



FORENINGSNYT



Foreningsbladet for Sejs Svejlbæk IF

Nr. 6/06 - August 2006



Der var stor aktivitet på banerne i SSIF i slutningen af juni til det årlige DanBolig Cup

Sejs Svejlbæk IF



Nyt fra tennisklubben

Gymnastik sæsonen 2006/07

DanBolig Cup - fodboldafd.

Fremtiden for SSIF

Første spadestik til det nye
Multihus er taget

Borgerforeningen

Nyt fra borgerforeningen

Lokalrådet

Nyhedsbrev for august

Diverse

Kalenderen "det sker hver uge"
Navne og numre

Indhold i dette nummer

Nyt fra tennisklubben	3
Gymnastik sæson 2006/2007	5
DanBolid Cup - Fantastisk godt stævne	7
Fremtiden for SSIF	9
Borgernyt - nyt fra Borgerforeningen	10
Vindere af SSIF's konkurrence ved torvedagen	11
Nyhedsbrev fra Lokalrådet	12
Første spadestik til Multihuset	14
Løb for livet - indlæg om børn og unges behov for daglig bevægelse	17
Indlæg om sikkerhed på vore side/grusveje	21
Kalenderen	21
Navne og numre i lokalområdet	22

Nyt fra tennisklubben

Af bestyrelsen for tennisklubben

Sæsonens aktiviteter forløber som planlagt.

Tennisskolen var en succes, 12 børn deltog.

Hver mandag kl. 18.00 er der samspil for alle, så det er bare at komme.

Kommende arrangementer:

Tirsdag d. 15. august kl. 17.00:
Træningsaften med Morten Bach,
opslag med tilmelding i klubhuset

Tirsdag d. 19 september: Hans Frantzen fra DTF - her er der mulighed for at lære at slå en topspunden forhånd og tohåndsbaghånd.

Denne aften håber vi rigtig mange af klubbens medlemmer kommer. Det er for yngre og ældre, begyndere og øvede - og vi lover det bliver sjovt.

Søndagsmix kl. 10.00 d. 6. august og 3. september

Grundfos cup finale d. 16. september

Indendørstennis.

Alle der gerne vil spille tennis i vinterhalvåret bedes kontakte formanden. Vi har tider i skolehallen lørdag formiddag og søndag aften.

SEJS AUTO- & MARINECENTER 1/5

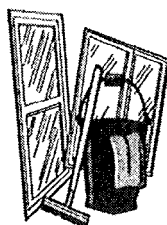
v/Svend og John Poulsen · Julsøvej 33 · Sejs

- Reparation af alle bilmærker samt køb og salg
- Autoopretning
- Aut. forhandling og reparation af VOLVO-PENTAMOTORER
- Forhandling af SUZUKI & MARINER bådmotorer
- Reparation af alle typer bådmotorer



Tlf. 8684 6414

www.sejsmarine.dk



**DEN LOKALE
VINDUESPUDSER**
Rensning af tagrender

v/ Rolf Vestergaard
Tlf.: 86 84 50 21 / 40 29 64 08

Dagli' Brugsen
Frisk, billig og lige i nærheden
JULSØVEJ 91 - SEJS
MANDAG - SØNDAG 8.00 - 20.00

Alt i El-installationer



N. C. Schmidt

Enebærsvængen 4 · Tlf. 86 84 67 10
Billif. 40 27 94 10

SEJS

MALERFORRETNING

HANS RINDOM HANSEN
KRUSEMYNTE VEJ 5 8600 SILKEBORG

86 84 65 22

BIL 20 22 55 59 FAX 86 84 65 23

UNGBANK

PENGE = SJOV

især hvis du har en konto i UngBank. Her er masser af muligheder – både for dig og dine penge. Klik på Internettet under www.ungbank.dk og bestil den smarte T-shirt gratis, deltag i events og andet sjovt, opnå fordele og meget mere.



Du kan også bestille den smarte T-shirt ved at indsende kuponen til UngBank, Herningvej, 8600 Silkeborg

JA, tak. Jeg vil gerne vide mere om UngBank og have tilsendt en T-shirt gratis!

Navn: _____
Adresse: _____
Alder: _____ Mobilnr.: _____
e-mail: _____



FOLKESPAREKASSEN

Gymnastik sæson 2006/2007

Af Trine Rold, formand for gymnastikafd.

Der skal ikke være nogen hemmelighed at vi stadig mangler en del instruktører til næste sæson. Med det følgende håber vi på, at kunne lokke flere ”skabs” gymnastikinstruktører frem.

Vi har en målsætning om at der skal være 1-2 voksne instruktører på alle holdene, som har ansvaret for den overordnede planlægning. Desuden skal der være et antal hjælpetrænere, efter de ansvarlige instruktørers behov.

