



HORNBAEK MENIGHEDSRÅD



HORNBAEK HAVNEFEST 2013



Hornbæk Idrætsforening I N F O R M E R E R

Stiftet 9. april 1908 • Nr. 5 august 2013 • 38. årgang

Hovedafdelingen

HIF Hovedbestyrelse

Formand

Peter Poulsen, tlf.: 49 70 11 03
Løvænget 16, 3100 Hornbæk
peterp@daniskmetal.dk

Næstformand

Lars Fisker, tlf.: 49 70 26 29
V. Stejlebakke 26, 3100 Hornbæk
lf@hfjensen.dk

Kasserer

Betina Porsgaard
Tlf.: 49 70 11 78
Søvænget 29, 3100 Hornbæk
betina.porsgaard@danbolig.dk

Sekretær

Michael Sørensen
Mikkelpark 13, st.tv.
2970 Hørsholm
22940731
michael@wadskaer.dk

FU Medlem

Helle Andersen
Maltavænget 12
3100 Hornbæk
22631205
HAN@fh.dk

FU Suppleant

Randi Michaelsen
Borsholmvænget 10
24248187
rm@gi.dk

-samt Afdelingsformændene

Hornbækhallen

Tlf.: 49 70 27 91
fax: 49 70 25 03
Carl Bødker Nielsens Vej
3100 Hornbæk
Pia Fritzboer, tlf.: 49 70 07 73
Mobil: 25116378

Vagttелефон Hallen

Tlf.: 24 41 45 15

Halinspektør

Stig Petersen, mobil 40 25 58 64
Drejervej 15, 3100 Hornbæk

Hjemmeside:

www.hornbaekif.dk

Redaktør:

Peter Poulsen (ansvarsh.)
Tlf.: 49 70 11 03

Redaktion:

Harry Duus,
DUUS & KOMPAGNI
Tlf.: 22275161

Annoncer:

Michael Sørensen, tlf.: 22 94 07 31

Layout og tryk:

KLS Grafisk Hus

Forsidefotos:

Stemninger fra Havnefesten 2013.
Foto: Julian Isherwood

Oplag: 3.900

Fodbolden forsat i Sjællandsserien

Fodboldens 1. hold sikrede sig i juni måned endnu en sæson i Sjællandsserien efter en meget spændende sæsonafslutning.

Hovedafdelingen vil gerne benytte lejligheden til at ønske holdet og alle omkring holdet til lykke med den fortsatte status som Sjællandsseriehold.

Det blev desværre vores venner fra Espergærde IF der måtte lide den tort og rykke ud og ned i serie 1 og derfor bliver der ikke i den kommende sæson de spændende lokalopgør mod Espergærde.

Forrygende Havnefest

Årets Havnefest blev igen en stor succes med omkring 9000 besøgende over de tre dage som Havnefesten varede.

Omsætningen på Havnefesten blev på omkring 1,2 mill. kr. hvilket er godt 250.000 kr. mere end i 2012, så der bliver også i år et pænt overskud til de arrangerende foreninger.

Der kommer i næste klubblad en større omtale af Havnefesten og Hornbækkløbet.

Klubhuset

Vi har nu hen over det sidste år gjort en masse for at få vores klubhus til at være omdrejningspunktet for det sociale klubliv i foreningen. Jeg synes dog ikke at klubhuset bruges i det omfang som man kunne ønske og forvente.

Jeg skal derfor opfordre alle afdelinger og medlemmer til at bruge klubhuset i højere grad både i forbindelse med træning, kampe og diverse sociale arrangementer.

Har man særlige ønsker og behov i forbindelse med brug af klubhuset kan disse ting aftales nærmere med klubhusets daglige leder Pia Fritzboer på 2511 6378.

Peter Poulsen
Hovedformand

HIF Informerer 2013

Deadlines:

September	Deadline	søndag den 1. september
Oktober	Deadline	søndag den 29. september
November	Deadline	søndag den 20. oktober

Indlæg sendes til: E-mail: duus@duuskompagni.dk

Post: Havnevej 22, 3100 Hornbæk



GYMNASTIK-KVINDER FRA HORN BÆK TIL LANDSSTÆVNE I ESBJERG



Under mottoet "Ta del i energien" er Danmarks største sportsbegivenhed, DGI's Landsstævne i Esbjerg, netop afsluttet. Fanerne er ved en meget bevægende og højtidelig afslutningsceremoni båret ud af Blue Water Arena. De knap 24.000 deltagere er rejst hjem efter fire helt fantastiske dage og man kan roligt sige, at der var masser af energi!

De 15 rutinerede kvindelige gymnaster fra Hornbæk Idrætsforenings Gymnastikafdeling deltog på DGI Nordsjællandsholdet "Kvinder med stil og mænd med styrke". Der er blevet trænet på det 99-mand store hold de sidste to måneder, hvor vi hver tirsdag flittigt har taget turen til Helsingør for at lære og øve de rytmiske serier, som netop er blevet vist frem i Esbjerg. Det kræver tålmodig og et meget stort koordineringsarbejde, at få så stort et hold til at flytte sig de rigtige steder hen på gulvet!

Turen til Esbjerg foregik i bus, hvor deltagerne fra

de forskellige sportsgrene i Nordsjælland samles. På god gammeldags lejrskolemanér fordeles man på Esbjergs skoler i sovegrupper og overnatter på de medbragte luftmadrasser i klasselokaler. Der er mange lyde gennem sådanne nætter – men da alle er så fantastisk imødekommende, så er stemningen høj. Det skal dog ikke være en hemmelighed, at alle anbefales at medbringe ørepropper til natten.

Torsdag eftermiddag deltog vi i den mest fantastiske indmarch med 10.000 deltagere; en proces der strækker sig over mange timer! Først stilles der op i hold på rækker og dernæst, så blev vi ledt flere kilometer gennem Esbjergs gader - hvor alle de lokale hjalp os frem med vink og musik. Nær stævnecentrum blev alle indmarchdeltagerne samlet fra forskellige steder i byen. Det hele kulminerede i modtagelsen på selve Blue Water Arena af publikum, levende musik og faner.

Der er ingen, der får lov til at kede sig på lands-

Hovedafdelingen

En del af holdet i den dejlige sol Esbjerg 2013.



Landsstævneholdet, Kvinder med stil, mænd med styrke.

stævnedagene, for der er hele tiden noget på programmet. Efter uddeling af morgenmaden og en frokostmadpakke, så er det ellers bare med at komme ind til centrum og deltage i de mange aktiviteter. Allerede fredag havde vi vores to planlagte opvisninger. Den første på Blue Water Arena med plads til 18.000 tilskuere – det skal dog siges at denne fredag morgen var der ikke helt så mange, der var stået tidligt op. I flot høj sol var vi klar til den store fællesopvisning sammen med de andre gymnastikhold fra Nordsjælland – et damehold, et mix-hold og holdet af unge springgymnaster. Det gik rigtig godt. Senere samme dag havde vi vores anden opvisning på et mindre gulv i centrum af Esbjerg. Her blev stemningen meget intens i den flotte eftermiddagssol med et stort, meget veloplagt publikum. Opvisningsprogrammet sad lige i skabet! Den kollektive indsats mærkes i kroppen som glæde og fællesskab.

Landsstævnets aktiviteter og opvisninger foregår under åben himmel, og da solguderne i mild grad har været med os hele vejen, så har vi fået helt fantastiske gymnastikoplevelser med hjem. Fornemmelsen af den åbne, blå himmel og solen, der sender sin varme ned over gymnaster af alle slags, kan

næsten ikke beskrives – det skal faktisk opleves. Det er en fornøjelse at være en del af både gymnastikken og af publikum. Der er altid opbakning til gymnasterne på gulvet – det er nemt at se og forstå, at der er blevet trænet og øvet.

Et særligt højdepunkt var efterskolernes store festaften, hvor 4600 unge elever viser gymnastik i en meget flot opsat og fantasifuld koreografi. Det kan godt være, at det er alderen, men det er svært ikke at få blanke øjne sådan en aften. Hele stævnecentrum osrer af liv og oplevelser. I et parklignende område er opsat det store madtelt, musikscener, dansetelte og udsænkningsteder. I en blanding af fadøl og musikken fra Nabiha og Poul Krebs fik vi sunget og danset i de sene nattetimer.

Det var også på Blue Water Arena, at landsstævnepunktum blev sat. Koret på de 4600 efterskoleelever fik hårene til at rejse sig og sammen sang vi årets landsstævnesang. Der blev holdt taler, der især hyldede vores deltagelse og frivillighedsprincippet som et demokratisk grundlag. Da fanerne blev båret ud den sidste gang, blev der helt stille og mætte af oplevelser, ny energi – smukt symboliseret af hjerter i en af koreografierne – er vi nu rejst hjem. Der venter en ny oplevelse i Aalborg i 2017! Vi repræsenterer gymnastikken – MEN når du læser dette, kan du overveje om din idræt ikke også skulle bringe dig med til Aalborg. Der er plads til mange flere fra Hornbæk – og Nordsjælland!

Skrevet af Marianne Johansson på vegne af hele holdet (Hanne, Pia, Anne, Maria, Anne-Marie, Lone, Monika, Connie, Stine, Karin, Anette, Anni, Helle og Marianne S)

Hornbæk d. 12. juli 2013



Spisning i madteltet Esbjerg 2013.

JUBILÆUMS HALFEST

LØRDAG DEN 26. OKTOBER 2013 KL. 18.00

(dørene og garderobe åbnes kl. 17.30)

**Hornbækhallen fylder 25 år,
og det fejrer vi med en stor halfest (jubilæumsfest).**

Pris kr. 400,-

**Lækker 3 retters menu
kreeret af Claus Bruun**

**Underholdning ved Lars le Dous
Musik: Sunshine Boys og Sweet Charlie 5**

Køb billet på billetten.dk, på Hornbæk Bibliotek, Kulturværftet
og øvrige biblioteker i Helsingør Kommune.

Bordreservation 26 30 60 81 / hjb@3100.dk

**Formand**

Christine Bogattke
Sct. Olaiegade 9b, 2.
3000 Helsingør
22 54 43 21
christine@massage-bogattke.
dk
Bogattke@hotmail.com

Ungdomsformand

Mathilde Fritzboeger
Drejøgade 41, 1. th,
2100 København Ø
25 61 12 01
mathilde_fritzboeger@hotmail.
com

Næstformand

Torben Svinggaard
Hornbækvej 55
3100 Hornbæk
23 34 48 10
torben.svinggaard@gmail.com

Sekretær

Andreas Mærchel Fritzen,
Strandboulevarden 30,
vær. 48, 2100 København Ø.
26 70 28 64
andreasmfritzen@hotmail.com

Kaserer

Karin Mathiesen
Havreholmvej 25,
3100 Hornbæk 49 70 04 40
kasserer.badminton@3100.dk
Jespermathiesen@post.tele.dk

Banefordeler

Margit Fritzboeger
Holmevænget
3100 Hornbæk 4970 0198
49 70 01 83

Seniorformand

Anders Nybroe
Hornebyvænget 6
3100 Hornbæk
22 70 96 59
anybroe@hotmail.com

Web-master

Ulrik Drachmann tlf: 22700680,
ud@drachmann-advokater.
dk & Mads Frodegaard tlf.
22597931, frodegaard@
hotmail.com

BADMINTON OPSTART

Nu nærmer vi os med hastige skridt skolestart, hvilket som bekendt også betyder at vi går en ny spændende badmintonsæson i møde.

Første træning er mandag d. 12. august kl. 15-17

Vi måtte sidste sæson takke Claus Vetter for mange års god træning og stort engagement i klubben. Han vil i den grad blive savnet og det har været svært at finde én, som ville kunne fylde hans sko. Vi håber og mener dog at vi har gjort et godt forsøg. Amanda Shahin som førhen har fungeret som træner i Græsted, og som selv spiller i Hillerød har takket ja til udfordringen om at føre Hornbæks spillere hele vejen til toppen. Der vil som altid være plads til de spillere, som blot ønsker at hygge sig med sporten, men der vil i højere grad være fokus på de spillere, som ønsker at forbedre sig og nå deres eget fremsatte mål. Vi fra bestyrelsens side glæder os i hvert fald meget til at ønske Amanda velkommen i klubben ☺

Hvorvidt Philip vil fungere som mandagstræner i den kommende sæson, er fortsat uvist. Han starter ny uddannelse og skal snarligt være far, hvilket vi ønsker ham hjertelig tillykke med. Men netop derfor er det usikkert hvordan han tidsmæssigt kan få det hele til at gå op i en højere enhed. Amanda vil dog både kunne varetage mandags- og onsdagstræningen, så der er ingen grund til bekymring.

Som noget helt nyt i år, vil vi udbyde endnu en træning om lørdagen. Her har vi allieret os med en masse kompetente trænere som på skift vil sørge for en ny, kreativ og spændende træning til hver gang. I har gengangere som børnene allerede kender, såsom Andreas Fritzen, Søren Frodegaard og undertegnet. Derudover har vi allieret os med dygtige trænere fra naboklubben Helsingør, som skal vise os hvordan de gør. Yderligere information vil komme når programmet ligger fast.

Vi går som ovenstående viser en sæson i møde, som byder på en masse nyt og spændende. Jeg håber ikke at folk bliver afskrækket, men i stedet ser det som en mulighed for at gøre Hornbæk Badminton Klub endnu stærkere. Jeg vil i hvert fald gøre mit for at give alle ungdomsspillere de muligheder og chancer, der skal til for at de får en fantastisk sæson.

Håber alle har nydt sommeren,
Mange hilsner Mathilde





**AHRENDT-JENSEN
EL-ENTREPRISE A/S**



ENGHOLMVEJ 6 3100 HORNBÆK TLF. 49 70 01 75

CVR nr. 34 73 01 56 - AJ@AJ-EL.DK - WWW.AJ-EL.DK - DANSKE BANK 3163 001183417

**Super Flotte
Farve Print**
- i små oplag
Xerox-kvalitet
- lokalt i Hornbæk
www.kaje.dk - 30 64 34 68

**CÓDI
MU**
Nordre Strandvej 334,
3100 Hornbæk
Tlf. 49704488
Tirs - tors. 10 - 17.30
Fre: 10 - 18
Lør. og søn. 10 - 15

Din motor er i orden, den starter hver gang –

Også når du har allermest brug for den.

Vi er eksperter i alt inden for sikkerhed og maskineri til søs, fra mindste fritidsbåd til de større erhvervsfartøjer.

- ✓ Salg
- ✓ Service
- ✓ Reparation og vedligeholdelse
- ✓ Reservedele og tilbehør

Vore servicevogne kommer
over hele Sjælland.

