



For krop og sjæl.



# Rolfsted Idrætsforening

## Efterår 2013

### Det var den sommer..

Og hvilken en! Herligt vejr, sol, varme og nu står RIF endnu engang klar til at modtage dig med en masse aktivitet, humørfyldte mennesker og gode oplevelser.

Det kan du læse meget mere om inde i bladet eller du kan besøge os på [rolfsted-if.dk](http://rolfsted-if.dk) eller på Facebook. Her kan du se endnu mere om RIF.

### Sommerfesten

Er vel overstået og en masse mennesker lagde vejen forbi Rolfhallen og deltog i løjerne. Tak til alle som støttede os og gjorde sommerfesten til endnu en succes!



### Rolfsted-if.

RIF er en lokal idrætsforening, der tilbyder aktiviteter indenfor et bredt udvalg af idrætsgrene. Vi er ikke en elite-forening, men satser på bredden og især de unge.

Vi har som målsætning, at det skal være spændende og sjovt at dyrke idræt og der igennem bidrage til de unges lyst til at dyrke og bruge deres krop gennem idrætslige aktiviteter.

I Rolfsted-IF er der plads til alle.

### Julefrokost

Når sommeren er slut og efteråret gået, så kommer RIF's årlige julefrokost. En fest med lækker mad, god musik og højt humør. Kom og fest med dine venner, naboer, kollegaer, eller hvem du har lyst til. Det er den 7. december kl. 18.30 i Rolfhallen. Se mere om tilmelding inde i bladet eller på [Rolfsted-if.dk](http://Rolfsted-if.dk).

**Rolfsted Idrætsforening**  
- for krop og sjæl



## Hovedbestyrelsen.

Af Peder Veje, formand for RIF

### Vi er på rette vej – men vi kan blive bedre!

Endnu en gang må vi konstatere, at efteråret er kommet. Det er begyndt at regne, det bliver koldere, men det betyder også, at der starter mange aktiviteter op i klubben!

Håndbold, gymnastik, badminton og senioridræt er alle gået i gang, og som noget nyt, starter vi volley op efter ønske fra flere. Vi er så heldige, at vi har fået en instruktør fra Midtfyns volleyklub til at komme og hjælpe os de første 3 måneder, til vi forhåbentligt er selvkørende.

Men vi må selvfølgelig ikke glemme at fodbold, flag, indoor cykling og motion stadig er i gang. Den eneste afdeling, der ikke fortsætter vinteren over, er tennis.

Sommerfesten er veloverstået, og vi kan kun betegne den som en succes. Der har været mange flere mennesker end de foregående år, så det er fantastisk. Her vil jeg gerne rette en stor tak til alle de frivillige, der har ydet en kæmpe indsats for at få disse dage til at fungere. Men ingen sommerfest uden sponsorer, en stor tak for jeres opbakning, uden jeres hjælp ville vi ikke have opnået så flot et resultat, TAK.

Som overskrift skriver jeg: "Vi er på rette vej – men kan blive bedre". Her mener jeg, at vi prøver at lave nogle nye tiltag i klubben, så vi bliver mere attraktive for flere mennesker, men det bevirker, at vi også skal bruge flere hænder, lige fra at bage en kage til at køre med vores børn eller til at hjælpe til i et af udvalgene – ja, flere frivillige hænder på alle niveauer. Husk at du engang imellem skal spørge dig selv: "Hvad kan jeg hjælpe klubben med?" i stedet for at sige: "Hvad kan klubben give mig?". Tit og ofte fører det en masse glæde og oplevelser med sig at være frivillig. Så vi er blevet bedre til at sætte tiltag i gang, men vi skal blive bedre til at få flere frivillige engageret i klubben.

Vi er så heldige, at vi gennem Marius Petersen Fonden og LAG fonden samt fra et sponsorat fra BYGMA har fået mulighed for at starte på Rolfsted Beach Park. Parken bygger ikke sig selv, så her har vi brug for en del frivillige, som kan hjælpe med at få den bygget. Det vil ske i løbet af efteråret. Følg med på vores hjemmeside ([www.rolfsted-if.dk](http://www.rolfsted-if.dk))

og facebook ( [www.facebook.com/rolfstedif](http://www.facebook.com/rolfstedif) ) og se hvornår DU kan hjælpe!

Velmødt i alle klubbens afdelinger.

### Årets RIF-pris.

Årets prismodtager er Lis Nielsen, som har været instruktør i gymnastik igennem mange år. Lis har altid bidraget med engagement og godt humør. Tillykke med prisen til Lis.



**RIF-bladet udgives af Rolfsted Idrætsforening.**

**Oplag: 850 Stk.**

**Redaktion:**

**Michael Rasmussen**

**[Michael.rasmussen@trioplast.com](mailto:Michael.rasmussen@trioplast.com)**

**Bladet husstandsomdeles i**

**Ferritslev**

**Rolfsted**

**Kappendrup**

**Hudevad**

## Gymnastik

Af Iben Bech

### NU STARTER GYMNASTIKKEN OP!

#### En hed sommer...

...efter en lang og hed sommer glæder vi os til at byde såvel nye som tidligere gymnaster velkommen under fanerne i RIF gymnastik. Mens gymnasterne har holdt sommerferie har gymnastikudvalget arbejdet hårdt på at finde team-, ungdoms- og juniorinstruktører til den kommende sæson. Det er nu lykkedes og vi glæder os meget til at komme i gang med vinterens aktiviteter.