Erfaring indenfor gymnastik er dejligt, men absolut ikke nødvendigt. Vi vil gerne betale kurser eller sørge for støtte og vejledning.

Har du erfaring og lyst til at lede andre typer hold, end vi har haft hidtil, er du meget velkommen til at kontakte os. Vi vil også gerne høre fra dig, hvis du kan afløse på hold engang i mellem.

Vi har et ønske om, at kunne tilbyde plads på holdene til alle dem, der gerne vil gå til gymnastik, så derfor bliver det rigtig mange hold. Vi håber og tror på, at det kan lykkes.

**Akut mangler vi til:
Puslinge (1-3 år med forældre) Der er basis for 3 hold, så vi mangler til et hold.**

Spilopperne (piger 4-5 år)

Mini tarzan (drengene 4-5 år)

Spring drenge 3-5 kl.

Sæsonstart for gymnastik er i uge 37. Det endelige program kommer så hurtigt som muligt på hjemmesiden (www.sejssvejbaek-if.dk/gymnastik), og med næste Foreningsnyt.

På gymnastikbestyrelsens vegne
Trine Rold, Formand
8620 1484 / tmm@mail.dk



Mini-graver
Mini-læsser
Fræser

GEIR TOBIASSEN
LYNGVEJ 43
SEJS
8600 SILKEBORG

TELEFON: 86 84 59 06
MOBIL: 40 10 26 52
E-MAIL: geiree@tiscali.dk



MURER og AUT. KLOAKMESTER
KNUD E. KRISTIANSEN

Sejs Søvej 10 - 8600 Silkeborg
Tlf. 86 84 54 20 Bil 26 80 54 20

pb teknik
MUSIC EQUIPMENT

Strandvejen 6 · Sejs · 8600 Silkeborg

Salg · Service · Reparation

86 84 65 92

Biltlf. 40 53 55 92 · Fax 86 84 65 96



Sortbærvej 89 · 8600 Silkeborg
Tlf. 86 84 50 24 · Mobil 23 46 26 05

GARDINER *Lige til døren.....*

- ✓ Gratis opmåling..
- ✓ Personlig vejledning..
- ✓ Rimelige priser...
- ✓ Perfekt syning...
- ✓ Tilbud der holder...



70 27 54 00

GARDINMANDEN

Ole Overgaard

LYS · KRAFT · VARME · INDUSTRI · EDB · HVIDEVARER



GEORG BALLE
AUT. INSTALLATØR

PRIVAT: TLF. 86 84 67 21 · BIL 20 29 50 42
ENEBAERVÆNGET 1 · SEJS · 8600 SILKEBORG



Navervej 4 · 8600 Silkeborg · Tlf. 86 82 80 00

INTERSPORT
BØGILD SPORT

DanBolig Cup / Sejs Cup Fantastisk godt stævne

Af Tommi Kirkegård - Fodboldformand

Vi har i år haft et fantastisk flot fodboldstævne, alt fungerede stort set upåklageligt. Vejret var godt, folk var glade og alle dem som gav en hjælpende hånd gjorde det med smil på læben.

Vi startede fredag eftermiddag med de første kampe og sluttede søndag middag med finalekampene, hvorefter der var præmieoverrækkelse.

Vi har fået utrolig mange positive tilbagemeldinger på stævnet, og det bygger vi selvfølgelig videre på (evalueringsmøde d.29/8 kl. 19:00 i klubhuset).

Alle vi har haft med at gøre lige fra leverandører til sponsorer, til skolen/Benny, pedellen, til hjælpere og tilskuere/forældre har haft et fantastisk godt humør og gå på mod, og det vil vi i stævneudvalget gerne sige tak for.

Der skal også lyde en stor tak til Frank og Dorthe i klubhuset for deres opbakning denne weekend.

Økonomisk ser det nu fornuftigt ud. Efter vi sidste år havde et rekordlavt overskud, er vi nu tilbage på rette vej og vi har nu lært, hvordan vi kommer



tilbage til det beløb vi tidligere har tjent og som er nødvendigt for at vi kan køre en fodboldafd., som vi gerne vil.

Vi vil næste sæson igen rykke på datoen for stævnet, nemlig sammen med skolernes sommerferie, som flytter tættere på juli mdr.

Her til sidst vil jeg gerne igen sige en STOR TAK til alle vore SPONSORER - HJÆLPERE - LEVERANDØRER - SKOLEN - og SEJS FODBOLD for den kanon gode oplevelse det har været at være en del af dette stævne. MANGE TAK.

