne fra. Solen var ikke mere end lige



kommet op over bjergene. Spændingerne i kroppen var på sit højeste efter mandagens tur rundt i området. Kunne ikke sove længe, så allerede lidt i 7 var det op og få et bad inden morgenmaden og de planlagte 200 km. 15° C sagde appen på telefonen her fra morgenstunden og kun ganske få skyer på himlen. Morgendisken hang dog stadig over bjergene, men mon ikke det er væk i løbet af de første par timer. Efter morgenmaden og omklædning var det bare afsted så hurtigt som muligt kl. 08.25 var jeg klar til dagens udfordringer på ca. 8 timer, dog med et par pauser. Som jeg havde besluttet turen skulle gå ud forbi lufthavnen herefter op til Lluçmajor – Algaida – Senceller og videre mod den hvide by Inca, herefter ville jeg tage bestik af vejr – vind og ikke mindst mine ben. Hastigt gik det op mod Lluçmajor opad med en let stigning over 13 km. fra enden af lufthavnen og, ja uden et eneste sving træls strækning, men fra sidste år hvor turen foregik med Henrik Svensson, vidste jeg jo hvad der ventede. Godt oppe var det bare til venstre ud af byen og op mellem et par mindre bjerge, inden Algaida blev nået efter ca. 45 km.

En smuk gammel by med en smuk Katedral lige placeret på byens torv med hyggelige restauranter omkring. Jeg nød synet, men var hurtigt videre ned mod Sencellers gennem en fantastisk smuk natur ad rigtig gamle geddestier, som heldigvis var blevet asfalteret. Langs den bugtede vej var der meterhøje sten diger der omkransede vejen og de omkringliggende marker med vinranker og får og gedder, der gik og græssede. Ja, et helt utroligt syn her hvor solen bagte ned og vinden var med til at køle mig lidt ned. Efter Sencellers gik det hastigt videre mod Inca nu med selskab af en flok ryttere fra Holland. Der var omkring 20, så det var da hyggeligt også selv om jeg holdt mig lidt i baggrunden og bare fulgte med, men de skulle da lige høre, hvad jeg nu var for en der bare lige kom der. Vores veje skiltes i Inca, hvor jeg lige igen i år ville runde den gamle hvide bydel, der bare er så smuk.

Efter et smut i den gamle bydel gik det hastigt ned mod Santa Maria dog med en del modvind, men hvad gør det, når jeg lige bliver overhalet af nogle ryttere. Det var bare om at hægte sig på. Dermed blev de næste ca. 10 km hurtigt overstået. Jeg drejede dog fra inde i en rundkørsel for at køre op til Alero. En gammel by der ligger ved foden af det bjerg, som ligger rundt om byerne Alero – Orient – Banjola og Santa Maria. Turen derop gik fra Alero og rundt om bjerget, videre op af en rimelig lang stigning, dog med nogle flade stykker, men de sidste kilometer var vejene ikke for gode. Super flot var det dog alligevel. Lisa var med på denne del af turen for et par år siden. Hun husker den sikkert stadig, især nedkørslen 25 % mod Banlola.

Efter toppen var nået gennem en lille skov med masser af modkørende cyklister, der havde trodsset den vanvittige stigning, som jeg heldigvis skulle nedad, ja så nåede jeg torvet ved kirken i Banjola. Lige der hvor jeg som før skrevet kørte forbi mandag og netop på dette torv, har jeg og vi holdt mange gode hvil og nydt en kold cola eller en is.



Solen bagte stadig ned, så hermed var der dømt et hvil efter der første 145 km. Efterfølgende var det bare nedad mod Santa Maria. Dermed havde jeg været bjerget helt rund. Super oplevelse at prøve det igen. Derefter ned mod Palma stranden via den sædvanlige rute gennem Sa. Cabaneta.

Lige netop der i Sa. Cabaneta var det, at Jes Berg desværre kørte galt for et par år siden med efterfølgende brud og hospitalsindlæggelse. Heldigvis kom jeg da godt forbi og videre ned til stranden, hvor der ventede en kold øl købt det sædvanlige sted og derefter massage på stranden inden et velfortjent bad. Efterfølgende aftensmad inden dagens strabadser skulle gennemleves i tankerne. 205 km på kontoen. SUPER.

Eneste minus var dette, at jeg desværre havde pådraget mig et siddesår, da sadlen ikke lige passede mig som, den jeg normalt kører med. Uha hvor det svier når sveden kommer frem.

### Onsdag d. 8. maj

Det er ikke for at gentage mig selv, men onsdag morgen stod jeg igen – igen op til en bragende blå himmel med solen, der langsomt men sikkert steg op over bjergene ude i horisonten. Et fantastisk syn som jeg aldrig bliver træt af og så med et termometer, der sagde 16° C. Så gør det mindre, at mit værelse vender ud mod lufthavnen og lidt flystøj om natten.

Efter morgenmaden og omklædningen var det bare med, at komme ud på cyklen hurtigst muligt. Jeg havde dog efterhånden det store problem, at mit siddesår var blevet værre og det kunne betyde en kortere tur her den 3 dag på cyklen. Det skulle senere vise sig ikke at holde stik.

Dagens tur startede allerede 08.15 og var stort set uden planlægning. Jeg skulle lige have fundet ud af hvordan bagdelen havde det. Derfor var det bare en tur i første omgang ud langs kysten ud mod det eksklusive villakvarter. Efter en tur rundt derude gik turen hastigt ind mod Palma langs den smukke cykelsti langs kysten ja, uden de store problemer, men jeg var jo heller ikke begyndt, at svede endnu.

Da Palma og havnen var nået gik turen ikke denne dag op at stigningen ved militærforlægningen. Nej, den gik i stedet videre ud forbi byen ned mod Palaanova – Santa Puncia – Calvia, hvor en lidt voldsom stigning op mod Galiles tordnede sig op. Uha ca. 7,5 % i snit, men godt for bagdelen, der nu kunne få et lille hvil, da jeg stort set stod op hele vejen op (8 km.). Det var virkelig tiltrængt. Efter et lille hvil på toppen gik det hastigt mod Puigpunyent inden det gik mod den velkendte by Valldemossa og videre mod Port de Soller, som blev nået efter 155 km. Efter en fantastisk flot tur gennem et terræn, som jeg ikke fra starten havde helt styr på, men det var netop det, jeg på dagen havde planlagt bare derud af og så tage det derfra.

