

JUNI 2023
idrætsforeningen

tst

SPOT

Se også...
www.tst-tilst.dk

Se inde i
bladet...



tst SPOT

JUNI 2023 • idrætsforeningen

Udgiver:

idrætsforeningen tst · tst aktiv-centret
Tilst Skolevej 13 A, 8381 Tilst, Tlf. 24 49 98 72
hovedbestyrelsen@tst-tilst.dk · www.tst-tilst.dk

Ansvarshavende/læserbreve og annoncer:

Mia Busk Hansen Mobil 27 89 21 66
spot@tst-tilst.dk

Tryk: OTM
DTP/Layout: typografen.dk
Oplag: 7.200 stk.
Distribution: Tst floorball, tst aktiv-center,
Tilst Skolevej 13A, 8381 Tilst
Andreas Krogh Bendixen, 27 50 53 68
Mette Thorsager, 40 89 68 17

HUSK – DEADLINE OG UDGIVELSER I 2023:

Deadline er om **mandagen** i den angivne uge!

Måned:	Dato:	Udgivelse:
Oktober	29/9 (uge 43)	Uge 41-43
December	24/11 (uge 47)	Uge 50-52

tst-café – Cafébestyrere	cafe@tst-tilst.dk
Garip Naz	28 60 75 42
Ramazan Simsek	25 62 58 58

tst Caféens åbningstider

Mandag – fredag	16.00-22.00
Lørdag og Søndag	når der er aktiviteter

Ved stævner, kampe og aktiviteter i
tst aktiv-center og på idrætsanlæggene:
caféen åbnes efter aftale med arrangørerne.

tst aktiv-center og tst Tennisanlæg

Halinspektør	Kim Rasmussen 24 49 98 72 halbestyrer@tst-tilst.dk
Booking	Kim Rasmussen 24 49 98 72 booking@tst-tilst.dk www.tstbooking.dk

tst Kunstgræsanlæg

Booking	www.dbuhk.dk, 89 39 99 93
omklædningsrum	fodboldcenter@dbujylland.dk
Lys, m.v.	29 20 38 83 (se Tilst Skole)

Tilst Skole	89 40 93 70
Hal, svømmehal, gymnastiksal	29 20 38 83
Teknisk serviceleder	Peter Dehli 29 20 38 80

Skjoldhøj Skole	87 13 62 35
Skjoldhøjhallen og -sal	21 72 60 94
Teknisk serviceleder	Claus Vinge 29 20 80 71

Aarhus Gymnasium, Tilst	89 37 35 33
Langkærhallen	30 89 30 59
Teknisk serviceleder	Kim Christensen

tst udgiver klubbladet SPOT, der udkommer 4 gange om året

Oplaget er på 7.200 stk.

Husstandsomdeles i Tilst, True, Skjoldhøj,
Mundelstrup samt en begrænset del af Århus V.
og Brabrand.

Annoncepriser i SPOT pr. udgivelse:

1/8 side	kr. 350,00	
1/4 side	kr. 665,00	(inkl. 5 % rabat)
1/2 side	kr. 1.260,00	(inkl. 10 % rabat)
1 side	kr. 2.240,00	(inkl. 20 % rabat)

Alle ovennævnte priser er excl. moms.

Priser på andre størrelser på annoncer beregnes
udfra ovennævnte takster.

OBS!

Næste nr. af spot
udkommer **uge 41-43**

Redaktionel deadline er
fredag den 29. okt. 2023
kl. 20.00

VIGTIGT!

Skriver du dit indlæg til SPOT så
send det venligst pr. mail til
redaktøren spot@tst-tilst.dk

Har du fotos der skal med i SPOT,
så mail det som **vedhæftet JPEG-fil**
i absolut højeste opløsning!

tst centret er privatejet og kan udlejes til diverse formål

Man kan leje:

Stor sportshal	Stort mødelokale	Café
Lille sportshal	Lille mødelokale	Borde
		Stole

Al henvendelse vedr. pris og udlejning af ovenstående rettes til:
booking@tst-tilst.dk, tlf. 24 49 98 72

INDHOLDSFORTEGNELSE...

HB

Hovedbestyrelsen side 4



Floorball..... side 6



Karate..... side 9



Fodbold side 10



Løbeklubben..... side 14

N

Nestor..... side 18



Badminton..... side 20



Håndbold..... side 26



Senioridræt..... side 30



Gymnastik side 36



Cykling side 39



Svømning side 40



Tennis side 42



tst

Idrætsforeningen tst til en sæson

Når sommeren begynder at takke af og sommerferien for mange er ved at være afviklet, indleder tst en ny sæson for indendørs idræt, mens udendørs idræt starter op igen efter en sommerpause. Enkelte afdelinger holder dog ingen sommerpause, men fortsætter aktiviteterne uafbrudt.

I dette blad med sæsonplaner præsenterer idrætsforeningen tst i år atter et alsidigt planlagt program for den kommende sæson 2023-2024. Tilbuddene er i høj grad de samme som i de nærmeste foregående år, men der vil dog være en række nye aktiviteter ligesom der desværre er nogle hold, der ikke genoprettes.

Idrætsprogram

På de følgende sider præsenterer tst foreningens **11 idrætsgrene**, som spænder vidt:

Der er de klassiske boldspil: floorball, fodbold og håndbold, som er typiske holdsportsgrene.

Cykling, løb og svømning, der desuden samlet udgør triatlon, er individuelle sportsgrene, der dog oftest dyrkes i fællesskab på hold, hvor man forøger at finde et fælles niveau.

Det samme gælder gymnastik og karate, som dog hver for sig er meget anderledes sportsgrene.

Badminton, bordtennis og tennis, der med en fælles betegnelse kaldes for ketcher sport, dyrkes både individuelt og som holdsport.

tst er først og fremmest - men ikke udelukkende - en breddeidrætsforening. De enkelte afdelinger har aktiviteter for flere aldersgrupper (børn, unge, voksne,

senior) og på forskellige niveauer - fra motionister over breddeidræt til talentudvikling og enkelte elitehold.

Senioridræt er en særskilt afdeling med målrettede tilbud for personer over 60 år og hvor man sagtens kan deltage, når man er over 90! Der er mulighed for at dyrke en række idrætsgrene på skift: gymnastik, badminton, hockey, bedstevolley. Desuden kan man dyrke bordtennis, badminton, skumtennis og pickleball på skift samt krolf, petanque og vandreture i sommersæsonen.

I programmet oplyses tid, sted, træner/instruktør samt pris for deltagelse for hver enkelt idrætsaktivitet. Udover selve træningen giver deltagelsen tillige ofte mulighed for spændende oplevelser i forbindelse med eksterne aktiviteter som deltagelse i turneringer, kampe, stævner, lejre, rejser, opvisninger, m.v.

Det er på en lang række hold muligt at komme til træning et par gange, før man endeligt tilmelder sig ved betale det fastsatte medlemskontingentet.

Selvorganiseret "Fri idræt"

Udover disse organiserede idrætsaktiviteter er der mulighed for frit at benytte en række af tst's faciliteter: multibane, streetbasketbane, beachvolleybaner, petanquebaner, krolfbaner samt udendørs fitnessredskaber til selvorganiseret idrætsudøvelse.

Udviklingsprojekter

I den kommende sæson skal der fortsat arbejdes målrettet med udvikling af nye tiltag både vedrørende indhold og tilrettelæggelsesform - så der kan udvikles nye muligheder for at dyrke idræt f.eks.

nye aktiviteter, der tilrettelægges mere fleksibelt med mht. tid, sted og organisation.

Der er med tst's mange afdelinger gode muligheder for at lave aktiviteter, der går på tværs af idrætsgrenene. En mulighed er at kombinere nogle af de eksisterende idrætsgrene: svømning, løb og cykling udgør elementerne af Triatlon, som nu er etableret som en selvstændig afdeling, mens tennis, badminton og bordtennis kan blive til Racketlon, (som også rummer squash, men det rummer tst endnu ikke).

Der har gennem længere tid været drøftelser om, hvordan der kan igangsættes foreningsfitness, som kan etableres i tilknytning til foreningens øvrige aktiviteter.

Som et element i udviklingsprojektet "et sammenhængende Tilst" er tst er i dialog med Sport & Fritid i Aarhus kommune omkring etablering af nye og forbedrede idrætsfaciliteter i lokalområdet. Der er nedsat en arbejdsgruppe af personer fra tst og Sport & Fritid samt andre kommunale og lokale aktører.

I den kommende sæson skal der være fokus på at kortlægge behov og muligheder for nye tiltag. Lokalbefolkningen er inddraget i processen ved deltagelse i flere møder og workshops.

Men alle er velkomne til at henvende sig til tst for at byde ind med nye idéer og forslag.

Selvom tst har mange gode tilbud og planlægger endnu flere, er vi - som en levende forening i udvikling - naturligvis

tst byder velkommen i 2023/2024

åbne for og tager gerne imod ideer til nye idrætstiltag og samt ideer til udvikling og forbedring af foreningens virke både på det idrætslige og det sociale felt.

Fællesskab

tst er - som en brik af forenings-Danmark - foruden en mangfoldighed af idræt tillige et tilbud om at deltage i et arbejdsfællesskab og et socialt fællesskab.

Der er f.eks. mulighed for at hygge sig under forskellige former - nogen kalder det 3. halvleg - i caféen. Desuden er der mulighed for at engagere sig i tst's støtteforeninger, der laver sociale arrangementer og aktiviteter til støtte for idrætten i tst.

Selve idrætsarbejdet byder ligeledes på en mangfoldighed af fællesskaber på mange niveauer - kammerater, hold, årgange, aldergrupper, idrætsgrene, og på ledelsesniveau af arbejdsgrupper, træner teams, udvalg og bestyrelser.

Disse grupper har på hver sin måde til formål som gruppe at udføre en aktivitet eller skabe rammen for udførelsen af aktiviteten eller at løse en opgave der understøtter idrætten.