Vi forhandler og servicerer de fleste anerkendte motorer, kontakt os for et godt tilbud.



autoriseret forhandler af



Brdr. Petersen's
Maskinfabrik Gilleleje A/S



Tel. 48300136 - info@brdrpetersen.dk

www.brdrpetersen.dk - Havnevej 19 – 3250 Gilleleje

Formand

William Leedgaard
Tlf.: 49 70 49 45
Nordre Strandvej 325a
3100 Hornbæk
william@leedgaard.dk

Webmaster/sekretær

Julian Isherwood
40360129
Willemoesvej 17a
3100 Hornbæk
webmaster@hbklub.dk

Kasserer

Bjarne Kring
tlf. 49700025
Rødtjørnevej 11
3100 Hornbæk
kring@privat.dk

Klubhus & udlejning

Peter Leander
tlf 20 30 03 04
Søvænget 21
3100 Hornbæk
ple@nybolig.dk

Hornbæk Bådeklub

Tlf.: 49 70 23 98
Havnevej 30
3100 Hornbæk
www.hbklub.dk

**Ungdomsafdeling for
Katamaran og FEVA'er**

Henning Kjær
31656048
Søvej 6a
3100 Hornbæk
sejle@info.dk

Kølbåde

Stig Rahbek
49111650
Holmenevej 1b
Saunte
DKSRA@coloplast.com

Motorbåde

Tom Sørensen
Kystvej 7
3100 Hornbæk
Tlf: 4970 4766
Mail: tisorensen@hotmail.com

KÆRE MEDLEMMER

Heldigvis for vores klub er der kommet gang i kontingentbetalingen fra klubbens gamle medlemmer, så det nu er de få som mangler at blive registreret og få betalt.

KALENDER FOR FÆLLESAKTIVITETER:

Krebsekalas lørdag den 3. august kl. 13.00 med uddeling af årets krebsepokal til et medlem, som har gjort en meget stor indsats for klubben gennem flere år og herefter er der krebs og svensk punch. Kr. 60,- for alle over 18.

25 års jubilæum for minitolversejladserne med patienter fra hospitalet i Hornbæk med officiel reception torsdag den 5. september.

Kulturnat Hornbæk fredag den 20. september i år med bådekluben som medarrangør og rigtig mange aktiviteter overalt i byen.

Etterslet for hjælperne ved havnefesten lørdag den 21. september i bådekluben.

Afriggerfest lørdag den 26. oktober kl. 19.00 med fest og stemning og byens bedste middag.

Generalforsamling torsdag den 28. november.

Julefrokost lørdag den 7. december.

For 2014 har vi netop accepteret at stå for Open Danish Dragon Championships 2014 primo juni med forventet 40 både og kongelig deltagelse som i 2011, og i 2016 har vi jo, som I ved, accepteret at stå for megastævnet Dragon Gold Cup med forventet 120 både kommende fra hele kloden.

William Leedgaard



BLOMSTEN

BY ILSE JACOBSEN

A.R. Friisvej 3
3100 Hornbæk
Tlf.: 49 70 04 90
blomsten@ilsejacobsen.dk

blomsten.ilsejacobsen.com

Long Beach Hornbæk



Havnavej 6 3100 Hornbæk
Modetøj/Brugskunst

DRACHMANN ADVOKATER

AUT. BOBESTYRER

Læs mere om os på:

WWW

drachmann-advokater.dk



NORDHAVNSVEJ 1 · 3000 HELSINGØR
FAX 49 21 46 10 · TEL. 49 21 01 80
DA@DRACHMANN-ADVOKATER.DK

DRACHMANN ADVOKATER



Lumberjacks
v/Claus Meulengracht & Kristian Sandby
3100 Hornbæk
email: lumberjacks@mail.dk
www.lumberjacks

- ☺ Træfældning
- ☺ Flisugning
- ☺ Rodfræsning
- ☺ Nyplantning
- ☺ Brænde
- ☺ Hegnsopsætning
(Folde, dyre- & raftehegn)

Mobil:

2044 7133

BLIV MEDSPILLER HOS OS



Arbejdernes
Landsbank

Filialen i Helsingør | Klostersgade 1 | 3000 Helsingør
38483057



Formand

Kaj Flyger
Ndr.Strandvej 285 B,
3140 Ålsgårde
Priv.: 49 76 39 37
Mobil: 29 23 47 51
E-mail: kflyger@csc.com
E-mail: flyger@pc.dk

Kasserer

Ejgild Larsen
Skovvænget 23
3100 Hornbæk
Mobil: 21 72 44 57
E-mail: ebl@bygningssarv.dk

Sekretær

Peter Clausen
Saturnvej 24
3100 Hornbæk
Mobil: 22 55 00 25
E-mail: peter.clausen@mail.tele.dk

Seniorformand

Lars Vindahl Andersen
Nordlandsvej 7
3000 Helsingør
Mobil: 31 50 10 01
E-mail: lars.vindahl@gmail.com

Ungdomsformand

Lars Vindahl Andersen
Nordlandsvej 7
3000 Helsingør
Mobil: 31 50 10 01
E-mail: lars.vindahl@gmail.com

Menigt medlem

Carsten Nielsen
Støberens Vænge 8
3100 Hornbæk
Mobil: 40 26 67 69
E-mail: carlo5b@tdcadsl.dk

Medlemsregistrering

Malene Rosenquist
Stølemagervej 2
3100 Hornbæk
Priv.: 49 70 43 08
Mobil: 23 96 18 36
E-mail: stølemagervej@stofanet.dk

UNGDOMSAFSLUTNING

Lørdag d. 22/6, blev der afholdt fodboldafslutning for ungdommen i Hornbæk. Omkring 150 børn og unge, og næsten lige så mange forældre, søskende, bedsteforældre eller bare nysgerrige var mødt frem. Spillerne blev fordelt i 4 årgangsinddelinger, og herefter blandet ud på forskellige hold, for at afvikle en mini turnering. Forældre var trænere for en dag og den gode stemning var ikke til at tage fejl af i det næsten perfekte fodboldvejr. Grillen var tændt op og pølserne væltede over disken.

Årgang 08 - 07 drenge og 07-05 piger blev delt i 5 hold og åbnede fodboldfesten. de mest fantastiske mål blev lavet og forældrene stod for de største og højeste jubelscener på anlægget. Efterhånden som de meget forskellige resultater blev indleveret i sekretariatet, kom placeringerne på plads. Der var medaljer til alle, men øverst på podiet stod Manchester United i skikkelse af: Emilie Memborg, Emilie Gejpel (der havde fødselsdag), Caroline Jensen, Anton Larsen, Noah Pavar og Gabriel Mahrt, stærkt styret til tops af Kasper Pavar.



Manchester U. Vindere 07-08d 07-05p Anton, Emilie M, Emilie G, Caroline, Gabriel, Noah.



Milan vindere i 03-04 piger, 05-06 drenge med Markus, Tobias, Philip og Tenna.

Mens overrækkelsen fandt sted var årgang 06-05 drenge og 03-04 piger for længst sendt af sted til banerne fordelt på 8 hold. I år blev det bemærket at denne yngre aldersgruppe havde ændret sig fra at lade de stærke driblere styre holdet, til at forsøge sig med sammenspillet. der blev spillet overraskende pænt fodbold, og der blev på det våde græs scoret både spektakulære langskuds-mål, og flot sammenspillede mål. Trods udsigten til at alle fik medal-

jer, blev der ikke givet ved dørene og efter en nervepirrende finale mellem Juventus og Milan, var det sidstnævnte der løb med guld. Milans hold på dagen bestod af blot 4 spillere: Tenna Rantzau, Phillip Hougaard, Markus Juncker og Tobias Rasmussen. Dagens stolte træner var Kenneth.

01/02 pigerne og 03-04 drengene var gået i gang på 7mands banerne

og fordelt ud på 6 hold. Kiggede man på højden, var der en vis ulighed, men de blandede hold stod nu alligevel godt til hinanden. Spanien var overbevisende og gik ubesejret gennem de 5 kampe med en målscore på 22-3. I dagens anledning bestod Spaniens hold af spillere med meget danske navne: August Mourier, Mikkel Tarnøe, Mikkel Olsen, Sasha Blichfeldt, Julie Ejlerskov, Frederik Andersen og Tobias Holm, med en benhård Martin Mourier som træner.



Spanien Vindere i 01-02p og 03-04d Frederik, August, Mikkel T, Tobias, Mikkel O, Julie, Sascha.

De ældste spillere (00-97 piger og drenge) kravlede også ned på en 7mands bane, i forhold til deres normale banestørrelse og blev fordelt på 5 hold. Årgangenes skadede spillere prøvede kræfter med trænerjanserne og de normale trænere havde imens knap så stor succes som dommere. Spillerne fortalte om katastrofale afgørelser og til-



Fleetwood vindere i 97-00 Kristina, Magnus, Julius, Carl, Therese, Ida, Mille, Caja.

skuere der kom på banen i stedet for spillere, der var blevet trætte. Sekretariatet undrede sig også lidt over de lidt mærkelige resultater der kom, og ord som matchfixing og bestikkelse kom til overfladen. I stedet for at lytte alt for meget nøjedes vi med at glæde os over at de ældste ungdomsspillere havde fået rørt sig lidt. Hobro og Fleetwood havde tæt løb, men det blev Fleetwood, med nyligt indkøbte Therese Hoeing, Emilie Lindhardt, Ida Rømer, Carl Gadegaard, Julius Frederiksen, Magnus Andersen og Caja Nicolaisen, der sammen med dagens træner Kristina Jans kunne glæde sig over guldet.

Ingen afslutning uden årets spillere og fightere. Vores årgang 00 drenge var i dag til sjællandsmesterskaberne i Helsingør, og måtte derfor selv fejre deres kåringer, ligesom en enkelt af u12 pigernes spillere var forhindret, men ellers så var uddelingen for de ældste årgange således:

ÅRETS SPILLERE 2012/2013

Årgang 03:

Mads Christian Dyhl Gleist hold 1 og
Mikkel Tarnøe på hold 2

Fremadnords 01/02 piger:

Jasmin Krifa og Julie Halkjær (fravær)

00 drenge:

Filip Eriksen og Magnus Svinggaard

Fremadnords U14 pigerne:

Signe V. Andersen

Fc nords 99 drengene hold 2:

Christoffer Bruun

Fremadnords u16 pigerne:

Caja Nicolaisen

ÅRETS FIGHTERE 2012/2013

Årgang 03:

August Mourier på hold 1 og Oliver Lange hold 2

Fremadnords 01/02 piger:

Sasha Blichfeldt og Julie Ejlerskov

00 drenge:

Emil Stevns og Luca hinrichsen

Fremadnords u14 piger:

Freja Jørgensen

Fc Nords 99ere hold 2:

Jon Precht-Sparre

Fremadnords u16 piger:

Therese Hoeing



Årgang 03. træner Sune Tarnøe - årets spiller Mikkel Tarnøe - årets fighter Oliver Lange - årets spiller Mads Christian - årets fighter August Mourier - Træner Thomas Memborg



Årgang 99 FC Nord hold 2 Årets fighter Jon - træner Jonathan Rantzau - årets spiller Christoffer

ÅRETS SPILLERE/FIGHTERE 2012/2013



Fremadnords U14 piger. Årets spiller Signe V. Andersen - Træner Tom Nicolaisen - årets fighter Freja Jørgensen



Fremadnords U12 piger Træner Niels Larsen - Årets fighter Sascha Blichfeldt - årets fighter Julie Ejlerskov - årets spiller Jasmin Krifa - Træner Karsten Nielsen (mangler Julie Halkjær)



Fremadnord U16 piger. årets fighter Therese Hoeing - træner Bjørn Hoffmann - årets spiller Caja Nicolaisen



Klar til kamp.



Alle i spillerne i den anden yngste gruppe.



Der lægges taktik.



Den ældste gruppe.



Den anden ældste gruppe.



Opvarmning for kamp.



Venter på medalje.



Kø ved grillen.



Medaljeuddeling.



U9-PIGERNE VANDT LANDS- 0



Landsmesterskab og champagne. Bagerst fra venstre; Emilie Gejpel, Janni Nielsen (holdleder), Caroline Jensen, Cecilie Rasch-Andersen, Julie Andersen, Salome Larsen, Line Gørtz og Per Gørtz (træner). Forrest fra venstre; Sigrd Holme, Mathilde Poffler, Silke Larsen og Emma Nielsen.

Først i juni drog 10 forventningsfulde piger med træner og holdleder af sted til Frederiksværk for at kæmpe om Landsmesterskabet i U9-rækken DGI. Der var afbud fra de to jyske hold, så stævnet skulle afvikles som en dobbeltturnering mod Espergærde, Fredensborg og Slagelse over weekenden. Humøret var højt og spændingen stor, og efter indkvartering på den lokale skole, indmarch og følgende frokost gjaldt det den første kamp mod sejrsvante Espergærde, der havde kvalificeret sig via en suveræn førsteplads i efteråret. Vores piger havde alle stort set været med fra holdets opstart i maj 2011 og sammenlagt godt 1700 kampe i støvlerne, så kamperfaringen var på plads, og alle ville give alt, hvad den kunne trække, men ville det forslå mod de stærke hold af rene 2004-kæder fra Espergærde og Fredensborg?

Det blev en helt fantastisk lørdag med sejre på 2-1

over Espergærde, 5-1 over Slagelse og sidst 1-0 over Fredensborg i en sand brandkamp. Følgende stod det på aftenmad, massage af ømme muskler og en tur i svømmehallen toppet op med en isvaffel og guf. Kl. 22 var der total ro hos de trætte, små kæmper. Næste morgen ventede nøglekampen mod Espergærde, der virkelig var opsat på revanche, men vores piger var topklar til dysten. Og det blev et afsindigt drama med alt, hvad en topkamp kan indebære. Fra første fløjt gik det løs, og Espergærde kom med et gevaldigt tryk og får hurtigt et gennembrud, hvor Silke på mål disker op med en sand fiberredning. Sekundet efter slår vi kontra, og Caroline vrister sig fri og kanonerer bolden på stolpen ud i den anden ende, og sådan bølger kampen frem og tilbage. Line og Salome viser sand forsvarsklasse og lukker deres hurtige angribere ned, mens skiftevis Mathilde, Caroline og Emma knokler på midtbanen og Julie og Sig-

G KREDSMESTERSKABET 2013

rid i angrebet. En frispilning bringer Caroline på skudhold og en forløsende føring på 1-0. Kort efter afdribler Caroline to spillere og brager kuglen ind til 2-0. Altså hvor det gjorde godt, men kampen er langt fra afgjort. Espergærde presser på ny med fuld A-kæde og udligner til pausestillingen 2-1. Friskt vand, en peptalk og ud til 2nd. halvleg. Kampen står nu helt lige, men et brilliant gennembrud i venstre side til Caroline og et følt skud i det korte hjørne sender os på 3-1, en træner i fuld begejstring og de rødstrøgede til tælling. JEP, hvor det virkede, og inden længe var kampen slut. Vores ynglinge havde leveret et sandt mesterstykke af en kamp og var nu snublende tæt på mesterskabet. Næste kamp var mod Slagelse, der ikke virkede skræmmende, men der blev manet til fuld koncentration. Emilie G. og Cecilie havde stået over i første kamp og havde friske ben, hvilket gav spillet et boost, og alle kæmpede bravt. Det blev hurtigt 2-0, 2-1 og sluttelig 5-1, hvorefter vores fantastiske piger kunne lade sig hylde som Landsmestre 2013, trods en kamp tilbage mod Fredensborg, der endte 0-1, hvilket intet betød. Et STORT TILLYKKE til pigerne med den flotte præstation.