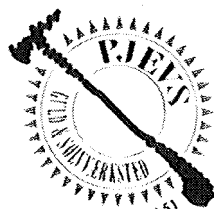
Jeg håber alle igen næste år vil deltage på samme vilkår, Jeg vil selv involvere mig endnu mere, da jeg til nytår går af som fodboldformand, og derfor får lidt bedre tid til at hjælpe resten af udvalget med detaljerne.

Tak for stævne 2006 – vi ses i 2007.



Knudlundvej 8 - 8653 Them
Tlf 86101500 - www.siim.dk

Pokaler
og gravering



Søndergade 19 - 8600 Silkeborg - Tlf.: 86 80 54 51

... kig
ind til
Den lille Guldsmed
på Søndergade 19



Sejs-Fysioterapi
V/fysioterapeut Henrik Gustafsen
Lyngvej 21, Sejs
Tlf. 21 43 39 70
www.sejs-fysioterapi.dk



REMA
1000

- discount uden alt det sure

Nyt hus – nye muligheder..! Fremtiden for SSIF

Af Hovedbestyrelsen for SSIF

Hvad kan vi bruge det nye Multihus til?
Hvilke nye aktiviteter skal SSIF
arbejde for?

Har du gode ideer eller er du bare
interesseret i at være med i debatten, så
mød op i Klubhuset på Julsøvej lørdag
den 9. september kl. 10 til 16.

Det har længe været et stort ønske for
foreningen at sætte gang i en debat om
de aktiviteter vi i dag tilbyder og hvilke
andre vi skal tage fat på. Ligeledes
ønsker vi en snak om, hvordan en
fremtidig organisering af foreningen
skal være for at tilfredsstille fremtidens
brugere.

Skal en idrætsforening også beskæftige
sig med kultur? - evt. i samarbejde med
andre af lokalområdets foreninger.

SSIF står i dag for at Foreningsnyt
udgives ca. 10 gange om året. Har du
ideer til forbedringer?

Klubvennerne er en del af foreningen,
men har ikke været aktiv i flere år. De
stod for eksempel for byfest mv. Skal
der sættes gang i det igen eller har
du ideer til andre måder at skabe liv i
byen?

Der er nok at tage fat på og en lørdag
er ikke nok, men kan være en god
begyndelse.

Vi forsøger at alliere os med en
konsulent fra DGI Midtjylland, som
vil give et oplæg og hjælpe os gennem
dagen.

Der bliver serveret kaffe og brød
(frokost) i løbet af dagen. Drikkevarer
herudover står for egen regning.

Tilmelding er ikke nødvendig, men af
hensyn til forplejning vil vi gerne have
besked, hvis du allerede nu ved du vil
deltage. Ring til: Frank i Hallen på tel.
86846784 eller Poul på tel. 86845624.

SHARP
-Scan -Print -Farve -Kopi

Borgernyt



Billeder fra dette års torvedag.

Af Sejs-Svejbæk Borgerforening

Siden sidst

Succes - så ubeskedne kan vi vist godt kalde præmieren på den fremover årligt tilbagevendende torvedag med deltagelse af de lokale forretninger, lokale handlende og lokale foreninger. Der var gode tilbud, som solgte godt, ikke kun fra forretningerne som Rema1000 og Dagli'Brugsen, men også fx Bøjlefabrikken, Kære Hjem og blomsterbutikkerne havde godt salg. Blandt foreningerne fandt vi bl.a. idrætsforeningen og pensionistforeningen, og selvfølgelig var vi også selv til stede. Med støtte fra Dagli'Brugsen og Rema1000 stod borgerforeningen for serveringen af kaffe og rundstykker, mens Slagter Bo sørgede for grillede pølser. Der vil naturligt blive ændringer til

næste års arrangement, når denne torvedag er evalueret, bl.a. vil torvedagen nok falde tidligere på forsommeren og strække sig over flere timer, samt at der skal ske en kraftigere annoncering. Vi takker for godt samarbejde og på gensyn til næste år.

I år viste vejret sig fra den gode, men køligt blæsende side ved Sct. Hans-arrangementet ved Valdemars Vig. Alligevel kunne det samle ca. 250 mennesker omkring bålet, idrætsforeningens formand Poul Mortensen holdt båletalen, og Midsommervisen m.fl. blev afsunget under kyndig ledelse af Connie Skovgaard, der i øvrigt er en rutineret aktør ved vores teater. Belært fra sidste år, var der i år sørget for rigelige mængder snobrødsdej, øl, vand og pølser.