Kontakt

Der er for de enkelte idrætsgrene oplyst bestyrelsesmedlemmer og kontaktpersoner, der kan give yderligere oplysninger om idrætstilbuddene i afdelingen, mens generelle spørgsmål vedrørende foreningen, faciliteter, m.v.

kan rettes til hovedafdelingen (forretningsudvalget). Oplysninger og kontakter kan tillige findes på tst's hjemmeside www.tst-tilst.dk.

Velkommen

tst håber, at mange læsere af dette blad finder noget spændende i tst's sæsonplan og at I forhåbentlig kan få øje på et relevant og attraktivt idrætstilbud, som man har lyst at deltage i den kommende sæson.

VELKOMMEN - til en indholdsrig sæson med forhåbentlig mange glade timers idræt, motion og samvær i idrætsforeningen tst.

*Hans Peter Holmgaard
Hovedformand*



Torben Elnéff
Aut. VVS-installatør

- blik
- vand
- varme
- sanitet
- ventilation
- smedearbejde
- privat som erhverv



tilst vvs

Havkærvej 13 • 8381 Tilst • Tlf. 86 24 18 22
www.tilstvvs.dk



**DYRLÆGE
SØREN GRAFF**

AGERØVEJ 21
8381 TILST
TLF. 86 24 15 11

Åben konsultation:
Mandag kl. 17-18
Lørdag kl. 9-11
Derudover efter aftale
Afdeling for pension og fodersalg:
Daglig åben kl. 8-17

FLOORBALL

Start til floorball efter ferien



Savner du at dyrke motion, og kunne du tænke dig at prøve noget helt nyt? Så bør du give floorball en chance efter sommerferien og blive en del af fællesskabet i Aarhus Floorball Klub tst.

Aarhus Floorball Klub tst er Aarhus' største floorballklub med hold for både damer, herrer og ungdom, med

historie og traditioner tilbage fra før årtusindeskiftet. Siden 2012 har klubben haft sin daglige gang som del af foreningen tst i Tilst.

Vi holder sommerpause lige nu, men vender stærkt tilbage i september. Efter ferien vil der på ungdomssiden blive afholdt små blå fødder. Dette er et

arrangement for de mindste i alderen 2-8 år. Her vil det også være muligt for forældre at deltage, alt efter barnets alder, og det afholdes hver tredje uge på formiddagen i weekenden. For de lidt ældre, i alderen 8-11 år, har vi et ungdomshold der træner én gang i ugen. Vi har ligeledes dame- og herrehold på alle niveauer. Der er altså plads til både de helt nye, der aldrig har prøvet at spille floorball før, og de øvede, der har lyst til at komme tilbage efter en længere pause.

Hvis du er interesseret og gerne vil vide mere, kan du forsætte med at læse om de enkelte hold nedenfor. Du er også velkommen til at besøge vores hjemmeside, her kan du finde oplysninger om de forskellige hold, træningstiderne og sæson opstart for den kommende sæson.

Aarhusfloorball.dk

Træningstider efter sommerferien

Ungdom	Mandag	18.00 til 19.00
Herre	Mandag	19.30 til 21.30
Motions damer		Ikke fastlagt
Liga damer	Tirsdag	20.00 til 22.00
	Torsdag	18.30 til 20.00
Liga Herre	Tirsdag	18.30 til 20.00
	Torsdag	20.00 til 22.00

Følg også med på:

Facebook: @aarhusfloorball

Instagram: @aarhusfloorballklub



Små blå fødder



Konceptet små blå fødder var en stor succes i foråret. Derfor vil det selvfølgelig fortsætte ind i efteråret. Det var en stor fornøjelse for alle os i floorballklubben at se børn og voksne spille floorball sammen.

Til dem der ikke har hørt om vores koncept små blå fødder før, er det et tilbud til de allermindste i alderen 3-8 år. Til træning deles børnene op efter alder og kunnen.

Træningen vil involvere forskellige lege og floorballspil. Der er tænkt, så både børn og forældre kan deltage i det alt efter børnenes alder.

- 2-4 år med forældre
- 5-6 år gerne med forældre
- 7-8 år med eller uden forældre

Hvis det er noget du tænker kunne være interessant for dine børn derhjemme, så kan vi informere at det afholdes omkring hver tredje uge, enten en lørdag eller søndag formiddag.

For mere information om arrangementet og besked om fremtidige datoer, så bliv medlem af Facebook gruppen "små blå fødder – Århus Floorball Klub tst". Så er du altid opdateret på hvor når det næste arrangement afholdes.

– Alle nye ungdomsspillere får sin første stav gratis, så snart man er meldt ind!





Danse motion



Over de sidste 8 uger har der været afholdt motionsfloorball for damer i tst, med fokus på at få folk til at komme ud og bevæge sig mens de dyrker Danmarks sjoveste sportsgren. Floorball er nemt at lære og alt du behøver er indendørs idrætstøj og -sko. En stav kan lånes af klubben under træning.

Der har været stor opbakning til holdet. Derfor bliver der arbejdet på højtryk for at bringe det tilbage i efteråret, når sæsonen går i gang igen. Hvis dette har din interesse og du tænker det er noget for dig, så skriv til nyspiller@aarhusfloorball.dk eller hold dig opdateret igennem vores hjemmeside.

Herre motion

Det er et hold til dig der godt kunne tænke sig at komme i gang med at spille floorball, men aldrig har prøvet det før. Alt du har brug for, for at komme i gang, er normalt indendørs idrætstøj og -sko, og så kan du låne en stav til træning. Til træning vil du blive introduceret til alt du har brug for at vide for at komme godt i gang. Træning består af tekniske øvelser og kampspil til sidst i træning. Det hele er tænkt til at introducere nye spillere til sporten. Holdets medlemmer er en god blanding af nye spillere og gamle erfarne spillere der altid er klar til at hjælpe og dele ud af deres viden. Holdet træner hver mandag fra 19.30 til 21.30.

Hvis man har lyst til at spille kampe, er der også mulighed for dette. Holdet har omkring en kamp i måneden mod andre hold i nærområdet.

Savner du et stærkt holdfælleskab og gerne vil prøve kræfter med floorball eller har du lyst til at komme i gang efter en længere pause, så kom til en

prøvetræning og se om det er noget for dig. Har det fanget din interesse og er der noget du gerne vil vide mere om, så skriv til nyspiller@aarhusfloorball.dk



**Mundelstrup
El-Forretning A/S**

*mere
end 90 år
med el*

Græsvangen 2
8381 Tilst

Tlf. 86 24 14 11
mu-el@mail.dk
www.mundelstrup-el.dk

- ✓ Bolig-installationer
- ✓ Reparationer
- ✓ EDB-installationer
- ✓ Industri-installationer
- ✓ Belysning
- ✓ Varmepumper
- ✓ Solcelleanlæg



tst Karate Skole



Sommer graduering

Sommeren nærmer sig, og det gør også vores næste graduering. Graduering foregår onsdag den 14. juni klokken 17. Hvis du ikke har tilmeldt dig, kan du nå det endnu. Husk at man gerne møder op 10 minutter inden, så du har god tid til at varme op. Vi glæder os til gradueringen og håber at alle tilmeldte får en god oplevelse.

Sommerferietræning

Når gradueringen er vel overstået, holder vi to ugers pause, hvor hallens gulv skal afslibes. Der er derfor ikke træning i uge 25 og 26. Derefter fortsætter vi med sommerferietræning som vi plejer, indtil august hvor holdtræning starter på ny. Trænger du til lidt ekstra træning i ferien, så husk at tilmelde dig på holdsport. Sommerferietræning er mandag og torsdag 17.00 til 18.30.

Optag af nye medlemmer

Hvis du er interesseret i at prøve karate og se om det er noget for dig, er du altid velkommen til at kontakte os på holdsport eller tstkarateskole.dk. Vi optager som vanligt nye medlemmer i

August/September. Så hop i træningstøjet og kig forbi til en prøvetime eller to til vores træningsdage mandag eller onsdag. Vi starter op igen efter sommer den 14. august.

Stilarten Wado-ryu

Wado-ryu er en af de 4 oprindelige hovedstilarter.

Stilarten ligger stor vægt på teknik, hurtighed, koordination og timing, selvfølgelig baseret på en god psyke, fysik og kondition.



TRÆNINGSTIDER:

Mandag	junior/senior	kl. 17.30 -19.00
Onsdag	junior/senior	kl. 17.00 -19.00
Fredag	Stævnetræning	kl. 17.00 -18.30
	Alle med farve på bæltet	
Søndag	Fri Træning	kl. 10.00 -11.30
	Tilmelding på "Hold sport"	

Yderligere oplysninger:

<https://www.tstkarateskole.dk/klub/tst-karate-skole/sider/traeningstider-og-priser>

Tst Fodbold på Bog



"Jeg dør, hvis jeg skal løbe inden mor" Jeg dør, hvis jeg skal løbe inden morgenmaden". Udsagnet kunne høres lørdag morgen på stranden foran Bogensholmlejren.

Traditionen tro skulle der løbes morgenløb inden morgenmaden. Alle kom afsted, og heldigvis døde ingen af det.

Cirka 16 timer tidligere – en fredag i april – kunne man se 50 børn og deres forældre vente på parkeringspladsen foran tst. Bussen kom, og snart var der afgang til årets hyttetur på Bogensholmlejren for tst fodbolds ungdomsafdeling. Formålet med turen er hverken træningslejr eller fodboldskole, men en god gammeldags lejtur hvor vi styrker fællesskabet på tværs af årgangene.

Turen til Bogensholmlejren er ikke en ny ide, men derimod en gammel tradition i klubben, som er blevet vækket til live igen. Den allerførste Bogensholmlejr for fodboldafdelingen var i 1975. Dengang og mange år frem var det Støvlen, der stod for at afholde turen. Støvlen er en støtteforening for tst fodbold, der støtter arrangementer i klubben og står bag rejseholdet.

