

ØK-NYT



Nr. 5/AUGUST 2020

Nyt fra hovedbestyrelsen

2020 har for os alle været et år vi aldrig vil glemme.

Sidst vi sendte nyhedsbrev ud var i marts måned, hvor vi kunne fortælle om forårets aktiviteter. Få dage efter nyhedsbrevets offentliggørelse lukkede Danmark ned og dermed også alle ØKIF's aktiviteter. Det var meget underligt at køre forbi hallen og fodboldbanerne, som bare lå tomme hen. Ingen træninger, ingen kampe, ingen bestyrelsesmøder. Da vi langsomt måtte åbne igen, kom der nye restriktioner hver dag. Vi fik lige så langsomt gang i aktiviteterne igen, men vi står stadig i en pandemi situation, så husk at spritte af når I kommer til kamp og træning, og tage hensyn, så håber vi at vi i løbet af året kommer tilbage til normale tilstande.

Vi har søgt hjælpepakke og har fået en lille kompensation for tabte indtægter vedr. kontingenter og kiosksalg.

I skrivende stund afvikles "ØK Sport på tværs" med 22 børn. En succes synes vi. Børnene har prøvet håndbold, fodbold, gymnastik, hockey, volleyball, badminton og natur/ungdom. Vi var så heldige at ØK's venner støttede projektet økonomisk. Lundø Strand Camping sponserede frugt, Ørsløkkloster Hovedgaard sponserede mælk. Salling Bank gav drikke dunke, og forældre kom med is og kage :-). Tak til jer, tak til trænere der brugte en

fridag på børnene. Tak til køkkenpersonalet, der troppede op alle dage.

Forberedelserne til årets klubfest er i fuld gang... se andet sted.



Sponsorudvalget er ved at være klar med de sidste Roll-up-Walls og sponsorkilte. Vi vil i HB gerne opfordre til at alle vores medlemmer støtter de sponsorer, der støtter ØK. De betyder utroligt meget for idrætsforeningen.

Vi har fælles arbejdsdag i samarbejde med skolen de 5 september, så kom gerne og hjælp et par timer.

Som tilflytter til Nordfjends giver ØKIF et halvt års gratis kontingent til en valgfri sportsgren. Bosætningsudvalget i Nordfjends skulle gerne komme forbi din dør, hvis du er flyttet hertil.

Alle gode idéer til nye aktiviteter modtages gerne, kontakt et af medlemmerne i hovedbestyrelsen.

Hovedbestyrelsen:

Formand: Ryan Johannesen
Tlf. 3032 8211

Næstformand: Kjeld Thorsen
Tlf. 2921 8490

Kasserer: Kichi Brammer
Tlf. 4277 2607

Sekretær: Rikke Østergaard
Tlf. 6185 3018

Fodbold: Joan Skovgård
Tlf. 4232 8167

Håndbold: Rikke Rasmussen
Tlf. 2728 2347

Badminton:
Anne Mette Rasmussen
Tlf. 2367 1466

Gymnastik: Lene Boel Øgaard
Tlf. 2342 5567

 **Salling Bank**


DIANA
1 y s



Nyt fra håndbold, badminton og.....gymnastik

Forårssæsonen i håndbold endte lige pludselig, og vores kampe blev aflyst. Det var vi rigtig kedede af i afdelingen, da der var 3 senior hold der lå der at kunne spille sig til oprykning. Det endte dog alligevel lykkeligt, 3 ud af 4 senior hold rykkede op. Serie 2 herrer er blevet til serie 1, serie 3 damer er blevet til serie 2 og serie 2 damer er blevet til serie 1 damer. Det er vi i afdelingen super glade, stolte og tilfredse med.

Efterårssæsonen er så småt skudt i gang med sommertræning, hvor alle senior hold er velkomne nye som gamle. Vi glæder os rigtig meget til at få gang i benene, lyd i hallen og en masse glade mennesker.

Træningstiderne bliver for senior:
Tirsdag kl. 18.30- 20.00 damer
Tirsdag kl. 20.00- 21.30 herrer

Torsdag kl. 19.30- 21.00 fælles.

Træningstiderne for ungdomshold kommer senere.

Info til badmintonspillere:

Det er muligt at købe Forza spillertøj gennem klubben i ØK-farver.

De nye modeller er netop kommet hjem. Vi har fortsat Højgaard Planteskole som tøj-sponsor, så det er derfor muligt at købe T-shirt for kun 130 kr. samt shorts/nederdel til ligeledes 130 kr.



Den nye badmintonsæson starter op mandag den 31. august:

Børn og ungdom:

Mandag og onsdag fra 17.00-19.00
U11-U13: (2.-5. klasse)

Mandage fra kl. 17-18. Det aftales med træneren, hvornår onsdags-træningen starter.