I forårsturneringen DGI fulgte holdet op med at vinde Kredsmeesterskabet (A-rækken) efter fire runder med super spændende og tætte kampe mod to stærke hold fra Allerød og et fra Snekersten. Holdet af nyere spillere spillede C-niveau og kæmpede bravt over fire stævner mod Espergærde, Fredensborg, Rosenhøj, Hørsholm og Allerød og sluttede på en fornem 4. plads og en masse, vigtig kamperfaring rigere.

Fra august træner vi mandag og onsdag kl. 17.00-18.30. Truppen består aktuelt af 19 piger fra årg. 2005/06, og der er en fantastisk gejst og kultur på holdet. NYE PIGER er meget velkomne! Der vil være træning, turneringshold og stævner for alle. Ring gerne for mere info på mobil 60 72 99 94.

Per Gørtz
U9-pigetræner



Fuld bølge mod publikum!



Lykkehjulet drejer, Hornbæk fik sin sejr!



Hornbæks stolte Kredsmeestre forår 2013:

Fra venstre: Silke Larsen, Caroline Jensen, Line Gørtz, Mathilde Poffler, Sigrød Holme, Emilie Gejpe og Salome Larsen. Bagerst Rikke Poffler (holdtræner). Truppen består endvidere af Freja Pedersen, Julie Andersen og Emma Nielsen.



U7-PIGEHOLDET GODT I GANG

Hornbæks nye pigehold er kommet godt i gang, og op til 12 piger har fuldt træning og stævner med stor entusiasme og højt humør, og der er en fantastisk stemning i truppen. I alt er det blevet til tre stævner, heraf to Jyske-3-bold, hvor pigerne virkelig er gået til den med stor spillelyst og flot spil.

Efterårssæsonen starter i uge 33 med træning hver tirsdag kl. 17-18.30. Holdet trænes af Mie Gørtz (U15-spiller), og aktuelt udgøres truppen af ni piger, der går op i spillet med liv og sjæl. NYE PIGER fra årg. 2007/08 er meget velkomne. Kontakt gerne holdleder Per Gørtz for mere info på mobil 60 72 99 94.

*Mie Gørtz og Per Gørtz
U7-piger i Hornbæk*



U7-pigerne fra de to Jyske-3-bolde i Brøndby. Fra venstre: Mia, Emma, Freja og Amalie.



Hornbæk U7-pigehold forår 2013. Bagerst fra venstre; Emilie M., Laura, Olivia (storesøster), Freja, Mille (storesøster), Thea og Mie (træner). Siddende fra venstre: Josefine, Emma, Alberte, Ida, Yrsa og Augusta. Forrest; Amalie.

PETER MØLLER-JENSEN ER ÅRETS LEDER



Lars Vindahl uddelte den fortjente pokal som Årets Leder til Peter Møller-Jensen.



Old Boys holdet sørgede for en lufttur til Årets Leder.



Old Boys holdet fejrede sejren med champagne efter finalesejren.

Som vinder af deres pulje i Old Boys 3 deltog vores gamle drenge i kampen om at blive sæsonens bedste Old Boys 3 mandskab. Og efter semifinalesejr på 4-2 over Vallensbæk, vandt Hornbæks modne mænd finalen mod Grantofte med de samme cifre, 4-2.

I forbindelse med finalekampen på Pedella Park blev Peter Møller-Jensen hædret med titlen som Årets Leder 2012-13. Peter har i det seneste år været et stort aktiv på flere fronter i fodboldafdelingen. Så Peter var et naturligt og populært valg, og der var både pokal og lufttur til Årets Leder efter finalesejren.



Anfører Jakob Frederiksen fik pokalen overrakt af Erik Møller fra DBU Sjælland efter finalesejren på 4-2 over Grantofte.



TRIUMF FOR FØRSTEHOLDET I SJÆLLANDSSERIEN

Det blev en fantastisk afslutning på sæsonen for førsteholdet, der klarede skærene og forblev i rækken efter klubbens første sæson i sjællands-serien nogensinde. Det blev en nervepirrende lørdag i Tåstrup, hvor det viste sig at en sejr var nødvendig for ikke at rykke ned. Og det sluttede fantastisk med en 3-2 sejr - sejrsmaal ti minutter før tid - og stor forløsning for alle omkring holdet.

Ved den efterfølgende afslutningsfest blev de traditionelle hædersbevisninger uddelt:

FØRSTEHOLDET:

Michael Jørgensen (Årets Spiller)
Kasper Vetter (Årets Ungsenior)
Mikael Juellund-Sørensen (Topscorer)
Lars Saggau og Michael Haxthausen (Stemmeslugere)

ANDETHOLD:

Nicolaj Lilja (Årets Spiller)
Jakob Falkenberg (Årets Ungsenior)
Christian Nielsen (Topscorer)

U-19:

Mikkel Petersen (Årets Spiller)



NY SÆSON INDLEDES FREDAG 16. AUGUST

Førsteholdet indleder den nye sæson fredag den 16. august. Generelt vil holdets hjemmekampe fortsat være placeret på lørdage kl. 14.00, men sæsonens første hjemmekamp - mod oprykkerne fra Avedøre - spilles fredag den 16. august kl. 19.00.

HUSK VORES ANNONCØRER NÅR DU HANDLER – DE STØTTER DEN LOKALE IDRÆT

SUNDBYG ENTREPRENØRFIRMA

ENTREPRENØRFIRMAET
SUNDBYG Aps

v/ Lars Leo Jensen
Tlf. 49 70 10 20

Engholmvej 3
3100 Hornbæk

Bankforbindelse Nordea
2255 - 8479 302 473

CVR-nr.
25269004

Uldahls Begravelsesforretning

- overfor Hornbæk Kirke

Vi yder den bedste service hele døgnet

48 30 00 43

Kirkevej 7, 3100 Hornbæk
Ring venligst for aftale



Anne Uldahl
Eksamineret bedemand
www.uldahl-begravelse.dk



HØJBJERG VVS
HAVNEVEJ 9
3100 HORNBÆK

Tlf: +45 4970 1888
+45 2012 6188

E-mail: vvs@hoejbjerg.com

www.hoejbjerg.com

C.E.D.

ADVOKATER

Advokat
Jeannette Eilertsen

A.R. Friis vej 9, 3100 Hornbæk
Tlf.: 48 79 66 11 • Fax: 48 79 42 16
Email: je@advohelsing.dk
Møde efter aftale

Hjemmeside: www.advohelsing.dk

Hornbæk Golfklub:

Bøtterupvej 2C
3100 Hornbæk
Tlf: 49 75 95 70
Fax: 49 75 95 71
E-mail:
sekretariat@hornbaekgolf.dk

Administrative medarbejdere:

Susanne Kaae
sekretariat@hornbaekgolf.dk

Peter Anderskou
petera@hornbaekgolf.dk

www.hornbaekgolf.dk

Christian Sørensen
Tlf: 51 60 76 08
christian@lappen38.dk

Café Ingolf
Jan Nissen og Michael Hartvig
Tlf.: 49 75 95 78
Mobil: 40 17 91 79

Ulrik Marcher
Tlf: 49 75 95 72

Flemming Vindahl Andersen
Tlf: 49702648
suffle8@mail.dk

Jørgen Grumstrup
Tlf: 49700220
jg@tegnestuenhornbaek.dk

Carsten Carstensen
Tlf: 20166809
bica@carstensen.mail.dk

Formand:

Jens Peter Nielsen
Tlf: 49 70 20 26/ 25 67 80 54
jens.peter.nielsen@privat.dk

Kasserer:

Torben Fritzboeger
Tlf. 40 30 73 14
tfr@dossing.dk

Baneudvalget:

Claus Meulengracht
Tlf. 20 44 71 33
claus-m@mail.dk

Turneringsudvalget:

Erik Neiiendam
Tlf: 40 95 55 46
en@mila.dk

Ungdomsudvalget:

Thomas Rulis:
Tlf: 22 75 19 61
thomas@rulis.dk

SOMMERLEJR 2013



Uge 27 var traditionen tro ugen hvor Juniorafdelingen holdt sommerlejr.

Der var i år tilmeldt 30 spillere og de fik tre dage med fantastisk vejr, og om det var det der gjorde at der blev spillet fantastisk golf skal være usagt. Faktat er dog at niveauet allerede fra dag et var meget højt.

Der blev pillet i tre rækker, og de første spillere mødte tidligt mandag morgen, hvor der for de 17 a-spillere var Gunstart 08.30.

Efter runden var der frokost som Jan og Mikael havde gjort klar til alle. Som altid var det super lækkert, og alle nød frokosten i stor stil.

Eftermiddagen blev brugt på minigolf i Dronningmølle, hvor der efterfølgende blev spist is og badet.

Efter en skønt aftensmåltid, blev der spillet rundgolf, og aftenen sluttede med quiz.

25 af spillerne overnattede i klubhuset, dette blev som altid en aften hvor de fleste først sov noget over deres normale sengetid.

Tirsdag var der morgenmad fra kl. 7, og så startede dagens runder fra kl. 8.30. Som mandag var vejret helt fantastisk og det var dagens scores også. Der blev spillet lige så god golf som dagen før, og der var stor spænding inden onsdagens afsluttende runde. Der var kun ganske få slag mellem de første 6 spillere, så intet var afgjort.

Inden dagens Shortgame spiste spillerne igen en lækker frokost, og så gik de ellers i gang på puttegreen og indspilsområde. Her blev der også lavet nogle fantastiske resultater. 3 spillere fik sølvmærke, Sebastian Rulis, Lucas Nygaard og Jens Peter Brix Westergaard. 3 spillere fik bronzemærke, Christoffer Schyberg Petersen, Asbjørn Larsen-Jensen og Jacques Brammer Frydenlund. Et stort tillykke til de dygtige spillere.

2 piger og 3 drenge kvalificerede sig til anden runde af den landsdækkende turnering i shortgame, og det var følgende: Xenia Dufke, Eliza-

beth Steen Lindborg, Sebastian Rulis, Christoffer Schyberg, samt Jonas Phillip Jørgensen. Et stort tillykke tid de fem, samt held og lykke med næste runde.

Onsdagen startede igen med fantastisk vejr. Der var lagt op til en spændende finale mellem de førende. I år bestod førerbollen af følgende spillere: Sebastian, Magnus, Christoffer samt Elizabeth. Sebastian blev af de fleste regnet for favorit til at løbe med den endelige sejr, og outsideren var Elizabeth. Det viste sig dog allerede efter de første 9 huller at Magnus havde en helt anden plan. Han havde spillet helt fantastisk på de første ni huller, og var herefter i fuld kontrol og sikrede sig en sikker sejr efter de 18 spillede huller.

Efter den afsluttende frokost var der så præmieuddeling. Præmiebordet bugnede af flotte præ-

mier som igen i år var sponsoreret af herreklubben, dameklubben samt seniorklubben. Der skal herfra lyde en stor tak til disse klubber i klubben, uden dem vil det ikke være muligt at præsentere så flot præmiebord.

Derudover skal der også lyde en tak til alle de frivillige der er med til at få lejrene i HGK til at forløbe uden problemer. En tak til køkkenet for det store fleksibilitet i forbindelse med afviklingen og overnatningen.

Sidst men ikke mindst en stor tak til alle de aktive juniorer, uden jer ville en masse voksne ikke vide hvad de skulle bruge uge 27 til. Nogle fantastiske børn og unge som virkelig har noget at være stolte af.

Ungdomsudvalgsformanden.

SUCCES MED NYT TILTAG FOR MEDLEMSHVERVNING

I April måned lancerede vi 'Grønt Kort på 4 Uger' – et intensivt kursus for alle, som kunne tænke sig at komme hurtigt i gang med golf-sporten.

Kurset blev massivt markedsført via 'flyers', som medlemmerne delte rundt i postkasserne i hele vores nærområde: Dronningmølle, Hornbæk, Ålsgårde, Hellebæk, Tikøb, Kvistgård, Snekkersten, Espergærde og Humlebæk. Der blev også indrykket annoncer i dagspressen og udsendt pressemeddelelser.

I skrivende stund kan vi konstatere, at ikke færre end 59 personer enten har gennemgået et kursusforløb eller starter på et kursus i august og september.

Ud over alle de medlemmer, som i foråret delte flyers ud på gader og stræder, har en

lang række af klubbens medlemmer været involveret i projektet, enten som organisatorer eller som mentorer for de nye golfere. Et af elementerne i kurset er nemlig at hver ny golfer får sin personlige mentor hvis opgave det er at føre den nye golfer frem til at få sit Grønne Kort – og dermed banetilladelse.



MATCHER I AUGUST OG SEPTEMBER I HORNBÆK GOLFKLUB

18/8 FINALE I HULSPILS CUP 2013

kl. 9:00 – 11:00

Turneringsleder: Erik Neiiendam og
Kenneth Kirkegaard

Se mere om matchen i GolfBox

24/8 KLUBMESTERSKABER SLAGSPIL

kl. 9:00 – 16:00

Turneringsleder: Erik Neiiendam og
Kenneth Kirkegaard

Se mere om matchen i GolfBox

7/9 KLUBMESTERSKABER I SLAGSPIL

kl. 9:00 – 11:00

for Damer og Herrer

De 8 bedste Herrer og Damer fra
samtlige rækker fra slagspilmester-
skaberne spiller hulspil om Klubmester-
skabet for Herrer og Damer.

Turneringsleder: Kenneth Kirkegaard

Se mere om matchen i GolfBox

15/9 DRACHMANN CUP

Gunstart kl. 9:00

Turneringens sponsor er Drachmann
Advokaterne og der er tilmeldingsfrist
den 11. september 2013 kl. 22:00.

Turneringsfee er kr. 50,- pr. deltager.

Gæster betaler herudover kr. 250,- pr.
person i GreenFee.

Turneringen er en hold-turnering
(Texas Scramble) med 4 spillere pr.
hold og der er åbent for alle – dog med
max. HCP på 54,0. Der skal benyttes 4
drives fra hver spiller, de sidste 2 er valgfrie.
Der spilles i 2 lige store rækker opdelt på
handicap. Der spilles slagspil med 1/5 af
det samlede hcp index over 18 huller
Hold af individuelt tilmeldte spillere
sammensættes af turneringsudvalget.
Turneringsleder: Kenneth Kirkegaard
Se mere om matchen i GolfBox



**Bestyrelse:**

Formand
Kirsten Grønlund
Tlf. 49 70 11 03
kirsten3100@hotmail.com

Kasserer

Ann Birthe Rasmussen
Tlf. 51 88 68 28
ann-b@mail.dk

Sekretær

Anne-Marie Jørgensen
Tlf. 49 70 28 48
mums1@stofanet.dk

**Bestyrelsesmedlem
og medlemsregistrering**

Jette Hildebrandt Knudsen
Tlf. 49 70 93 20
jeje@post9.tele.dk

Bestyrelsesmedlem

Sofie Breengaard
Tlf. 49 75 85 48
sofiebreengard@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem

Karin Hvid
Tlf. 49 70 24 15
kvhvid@yahoo.dk

Bestyrelsesmedlem

Conny Friis
Tlf. 26 11 29 55
conny-friis@hotmail.com

Leder af Gang og Løb

Annette Lund Poulsen
49 70 01 00
annettelundpoulsen@email.com

Sæsonstart 2013-2014 i Gymnastikafdelingen

En ny sæson står for døren. De mørke eftermiddage og aftener skal bruges til at trimme kroppen og det sociale fællesskab. Der skal slås kolbøtter og øves spring og svære opstillinger. Der skal svedes og der skal grines. Der skal udveksles nyheder og der skal leges. Vores program – som altid er noget af et puslespil – er på plads med dygtige instruktører, som kun venter på at komme i gang.

