

**RIF Julefrokost
den 1. december
Køb din billet allerede nu**

**Tarup-Davinde Løbet
kom godt fra start**

**RIF har indgået
sponsoraftale med OK**

vorespuls.dk



RIF

#2 2018



4



RIF laver aftale med OK og SuperBrugsen

13



Tarup-Davinde Løbet fik en god start

10

Fodbold er mere end bare sport



- 3 Velkommen til en ny indendørssæson
- 4 NYT! RIF indgår aftale med OK
- 6 RIF Sommerfest 2018
- 10 Sport er mere end sport
- 12 Årets RIF-pris 2018
- 13 Tarup-Davinde Løbet kom godt fra start
- 17 U14-piger på banen!

- 18 Velkommen til vores nye badmintontræner
- 20 RIFs venner
- 22 Nyt medlem overtager udvalgspost
- 23 DGI Trænerguiden- et godt tip!
- 24 Senioridræt
- 26 Bag om gymnastik

RIF-Bladet udkommer 2 gange om året: forår og efterår.

Bladet er for medlemmer af Rolfsted IF, trænere, udvalgsmedlemmer, samt borgere i lokalområdet Rolfsted, Ferritslev, Kappendrup, Hudevad, Ellinge og Havndrup.

Udgiver

Rolfsted Idrætsforening
Ørbækvej 878A, Rolfsted
5863 Ferritslev Fyn
formand@rolfsted-if.dk

Oplag 1.100 stk.

Redaktionen

Camilla Hansen, bestyrelses-
medlem i hovedbestyrelsen.
Står for indsamling af materiale,
samt kontakt til annoncører.
Kontakt:
camilla.hansen@rolfsted-if.dk

Louise Hofstedt Nielsen, layout,
rentegning og tryk.
Kontakt:
rifkommunikation@gmail.com

Annoncer

Kunne du tænke dig at få
en annonce i RIF-bladet, så
kontakt Camilla Hansen for at
høre nærmere.

Tryk

RIF-bladet bliver trykt hos
Sapa Grafisk Aps.

Velkommen til en ny indendørssæson



Skrevet af
Thomas H. Nielsen
Formand for
Hovedbestyrelsen

Som formand for Rolfsted Idrætsforening har jeg fornøjelsen af at skulle byde velkommen indenfor til en ny indendørssæson i Rolfhallen.

I år sker det for første gang i nyere tid med vores forening samlet under et tag, hvilket er en realitet efter, at vi i det tidlige forår kunne slå dørene op for vores motionscenter i en 2.0 version, som i dag har til huse i hallens gamle cafeteria. En aktivitet der ikke længere var efterspurgt, og en ny og heldigvis meget populær aktivitet er nu at finde på førstesalen. Vi er selv meget tilfredse og stolte over resultatet, og opgraderingen og flytning har medført en stor tilgang af nye medlemmer.

Da jeg tiltrådte på generalforsamlingen i første kvartal i år, var det med et regnskab for den forgangne sæson, som desværre viste røde tal, og derfor er det også et fokuspunkt for hovedbestyrelsen, at vi får sikret, at vi har en sund forening, hvis økonomi hviler i sig selv. Det betød derfor, at vi i maj havde et møde med udvalgene for de enkelte afdelinger, hvor vi havde besøg af Kristoffer Jørgensen fra Real Network. Han introducerede os for, hvordan vi som forening med fordel kan arbejde tættere sammen med erhvervslivet, og derigennem blive et aktiv for dem og de for os. Vi har i klubben et sponsorudvalg, hvor Henrik Skovsgaard og Louise Godskesen sammen arbejder på, at bla. Kristoffers mange input bliver ført ud i livet. Konkret har vi skabt et endnu større og tættere samarbejde med Superbrugsen Ferritslev, og vi har indgået en OK-aftale, så man via forbrug på brændstof og mobiltelefoni kan støtte os som forening. Det har mange allerede valgt at gøre, og vi håber, at mange flere vil følge trop, så vi kan få en økonomisk gevinst til drift og udvikling af foreningen. Læs mere om aftalen med OK under NYT, og ikke mindst om hvordan du også kan støtte RIF.

Indendørssæsonen indledes desværre også med lidt panderynker, da vi har oplevet delvis afvikling af vores håndboldafdeling, hvor vi i år også har måttet vinke farvel til vores damehold, som vi året forinden måtte det med herreholdet. Tendensen har desværre også ramt ungdomsholdene, hvor U6 og U12 har haft meget svært med at skaffe spillere nok, hvilket desværre betyder, at tilbuddene ikke kan opretholdes. Vi har ligeledes måtte sige farvel til RIF Body Bike.

Tarup-Davinde Løbet så for første gang dagens lys i september, og vi håber at det må blive det første af mange løb i fremtiden, hvor overskuddet fra løbet skal tilfalde ungdomsarbejdet i foreningen. Vi er meget tilfredse med tilslutningen til den første udgave, hvor ca. 240 deltagere gik eller løb rundt på de 3 ruter i det smukke område. Løbet arrangeres af et selvstændigt udvalg, og der arbejdes allerede på næste års udgave. Løbet viste endnu en gang, at vi har mange ildsjæle og frivillige hænder når det gælder, og det er et uvurderligt aktiv for os som forening. Læs mere om løbet på side 13.

Heldigvis har vi også en masse aktiviteter, som kører ufortrødent derudaf, og vores gymnastikafdeling oplever fx en flot tilmelding til en lang række af deres børnehold, og dermed er de med til at sikre en masse liv i hallen i den mørke tid på året.

Vi glæder os til at se såvel bestående som nye medlemmer i klubben, og også gerne dig, som bare gerne vil komme og kigge på.

I ønskes alle en rigtig god sæson.

NYT

Nyt samarbejde mellem RIF, SuperBrugsen Ferritslev og OK

Rolfsted IF har i år indgået samarbejde med SuperBrugsen Ferritslev og OK, der indebærer, at OK betaler 5 øre til RIF, hver gang I tanker en liter benzin eller diesel. I kan melde jer til både som privatperson og som erhverv.

Det kræver kun, at I har et OK-kort og/eller bruger OK's Tank og Betal app. Dernæst skal man pege på Rolfsted Idrætsforening som sponsorstøtte. Vi hjælper hellere end gerne med opsætning. Kontakt sponsorudvalget på sponsor@rolfsted-if.dk

Flere af jer har allerede lagt mærke til samarbejdet, da vi var repræsenteret til sommerfesten, og mange af jer kom allerede med i samarbejdet den dag. Tak for det. I vil i fremtiden også møde os ved arrangementer i hallen og ved brugsen.