Støvlen har derudover i mange år været ansvarlig for den årlige Bogensholm-tur, Ung Fredag og andre arrangementer i klubben. På et tidspunkt var deltagerantallet til turen dog nedadgående og i 2014 blev turen aflyst som følge heraf. For tre år siden lykkedes det "tst Soccermoms" at genopfinde hytteturen, og turen i år var den tredje af slagsen.



ensholmlejren 2023

Til at gennemføre turen har vi fået økonomisk støtte fra tst-fodbolds bestyrelse, Støvlen, samt Peter Grosen Andersens Mindefond. Tak for det, samt for sponsorater fra Thisted Bryghus og AGF. Uden hjælp og støtte var turen ikke mulig.

I løbet af weekenden blev der helt sikkert knyttet nye venskaber mellem de halvtreds børn fra 7 til 13 år. De fik sovet for lidt og set mere natur og mindre skærm end mange var vant til. Det blev hurtigt som en stor familie, der alle hjalp til, trøstede og lærte fra sig, bakkede op og fik alle med. Det var fantastisk at se og lige, hvad vi ønskede os med turen: Fællesskab på tværs af alder og hold. Vi

skal helt sikkert afsted igen til næste år.

"Soccermoms"

Soccermoms er en frivillig gruppe under tst-fodbolds bestyrelse, der arbejder for at styrke fællesskabet gennem aktivitet, information og arrangementer for både ungdomsspillere og de frivillige i klubben. Heldigvis har vi stadig Støvlen med i kulissen, og da formanden for Støvlen selv har stået for mange af lejrturene i "gamle" dage, har det været oplagt at søge råd derfra. Så sidste år fik vi besøg af Støvlens formand og hans kone, der fortalte og viste rundt.

Vi var ude at gå natløbet igennem, en rute vi aldrig havde fundet uden dem. Ruten adopterede vi hurtigt, dog måtte vi korte den lidt ned til nutidens børn.

Netop natløbet har været en stor succes. Også i år fik vi alle børn hjem, og alle gennemførte. For nogen tog det dog lidt længere tid end andre, og det var meget mørkt i skoven, inden de sidste nåede tilbage til boller og varm kakao i hytten. Natløbet blev gennemført i hold. De hold som børnene var inddelt i hele weekenden, og som er sat på tværs af årgange og kammerater.

I løbet af weekenden skulle



holdene samle flest mulige point, både i planlagte holddystre, men også ved god opførsel, godt kammeratskab, oprydning osv.

Aktiviteterne på lejren var mange, og der blev dystet i både lygteløb, kamprøb, fodboldturnering, stjerneløb og natløb. Dertil havde vi hyggeaktiviteter med banko, morgenløb lørdag og morgengymnastik søndag. Søndag var der forældrekafe og kåring af vinderhold med medaljeoverrækkelse. Derefter sendte vi en flok meget trætte børn hjem.

Efter den sidste oprydning kunne en flok trætte frivillige også vende hjem til Tilst. En kæmpe tak til jer, vi havde i år samlet et helt fantastisk hold af forældre, trænere, holdledere og bestyrelsesmedlemmer. Selvfølgelig havde vi også formanden med.



Derfor er det FEDT at v

Alle spillere i tst fodbold har ret til god trivsel og meningsfulde fællesskaber. Det er fundamentet for udvikling og mestring i livet. Det vil tst fodbold medvirke til at skabe rammerne for.

Vi skal skabe den fedeste klub for de børn som melder sig ind i tst Fodbold – derfor har vi i bestyrelsen, med udgangspunkt i DBUs børnesyn, sat ord på de tanker og handlinger der driver vores arbejde i børne og ungdomsfodbolden.

Det er vores erfaring at fodbold for børn og unge ofte bliver set som enten værende 'doven breddeidræt' eller 'usympatisk eliteidræt'. Vi er ingen af delene. Vi er hamrende ambitiøse, og vores mål er at få de bedst mulige hold ud af årgangene.

Men vi er også pinligt bevidste om at et hold består af børn; og børn har brug for, og krav på, at have en sjov og udfordrende fritidsaktivitet. Et sted hvor de kan dyrke venskab, sammenhold og passion – og hvor de både kan udvikle deres egne boldkundskaber – men endnu vigtigere, lære og opleve at man udvikler sig som et hold – og vi er bedre sammen – end hver for sig.

Vi er overbeviste om at et fodboldmiljø hvor alle børn har mulighed for at udvikle sig positivt, skaber hold der kan vokse sig op gennem rækkerne – og støt spille sig frem til nye og større udfordringer.

Det skal vi gøre ved at:

1. Have et stærkt kammerat- og fællesskab. Det skabes til træning, til kamp, på hyttetur og i skolen.
2. Træne hårdt fordi det er fedt at træne hårdt.
3. Tage sporten (og hinanden) alvorligt.
4. Træne meget - fordi vi ikke kan lade være.

- a. Fordi der er et stærkt kammeratskab og god kvalitet i træningen.
 - b. Fordi vores baner er åbne og man gerne må bruge dem alt det man vil til ekstra træning.
5. Træner vi både meget og hårdt og synes det fedt imens – så bliver vi helt vildt gode! Sådan får vi det bedste træningstilbud – lokalt og med de kammerater man kender i forvejen.
 6. Gøre klubben til en "helhedsoplevelse" og dermed "centrum for et godt børne- og ungdomsliv" i Tilst. Det er ikke bare træning og kampe, men også alt det uden om - såsom:
 - a. At mødes til jyllandsseriekampe – både børn og familier.
 - b. At forældrene er en del af det, og har en del af deres netværk i fodboldklubben.
 - c. At de store børn er med til at træne de små.
 - d. At man tager ned på banen og træner ekstra – og mødes på tværs af årgangene.

Alle er vigtige!

1. Træneren værdsætter de børn der kommer til dennes træning.
 - a. At børnene vælger at bruge deres fritid hos os, er en prioritering af deres tid. Det er en anerkendelse af trænerne arbejde – og det forpligter.
 - b. Vi forventer selvfølgelig også det samme den anden vej – at børnene passer deres træning, kommer velforberedte og med en god indstilling, og at forældrene bakker op.
2. Trænerens opgave er først og fremmest at træne dem der kommer – ikke at prioritere spillerne.
3. Træningen kan og bør differentieres – men det har ikke noget med prioritering at gøre.
4. Dem der ikke kommer så fast, og ikke er så motiverede – dem skal vi prøve at løfte.

5. Dem der kommer fast og er motiverede – dem skal vi give al den kvalitet i træningen vi kan.
6. Vi skal huske, at næsten alle har perioder, hvor motivationen ikke er i top – her skal vi hjælpe dem tilbage på ret spor, og ikke bare prioritere nogen andre.
7. Vi skal huske, at der kommer frafald i teenageårene – også selvom vi gør det godt. Vil vi gerne stille med (mindst) et 11-mandshold på hver årgang, så skal vi være gode til at fastholde bredt.

Når vi så alligevel prioriterer:

1. Vi er bevidste om, hvilket værdigrundlag vi udtrykker gennem vores prioritering af spillerne.
 - a. Prioriterer vi nogen fordi de er gode – og ikke fordi de gør det godt – skaber vi ikke en god træningskultur. Vi belønner træningsflid og god indstilling – ikke bare "boldtalent".
2. Vi er bevidste om, at prioritering af spillerne let skaber hierarkier.
 - a. Hierarkier er ikke fede at være en del af – hverken i toppen eller i bunden – og de ødelægger træningen.
 - i. INGEN vil i længden bruge sin fritid i bunden af et hierarki – så finder man noget andet at bruge sin tid på.
 - ii. Det er hårdt at være i toppen og konstant skulle forsvare sin position.
 - iii. Hierarkier skaber et hårdt miljø, hvor vi kæmper imod hinanden, i stedet for at hjælpe hinanden fremad.
 - iv. Kommer vi til at skabe hierarkier, så ødelægger vi nemt det hele – både for dem der er prioriterede og dem der ikke er.
3. Vi er bevidste om, at når vi taler børne og ungdomsidræt (op til U13), så er begrebet "talent" en diffus størrelse.
 - a. Nogen børn udvikler sig tidligt og andre sent – men de udvikler sig alle sammen.



være barn i tst Fodbold

b. Aldersforskellen på en årgang er op til 1½ år – det betyder meget, og måske mere end man lige tror.

c. Hvis den yngste også udvikler sig sent rent fysisk, så kan den fysiske forskel reelt være mere end 3 år i årene omkring puberteten.

d. Vejen til toppen er lang – og længere end vi måske tror. Bare fordi man er klart bedst på U10, så betyder det ikke, at man ikke kan være blevet indhentet allerede på U12 – og taler vi U18, så er der så meget

de skal lære, at forskellene på U10 bliver ubetydelige.

4. Vi er bevidste om, at den bedste spiller ikke nødvendigvis er den der er vigtigst for at vi skaber en god klub – faktisk er det slet ikke relevant. Dem der er vigtige i forhold til at skabe en god klub, er dem der deltager aktivt i klubbens tilbud; det værende sig:

a. Dem der passer deres træning og kommer med god indstilling.

b. Dem der er hjælpetrænere for de

yngre hold.

c. Dem der bakker op om de aktiviteter vi laver og bruger "hele pakken".

d. Dem hvor forældrene bakker op og hjælper til (bestyrelse, forældretrænere, holdledere, soccermoms, dommere, tøjvaskere, kaffebryggere og kagebagere).

Alle er vigtige – og sammen udvikler vi tst Fodbold til verdens bedste børneklub



tilstbilsyn.dk

Blomstervej 6

Åbent til kl. 17:30 i hverdage!

Online
booking

eller



86 242 242

99,4%
kundetilfredshed

Generalforsamling



Tilst Løberne afholdt den årlige generalforsamling tirsdag den 7. marts 2023. Sædvanen tro var der et stort fremmøde på ca. 40 deltagere. Mødet blev påbegyndt med pizza og sodavand.