Instruktører hænger ikke på træerne. Det gør dygtige instruktører slet ikke, så vi er fantastisk glade for, at alle vores instruktører er både dygtige, inspirerende, motiverende og altid velforberedte.

Vi kan – igen – tilbyde Parkour, som har været meget efterspurgt de sidste år. Stine Rosenquist er tilbage som instruktør – nu med en Masteruddannelse i idræt og Velfærd. Hun vil, som den superdygtige parkourinstruktør, hun er kendt for at være, udfordre alle parkour-interesserede i denne spektakulære disciplin. Stine er også ny instruktør på "Styrketræning for kvinder" – hvor hun ligeledes vil gøre brug af den nyeste viden indenfor udfordrende motion. Se holdbeskrivelser på alle hold andet sted under gymnastikkens sider.

Nyt tilbud er også Boogie Box Fitness, der er en ny form for konditions- og styrketræning. Instruktør på holdet er Camilla Juul. Camilla har sidste år bl.a. undervist i Zumbatomic® for børn, og det fortsætter hun med i år. Og Camilla fortsætter også med et Zumba® hold for voksne.

Tons for tøser og Power Gym holdet får Camilla Mathiesen som ny instruktør. Camilla har i mange år gået på springholdet og været hjælpeinstruktør på flere børnehold, så det er glædeligt, at Camilla efter et år på idrætsefterskole, er tilbage i foreningen som ny instruktør.

Yoga er igen på programmet om formiddagen, nu med Birthe Lomberg som ny instruktør. Vi er også glade for, at Annelise Lorentzen, som har assisteret Dinna sidste sæson på Motion Mix har sagt ja til at fortsætte som instruktør på holdene.

Med vores mange tilbud håber vi, at der også er noget for dig og din familie, og vi glæder os til at komme i gang med en ny og spændende sæson. Vi ses i haller og sale til en ny og spændende sæson 2013-2014.

Bestyrelsen

RABATORDNING på voksenholdene ved deltagelse på flere hold

Vi fortsætter i år med at tilbyde rabat, hvis du deltager på mere end et hold. Det vil sige, at det første hold, du tilmelder dig til, altid er til fuld pris.

Hvis du ønsker at gå på mere end et hold kan du efter den første uge, altså fra den 9. september 2013, tilmelde dig til et eller flere yderligere hold. Du vil få 50% rabat på de ekstra hold, du tilmelder dig. Vi åbner først for rabatten den 9. september for at give jer – vores medlemmer – en chance for at få plads på det hold, I har som højeste prioritet. Der er deltagerbegrænsning på alle holdene.

NY SÆSON:

Den nye sæson begynder i uge 36, dvs. den første dag i sæsonen er mandag den 2. september 2013. Der vil blive åbnet for ON-line tilmelding på hjemmesiden www.hornbaekif.dk lørdag den 24. august 2013, kl. 10.00.

Hvis I har spørgsmål i forbindelse med tilmelding kan I kontakte Jette Hildebrandt Knudsen, som er medlemsansvarlig, på tlf. 49 70 93 20 eller JeJe@post9.tele.dk

Program for gymnastiksæson 2013-2014 i Hornbæk I.F., Gymnastikafdeling

NR.	HOLD-NAVN	DAG	TID	STED	INSTRUKTØR	Pris
	Parkour - drenge og piger min. 10 år	Mandag	16.00-17.30	Gamle sal/skolen	Stine Rosenquist	660
27	Dance N'beats piger/drenge 4 kl.-7. kl.	Mandag	17.45-18.45	Gamle sal/skolen	Mia Haagen Høyer og Emilie Gommesen	510
3	All Round - piger 8 kl.-18 år	Mandag	19.00-20.00	Gamle sal/skolen	Mia Haagen Høyer og Emilie Gommesen	510
26	Dynamic Cheer - piger 10-16 år	Mandag	17.00-19.30	Store sal/skolen	Conny Friis/Kim Rasmussen	775
22	Smidighed og Styrke- MIX	Mandag	17.00-18.15	Multisalen/Hallen	Anne Tvilling Jensen	885
	Boogie Box Fitness NYT	Mandag	18.20-19.20	Multisalen/Hallen	Camilla Juul	725
17	Gym Funk & Styrke	Mandag	19.30-21.00	Multisalen/Hallen	Marianne Skandov	985
28	Yoga	Tirsdag	10.00-11.00	Multisalen/Hallen	Birthe Lomberg	725
	Minilopper 3-4 år piger	Tirsdag	16.00-17.00	Gamle sal/skolen	Lise Fritzboeger	510
1	Tons for tøser - piger 3.-4. kl.	Tirsdag	17.15-18.15	Gamle sal/skolen	Camilla Mathiesen	510
2	Power Gym Piger fra 5.-7. kl.	Tirsdag	18.30-19.30	Gamle sal/skolen	Camilla Mathiesen	510
15	Ministjerner Spring/rytme begyndere piger/drenge fra 5 år	Tirsdag	16.30-18.00	Tumlesal/skolen	Ansvarlig Jesper Appelrod	660
23	Småstjerner 1-Spring/rytme, let øvede drenge og piger fra 7 ell 8 år	Tirsdag og torsdag	16.30-18.00	Store sal/skolen	Jesper Appelrod/Bolette Vynne Laursen	835
	Småstjerner 2-Spring/rytme, øvede, min. 1 år på småstjernerne	Tirsdag og torsdag	16.30-18.00	Store sal/skolen	Jesper Appelrod/Bolette Vynne Laursen	835
14	Stjerner-springere-øvede	Tirsdag og torsdag	18.00-20.00	Store sal/skolen	Jesper Appelrod /Per Larsen	995
12	Gymkidz/ piger 1.-2. kl.	Onsdag	16.30-18.00	Gamle sal/skolen	Trine Knak Jacobsen	660
8	Motion M/K	Onsdag	10.00-11.00	Hornbæk Hallen	Annelise Lorenzen	560
9	Store bolde	Onsdag	17.30-18.45	Multisalen/Hallen	Hanne Overgaard Knudsen	885
16	Styrketræning - mænd	Torsdag	18.45-20.00	Gamle sal/skolen	Dinna Kafton Arensbak	885
25	Konditions- og styrketræning - kvinder	Torsdag	18.30-19.45	Multisalen/Hallen	Stine Rosenquist	885
19	Motion M/K	Fredag	10.00-11.00	Hornbæk Hallen	Annelise Lorenzen	560
20	ZumbAtomic børn 4-7 år	Lørdag	09.00-09.45	Gamle sal/skolen	Camilla Juul	400
	ZumbAtomic børn 8-12 år	Lørdag	10.00-10.45	Gamle sal/skolen	Camilla Juul	400
	Zumba voksenhold	Lørdag	11.00-12.00	Multisallen/Hallen	Camilla Juul	725
24	Superstjernerne - udtaget	Lørdag	10.00-12.00	Store sal/skolen	Jesper Appelrod	
5	Frøsnapperne (familiehold) børn 3-6 år	Søndag	09.30-11.00	Store sal/skolen	Thit Aaris-Høeg og Daniel Høeg Bossen	850
29	Voksen/barn 1,5 - 3 år	Søndag	09.00-09.50	Gamle sal/skolen	Lise Fritzboeger	700

OBS. : Ret til ændringer forbeholdes.



Holdbeskrivelse for Hornbæk IF gymnastiksæson 2013-2014

Voksen/barn, børn 1½- 3 år.

Søndage 9.00-9.50/ Skolens gl. sal.

Instruktør Lise Fritzboer

Deltagerbegrænsning.

Små børn elsker at tumle, trille, snurre, gynge, vugge, hoppe, løbe, kravle, rutsje, klatre osv. Og hvad kan være bedre end hvis man kan få lov til det sammen med en kær voksen!

De mindste gymnaster vil her få mulighed for i deres tempo at stifte bekendtskab med gymnastikkens verden.

Gennem leg og glæde stimuleres alle barnets sanser og barnets motorik og reflekser udvikles. Bevægelseslege, lege, små legeredskaber og store redskabsbaner, hvor børnene udfordrer sig selv, vil indgå i timen.

Husk både barn og voksen (som også kan være en bedsteforældre el.lign.) deltager i gymnastikken! **(Hold nr. 29)**

"Frøsnapperne", børn 3-6 år med forældre (familiehold).

Søndage 09.30-11.00 i den store sal på skolen.

Instruktører Thit Aaris-Høeg og Daniel Høeg Bossen.

Deltagerbegrænsning.

For springglade småfolk og deres forældre.

Vi vil træne motorik og tekniske færdigheder. Vi vil tonse, lege, tumle, springe og danse. Frem for alt skal familierne have noget at være sammen om, som både er sjovt og giver sved på panden. Vi forventer at de fremmødte forældre deltager aktivt i hele træningen. **(Hold nr. 5)**



"Minilopper" børn 3-4 år.

Tirsdage 16.00-17.00/gl. sal på skolen.

Instruktør Lise Fritzboer.

Deltagerbegrænsning.

Vi har mange sanglege til god musik. Vi vender op og ned på hoved og ben, løber, danser, kravler og klatrer over og under, udenom og ind i.

Det vigtigste er, at vi har det sjovt hver gang. Der er mange gentagelser fra gang til gang. Vi bruger alle redskaber. **(Hold nr. 11)**

"Spillopper" Piger fra 5 år-bh. kl.

Torsdage 16.30-17.30/skolens gamle sal.

Instruktør søges. Deltagerbegrænsning.

Vi leger meget på en struktureret måde. Danser, hopper og spjætter med arme og ben, op og ned, frem og tilbage, over og under. Vi bruger alle redskaber – kun fantasien sætter grænser. Vi hører god musik og sætter meget pris på at have det sjovt med hinanden. Når timen er forbi er vi glade og trætte. **(Hold nr. 4)**

"Zumbatomic" – børn 4-7 år.

Lørdage 09.00-09.45/skolens gamle sal.

Instruktør Camilla Juul.

Deltagerbegrænsning.

Skøn energisk musik med speciel børnevenlig koreografi. Der er hip hop, reggaeton, cumbia, salsa og meget mere. Der hører til holdet for 4-7 år nogle gange en lille fortælling forud for dansen/koreografien, som børnene kan forholde sig til. Feks. kan vi være pingviner på udkig efter fisk, chihuahuaer eller robotter, der danser osv. Det er enkle koreo-



grafier – typisk max. 3-4 forskellige trin/bevægelser i en sang, hvilket gør det til en succes for barnet efter kort tid at mestre dansen. Vi øver den samme koreografi mange gange og flere gange, så alle kommer til at kunne dansen. Der er pauser indlagt, hvor vi leger mv. Det vigtigste ved Zumbatomic er at have det sjovt. **(Hold nr. 20)**

"Zumbatomic" – børn 8-12 år.

Lørdage 10.00-10.45/skolens gamle sal.

Instruktør Camilla Juul.

Deltagerbegrænsning.

Det samme gælder for denne aldersgruppe, som beskrivelsen for 4-7 år, dog vil der ikke blive gjort så meget ud af fortællingerne – ligesom tempoet vil være noget højere, som dog tilpasses holdet. Musikken vil være Zumba musik blandet med internationalt musik, som børnene også kan være med til at ønske.

Vi vil bla. vælge nogle musiknumre sammen, som vi vil lave en koreografi til, når vi kommer lidt ind i sæsonen. **(Hold nr. 21)**

"Gymkidz"- Piger 1.-2. klasse.

Onsdage 16.30-18.00/skolens gl. sal.

Instruktør Trine Knak Jacobsen.

Deltagerbegrænsning.

Holdet er for alle piger i 1.-2. klasse og du behøver ikke at have gået til gymnastik før. Vi skal lave serier til tidens toner og rytmer. Vi skal danse og have det sjovt. Der vil blive lagt vægt på smidigheds- og balancetræning.

Husk tøj du kan bevæge dig i – gerne løse bukser og en løs t-shirt samt gymnastiksko eller bare tæer. Kondisko er IKKE gymnastiksko.

Holdet vil deltage i minimum 2 opvisninger og udgifter til opvisningstøj og evt. redskaber må forventes. **(Hold nr. 12)**

"Tons for Tøser" - Piger 3.-4. kl.

Tirsdage 17.15-18.15/skolens gl. sal.

Instruktør Camilla Mathiesen.

Deltagerbegrænsning.

Er du vild med dans og fede rytmer, og går du i 3.-4. klasse, så er Tons for Tøser lige noget for dig. Vi skal stifte bekendtskab med en masse forskellige måder at bevæge os på med udgangspunkt i den ordinære rytmegymnastik og forskellige former for dans. Vi vil i løbet af foråret deltage i opvisninger, hvorfor der må påregnes udgifter til opvisningsdragter/håndredskaber. **(Hold nr. 1)**

"Power Gym". Piger fra 5.-7.kl.

Mandage 18.30-19.30/skolens gl. sal.

Instruktør Camilla Mathiesen.

Deltagerbegrænsning.

Så kommer der sved på panden. Vi mikser den klassiske gymnastik med tidens trends. Vi skal lave serier til nogle af tidens hotteste kunstnere. Du behøver ikke at have gået til gymnastik før, for her er plads til alle, der har lyst til at røre sig. Vi vil i løbet af foråret deltage i opvisninger, hvorfor der må påregnes en udgift til opvisningstøj samt udgifter til diverse stævner. **(Hold nr. 2)**

"Dance N'beats". Piger og drenge 4.-7. kl.

Mandage 17.45-18.45/skolens gl. sal.

Instruktører Mia Haagen Høyer og Emilie Gommesen. Deltagerbegrænsning.

Holdet er for piger og drenge, som bare ikke kan





sidde stille til god musik. Vi beskæftiger os med genrene Hiphop og funk og vil danse til noget af det nyeste musik. Vi vil arbejde med forskellige koreografier med start i basale hiphop trin, så du behøver ikke være øvet for at være med hos os. Kom og hav det sjovt, få nye venner og sved på panden, når vi giver den max gas. **(Hold nr. 27)**

"All Round" – piger 8 kl. - 18 år.

Mandage 19.00-20.00/skolens gl. sal.

Instruktører Mia Haagen Høyer og Emilie Gommesen. Deltagerbegrænsning.