Støt allerede fra i dag

Vil I allerede starte med at støtte i dag, og har I brug for hjælp, så tag et billede af jeres OK-kort og send det til mobil 5117 3735 eller på mail sponsor@rolfsted-if.dk, så klarer vi resten.

Det koster dig ikke noget, men du hjælper og støtter os i vores daglige arbejde med at udvikle vores lokale idrætsforening.

En stærk og velfungerende idrætsforening kræver også vi har et stærkt og velfungerende lokalsamfund – og visa versa. Det er ingen hemmelighed, at SuperBrugsen Ferritslev har hårde tider lige nu pga. fjernvarmearbejdet, hvor omsætningen er faldet meget, fordi folk vælger alternative ruter frem for at køre ad Ørbækvej. RIF vil her gerne opfordre alle til at handle lokalt, også selvom man skal holde 90 sekunder ved et lyskryds.

Det er det nyoprettede sponsorudvalg i RIF, der står for samarbejdet med OK og SuperBrugsen og vi ser frem til at få endnu flere samarbejdspartnere. Inden længe vil Ferritslev-Rolfsted vinen ramme hylderne i SuperBrugsen – et nyt tiltag, som vi håber bliver modtaget positivt.

På sponsorudvalgets vegne
Henrik Skovsgaard



**FÅ ET OK BENZINKORT OG OK MOBIL
SÅ STØTTER DU DOBBELT
HVER GANG DU TANKER**



Du støtter Rolfsted IF med 5 øre for hver liter, du tanker med OK Benzinkortet – uanset hvor du tanker i Danmark.



Repræsentanter fra SuperBrugsen Ferritslev, OK og RIFs Sponsorudvalg

**FÅ ET OK BENZINKORT OG OK MOBIL
SÅ STØTTER DU DOBBELT
HVER GANG DU TANKER**



OK



RIF Sommerfest 2018

Sommerfesten 2018 havde fået nye klæder, og var i år blevet kortet af med en dag, således blev årets samlingsevent skudt i gang fredag aften med tale af kommunalbestyrelsesmedlem Brian Møller Bisgaard, der fortalte om vigtigheden af disse arrangementer, hvor vi alle samles trods en travl hverdag.

Fredag blev der budt på bixsemad-buffet, inden "det store traditionelle reklamebanko". Flyttedagen for bankospillet gav en del nye "banko-spillere" - godt 200 deltog og der var som altid god stemning og masser af spænding!

Lørdag var den store dag for aktiviteter, ved sommerfestens anden dag var der noget helt nyt for børnene, både de mindre og de lidt større. Formiddagen summede af forskellige muligheder hvor alle børn i 0. til 6. klassetrin kunne være med i 7-kamp, og dyste i en række aktiviteter, en masse børn i alderen fra 0. til 9. klassetrin, forsøgte at blive optaget i Guinness Rekordbog.



Nogle traditioner var i år blevet skiftet ud til fordel for nye tiltag der skulle "pifte" frisk luft i sommerfesten. Forud for weekendens program, blev der i år "tyvstartet" med kirkekoncert onsdag 15/8. Duoen "Undskyld vi er her" spillede guitarkoncert i Rolfsted kirke som en opvarmning til den kommende sommerfest.





Traditionen tro kunne man redde frokosten med den obligatoriske "æggekage med det hele". Tombolaen var som altid velbesøgt, og der blev langet mange fine præmier over disken.

Som noget af det nye blev der afholdt FIFA turnering, for alle interesserede både gamere, begyndere og tilskuere. Der var den helt rigtige stadionstemning i selskabslokalerne.

Stor turnering i beach-håndbold, var godt besøgt. Det hele sker som et led i vores sommerfest, hvor vi håber at se en masse mennesker til et par festlige dage.

Lørdag eftermiddag var der ligeledes arrangeret øl- og vinsmagning. Møllegårdens Vinimport fra Sdr. Højrup serverede diverse vine og Danske Øl entusiaster afd. Østfyn kom med øl fra fynske bryggerier- Bl.a. Albani, Munkebo, Refsvindinge og Svendborgsund.



Lavenergi propelpumper med stor kapacitet

Søger du efter

- Den laveste el-regning?
- De laveste vedligeholdelsesomkostninger?
- Den længste levetid?

Kontakt Lykkegaard A/S

- Specialister i lavenergi propelpumper
- Produktion af propelpumper i HDPE til saltvand
- Eget testcenter





Afslutningsvis blev det afsløret, hvem der løb med årets RIF pris, og det var et populært valg, Poul-Erik Greve som fik stående bifald i hallen.

Lørdag aften var der FEST i hallen, en god afslutning på 2 dages sommerfest, hvor både børn og voksne hyggede sig! Tak til alle der var en del af sommerfesten - håber vi ses til næste år!

Gadedysten blev afviklet for første gang, og de første både dygtige og heldige vindere af dysten blev Ørbækvej. De modtog en stor gavekasse med en masse gode sager til en kommende gedefest, og en stor flot pokal. Tak til Fakta for bidraget. Lørdagens aktiviteter blev i år filmet fra luften med drone. Filmen er optaget og redigeret af Jacob Tinsfeldt Haas, Og kan ses på facebook.

Vores sommerfest blev efter en lang og aktiv lørdag afsluttet i hallen, hvor den stod på god mad og drikke, godt samvær og ikke mindst en præsentation af vinderne af henholdsvis Krolf og Gadedysten. De to krolf vindere Daniel og Nicolai fik deres navne sat på vinderkøllen, og fik den overrakt på scenen af Søren Baumann.










VI TRYKKER PÅ ALT

- kan designe det hele og udskære i det meste...

deslers

■ grafisk hus ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

Drejervænget 8 · 5610 Assens · Tlf. 6471 4809 · info@deslers.dk · deslers.dk



Den nye sommerfest set i bakspejlet...

På bagkant af årets sommerfest, blev der i RIF-regi afholdt et evalueringsmøde. Hvad var godt, hvad var mindre godt, hvad skal vi gøre bedre næste år...

I som besøgende gæster, havde mulighed for at give jeres besyv med i en spørgeundersøgelse, resultatet heraf blev også vendt på mødet. Ris og ros har vi taget til os, og det kommende sommerfestudvalg har allerede nu et godt udgangspunkt for planlægning af RIF sommerfest 2019. Nogle traditioner vil vende tilbage, nogle af de nye tiltag vil også komme med i 2019.....