Bemærk, at der i år er forskudte opstarts datoer. De fleste hold starter dig fortsat op i uge 36.

#### Som noget nyt..

...har vi i år valgt at indlede et samarbejde med Søllinge Skytte, Gymnastik og Idrætsforening. Samarbejdet er kommet i stand for at sikre det fremtidige gymnastiktilbud – specielt til børn. Eftersom mange børn fra Søllinge området nu er elever på Rolfsted Skole, så mener vi at det er oplagt at prøve denne idé af. Vi ønsker i begge foreninger at sikre vores berettigelse i lokalsamfundet, således at vi også i fremtiden kan tilbyde både børn og voksne gode, udfordrende og svedige gymnastiktilbud.

På grund af dette samarbejde vil undervisningen for nedenstående holds vedkommende foregå på Søllinge Gamle Skole.

#### Torsdag kl. 16.45 – 17.45: Turbodrengene 0. – 2. kl.

Med stor fokus på sjove spring, og spændende drengeudfordringer, vil dette hold i løbet af vinteren bruge gymnastiksalens mange muligheder. Synes du at det kunne være skønt at give den gas sammen med gutterne, så vil du helt sikkert synes om dette hold. Både airtrack og trampolin vil blive en del af undervisningen.

**VIGTIGT: Holdet starter torsdag den 3. oktober 2013**

Ingen undervisning i december.

Opvisning i foråret.

Instruktør: Rasmus Pedersen 60 85 31 18

Pris: 420 kr. pr. sæson

#### Torsdag kl. 17.45 – 19.00: MIX-hold 3. – 4. kl.

Dette hold er præcis for dig der synes, at det er tiden at lære endnu flere sjove spring, og svære gymnastikøvelser. Sammen vil vi udfordre dig, så du bliver endnu bedre til at springe på airtracken og hoppe på trampolinen. Samtidig med at vi laver rytmisk gymnastik, leger og har det sjovt, så sørger vi for at din krop bliver smidig og stærk.

**VIGTIGT: Holdet starter torsdag den 3. oktober 2013**

Ingen undervisning i december.

Opvisning i foråret.

Instruktør: Rasmus Pedersen 60 85 31 18

Pris: 420 kr. pr. sæson

#### Husk den elektroniske tilmelding...

...Som alle andre afdelinger i RIF fortsætter vi i RIF Gymnastik den elektronisk tilmelding, og betaling via FMK Halbooking.

Vejledningen til dette er at finde på [www-rolfsted-if.dk](http://www-rolfsted-if.dk) under fanen "Gymnastik".

Tilmeldingen til gymnastikken skal ske inden 1. oktober 2013, herefter vil der løbende blive ført deltagerkontrol på alle hold.

Vi ønsker alle – såvel instruktører som gymnaster – vel mødt til endnu en god sæson.



Rolfsted El Aps  
Rolfsted EL | Din EL-installatør



## Tennis

Af Stefan Jensen

Tennissæsonen er ved at gå mod afslutningen, og banerne vil blive lukket ned omkring 1. oktober. Der har været okay aktivitet i løbet af sæsonen, men der er stadig plads til mange flere medlemmer! Næste års helt store mål, bliver at få gang i ungdomstræningen igen. Tennis er en fremragende uden-dørsaktivitet, og blandt andet også et godt alternativ for dem som spiller badminton i vinterhalvåret.

Der er vist interesse fra flere kommende ungdomsspillere, men vi mangler stadig en træner. Har du lyst til at stå for træningen af klubbens ungdomsspillere, eller kender du en der har, hører vi meget gerne fra dig!

Bane 3 som ikke har været brugt i nogle sæsoner, er i øvrigt snart fortid. Den bliver omdannet til en multibane til blandt andet beachvolley.



## BADMINTON

Af Kirsten Hansen

Sæsonen er startet først i september, men der kan jo stadig lejes baner på RIF's hjemmeside. Der spilles mandag og onsdag aften. Mandag fra kl. 19 og onsdag fra kl. 18. Da klubben har valgt at opstarte volleyball også om onsdagen fra 18-20 er der desværre færre baner til udlejning. Hvis der ikke kommer nok til volley, ja så finder vi ud af det. Så ring endelig til undertegnede.

Børnene startede den 4.9 kl. 16. Nybegyndere spiller fra 16-17 og øvede fra 17-18. Trænerne deler dem op.

Trænerne i år er også Klavs Schwartz og Dina Svendsen. Vi har fået en ekstra hjælper som hedder Esben Sanddal. Det sætter vi stor pris på, at nogen melder sig frivilligt til at hjælpe.

Mange børn havde meget glæde af at komme ud til små stævner her i området. Derfor blev der indledt et samarbejde med Årslev, Nr. Lyndelse og Ringe. Hertil skal vi bruge et par forældre - 2-3 stk. - som kan tage sig af det. Arbejdet går ud på at være i kontakt med disse klubber og deres trænere, arrangere et enkelt stævne heroppe og sørge for indkaldelse og kørsel til stævnerne de andre 3 steder.

Vi håber på en rigtig god sæson.

Kirsten Hansen  
tlf 60853937

[Kirstenkirt@hotmail.com](mailto:Kirstenkirt@hotmail.com)



## Fodbold

Af Richard Hansen

Status fodbold efterår 2013:

Vi har fået nye trænere til U5 og U6. Kasper, Mathias samt Sebastian har påtaget sig at stå for spil med bold, leg mm.