Funkhold for piger fra 8 kl. – 18 år.

I løbet af sæsonen gennemgår vi forskellige dansestilarter, f.eks. House, funk og hiphop. I opvarmningen indgår også styrketræning. Vi går til den, - men vi har også tid til at have det sjovt. **(Hold nr. 3)**

"Ministjerne". Dreng/piger fra 5 år - nybegyndere, der senere skal videre på springhold.

Tirsdage 16.30-18.00 i multisal ved den store sal på skolen.

Ansvarshavende instruktør Jesper Appelrod. Deltagerbegrænsning

Holdet for de kommende superspringere vil blive trænet af vores højt kvalificerede unge trænere. Vi træner hårdt – rigtig hårdt og vi har det sjovt – rigtig sjovt. Ministjerne er piger og drenge fra 5 år, der har talentet og gnisten til at blive ved og ved, også selv om det kan gøre lidt af. Der vil blive stor fokus på smidighed, balance, grundspring og rytmisk forståelse.

Der må påregnes udgift til opvisningsdragter.

Der er prøvespring med henblik på holdopdeling torsdag d. 22. august kl. 17.00 til 19.00 i den

store sal på Hornbæk Skole, Det er vigtigt, at du møder op hér, så du ved, hvilket af springholdene, du skal tilmeldes på. **(Hold nr. 15)**

"Småstjerne 1" - spring- og rytmehold/let øvede.

Tirsdage og torsdage 16.30-18.00/skolens store sal. Instruktører Jesper Appelrod og Bolette Vynne Laursen. Deltagerbegrænsning.

Man skal som minimum have gået til enten Sommerspring eller Forspring, eller have været på tilsvarende springhold for at gå på Småstjerne. Det forventes, at man er koncentreret, disciplineret og kan være en del af et hold, samt blive i salen, minimum de 1,5 time, som træningen varer. Der må påregnes udgift til opvisningsdragter og deltagelse i træningsarrangementer.

Der er prøvespring med henblik på holdopdeling torsdag d. 22. august kl. 17.00 til 19.00 i den store sal på Hornbæk Skole, Det er vigtigt, at du møder op hér, så du ved, hvilket af springholdene, du skal tilmeldes på. **(Hold nr. 23)**

"Småstjerne 2" - spring- og rytmehold/øvede. Kun udtagne gymnaster. Tirsdage og torsdage 16.30-18.00/skolens store sal.

Instruktør Jesper Appelrod og Bolette Vynne Laursen. Deltagerbegrænsning.

Man skal som minimum have gået til springgymnastik 1 år i Hornbæk eller have været på tilsvarende springhold for at gå på Småstjerne 2 – eller udvise specielt talent. Man skal som minimum kunne udføre udvalgte spring.

Det forventes, at man er koncentreret, disciplineret, og over sig hjemme, samt deltager i opvisning



ger og ekstra træninger. Der må påregnes udgift til opvisningsdragter og deltagelse i træningsarrangementer. Der er prøvespring med henblik på holdopdeling torsdag d. 22. august kl. 17.00 til 19.00 i den store sal på Hornbæk Skole. Det er vigtigt, at du møder op hér, så du ved, hvilket af springholdene, du skal tilmeldes på.

"Stjerneholdet". Spring- og rytmegymnastik for øvede drenge og piger.

Tirsdage og torsdage kl. 18.00-20.00/skolens store sal. Instruktør Jesper Appelrod og Per Larsen. Deltagerbegrænsning. Springtræning med udfordringer.

Man skal som minimum kunne udføre udvalgte spring. Vi forventer, at gymnasten også øver sig hjemme og at alle deltager i opvisninger samt ekstra træninger. Der er prøvespring med henblik på holdopdeling torsdag d. 22. august kl. 17.00 til 19.00 i den store sal på Hornbæk Skole. Det er vigtigt, at du møder op hér, så du ved, hvilket af springholdene, du skal tilmeldes på. **(Hold nr. 14)**

"Superstjernerne" – kun udtagne springgymnaster. Lørdage 10.00-12.00/skolens store sal. Instruktør Jesper Appelrod.

Kun udtagne gymnaster. Mødepligt må forventes. **(Hold nr. 24)**

"Dynamic Cheer" – piger og drenge fra 10-16 år. Mandage 17.00-19.30 / skolens store sal. Instruktør Conny Friis og Kim Rasmussen. Deltagerbegrænsning.

Cheerleading er en holdsport, hvor alle deltageres indsats vægtes lige højt. Cheerleading er en

blanding af springgymnastik, dans og stunts (kast og løft med hinanden). Det er vigtigt for os, at man kan have det sjovt og at alle kan samarbejde. Mødepligt er en del af samarbejdet.

Så hvis du kan lide at bevæge dig, prøve nogle grænser af og er fuld af energi, så er holdet lige noget for dig. Holdet deltager i opvisninger mm., og der skal påregnes udgifter til dragter, sko og udstyr. **(Hold nr. 26)**

"BBX - Boogie Box". Mandage 18.20-19.20/Hornbækhallens multisal.

Instruktør Camilla Juul

Det nyeste indenfor fitness, som kombinerer cardio med styrketræning. Det er hardcore træning til den nyeste musik. Der er ingen koreografi og alle kan være med. Men det bliver svedigt og hårdt.

"Konditions- og styrketræning for kvinder". Torsdage 18.30 -19.45/Hornbækhallens multisal. Instruktør Stine Rosenquist.

Deltagerbegrænsning.

Styrke- og smidighedstræning for kvinder inspireret af øvelser fra Freruning og Parkour og henvender sig til kvinder, som gerne vil forbedre smidighed og styrke. Intensiteten tager udgangspunkt i DIG og dit niveau, og ved den differentierede træning vil jeg forsøge at skabe spændende udfordringer for alle, uanset niveau, i en god atmosfære. Med baggrund i en Master i Idræt og Velfærd, vil jeg prøve at skabe et hold kvinder, der gerne vil træne styrke og smidighed. Træningen foregår med et smil på læben. Lidt løb og forskellige styrke- og smidighedsøvelser, derved kommer styrken af sig selv. **(Hold nr. 25)**





"Smidighed og Styrke M/K".

Mandage 17.00-18.15/Hornbæk Hallens Multisal. Instruktør Anne Tvilling Jensen.

Deltagerbegrænsning.

Styrke og smidighed er holdet for dig, som ønsker at få arbejdet hele kroppen igennem. Det er callanetic, pilates og yoga inspireret, dvs. skånsom og opstrammende styrketræning. Vi benytter også den lille Redondobold i træningen. Vi hverken hopper eller løber, men du vil sagtens kunne få sved på panden. Holdet er både for mænd og kvinder i alle aldre. **(Hold nr. 22)**

"Store bolde". Onsdage 17.30-18.45/Hornbæk Hallens multisal. Instruktør Hanne Knudsen.

Deltagerbegrænsning.

Her er chancen for at klare flere ting på en gang!! Med de store bolde styrker og opstrammer vi musklerne i hele kroppen, desuden trænes balance og bevægelighed for alle led.

Samtidig arbejder holdningsmuskler automatisk og optræner en bedre kontrol omkring lænd og ryg. Boldene giver større bevægeudslag både i styrke- og udspændingsøvelser.

Vi varmer op til rytmisk musik, får pulsen op og kroppen i gang. Derefter styrke/udholdenhedstræning for alle muskelgrupper, fortrinsvis med store bolde, og slutter af med udstrækning/afspænding. Vi starter sæsonen med grundlæggende teknik og tilpasser øvelserne efterhånden.

(Hold nr. 9)

"Zumba". Lørdage 11.00-12.00/Hornbæk Hallens multisal. Instruktør Camilla Juul.
Deltagerbegrænsning.

Træningsform, hvor der gennem lækre latin-rytmer og enkle trin, forbrændes masser af kalorier. Zumba er for alle aldersgrupper – og for både kvinder og mænd. Du kan ikke undgå at komme i godt humør efter en zumbatime. **(Hold nr. 6)**

"GymFunk & Styrke" - "man kan høre det på musikken".

Mandage 19.30-21.00/Hornbæk Hallens Multisal. Instruktør Marianne Skandov.

Blanding af rytmisk gymnastik, dans og styrketræning til god musik med "gang i den" og højt humør. I de første 45 min. varmer vi op og laver traditionel styrketræning og udstrækning – arme, mave, baller, ryg og lår. I de resterende 45 min. øver vi en rytmisk serie, som bygges stille og roligt op gennem hele sæsonen. Holdet deltager i et par opvisninger i løbet af foråret, med dem, som har lyst. **(Hold nr. 17)**

"Konditions- og styrketræning for mænd".

Torsdage 18.45-20.00/skolens gl. sal.

Instruktør Dinna Kafton Arensbak.

Deltagerbegrænsning.

Det er et tempofyldt hold til dig, som gerne vil have sved på panden og styrketræning af hele din krop, samt konditionstræning i form af løb og svingning. Styrketræning er træning med belastning i form af bla. håndvægte eller ved brug af kroppens egen vægt. Styrketræning er en effektiv træningsmetode til at opstramme kroppen, styrke musklerne, forbedre muskelgruppernes koordination, bedre balance, sætte forbrændingen i vejret, samt forbedre din kropsholdning.

Styrkelse af kroppens knogler og muskler er med til



at forebygge livsstilssygdomme og knogleskørhed. Sjipning forbedrer udholdenhed og øger kroppens kredsløb. Her træner vi simple sjippeøvelser og sjippeintervaller med det klassiske sjippetov.

Holdet indledes med ca. 10 min. opvarmning med det formål at øge musklernes temperatur, øge blodtilførslen, så der kommer ilt og næring til musklerne og affaldsprodukterne fjernes, gøre musklerne mere bøjelige, så skader forebygges, samt forberede kroppen på en fysisk aktivitet. Herefter følger en konditions- og muskeltræningsdel i ca. 50 minutter, der afsluttes med 10-15 min. stræk/afspænding. **(Hold nr. 16)**

"Yoga". Tirsdage 10.00-11.00/Hornbæk Hallens multisal. Instruktør Birthe Lomberg.

Yoga virker på en gang afstressende og vitaliserende. Den er desuden styrkende og smidiggørende samt dybt regenererende. Skavanker som dårlig ryg, spændingshovedpine, fordøjelses- og søvnproblemer forebygges og afhjælpes ved regelmæssig praksis. Den enkeltes energi og modstandskraft øges. Mentalt vil man desuden opleve et bedre kendskab til sig selv og sine ressourcer samt en større oplevelse af indre ro.

Yoga forener krop, åndedræt, sind og giver styrke, indre ro og velvære. Man arbejder med hele kroppen gennem forskellige dynamiske og statiske stillinger. Du vil lære åndedrættets teknikker og opnå en positiv effekt på kredsløb. Yoga er for alle, uanset alder, køn størrelse og tidligere erfaringer med yoga. Det er derfor heller ikke nødvendigt at være specielt smidig eller stærk. Det har større betydning, at du har lyst til at arbejde med dig selv og din krop. At du tør være autentisk i forhold til hvad du føler og respondere ærligt på det kroppen fortæller dig. **(Hold nr. 7)**

"Motion Mix - M/K. Onsdage 10.00-11.00/Hornbæk Hallen

"Motion Mix - M/K. Fredage 10.00-11.00/Hornbæk Hallen

Instruktør: Annelise Lorenzen.

Motion er godt for alle og især kroppen nyder det. Den er skabt til at bevæge sig. Ved motion bliver muskler og knogler styrket, kredsløbet for-

bedres, hvilket nedsætter risikoen for hjerte-kar sygdomme, blodpropper, forhøjet blodtryk, konditionen og koordinationen bliver forbedret, balancen bliver markant bedre. Det er aldrig for sent at komme i gang med at dyrke motion. Motion skal være sjovt og en fornøjelse. Lidt motion er altid bedre end slet ingen motion. Så kom og vær med. **(Hold nr. 8 og 19 eller 819)**

"Parkour". Drenge og piger fra min. 10 år + evt. voksne. Mandage 16.00-17.30/skolens gl. sal. Instruktør Stine Rosenquist.

Parkour går ud på at finde den hurtigste og mest elegante vej mellem to punkter, og består af forskellige bevægelsesformer, hvor man blandt andet hopper, ruller, løber på mur og andre faste genstande. Parkour er en alsidig bevægelsesform, som har elementer fra forskellige idrætsgrene som f.eks. løb, klatring og gymnastik. Her er ingen regler. Det drejer sig om at være kreativ og se muligheden for at finde "sin egen vej". Træningen indeholder udover opvarmning, også elementer af smidighedstræning, styrketræning, balance- og koordinationsstræning samt spring- og lande teknik. Som deltager på Parkour-holdet, er du mindst 10 år og dine forældre er naturligvis også velkomne, meget gerne som aktive hjælpetrænere – det er nemlig ikke muligt at være stillesiddende tilskuer, da Parkour er en bevægelsesform. Da nogle af øvelserne er lidt teknisk udfordrende, er hjælp fra aktive forældre velkommen.





Prøvespringsaften for alle springgymnaster

Vi inviterer alle børn og unge, der har lyst til at gå til **springgymnastik** eller **cheerleading** til

Fælles springtræning torsdag den 22. august 2013 fra kl. 17.00 – 19.00 i den store sal på Hornbæk skole.

Formålet er at fordele springgymnasterne til det hold, der egner sig for den enkelte gymnast.

Fordelingen af gymnasterne foretages af springinstruktørerne Jesper, Bolette og Per samt instruktører for Dynamic Cheer Conny og Kim.

Gymnasterne udtages efter en samlet vurdering af den enkeltes: **Gymnastiske færdigheder, alder og modenhed, og ikke mindst – talent.**

Gymnasterne får personligt besked ved fællestræningen om, hvilket hold instruktørerne anbefaler den enkelte skal gå på.

Hvis instruktørerne i løbet af sæsonen vurderer, at en gymnast vil have større glæde af at gå på et andet hold, kan der ske ændringer.

Vi skal gøre opmærksom på, at dette ikke er en opskrivningsaften – kun en prøvetræning – så du skal efterfølgende tilmelde dig via nettet, som beskrevet under sæsonstart, og det er ikke nødvendigt at deltage i springtesten for at tilmelde sig et hold

Bestyrelsen
Gymnastikafdelingen

Fra landsstævne i Esbjerg - blev afholdt 4.-7. juli 2013



Har du en nyhed fra din by? Send en email til ditdagblad@hdnet.dk eller send en SMS til 1231 med bogstaverne hd - efterfulgt af din besked

Journalist
Tine Zedeler
Telefon: 30 98 40 01



Hornbæk • Ålgårde • Hellebæk • Tikøb



Stavgang-gruppen i Hornbæk klar til afgang. (Foto: Jarl Gerner)



Gert Christiansen er indtil videre eneste mand i stavgang-gruppen. (Foto: Jarl Gerner)

Det grå guld i Hornbæk: Stavgang giver rank ryg

Dagblad

Af Jarl Gerner
Borgerjournalist



HORNBÆK: I begyndelsen så det lidt underligt ud, når man på gader og stræder mødte folk vandrende målbevidst og ranke med deres stave.