Vi glæder os til 2019!



EN STOR TAK TIL ALLE SPONSORER FOR STØTTE OG OPBAKNING TIL RIF SOMMERFEST 2018

Albanidepotet - Rolfsted Tømrerforretning - Stalden Selskabslokaler - GSV Materialeudlejning - SKN Maskinværktøj - Sparekassen Fyn Erhvervscenter Odense - Haundrup Autoværksted - Le Dana - Davinde Savværk - IT Focus - OK Benzin - P. Kortegaards Planteskole - Salon Binder - Mogens Bøg Holms HairDesign - Rosengårdens Isenkram - ERA Consult - Shulstad Brød - Superbrugsen Ferritslev - Bentes Bageri, Ryslinge - Anettes Blomster Arbejdernes Landsbank - Ferritslev Taxi - Gulvomega v/Dennis K. Schøler - Tømrermester Henrik Andersen - Herrested Auto - Tupperware v/Beth Hansen Pro Line VVS - Martins Entreprenørservice - Ferritslev Apotek - Ferritslev Fritidshus - Lindab Ventilation A/S - Grønlund Auto - Lyder Energi og Teknik ApS Birthe Krabek - SystemAir, Odense - PVN Køleteknik A/S - Lykkegård A/S - Fakta Ferritslev - Marius Pedersen A/S - Palle Holmegård Transport A/S Tine P, Langeskov - Gartneriet Ellelund I/S Bøger & Papir, Langeskov - Tide Bus Danmark A/S - Alex Sko, Langeskov - Clinique Face & Body, Langeskov Exhausto A/S - Ferritslev is og Pølsekiosk - Dansk Overflade Teknik - Silvan, Nyborg - Hvidt & Frit, Nyborg - Sport Direct - Photocare, Nyborg Fri Bike Shop Nyborg - Larsen Dried Flowers - Gjersing VVS - Jesper Timmermann - Rolfsted Byg og Rolfsted Hestepension - Bryg Selv - Rolfsted El Gartner Torben Christensen - Tarup Mølle - Ellinge Auto - IBF Ringe - Ellinge Smedie A/S - Tarup Smedie - Murer Skovgård - Danske Bank, Nyborg Muskulær Zoneterapi og Massage v/Birgitte Pedersen - CST Malerfirma, Ellinge - Det Halve Kongerige v/Rie Schwarz - Ellinge Murerforretning Juels Auto & Camp Aps - Restaurant Sct. Knud/Teglværksskoven - Blue Water - Irina Rasmussen Massage - Autogården Kappendrup Monas Blomster - Skiltepriser made by In-deko - Pedersen, Rolfsted



Skrevet af Michael Andersen, Formand for fodboldudvalget og træner for U10
Afsnit om Vildmarkstur er skrevet af Kristoffer Skovby, træner for U8

"Sport er så meget mere end sport"

Sport er meget andet end sport uanset om det er fodbold eller andre sportsgrene. Alle undersøgelser viser, at det fællesskab, der bygges på, er gavnligt for både børn og voksne socialt og sundhedsmæssigt.

I fodboldafdelingen har vi to trænere Jane og Kristoffer, der træner børn på 7-8 år, som forstår at udbygge de sociale relationer imellem børnene. Læs her deres dejlige beskrivelse fra deres Vildmarkstur.

Vildmarkstur

I september var U8 på en fed vildmarkstur. En oplevelse som de vist sent vil glemme. Det blev en tur, hvor børnene blev udfordret både fysisk og kreativt, og blev klogere på naturen og på hinanden. Efter endt fodboldstævne i Rolfsted kørte vi i samlet flok til Dovns Klint på Langeland, hvor soveposerne

blev rullet ud i shelterne, så alle var klar til overnatning i det fri.

Eftermiddagen gik med badetur i det kolde vand, skattejagt - hvor der skulle følges spejdertegn- og ikke mindst den store rævejagt, hvor børnene forinden lavede deres helt egne våben til formålet. Utroligt hvor stille 10 børn kan være, når de sniger sig gennem skoven, kryber i græsset og hvisker koder til hinanden.

Aftensmaden blev lavet over bålet, og herefter var det tid til natpatrulje. I flagermuslygternes skær blev der kigget efter lyset i fyrtårnet, stjerner på himlen og lyttet til alle de mange (for nogle lidt uhyggelige) lyde i skoven. Det var en flok meget modige børn! Da alle sad rundt om bålet med hver deres kop fulde med varm kakao i, trøtte af oplevelser og med 11



km i benene, var der vist ingen, der var i tvivl om, at de var en del af et hold seje vikinger, der står sammen i tykt og i tyndt.

Jane og jeg har lige afsluttet C1 træneruddannelsen og glæder os utroligt meget til at implementere de ting vi lært. Her vil der være fokus på fodbold som et kaosspil, og det at fodboldglæde og spillerudvikling går hånd i hånd.

Vi vil også i fremtiden lave ture og arrangementer, der ikke direkte har noget med fodbold at gøre, så som julefrokost og overlevelsestur. Dette for at styrke kammeratskabet og give børnene nogle oplevelser som kan styrke deres selvtillid så de tør træffe beslutninger på såvel fodboldbanen som i deres hverdag.



Mangel på frivillige

Generelt i fodboldafdelingen er vi presset som så mange andre sportsafdelinger i forhold til både børn, der vil spille fodbold, og voksne som vil give en hånd med som frivillig træner og leder.

Vi har for første gang i mange år ikke kunne opstarte et hold for de helt små 6-7 årige, da det ikke var muligt at få en træner eller to til at påtage sig opgaven, og dette til trods for at der var børn der var interesseret.

Der blev ikke afholdt Sommer CUP i forbindelse med RIF sommerfest som ellers næsten har været en tradition. Det nye koncept for sommerfesten med de færre dage gjorde det desværre ikke muligt. Vi planlægger at afholde en indendørs Vinter CUP i starten af 2019 for ungdommen.

På vores seniorhold, som består af et herre senior og et oldboys-hold, er der kommet en del nye spillere, som har gjort, at der har været to stabile hold, som har spillet hele året, og vi forventer at kunne fortsætte i det nye år med begge hold, og nye spillere er meget velkomne.

Der vil fra fodboldafdelingen blive indkaldt til forældre/bestyrelsesmøde sidst på året, så vi kan drøfte hvordan fremtiden for fodboldafdelingen skal være.



Årets RIF'er 2018 er

En af de helt faste traditioner i forbindelse med RIF Sommerfest er uddeling af RIF-prisen.