Christine-prisen 2006

Det er tid for indstilling af kandidater til modtagelse af dette års Christine-pris. Kandidaterne, som både kan være enkeltpersoner, grupper eller foreninger, skal på positiv måde have gjort noget for området eller samfundet i Sejs/Svejbæk. Er der en eller flere personer, du synes trænger til et skulderklap for deres indsats for området, så send et lille brev til Maja Gulbæk, Enebærvej 22, med kandidatens navn, adresse og begrundelse - husk afsender. Indstillinger skal være modtaget senest 1.9.2006.

Kunstudstilling

Igen i år afholdes kunstudstillingen i efterårsferien. Skulle der blandt borgerne, og her tænkes især på de seneste års mange tilflyttere, være en habil kunstner, som vi ikke har kontakt med, og som gerne vil deltage i udstillingen, så kontakt Peter Fahnøe på tlf. 8684 6269.

Teater

Vi mangler skuespillere, statistere samt hjælpere af enhver slags (kulissefolk, syersker, handyman m/k), kontakt Maja på tlf 2331 0267, hvis du vil være med på eller bagved scenen. Vi opfører 'Landmandsliv' den 24. og 25. november.

Vindere af SSIF's konkurrence

I forbindelse med torvedagen havde SSIF på deres stand en konkurrence. "Gæt medlemstal og vind et års gratis kontingent."

Af de deltagende personer havde ingen alle rigtige, så der udløses ingen 1. præmie, men da to havde 4 rigtige, har vi fundet et par gaver til **Käte Dandanell** og **Maj Wittorff Hansen**.

De rigtige medlemstal for medlemmer under 25 år pr. 1. 1.06 er:

Badminton:	152
Fodbold:	283
Gymnastik:	242
Håndbold:	77
Tennis:	67

Nyhedsbrev fra Sejs-Svejbæk Lokalråd - august 2006

Logokonkurrence

Er du en kreativ sjæl med sans for kvikke, opsigtsvækkende, enkle eller muntre streger, så er det dig vi har brug for til at skabe vores nye logo. Sejs-Svejbæk Lokalråd har endnu ikke et logo. Men vi vil gerne have et logo, som signalerer hvem vi er og hvad der kendetegner vores lokalområde. Logoet skal bruges på vores hjemmeside, i nyhedsbreve og andet materiale som vi udsender.

Derfor udskriver vi nu en logokonkurrence, som alle med bopæl i området kan deltage i. Forslag til logo afleveres til Helle Busk, Brombærvej 12, senest søndag den 1. oktober.

Alle indsendte forslag udstilles på kunstudstillingen i efterårsferien på Sejs Skole og vinderen af konkurrencen udpeges i forbindelse med ferniseringen på udstillingens første dag, den 14. oktober. Vinderen af konkurrencen modtager en købmandskurv.

De nærmere betingelser for at deltage i konkurrencen finder du på vores hjemmeside eller ved at ringe til formanden for lokalrådet, Helle Busk på tlf. 86 84 53 94.

Tre arbejdsgrupper i gang

De første møder i de nyetablerede arbejdsgrupper blev holdt i juni måned, og alle tre arbejdsgrupper har nu holdt deres indledende møde. Her drøftede de fremmødte hvad grupperne ønsker at beskæftige sig med.

Grupperne er, som omtalt i juni måneds nyhedsbrev:

Trafiksikkerhed (kontaktperson: Chr. O. Aagaard)

Jernbaneoverkørsler (kontaktperson: Maja Gulbæk)

Naturen i Sejs-Svejbæk (kontaktpersoner Helle Busk og Poul Mortensen)

Der er naturligvis plads til flere i arbejdsgrupperne, så har du lyst til at være med, er du velkommen til at henvende dig til os. For at være med skal du bo i området, og du må gerne være under 18 år.

Referater fra arbejdsgruppernes møder kan læses på hjemmesiden, hvor du også kan finde kontaktoplysninger.

Samarbejde med kommunen og med andre lokalråd

Sejs-Svejbæk Lokalråd står ikke alene. Tværtimod har vi løbende kontakt med Nærdemokratiudvalget i Silkeborg Kommune og med de øvrige lokalråd i den kommende Ny Silkeborg Kommune. I løbet af foråret er der holdt flere møder mellem lokalrådene og kommunen blandt andet om, hvordan det fremtidige samarbejde skal fungere, når den nye kommune bliver til virkelighed fra 1. januar 2007. Som et resultat heraf bliver der i slutningen af august valgt tre repræsentanter for lokalrådene til at sidde med ved bordet sammen med byrådspolitikerne i Nærdemokratiudvalget.

Vil du vide mere, så kan du finde os på:
www.nysilkeborgkommune.dk/demokrati

Første spadestik til Multihuset

Fredag den 2. juni blev det første spadestik taget til Multihusbyggeriet. En lille trofast skare var mødt op for at festligholde denne dag.