I forbindelse med årets generalforsamling var der udskiftning i klubbens bestyrelse. Således valgte vores formand Jesper Broe Rasmussen at give stafetten videre efter 4 år på posten. Ligeledes valgte Helle Jørgensen, Anette Glud og Jørgen Bech Sørensen at udtræde af bestyrelsen. Vi vil gerne takke dem alle for deres store arbejde for klubben.

Den nye bestyrelse består fremadrettet af:

Morten Pannen - formand
Max Janum – næstformand
Gunver Møller Madsen - kasserer
Agner Madsen
Heidi Dahlin





Dansk Mester i 10 km landevejsløb



Klubbens Agner Madsen forsvarede i april sit danske mesterskab i 10 km landevejsløb i aldersklassen 70+. Agner løb endnu en gang i en imponerende tid på 42 min 16 sek. Stort TILLYKE..





The Great Dane Backyard Ultra

Flere af Tilst Løberne tester sig selv af ved deltagelse i diverse ultraløb. Således deltog en gruppe løbere den 5. maj i The Great Dane Backyard Ultra i Kompedal Plantage. Løbet går ud på, at der løbes 6,7 km hver time. Hastigheden bestemmer således hvor lang pause man har, da der skal påbegyndes en ny runde hver gang klokken bliver hel.

På trods af et løb i meget kraftig blæst, formåede alle de deltagende Tilst Løbere at rykke deres grænser under løbet. Således nåede 3 af løberne op på hele 18 runder, svarende til en distance på imponerende 120 km.





Halvmarathon nr. 100



Lørdag den 20. maj skulle Tilst Løbernes mange-årige medlem Jacob Lycke-Hjul løbe sit officielle halvmarathon nr. 100. Løbet blev afholdt på Jacobs "hjemmebane" i Glud, hvor også en stor gruppe Tilst Løbere deltog. Vejret var super med sol fra en skyfri himmel, ruten lagt i naturskønne omgivelser og forplejningen helt i top.

Et kæmpe stort tillykke Jacob med de 100 halvmarathon.



På tur med Nestor



24. maj var en flok glade Nestormedlemmer på bustus til Møllerup Gods og Ebeltoft.

På Møllerup blev vi modtaget af Andreas med den fine titel eventmanager, og han fortalte veloplagt om godsets historie helt tilbage til Marsk Stig, der blev dømt for mordet på Erik Klipping i Finnerup lade. Vi besigtigede bl.a. staldene og bryllupssalen. I dag står staldene tomme, og for at skaffe penge til vedligeholdelse af de mange fredede bygninger, bruges den ene længe nu til diverse arrangementer, bl.a. bryllupper, store familiefester o.lign. Andreas fortalte, at alene en gang vinduespudsning kostede 80.000 kr., så for at det kan løbe rundt, skal der være fokus på rentabiliteten i alle tre forretningsgrene: Landbrug, jagt og events.

Efter rundvisningen fik vi frokost og fik historien om hampproduktionen. Vi fik også forevist nogle af de produkter, som blev fremstillet af hampen. Desværre er produktionen stoppet på grund af manglende rentabilitet.

Derefter gik turen til Ebeltoft og den gamle maltfabrik, hvor vi skulle have en guidet rundvisning. Den oprindelige maltfabrik blev grundlagt i 1861 og producerede malt helt frem til 1998. Efter at have stået tom nogle år købes fabrikken af en fond med midler fra både folkeaktier og private donationer.

Bygningerne er nu et spændende kulturhus, som er blevet skånsomt restaureret med et rustikt look og bevarelse af mange af de gamle klenodier. Absolut et besøg værd på en sommerudflugt. Vi arbejder nu ihærdigt på at kunne byde velkommen til nogle spændende arrangementer i efteråret. Foreløbig ser planerne således ud:

22. august: vi starter i Bydelshuset kl. 14.00 med kaffe og hjemmebag, hvor naturvejleder Søren Højager vil fortælle om udviklingen i og omkring Kasted Mose. Derefter kører vi i egne biler til Kasted Mose, hvor vi under Højagers kyndige rundvisning ved selvsyn kan sætte billeder på fortællingen.

21. september: Bustur til Mønsted Kalkgruber, hvor vi skal have en guidet rundvisning. Derefter kører vi til Grønhøj Kro, hvor krofatter vil underholde med anekdoter fra heden, mens vi spiser en velfortjent krolatte.

Måske får vi også en lille sang. Derefter bliver der tid til at besøge de to museer, der har til huse ved kroen, nemlig Morten Korch museet og Kartoffeltyskermuseet. Hvis vejret tillader det, tager vi en øl med til et lille ophold i Dollerup Bakker.

November: Vi arbejder på at invitere til et spændende foredrag i Bydelshuset. Foredragsholder er endnu ikke helt på plads, så vi venter med offentliggørelsen til senere.

7. december: Vi afvikler i år det traditionelle julearrangement i Bydelshuset med god mad, god underholdning og glade gæster.

Sæt allerede nu kryds i kalenderen. Vi glæder os til at se jer.



Klubmesterskab - senior 2023



Til dette års klubmesterskab har seniorerne præsteret helt fantastisk med nogle gode og spændende kampe. Der har både været sved og kamp til stregen, men samtidigt også et smil på læben med og en god attitude. Klubmesterskabet har været en god udfordring, med

muligheder for at kunne vise hvad man kan og hvilket niveau man står på. Udover det blev der spillet en masse kampe, så har det været en smadderhyggelig dag, hvor man startede med fælles morgenmad og derefter startede de første kampe. Seniorerne har derudover

været så heldige at spille sammen/imod motionisterne, hvor man fik lov til at spille med/mod nogle nye spillere, for at det ikke skal ligne træningen til hverdag. Opsummeret, klubmesterskabet 2023 har været en succesfuld dag med godt humør og opbakning.





Klubmesterskab - ungdom 2023



Der blev spillet i forskellige puljer, så alle spillere fik nogle sjove og jævnbyrdige kampe. Der blev spillet kampe i alle tre rækker single, double og mixdouble.

Vennerne fra spillernes ugentlige træninger skulle de pludselig stå overfor i kampen om klubmester titlen, så spillernes bedste venner på holdene blev deres konkurrenter for en stund. Der



Der blev d. 22 april 2023 afholdt årets klubmesterskab for ungdom i tst, som igen i år var en succes. Det var en dag, hvor hyggen var førsteprioritet.

Det kunne man i den grad også se blandt spillerne og ved dommerbordet, som bestod af trænerne på holdene. Der blev hygget og snakket på tværs af alle holdene. Det handlede dog også om andet end hyggen. Det handlede nemlig om at kunne kalde sig klubmester anno 2023. Det var en titel, alle i hallen kæmpede om at kunne kalde sig når dagen var omme.

blev kæmpet hårdt fra samtlige spillere, og sveden kunne spores da alle spillere gav alt hvad de havde for at vinde når de var på banen.

Efter kampene var samtlige spillere gode til at bevare den gode stemning, som var et gennemgående tema hele dagen.

Om man havde vundet eller tabt var der god stemning, og spillerne glædede sig bare til at blive kaldt ud til deres næste kamp for at spille mere god badminton.

Det var også en dag med et stort engagement fra forældre, som kom i hallen for at se deres børn spille, hvilket var rigtig fedt at se. Vi glæder os allerede til at fortsætte succesen igen næste sæson, hvor en ny klubmester skal kåres.



+80 hold i badminton

Fortsættelse af artikel i sidste nummer af SPOT side 22.



+80 holdet i Hørning fra tst ældrebadminton

For hvordan gik det så med holdturneringen?

Vi vandt ikke - men det var der heller ingen der havde regnet med, når vi møder + 60'ere, selvom det er i B-rækken. Vi er nu 13+ 80-herrer på vores 3 formiddagshold. Ved udtagelsen blev det gjort klart at vi ikke havde nogen chance for at vinde rækken, og det fik 2 (vindertyper) til at melde fra selv om de var kvalificeret.

I et par kampe måtte vi have hjælp af et par herrer på 79. Den årgang var reserver. Det er en turnering der spilles onsdag formiddag plus lidt mere forskellige steder og 4 gange i løbet af sæsonen.

Tst badminton har i forvejen 4 hold med i turneringen, og de 4 energiske holdle-

dere "støvsuger" grupperne for de spillere de gerne vil have med, plus reserver ud fra de sædvanlige kriterier. Så skulle vi stille med endnu et hold, måtte man kikke andre steder hen. Derfor opstod ideen med at finde nogen der ikke bliver spurgt. Det er jo nok at tage af i +60. Så det blev et +80 hold som eksperiment.

Det var et 4 H hold men vi må gerne stille med 5 - og det viste sig at være nødvendigt. Ikke alle kan holde til 4 kampe samme dag i vores alder. Den sidste kamp i Hørning var vi alle over 80, og det er dem på billedet.

Og hvordan gik det så ?

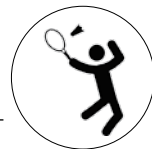
3 stk. 2-2 kampe, 2 stk. 1-3 og 3 stk 0-4. Vi fik vist at vi godt kunne spille med

på trods af aldersforskellen. Deltagerne var generelt glade for oplevelsen VED at være med i en turnering og den efterfølgende frokost, og de vil gerne være med igen.

Næste sæson? Lad os se om vi skal gentage eksperimentet. I år er der 5 herrer mere der fylder 80 på vores 3 formiddagshold. Vi andre er så blevet et år ældre og det kan betyde meget i den alder men kriteriet må være:

DET DREJER SIG IKKE ALTID OM AT VINDE MEN OM AT VÆRE MED !