Træner:

Jakob Plougmand Rasmussen
Hjælpetrænere: Marie-Louise, Smilla, Andreas og Thomas

U13-U19: (Fra 6. klasse)

Mandage kl. 17.45-19.00

(de første 15 min varmer man selv op). Det aftales med trænerne, hvornår onsdags-træningen starter.

Trænere:

Ole Hvid og Brian Skovgaard

Vi er kun tre tilbage i badmintonudvalget: Tina Skovgaard, Kamilla Wendelin og Anne Mette Rasmussen, tlf. 2367 1466. Vi har brug for to yderligere medlemmer til udvalget, hvis vi skal opretholde vores hidtidige aktivitetsniveau – afvikling af ØK Open, begynderstævne i ØK mm.

Motionister:

Vi er så småt ved at varme op til årets badmintonsæson. Mandag den 24. august er der lodtrækning for motionister kl. 17.00. Som foregående år, trækker vi lod om, hvem der først må vælge tidspunkt. Vi har fået flg. tidspunkter i år:

Aften (2100 kr. pr. bane)

Mandag fra kl. 19-20

Onsdag fra kl. 19-20 og 20-21

Desuden er det muligt at spille fra kl. 21-22 til en billigere pris.

(1400 kr. pr. bane)

Eftermiddag: (1400 kr. pr. bane)

Mandage og onsdage fra 14-15

Der betales ved tilmelding.

Gymnastikudvalget i ØK er i fuld gang med at få de sidste detaljer på plads til den kommende gymnastik sæson, 2020-2021.

Det bliver et spændende program, hvor der er holdtilbud til stort set alle aldre, og vi glædes over hvor mange frivillige, der igen i år har meldt sig til at yde en ekstra indsats i vores lokale gymnastik forening. Det skal I allerede nu have et stort TAK for.

Vi kan bl.a. fortælle at Kara Steffensen i denne sæson står for hele tre hold med rytmisk gymnastik, hvor alders opdelingen er som følgende: 3-4 kl., 5-6 kl. og 7-9 kl.

Derudover har vi Julie Granhøj Rasmussen, tilflytter fra Fyn, som har meldt sig til at have et rytmisk gymnastikhold for kvinder fra 18 år og opefter.

Vi er mange som igennem flere år har haft stor fornøjelse af Joy og hendes ugentlige crossdance, dette håber vi på fortsætter, men vi mangler de sidste detaljer før vi kan love mere herom.

Vi søger med lys og lygte en ekstra voksen-træner til vores hoppeopper. Så hvis der sidder en derude med lyst til dette, så tag endelig kontakt til Louise Holgaard tlf. 2245 7662.

Det er med stor ærgrelse at vi ikke har kunne finde en træner til et spring hold, så der bliver desværre ikke spring i ØK i år.

Se programmet og mere nyt fra gymnastik næste side...



mere gymnastik...

Er man ikke så meget til det rytmiske, så skal man ikke fortvivle, der er også andre hold.

Efter sidste sæsons gymnastik opvisning, trådte Sonja Holm af som formand for gymnastikudvalget. Sonja har været i udvalget igennem flere år og har gjort et stort stykke arbejde for ØKif. Tak for det.

Det nye og nuværende udvalg:
Lene Boel Øgaard tlf. 2342 5567
(Hovedbestyrelsen)
Brian Bested tlf. 2166 8911
Birgitte Jensen tlf. 4082 9286
Louise Holgaard tlf. 2245 7662
Elsebeth Mølgaard tlf. 5151 7849
Martina l' Dalí tlf. 6119 7921
Kara Steffensen Tlf. 3031 7967

Vi er alle forholdsvis nye i udvalget, og vil gøre vores bedste for at gymnastikken i ØK er sjov, berigende og for alle.

Tag endelig kontakt til os, hvis I har spørgsmål, gode ideer og forslag, eller andet på hjertet ift. gymnastik i ØK.

Vi glæder os rigtig meget til at komme i gang med en sjov og aktiv sæson.