Efter en pause med cola og en sandwich gik det meget stille og roligt op af Soller stigningen fra bagsiden igen oppe at stå det meste af tiden. Godt oppe så var det bare hurtigt nedad, da tiden var ved at løbe fra mig. Op gennem Banyola og videre ad den sædvanlige rute via Santa Maria og ned mod lufthavnen og Palma stranden og en velfortjent øl købt i den sædvanlige lille spar købmand og herefter den daglige massage. Super godt efter en meget lang dag på cyklen med start 08.15 og retur kl. 17. Det blev til 202 km på tavlen.

Herefter ren afslapning inden den sidste dag på cyklen inden hjemrejsen.

### Torsdag. D. 9. maj

Kl. 06.45 vågnede jeg ved lyden af et startende fly, dermed var det tid til at stå op og gøre klar til den sidste dag på cyklen. Sol igen fra morgenstunden, dog med et par ekstra skyer på himlen men allerede 15° C.

Efter morgenmaden og omklædning og proviantering i den lokale lille spar købmand ved stranden var jeg allerede på cyklen 08.15 og klar til ca. 8 timer på de små landeveje og gamle geddestier der emmer af masser af historie.

Jeg havde egentlig ikke rigtigt planlagt nogen rute, men ville tage dagen som den kom. Det blev til turen ud forbi lufthavnen herefter til venstre op mod Sa. Cabaneta og Banyola. En rute der gik opad hele vejen sådan 2 – 3 % men alligevel en lidt hyggelig tur vel oppe var det hur-

&gt;&gt;

ENTREPRENØRFIRMAET  
**OLE MIKKELSEN A/S**

Tofteleddet 16  
8330 Beder  
Tlf. 86 93 78 77  
Fax 86 93 78 99  
E-mail: [info@olemikkelsen.dk](mailto:info@olemikkelsen.dk)

**Aut. kloakmester  
tilsluttet  
Teknologisk Instituts  
Kontrolinstans**

**Glaesel HSEQ**   
management

**Arbejdsmiljø**  
**Ledelsessystemer**

**CSR**  
**Rådgivning**  
**Miljø**  
**Uddannelse**  
**Energi**  
**Audit**  
**Kvalitet**



Få det hele til at hænge sammen

Telefon  
**86 551 775**  
[www.glaesel-hseq.dk](http://www.glaesel-hseq.dk)

**KG** Boring



Skellebjergvej 2 • 7755 Bedsted  
Tlf. 97 94 40 01 eller 40 70 86 53  
[info@kg-total.dk](mailto:info@kg-total.dk) • [www.kgboring.dk](http://www.kgboring.dk)



tigt forbi torvet i Banyola og videre ned til min foretrukne stigning Soller stigningen der lige skulle bestiges en sidste gang. På toppen var der lige tid til at nyde udsigten inden det gik samme vej ned igen. Ved bunden var det så bare ligeud ca. 13 km. mod Palma. Herefter retur op mod Banyola igen og derefter bag om bjerget op ad de ca. 20 – 25 % ud af byen og ned mod Alero. Uha det var hårdt. Jeg vidste hvad der ventede mig, da jeg havde kørt den modsatte vej et par dage før. En utrolig populær rute med masser af ryttere.

Ved ankomsten til Alero var der tid til en pause med op-tankning af energi. Herefter gik turen ad mindre veje op mod Inca og derefter ad de små veje ned til Santa Maria og Palma via Sa. Cabaneta

Turen gik herefter ikke direkte til stranden men bag om Palma og videre ned til havnen og ud mod stranden af den smukke cykelsti kl. 16.30 var jeg tilbage til en god gang massage inden cyklen skulle afleveres. 171 km. blev det til.

En fantastisk tur var ved at være overstået med super vejr og 729 km. på de 4 dage. Træt i kroppen ja lidt måske, men det største problem var siddesåret.

Efter en kort nats søvn ringede uret allerede 03.45 da jeg skulle være i lufthavnen senest kl. 05.



Flyveturen gik fint med medvind, så flyet landede allerede 09.40. i regnvejr og 9 grader, noget af en kontrast.

Dette var en fyldestgørende beretning fra en fantastisk tur.

Christian Hagensen  
Jernbanernes Idrætsforening Aarhus

**Vi bringer selvfølgelig  
stadigvæk mad ud  
- det har vi gjort i 15 år!**



**1300 m2 superlækre  
selskabslokaler  
på Sallingvej 61 • 2720 Vanløse**

Når du har lyst til at få maden serveret  
- så sørg for at kokkens Catering har leveret

**Telefon: 33 25 03 33 • 31 26 50 30**

**E-mail: [info@kokkenscatering.dk](mailto:info@kokkenscatering.dk)**

[www.kokkenscatering.dk](http://www.kokkenscatering.dk)



# Jernbanefritids Veteranklub på tur til Svendborg

Årets Veteranweekend blev som sædvanligt afviklet den 3. weekend i august. Turen i år gik, som det sikkert er bekendt for Jernbanefritids læsere gennem talrige artikler, til Hotel Christiansminde i Svendborg direkte ned til det smukke Svendborgsund her i weekenden d. 17 – 19. august. Et tiltag vi for andet år har gennemført i stedet for fredag – søndag har vi nu endeligt flyttet det til lørdag – mandag. Dette primært på grund af, at det er billigere, at købe togbilletter for dem der måtte have behov for det. Allerede nu kan jeg sige, at det blev en rigtig stor succes.

Endelig her d. 17. august kunne vi der havde tilmeldt os årets Veteran Weekend i Svendborg på hotel Christiansminde se dagen komme. Dog desværre ikke med sol fra morgenstunden, men dog alligevel gode temperaturer på omkring de 20 – 22 grader. Det mest vigtige ingen regn. Vi havde alle glædet os meget til turen, som igennem det sidste års tid har været beskrevet massivt i vores Magasin Jernbanefritid.

Det var en kæmpe stor oplevelse, at komme til Christiansminde og modtage ikke mindre end 27 deltagere på årets højdepunkt Weekendturen med Jernbanefritids Veteranklub.

Sidste år i Ribe var vi desværre ”kun” 13 deltagere, men i år mere end fordoblede vi deltagerantallet. Om det så var stedet eller den massive reklame for turen i Jernbanefritid eller en kombination, skal være usagt. Men glædeligt var det i hvert fald.

Weekenden startede med, alle vi der havde tilmeldt os mødte forventningsfulde op på hotel Christiansminde ved 14-tiden. Her skulle vi lige have vores værelser inden vi mødtes i Panorama Restauranten, hvor der var kaffe med lækker kage, inden generalforsamlingen der skulle afvikles kl. 16.