Her diskuteres hvordan spaden mon ser ud.



Talen holdes af Hans Nielsen fra Klubhusfonden, som lovede at følge byggeriet meget tæt.



Øverst tv:
Så lyttes der andægtigt til talen.

Midt tv:
Det var ikke kun et spadestik, men her de første 4 udført af fra venstre Hans Nielsen, formand for byggeudvalg, Torben Iversen, Arbejdernes Landsbank, Jørn Würtz, formand for kommunens planlægningsudvalg og Keld Meldgaard, formand for Fonden.



Nederst tv:
Som yderligere hjælp til entreprenøren blev tre nye sat til spaderne. Her fra venstre Jens Peter Boes, formand for Fælleshuset, Maja Gulbæk, formand for Borgerforeningen og Poul Mortensen, formand for SSIF.

Nederst th:
Efterfølgende blev der budt på mad og drikke i klubhuscaféret.



P.H. BYG SEJS
TØMRER- OG SNEDKERFIRMA
v/Per Henriksen Brombærvej 8 · Silkeborg
• Nybyggeri • Vinduer/døre
• Ombygning • Glas/fugning
• Reparation • Udestuer m.m.
• Totalentrepriser • Tagetager
www.phbygsilkeborg.dk
Tlf. 8684 5045 · Bil 2078 8045
P.S. Egen hjælp kan indgå...

LYNGE PAPIR & KONTOR
86 82 55 66
Fax 86 82 55 57
- Alt til kontoret -

**Hennings
Electronic**

Julsøvej 28

**UDESTUER / VINTERHAVER
CARPORTE / HEGN
OM- OG TILBYGNINGER**

C. K. MONTAGE
TLF. 86 84 62 37 · BILTLF. 30 27 88 80

CYKELBIKSEN
Julsøvej 60, Sejs, 8600 Silkeborg
TLF. 86 84 68 23

Mandag – fredag 16 – 18

SKOLEMONTERING

Hårupvænget 22 A Tlf. 8684 5633
DK-8600 Silkeborg Fax 8684 6264

VVS EXPERTEN Aps
IVAN DUCH
86 84 52 44



**Vi vil gøre
næsten alt for,
at du kan føle
dig hjemme**

Du er velkommen til at komme
ind og få et gratis økonomitjek

JYSKE BANK

Julsøvej 45, Sejs, Silkeborg, tlf. 8724 4848
seis@iuskebank.dk • www.iuskebank.dk

Løb for livet

Børn skal mindst bevæge sig en time dagligt og voksne mindst 30 min. Det bliver blæst ud i hovedet på os. Nogle gør det, andre gør ikke, og få gør mere end det.

Et indlæg i debatten om børn og unges behov for daglig bevægelse. Kasper skrev denne stil i 1. g. Inspirationen er hentet fra egen deltagelse i 3 maratonløb.

Af Kasper Gaardsted Mortensen

I takt med udviklingen af interaktivt legetøj er vores yngste generationer blevet mindre aktive. Siger de kloge i hvert fald. Børn - og voksne for den sags skyld - er simpelthen blevet nogle dovne svin, der ikke gider svede. Det skal der gøres noget ved her og nu, ellers ender vi i en verden, hvor kun budbringerne, der bringer varer ud til alle de dovne mennesker, er slanke. Eller hvad?! Hvad med os der er brandaktive og vores omgangskreds ligeså. Hvor-for skal vi hele tiden høre på, at vi er blevet dovne og fedme bliver verdens undergang? Nej, vi er tynde og vi er sunde. Vi løber, vi spiller fodbold, vi svømmer, vi kan ikke lade være med at røre os og få en ordentlig svedetur. Kan de folk, der ifølge de kloge hoveder, ikke er aktive nok ikke bare komme i gang? Så slipper vi også for at se på fede små børn og deres enorme forældre. Alle kan da lide at bevæge sig. At løbe. Det er bare ikke gået op for folket. Mennesker gemmer sig bag stress og bunker af papirer for at slippe for at løbe en tur eller tage ned og spille badminton med de andre midaldrende. ”Jeg



Kasper med medalje for gennemført maraton i Amsterdam 2005.

Lige kommet i mål i København maraton 2006

har en mindre skade, som jeg er bange for går op igen, hvis jeg begynder”, er en vældig brugt sætning hos de syndere, der er oppe i årene. Nede i de yngre rækker er der bare andre ting, der er mere interessante. De har fået andre ting i hovedet fra opdragelsen. De internaliserer forældrenes værdier og levevis, så selvfølgelig er det forældrene der skal vise børnene, hvor dejligt og befriende det er at få sved på kroppen, og være aktiv i længere tid end de 2 min. det tager at gå hen til skolebussen.