230523/JG



Præsentation af ny motionsformand i tst badminton

Jeg har fået æren af at fortsætte udviklingen af motionsbadminton i tst. Hvem er jeg så? Jeg hedder Karen Klarskov Møller og blev en del af badmintonbestyrelsen for 1 år siden. Jeg har i mange år siddet på sidelinjen og fulgt mine to drenge Peter og Erik fra de startede som U9 spillere og til nu, hvor de er fast inventar på seniorholdet.

Da jeg ikke længere behøver at køre dem til stævner, blev det tid for mig selv at starte til motionsbadminton – og det har jeg ikke fortrudt. Det er lærerigt, sjovt, konditionskrævende og godt for koordinationen. Tillige skader det ikke med et godt grin over mislykkede slag.....

Jeg har tidligere været en del af Ungdomsudvalget i flere år. Det var spæn-

dende at være med til at starte udviklingen af den store afdeling, det er nu. Jeg vil også gerne være med til at udvikle motionsafdelingen i tst. Men der kræver dialog og input fra spillerne i motionsafdelingen – vi kan i fællesskab være med til at udvikle afdelingen.

Kom med dine idéer og vi kan sætte dem i søen sammen. Der findes ganske bestemt ude på holdene mange kræfter, som gerne vil være med til at give en hånd i ny og næ og de skal i den grad være med til at skabe nye initiativer til gavn for os alle.

Nogle af de tanker og idéer jeg går med at gennemføre i den kommende sæson på tværs af alle motionshold er:

- Nedsættelse af mindre udvalg til gennemførelse af enkelt arrangementer

- lørdag formiddag med hyggespil og sjov afsluttende i cafeen med frokost
- motionsstævne for nybegyndere – C/D rækken
- motionsstævne for A/B/C rækken
- holdkampe for flere motionsspillere
- julehygge badminton
- motionsfest
- og alt det andet I finder på

Jeg vil gerne invitere til møde for alle badmintonmotionister den 23. august kl. 19.00 i det store mødelokale i tst centret, så vi kan få lagt sæsonen 23/24 på skinner og imødekomme de ønsker, som måtte være.

Glæder mig til samarbejdet med alle jer glade badmintonspillere.

Tøsetur til Hatting badmintonklub

Søndag d. 16-4 2023, på majestættens fødselsdag, drog 8 friske tst-tøser til Hatting for at hygge og spille lidt fjer, med 14 lige så friske tøser fra Hatting og omegn. I detagere og arrangører er Anette og Karina fra motionsgruppen.

De to sørgede for at der var linet op med lækker morgenmad som stod klar kl. 9.30. Kl. 10 gik vi i hallen, hvorefter vi spillede på kryds og tværs i to timer, og lidt mere for nogen.

Det foregik således: Vi trak et kort, hvilket viste hvilken bane og side vi skulle være på (kortet 2 = bane 2, røde 2'ere var makkere og sorte 2'ere var makker osv). Det var om at give den max gas, for der skulle kun spilles 1 sæt til 21. Vinderne af sættet slog hver med to terninger, og taberne af sættet slog hver med én terning.

Antallet af øjne der blev slået af hver enkelt spiller blev så skrevet på en tavle, og points blev lagt sammen til sidst. Så selv

om man havde vundet sættet, kunne man godt tabe alligevel ved at slå lavt med terningerne.

Til sidst var der præmieoverrækkelse, dog var der ingen fra tst der fik noget med hjem i denne omgang.

Vi håber det er en event der kan ende med at blive en tradition, og hvem ved? Måske få flere damer/tøser til at støve ketcheren af, og komme i gang med at spille BADMINTON.

BADMINTON

**“Jeg vil dø sund,
mange på min alder går
jo med stok eller rollator”**





88-årige Palle holder sig i form på badmintonbanen – og så gør det jo heller ikke noget, at der både er fællesspisning og gode venner i klubben.

Det går måske ikke altid lige så hurtigt på banen længere, men det betyder ikke noget. I hvert fald ikke så længe det ikke er en af de unge på 70, der står på den anden side af nettet.

88-årige Palle Christiansen kan ikke løbe fra, at han efterhånden må være den ældste aktive spiller i tst Badminton, men han har ikke i sinde at lægge ketcheren på hylden lige foreløbig. Faktisk håber han på, at flere med lidt år på bagen har mod på at udfordre ham i en omgang fjerbold.

”Jeg kunne godt tænke mig, at der kom lidt flere 80+. De unge knejter på 70, dem kan vi ikke klare,” siger han. Men når det er de 80-årige og derover, der står på den anden side, så kan Palle Christiansen og makkeren godt følge med.

”Ja, jeg spiller også turnering en gang imellem. Så tager jeg en double med

Jørn Gilsaa, og dem har vi da vundet,” siger han og sender en ros til sin 84-årige makker.

Lurer lidt ved nettet

Palle Christiansen startede selv med at spille badminton som 70-årig. Det var en kollega, der dengang lokkede ham med i hallen.

”Jeg spiller to gange om ugen. Det er nogle dejlige hold, ud over motionen har vi også et godt socialt sammenhold. Flere af dem ses jeg også privat med. Vi har lige været til 82-års fødselsdag ved ”Lundse”,” fortæller han.

Palle Christiansen blev alene for 11 år siden, og derfor prioriterer han at komme af sted til badminton hver gang, og det er han ikke den eneste på holdet, der gør.

”Vi har jo tiden til det. Selv dem, der er skadede, kommer alligevel. Så hygger vi os i caféen sammen bagefter. Vi spiser også sammen en gang om måneden,” fortæller han.

Kan ikke undvære sport

Selvom Palle Christiansen begyndte sin

badmintonkarriere senere i livet end mange andre, så er sport og bevægelse ikke fremmed for ham.

”Jeg har spillet divisionsfodbold, da jeg var ung. Men det satte menisken en stopper for, da jeg var 38 år,” siger han. Siden er menisken blevet opereret, så i dag er Palle Christiansen fit for fight.

”Jo, altså, det går ikke så stærkt mere, så jeg står nogle gange bare og lurer ved nettet. De unge på 70 løber jo stærkt,” griner han.

For selvom nogle ville mene, at man i en alder af 88 år ikke burde springe rundt på en badmintonbane, så kan Palle Christiansen ikke se idéen i at blive siddende i sofaen derhjemme.

”Nej, jeg har tænkt mig at spille, så længe jeg kan, og jeg håber, det er længe endnu. Jeg vil dø sund. Mange på min alder går jo med stok eller rollator.

Nu hvor badminton snart holder sommerpause, så spiller jeg tennis i stedet. Jeg skal jo holde mig i form, jeg kan ikke undvære sport,” siger han.

Klubmesterskaber 2023

For motion og senior afdelingen

Lørdag d. 15/4-2023 blev der traditionen tro afholdt klubmesterskaber i vores fantastiske badmintonklub tst. Vi mødtes kl. 9 til fælles morgenmad, serveret af Café tst, hvor vores motionsformand Karen bød velkommen, og informerede om dagen og dens afvikling. Kl. 10 startede selve turneringen. Efter en hyggelig dag i hallen med snak på kryds og tværs af grupperne, og gode, sjove, spændende og tætte kampe, kunne dette års klubmestre kåres, hvilket foregik med kindkys, knus og ”bobler”

Vinderne blev:

A-rækken
HS Nicklas Vesterbæk
HD Nicklas Vesterbæk og Anders Roman
MX Anne Agerbæk og Anders Roman

B – rækken

HD Kim Udengaard Mortensen og Henrik Thomsen

C – rækken

DD Karen Klarskov Møller og Susanne Udengaard
HD Erik Lodahl og Per Stefansen

MX Susanne Udengaard og Lars Schnee-voigt

Kæmpe tillykke til alle vinderne

Og tusind tak til alle dem der gav en hjælpende hånd med programlægning, opsætning/klargøring på selve dagen samt ved dommerbordet, og ikke mindst til alle jer der kom og havde lyst til at spille og bidrage til en super god badmintondag i tst.

På vegne af motionsafdelingen

Håndboldens ungdom vokser



Ungdommen i tst har denne sæson været igennem en positiv udvikling.

Vi har fået U6-9 mix, og her er der altid plads til flere håndboldglade piger og drenge!

Til næste sæson vil vi se, om det igen er muligt at etablere et trille-trolle hold.

Fællesskab og fælles afslutning for U13

For at afslutte en fin og lærerig sæson, har pigerne været til afslutningsstævne i Voel. Det var rent håndboldmæssigt ikke den største succes, da stævnet ikke havde taget højde for niveau.

Men pigerne kæmpede bragt, og der var fremgang at se kamp for kamp. Til gengæld var det en kæmpe succes, både socialt og for fællesskabet, da det var oplevelse der samlede pigerne. Til stævnet var der plads til en masse grin, sjov og ballade.

Pigerne fik både set en slutrundekamp mellem Silkeborg-Voel og Team Esbjerg, var i svømmehal, spillet en masse håndbold og danset til meget højt musik.

Flere af pigerne rykker op til U-15 i næste sæson, og derfor var det også en samlet afslutning for dem alle sammen.

Skal dit barn være med i næste i sæson?

Nu kigger vi frem mod næste sæson, hvor vi håber endnu flere lokale børn har lyst til at blive en del af fællesskabet i tst. Vi går på sommerferie d. 19. juni, men vi er tilbage igen til august. Man kan til enhver tid kontakte enten vores formand, Louise Cramer, eller vores ungdomsansvarlige, Camilla Guldborg, ved interesse. Informationer kan findes på vores hjemmeside.

Vi er hoppet med på moden og har nu også en Instagram profil: [tst_ungdom](#). Her kan I kan følge med i hvad vi render og laver.





Skal du med på holdet?

Håndboldsæsonen er i gang – men der er altid plads til flere spillere.

tst håndbold vokser. Flere spillere flytter til, men vi har altid plads til én, to, tre mere. Kunne du tænke dig, eller kender du en, som kunne tænke sig at spille håndbold i en klub, hvor fællesskab og sammenhold vejer tungt?