Generalforsamlingen gik stille og roligt med mange gode input og kommentarer bl.a. omkring sidste års tur til Ribe.

En tur bestyrelsen efterfølgende fik megen ros for.

Under generalforsamlingen kom bestyrelsen med et konkret forslag om næste års tur efter opfordring fra Jens, et af vores medlemmer. Turen kunne på hans opfordring sammen med bestyrelsens bud gå til det skønne Randers med bustur til Mariager området og en frokost på den berømte kro Hvidsten kro.

Bestyrelsen havde indhentet tilbud fra det lokale vandrehjem, som hverken i bestyrelsen eller deltagernes mening var attraktivt. Hotellerne i Randers er ligeledes i den mere dyre ende, hvis vi skulle bo i det centrale Randers.

Derfor kom vi frem til efter opfordring fra flere deltagere, hvorfor ikke tage til Svendborg og hotel Christiansminde igen i 2020 med andre udflugtsmuligheder end her i 2019.

Det kunne f.eks. være et museum inde i Svendborg, der bl.a. har en udstilling omkring hvordan børn blev anbragt i 40 – 50 og 60-erne på børnehjem – whisky smagning – eller måske Egeskov slot eller noget helt andet.

Der var stort set enighed om endnu en tur til det smukke sydfynske øhav med ophold centreret omkring hotel Christiansminde d. 3 weekend i august 2020 d. 15 – 16 og 17. august. Så sæt allerede nu et stort kryds i kalenderen. Bestyrelsen vil på sit møde i november diskutere flere detaljer omkring selve arrangementet, men kom meget gerne med input til oplevelser, som vi kan tage med i overvejelserne om selve arrangementet.

Efter generalforsamlingen var der lige tid til lidt afslapning for sig selv, inden vi alle mødtes i Panorama Restauranten, hvor vi skulle nyde en rigtig god middag tilrettelagt efter kokkens forslag.

Efter en rigtig hyggelig middag, hvor snakken gik lystigt gik alle over i de lokaler, hvor vi havde holdt generalforsamling.



Her var der så arrangeret terningspil med et væld af præmier. Spillet gik lystigt for sig, især da man kunne "stjæle" pakker fra hinanden.

Aftenen sluttede i et rigtig hyggeligt lokale i kælderen med dybe stole, hvor dagens oplevelser livligt blev diskuteret. Desuden underholdt Jan flere med kortkunster, som vi ikke rigtigt kunne finde ud af, men hyggeligt var det.

Alle var trætte. Især Tony der vist havde været på natarbejde og derfor kun havde sovet et par timer. Ja han var pludselig væk og i seng, men sådan kan det jo gå, når man er FCK-fan og de lige havde tabt i Europa. UHA Tony – kan godt forstå du gik i seng.

Søndag efter morgenmaden, der blev indtaget med udsigt til det skønne Svendborgsund fra Panorama restauranten, var det så tid til at gå de få meter i samlet flok ned til bådebroen neden for hotellet, for at stige ombord på den lille hyggelige motorbåd færgeren MS Helge. Ja, jeg ved ikke rigtigt om vi fremover skal have et indslag med om en sejltur på vores ture rund i det danske land og hvorfor så det. Jo på Viborgturen regnede det på sejlturen på de 2 skønne søer Nørre og Sønder sø. Igen her i år begyndte at regne da vi ventede på MS Helge. Brand ærgerligt.

Turen gik alligevel fint via Troense – og efter et par stop lagde vi til ved det skønne Valdemar Slot. Her var det planen at nyde den smukke park og herefter tage en let frokost i bistroen. Desværre regnede det bare så det ikke var en mulighed. Derfor tog vi en hurtig beslutning om, at købe adgang til selve slottet. Det var virkelig noget der faldt i deltagernes smag. Det besøg kan varmt anbefales til andre.

Efter besøget var det så med MS Helge tilbage til Christiansminde, hvor vi efter et kort ophold på hotellet gik i vores biler for at køre til Thurø Ø – Bryg til ølsmagning og foredrag om bryghusets tilblivelse. Det var lidt af en oplevelse, hvor brygmester og ejer Erik Nielsen lystigt fortalte om de enkelte bryg og stedets historie, mens vi smagte på de dejlige øl og sodavand. Det er virkelig et besøg værd.

Efter besøget var det så tid til et par timers afslapning inden festmiddagen i Panorama Restauranten søndag aften. Flere gik på deres hyggelige værelser med udsigt over Svendborgsund. Andre gik enten i restauranten eller sam-

lede sig på et værelse og nød en kold øl og et glas vin inde festmiddagen i Panorama Restauranten. Efter en fantastisk middag med rigtig god hygge og en lige så fantastisk tale fra Tony endte de fleste af os i kælderen i det hyggelige lokale, hvor vi var fredag aften, og her nød vi et par glas vin eller et par kolde øl.

Mandag morgen efter en god nats søvn var der endnu engang et overdådigt morgenbord i restauranten, hvor indtrykkene fra en fantastisk weekend lige skulle sætte sig. Snakken gik lystigt, også selv om alle var lidt matte i knæene.

Alle var enige om det havde været en rigtig god weekend med os fra Jernbanefritids Veteranklub. At der havde deltaget 27 personer er bare så fantastisk flot. Det glæder os i bestyrelsen, at der er så stor opbakning og interesse for et besøg i det skønne Sydfyn.

At der er 100 % ønske om en gentagelse i 2020, dog med andre udflugter, er bare så super godt.

Bestyrelsen vil i de kommende måneder arbejde ihærdigt med henblik på, at få lagt et super program for den 3. weekend lørdag – søndag og mandag d. 15 – 16 og 17. august 2020.

Efter morgenmaden mandag var det så tid til et farvel og på gensyn i 2020 endnu engang i Svendborg. Alle var mætte af oplevelserne og samtidig rigtig meget glade for, at de havde afsat en weekend sammen med os andre i Veteranklubben.

Veteranklubben er IKKE KUN FOR PENSIONISTER. Nej det er for alle medlemmer af Jernbanefritid uanset alder. Ja og så koster det kun 50 kr. om året at være medlem.

Giv blot en mail på [hagensen8380@gmail.com](mailto:hagensen8380@gmail.com) så sikrer jeg medlemskab.

Med venlig hilsen  
Christian Hagensen  
Formand for Jernbanefritid Veteranklub.





# Kim E. Andersen ApS

## smedje & reparation

Mundelstrupvej 9 • 8381 Tilst • [www.ka-smede.dk](http://www.ka-smede.dk)

☎ 2086 4777 ☎ 2940 4777

Vi tilbyder alt indenfor:

- Reparationer og service

- Altaner, trapper, gelænder, porte...