I 2018 var der indkommet en række meget kvalificerede bud, og flere indstillinger pegede i retning af den samme kandidat, og ordlyden i dem pegede i retning af, at vinderen er meget vellidt og påskønnet.

Vinderen af årets pris er ikke alene påskønnet pga. sin store indsats og velvilje til at gøre en indsats for RIF via sit virke i RIF's Venner, men en stor del af forklaringen gik i lige så høj grad på modtagerens vellidte personlighed.

Vinderen blev beskrevet som arbejdsom, venlig, smilende og positiv. Dertil kan man lægge, at man sjældent får et nej, når man spørger om hjælp eller et godt råd, men derimod et ja selvfølgelig.

Poul-Erik Greve blev i 2018 kåret som modtager af RIF-prisen.

Da Poul-Erik gik på scenen for at modtage sin pris, var det til et stående bifald i hallen, og en modtager, som var tydeligt rørt og meget glad for skulderklap-pet.

Stort tillykke med prisen endnu en gang.



ELLINGE ≡ AUTO

v/Karsten H. Hansen

Ellingevej 77

Ellinge · 5540 Ullerslev

www.ellingeauto.dk



66 17 94 63

MekoPartner

TARUP-DAVINDE LØBET KOM GODT FRA START



Den 9. september blev det allerførste Tarup-Davinde Løb afholdt, og arrangørerne kan se tilbage på et løb, som kom rigtig godt fra start. Og de fortæller, at de allerede nu ser på, hvordan de kan få flere med i 2019. Læs mere på næste side.



God start for Tarup-Davinde Løbet

Skrevet af Thomas H. Nielsen, *Formand for RIF Hovedbestyrelse*

Foto af arbejdsgruppen er taget af Kim Rune, *Fyens Stiftstidende*

Fotos på løbsdagen er taget af fotograf Dan Gabay

I anden weekend i september afviklede Rolfsted IF for første gang Tarup-Davinde Løbet, som var blevet til via en selvstændig arbejdsgruppe bestående af 4 personer. Gruppen bestod af Peter Wihaan, Steffen Christensen, Thomas Nielsen og Peder Veje, hvoraf de 3 har direkte tilknytning til foreningen i forvejen.

Alle 4 har interesse for løb, nogle erfaring med selv at arrangere, andre som deltagere, og tilsammen havde de en masse idéer og tanker om, hvordan man skulle skrue et nyt motionsløb sammen. Gruppen mødtes i april måned, og fik allerede i maj måned en fin omtale af deres projekt i *Fyens Stiftstidende*.

Søndag d. 9. september 2018 skulle tanker og idéer stå sin prøve. Dagen var kommet, hvor ca. 250 løbere og gående skulle ud på de 3 ruter, som var blevet udbudt via et samarbejde med DGI. Til løbet kunne man tilmelde sig en rute på ca. 2,5 km, som gik rundt om Davinde Sø med en tur op over Røllehøj, så en kort og bakket rute. Den henvendte sig

primært til de yngste deltagere.

Man kunne ligeledes tilmelde sig 5 km, som kunne gøres enten gående eller løbende, hvilket en del havde valgt at gøre.

Løbets længste rute var på 10 km, og gik ligeledes rundt om Davinde Sø og op over Røllehøj, men også en tur ud igennem Ibjergskoven og generelt et godt stykke rundt i det fantastiske område.

Via markedsføring på sociale medier var det lykkedes at tiltrække meget kompetente deltagere, og den hurtigste løber over strengen på 10 km blev Steffen Massaro i tiden 36,28. Steffen har tidligere vundet fx Eventyrløbet og andre større løb, så at det lykkedes at tiltrække ham og andre hurtige folk lover godt for fremtiden. Steffens rekord kan måske komme til at stå i en årrække, men alle er meget velkomne til at forsøge at sætte en ny.

Efter løbet er der blevet evalueret med både Tarup-Davinde I/S, frivillige og i selve arbejdsgruppen. Datoen for løbet næste år vides endnu ikke, men





der er stor lyst til at afvikle et nyt løb i 2019, hvor arbejdsgruppen satser på, at man kan tiltrække endnu flere deltagere.

Til løbet havde man heldigvis fået hjælp af ca. 25 frivillige, som var med til at sikre, at de mange løbere kunne komme rundt ude på ruterne uden at løbe forkert (det lykkedes for de fleste), og at de kunne få noget at spise og drikke, når de var kommet i mål.

Arrangørerne mødte stor velvilje fra en række sponsorer, som var med til at få det hele godt fra start og sikre, at økonomien kunne hænge fornuftigt sammen.

Med Tarup-Davinde Løbet håber RIF, at man i mange år fremover kan have en sportslig aktivitet, som kan være med til at skabe en god oplevelse for mange og sikre et økonomisk tilskud til ungdomsarbejdet i klubben.

TRÆPILLER SÆLGES

Det luner at handle med os
6 og 8 mm piller – flere slags



Ring til
Niels på tlf. 40 33 98 54
Gitte på tlf. 60 13 35 40

Tvevadgyden 12
5863 Ferritslev



Vinderne af Tarup-Davinde Løbet 2018



Astrid Solvang var den første pige til at komme i mål på 2,5 km. distancen, hvilket hun gjorde i tiden 20.41.



8-årige Noah Simonsen kom som den første dreng men også den første løber på den korte distance i mål i tiden 16.41 på de 2,5 km.



Thea Wallstrøm blev den første pige til at løbe over stregen på 5 km på 29,38. Hun kom i mål sammen med sin far, som også havde løbet de 5 km.



Benjamin Andersen, som fulgtes med hans storebror rundt på ruten, blev den første dreng til at løbe i mål på de 5 km. De to brødre kom ind i tiden 29,00.



I tiden 27,28 minutter var Lene Schjøtt første kvindelige løber over stregen på vores mellemdistance.



Ebbe Overgaard Fuglsang brugte 23,03 minutter på de 5,4 km rundt på den kuperede rute, og var dermed hurtigste mandlige løber.



Den hurtigste kvinde på vores lange og meget kuperede 10 km. rute var Mette Vikkelsø Clausen, som løb over målstregen i tiden 51,07.



De absolut hurtigste ben til den første udgave af Tarup-Davinde Løbet sad på Steffen Massaro, som løb den både teknisk svære og meget kuperede rute på imponerende 36,28 min.