U7 træner Mathias og Nikolaj

U8 træner Cady og Brian Skove

U9 træner Tommy Nielsen

Træning for disse fem hold hver onsdag fra kl. 16.45 til 17.45.

U10 og U11 træner Uffe Holtze og Lars Corfotzen, hver tirsdag og torsdag fra 16.45 til 17.45.

U12 træner Louise Vogn hver mandag samt torsdag fra kl. 16.30 til 18.00.

U10 og U12 piger træner Uffe Rasmussen hver mandag fra kl. 16.30 til 18.00.

Til alle hold efterlyser vi gerne flere spillere for at få en større bredde.

Klubbens serie 5 hold, coach Morten Frederiksen klarer sig rigtig fint i rækken og ligger pt. nr. 4 med kun 3 point op til nr. 1. Så mon ikke vi klare oprykning til serie 4 når sæsonen er ovre, da vi har potentialet. Endvidere er vores sølvhold 7 mands, coach Lasse Fredenslund og Steen Lindegaard (Spillere over 35 år) placeret midt i tabellen på en 7. plads ud af 12 hold.

Sommeren 2013:

Igen i år havde vi arrangeret et mini stævne, hvor ca. 60 fodboldspillere spillede nogle meget spændende kampe. Herefter de fik medaljer. Tak til Uffe Holtze og Tommy Nielsen. Endvidere havde vores serie 5 hold lørdag arrangeret at Birkende kom og spillede turneringskamp, som vi vandt 11-2. Kanon kamp.

Indendørs sæsonen:

Vi har reserveret hallen hver fredag aften fra kl. 16.00 til 20.00 med start fra 25/10-13 til 1/3-2014.



## **Senior-idræt 2013-2014**

### **Mandags-idræt**

*Ledere: Ingrid Krebs og Henning Johansen*

Med en fællessang varmer vi stemmerne op. Derefter er det kroppen, der skal varmes op. Det sker under ledelse af Henning Johansen. Efter en halv times opvarmning deler vi os alt efter interesser. I den næste time fortsætter nogle med gymnastik i den store sal under ledelse af Ingrid Krebs, andre spiller hockey, petanque eller badminton i hallen og nogle går i motionscentret.

Lidt før kl. 12.00 mødes vi alle igen i cafeteriaet til hygge og snak over en kop kaffe, og som oftest kommer sangbogen igen frem.

### **Krocket**

*Leder: Steen Rasmussen*

Der spilles hele året, såfremt vejret tillader det. Da der også skal være tid til samvær, holdes en pause i løbet af formiddagen, hvor det medbragte brød og kaffen nydes. DGI afholder turneringer, som man kan tilmelde sig, og i sommerens løb afholdes en række stævner med andre klubber. Deltagelse er ganske frivilligt.

### **Petanque**

*Leder: Knud Knudsen*

Om sommeren spilles på petanquebanerne ved siden af tennisbanerne og om vinteren i den store sal i hallen. Midtvejs i spillet holdes en kaffepause med tid til snak om stort og småt. Der arbejdes i afdelingen på at arrangere nogle kampe i løbet af sommeren mod klubber i nabobyerne.

### **Cykling**

*Leder: Bent Larsen*

Hvis du kan lide at cykle og gerne vil gøre det sammen med andre, skal du blot møde op ved Rolfhallen mandag kl. 9.30 i sommerhalvåret. Cykelturen varer ca. 2 timer, inkl. en obligatorisk pause.

### **Fællesaktiviteter**

I vintersæsonen arrangeres ca. en gang om måneden fællesspisning i hallen for alle medlemmer af senior-idræt.

Prisen for et måltid mad er 60 kr. For julefrokost og sæsonafslutning dog 110 kr.

Tilmelding senest en uge før til Kirsten Møller, telf. 65 98 14 25.

### **Aktivitetskalender**

| Aktivitet    | Sted               | Ugedag  | Start/Slut           | Fra kl. til kl. |
|--------------|--------------------|---------|----------------------|-----------------|
| Mandagsidræt | Rolfhallen         | Mandag  | 16. sept. - 7. april | 10.00 – 12.00   |
| Krocket      | Banen bag tennis   | Tirsdag | Hele året            | 09.00 – 13.00   |
| Krocket      | Banen bag tennis   | Torsdag | Efter aftale         | 14.00 – 16.30   |
| Petanque     | Banen ved tennis   | Onsdag  | Sommer               | 09.30 – 11.30   |
| Petanque     | Store sal i hallen | Onsdag  | Vinter               | 09.30 – 11.30   |
| Cykling      | Fra Rolfhallen     | Mandag  | Sommer               | 09.30 – 11.30   |

### ***Seniorudvalget***

Bendt Søberg, formand – Steen Rasmussen – Knud Knudsen –  
Tom Møller Pedersen – Kirsten Møller

## ***Kom og vær med***

Det er vigtigt, at alle seniorer bevæger sig. Ved at holde sig i gang kan mange aldersbetingede sygdomme holdes væk fra livet. Så kom og deltag i idrætsforeningens senior-idræt. Vi har det sjovt, mens vi motionere, og der er flere forskellige idrætsgrene at vælge imellem. Fælles for dem alle er, at der også er tid til hygge i et afslappet fællesskab.

## ***Kontingenter***

Det er ikke dyrt at dyrke senior-idræt.

Mandags-idræt koster 375 kr. pr. år inkl. kaffe og småkage, og deltager man i mandags-idræt, kan man inden for samme kontingent også spille kroket, petanque og/eller cykle.