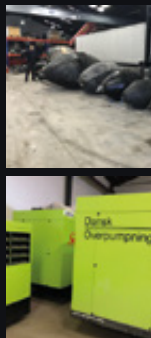
- Alt i overfladebehandling af stål

- Sikringsgitre

- Opbygning af specialmaskiner

## Dansk Overpumpning A/S

- 🔥 DIN PUMPESPECIALIST I SKANDINAVIEN
- 🔥 TØRLÆGNING AF ARBEJDSOMRÅDER
- 🔥 RENOVERING AF PUMPESTATIONER
- 🔥 PUMPE-, BALLON OG GENERATOR UDLEJNING
- 🔥 SALG AF PUMPER, SLANGER OG KOBLINGER
- 🔥 24 TIMERS PUMPEBEREDSKAB



### NØDSTRØM

Vi har komplette løsninger og udvalgte dele til nødstrømsløsninger. Kontakt os i dag for en skræddersyet løsning.

[Danskoverpumpning.dk](http://Danskoverpumpning.dk)  
Kongstedvej 6-10, Slagelse

70 12 00 14



firmat  
**SASS HUSUM**

### RENOVERING OG NYOPFØRELSE AF PUMPESTATIONER

- Leverandør af DanPumps pumper
- Dæksler produceret på eget værksted
- Renovering af pumpestationer
- Nyopførelse af pumpestationer
- Rørføring i PE, Rustfri og aluminium
- Værksted til rustfri og aluminium



**DIN SIKRE SAMARBEJDSPARTNER**  
INDENFOR RENOVERING ELLER OPFØRELSE  
AF NYE, MINDRE PUMPESTATIONER

Industriparken 18, 8961 Allingåbro  
+45 70 22 15 75 · [www.sasshusum.dk](http://www.sasshusum.dk)  
Følg os på LinkedIn og Facebook!

## DEFA nyt..

# Hvor er de unge henne?



Roskilde Festival – kilde: DEJO

Når vi DEFA-medlemmer kigger på og selv og hinanden, kan man spørge sig ... i mange år er der ikke kommet unge til klubben, og i de seneste cirka ti år har det været umuligt at opretholde lokale klubber med bare et vist aktivitetsniveau. Man kan ikke sige, at vi ikke har prøvet 'alt' udi reklame, omtale, præsentation, ... men lige lidt har det hjulpet. Nu sidder vi og tænker på, hvad vi mon gjorde forkert.

Måske har vi ikke gjort noget forkert ...

- Vi har arbejdet med det, vi synes er interessant
- Vi har fortalt folk om, hvad det er, vi synes er så sjovt og udbytterigt ... til kolleger og andre især jernbaneansatte, fordi de nu er en jernbaneklubs målgruppe.
- Den danske foreningsstruktur og -kultur er under heftig forandring. Det hører vi fra mange, især kulturelle foreninger.
- De ændrede (MEGET ændrede) forhold inden for baneområdet gør også sit ... det er en helt anden kultur end for eksempel omkring 1980, da vi startede i DEFA.

Vi er sikre på, at mange synes, ideen om ligeværdig kommunikation er god, men selvfølgelig er der et stykke derfra til at lære sproget og blive aktiv i foreningen, når arbejdsmarked og samfund i dag stiller helt andre, også sprogmæssige krav.

Summa summarum: vi kan godt forstå det alt sammen ... og kigger vi os omkring, ER de unge der ... de lærer Esperanto på nettet, og de mødes 'fysisk' til forskellige arrangementer. De er 'objektorienterede' ...

Den danske ungdoms-esperantoforening DEJO har i over ti år arrangeret 'egen lejr' på Roskilde Festivalen, hvor omkring 100 unge fra mange lande mødes, arbejder som frivillige og hører musik. Og vi er sikre på, at de til overflod i praksis på festivalen demonstrerer, hvad Esperanto er, og hvilket udbytte man får ved at lære det.

Så måske er det hele ikke så galt endda!

J&L, DEFA

# DU HAR OPGAVEN VI HAR LØSNINGEN

Granzow A/S har leveret og serviceret industrikompressorer siden 1935 og været med i en rivende udvikling. Vi ved at kompressordrift forbruger energi og koster penge. Derfor er det vigtigt både at vedligeholde og forebygge med effektive styringer - det giver miljøvenlige løsninger og i tillæg store driftmæssige besparelser.

Kontakt os for et uforpligtende tilbud på 43 20 26 00 eller [info@granzow.dk](mailto:info@granzow.dk)



Granzow's stielige Rolls Royce servicevogn fra tiden med Københavns Trykluffselskab - se mere på [www.granzow.dk](http://www.granzow.dk)

[www.trykluft.nu](http://www.trykluft.nu)



## GRANZOW A/S

INDUSTRIAL SOLUTIONS since 1935

Ejby Industrivej 26 · 2600 Glostrup · T: 43 20 26 00 · Helge Nielsens Allé 6C · 8723 Løsning  
[info@granzow.dk](mailto:info@granzow.dk) · [www.granzow.dk](http://www.granzow.dk) · [www.trykluft.nu](http://www.trykluft.nu)



M. J. ERIKSSON A/S  
BANE



Nyanlæg og ombygning/renovering af eksisterende infrastruktur. Ud over godkendelse til leverance af SR-ydelser, er vi også kvalificeret inden for jord, broer, spor og kørestrøm.

M.J. Eriksson A/S  
Tlf.: 4373 0421 - [mje@mje.dk](mailto:mje@mje.dk) - [www.mje.dk](http://www.mje.dk)

## På MitGavevalg.dk garanterer vi altid et udvalg af mindst 90 gaver fordelt på 3 priskategorier

Der er mange følelser forbundet med julegaver. Og heldigvis for det. Men lad os bare være ærlige. Det handler ikke kun om gaven. Det handler også om, at du med MitGavevalg.dk kan glæde alle og gøre en god handel uden at give køb på nemhed og sikkerhed. Og så bliver det hele oven i købet leveret i gaveposer. Vælg mellem 3 priskategorier, der alle indeholder mindst 30 gaver med en væsentlig højere værdi.

Klik ind på [MitGavevalg.dk](http://MitGavevalg.dk) og bestil allerede i dag.