Nu har man vænnet sig til det, fordi det er en populær sport som dyrkes af uendelig mange mennesker mere eller mindre klub-organiseret. Hornbæk Idrætsforening har

under sin paraply en aktiv forening med Annette Lund Poulsen som formand.

Sammen med sin erfarne kollega Karin Christiansen mødtes vi foran hallen torsdag morgen kl. 8.45, inden de øvrige stavgang-folk mødte frem, for at høre hvilken rute Karin havde lagt i dag.

Da vejret var høj sol skule gruppen mod vandet. Og gerne med vinden i ryggen. Ruten var på 6-8 km, eller en tur på omkring halvdagen time. Der er indlagt en »kaffepause« i form af et stk.

kaffebolsche, som Karins son forsyner sin mor med fra hans rejser i Thailand.

Hvorfor stavgang?

- Sport dyrkes ofte for at holde sig fit. Og for at konkurrere. Stavgang giver sine deltagere en god holdning og især gode rygmuskler, fordi man ved afsættet med stave- ne foran sig får drejet ryggen på en måde, så muskulaturen bliver henholdsvis strakt og slappet på en perfekt måde, siger Annette Lund Poulsen.

Som mensendieck-lærer ved hun, hvad hun taler om. Også folk med lunge- sygdomme, astma, diabetes og lignende har stor glæde af stavgang, fordi den regelmæssige rytme og den ranke ryg, giver luft i systemet.

Har man problemer med at gå rask af sted, duer denne sport ikke.

Der kommer deltagere fra Hellebæk, Dronningmølle og Ålgårde, men desværre tæller gruppen kun én mand. Han er til gengæld meget trofast og holder meget af sine gå-ture efter et friskt havbad tidligere om morgenen.

Gang og socialt samvær følges ad

Stavgang i Hornbæk blev oprettet for 13 år siden af Hanne Gordon, der stadig er meget aktiv. Ruten lægges af Karin



Turene tager typisk omkring halvdagen time - og man når altid et smut omkring vandet. (Foto: Jarl Gerner)

altid omkring havet.

- Enten på ud eller hjemturen følger vi bolgen blå. Vi er jo i Hornbæk, som Karin siger. Hun varierer ruterne, så man oplever den smukke natur omkring byen, som hun kender som sin egen bukse- selomme. Man går to gange om ugen hele året rundt.

Da kontingenter kun er 175 kroner om året kan alle være med. Foruden den sunde motion og friske luft får man gode snakke under ruten. Der er altid en udflugt til Hammermøllen til gløgg og æbleskiver, samt en julehyggeaften med små medbragte gaver. Om sommeren holdes

et grill-arrangement, hvor verdens-situationen vendes og ordnes. Nye medlemmer kan låne stave eller købe dem hos Annette.

Man kan få en prøve-stavgang-tur ved at kontakte Annette på telefon: 49 70 01 00 eller annettelundpoulsen@gmail.com.

Det grå guld i højt gear

Motion giver energi til et aktivt pensionistliv - og er en god investering i et godt helbred. Derfor denne serie af borgerjournalist Jarl Gerner om en række sportsgrene, hvor pensionister ofte udfolder deres aktiviteter.



Næste arrangerede tur bliver den 5. august 2013, hvor turen går langs Esmum sø.

**Mødested:**

Badetrappen
på ydersiden
af østre mole

Bestyrelsen**Formand**

Aase Kjær
Ndr. Strandvej 355, 2
3100 Hornbæk
Tlf. 49701635/40487159
aase.kjaer@hotmail.dk

Næstformand/**Medlemsregistrering**

Mette Bjørn
Søvænget 13
3100 Hornbæk
Tlf. 49700847
mette.bjorn@yahoo.dk

Sekretær

Kirsten Storminger
Vestre Stejlebakke 1
3100 Hornbæk
Tlf. 49700215/61700215
kpsstorminger@mail.tele.dk

Kasserer

Helene Knudsen
Kirkevej 1 A
3100 Hornbæk
Tlf. 45664707/40209307
helene.knudsen@mail.dk

Bestyrelsesmedlem

Lis Svenning Hansen
Ellevænget 2
3100 Hornbæk
Tlf. 49702660/40405957
lis.svenning@gmail.com

Suppleant

Karin Lentz
Gørtlervej 44
3100 Hornbæk
Tlf. 40375388
lentz.karin@hotmail.com

Hjemmeside:

www.hornbaek-vinterbadelaug.dk

BADEHUS MED SAUNA

Drømmen er blevet til virkelighed – "huset" er der!

Efter måneder med tømmer, save, skruer, maskiner til lands og til vands, stiger på mildt sagt usikker grund, maling og alt, hvad der hører til, så nærmer vi os nu det endelige vinterbadehus med sauna og UDSIGT.

De sidste finesser mangler, men vent og glæd jer til indvielsen d.5. oktober 2013 i det der bliver en fest på havnens nye in-sted. For ikke blot er huset kommet, i tilgift er broen blevet udvidet, trappen foran huset er blevet forlænget i hele husets længde, så der nu er den skønneste plads.

Der er læ og et frit udsyn over havnen og havet. Her kan man nyde de smukke timer i solnedgangens røde skær. Vi har også fået en lille bænk for enden af broen – vi kalder den "kæreste-bænken" – måske til sommerens romance ung som gammel.

Det er virkelig blevet et sted, hvor øjeblikket får sin evighed - sommer som vinter ...

God sommer og på gensyn i "huset".

Formanden



Hornbæk Vinterbadelaug afholdt en hyggelig og vellykket grillaften på Hornbæk Havn onsdag d.24.07.2013. 28 vinterbadere med familie nød den fantastiske sommeraften med en solnedgang som stadig sidder på nethinden.

Det er 3. gang vi afholder sommergrillaften og denne gang var helt speciel, da vi nu kunne sidde og se på resultatet af 3 års arbejde - vores badehus.

Tak til alle for en dejlig aften.

*Kirsten Storminger
Sekretær i Hornbæk
Vinterbadelaug*



EKSTRAORDINÆR GENERALFORSAMLING

I forbindelse med at vores badehus nu bliver færdig og saunaen skal tages i brug med al, hvad det medfører af øgede udgifter til drift, indkaldes der hermed til en **ekstraordinær generalforsamling** lørdag d. 21. september 2013 kl. 11.00 i Sognehuset ved Hornbæk Kirke med følgende punkt på dagsorden:

1. Ændring af kontingent – bestyrelsen foreslår, at kontingentet for aktivt medlemskab hæves fra kr. 300,- til kr. 500,-.

Indmeldelsesgebyr på kr. 200,- og for passivt medlemskab kr.100,- forbliver uforandret. Brug af sauna og omklædningsrum kræver aktivt medlemskab.

**Formand**

Karina Nikolajsen
Tlf.: 23802106/40482109
Mail: karina-n@mail.dk

Næstformand

Trine Bay
Tlf.: 23802707
Mail: trba44@gmail.com

Kasserer

Trine Søgaard Busch
Tlf.: 42262290
Mail: trisser@mail.dk

Sekretær

Anne Rauer
Tlf.: 40317036
Mail: rauerfamily@email.dk

Bestyrelsesmedlemmer:

Susanne Holst
Tlf.: 29659758
Mail: spah@mail.dk

Karen Jægerlund
Tlf.: 61690152
Mail: karen@jaegerlund.dk

Pernille Kjærsgaard
Tlf.: 30382558
Mail: perniklekjaers-
gaard1976@gmail.com

Sponsoransvarlig

Susanne Holst
Holmevænget 2 D
3100 Hornbæk
Tlf: 49701508
Mail: spah@mail.dk

Suppleant

Trine Søgaard

Klubblad

Knirke Holm

KÆRE ALLE UNGDOMSSPILLERE

SÆT X

Vi håber, I har haft en dejlig sommerferie og nu er megasultne efter at spille en masse håndbold igen snart.



HUSK NU at der er håndboldweekend den 31. august og den 1. september 2013 som opstart for den nye sæson

Vi glæder os til at jer alle sammen igen snart
Kærlig hilsen trænerne ☺

I ÅR HAR HÅNDBOLDEN I HORNBAEK

75 ÅRS JUBILÆUM

**DET FEJRER VI MED
FULDT PROGRAM!**

SÆT KRYDS I KALENDEREN

LØRDAG DEN 23. NOVEMBER 2013

DET BLIVER EN GOD DAG !!!

DER VAR ENGANG...

32 håndbolddamer fra Hornbæk I.F. mødtes den 15. juni i Hornbæk Havneforening sammen med Margaretha Wolany, som var træner i perioden 1980-1986. Træneren var iført træningstøjet fra den periode.

Det var en dejlig dag med udveksling af mange minder, fotos og håndboldfilm fra den periode.

Bageste række fra venstre: Janne Bubandt, Kirsten Becker, Jeannette Eilertsen, Allis Johansson, Cathrine Nielsen, Mutti, Tine Brodersen, Louise Nielsen, Mette Johansson, Lis Garhøj, Anne Schrøder, Bodil Olesen, Elisabeth Torp og Randi Michaelsen.

Forreste række fra venstre: Helle Schuler, Anni Schuldt, Ida Nielsen, Annette Lauth, træneren Margaretha Wolany, Janne Theilgaard, Gitte Justesen, Nynne Boberg, Mie Laursen, Liselotte Andersen og Gitte Bülow Sørensen.

Liggende og siddende fra venstre: Aase Kert Jensen, Tove Petersen, Jeanne Schuldt og Dorthe Bjørn Andersen.

MVH Randi Michaelsen





PARTILLE CUP 2013

Vi var i år næsten 40 spillere og ledere med til dette års Partille Cup i Göteborg - verdens største håndboldturnering.

Omkring 21.000 håndboldspillere var samlet i Göteborg og hele byen emmede af sved og glade børn der fik en oplevelse for livet i de fem dage som turneringen varede.

En turnering fyldt med traditioner og som alligevel formår at fornye sig hvert eneste år. Flere end 50 nationer var repræsenteret - fra Kina fra USA i alt 1120 håndboldhold.

1970 var første år Partille Cup blev afviklet og siden har flere end 400.000 spillere deltaget i Partille Cup.

Hele turneringen sættes i gang med en storslået åbningsceremoni i Skandinavium og hver nation repræsenteres af en enkelt klub - og i år var det os fra Hornbæk.

vi blev udvalgt blandt mange danske hold til at

repræsentere Danmark til åbningsceremonien - en kæmpe oplevelse at gå ind foran 14.000 hujende tilskuere i Skandinavium til lyden af ONLY Teardrops - den danske melodi grand prix vinder.

Socialt har turen en kæmpe betydning for børnene og derfor er det også dejligt at vi i år både havde piger og drenge med. Spillemæssigt blev vi udfordret og alle hold spillede videre i B-slutspillet.

Men det afgørende for vores klub er, at børnene har fået gode oplevelser og også fået udvidet deres horisont en smule.. De har set spillere fra hele verden og er vilde med at være afsted på håndboldtur.

Vi deltog med tre hold: to U11 pigehold og et U12 drengehold...

Jeg vil gerne takke alle for en fantastisk tur og glæder mig allerede til næste år...

Trine Bay





Trine og Baad.



Hornbæk blev udvalgt til at repræsentere Danmark ved indmarch.



Ups der bliver vist talt med store bogstaver til drengene



VELKOMMEN TIL EN N

HOLD OG TRÆNERE I DEN KOMMENDE

TRILLE TROLLE-HOLDET!

Trille og Trolle er vores hold for de 3-5 årige og deres forældre.

Holdet træner om tirsdagen kl. 16.00 - 17.00 i multisalen - og vi kommer også ind i hallen. Janne Nikolajsen er træner for holdet. Træningen består af en masse lege og øvelser med bold og er bygget op om DHF's koncept med figurene Trille og Trolle.

Janni kan kontaktes på tlf.: 51350621 eller på mail: janu@stofanet.dk

U8 HOLDET!

Vi er et blandet pige- og drengehold med børn fra årgang 2005-2008. Vi træner en gang om ugen (tirsdag), træneren hedder Tenna.

Man skal møde omklædt kl. 16. Træningen varer en time - til kl. 17. Hus at have indendørs sko og drikkedunk med.

U10 PIGE!

På vores hold er vi piger fra årgang 2003 og 2004.

Vi bliver trænet af Karina Kok.

Vi træner to gange om ugen. Det er om tirsdagen kl. 17.00 - 18.00 og om torsdagen kl. 16.30-17.30.

Man skal møde omklædt og klar til tiden!!

Karina kan kontaktes på tlf.: 20784049 og på mail: karina@fva-vvs.dk

U10 DRENGEHOLDET!

På holdet træner vi drenge fra årgang 2003 og 2004.

Drengene trænes af Stefan Christoffersen og to hjælpetrænere Kia Rauer og Kine Christoffersen.

Drengene træner to gange om ugen. Om tirsdagen kl. 18.00 - 19.00 og om torsdagen kl. 15.00-16.30.

Man skal møde omklædt og klar til tiden!! Stefan kan kontaktes på telefon 23720467

U12 PIGE!

På holdet træner vi piger fra årgang 2001 og 2002.

Pigerne trænes af Kamilla Baad Schröder og to hjælpetrænere Caroline Pagh Anthonsen og Kia Rauer.

Pigerne træner to gange om ugen. Om tirsdagen kl. 14.30 - 16.00 og om torsdagen kl. 17.30-18.30.

Man skal møde omklædt og klar til tiden!!

Kamilla kan kontaktes på tlf.: 30297213 og på mail: kambaad@yahoo.com

U12 DRENGE!

På holdet træner vi drenge fra årgang 2001 og 2002.

Drengene trænes af Trine Bay og hjælpetræner Camille Bay Nygart.

Drengene træner to gange om ugen. Om tirsdagen kl. 19.00 - 20.00 og om torsdagen kl. 18.30-19.30.

Man skal møde omklædt og klar til tiden!!

Trine kan kontaktes på tlf.: 23802707 og på mail: trba44@gmail.com

NY SÆSON 2013/2014

OLD GIRLS-HOLDET!

Vi er et hold af øvede, letøvede, letrøstne og nystartede spillere. Vi træner og spiller, lidt for konkurrencen og meget fordi vi kan lide at spille - vi har det så sjovt og hyggeligt.

Vil du gerne spille bold? Måske har du lyst til at tage spillet op igen eller du bare har haft lyst til at prøve at spille bold, så er du velkommen til at møde op til træning i Hornbæk-hallen.

For at kunne spille Old Girls skal du være fyldt 30 år eller ældre.

Karina Nikolajsen er holdets træner.

Holdet træner om tirsdagen kl. 19.15-20.00 i multi-salen med styrketræning og i hallen fra kl. 20.00 - 21.00

Karina kan kontaktes på telefon 40482109 og på mail: karina.n@mail.dk

HÅNDBOLD FITNESS

Håndbold Fitness er en relativt ny træningsform for alle voksne, uanset om de har spillet håndbold eller ej. Håndbold Fitness er for alle voksne, som ønsker at dyrke sjov idræt sammen med andre. Træningen foregår under mere fleksible former end traditionel håndbold i klubben.