Hold	Træner	Sted	Tidspunkt	Opstart	Pris
Forældre/barn Årgang 2019-2017	Rosa Sørensen og Peter Stenger	Skolen	Tirsdag kl. 16.30-17.30	Uge 39	Gratis*
Hoppelopper Årgang 2016-2015	Hjælpetræner: Stine Boudigaard og Sif Holgaard	Skolen	Onsdag kl. 16-17 Hentes i børnehaven kl 15.45	Uge 39	Gratis*
Parkour Årgang 2011-2014	Niels Dahl- Jensen	Skolen	Torsdag kl. 15.45-17	Uge 38	350 kr. Gratis*
Rytme Årgang 0-2 klasse	Martha Ólavsdóttir og Smilla Keyes	Skolen	Mandag kl. 16-17	Uge 38	0 / 250 kr
Rytme Årgang 3-4 klasse	Kara Steffensen Hjælpetræner. Anna Thorsen	Skolen	Mandag kl. 17-18	Uge 38	250 kr.
Rytme Årgang 5-6 klasse	Kara Steffensen Hjælpe træner: Mette Thorsen	Skolen	Onsdag kl. 17-18.15	Uge 38	250 kr.
Rytme Årgang 7-9 klasse	Kara Steffensen	Skolen	Onsdag kl. 18.15-19.45	Uge 38	250 kr.
Rytmsk gymnastik	Julie G. Rasmussen	Skole	Mandag kl. 19.30 - 21.00	Uge 39	400 kr.
Hockey Voksne (kun mænd)	Thomas Holgaard	Hallen	Mandag kl. 20-22.20	Uge 38	500 kr.
Hockey Børn	Rikke Sloth og Rasmus Boudigaard	Hallen	Lørdag 10- 11.30 (kan variere)	Uge 38	250 kr.
Ældreidræt/Minidata	Sonja Bisgaard Else Villumsen Tove Jørgensen	Hallen	Fredag kl. 9.30-12	Uge 39	275 kr.
Løbe hold	Annette Jeppesen 20186319		Tirsdag kl. 19- 21	30. April 2020	250 kr
Gå hold	Karen Marie Hedegaard og Sonja Bisgaard		Tirsdag kl. 19- 21	30. April 2020	150 kr

...så spilles der hockey... fra sport på tværs



Nyt fra fodbold

1. holds herrerne rykkede i efteråret op i serie 3. De kom i foråret i en meget spændende lokal pulje, med hold fra den anden side af Virksund dæmningen. Den turnering så vi frem til med spænding. Lokalbrag i næsten hver uge, med garanti for mange tilskuere på lægterne. Men - men sådan skulle det deværre ikke gå. Corona lukkede ned for kontaktsport. Da der langsomt blev åbnet op måtte kun 10 spillere træne sammen. Det var jo ikke rigtig fodbold. Først i juni måned blev der åbnet op for kampe igen og vi deltog i DBU's træningsturnering 2020cup. Så spillerne fik kun rørt bolden lidt inden sommerferien.

2 herrehold og 1 damehold har deltaget i Høker Cuppen på Højslev Stadion. Damerne klarede sig bedst og gik i finalen, som de dog tabte til Morsø.

ØKs dametræner Laura er gået på barsel og Jimmy Brammer er igen trådt til som træner.

Vi har flere ungdomshold i samarbejde med Højslev.

Vi håber at efterårssæsonen bliver afviklet på vanlig vis, uden yderligere corona restriktioner

Se træningstider her på siden. Kontakt fodboldudvalget ved spørgsmål.

Fodboldudvalg:

Formand og herrer:

Jimmy Brammer tlf. 2689 3502

HB og kampfordeler:

Joan Skovgård tlf. 4232 8167

Damer:

Marianne Holst Andersen

tlf. 6171 6437

Ungdom:

Carina Bisgaard tlf. 2870 8990



Hold	Årg	trænere/ holdledere	træningstider	pris
Herre serie 3 og serie 6	16 +	Thomas Ramsdal Alex Lund Lars Løvig Niels Emil Vestergaard (serie 6) Tommy Bendtsen (Serie 6) Thomas Svendsen (holdleder) Thorkild Thomsen (holdleder)	tirs/ tors kl. 18.30	650
Damer serie 2	15+	Jimmy Brammer Rikke Østergaard (holdleder)	tirs/ tors kl. 18.30	650
7-mands		Marianne Holst Andersen Tina Svendsen	tirs/ tors kl. 18.30	650
U 16 dr.HIF/ØK	årg. 2005	Andreas Kjærgaard (HIF)	man/tors 17.00- 18.30 i Højslev	375
U 14 dr. HIF/ØK	årg 2007	Jimmy Brammer (ØK) Brian Skovgård (ØK) Jimmy Jørgensen (HIF)	torsdag kl. 18- 19.30 i ØK tirsdag 17.30 - 19.00 i Højslev	375
U 14 pi HIF/ØK	årg 2007	Jimmy Mønsted (HIF) Mogens Kjær (HIF)	man /ons 17.00- 18.30 i Højslev	375
U11 dr	årg 2010/2011	Kim Wendelin Niels Dahl	tirs 16.30-17.30	250
U9 mix	årg 2012	Mona Lund Henrik Boudigaard (hj.t) Cecilie Fruergaard (hj.t)	tors 16.30-17.30	250
U8/ U7 mix	årg 2013/2014	Mona Lund Henrik Boudigaard (hj.t) Cecilie Fruergaard (hj.t)	tors 16.30-17.30	0
U6/U5 mkix	årg 2015/2016	Emma Stisen Anne Skovgård	mandag 16.30-17.30	0

Så er der krea cafe

Kreacafé for børn i Ørslevkloster Hallen.... Alle er velkomne... børn og deres voksne... alle kan være med... det er sjovt og hyggeligt.