MIN. KØB 20 GAVEKORT

400 KR. GAVER

560 KR. GAVER

640 KR. GAVER

TLF.: 6960 6556  
MITGAVEVALG.DK  
Danmarks flotteste udvalg



KONTAKT: [INFO@MITGAVEVALG.DK](mailto:INFO@MITGAVEVALG.DK) | TLF.: 6960 6556  
WWW.MITGAVEVALG.DK ER EN DEL AF BAXX PROMOTION A/S | MARSVEJ 26 | 6000 KOLDING  
MIN. KØB 20 GAVEKORT

# Jernbanefritid Bestyrelsens medlemmer

## Formand

Kenneth P. Paulsen  
Tlf.: 2468 5725  
Mail: formand@jernbanefritid.dk

## Næstformand

John Løvenskjold Nielsen  
Tlf.: 3160 1400  
Mail: john@jernbanefritid.dk

## Kasserer

Liv Anita Christensen  
Tlf.: 2468 2118  
Mail: kasserer@jernbanefritid.dk

## Sekretær

Jan Eskildsen  
Tlf.: 6168 7910  
Mail: je@jernbanefritid.dk

## Bestyrelsesmedlem

Frank H. Andersen  
Tlf.: 2468 6419  
Mail: fha@jernbanefritid.dk

## Bestyrelsesmedlem

Harry E. Johannsen  
Tlf.: 5055 8587  
Mail: hj@jernbanefritid.dk

## Bestyrelsesmedlem

Tony K. Andersen  
Tlf.: 4053 9637  
Mail: tka@jernbanefritid.dk

## Foreninger i Jernbanefritid

### Veteran DSB S-tog

Hans Thomsen  
24 62 16 82  
hans.lotte@webspeed.dk

### H/F Brohaven

Kalman Legradi  
24 68 60 27  
kalman@mail.dk eller  
kleg@dsb.dk

### Hovedstadens Jernbaneidræt

Tony K. Andersen  
40 53 96 37  
hi-koebenhavn@sport.dk  
tka@jernbanefritid.dk

### Fiske og kammeratskabsforeningen ØBY

Jack Fravn  
45 76 00 90  
45760090@mail.dk

### DSB pensionisterne Københavns afdeling

Søren Malling  
61 60 61 22  
mallings@email.dk

### DSB Racing Team

Jan Neve  
dsbracingteam@gmail.com

### Kunstforeningen for DSB og Bane Danmark m. fl

info@jernbanefritid.dk

### Fotoklubben Research

Karl Wigh  
21 27 83 40  
wigh@ishoejby.dk

### Hvidovre Skyttekreds

Michael Hansen  
Frihedens Idrætscenter  
29 87 35 80  
Kasserer@hvidovreskyttekreds.dk

### Bold- og Idrætsklubben DSB København

Bjarne Olsen  
21 17 16 84  
bjarne@bjolsen.dk

### Skinnecyklerne

Dennis A. Jørgensen  
24 44 73 38  
dennis@ryen.dk

### Jernbanens Idrætsforening København

Jan H. Pedersen  
61 85 16 43  
mjpedersen@webspeed.dk

### Jernbanens Atletik & Motion

Bjarne B. Jensen  
24 68 44 92  
bjje@dsb.dk

### DEFA - Esperanto

Jan U. Niemann  
71 70 63 83  
niemann@kabelmail.dk

### Danske Jernbanemænds Turistorganisation

Henry J. Olson  
28 12 45 20  
olson40@outlook.dk

### Jernbanernes Fotoklub

Kurt Jeppesen  
45 81 24 83  
lkjepp@webspeed.dk

### Idrætsforeningen Atkins Danmark

Anders Kaas  
26 74 63 54  
anders.h.kaas@atkinsglobal.com

### Motionscenterforening Århus

Kenneth P. Paulsen  
24 68 57 25  
Formand@jernbanefritid.dk  
www.jernbanefritid.dk

### Motionscenterforening København

Kenneth P. Paulsen  
24 68 57 25  
Formand@jernbanefritid.dk  
www.jernbanefritid.dk

### Statsbanernes Idrætsforening Korsør

Britta Mortensen  
brittahubert@hotmail.com

### DJF's Bridgeklub

Vakant

### DSB Idrætsforening Næstved

Anita G. Kulas  
20 73 25 03  
kulas@stofanet.dk

### Rødby Færge Idrætsforening

Jørgen Rasmussen  
54 60 53 03  
joergen-liserasmussen@dlgmail.dk

### Jernbanens Idrætsforening Odense

Leif Sørensen  
23 98 79 20  
ls1940@outlook.dk

### Jernbanens Idrætsforening Nyborg

Poul Erik Bukhave  
42 34 23 92  
bukhave@C.dk

### Jernbanens Idrætsklub Esbjerg

Jan Petersen  
26 15 47 14  
jnp@bane.dk

### Foreningen af tidligere styrelsesmedlemmer i DJF

Tove Johansen  
23 88 93 81  
tkj@d-j-f.dk

### Jernbanens Sportsklub Fredericia

Niels Teilbæk  
26 23 67 72  
niels@j-s-f.dk

### DSBs Skytteklub Aarhus

Claus Brix Laursen  
24 68 80 91

### Jernbanernes Idrætsforening Århus

Frank H. Andersen  
frande@dsb.dk  
24 68 64 19

### Jernbanefritids Veteranklub

Christian Hagensen  
51 51 86 99  
Hagensen8380@gmail.com

### DSB Idrætsforening Randers

Anette Thomassen  
51 55 76 13

# DE BLÅ SIDER

DE BLÅ SIDER BESKRIVER HVER MÅNED BYGGE- OG UDVIKLINGSPROJEKTER AF SÆRLIG INTERESSE FOR BANEDANMARK OG DSB

Direktør Brian Basse, Ålsrode Smede- & Maskinfabrik





# STÆRKT FUNDAMENT BYGGER PÅ 40 ÅRS ERFARING

Fødselar er ved at være udvokset og finder sig i dag godt tilpas i det lokale erhvervsliv.

Direktør i Ålsrode Smede- & Maskinfabrik, Brian Basse, ser med tilfredshed tilbage på 40 spændende år, hvor virksomheden er vokset fra én til 80 mand. "Jeg føler lidt, at vi er ved at have nået det sted, hvor vi gerne vil være," siger Brian. "Vi har faciliteterne og maskinerne til at være en attraktiv og konkurrencedygtig samarbejdspartner. Vækst har aldrig været målet, og det er lige før jeg er lykkeligere med 25 ansatte end med 80."

Det er selvfølgelig sagt med et glimt i øjet, men han understreger, at væksten er skabt af investeringerne i maskinerne, og at det har været en naturlig følge af investeringerne i den store maskinpark, at der også er kommet flere ansatte til. "Målet er og har altid været kvalitet og leveringssikkerhed."