Du kan komme alene eller sammen med din partner hver torsdag kl. 19.30-21.00 til alletiders sjov og svedige træning.

VI GLÆDER OS TIL AT SE DIG I DEN NYE SÆSON!



Formand:

Kirsten Bjarnholt
Søhusvej 28
3100 Hornbæk
Tlf.: 43 99 77 17
Mobil: 40 50 75 10
E-mail:
hornbaekkrocket@mail.dk

Kasserer:

Allan Finne-Larsson
Købkesvej 3
3000 Helsingør
Mobil: 31 25 57 18
E-mail: finne@finne-larsson.dk

Sekretær:

Peter Bjarnholt
Søhusvej 28
3100 Hornbæk
Tlf.: 43 99 77 17
Mobil: 20 91 91 91
E-mail:
hornbaekkrocket@mail.dk

Bestyrelsesmedlem:

Kate Finne-Larsson
Købkesvej 3
3000 Helsingør
Mobil: 31 16 57 19
E-mail:
finne@finne-larsson.dk

STORT MIX-STÆVNE I HORNBAEK

Den 27. juni havde Hornbæk Krocket besøg af 10 krocket klubber fra hele Sjælland.

I alt deltog 64 glade spillere. Vi trak 1,6 km snor til 16 baner på hver 600 m². Der blev sat 144 buer og 32 pinde op på banerne. Vi havde perfekt vejr uden regn og meget behagelige temperaturer.

Kampene sluttede ca. kl. 15:30, hvorefter der var præmier til 1. og 2. pladsen i hver pulje. Præmierne var sponsoreret af SuperBrugsen i Hornbæk – Michael Find, blomsterdekoratør i Helsingør og Yuksel Turn Tech i Kvistgaard. Tak til alle vore sponsorer, som gjorde det muligt for os at afholde dette krocket arrangement.

Der skal også lyde en stor tak til Birthe og Jette i klubhuset og alle vore krocket medlemmer, som ydede en kæmpe indsats for at få stævnet gjort til den succes, som det blev.



Hornbæk mix-stævne-2013.



Aage, Hugo, Mona og Jytte.



Poula og Kate.

WWW.MURERKOCH.DK

NÅR DER SKAL MURES

MURERFIRMAET J. STEEN KOCH

Peter Olsensvej 1, 3100 Hornbæk

Tlf. 49 70 10 80 Mobil: 40 92 06 93 & 40 31 53 50

Email: murerkoch@koch.mail.dk

Medlem af Dansk Byggeri



Tømrerarbejde - Hovedentreprise Rådgivning - Byggestyring

*- Kvalitetsbyggeri med stil -
- Vinduer og døre med 10 års garanti -*

PNC Byg - Bretagnevej 12 c - 3100 Hornbæk
v. Peter N. Christophersen

Tlf. 40 62 03 58 - pncbyg@gmail.com

FANG OS PÅ NETTET

ÅBEN HVER DAG

fiskehuset
hornbaek.dk
49700437

MANDAG-FREDAG 9.00-17.30

LØRDAG & SØN- & HELLIGDAG 9.00-14.00

Alt i friske fisk, skaldyr, hjemmelavede salater og røgvarer



Havnevej 32 • 3100 Hornbæk • 49700437

Hornbæk Skibshandel

www.skibshandlen.dk

ARMANI
JEANS

MaxMara

HENRI LLOYD

GANT

LA MARTINA

MONCLER

POLO RALPH LAUREN

SEBAGO®

NARAYORI
SANDALS

REPLAY

BOSS



Åben alle dage 10 - 17.30

**Formand**

Kirsten Madsen
Tlf. 23 62 45 18
E-mail: frumadsen@frumadsen.dk

Kasserer

Irene Serup
Tlf. 49 70 30 26
E-mail: seruph@mail.tele.dk

Bestyrelsesmedlem

Gitte Pedersen
Tlf. 49 70 15 90
E-mail: gehelmer@post.tele.dk

Suppleant

Lasse Christensen
Tlf. 49 70 12 12
E-mail: ikm@tdc.dk

Bestyrelsesmedlem

Morten Klausen
Tlf. 30 31 47 92
E-mail: hagenklausen@gmail.com

Bestyrelsesmedlem

Steffen Koppel
Tlf. 40 68 19 02
E-mail: selvstaendigetrael@business.tele.dk

RØDVINSTURNERING



Den 8. juni spillede vi Rødvind 5 i det man skulle tro var en dejlig sommerdag. Det var en dansk sommerdag, koldt og blæsende, flere spillere måtte hjem for at hente varme trøjer, nå men vi var alligevel 25 spillere denne dag. Morten tog sig af 1. pladsen, skarpt efterfulgt af Bjørn, begge med max. 8 p. 3. plads til Jeanne og 4. plads til Bob.

Stillingen pr. 19. juli 2013:

19	p.		RUNA BROKÆR
13	p.		MORTEN KLAUSEN
10	p.		BOB EMMONDS
10	p.		INGRID KORSHOLM
9	p.		JANNE BUBANDT JENSEN
9	p.		LASSE CHRISTENSEN
9	p.		TAGE SKAARUP
8	p.		INGER SKAARUP
8	p.		MADS RASMUSSEN
7	p.		RASMUS KORSHOLM

7 spillere har 6 p., 4 spillere har 5 p., 4 spillere har 4 p., 5 spillere har 3 p., 2 spillere har 2 p. og 12 spillere har 1 p. D.v.s. at i de første 6 omgange af turneringen har i alt 44 spillere deltaget.

19. juli afholdt vi Midnatspetanque, en runde i Rødvinsturneringen, som er en kombination af en pétanque – og grillaften. 28 veloplagte, sommerklædte og, skulle det siden vise sig, meget sultne deltagere var mødt op, og det blev en skøn aften. Pølserne sydede på grillen, kampene blev afholdt i en herlig atmosfære. Den ordinære turnering endte med en sejr til Runa Brokær, efterfulgt af Jonathan Ørdsdal på andenpladsen og familien Skaarup, henholdsvis Inger og Tage, på 3. og 4. pladsen.

På sådan en skøn aften går man jo ikke hjem, og nogle entusiastiske sportsfolk fortsatte seancen til kl 1.00 om natten, for det hedder jo midnatspetanque! Tak til alle for en herlig aften og for dejlig mad

SENIORPETANQUE

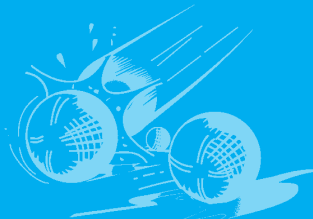
Top-stillingen pr. 17. juli 2013:

103	p.	BOB EMMONDS
100	p.	INGER SKAARUP
97	p.	JEANNE SIMONSEN
83	p.	JANNE BUBANDT JENSEN
81	p.	NIELS SERUP
78	p.	TAGE SKAARUP
72	p.	ANNI POULSEN
69	p.	JYTTE JENSEN
66	p.	HENNING SERUP
61	p.	JANE EMMONDS

I alt har 32 spillere deltaget i de første 16 omgange af senior-petanque

KOMMENDE BEGIVENHEDER

- **3. august**
HORNBÆK OPEN
ca. 100 spillere kæmper om flotte præmier
- **17. august**
KLUBMESTERSKAB I DOUBLE
- **20. september**
KLUBMESTERSKAB I TRIPLE



NOGLE BLIVER FØDT MED EN SØLVSKE I MUNDEN

Det ser ud til, at det i Rasmus Korsholms tilfælde var en guldske. Den 22. juni afholdtes klubmesterskabet i single, 20 spillere var mødt op for at kæmpe om medaljerne. Rasmus vandt alle sine kampe og blev dermed dagens suveræne vinder foran Mads Rasmussen og Frank Christiansen. Sidste år præsterede Rasmus at vinde både mix-double, double og triple. STORT tillykke til Rasmus.



2. RUNDE AF DANSK PETANQUE FORBUNDS SOMMERLANDSTURNERING

Hornbæk Petanque Klub var vært, da anden runde af Sommerlandsturneringen blev afholdt den 15. juni. Solen skinnede fra en skyfri himmel og Dannebrog, som efter sagnet faldt ned fra himlen på netop denne dato, vajede over vores flotte anlæg. Ca. 100 spillere fra nær og fjern var mødt op.

Hornbæk stillede med to hold. Det blev en dag

med succes for begge hold. Danmarksserieholdet øgede sit i forvejen store forspring, så det nu ligner en sikker plads til slutspillene i september om oprykning til 2. division. Regionalholdet spillede sig op på en delt førsteplads med mulighed for deltagelse i slutspillet i september om oprykning til Danmarksserien. Der er lagt op til nogle spændende kampe, når tredje runde afvikles den 10. august.

STRANDPETANQUE, STYRKE 12

Den 6. juli afholdtes årets Strandpetanque turnering. Dagen bød på sol og en strid blæst, der til tider truede med at løfte de medbragte telte til vejrs i konkurrence med windsurferne.

Det blev en herlig dag for de 14 hold, hvoraf de 12 var fra Hornbæk. Det blev til nogle herlige og spændende kampe på et underlag, der stiller store krav til teknik og taktisk sans. Dagens resultat blev en sejr til Tributor fra Fredensborg foran lokale Bjørnebanden. I B-cuppen var det de stærke piger, der gjorde sig gældende. Hagerne vandt således foran De sorte Perler.

En dejlig dag på den skønne Hornbæk Strand, masser af sol, godt humør og godt brugte ben efter en lang dag.

Vinderne af strandpetanque 2013, Tributor.



De i dagens anledning løsladte medlemmer af Bjørnebanden kom ind på en flot andenplads.



Hagerne.



De sorte perler.

Shell 

Hornbæk

Ndr. Strandvej 359



Havnekiosken Hornbæk Havn

Tlf. 49 70 03 54



FVA

FINN VINDAHL ANDERSEN
VVS-ENTREPRISE A/S

Totalløsninger med Entreprisestyring
Blikkenslagerarbejde - Centralvarme og Fjernvarmeanlæg
Gas - Oliefy - Vand - Varme - Sanitet. Autoriseret gas- og vandmester
Autoriseret kloakmester

49 70 06 24

Telefax 49 70 42 24

www.fva-vvs.dk
email : fva@fva-vvs.dk



Engholmvej 6
3100 Hornbæk

SIKKERHED FOR DEM

www.garant.nu

Garant Kvistgård
Kongevejen 322
3490 Kvistgård · 49139494

www.garant.nu

Garant
FOR GULVE OG GARDINER

Stainless CONVEYOR Aps

alt i rustfrit

JENS SCHULTZ

Engholmvej 1 • DK-3100 Hornbæk
Tlf. +45 49 70 05 90 • Fax. +45 49 70 05 96 • E-mail: st.con@get2net.dk

Salon Musette

Margit Fritzboøger

A. R. Friisvej 2 · 3100 Hornbæk
Tlf. 49 70 01 98

BK-revision

Bjarne Kring
Registreret
revisor

Rødtjørnevej 11, Horneby, 3100 Hornbæk
Tlf. 49 70 15 13 · Fax 49 76 15 13
E-mail: BK@BKRevision.dk · www.bkrevision.dk

JAN BORG VVS INSTALLATØR

- Service
- Naturgas
- Fjernvarme
- Badeværelser

Firma 20 13 08 92
Privat 49 70 08 92
Fax 49 70 29 94



Konfirmationstiden nærmere sig. Vi har gode tilbud på fotografering, invitationer og meget andet.
Facebook/foto for evigt * info@fotoforevigt.dk

Barnkob

Barnkob

Registreret Revisionsanpartsselskab
Sennepsbakken 15 · 3100 Hornbæk
Tlf. 70 20 58 29
www.revisorbarnkob.dk



- Hovedentreprenør
- Tilbygninger / ombygninger
- Udskiftning af vinduer
- Snedkeropgaver
- Renovering

49 13 96 22

simon-joergensen@mail.dk

Agernvej 7, 3490 Kvistgård

HAMLET APS

- Snedkermestre
- Maskinsnedkeri
- Tømremestre
- Låsemontører
- Weekend vagt og døgnservice
- ...i takt med tiden



...i takt med tiden

Esrumvej 65 · 3000 Helsingør
Tlf 4921 1818 · Fax 4921 0300

GLARMESTERFIRMAET

J. JENSEN & SØN A/S
GLAS ALU TRÆ

Energiruder – Specialglas – Nye vinduer/døre

Espergærde

49 13 20 74

Helsingør

49 21 07 95

www.glarmester-jensen.dk

WEEKEND VAGT

20 13 20 74

*Viden er god
medicin
– spørg på
apoteket*



HORNBÆK APOTEK

Sauntevej 2 · 3100 Hornbæk · 49 70 00 62

DYHL-EL

Skru ned for el-regningen
Bestil en VARMEPUMPE

**Elektrikeren i
lokalområdet
49 70 49 25
www.dyhl-el.dk**

Formand

Lis Svenning Hansen
Ellevænget 2
3100 Hornbæk
40 40 59 57
formand@hornbaektennis.dk

Kasserer og medlemsregistrering

Tine Bottelet
Borsholmvænget 16
3100 Hornbæk
60 70 97 06
medlem@hornbaektennis.dk

Bestyrelsesmedlem

Per H. O. Larsen
Månevej 9
3100 Hornbæk
26 28 60 88
per@hornbaektennis.dk

Bestyrelsesmedlem

Janne Theilgaard
Hegnet 9, Horsørød
3000 Helsingør
60 63 41 48
janne@hornbaektennis.dk

Bestyrelsesmedlem

Margit Fritzbøger
Holmevænget 13A
3100 Hornbæk
49 70 01 83
margit@hornbaektennis.dk

Bestyrelsesmedlem

Birgitte Park
Edelvej 11
3100 Hornbæk
21 65 45 72
birgitte@hornbaektennis.dk

Bestyrelsessuppleant

Randi Michaelsen
Borsholmvænget 10
3100 Hornbæk
24 24 81 87
randi@hornbaektennis.dk

Bestyrelsessuppleant

Anette Høst
Strædet 11
3100 Hornbæk
49750252
Anette@hornbaektennis.dk

SØNDAG, DEN 9. JUNI fandt den årlige Damefrokostturnering sted. Der var som sædvanligt stort fremmøde, og der blev spillet mange gode kampe. Det blev i år Lis Garhøj, Birgitte Park og Elin Normann, der vandt henholdsvis 1., 2. og 3. præmien. Efter at kampene var afviklet, nød alle spillere godt af den dejlige frokost, der bød på hjemmelavede lækkerier fremtryllet af vore egne mesterkokke. Det blev en dejlig dag, og solen brød frem!



FREDAG, DEN 12. JULI var klubben vært ved et let sommerarrangement omkring grillen. Først blev der spillet tennis, og så blev der grillet! Der var mange, der mødte op, og alle baner blev taget i brug. Tak til Dorrit, som havde det store overblik og sørgede for, at alle kom til at spille. Det blev en rigtig hyggelig aften.