Løb for livet

Nogle mennesker gør op med samfundets opråben om fedme-epidemien og dyrker sport. Meget sport. Nærmere ekstrem sport.

fortsættes på næste side.

Løb for livet

fortsat fra forrige side.

I den lille by Ødum bor en mand på 57 år. Han er en ganske almindelig mand, med en lederstilling, kone og to børn, og en have der trænger til at slankekur. Men under overfladen er han langt fra almindelig. Han har en hel kavalkade af blod, sved og tårer bag sig. 11 for at være helt nøjagtig.

Ikke mindre end 11 medaljer fra maraton'er fra hele verden hænger hjemme på væggen til påmindelse om udfordringen, overvindelse og lettelsen. Martin Sørensen er navnet. Maratonløber Martin Sørensen. "Hvorfor løber du?" "Det er ikke blot for at holde mig i form, at jeg løber så meget, men det er også fornøjelsen, der plejes," siger han over den kop kaffe han så venligt har budt mig på. Martin fortæller ydmygt om sine bedrifter: "Jeg har snart løbet alle de store europæiske løb: Paris, Amsterdam, Berlin, Stockholm, København osv. Det har alle været store oplevelser, og nu drømmer jeg bare om at komme til New York Marathon!"

New York Marathon er et løb, der hvert år tiltrækker mere end 85.000 mennesker og ses af 260 mio. seere verden over. Den berømte slutlinie i Central Park er et stort tiltrækningsplaster.

„Det skal jo ikke være en hemmelighed, at du er 57 år gammel! Er det noget problem for dig?"

„Man kan godt mærke, at man er kommet op i årene. Musklerne og ledene er ikke, hvad de har været. Men jeg agter at blive ved... lige til jeg dratter om af det havde jeg nær sagt!"

Løb er en lige så stor ting som persillesovs er for stegt flæsk for Martin og hans familie. Selv den 22-årige søn rider med på bølgen, og skal ud og overvinde sig selv for 3. gang. Det er vigtigt at være med, når der løbes maraton, og de konkurrerer indbyrdes.

Glædessmerten

37 km står der på skiltet. Kom nu, der er ikke langt igen. Det skal gøre ondt. Kom så, du kan ikke svigte nu. Kig på alle tilskuerne. De står og klapper og hujer af mig. Hepper. Kommer med opmuntrende sætninger. Rundt om hjørnet. Videre hen ad asfaltvejen. Overhaler nogle gående. Bliver overhalet. Smerten stikker i lår- og lægmuskler. Kæmp nu videre. Ah, vand. En banan. Hurtigt videre. 40 km. Lidt over 2 igen, kom så. Det er ikke noget problem. Kigger op. Himlen er blå med få skyer, der står folk på altanerne med flag og øl. Av. Benene løber helt automatisk. Kæmp nu. Det føles uendelig langsomt. 42 km. Endelig. De sidste 195 meter. Den sidste anstrengelse.

Smerten står skarpt i hans ansigt, da han nærmer sig mållinien. Hans trøje er drivvåd, skoene faldefærdige, øjnene flakkende. Han nærmer sig mål. Benene bliver kastet frem. Mållinien nås. Lettelsen, stoltheden, overvindelsen er ikke til at tage fejl af. Trætheden fader væk og et smil kommer frem, da en ung pige hænger medaljen omkring det hoved, der førte kroppen sikkert igennem kampen. Kampen mod kroppen og en kamp mod smerten. Endnu en sejr er i hus og skatten kan bringes til huse på væggen ved siden af de 11 andre.

Opfordringen

"Et maraton er jo ikke bare et maraton. Det er et samlingspunkt, et knudepunkt, et fast punkt. Noget vi kan samles om i store flokke, som vi ved, hvad er. Det er en kæmpe oplevelse, ikke mindst for løberne, men også alle dem der står udenfor løberuten. De er alle sammen med til at gøre det til noget helt specielt at løbe. At bevæge sig. Gå derud. Gå derud og oplev friheden. Tag skoene på og mærk, hvordan jeres såkaldte stress om end ikke forsvinder, så bliver

lige gyldig for jer. Forestil dig en stund kun med dig selv og din krop, i naturen som den nu er skabt. Væk fra alt den daglige larm, og skab indre ro. Blot for en stund. Men det er fuldstændigt. Det er vidunderligt."

Hvorfor ikke gå ud og prøve det?! Prøv verden. Lad dig ikke narre af dens billige tricks, der trækker dig ned i dovenskaben. Stram op og sved. Vi vil alle svede i fællesskab. Det er den rigtige ånd. Løb for livet.