Kreacafé for børn:

Målgruppe: Børn og evt. deres voksne. Børn på 10 år og derunder SKAL medbringe en voksen

Tilmelding: På okif.dk

Pris: Kontingent 50 kr. okif.dk

+ 25 kr. pr. gang (til materialer)

Frugt, gulerodsstave, kage, boller mm. modtages gerne

Hilsen de kreative

Annie Dyrby, Mona Lund,

Hanne Thorsen,

Marianne Pedersen

og Joan Skovgård

Vi mødes altid kl. 16.30-19.30

Uge 43: mandag 19. oktober

Uge 45: tirsdag 3. november

Uge 47: onsdag 18. november

Uge 49: torsdag 3. december

Uge 50: onsdag 9. december

Uge 2: mandag 11. januar

Uge 4: torsdag 28. januar

Uge 6: onsdag 10. februar

Uge 8: mandag 22. februar

Uge 10: tirsdag 9. marts

Uge 12: onsdag 24. marts

Forbehold for ændringer

Kreacafé for voksne

Hygge med andre kreative sjæle... mød op i ØK-Hallen kl. 19.00 på flg. datoer (der er kaffe på kanden):

Uge 43: mandag 19. oktober

Uge 45: tirsdag 3. november

Uge 47: onsdag 18. november

Uge 50: torsdag 10. december

Uge 2: mandag 11. januar

Uge 5: tirsdag 2. februar

Uge 8: onsdag 24. februar

Uge 10: torsdag 11. marts

Uge 12: mandag den 22. marts

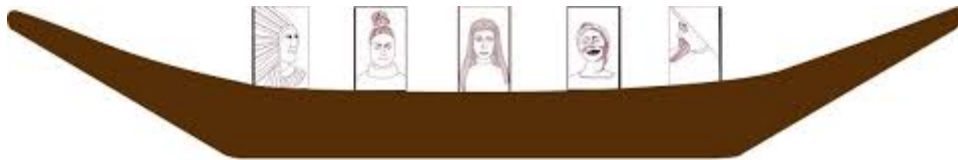
Der er altid kaffe på kanden...

Kage eller frugt kan medbringes



Billedkavalkade fra sport på tværs





Ørslevkloster Børneunivers



FÆLLES ARBEJDSDAG

ØRSLEVKLOSTER BØRNEUNIVERS

ØRSLEVKLOSTER IF

Lørdag d. 5/9 kl.9.00



Vi har brug for din hjælp 😊

Så kom til fælles oprydningsdag i Ørslevkloster Børneunivers og ØKIF.

Vi starter med rundstykker kl. 9.00 i Ørslevkloster hallen, derefter fordeles arbejdsopgaverne.

Når vi er færdige ca. kl. 13.00 slutter vi af med en grillpølse.

Vi håber at mange møder op, så vi i fællesskab kan hjælpe hinanden.

Tilmelding senest d. 31/8 til:

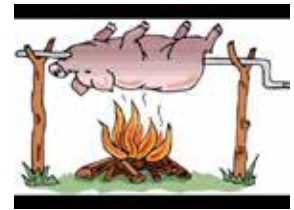
Kjeld Thorsen (29218490) eller

Inga (51715645 / inrr@skivekommune.dk, eller på aula).

Med venlig hilsen

Ørslevkloster Børneunivers og Ørslevkloster IF





Klubfest i ØKIF.

Da det i denne Corona tid har været svært at komme på charterferie, har HB besluttet at den traditionsrige klubfest denne gang er med temaet:

Grisefest.

Vi vil ikke lade den dårlige Corona stemning slå os ud og byder derfor op til et alternativ til halvfjerdsernes/firsernes bedste charter til sydens sol.

Der vil være helstegt pattegris med tilbehør og en bar med hvad hjertet begærer af vin,øl og drinks fra de sydlige himmelstrøg.

Musikken, under maden og til efterfølgende dans, bliver leveret af Atlas fra Silkeborg, se og hør mere her:

<https://www.facebook.com/atlassilkeborg>



Atlas | Silkeborg

@atlassilkeborg - Musiker/band

Alt dette foregår d.14/11-2020 med tilmelding senest d.1/11

Nærmere info følger, men sæt X i kalenderen allerede nu.

MVH. Hovedbestyrelsen

PS.HB følger Corona udviklingen nøje og evt. aflysning vil blive annonceret.