Så er tst håndbold det rette sted. Her er plads til alle, og vi gør altid vores ypperste for at gøre hinanden bedre.

Vi bruger tiden sammen på alt fra angrebsåbninger og armbøjning til fester og fællesspisning.

Vil du se, hvad vi render og laver i og uden for banen?

Træningstider:

Facebook: tst Håndbold

Instagram:

@tstladies | @tstherrer | @tst_ungdom

U6, U7 og U9 mix:

Torsdag 17-18

U13/U15 piger:

Mandag: 16.00-17.30

Onsdag: 16.00-17.00

Dame Senior:

Mandag: 17.45-19.00

Onsdag: 17.00-18.30

Herre Senior:

Onsdag: 17.00-18.30

Alle træninger foregår i tst eller Tilst hal-len, der holder til på Tilst Skolevej 13A, 8381 Tilst.

Nærmere info om trænere og kontaktpersoner kan findes på vores hjemmeside: www.tst-tilst.dk/haandbold



tilstbilsyn.dk

Blomstervej 6

Åbent til kl. 17:30 i hverdage!

Online
booking

eller



86 242 242

99,4%
kundetilfredshed



Redaktørens svanesang

Kære medborgere i Tilst og læsere af SPOT.

Det er med stor ærgrelse at jeg efter ganske kort tid må trække mig som redaktør på SPOT og SoMe-ansvarlig for tst-tilst. Jeg tog imod tilbuddet om at køre avisen, facebook og hjemmeside med en overvurdering af egne evner og tid, og jeg må desværre sande, at med små børn, lange arbejdstider og en travl hverdag, er det en for stor tidsrøver at skulle varetage især SPOT. Det har været sjovt at prøve, og jeg har sat en ære i at gennemlæse samtlige artikler for korrektur, og i samarbejde med grafikerens opsætte en avis I alle var tilfredse med.

Jeg er stadig forundret over alle de tiltag I som klubber gør for at holde vores skønne by aktiv. Ligeledes gør det mig glad at så mange lokale støtter op om jeres tiltag, og jeg vil i fremtiden læse SPOT på samme måde som jeg har gjort det sidste halve år: Meget nøje. Hver artikel, hvert et ord og hver en tegnsætning. Jeg skal være ærlig at sige, at jeg før i tiden ikke læste det hele så struktureret igennem. Jeg skimmede oversigten, og læste de artikler der havde min interesse. Hvis du, der læser dette, ikke har interesse i hvad fodbold eller svømning laver, men kun hvad gymnastik eller badminton foretager sig, vil jeg anbefale dig at læse deres artikler alligevel.

Det er faktisk interessant at se hvad de forskellige klubber foretager sig og hvad de gør for at holde deres sport ved lige, og alt det de arrangerer for at gøre den interessant for både nye og gamle medlemmer. Man kunne jo hurtigt blive inspireret, enten til at melde sig ind, eller dukke op til en træning eller kamp.

Jeg kommer til at savne at have en finger med i spillet, og jeg har været glad for og stolt over den tillid I som bestyrelse har haft til mig som redaktør. Ligeledes vil jeg gerne takke jer klubber for at tage imod mig som ny redaktør med åbne arme, og fordi I altid har sendt fantastiske artikler der giver os andre indsigt i hvad I laver. Det er imponerende, hvad I formår at gøre. Der ville ikke have været meget

avis hvis ikke I bidrog med jeres inputs. Fortsæt det fantastisk gode arbejde! Jeg ønsker jer alle en rigtig dejlig sommer. Tusind tak fordi I læste mit skriv, og tusind tak for denne gang.

*De kærligste hilsener fra Mia,
forhenværende SPOT-redaktør og
SoMeansvarlig ved tst-tilst.*



Pickleball 60+ stævne hos tst



DGI-Østjylland og DAI afholdt i fællesskab et Pickleball 60+stævne den 30. marts 2023 hos tst, under kyndig ledelse af Malene Bach fra DAI og Thomas Ahrentz fra DAI, med support af Jørn Gilsaa fra tst-senioridræt.

Jørn er instruktør på tst-senioridræts torsdagshold hvor der bl.a. spilles pickleball.

Deltagerne kom fra østjyske klubber/foreninger, hvor nogle har haft pickleball på programmet længe og andre kun kort tid.

Lidt om spillet: Pickleball er et godt mix af tennis, badminton og lidt bordtennis.

Spillet er sjovt, giver god motion og alle kan være med. Banen er en badminton-

bane, og det kræver ikke særlige forudsætninger at være med.

Deltagerne blev inddelt i hold og der blev spillet flere runder. Alle var enige om at Pickleball 60+stævnet må gentages.

Arrangementet blev afsluttet med kaffe i tst-caféen.



Et udsnit af deltagerne

*Fra venstre: Malene Bach/
DGI, Thomas Ahrentz/DAI,
Jørn Gilsaa/Ilse Høyer/tst*



Der spilles på en badmintonbane



Forårsudflugt 2023 tst senioridræt



Årets forårsudflugt tirsdag d.16 maj gik mod nord til Randers og omegn.

Turen startede kl.8.15 fra tst aktivcenter med 78 forventningsfulde seniorer i en bus. Vi kørte til Fussingø Slot, hvor vi fik en rundvisning på slottet og i området omkring. Det var spændende at se og høre historien om et gammelt ikonisk slot, som har været ejet af en af landets mest betydningsfulde slægter gennem århundreder.

Slottet bliver i dag brugt til rundvisninger og kulturelle arrangementer. Øvrige bygninger indeholder naturskole, børne-

have og er arbejdsplads for naturstyrelsens mange medarbejdere i området. Gennem de seneste årtier har en selvbestaltet gruppe frivillige stået for drift og renovering af slotsbygningen. Et spændende arbejde, som har givet slottet nyt liv.

Derefter kørte vi til Randers og spiste velsmagende mormormad hos Anne Marie.

Således optankede tog vi ind på Randers Håndværkermuseum, hvor 24 gamle håndværk bliver præsenteret i arbejden-

de stande. Museet hører ind under Museum Østjylland, men alle de arbejdende stande er bemandet af frivillige, de fleste med en håndværksmæssig baggrund, og alle meget indstillede på at fortælle om netop deres område. En god oplevelse, som også gav mulighed for at tale om ens egne oplevelser "i gamle dage".

Turen hjemover gik af små veje over Kongensbro med en kort kaffepause. Højt humør og fællessang i bussen.

En god dag i hyggeligt selskab!



Demensvenligt gå-fællesskab i tst

DGI Østjylland er i 2023 kommet med i et projekt der hedder "Demensvenlige gå-fællesskaber", som kører i hele året. Projektets målgruppe er borgere med mild til moderat demens eller borgere som er under udredning for demens. En af indsatserne i projektet er at gøre nuværende gå-fællesskaber i det Østjyske område demensvenlige. Dette projekt er tst-senioridræts vandrehold - De gamle Traverser – gået aktivt ind i.

Målsætningen er at være i stand til at kunne inkludere max. 1-2 borgere fra lokalområdet med mild til moderat demens i vores gå-fællesskab. Malene Bach fra DGI, som er konsulent med ansvar for sunde seniorer og Linn Wittendorff, som er "Demensvenlig By konsulent" for Aarhus Kommune, var med på gåturen d. 22. maj 2023. Dette var for at få lejlighed til at snakke med deltagerne, og vi havde efterfølgende en "Workshop" under ledelse af Malene og Linn i tst-Aktiv-Centret, med deltagelse af mange af vore medlemmer.

Vi fik en rigtig god dialog på workshoppen og råd om hvordan vi kan inkludere 1-2 borgere.

Workshoppen må betragtes som relevant for os, ikke kun at kunne inkludere 1-2 borgere, men også hvis en på holdet skulle få demens på et tidspunkt. Workshoppen klæder os på til at rumme mennesker med demens, så de føler sig velkomne og kan fortsætte med at være aktive i længere tid.

"De gamle Traverser" i tst-senioridræt er parate – velkommen til.

Fra venstre Linn Wittendorff og Malene Bach "Work-shop" med gode råd til vandreholdet





Vintersæsonen er slut – sommersæsonen er i gang!

Vintersæsonen er slut for i år og en del af vores aktiviteter er lukket ned. Det drejer sig om gymnastik om tirsdagen og badminton om torsdagen. Til gengæld fortsætter krolf mandag og onsdag og vandrehold mandag hen over sommeren.

Sæsonen er forløbet fint. Vi kom ud af coronaens favntag, hvor vi som alt andet har været ramt af nedlukning og restriktioner og det var dejligt igen at have et normalt aktivitetsliv. Alle vores aktiviteter har haft god tilslutning og det ser ud til at vores tiltag med pickleball vil bide sig fast. Det har givet nye medlemmer til torsdagsholdet, som nu tilbyder badminton, bordtennis, skumtennis og pickleball.

I år deltager vi i Tilst Byfestival. Vi har åbent hus i tst hallen lørdag kl. 11-12 og 13-14, hvor vi viser nogle af vores aktiviteter og fortæller om os selv. På generalforsamlingen d. 21/3 gik Klaus Bjørn af som formand og forlod samtidig bestyrelsen. Tak til ham for et stort arbejde gennem en årrække! I stedet blev Helle Nielsen valgt ind i bestyrelsen og Ilse Høyer valgt som formand.

Mange tak til trænerne, som gør et kæmpe arbejde og tak til medlemmerne for at støtte så trofast op! Gymnastik starter igen tirsdag d. 15 august og badminton torsdag d. 17 august.