## Ny fiberaserskærer ved at blive kørt ind

Brian siger, at det er nemmere at skaffe maskiner end medarbejdere, da smede nødtigt kører langt efter arbejde, men at han trods det er godt dækket ind og har flere skrevet op til et job. "Jeg holder fast i den trofaste skare af medarbejdere og vælger i nogle spidsbelastningsperioder at leje folk ind."

Som en fødselsdagsgave til sig selv har Brian i år anskaffet en fiber-laserskærer med en fødekapacitet på 15 plader på op til 2x4 meter. "Vi har købt en del laserskæring ude i byen og har egentlig været godt tilfredse med det. Men den nye laserskærer betyder, at jeg nu kan have varen i hånden i løbet af en god halv time og

derfor kan levere noget hurtigere til kunden."

Laserskæreren blev taget i brug i tiden omkring fødselsdagen 1. april. "Jeg har ikke reklameret til højre og venstre med indkøbet men foretrækker den blide opstart, hvor medarbejderne bliver fortrolige med skæreren og således er bedre gearret, når der begynder at komme efter spørgsel." Virksomheden mestrer nu stort set alle de skæremetoder, der findes.

## » MASKINERNE ER VORES STYRKE, OG VI HAR DET RIGTIGE MANDSKAB

### Robotsvejsning kan sikre opgaver i landet

"Maskinerne er vores styrke, og vi har det rigtige mandskab. Selvom 'Ålsrode Smede ...' måske lyder lidt som den lille bondesmed, er vi altså rigtig godt med, og jeg giver dig gerne en rundvisning." Et område med stort potentiale er robotsvejsning.

"Bliver vi bedre til at tænke robotsvejsning ind i produktionen, får vi kvaliteten op og prisen ned – og beholder opgaverne her i landet." Brian mener, at også den lille smedevirk-

somhed med 15 mand er potentiel kunde for virksomhedens fem svejseroboter. "Det, som laves manuelt i dag, ryger måske til Polen i morgen, hvis man ikke i tide kommer i gang med robotten."

Noget som Brian tidligere, og hidtil forgæves, har luftet ved flere lejligheder er, at han ser masser af nye muligheder i Sverige, hvis Norddjurs Kommune skabte kontakten, og virksomhederne gik sammen om at tilbyde sig.

"Det kræver noget benarbejde, men tager vi det seje træk, er der altså ikke længere til Sverige, end at vi kan få Skåne, Halland og Blekinge tilbage. Så skal jeg til vores 50-års jubilæum nok fortælle om alle vores svenske kunder – på svensk."

### Randers er nu fortid

En erfaring rigere er om ikke andet udbyttet af etableringen i Randers, som efter nogle år nu er ved at blive lukket ned igen. "Det var nemmere at etablere et maskinværksted i Randers end at få smedene til at køre fra Randers til Grenaa, og med 20 ansatte gik det rigtig godt med det. Men trods flere forgæves forsøg, lykkedes det mig ikke at finde en kvalificeret person til at lede værkstedet, så efter to år valgte jeg at sige stop."

Lukningen i Randers affødte en beslutning i 2017 om at bygge 2.000 nye m<sup>2</sup> i Grenaa, som er taget i brug i år. "Med masser af maskinpower, plads og gode medarbejdere, bliver vi nu her i Grenaa."

*Mogens Greve, mogens@mercatus.dk*



## NORDISK

Det helt store samarbejdsprojekt i Norge har været Nordlandsbanen. Her er en af Aarsleff Rails skinnekørende gravemaskiner i færd med at frilægge kabelkasser langs banestrækningen.



ADMINISTRERENDE DIREKTØR, THOMAS MØLLERUP, TMO@AARSLEFFRAIL.COM

Når store projekter skal gennemføres, er samarbejde og vidensudveksling ofte den hurtigste og mest effektive vej til succes. I Aarsleff Rail-gruppen er samarbejdet på tværs af selskaber og enheder en væsentlig årsag til gode projekter og resultater.

"Aarsleff Rail vil vi gerne være kendt som den jernbaneentreprenør, der er bedst til at samarbejde både internt, med samarbejdspartnere og kunder. Siden 2014 har vi samarbejdet med vores søsterselskab Anker AB i Sver-

ige. I 2017 kom Banedrift AS, Norge med i familien og vi intensiverede arbejdet. Med samarbejdet ønsker vi at hæve niveauet for kvalitet, projektstyring og forretningsudvikling og at tilbyde endnu flere kunder vores tjenester inden for jernbaneområdet" siger Thomas Møllerup, administrerende direktør for Aarsleff Rail.

### Stor letbaneentreprenør

Samarbejdet har bl.a. betydet, at Aarsleff Rail-gruppen i dag er en af de største letbaneentreprenører i Norden. Opgaverne inkluderer f.eks. vedligeholdelse af Aarhus Letbane i Danmark og det 40 km lange sporvejsnet i Norrköping, anlæg af letbanen i Lund samt den 28 km lange Hovedstadens Letbane vest for København. Senest har Aarsleff Rail fået opgaven med at vedligeholde Odense Letbane, der i øjeblikket er under anlæg. "Kompetencer, ideer og viden

fra vores svenske søsterselskab, der har arbejdet med letbaner i mange år, har medvirket til at Aarsleff Rail med succes er kommet ind på letbanemarkedet i Danmark. Det viser at vidensdelingen i gruppen betaler sig." pointerer Thomas Møllerup.

### Nord for polarcirklen

På Nordlandsbanen i det nordlige Norge har Banedrift og Aarsleff Rail i fællesskab arbejdet med udgravningsarbejde og lægning af kabelbeskyttelsesrør til fiberkabel langs banen. "For at sende et klart signal internt og eksternt omkring vores tilstedeværelse i Norge, anvendte vi den store, nye kontrakt til at få medarbejdere fra de to lande til at samarbejde om projektet – både gennem deling af maskiner og mandskab" beretter Thomas Møllerup. Samarbejdet har fungeret godt og betydet udvikling for kunde og begge virksomheder.

## VIDSTE DU

Aarsleff Rail A/S blev oprettet i 2009. Vi opstod på baggrund af Baneconsortiet I/S, et arbejdsfællesskab af Aarsleff, Wicotec Kirkebjerg og Petri & Haugsted, der afleverede sit første jernbaneanlæg i 1912. Mere end 550 højt kvalificerede medarbejdere og en flåde af specialmaskiner gør os til Danmarks førende jernbaneentreprenør.