SLAGTER BO
SEJS TLF. 86 84 64 24
-til hverdag og fest...
Din Slagter er Bedst!

CHR. SCHOU
VARMEMÅLERE VVS-INSTALLATØR
Østergade 7 · 8600 Silkeborg · Tlf. 86 82 12 33

Alperosen
v/ Heidi Sjogren

Tranebær Vej 6, sejs
Tlf.nr 23 403 405
www.alperosen.dk



Få et OK Benzinkort til billig benzin og diesel og styrk Sejs/Svejbæk Idrætsforening.

OK støtter lokalt

OK er altid billig med benzin, samtidig støtter OK forskellige foreninger og klubber, bl.a. Sejs/Svejbæk Idrætsforening.

Så kom og få et OK Benzinkort, så giver vi et beløb til foreningen, hver gang du tanker hos os.

Med et OK Benzinkort får du:

- altid billig benzin
- rente- og gebyrfrri brug
- mere end 535 tanksteder i Danmark
- mulighed for at tanke i Norge og Sverige
- en månedlig opgørelse
- kort til broafgift på Storebæltsbroen og Øresundsbron®

Dagli' Brugsen
Sejs

OK
ALTID BILLIG BENZIN

Sikkerhed på vore side/grusveje her i Sejs – Svejbæk.

Af **Jonna Christensen, Gyvelvej 5.**

Ikke nok med at det støver meget, men der bliver også kørt alt for stærkt - især på Gyvelvej - da det er tæt på forretningerne.

Men tænk på børnene der måske løber eller cykler ud fra indkørslerne, så det

ville være dejligt hvis man satte farten ned.

Med andre ord, større sikkerhed, mindre støv.

God sommer.

KALENDEREN

Det sker hver uge i Sejs Svejbæk

MANDAG

10.00 Stavgang v/ Elise Eskesen. 3-5 km i langsomt tempo.
Start ved klubhuset

TIRSDAG

10.00 Stavgang v/ Elise Eskesen. 5-10 km i normalt tempo.
Start ved klubhuset
13.30 - ca. 16.30 Kortspil i klubhusets cafeteria

ONSDAG

17.00 Stavgang v/ Elise Eskesen. 5-10 km i normalt tempo.
Start ved klubhuset

TORS DAG

FREDAG

LØRDAG

Stof til kalenderen

Hvis din lokalforening har et eller flere ugentlige arrangementer I gerne vil have tilføjet kalenderen så ring eller send en mail til redaktøren på: foreningsnyt@sejssvejbæk-if.dk.

Sejs Svejlbæk IF Hoved- og underafdelinger

Sejs-Svejbæk Idrætsforening

www.sejssvejbaek-if.dk

Formand:

Poul Mortensen, Tyttebærvej 23 8684 5624
formand@sejssvejbaek-if.dk

Næstformand:

Ib Lauritzen, Georg Krügersvej 180 8684 5624
ib.lauritzen@mail.dk

Kasserer:

Eva Morsbøl, Lynggårdsvej 28, C 8684 5903
eva@morsboel-partnere.dk

Sekretær:

Mette Bruhn, 8684 5780
dohn@mikkelsen.mail.dk

Badminton - www.sejsbadminton.dk

Formand:

Per Christensen, 8684 5166
per@sejsbadminton.dk

Kasserer:

Karin Velbæk, Svejbæk Banesti 4, 8684 5448
karinvelbaek@mail.dk

Fodbold - www.sejssvejbaek-if.dk/fodbold

Formand:

Tommi Kirkegaard, 8681 4462
tommi.kia@webspeed.dk

Kasserer:

Flemming Jegsen, Ålykkevej 6, 8684 5950
jegsen@post.tele.dk

Håndbold - www.sejssvejbaek-if.dk/handbold

Formand:

Karsten Skov, Julsøvej 102 8684 6160

Kasserer:

Eva Morsbøl, Lynggårdsvej 28, C 8684 5903
eva@morsboel-partnere.dk

Gymnastik

- www.sejssvejbaek-if.dk/gymnastik

Formand:

Trine Rold, Lyngvej 27, 8620 1484
ttmm@mail.dk

Kasserer:

Charlotte Nielsen, Kildevej 3, 8684 6443
charlotte-n@hotmail.com

Spørgsmål ang. hold:

Ulla Westendorp, Stengårdsvej 4, 8684 5593

Tennis - www.sejssvejbaek-if.dk/tennis

Formand:

Gitte Strøm, Srandvejen 3A 8684 5099
stroem@tdcspc.dk

Kasserer:

Erik Brydegård, Lyngvej 29 B 8684 4494
ebr@solar.dk

Motions- og fitnessafdeling

- www.sejssvejbaek-if.dk/fitness

Kontakt person:

Ditte Hedelund, 8684 5166

Klubhuset

Cafeteriet Klubhuset

v/ Frank Nygaard, Julsøvej 126 8684 6784
fany@mail.tele.dk

Fælleshuset

Formand:

Jens Peter Boes, Timianvej 4, 8684 6232

Udlejning:

Bent Pedersen, Julsøvej 204, 8684 6355
bent-p@mail.dk

Det nye multihus forventes færdig til udlejning igen fra februar/marts 2007.