U14 piger på banen

Så er sæsonen skudt i gang, og vi er i skrivende stund 17 spillere og 3 trænere til vores 2 pigehold. Pigerne er gode til at bakke op om vores træning, og det er dejligt, de møder så talstærkt op. De er altid i godt humør og tager gerne vores udfordringer op, og med så mange spillere er der altid mulighed for at spille "kamp" til sidst.

Det er for mange af spillerne første sæson med harpiks, og det kræver lidt tilvænning, men det er ved at komme. Ikke mindst de mange vabler i starten er ved at forsvinde nu.

Vi har i år desværre været nødsaget til at nedlægge vores U12-hold, men de piger, der har lyst og mod, spiller med hos os, og det fungerer fint. Der er kommet lidt nye spillere til udefra, og det er vi meget glade for.

Vi kunne dog godt bruge lidt flere spillere, da de er en lille trup til 2 hold. Så skulle der være nogen, som har lyst til at komme op og prøve kræfter med håndbolden så kom endelig. Vi træner tirsdag kl. 18.30 – 20.00 og torsdag kl. 18.15 – 19.45.

Vi har indtil videre spillet 2 kampe pr. hold, og for C-rækken er det blevet til en sejr og et nederlag, og for B-rækken er det blevet til 2 sejre. Så det tegner godt for de resterende kampe.

Vi har i år bestilt julekalendere, som skal sælges for at få lidt indtjening til hjælp til vores årlige påskecup. Håber I alle vil bakke op og købe, når de nu kommer rundt og banker på jeres dør.

Skrevet af Knud, Mathilde og Dorte



FynskSupportEl

- ny energi til din klub



Med FynskSupportEl støtter du RIF med 2 øre per kWh, du bruger - uden at det koster dig ekstra!

Hvis du vil støtte RIF eller ønsker at høre mere, kan du kontakte Bendt Søberg på 65982478 eller 21778247.

Velkommen til vores nye badmintontræner

Skrevet af Henrik Skovsgaard, *Formand for badminton og træner*

Velkommen til vores nye badmintontræner for ungdomsholdene, Nicoline Skovsgaard. Badmintonsæsonen er startet, og der er godt gang i hallen. Ungdomsholdene, der træner mandag og onsdag har i år fået ny træner, og der er taget rigtig godt imod Nicoline, der står for træningen. Hun bliver mødt af veloplagte og glade børn hver gang. Der er sjov og læring på programmet samtidig med sved på panden, og det ser ud til at passe både spillere og træner. Nicoline får hjælp af Emil Jørgensen. Flere og flere af de unge spillere prøver også at tage til stævner, og det er super dejligt.

Træningstider er:

Onsdage kl. 16-17 – 2.- 5. klasse

Onsdage kl. 17-18 – fra 6. klasse

Mandage kl. 18-19 – fra 6. klasse

Vi har i år startet et nyt tiltag op – familiebadminton. Det foregår om mandagen i Rolfhallen mellem kl. 16 og 17. Her kan man som familie booke en bane og spille noget hyggebadminton. Der er allerede booket 3 ud af 5 baner, så skynd jer ind på halbooking, hvis I ønsker at være med.

På veteranplan er 40+-holdet intakt og fortsætter med holdkampe mod andre fynske klubber. Holdet

lagde ud med at slå Langeskov på deres hjemmebane med 6-0 og cifre som 21-4, 21-6 osv. Bedre start kan man da ikke ønske sig.

Onsdage kl. 19- 20:30 er der motionistbadminton, hvor konceptet som altid er, mød op, og få afvekslende double kampe med forskellig makker og modstander. I år er der kommet nye til, og det er super dejligt. Kom gerne alle der vil spille badminton og hygge sig.

Ønsker man at booke en bane og spille på egen hånd, er der også mulighed for det. Gå på halbooking eller snak med Kirsten Hansen om ledige baner.

Det er tid for kontingent betaling – halbooking systemet venter kun på I logger ind og får betalt. Venligst få det gjort, så vi ikke skal spille unødigt frivillig tid med opfølgning på opfølgning.

Til januar kan alle vores ungdomsspillere se frem til Godnat-Idræt. Vi samler ungdomsspillere i RIF fra alle afdelinger og dyrker idræt natten igennem. Det plejer at være en stor succes – så glæd jer. I hører nærmere.

Vi håber på en god sæson.





ROLFSTED EL ApS

Aut. EL-installatør Claes Henningsen
Stoklækken 2 • 5863 Ferritslev
Telefon 6598 1133 • Mobil 2320 0433



"Hjulene" vil ikke længere dreje...

Efter en rejse på 8 år, hvor der blevet trådt, pustet, svedt, grinet, kæmpet, og hvor der fremfor alt har været skabt et frisk pust og nyt liv i klub og hal.....så måtte vi desværre på sidste møde i hovedbestyrelsen træffe den trælse beslutning at lukke vores afdeling for Body Bike ned.

Det er en beslutning, som vi er kede af, men den var desværre nødvendig, da der ikke længere var den nødvendige opbakning til at afvikle holdene. I vil derfor opleve, at rummet vil blive ryddet, og at vi desværre ikke længere kan tilbyde spinning/indoor cycling i RIF.

Vi siger tak for kampen til både instruktører og spinnere.



Skab nye traditioner

Så er det tiden igen! Naboer, venner og familien skal samles. Årets julefrokost i Rolfsted IF er allerede planlagt, og igen i år til bandet "Kort varsel" spille op til dans. De er kendt for at fylde dansegulvet og gøre enhver fest mindeværdig. Det vil alle, som deltog i julefrokosten 2017 helt sikkert skrive under på.

Julefrokosten er ikke kun for virksomheder. Der er i den grad også lagt op til, at man samles på kryds og tværs af vennekredse, og måske skabes nye relationer. Sidste år blev det solgt mere end 300 billetter, så vent ikke for længe med at få købt jeres billet!

RIFs venner sørger for at hallen er pyntet til lejligheden. "Stalden" sørger for at maden smager af jul, og baren fyldes med kolde drikkevarer. Så rammerne for en super aften er sat. Alt I skal medbringe er det gode humør og den rette julestemning.

Rolfsted If opfordrer alle- lokale som ikke lokale- til at bakke op, få samlet en flok og gør denne aften til en tradition som kan vare ved i mange år.

Vi glæder os til at se jer den 1. december til sild, snaps og masser af bjældeklang.





inviterer dig og din mand, kone, chef, bedste ven, mekaniker, nabo, rengøringsdame med til

Årets julefrokost
Lørdag den 1. december 2018
Kl. 18.30 - 01.00
i Rolfhallen

Bandet KORT VARSEL
spiller igen op til dans.