Nye medlemmer er meget velkomne til at tage en "prøvegang". Mød op på træningstidspunktet eller kontakt en af trænerne:

Idræt/

Jytte Pedersen 40 40 56 66,
tytte1945@gmail.com

Gymnastik:

Rita Gabel
Lena Mikkelsen
Jørn Gilsaa

Vandrehold:

Bjørn Rasmussen 40353237,
bjorn.rasmussen@privat.dk
Bent Christensen 29638197,
bent13chr@gmail.com

Krolf:

Gilsaa 20654771,
gilsjorn@gmail.com

Badminton/Jørn bordtennis:

Kør ind til ANELYST PARKEN AUTOTEKNIK

Dit lokale AutoPartner-værksted i Tilst. Vi klarer alt inden for service og reparation af biler – både ældre modeller samt helt nye biler, også så du beholder din fabriksgaranti.

Vi tilbyder bl.a.:

- Lav timepris
- Alt i service og reparation
- Udbedring af forsikringsager
- Mulighed for lånebil
- Klargøring til syn
- Airconditionsservice
- El- og hybrid service
- Alt i dæk og fælge

Find os her



NY ADRESSE
Bredskiftevej 2



3 års garanti på reservedele



Service under fabriksgarantien



Reservedele af original kvalitet



ANELYST PARKEN
AUTOTEKNIK

Bredskiftevej 2
8210 Aarhus V

Tlf: 70 20 83 81
info@apautoteknik.dk



Følg os på Facebook
@anelystparkenautoteknik



AutoPartner.dk

tst Gymnastik —

Sidder du eller dine børn allerede og tripper for at komme i gang med gymnastikken igen? Så har vi godt nyt!

I kan allerede nu udforske vores udbud af hold for næste sæson. Vi har lyttet til, hvad I har efterspurgt, og det er lykkedes os at finde en række nye instruktører, ligesom vi også er heldige at generhverve nogle af vores dygtige instruktører.

Det betyder, at vi i år kan tilbyde hele 3 familiegymnastikhold! Vi har også tænkt meget i aldersgruppen 5-7 år, og derfor har vi næste sæson 2 hold for den aldersgruppe – ét for dem, der gerne vil lege og tumle på redskabsbaner, og ét for dem, der gerne vil have mere fokus på teknik og dygtiggørelse.

Tilmelding til næste sæson åbner **torsdag d. 17. august kl. 19.00!** Der plejer at være rift om pladserne, så det kan være en god idé at sidde klar.

Tilmelding foregår via vores hjemmeside: tstgymnastik.dk.

Nedenfor kan I læse mere om de forskellige hold, vi udbyder næste sæson. Skulle du sidde med en instruktør i maven, så tag endelig fat i os. Vi har stadig enkelte muligheder for at tilføje flere hold til udbuddet – både voksen og børnehold.

Vi glæder os til at se jer alle.

Hold for Børn og unge:

Holdnavn: Familiegymnastik
Alder: 1-3 år

Beskrivelse: Holdet er for vores mindste gymnaster i følgeskab med en voksen. Formålet med holdet er at introducere holdtræning og fællesskab for de

helt små, der har lyst til at komme og brænde krudt af.

Træningen vil tage udgangspunkt i at udvikle de motoriske og sanselige færdigheder ved de små i et samarbejde med en voksen.

Tidspunkt: Torsdage kl. 16.30-17.20

Hvor: Hallen på Skjoldhøjskolen
Holdopstart: Uge 36
Instruktører: Sandra og Katrine
Kontingent: 870 kr.

Holdnavn: Familiegymnastik
Alder: 2-4 år

Beskrivelse: Familiegymnastik er et hold for barn i følgeskab med mor, far, mor-mor, onkel eller en anden.

Formålet med holdet, er at introducere holdtræning og fællesskab for de helt små, der har lyst til at komme og brænde krudt af, og prøve kræfter med redskabsbanen.

Træningen vil tage udgangspunkt i at udvikle de motoriske og sanselige færdigheder ved de små, i et samarbejde med en voksen.

Vi glæder os til at se jer til mange sjove timer.

Tidspunkt: Torsdage kl. 17.00-17.50

Hvor: tst Aktivcenter, Hal 2
Holdopstart: Uge 36
Instruktør: Anne-Line
Kontingent: 870 kr.

Holdnavn: Familiegymnastik
Alder: 3-5 år

Beskrivelse: Henvendelse til alle tumlinge-forældre.

Her er holdet for børn og forældre, som

elsker at springe, hoppe, danse og have det sjovt.

Holdet er tænkt som et frirum til samvær, leg og tumleri, hvor både voksne og børn i fællesskab får sved på panden. Vi glæder os til en sæson med nogle hyggelige tirsdage.

Tidspunkt: Tirsdage 16.30-17.20
Hvor: tst Aktivcenter, Hal 2
Holdopstart: Uge 36
Instruktører: Pernille og Camilla
Kontingent: 870 kr.

Holdnavn: Tons og tummel
Alder: 5-7 år

Beskrivelse: Tons og Tummel er et hold for drenge og piger i alderen 5-7 år, der har krudt i bagdelen og er klar til at træne uden mor og far. Vi skal løbe, hoppe og springe, høre høj musik og give den gas på redskabsbanen. Når vi er færdige, skulle alle myrerne gerne være rystet ud af gymnastikbukserne!

Vi deltager selvfølgelig i tsts forårsopvisning til april, så vi kan vise, hvor sjovt vi har det når vi laver gymnastik.

Tidspunkt: Mandage kl. 16.30-17.20

Hvor: tst Aktivcenter, Hal 2
Holdopstart: Uge 36
Instruktører: Trine og Philip
Kontingent: 870 kr.

Holdnavn: GymMix 5-7 år
Alder: 5-7 år

Beskrivelse: På GymMix 5-7 år vil vi igennem sæsonen arbejde med de forskellige grundøvelser indenfor gymnastikken kombineret med rytme, styrketræning og fleksibilitet.

Vi øver os på den rigtige teknik, og prøver os frem til de forskellige spring.



Sæson 2023/2024

Præcis hvilke spring vi kommer igennem, tilpasses niveauet og interessen hos de tilmeldte gymnaster.

Rytmedelen vil bestå af lettere koreografier, så alle kan være med. Holdet har fokus på dygtiggørelse i sjove og trygge omgivelser. Vær opmærksom på at forældre samt søskende ikke må være i hallen under træningen.

Bemærk at GymMix har fokus på dygtiggørelse, er du mere interesseret i leg og tumlen på en redskabsbane, så anbefaler vi i stedet vores "Tons og Tummel"-hold.

Tidspunkt: Tirsdage 17.30-18.20

Hvor: tst Aktivcenter, Hal 2
Holdopstart: Uge 36
Instruktører: Christina, Camilla og Henriette
Kontingent: 870 kr.

Holdnavn: GymMix 8+
Alder: 8+

Beskrivelse: GymMix 8+ er for dig, der har lyst til at dygtiggøre dig indenfor gymnastikken.

Har du allerede stiftet bekendtskab med vejr møller, håndstand og spagat - og fundet ud af, at gymnastikken er den fedeste sport i verden – så er holdet måske noget for dig.

Vi skal dygtiggøre os inden for smidighed, spring og rytme. Vi skal springe på bane samt i minitrampolin, og arbejde med flikflak, salto og skruerotationer.

Til foråret slutter vi af med et festfyrværkeri af en opvisning.
Tidspunkt: Torsdage kl. 18.00-18.50

Hvor: tst Aktivcenter, Hal 2

Holdopstart: Uge 36
Instruktører: Christina og Anne-Line
Kontingent: 870 kr.

Hold for voksne:

Holdnavn: Callanetics

Alder: Alle

Beskrivelse: Vi starter med en opvarmning, hvor vi får sat gang i hjerte, lunger, muskler og led tilsat passende musik.

Dernæst går vi over til rolige øvelser, der styrker og strækker kroppen tilsat rolig musik. Vi starter nedefra med fødder, ben, baller, ryg, mave, arme, skuldre og nakke. Til slut spænder vi af.

Og så hygger vi os før, efter og lidt undervejs. Uden at slippe øvelserne.

Jeg glæder mig til at se gamle som nye ansigter.

Tidspunkt: Torsdage kl. 17.00-18.15

Hvor: Langkær Gymnasium i Hallen
Holdopstart: Uge 36
Instruktør: Birthe
Kontingent: 995 kr.

Holdnavn: Puls-styrke

Alder: Voksne

Beskrivelse:
Puls/styrke er for dig der ønsker at gå på et hold, hvor vi har kondition og styrketræning i fokus, krydret med sjove serier til god musik.

Holdet er for voksne, der ønsker at gå på et hold med sammenhold, og hvor det er de samme mennesker man træner med, uge efter uge. Træningen vil indeholde moduler med fokus på de forskellige muskelgrupper, enten gennem holdtræning eller cirkeltræning. Vi vil arbejde med pulssekven-

ser, både gennem gammeldags høje knæløft, og gennem serier i alle stilarter og ikke stilarter.

Tidspunkt: Torsdage kl. 19.00-20.00

Hvor: tst Aktivcenter, Hal 2
Holdopstart: Uge 36
Instruktør: Anne-Line
Kontingent: 900 kr.

I kan læse en uddybende beskrivelse af hvert hold på vores hjemmeside <https://www.tstgymnastik.dk/>

Sæson 2023/2024 starter i uge 36, og holdene kører til og med uge 18. Vi glæder os til at tage imod nye, såvel som gamle, gymnaster i den kommende sæson.

Husk tilmeldingen åbner på hjemmesiden torsdag d. 17. august kl. 19! Sæt allerede nu kryds i kalenderen søndag d. 26. november, hvor vi afholder juletræsfest.

Spørgsmål bedes rettet til gym.bestyrelse@tst-tilst.dk





– Tak for 2022/2023

tst gymnastik siger tak for en dejlig sæson 2022-2023. Vi sluttede sæsonen af med vores traditionsrige forårsopvisning, hvor gymnasterne var på gulvet og viste, hvad de har arbejdet med i løbet af vinteren.

Tak til vores instruktører som er med til at give gymnasterne nogle dejlige timer i hallen. Tak til de forældre som hjælper med at slæbe redskaber og andet, når vi beder om jeres hjælp.