# SAMARBEJDE PÅ SKINNER

Faktorer, der var blandt målene, da samarbejdet i Aarsleff Rail-gruppen blev indledt.

### Specielle maskiner til jernbanearbejde

Med en bred vifte af specialmaskiner, der er godkendt til brug i Danmark, Norge og Sverige kan virksomhederne i Aarsleff Rail-gruppen udføre

opgaver i alle tre lande. Maskinparken inkluderer justeringsmaskiner, skinnekørende gravemaskiner og avancerede køretøjer til installation af køreledninger.

”Udover fiberprojektet har vi i Aarsleff Rail-gruppen samarbejdet om trærydning og udskiftning af sveller i Norge, mens vi i Sverige har foretaget

sporjusteringer på industrialnæg. Med arbejde i nabolandene, hvor regler og procedurer ser lidt anderledes ud end hjemme hos os selv, får vi skærpet vores forretningsgange og samarbejde med kunderne. Det er sundt for udviklingen og med til at holde os skarpe” slutter Thomas Møllerup.

*Afstandene i Norge er store. Det betyder at transporter af tungt materiel foregår med skib. Her er materiel til arbejderne på Nordlandsbanen ankommet til havnen i Bodø. Maskinerne skal nu videre med lastbil til arbejdspladsen.*

*Med den nye stoppemaskine har Aarsleff Rail fået kapacitet til også at udføre sporjustering udenfor Danmark. På billedet er stoppemaskinen 'Lillian' i færd med at justere spor på en opstillingsbanegård ved et stålværk i Borlänge.*



*Ved siden af en masse faglige udfordringer og efteruddannelse byder samarbejdet i Aarsleff Rail-gruppen også på meget andet. Som dansk maskinfører er udsigten fra sporet i Nordnorge en af de ting, man lige skal vænne sig til!*

*Når store projekter skal i mål til tiden, er det godt at have ekstra ressourcer at trække på. Ved sporfornyelsen på Vestfyn i 2015 var et arbejds hold fra Anker AB rykket til Danmark.*

*CG Jensen reparerer beton og udskifter utætte furer på fløjvæg på strækningen ved Køge.*

## CG JENSEN RENOVERER

## PÅ DANMARKS FØRSTE HØJ

Entreprenørvirksomheden CG Jensen kan hjælpe med alle former for beton- og betonrenoveringsopgaver – døgnet rundt. I foråret udbedrede de beton på en nyopført tunnel til den nye bane København-Ringsted.

Den danske og delvist medarbejderede virksomhed CG Jensen kan hjælpe kunden i mål med selv den mest komplicerede problemstilling. Firmaet kan trække på mange forskelligartede kompetencer og to af divisionerne – Betonrenovering og Anlæg Vest – har særlig god erfaring med at vedligeholde Danmarks broer og bygværker.

”Vores erfarne folk har en lang tradition for at hjælpe både kommunalt og nationalt. For Vejdirektoratet har

vi igennem en længere årrække stået for drift og vedligehold af samtlige broer og bygværker øst for Storebælt, ligesom vi årligt renoverer omkring 100 bygværker for Banedanmark – ofte under stramt planlagte tids- og bemandingsplaner”, fortæller divisionschef i Betonrenovering, Ole Jan Kristiansen.

Én af de mange opgaver har været udbedring af beton og jordankre på en nyopført tunnel til Danmarks første højhastighedsbane; den nye

bane København-Ringsted, der blev indviet den 31. maj i år af H.K.H. Kronprins Frederik.

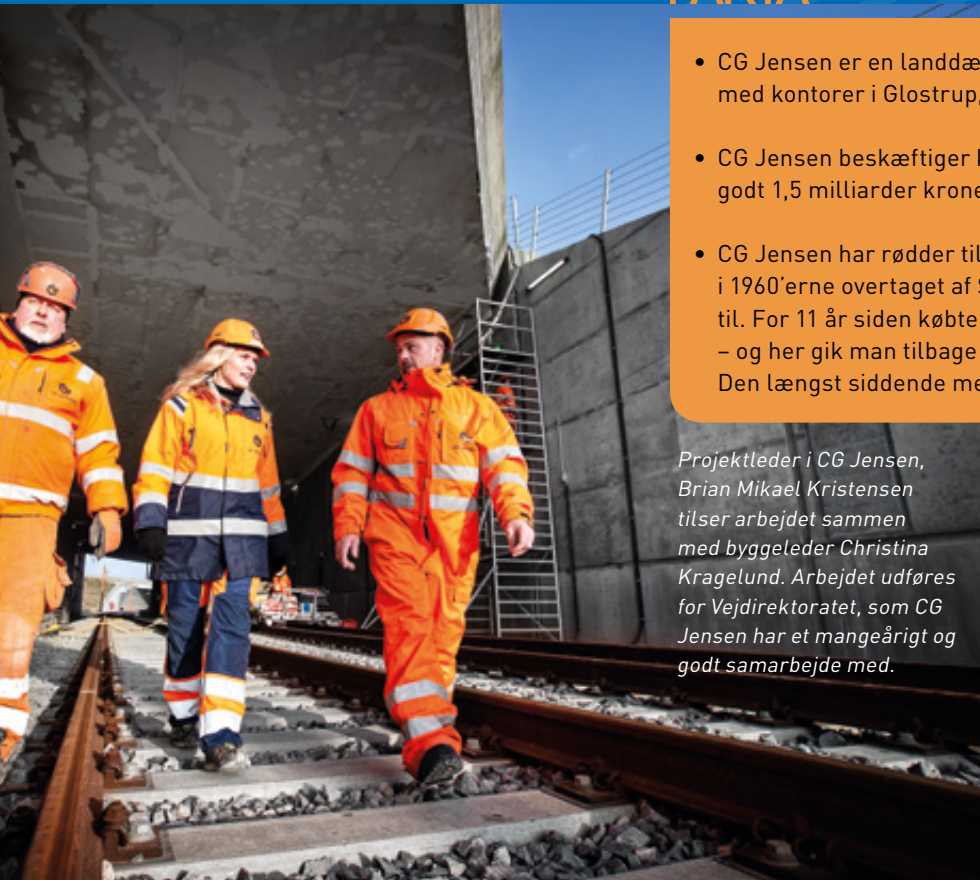
Inden indvielsen var der behov for at reparere konstruktionen.