Spiller man alene kroket eller petanque er årskontingentet 225 kr.

Cykling er ganske gratis.

### **Fællesspisning**

21. oktober, kl. 12.00

18. november, kl. 12.00

16. december, kl. 12.00 - julefrokost

20. januar, kl. 12.00

24. februar, kl. 12.00

7. april, kl. 12.00 – sæsonafslutning

## Senior-idræt



Børge Rasmussen og Bent Larsen er blevet Fynsmestre i krocket 2013 i Række B1  
Arne Pedersen og Bent Rasmussen er blevet puljevindere i krocket 2013 i række C1



**Marius Pedersen**

Vi tilbyder et bredt udvalg af affaldsløsninger.

Ring på 65 90 40 50 eller kig forbi [www.mariuspedersen.dk](http://www.mariuspedersen.dk)  
og find inspiration til din nye affaldsløsning.





## Fodbold U10-U11

Af Gitte Wenneke - mor til Ivan

Fra 5-mands fodbold til 7-mands fodbold.

En søndag morgen, hvor vi egentlig ikke skulle tidlig op. Ti glade U11 drenge springer ud af sengen. Det er en dag, hvor drengene skal spille deres første officielle "7-mands" kamp. Drengene er spændte og klar til at møde dagens ny udfordring. Ja, de glæder sig. Holdet er en flok drenge, som er vilde med fodbold, og derudover også har mange andre interesser.

Hørt fra sidelinjen. De drenge har meget andet de skal ordne før, under og efter kampen. De skal have styr på de sidste nye tacks på minecraft, snøret et snørebånd og snakke. Det er et hold med stor tolerance for hinanden. Dette gælder også til deres 2 gange ugentlige træning. Træningen er sammensat af konditions øvelser, forbedring af afleveringer og skud og kamptræning.

Stemning til træning er oftest med masser af glæde og positivt samvær.

En anden væsentlig ting ved træningen og kampene, er Uffe og Lars' engagement og glæde for fodboldspillet. De viser fodbold vejen med en god

fodbold jargon, og så på klingende fynsk. Dette smitter af på spillerne. De støtter spillerne i deres fodboldudvikling. Man kan se deres glæde for fodbold og holdene. Det er vi forældre glade for.

Derudover er det, som forældre, utrolig hyggeligt at tage med til kamp. Vi hepper, hygger og har del i vores børns interesse og sociale liv. Vi mangler aldrig kaffe, en god snak, og oveni kommer vi altid glade hjem. Det er bare skægt.

Denne søndag blev endnu en dejlig formiddag. De spillede fantastisk fodbold.

Spillet kom til sin ret på en 7-mands bane. Vist krævede det mere fysik, men det kan man jo træne sig til. (Drengene vandt i øvrigt 3 kampe, og tabte en enkelt denne søndag formiddag)




**Tryghed i din økonomi**

Årslev afdeling  
Overvejen 75, 5792 Årslev, Tlf. 6548 5450

SPAREKASSEN  
**Faaborg**  
Tryghed i din økonomi



## Håndboldsæsonen 2013/2014

Af Diana Larsen

Så er sommeren vel overstået, og det flotte vejr har virkelig været med os i år. Dejligt.

Det håber vi også håndboldsæsonen vil være. Den er allerede skudt i gang, og vores trænere er klar til at tage imod alle, som har lyst til håndboldspillet.

Det har i år været lidt af en opgave, at finde trænere til alle hold, men det er lykket, og ingen tvivl om, at de alle vil gøre deres til, at det bliver en god sæson.

### Sommerfest.

Vi havde i år budt ind med lidt underholdning til sommerfesten, men må nok erkende, at det ikke er håndboldspillet man skal satse på til sådan et arrangement. Sæsonen er ikke gået i gang, og ikke alle er vilde med at spille på græs, så det er meget svært at finde hold, samt selv at skrabe hold sammen. U12-piger/drenge spillede dog to kampe. Langeskov stillede op med to hold, så det var dejligt at vi bidrog med lidt håndboldspil.



## Hold i sæsonen 2013/2014.

Hvis vi starter med de mindste, U6-U8. Her har vi træner teamet Lone & Jesper Degnemark. De har været oppe på, at have 17 børn til træning, og det er virkelig flot. Men hold Jer ikke tilbage, der er plads til flere.

U10-drenge og piger trænes af Christel Jakobsen og Kirstine Stoksted. Her er der også godt fremmøde, men samtidig plads til flere.

U12-drenge trænes af Jeppe Dreier. Jeppe har været træner i klubben i mange år, og har også sit virke for andre afdelinger i klubben, så han ville egentlig gerne have et sabbatår. Men flink som han er, er han sprunget til for at hjælpe klubben. Her 14 dage inde i sæsonen, har der kun været 5 spillere, og da vi gerne skulle op på det dobbelte, håber vi, at der render nogle friske drenge rundt fra årgang 2001-2002, som kunne have lyst til at spille håndbold.

U12-piger trænes af Ulrich Rasmussen og Carsten Larsen. Der er pt. 8 stabile spillere, men også for pigernes vedkommende, vil det være godt, hvis vi kommer op på mindst 10 spillere.

U14-drenge trænes af Finn Rud. Her er de oppe på 10 spillere, så også her er der plads til flere...

U14-piger trænes af Christian Ottosen og Jens Pedersen. Her er der et rigtig godt fremmøde, de har været oppe på 17 spillere. Dejligt! For holdene U-12 drenge & piger samt U-14 drenge og piger gælder det, at vi igen i år har et holdfællesskab med Sdr. Nærå. Dette var en stor succes sidste år.