Menuen står på god gammel-
dags julemad leveret af Stalden.

Alt overskud går til Rolfsted IF

Billetter købes via Rolfsted.clubcommander.com
Billetterne koster 375 kr. + billetgebyr.
Tilmelding senest den 23. november





Nyt medlem overtager udvalgspost

Skrevet af Stefan Jensen, Tidligere formand for tennisudvalget og fortsat træner

Tennissæsonen er tæt på at være overstået, og inden længe bliver banerne og tennishuset lukket ned for vinteren. Træningen er stoppet, men banerne er stadig åbne i oktober måned. Så det er stadig muligt at spille lidt endnu på trods af det kølige og blæsende efterårsvejr.

2018-sæsonen har haft lidt mindre spillere på banerne i forhold til sidste år, men der har stadig været gang i 3 træningshold. To børnehold og et enkelt voksenhold. Alle 3 hold er blevet trænet af undertegnede, som efter denne sæson har valgt at stoppe efter 5 sæsoner, hvor jeg har været både formand og træner. Heldigvis har Mette Møller Bisgaard, som selv spiller på voksenholdet, sagt ja til at overtage tøjlerne for tennisafdelingen. Mette startede med at spille tennis for to år siden som nybegynder på voksenholdet, men tennisspillet har heldigvis fanget

hende så meget, at hun har mod til at få de små hjul i tennisafdelingen til at køre videre. Jeg vil opfordre alle til at hjælpe hende så meget som muligt, med de udfordringer der måtte komme. Og endnu bedre hvis hun kunne få flere personer med ind i tennisafdelingen. Det er en hård tjans at stå alene med det hele.

Tak til alle der har haft deres gang på banerne de sidste 5 sæsoner, og hjulpet mig med de opgaver der har været. Lige fra renoveringen af banerne hvert forår, til maling af tennishuset, montering af nye kanter, rydning af brændenælder, tromling af banerne og den nylige udskiftning af taget. Der er kommet en ganske fin medlemstilgang de sidste par år, og det håber jeg fortsætter. Tennis er og bliver en rigtig sjov måde at få motion på!



Tidsbestilling på tlf. 63907080



Kom og se de nye campingvogne fra Weinsberg

DGI Trænerguiden - et godt tip til dig, der er instruktør eller træner

Trænerguiden er et godt redskab til dig, der er træner eller instruktør, og det er uanset hvilken idrætsgren du underviser i. Den giver overblik og overskud.

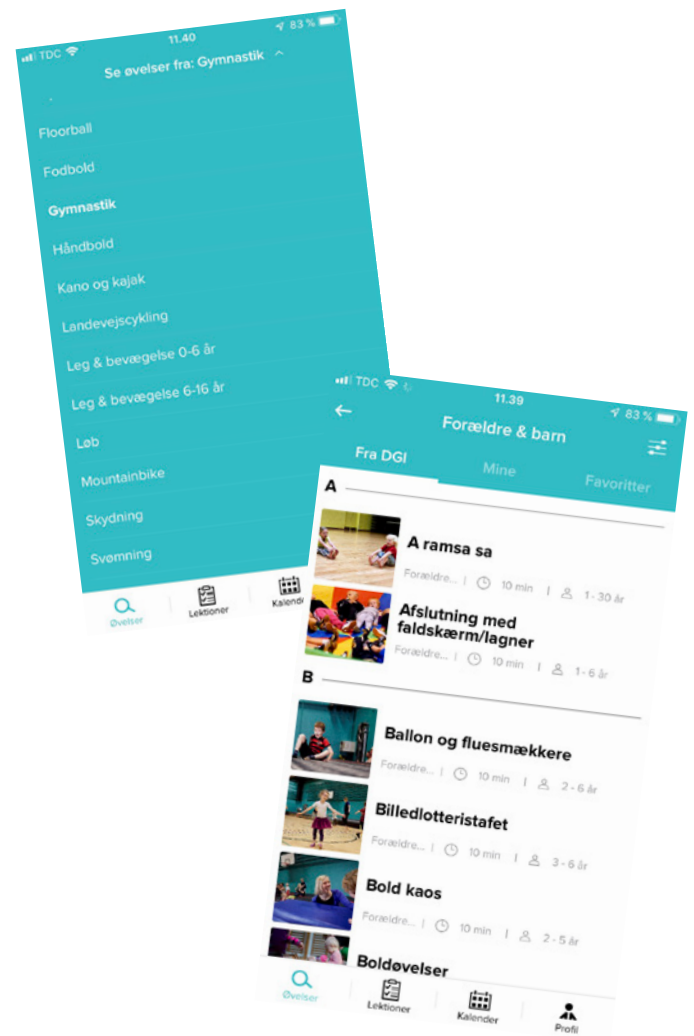
Selv den bedste træner mangler ofte tid og inspiration til udvikling. Trænerguiden hjælper dig med begge dele.

Trænerguiden er dit personlige onlinekatalog, der hjælper dig med mere inspiration, og den er helt gratis at bruge. Her finder du forslag til forskellige træningsøvelser formidlet gennem både video og tekst. Alt er inddelt i idrætsgren, aldersgrupper og niveauer, så det er let at udvælge det, der matcher dig.

Trænerguiden er udviklet som app, men du kan også vælge at tilgå den her på dgi.dk.

På DGI Trænerguiden kan du:

- Vælge mellem masser af allerede oprettede øvelser
- Oprette dine egne øvelser
- Sammensætte øvelserne til dine egne lektioner
- Få overblikket over træningslektionerne i din kalender



90'ER HALBAL
2. FEBRUAR 2019 I ROLFHALLEN

Billetterne sættes
 til salg
 den 2. december
 kl. 12.00

Senioridræt

Mandagsidræt

Mandag kl. 10-11.30 i Rolfhallen

Til og med den 25. marts 2019

Ledere: Ingrid Krebs og Henning Johansen

Vi begynder med en halv times fælles opvarmning under ledelse af Henning Johansen. Derefter deler vi os efter interesser, nogle gør gymnastik i den store sal under ledelse af Ingrid Krebs, andre spiller hockey, petanque eller badminton i hallen og nogle går i motionscentret.

Efter idræt mødes vi alle i den lille sal til hygge og snak over en kop kaffe

Krocket

Tirsdag kl. 9-13 på banerne bag tennishuset.

Der spilles hele året, såfremt vejret tillader det.