”Tunnelen var ikke tæt og der kom grundvand op omkring de jordankre, der holdt tunnelen. Ved at pumpe flydemørtel ind i jordankrene, fik vi tætnet og gjort ankerne fri af grundvandet”, forklarer projektleder i Betonrenovering, Brian Mikael

## FAKTA

- CG Jensen er en landdækkende bygge- og anlægsentreprenør med kontorer i Glostrup, Aarhus og Odense.
- CG Jensen beskæftiger knap 600 medarbejdere og omsætter for godt 1,5 milliarder kroner.
- CG Jensen har rødder tilbage til 1930'erne. Virksomheden blev i 1960'erne overtaget af Skanska, som den senere ændrede navn til. For 11 år siden købte en række medarbejdere sig ud af Skanska – og her gik man tilbage til det oprindelige navn; CG Jensen. Den længst siddende medarbejder har været i firmaet i over 50 år.

*Projektleder i CG Jensen, Brian Mikael Kristensen tilser arbejdet sammen med byggeleder Christina Kragelund. Arbejdet udføres for Vejdirektoratet, som CG Jensen har et mangeårigt og godt samarbejde med.*



## KONTAKT

### ØST FOR STOREBÆLT



**Ole Jan Kristiansen**  
Divisionschef  
Betonrenovering  
Mobil: 27 90 29 82  
Mail: ok@cgjensen.dk

### VEST FOR STOREBÆLT



**Jørn Asmussen**  
Divisionschef  
Anlæg Vest/Ramning og Vandbygning  
Mobil: 40 20 33 12  
Mail: jea@cgjensen.dk

# HASTIGHEDSBANE

Kristensen om udbedringen, hvor CG Jensen samtidig selv sørgede for jernbanesikkerheden, da man har alle kompetencerne in house.

”Vi kan tilbyde hele pakken. Det gør det nemmere at planlægge arbejdet og vi kan udvise stor fleksibilitet over for bygherren, da vi har egne folk til at varetage sikkerhed og kørestrømsafbrydelse”, forklarer Brian Mikael Kristensen og henviser til, at man har uddannet egne folk til blandt andet SR2 ledere og rangerledere.

”Det er vi glade for – og faktisk lidt stolte over”, tilføjer han.

### Løsningsorienteret tilgang til opgaverne

Den løsningsorienterede tilgang nikker de genkendende til i Aarhus, hvor kollegaerne i division Anlæg Vest har kontor.

”Det er afgørende, at vi kan opfylde kundens specifikke behov. Vi insisterer på at yde et ordentlig stykke arbejde, og det kan vi gøre takket være mange års erfaring og dygtige medarbejdere, der vægter et godt samarbejde og gensidig respekt”, siger divisionschef i Anlæg Vest, Jørn Asmussen.

I Anlæg Vest renoverer de – foruden broer og bygværker – også havne.



- Topkapninger/træfældning
- Jernbanesikkerhed
- Vedligeholdelsesarbejder

mail@skovteam.dk • Tlf: 26 17 10 97 • www.skovteam.dk



## Gør overnatningen til en del af rejsen

Stor morgenbuffet inkluderet i prisen • Gratis internet  
Mødelokaler op til 40 personer • Medlem af Green Key



HOTEL HEBRON  
COPENHAGEN

Helgolandsgade 4, DK-1653 Kbh. V | Tlf. +45 3331 6906 | www.hebron.dk

# RAILSERVICE

v/ Erik Jessen

Din partner på jernbanen



Hærvejen 75 • DK-6230 Rødekro  
Tlf.: +45 51 70 68 99 • info@railservice.dk

## Favrskov Fugeteknik

### Alt i elastiske fuger udføres

døre/vinduer/køkkener/bad/betonelementer  
samt renovering.

**RING PÅ 2213 5666**

Rugevænget 3, Bøstrup, 8870 Langå



Originale  
DEUTZ og MWM  
motorer,  
ombytningsmotorer,  
reserve dele samt  
service



**DIESEL MOTOR NORDIC A/S**  
Norddigesvej 6 | 8240 Risskov | T: 43 26 90 00  
 [www.dieselmotornordic.com](http://www.dieselmotornordic.com)

Samarbejder med Bane Danmark

## E. MØLLER ApS entreprenør


Adelvej 40, Jegerup • 6500 Vojens  
Tlf. 22 81 94 83 • [www.eltonmoeller.dk](http://www.eltonmoeller.dk)



Entreprenør arbejde  
Kabelpløjning • Kædegravning  
Fiberblæsning • GPS indmåling  
Styrbar boring



ENTREPRENØR  
**HEDEGAARD A/S**  
HEDEGAARD Boring

Torvevej 5 • 7970 Redsted M • Tlf. 9669 1111  
[kimhedegaardas@gmail.com](mailto:kimhedegaardas@gmail.com)  
Find os på facebook 



Wennstrom  ønsker jer alle en glædelig jul  
og et godt nytår



Wennstrom 

[www.wennstrom.com](http://www.wennstrom.com)

**BS**

**Teknikpartner för en  
friskare järnväg**

BS Verkstäder, tel +46 (0)515 65 05 00  
[www.bsverkstader.se](http://www.bsverkstader.se)



## Vores samarbejde kører på skinner

Ved du, at DSB og AJ Produkter har en indkøbsaftale? Som DSB kunde hos AJ Produkter får du altid 25% rabat og fragtfri levering.

AJ Produkter har mere end 40 års erfaring i levering af møbler og inventar til arbejdspladser og vi er gerne behjælpelige med indretningsforslag og monteringservice. Vi tilbyder et bredt sortiment med mere end 15.000 produkter, hvoraf mange er af eget design og egen produktion. Det giver os mulighed for at skræddersy smarte løsninger til netop din arbejdsplads.

Bestil vores katalog på [ajprodukter.dk](http://ajprodukter.dk)  
eller kontakt os på tlf. 59 400 999.



OVERRASKENDE MEGET™



WEXØE

Wexøe Power er det tidligere Skaarup Imcase og den stærkeste danske partner, når det gælder stærkstrømsløsninger. I tæt partnerskab med vores kunder udvikler og leverer vi driftssikre løsninger til banen, elforsyningen og dele af industrien.


Læs mere på [wexoe.dk/power](http://wexoe.dk/power)



*Stopp utan stillestånd.*



LUCCHINI SE



Vi håller tågen rullande sedan 1866. Vi ser till att tillfälliga stopp inte blir dyra stillestånd. Eftersom vi står redo med tåghjul och axlar i lager, ger nära och snabb service till godstrafik och passagerartrafik, blir leveranstiden kortare och resan kan fortsätta.

*Vi är Lucchini, Nordens ledande leverantör av tåghjul, axlar och hjulpar. > [www.lucchini.se](http://www.lucchini.se)*