Holdfællesskabet var i første omgang primært fordi vi i begge klubber manglede spillere til de enkelte hold. Men som en positiv sidegevinst, har dette også givet spillerne mange nye venskaber.

Forældrene har været flinke til at bakke op omkring holdfællesskabet, også med hensyn til transport. Vi har trænere som "fylder" bilen op, og når dette ikke er nok, har det ikke givet problemer, idet forældrene så har skiftet til at køre. Vi håber dette samarbejde fortsætter, så vi fortsat kan tilbyde vores unge at spille håndbold.

## Håndbold ..

Dame Senior trænes igen i år af Henrik Broe samt holdleder Mette Møller.

Damerne har i år fået tilbuddet om at spille i serie 1, idet der er to hold der har trukket sig.

Spillere samt træner havde et møde, hvor de drøftede om de havde mod på det, og de har takket ja. Held og lykke i serie 1.

Herre Senior trænes igen i år af Lasse Jørgensen.

Her ligger vi i Fynsserien samt i serie 3.

Holdleder for Fynsserieholdet i år bliver en

"gammel" kending i RIF, nemlig Ernst Jørgensen, og for 2. holdet er det igen i år Emil Holmegaard.

Med en placering i toppen af fynsserien sidste år, bliver det spændende hvad de kan udrette i år.

Måske vi ender i 3. division?

På RIF's hjemmeside kan man se træningstider for de enkelte hold, samt træneroplysninger.

Vi vil, når nu turneringen går i gang, lægge kampprogrammer ind for vores hjemme søndage.

Vi håber rigtig mange vil komme og bakke holdene op, og give dem god støtte til SEJR.

Vel mødt!

Håndboldudvalget



## Kontingent.

Så vil vi da også lige kort nævne her, at det jo som en selvfølge koster penge at spille håndbold.

Der er udgifter til trænere, halleje, dommere osv.

Så spiller man håndbold, går man ind på [fmk.halbooking.dk](http://fmk.halbooking.dk) og tilmelder sig det hold man spiller på, og får betalt. Der betales for 1. halvseson inden turneringen går i gang i oktober. Der kan ikke spilles turneringskamp, hvis der ikke er betalt kontingent.



# Efterlysninger

Vi mangler 3 personer til vores støtteforening.  
Har du lyst til at give RIF en hånd så kontakt  
Poul Erik Greve - 65982514 eller  
Peder Veje - 41431498.



## VI MANGLER LIGE DIG!

Vi er 7 piger på 11 år (5. kl)  
som hver mandag fra 16.30 - 18.00  
spiller fodbold i



Da vi gerne vil være mange flere piger,  
står vi lige og mangler DIG!!

Så er du en frisk pige mellem 6-13 år,  
som gerne vil prøve at spille fodbold, så kom!!

Ved mere information kontakt  
pigernes træner:

Uffe Rasmussen  
22163282 / 62623282  
Mail: [maluf@rolfstednet.dk](mailto:maluf@rolfstednet.dk)



Rolfsted Idrætsforening  
- for krop og sjæl





## Motionscenter



Ørbækvej 120 B  
(bag Rolfhallen)



**Åbent alle ugens dage 05.00 – 23.00**

Motionscenterets tilknyttede instruktører vil være at træffe mandag til torsdag i tidsrummet 19.00 – 20.30

**RIF Motionscenter er stedet for dig som vil:**

- Have øget velvære og livsglæde
- Forbedre din kondition
- Have mere styrke og muskelmasse
- Reducere din kropsvægt

Lyder det som noget du kunne tænke dig, skal du blot kontakte os for at aftale en prøvetime, og så er du allerede godt i gang.

*Hos os er der plads til alle*



### Vidste du at...

Du kan finde Rolfsted IF på nettet. Vi har en hjemmeside hvor du finder alt om de enkelte afdelinger og kontaktpersoner. Klik ind på [rolfsted-if.dk](http://rolfsted-if.dk).

Du kan også besøge os på [facebook.com/RolfstedIF](https://facebook.com/RolfstedIF). Her finder du aktiviteter, billeder, materiale og meget mere.



RIF også har en løbeklub. Der løbes flere gange om uge og det kan du læse mere om det på [rolfsted-if.dk](http://rolfsted-if.dk)



**BUTIK: MANDAG - FREDAG KL. 9-19, LØRDAG KL. 9-16**  
 Betjent brødsalg mandag-søndag kl. 7-11, derefter selvbetjening i butikkens åbningstid.  
 Lundsbergvej 2, 5863 Ferritslev - Telefon butik 65 98 11 80 - Telefon slagter 65 98 10 50



#### OK Kontokortet gi'r:

- Nem og hurtig tankning.
- Personlig sikkerhedskode.
- Specifikation af benzinkøb.
- Og ikke mindst rentefri kredit.

OK - altid billigere benzin.

## SuperBrugsen

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

### Brødsalg

**Frisk brød alle dage fra kl. 7.00**





# VOLLEY

i 

SÅ ER DET NU, DU SKAL TJEKKE IND UNDER VOLLEY NETTET



RIF volley har fået tid i hallen:  
 Onsdage fra kl. 18-19 til teenvolley (ca. 13-18 år)  
 Onsdage fra kl. 19-20 til motionsvolley (fra 18 år og op)

Prisen for opstartssæsonen er:  
 Teenvolley: 150 kr.  
 Motionsvolley: 250 kr.