Kontaktperson: Ingrid Krebs

Der holdes en pause i løbet af formiddagen, hvor kaffen og det medbragte brød nydes. DGI afholder turneringer, som man kan tilmelde sig, og i sommerens løb er det også muligt at deltage i stævner

Petanque

Onsdag kl. 9.30-11.30.

Der spilles hele året. Om sommeren på banerne ved tennishuset, om vinteren i den store sal i Rolfhallen.

Leder: Knud Knudsen

Midtvejs i spillet holdes en kaffepause med tid til snak om stort og småt. Der arbejdes i afdelingen på at arrangere kampe i løbet af sommeren mod nabo-byernes klubber.

Fællesarrangementer

For alle medlemmer af senioridræt.

Ledsagere er også velkomne

17. december 2018

Julefrokost

8. februar 2018

Klubaften

25. marts 2018

Sæsonafslutning





**Aut. VVS Installatør
og Blikkenslager**

Odensevej 18 . 5260 Od. S
Tlf: 65981498 . www.gjersingvvs.dk





Seniorafdelingen tog på tur til Valdemars Slot

Den 30. maj fandt den årlige udflugt i seniorafdelingen sted. Denne gang gik turen med veteranskibet M/S Helge fra Svendborg til Valdemars Slot på Tåsinge. Allerede i maj var sommeren kommet, og det blev en rigtig fin dag i strålende vejr.

Klubmesterskab i Petanque

Igen i år har der været afholdt klubmesterskab i petanque. I år blev klubmesterskabet vundet af Grethe Nielsen fra Rolfsted og Margrethe Jensen fra Kappendrup. Stort til lykke til dem.

Husk at indendørspetanque starter i Rolfhallen den 24. oktober kl. 09.30.

Krocketstævne

Den 24. april blev der afholdt stævne i krocket. Hele 88 spillere, fordelt på 22 baner, deltog. Der var 13 deltagere fra Jylland. De øvrige 75 spillere kom fra 8 fynske klubber.

Dagens program var:

Opstilling af baner- morgenkaffe- spil 1. halvleg- frokost (veltilberedt labskovs med tilbehør)-spil 2. halvleg- afslutning med eftermiddagskaffe.

En god og vellykket dag, der blev begunstiget med godt vejr.

Fællesspisning

For alle medlemmer af senioridræt.
Ledsagere er også velkomne.

12. november 2018

21. januar 2019

4. marts 2018



Bag om RIF Gymnastik

Skrevet af Iben Bech, Formand for gymnastik

Både som idrætsudøver, instruktør, udvalgsmedlem eller frivillig i vores forening, er man en vigtig brik af et netværk af mennesker, der alle yder en vigtig indsats for, at vores område fortsat har en idrætsforening i fremdrift.

Udvalgsmedlemmerne i RIF gymnastik, gives muligheden for at være med til at sætte rammerne for det daglige arbejde inden for idrætten. Afviklingen af de idrætslige aktiviteter er den mest synlige opgave, og har naturligt første prioritet. Sideløbende med denne meget konkrete opgave, ligger et ikke ubetydelig arbejde for at sikre at tidens trends følges. Dermed udvikle tankerne omkring gymnastikken for børn og voksne. Med denne dagsorden i ærmet, er involveringen fra engagerede mennesker i vort lokalsamfund en forudsætning for et succesfuldt udvalgsarbejde, der i sidste ende er med til at fremtidssikre Rolfsted Idrætsforening.

"Gymnastikken vil gerne have højt til loftet, og favne vort lokalsamfund!"

At være en del af baglandet bag RIF's gymnastik kræver i virkeligheden blot, at man ønsker at indgå i et dynamisk udvalgsarbejde, hvor vi er enige om at:

- glædes ved at give så mange som muligt mulighed for at dyrke gymnastik.
- turde sætte ord og ansigt på, hvad vi brænder for.
- smile, grine og lære af hinandens viden og ideer.

Intet af dette kommer vi sovende til, men i et fællesskab omkring gymnastikkens verden, er den umiddelbare belønning meget håndgribelig. I sæsonen 2018/2019 udbyder gymnastikafdelingen 8 hold for både børn og voksne. Det lader sig gøre fordi en gruppe af dygtige og engagerede teamledere, ungdomstrænere og juniorhjælpere tilbyder deres "frie tid" til foreningen. Uden disse ville gymnastikken i RIF ikke kunne bibeholdes.

Det er vigtigt for gymnastikudvalget at opbygge en relation til instruktørstaben, der er baseret på stor respekt for den enkeltes ressourcer, og hvor tillid er en selvfølge. I den daglige undervisning er instruktørerne ofte alene i gymnastiksalen, med et selvstændigt og ansvarsbevidst engagement, der har stor betydning for en god oplevelse for deltagerne på holdene. Derfor er uddannelse og udvikling af den enkelte instruktør altid i fokus.

Når instruktører og instruktørteams påtager sig opgaven, ved de samtidig at gymnastikudvalget er deres støtte i hverdagen. For at sikre, at instruktørerne kan fokusere på god undervisning forsøger gymnastikudvalget at aflaste, hvor det er muligt. Derfor vil udvalgsmedlemmer ofte ses byde velkommen, tjekke tilmeldinger eller være behjælpelig hist og pist i hverdagen. Alle hold har tilknyttet en kontaktperson fra gymnastikudvalget.



Hver sæson deltager alle instruktører med tilknytning til RIF gymnastik i fire faste møder:

- August: Opstartsmøde
- December: Statusmøde
- December/januar: Forårsafslutningsmøde
- April: Evalueringsmøde

På disse møder har alle mulighed for at høre de samme informationer, og selv komme til orde omkring hverdagens oplevelser i gymnastiksalen.