Andre institutioner, foreninger og klubber i Sejs Svejbæk og opland

Sejs Skole - www.sejs.skole.silkeborg.dk

Kontor, Tyttebærvej 1 8684 6633
sejs.skole@silkeborg.dk

Skoleinspektør:

Kristian Mikkelsen 8684 6633

Formand:

Mette Lykkeskov Gran, mette.gran@get2net.dk

Lokalrådet for Sejs-Svejbæk

Formand:

Helle Busk, Brombærvej 12 8684 5394
helle.busk@skolekom.dk

Sejs-Svejbæk Borgerforening

Formand:

Maja Gulbæk, Enebærvej 22 2331 0267

Ældrerådet i Silkeborg område øst

Formand:

Henning Dammeyer, 8684 6342
H.G. Junkersvej 12

Sejs-Svejbæk efterløns- og Pensionistforening

Formand:

Ingrid Thorsted, 8684 6227
Georg Krügersvej 248

Svejbæk Grundejerforening

Formand:

Jens Würglér Hansen, 8684 4707
Kildetoften 32, tmjwh@ringamt.dk

Sejs-Svejbæk Lokalhistoriske Forening

www.sejs-silkeborg.dk

Formand:

Bente Rytter, Sindbjerg Mosevej 26 8684 6171

Guldalderklubben/Linå Pensionistforening

Formand:

Ingemann Petersen, Røllikevej 1 8684 4313

Foreningsnyt

Redaktør og journalistisk stof:

Poul Mortensen, Tyttebærvej 23, Sejs 8684 5624

Layout og DTP

Hans Baunbæk (Spectrum reklame:marketing) Enebærvej 9, Sejs 8765 9111

Annoncering:

Poul Mortensen, Tyttebærvej 23, Sejs 8684 5624

Materiale:

Indlæg og fotos til bladet modtages på e-mail: foreningsnyt@sejssvejbaek-if.dk eller på diskette. Tekst modtages også på papir - send det til redaktøren.

Annoncemateriale i digital form sendes til: annonce@sejssvejbaek-if.dk

Fotos af og fra begivenheder er meget velkomne - originaler leveres naturligvis tilbage.

Deadlines for indlevering af materiale til foreningsnyt:

Nr. 07 (september) den 20/08-2006

Nr. 08 (oktober) den 20/09-2006

Nr. 09 (november) den 20/10-2006

Blad nr. 07 omdeles fra d. 6. sept. 2006

Skulle Bladet udeblive eller har du ris eller ros så kontakt:

Poul Mortensen, Tyttebærvej 23 8684 5624



Foreningsnyt udgives af Sejs Svejbæk IF 10 gange årligt og bringer indlæg fra lokale institutioner, foreninger og klubber.



Mangler du
hjælp med dit
brochuremateriale?
- det behøver ikke
koste dig en
formue!

kvalitet til
konkurrencedygtige
priser

Spectrum reklames opgaver spænder vidt -
lige fra visitkort over forretningspapirer og
4-farve brochurer til små og store websites.
Ring og lad os få en snak.

Spectrum
REKLAME:MARKETING

Enebærvej 9, Sejs · Tel.: 8765 9111

Se mere på www.spectrum-reklame.dk

- Brochurer
- Løsblade/flyers
- Posters/plakater
- Skilte/standere
- Autoreklame
- Hjemmesider
- Udstillinger

Claus Grønne

EJENDOMSMÆGLERFIRMAET

ØSTERGADE 8-10 • 8600 SILKEBORG

RING: 86 81 64 44 • FAX 86 81 75 44

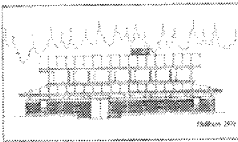
DanBolig

WWW.DANBOLIG.DK

SAMARBEJDER MED NORDEA



**SCANDINAVIA
PRODUCTION GROUP AIS**



Cafeteriet
KLUBHUSET



Burgere - Toast - Pita - Pomfrites

Grill-kyllinger - Pølser - Is - Kaffe - Sodavand - Øl

Velkommen i KLUBHUSET
Frank Nygaard