Vi har fået trænerhjælp i 12 uger fra Midtfyns Volley  
 Opstart onsdag d. 4. september.

Det er altså nu, der er mulighed for at lære at spille volleyball med en træner tilknyttet.  
 Samtidig vil de give idéer til, hvordan træningen kan fortsætte efterfølgende.

Mød op og støt op om denne nye mulighed, som kan udvikle sig på det niveau, I ønsker!



**Husk Årets Julefrokost i Rolfhallen  
Den 7. december 2013 kl. 18.30**

Lækker julebuffet  
 Flot pyntet lokale  
 Kaffe og brunkager  
 "Heaven Danceband" spiller op til dans  
 Kun kr .325,00 per person

Se mere om tilmelding på [rolfsted-if.dk](http://rolfsted-if.dk).





## Flagfootball

Af Jan Frahm og Jeppe Dreier

Flagfootball sæsonen for Ferritslev Firebirds er ved at nærme sig sin ende. Det har været en rigtig god og spændende sæson for klubben. I den hjemlige liga ligger holdet stadig i den bedste række, som stadig er opdelt i to rækker henholdsvis Jylland/Fyn og Sjælland. Det blev til en flot 3. plads i Jylland/Fyn rækken hvilket betyder at der skal spilles playoff kampe, om at komme til semifinalen til Danmarks mesterskabet. Første runde af playoff spilles d. 14/9 i København. Derudover har holdet kvalificeret sig til semifinalen i landspokalen, det skete ved en sejr i kvart finalen i et lokalbrag mod Odense 33 Thrashers, som Firebirds vandt 25-28.

I sommerpausen var holdet af sted til en pokal turnering i Darmstadt i Tyskland, der var i alt 12 hold med hvoraf de 11 var tyske hold. Holdet var også af sted sidste år hvor det blev til en flot 3. plads. Holdet var opsat på at forbedre det resultat. Også i år vandt vi alle puljekampe, samt kvartfinalen og – i modsætning til sidste år – semifinalen. I finalen mødte vi holdet der slog os ud i semifinalen sidste år. Med det i hukkommelsen gik vi ind til finalekampen med en kæmpe gejst og vi vandt en sikker kamp som vi dominerede fra start til slut, resultatet blev 6-20, og vandrepokalen blev taget med hjem og står i RIF indtil vi skal have den med ned til titelforsvaret i 2014.

Tilbage af resten af sæsonen er alle de spændende kampe, playoff kampe for at kvalificere os til Danmarksmesterskabet og semifinale i landspokalen. Følg med på RIFs facebook side for at få opdates af vores resterende kampe, derinde vil der også blive postet hvis der kommer flere hjemmekampe.





# Body Bike Cykling i Rolfhallen

## RIF Motion tilbyder:

Body Bike Cykling i Rolfhallen.  
Lyst lokale med 14 Body Bikes.  
Gode bade faciliteter.

Hold på mange af ugens dage - også i sommerperioden.  
Suunto pulssystem (bælte kan lejes for kr. 10,-).  
Engagerede og uddannede instruktører.  
Ingen gebyr, kun betaling pr. time.

## Klippekort:

|                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 1 klip: 35,- kr.   | 10 klip: 300,- kr. |
| 20 klip: 500,- kr. | 40 klip: 900,- kr. |

I perioden 15. - 31. maj er det gratis for alle, se mere på [www.rolfsted-if.dk](http://www.rolfsted-if.dk)

## Hvem kan gå til Body Bike?

Spinning henvender sig til kvinder og mænd i alle aldre, vægtklasser og træningstilstande. **ALLE** kan være med, du bestemmer selv belastningen.

## Fordelene ved Body Bike:

God kredsløbstræning, dvs. sublim træning for både dit hjerte og din kondition, samt en effektiv kamp mod kiloene. Derudover vil du mindske træthed/uoplagthed og forebygge en lang række sygdomme bl.a. livsstilsrelaterede sygdomme.

Online booking og betaling: [www.rolfsted-if.dk](http://www.rolfsted-if.dk)

Hvad betyder **ENERGIFORLIGET** for dit dambrug?

**VI PRODUCERER DE LAVESTE EL-REGNINGER TIL DANSKE DAMBRUG**

**Energiforliget** Hvad betyder det for dine fremtidige planer?  
2002-2012: Dambruges kW-pris steg fra 45 øre til 75 øre  
2012-2022: Energiomkostningerne kommer i endnu større fokus

**Energigarantien** Lykkegaard A/S giver dig kW-garantibevis!

**Den direkte linje** Kontakt os for individuelle pumpe løsninger  
Svend Christensen: +45 2966 3617  
Lars Bjerregaard: +45 2966 3613



LMPump FRESH Open



LMPump FRESH Vertical Standard



**LYKKEGAARD A/S**  
PROPELLER PUMPS WORLD WIDE

Lykkegaard A/S | Nyborgvej 35 | DK 5863 Ferritslev Fyn | +45 65 98 13 16 | [www.lykkegaard-as.dk](http://www.lykkegaard-as.dk)