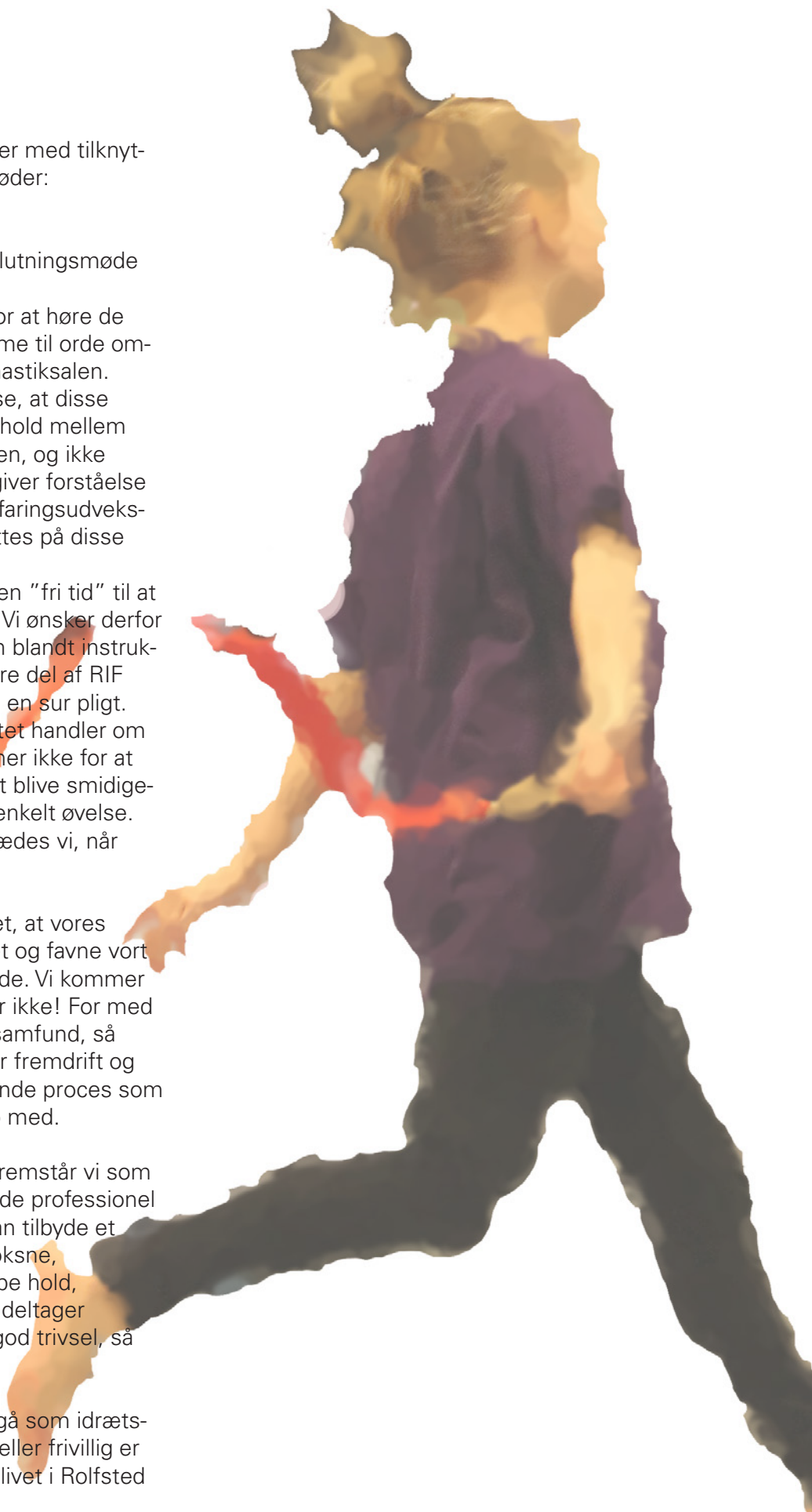
Det er gymnastikudvalgets oplevelse, at disse møder er med til at skabe sammenhold mellem instruktørerne. Kendskab til hinanden, og ikke mindst til hinandens udfordringer, giver forståelse og bidrager ofte til god dialog og erfaringsudveksling, som kendetegnes og værdsættes på disse møder.

Det er ingen selvfølge at tilbyde egen "fri tid" til at berige andre menneskers hverdag. Vi ønsker derfor i gymnastikudvalget at sikre trivslen blandt instruktørerne, således at netop det at være del af RIF gymnastik bliver et frirum, og aldrig en sur pligt. At deltage i RIF's gymnastiks aktivitet handler om at røre sig, og dyrke motion. Vi træner ikke for at vinde, men derimod for hver især at blive smidigere, hurtigere eller dygtigere til den enkelt øvelse. Alle gør vi os alle umage, og alle glædes vi, når tingene lykkes... uanset alder!

Derfor mener vi i gymnastikudvalget, at vores målsætning om at have højt til loftet og favne vort lokalsamfund er inden for rækkevidde. Vi kommer aldrig helt i mål, og det skal vi heller ikke! For med den hurtige udvikling, der er i vort samfund, så vil der heldigvis altid være behov for fremdrift og udvikling. Det er en utrolig spændende proces som vi gør vores bedste for at følge trop med.

Når alle brikker falder på plads, så fremstår vi som en afdeling, der er i stand til at tilbyde professionel og god gymnastiktræning. Når vi kan tilbyde et sådant træningsmiljø for børn og voksne, tror vi på at det er nemmere at skabe hold, hvor gymnasterne har det godt, og deltager aktivt i undervisningen. Når der er god trivsel, så bliver det hele bare lidt sjovere!

Enhver som har tid og lyst til at indgå som idrætsudøver, instruktør, udvalgsmedlem eller frivillig er med til at gøre en forskel for idrætslivet i Rolfsted Idrætsforening.





KONTAKTPERSONER I ROLFSTED IDRÆTSFORENING

Hovedbestyrelsen

Thomas Hofstedt Nielsen
Tlf. 2020 0888
formand@rolfsted-if.dk

Støtteforeningen

Poul Erik Greve
Tlf. 2170 9414
greve1@pc.dk

Badminton

Henrik Skovsgaard
Tlf. 5117 3735
badminton@rolfsted-if.dk

Fodbold

Michael Andersen
Tlf. 6012 2244
fodbold@rolfsted-if.dk

Håndbold

Erling Nielsen
Tlf. 2170 9587
håndbold@rolfsted-if.dk

Gymnastik

Iben Bech
Tlf. 6598 2414
gymnastik@rolfsted-if.dk

Tennis

Mette Bisgaard
Tlf. 3086 2126
tennis@rolfsted-if.dk

Motionscenter

Dennis Hansen
Tlf. 2529 4245
motion@rolfsted-if.dk

Senioridræt

Bendt Søberg
Tlf. 2177 8247
senior@rolfsted-if.dk

Rolfhallen

Uffe Andersen Holtze
Tlf. 3013 2848
uffeholtze@gmail.com

Rolfhallens aktivitetsudvalg

Lykke Holtze
Tlf. 2299 3634
aktivitetsudvalget@rolfhallen.dk

Halinspektør

Per Rasmussen
Tlf. 4074 3024
kontakt@rolfhallen.dk

Rolfhallen

Tlf. 6598 1234

For yderligere kontaktpersoner besøg **Rolfsted-if.dk**