TENNISCAMP FOR BØRN

Det myldrede med glade børn på banerne i Hornbæk i dagene 15. - 18. juli. Der var i år tilmeldt 57, og alle mødte op. Vejret viste sig fra sin bedste side, og der blev spillet på livet løs under kyndig vejledning fra de 8 trænere, der sørgede for, at alle var i gang på banerne.



TRÆNING

Træningen med Maria Jespersen har været en stor succes. Efter en velfortjent ferie genoptager Maria træningen af både børn og voksne mandag, den 12. august med sidste træningsdag mandag, den 26. august.

Husk at det fortsat er muligt at leje boldkanonen. Det koster kr. 25.- i timen. Boldkanonen reserveres på samme måde som ved gæstespil, dvs. medlemsnummer samt kode for boldkanon, 1005.

OBS. Da det nu er begyndt at blive tidligere mørkt, spilles mandagstræf og grilltennis nu mellem kl. 17,00-19.00.

SÆT



I KALENDEREN

Venskabskampen mod Gilleleje er foreløbig fastsat til søndag, den 18. august. Se efter opslag i klubhuset og på hjemmesiden omkring tilmelding og nærmere oplysninger. Udekampen mod Gilleleje måtte i forsommeren desværre aflyses på grund af manglende tilslutning fra Hornbæk! Vi håber, at mange vil være med nu, det er på hjemmebane, så vi kan fortsætte den gode tradition.

Vi er altid glade for en hjælpende hånd.

Tak til Kell, der ikke blot har malet brættet mellem bane 1 og 2, men også sørget for at reparere og male terrassens borde og stole. Jeanne og Dorrit gør ien stor indsats for, at ukrudtet ikke får lov til at brede sig.

Coaching og sparring for alle aldersklasser

ANNE-BELLE

Id coach og psykoterapeut

24 82 90 99

check mig ud på www.anne-Belle.dk



HORNBÆK KULTURNAT 2013

Folkene bag kulturnatten i Hornbæk afholder Kulturnat den 20. september, ugen før den afholdes i Helsingør og Espergærde.

Dette for at undgå det dilemmaet i familien om hvor vi skal tage hen. Nu kan hele kommunens borgere kigge forbi Hornbæk den 20. september og Hornbækkerne kan vælge imellem Espergærde og Helsingør den 27. september.

Allerede nu er der programsat mange spændende tilbud i Hornbæk, og har DU/I nogle gode ideer så mail dem til Lisbeth på biblioteket lje68@helsbib.dk senest den 1. august.

Vi ses til Kulturnatten i Hornbæk den 20. september.

**NU OGSÅ ÅBEN
om SØNDAGEN
i Hornbæk
kl. 10⁰⁰-14⁰⁰**

Flügger farver

Ndr. Strandvej 348, 3100 Hornbæk, Tlf.: 49 70 02 56

Åbningstider:

Mandag-torsdag: kl. 9-17:30

Fredag: kl. 9-18

Lørdag:

kl. 9-14

Søndag: kl. 10-14



BOSCH Solar moduler c-Si M60 S

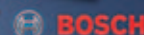
• Vindby leverer løsninger med eksklusivt sort montagesystem og skjult kabelføring

SOLCELLECARPORT

• Med ydelse fra 2,2-4,4 kWp



VINDBY
Vedvarende energiløsninger



Karl Olsens Vej 2 • 3100 Hornbæk

Tlf.: 63 43 31 61 • Fax: 63 43 31 62

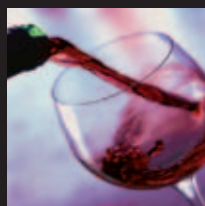
Mail: info@vindby.com • Web: www.vindby.com

HUSK VORES ANNONCØRER NÅR DU HANDLER
– **DE STØTTER DEN LOKALE IDRÆT**

Super
Brugsen

Vi er i gang med at oprette Hornbæk
Vinklub, er du interesseret i at høre
mere så send en mail til
hjarne.mikkelsen@superbrugsen.dk
skriv vinklub.'

SuperBrugsen Hornbæk
Sauntevej 1
3100 Hornbæk
Tlf.: 49 70 19 84



HAJ VVS ApS



Solceller er godt
for både miljøet og
din pengepung!
(Tilbagebetalingstider på ned
til 8 år.)



Vi vil gerne give dig et tilbud på solceller.
Tlf: 49 22 37 16 - Din lokale GVS mester
www.gvsmester.dk

Hvis du har 150.000 kr. til investering kan du:

1. Indsætte pengene på en højrentekonto 3%.
Afkastet p.a. er 4.500 kr. før skat.
2. Købe eget solcelleanlæg.
Afkastet p.a. er op til 15.000 kr. SKATTEFRIT.

KATHØJ KLOAKSERVICE

- Kloakservice
- Slamsuger
- Spul og rens
- TV-inspektion



49 75 86 50

Kathøj Kloakservice
Kathøjvej 2 • 3080 Tikøb



Kan du holde balancen?

DØSSING & PARTNERE ved, at det kan være en svær balance-
gang at få styr på virksomhedens regnskab. Vi kan hjælpe dig,
hvis du har brug for sparring
og rådgivning omkring din
virksomheds økonomi.

DØSSING & PARTNERE
Revisionsinteressentskab



TELEFON 48 24 73 14

WWW.DOSSING.DK

HUSK VORES ANNONCØRER NÅR DU HANDLER – DE STØTTER DEN LOKALE IDRÆT



Hornbæk ForeningsFitness

Formand

John Høholt Larsen
Nørregårdsvej 8B
3100 Hornbæk
Tlf. 4072 5220
e-mail: John.H.Larsen@DanBolg.dk

Kasserer

Henrik Olsen
Drejervej 17
3100 Hornbæk
Tlf. 2332 1475
E-mail: henrik@olsen-mail.dk

Dinna Arensbak
Hindbærvej 11
3100 Hornbæk
Tlf. 3023 2673
E-mail: dka@arensbak.com

Jørgen Dalbech
Søvænget 15
3100 Hornbæk
Tlf. 2323 3937
E-mail: Grummerne@mail.dk

Jesper Christensen
Stjernevej 9
3100 Hornbæk
Tlf. 2074 3888
E-mail: j.christ@privat.dk

Medlemsregistrering

Charlotte Høholt Larsen
Nørregårdsvej 8B
3100 Hornbæk
Tlf. 2333 3025
E-mail: charlotte.hoholt@sca.com



Hornbæk skytteforening

Hornbæk Skytteforening

14. Skyttekreds Hornbæk

Formand

Nicolaj Westergaard
Stjernevej 17
3100 Hornbæk
tlf. 49 70 12 57

Næstformand

Jørgen Ahrendt-Jensen
Hornbækvej 992
3100 Hornbæk
tlf. 49 70 10 64

Kasserer

Karen Ahrendt-Jensen
Hornbækvej 992
3100 Hornbæk
tlf. 49 70 10 64

Sekretær

Kirsten Jørgensen
Sommervej 21
3100 Hornbæk
tlf. 49 70 11 32
kirsten-vagn@mail.dk

Bestyrelsesmedlem

Chr. Andersen
Mælkevejen 3
3100 Hornbæk
tlf. 49 70 30 85

Bestyrelsesmedlem

Jens Schultz
Toftemosevej 17
3100 Hornbæk
tlf. 49 70 28 31

Bestyrelsesmedlem – pistolafdeling

Henrik Gosch
Rørsangervej 92
3080 Tikøb
tlf. 25 34 08 60



Fodboldens Venner

Stig Petersen
Drejervej 15
3100 Hornbæk
Mobil. 4025 5864

Gitte Pedersen
Hornebyvej 40
3100 Hornbæk
Tlf. 4970 1590
Mobil. 5155 3702

Ulrich Hjorth-Moritzsen
Klokkestøbervej 8
3100 Hornbæk
Tlf. 4970 1703

Jørgen Olsen
Ellekildehavevej 41
3140 Ålsgårde
Tlf. 2525 5626

Lone Jacobsen
Stjernevej 30
3100 Hornbæk
Tlf. 4970 0160

Jens Bertram
Solvej 23
3100 Hornbæk
Mobil 25217706
bossen@bertrams.dk

John Sørensen
Toftemosevej 7 A
3100 Hornbæk
Mobil: 2531 1383

Connie Bogattke
Videvænget 1
3100 Hornbæk
Kræmmertelefon:
2940 6790
kram1@mail.dk



Gedden

Formand

Thomas Ratzlaff
thomas@ratzlaff.dk
tlf. 2339 2308
-Klubblad, miljø-kontakter mv.

Kasserer

Lone Kjeldsen
gedden3100@gmail.com
Tlf. 2336 5514
-Ansvar for økonomi
/ indmeldelse

Jacob Thorman

jacobthorman@gmail.com
Tlf. 27292824
- Ansvar for arrangementer

Børge Nilsson

bni@esh.dk
Tlf. 23411574 / 49701134
-Ansvar for klubhus.

Christian Skands

gedden@christianskands.dk
Tlf. 22640801
-Ansvar for hjemmeside.



Bridge

Formand

Steen Jacobsen
Tlf.: 49 70 15 97
Månevej 13B
3100 Hornbæk

Næstformand

Anette Vilsen
Tlf.: 49 70 98 01

Kasserer

Pia Knak Jacobsen
Tlf.: 49 70 15 97

Sekretær

Linda Lerche

Festformand

Hans Bæk
49 70 41 17

4F

Næstformand

Ellen Jørgensen
Tlf: 49 70 14 76
Skovvej 2
3100 Hornbæk

Kasserer

Michael Køner
Tlf: 49 70 10 82
Løvvænget 18 B
3100 Hornbæk

Sekretær

Thomas Jørgensen
Tlf: 49 70 01 57
Holmegårdsvej 21
3100 Hornbæk

Best. Medlem

Lone Bruun
Tlf: 24 63 43 41
Sauntervej 111
3100 Hornbæk

Best. Medlem

Henning Andersen
Tlf: 49 70 24 74
Hornebyvej 59
3100 Hornbæk

Ungdomsafdeling

Best. Medlem
Peter Storminger
Tlf: 49 70 02 15
Vestre Stejlebakke 1
3100 Hornbæk
www.4xf.dk



Bordtennis

Formand

Steen Jørgensen
Sauntevænget 18
3100 Hornbæk
3139 7092
Joergensen.kok@email.dk

Næstformand

Dan Augustinus
Strandvejen 220
3070 Snekkersten
6135 9491
Dan@Augustinus.dk

Kasserer

Claus Jensen
Sræberens Vænge 15 B
3100 Hornbæk
4051 0189
Helleclaus@privat.dk

Sekretær

Thomas Lyng
Sauntevej 55B
3100 Hornbæk
2945 4000
Thomas@lindholmlyng.dk

Bestyrelsesmedlem

Henrik Stage Jensen
Nrd. Strandvej
3100 Hornbæk
6073 1073
Henrikstage@hotmail.dk

Turistforeningen

Formand:

Anette Hjuler
Tlf. 22 14 63 64
E-mail: anettehj@image.dk

Kasserer:

Per Thordal
Tlf. 49 26 22 60
E-mail: brittogper@mail.dk

Best.medl.:

Aase Kjær
Tlf. 49 70 16 35

Best.medl.:

Ann Christin Mahrt
Tlf. 20 25 60 69
E-mail: ann_christin_mahrt@hotmail.com

Best.medl.:

Jonna Fritzen
Tlf. 49 70 23 61
E-mail: Jonnafritzen@stofanet.dk

Olav Berntsen
Tlf. 49704874.
E-mail: danfo@email.dk

Suppleant:

Bo Nue
Tlf. 49700960
E-mail: nuehornbaek@mail.dk

Suppleant:

Jytte Madsen
Tlf. 49 70 34 90
E-mail: jytttem@mail.dk

Turistinformation:

Lisbeth Jensen
Tlf. 49281700/
49281702/48798675
E-mail:
lje68@helsbib.dk



Hornbæk Scenen

Formand

Jacob Scheel
Tlf. 40 91 99 58
E-mail:
scheel_@hotmail.com

Kasserer

Lars Hermansen
Tlf. 28 69 75 80
E-mail:
larshermansen9999@hotmail.com

Bestyrelsesmedlemmer

Lene Johansson
Tlf. 49 71 10 22
E-mail:
Lene.Johansson@mail.dk

Ida Kongsgaard Mathiesen

Tlf. 49 75 00 65
E-mail:
idakongsgaard@mail.dk

Annette Hansen
Tlf. 49 70 18 84
E-mail: ah@falkgeo.dk

Afsender:

Hornbæk Idrætsforening, Carl Bødker Nielsens Vej, 3100 Hornbæk

Hornbæk - Hornebyvej 83**Mange kvm. og direkte til marker og eng**

Som det sidste hus i Hornbæk, nyder man godt af udsigten over markerne mod øst og syd og udsigten til Klosteris Hegn. Man lever med trafikken, og nyder nærheden til naturen og kort afstand til Horneby Engsø. Haven er total ugeneret og p.t. opdelt i henholdsvis prydhave og naturgrund med ældre udhus, hvor der er den skønneste udsigt over marker og enge. Stor flisebelagt gårdsplads giver gode parkeringsforhold foran garagen, og tidligere ejer har anvendt garagen til stort disponibelt rum, vaskerum og fyrrum med oliefyr. Der er ligeledes solpaneler, men ikke nogen garanti for funktionaliteten.

Huset indeholder: Entre med klinkegulve hvorfra der er adgang til stort badeværelse med lyse fliser, meget stor vinkelopholdsstue med skydedørsparti til sydvendt overdækket terrasse, meget hyggeligt køkken/alrum med klinkegulv og dobbeltdør til den sydvendte have og terrasse. 1. sal er indrettet med to store soveværelser - det ene med udsigt over marker samt stor opholdsstue med kvistparti mod syd, hvorfra der er udsigt op til Klosteris Hegn. Stuen kan evt. indrettes til endnu et værelse. En dejlig villa med masser af plads og udsigt.

**Kontant/Udbetaling 1.795.000/90.000****Brutto/Netto 11.656/10.952**

Bolig	Stuer/Værelser	Opført	Grund
159	2/2	1925/1977	1231

Åbningstider:

Mandag - torsdag	09.00 - 17.00
Fredag	09.00 - 15.00
Lørdag	10.00 - 13.00
Søndag	10.00 - 16.00

**Peter Leander · Havnevej 23 · 3100 Hornbæk · Tlf. 4970 2304**

Med Nordea SparOp sætter du automatisk penge i banken, hver gang du betaler med kort



Når du betaler med dit kort, overføres der et aftalt beløb fra den konto, kortet er tilknyttet, til en opsparingskonto. Du kan vælge, at hvert køb rundes op til nærmeste hele 10 eller 50 kr. Eller du kan overføre et fast beløb på 5, 10, 20 eller 50 kr., når du betaler med dit kort. Du bestemmer selv det maksimale beløb, der kan overføres pr. dag.

Du opretter Nordea SparOp ved at gå ind på nordea.dk/sparop.

Gør det muligt