## Sponsorer ved Sommerfesten 2013

|                               |                                |                                |
|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ALBANI                        | FERRITSLEV SLAMSUGNING         | GARTNERIET ELLELUND I/S        |
| ROLFSTED TØMRERFORRETNING     | TØMRERMESTER HENRIK ANDERSEN   | SUN-LINE                       |
| Kj Værktøj                    | BYGMA NYBORG                   | DANSK OVERFLADE TEKNIK A/S     |
| GSV Materialeudlejning        | ALEX SKO LANGESKOV             | SKOUSEN ØRBÆKVEJ, ODENSE       |
| Stalden Selskabslokaler       | HERRESTED AUTO                 | PUNKT 1 NYBORG                 |
| SKN MASKINVÆRKSTED APS        | HAUGE HAVE ANLÆG               | LANGESKOV KRO                  |
| SPAREKASSEN FAABORG RINGE     | RK FESTUDLEJNING               | FERRITSLEV PIZZA- OG GRILLBAR  |
| HAUNDRUP AUTOVÆRKSTED         | MARTINS ENTREPRENØR SERVICE    | PHOTOCARE , NYBORG             |
| Le Dana                       | PRO-LINE VVS                   | FRI BIKE SHOP, NYBORG          |
| LANDBRUG FYN A/S              | TUPPERWARE v/BETH HANSEN       | SILVAN NYBORG                  |
| P.KORTEGAARDS PLANTESKOLE A/S | FERRITSLEV APOTEK              | SPORT DIRECT                   |
| GARTNERIET KJÆRBY             | FERRITSLEV FRITIDSHUS          | LARSEN DRIED FLOWERS A/S       |
| FEKDBIRG TROPICAL             | LINDAB VENTILATION A/S         | TØMRERMESTER JESPER TIMMERMANN |
| CLINIQUE PUELLA               | LYKKEGAARD A/S                 | ROLFSTED BYG                   |
| SALON BINDER                  | FJ INDUSTRIES                  | ROLFSTED EL                    |
| ISABELLAS BLOMSTER            | MARIUS PEDERSEN A/S            | GARTNER TORBEN CHRISTENSEN     |
| ROSENGÅRDENS ISENKRAM APS     | MOGENS BØG                     | BRYG SELV                      |
| ERA CONSULT                   | PALLE HOLMEGAARD TRANSPORT A/S | ROLFSTED HESTEPENSION          |
| SCHULSTAD BRØD                | BØGER OG PAPIR LANGESKOV       | DAVINDE SAVVÆRK                |
| OK BENZIN                     | TINE P. Langeskov              | TARUP SMEDIE                   |
| SUPERBRUGSEN, FERRITSLEV      | NORDEA , LANGESKOV             | MONAS BLOMSTER                 |
| BENTES BAGERI , RYSLINGE      | HARLEKIN. LANGESKOV            | MIDDELFART SPAREKASSE          |
| ARBEJDERNES LANDBANK          | MUNK PEDERSEN SMYKKER          | KRUUSE A/S LANGESKOV           |
| ANETTES BLOMSTER, LANGESKOV   | TIDE BUS DANMARK A/S           | ODENSE BY MUSEER               |
| FERRITSLEV TAXI               | EXHAUSTO A/S                   | SPAREKASSEN FAABORG ÅRSLEV     |
| HANGHØI KNIVE                 | DANSKE BANK LANGESKOV          | FJORD OG BÆLT CENTRET          |
|                               | FERRITSLEV IS- OG PØLSEKIOSK   | MIDTFYNN BRYGHUS               |
|                               | STUBS BAGERI                   | FRIGODAN                       |
|                               | ELLINGE SMEDIE                 | LAILA PEDERSEN                 |



En stor tak til alle sponsorer der har været med til at gøre det muligt at afholde en succesfuld sommerfest.



## Cykelsponsorløb

Søndag den 8. september blev der igen afholdt cykelsponsorløb til fordel for Rolfhallen.

Rolfhallens Aktivitetsudvalg stod bag dagens arrangement, som havde formålet at tiltrække både børn og voksne til hallens parkeringsplads. Vi havde forsøgt at alliere os lidt med vejrguderne, og havde anmodet om godt vejr. Det blev delvist hørt, selv om blæsten drillede lidt. Men i betragtning af årstiden, så skal vi vist ikke klage.



Kl. 10 gik startskuddet til børneløbet, hvor 17 ivrige og friske børn fra 4 til 11 år stod klar til at køre ruten på ca. 600 meter så mange gange som muligt. Det lykkedes, på 45 minutter, børnene at køre 296 omgange (177,6 km), hvilket gav et sponsorbeløb på 6.635 kroner. Den hurtigste rytter var Johannes Corfitzen, der nåede at køre ruten igennem hele 24 gange på de tre kvarter. Børnene fik efter løbet ud delt et flot net med diverse sponsorpræmier i, samt et diplom og en flot medalje.

Adam Christiansen blev den heldige vinder af børnekonkurrencen, og vandt lodtrækningen om et gavekort til en biograftur for hele familien sponsoreret af tømrermester Preben Larsen.

Det skal siges, at Adam også havde givet sig fuldt ud under løbet. Han havde gennemført 4 omgange på de 45 minutter – på løbecykel...



Kl. 12 var det så de voksne der skulle på banen på deres rute på 1,3 km.. Her stod 13 mænd i bedste form klar til at vise hvad de kunne. De havde jo på forhånd fået oplyst, hvor langt børnene havde kørt, så der var noget at leve op til...

Der var heller ikke mange af deltagerne der gjorde stop undervejs for at holde drikkepause – om det skyldtes, at de enten ikke trængte til vand, eller om de ikke kunne høre kommentator Egon Hansen fra Ferritslev Fritidshus råbe efter dem hver gang de passerede hallen, det vides ikke helt.

Efter 60 minutter blev løbet fløjtet af igen, og de 13 deltagere kunne køre trætte i mål. Det må dog siges, at de havde leveret varen – der var blevet kørt i alt 275 omgange (357,5 km), hvilket gav et flot sponsorbeløb på 13.743 kroner.

Niels Rasmussen havde været hurtigst, og havde formålet at køre 25 omgange inden fløjten lød. Som belønning fik han et gavekort fra RIFs spinning-afdeling på en gratis spinningtime til 14 personer.

Uffe Holtze fik kørt flest sponsorkroner ind på de 60 minutter (2.056 kr.), og vandt et gavekort sponsoreret af Kokken & Jomfruen på gratis brunch til 10 personer.

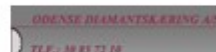
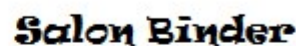


Udover cyklisterne var der også konkurrence blandt publikum, hvor der var flotte sponsorpræmier at hente. Det viste sig, at der var enkelte familier der næsten måtte have en træk-vogn i brug på vej hjem for at transportere alle deres præmier...

Rolfhallens Aktivitetsudvalg vil gerne sige tak til alle cykelryttere, tilskuere, medhjælpere og naturligvis vores sponsorer, som alle var med til at støtte op om arrangementet og skabe en hyggelig dag med et dejligt overskud på bundlinjen.

En ekstra stor tak skal lyde til alle vores firma-sponsorer. Det er dejligt at så mange lokale, samt ikke-lokale, erhvervsdrivende vil støtte op om Rolfhallen. Denne opbakning gør frivilligt arbejde meget nemmere og meget sjovere at deltage i.

Tak for en dejlig dag.



**Idrætsforeningen**

Peder Veje  
Peter Rasmussen  
Ernst Jørgensen  
Britta Guldbæk

**Telefon**

41431498  
65957776  
65982230  
24893822

**E-mail**

veje.peder@gmail.com  
pr@baden-jensen.dk  
lundsbjergvej\_69@yahoo.com  
bogj@os.dk

**Støtteforeningen**

Poul Erik Greve  
Lars Hansen  
Klaus Søberg Brylle

**Telefon**

65982514  
20136485  
50933209

**E-mail**

greve1@pc.dk  
kirkeballe5@mail.dk

**Badminton**

Kirsten Hansen

**Telefon**

60853937

**E-mail**

Kirstenkirt@hotmail.com

**Fodbold**

Richard Hansen  
Jesper Gertz  
Peter Arnoldsen  
Morten Frederiksen

**Telefon**

65981525  
51393307  
40861119  
31201910

**E-mail**

Odensesoe@skousen.dk  
jesper.gertz@nykreditforsikring.dk  
info@lstf.dk

**Håndbold**

Jens Pedersen  
Nita Holgersen  
Diana Larsen  
Gitte Ravn  
Rasmus Christensen  
Laila Knudsen  
Ole Nielsen  
Torben Knudsen

**Telefon**

23687067  
29784548  
61340927  
26426350  
30259239  
20973926  
20111927  
20274838

**E-mail**

rifhaandbold@hotmail.com  
nitaholgersen@gmail.com  
diana.31@live.dk  
gitte.ravn@hotmail.com  
rasmus\_christensen\_@hotmail.com  
laila@rolfstednet.dk  
asnon@dlgmail.dk  
tlk@ferritslevnet.dk

**Gymnastik**

Iben Bech  
Bodil Schaap  
Britta Martinussen  
Eva Schou Corfitzen

**Telefon**

65982414  
65981270  
65981892  
65973880

**E-mail**

ibens@email.dk  
Schaap@ferritslevnet.dk  
martinique@pc.dk  
e.corfitzen@hotmail.com

**Tennis**

Stefan Jensen

**Telefon**

61661555

**E-mail**

formand@rolfsted-if.dk

**Motionsklubben**

Lars Peter Madsen  
Arne Andersen  
Ulla Stockholm (reng.)

**Telefon**

26195601  
20293454  
65351298

**E-mail**

l.p.m@aarslevnet.dk  
a.c.andersen@aarslevnet.dk

**Indoor cycling**

Marlene Vestergaard  
Ulla Damgaard Jensen

**Telefon**

50919735  
21353277

**E-mail**

malene.mav@gmail.com  
kappendrupos.dk

**Senioridræt**

Bendt Søberg  
Steen Rasmussen  
Knud Knudsen  
Tom Møller Pedersen  
Kirsten Møller

**Telefon**

21778247  
40142108  
40272133  
40428468  
24646102

**E-mail**

lilibendt@ferritslevnet.dk  
stein@ferritslevnet.dk  
ikk@rolfstednet.dk  
tom.moeller@pedersen.mail.dk  
kirsten.fyn@gmail.com

**Rolfhallen**

Uffe Andersen Holtze  
Anders Green  
Sten Lindegaard  
Thomas Hofstedt

**Telefon**

30132848  
53535934  
23384651  
20200888

**E-mail**

uffeholtze@gmail.com  
andersgreen@hotmail.com  
sten.tvevadgyden@gmail.com  
hofstedt@nielsen.tele.dk

**Flagfootball**

Jes Dreier  
Jan Frahm

**Telefon**

40379673  
23391046

**E-mail**

flint\_fluks@hotmail.com  
jan.frahm@mail.dk

**Rolfhallens Cafeteria**

6598 1562

**Rolfhallens Klublokale**

6598 1234

Halinspektør

Per Rasmussen

40743024

kontakt@rolfhallen.dk