Og en særlig tak til Birthe som har været instruktør i 30 år. Vi håber, hun kan inspirere andre til at blive ved i mange år endnu.

Til sidst også en stor tak til de sponsorer som har doneret gaver, så vi igen i år havde muligheden for at uddele nogle spændende præmier blandt publikum til forårsopvisningen.

Hold øje med vores hjemmeside for hold i sæson 2023-2024, tilmeldingen åbner torsdag den 17. august.

AQUA
Akvarium &
Dyrepark



McDonald's Tilst



Bilka Tilst



Rush
Trampolinpark



Den Gamle
By



WOW Park



Labyrinthia





Der er kommet nye medlemmer i bestyrelsen:

Formand: Brian Skaarup,
Næstformand: Jens Erik Jensen,
Kasserer, Mads Borgensgaard,

SoMe ansvarlig: Torsten Ahlbeck,
Ansvarlig for hjemmeside: Ole Møller Nielsen,
Ansvarlig for udvalg: Kristian Steinfeldt Petersen

Så er sæsonen godt i gang hos tst cykling!

Vi cykler 3 gange hver uge fra starten af april til september er slut – hvis vejret tillader det.

Vores træningstider er tirsdag og torsdag kl. 17.30 til ca. 19.30 og søndag kl. 09.00 – sluttidspunkt er meget forskelligt...

Vores lille cykelklub har knap 80 medlemmer, opdelt i 5 grupper – afhængigt af hastighed.

Mere om grupperne kan ses på vores hjemmeside [tst-cykling.dk](#) eller facebook siden "tst cykling".

Udover træningen, deltager vi i forskellige løb, hjælper ved større events og holder nogle sociale arrangementer for medlemmerne.

I 2023-sæsonen står den på følgende arrangementer: Der er planlagt en del længere lørdags-tur ("lørdagsklassikere"), som går til fx Ikast og retur, Søndervig og retur og mange andre

2/4 deltagelse i Ronde van Borum (cykelløb med ca. 200 deltagere)

16/4 officiel opstart efter påsken (er afholdt)

12/5 Harzen-tur. Forlænget weekend tur til Harzen og køre nogle lange bakker.... (er afholdt)

11/6 hjælpe til BACH

17/6 klubmesterskab (enkeltstart)

22/8 hjælpe til DHL stafetten

9/9 tour de Aars

30/9 (måske) sæsonafslutning (fest!!)

Der er desuden arrangeret interne løb flere gange i løbet af sæsonen, i form af criterium på forud bestemte ruter.

Flere medlemmer deltager i andre løb end de nævnte i mindre grupper – herunder Danmarks højeste, Det østjyske bakkeløb, DGI holdløb (som vi også selv arrangerer nogle år) mv.

Vi byder meget gerne nye medlemmer velkomne – bare mød op ved tst på vores træningstider og kør med!

Stort svømmestævne i tst Svømning

Lørdag den 15. april var der fest i svømmehallen. tst Svømning afholdte vi vores første åbne stævne, hvor hold fra andre klubber kunne komme og deltage. Stævnet blev afholdt i samarbejde med Dansk Svømmeunion og tst. Det var et begynderstævne for de unge svømmere, som er ved at være klar til at komme op på konkurrenceniveau, men mangler stævneerfaring.

Det var en spændt tst bestyrelse, der tidligt på året sendte invitationer ud til de andre østjyske svømmeklubber. For ville der overhovedet komme nogen. Men lad det være sagt med det samme:

Det gjorde der. Det var over alt forventning. Hele 127 tilmeldte svømmere fordelt ud over flere klubber, heriblandt, Aarhus Swim, AGF, Silkeborg osv.

Det blev en rigtig festdag med masser af glade unge mennesker i svømmehallen. Masser af god svømning og det bedste af det hele: Medaljer til alle.

Dansk svømmeunion stod for køreplanen til stævnet. Men det havde aldrig været muligt at gennemføre, hvis ikke det var for alle de mange frivillige, der meldte sig til at hjælpe med at få det op at stå. Så et kæmpestort tillykke

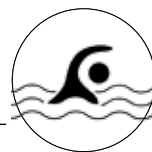
og tak til alle jer frivillige, der gav en hånd med til stævnet.

Fra bestyrelsen kan vi vist roligt sige, at det var en kæmpe succes. Det stævne kommer vi til at afholde igen næste år. Så det er bare med at være klar den 24. april 2024.

Nye bluser til vores Haj- og Delfin-svømmere

Vores kære Haj- og Delfin-svømmere er nu alle kommet i grønt. Vi har ved tst Svømning fået et beløb sponseret af Bilka til indkøb af bluser til vores HAJ og Delfin svømmere.





Vi vil gerne appellere alle læsere af Spot Bladet til at huske en gang i mellem at trykke på donere knappen og ved Bilka, når I afleverer jeres tomme flasker.

Det er nemlig ved hjælp af disse penge, vi i tsts afdelinger får penge fra Bilka til indkøb af tøj til vores medlemmer.

Hver gang et beløb bliver doneret i flaskeautomaten, så fordobler Bilka beløbet til os. Så husk tst hver anden gang, I afleverer flasker.





Info om tennis sæson 2023

Kom og være med i et hyggeligt sportsfælleskab i tst tennis klub
Sæsonen er allerede skudt i gang og der er plads til flere
medlemmer i alle aldre

Kontakt klubbens formand Britta Skovbjerg på telefon
22 50 89 80
for mere info om tilmelding og kontingent

Du må også gerne komme forbi til vores tennis træf mandage
og onsdage mellem 16:00 og 18:00, opleve stemningen på
banen og se om det er noget for dig.

Vi byder alle vores gæster velkommen og giver gerne en snak
om mulighed for at spille.

Mandag 01.05.2023 startede vi vores træning kl. 17:00 for
børn/unge & kl. 18:00 for voksne.

Der er plads til flere!!!

Søndag 04.06.2023 holder tst tennis åbent hus fra kl. 11:00
til kl. 15:00.

Alle er velkomne til at deltage. Vi sørger for bold, ketcher & træner.
Kl. 13:00 giver klubben en god pizza til alle deltagere.

Vi håber at se rigtig mange af jer.

FORRETNINGSUDVALGET



Hovedformand

Hans Peter Holmgaard
86 24 30 70 - 30 32 47 66
hb.formand@tst-tilst.dk

Personale, Projekter, Sekretær, Sponsor



Forretningsudvalgsmedlem

Sebastian Askøe Jensen
22 64 19 39
forretningsudvalget.anlaeg@tst-tilst.dk

Anlæg

Foto
på vej

Hovedkasserer

Pia Michelsen
53 62 05 25
hb.kasserer@tst-tilst.dk

Økonomi, Regnskab og Budget



Forretningsudvalgsmedlem

Henrik Tvermoes
28 43 78 71
forretningsudvalget.idraet@tst-tilst.dk

Idræt, samarbejdsudvalg



Forretningsudvalgsmedlem

Michael Jensen
23 46 48 16
forretningsudvalget.drift@tst-tilst.dk

Anlæg

PR

Hverv under Forretningsudvalget



PR-koordinator

Mie Busk Hansen
27 89 21 66
forretningsudvalget.pr@tst-tilst.dk

SPOT, Webmaster, foreningsmail

Alle afdelingsformændene

Badminton

Jesper Uth
bad.formand@tst-tilst.dk
41 16 51 24

Cykling

Mikkel Leegaard
cyk.formand@tst-tilst.dk
40 10 00 45

Floorball

Andreas Krogh Bendixen
formand@aarhusfloorball.dk
88 88 88 88

Fodbold

Marcus Fich
formand@tst-fodbold.dk
24 46 78 86

Gymnastik

Anne-Line Mattzon
gym.formand@tst-tilst.dk
30 25 55 08

Håndbold

Louise Cramer
haand.formand@tst-tilst.dk
21 64 72 51

Karate

Lars T. Sørensen
kar.formand@tst-tilst.dk
24 42 20 02

Løb

Morten Pannen
lob.formand@tst-tilst.dk
20 87 04 44

Senioridræt

Klaus Bjørn
senior.formand@tst-tilst.dk
40 56 24 13

Svømning

Anders Pallesen
svoem.formand@tst-tilst.dk
26 87 13 47

Tennis

Britta Skovbjerg
ten.formand@tst-tilst.dk
22 50 89 80

Fjerbolden

- en støtteforening i tst
Formand Bjarne Vangsgaard
fjerbolden.formand@tst-tilst.dk
Tlf. 86 24 05 03

Nestor

- en støtteforening i tst
Formand Gunnar Due-Hansen
gunnardue@mail1.stofanet.dk
Mobil 25 37 37 25

Støvlen

- en støtteforening i tst
Formand Henrik Staghøj
stoevlen@tst-tilst.dk
Tlf. 86 24 36 87

Alle afdelingernes bestyrelser kan findes på www.tst-tilst.dk

danbolig - områdets mest sælgende mægler*.



*Kilde: Boligsiden.dk/find mægler/Tilst/alle boligtyper d. 24.02.2023. Ejendomsmægler med beliggenhed i Tilst.
** Kilde: Boligsiden.dk/find mægler/Tilst d. 24.02.2023. 15 besvarelser. Karakteren er den samlede af adspurgte kunder på boligsiden.dk

**95,5%
salgsrate***

Med mere end 30 års erfaring og områdets mest sælgende ejendomsmægler, er vi det sikre valg ved salg af jeres bolig i dette omskiftelige boligmarked.

**9,7/10 i
tilfredshed****

Vi står klar til at hjælpe dig igennem et trygt salgsforløb, hvor der er tænkt på det hele.

Bestil en gratis og uforpligtende vurdering. Vi vil med glæde hjælpe dig.

danbolig Tilst, Sabro & Trige
Tilst Skolevej 23 · 8381 Tilst
Tlf. 86 24 51 00 · CVR 32450717
danbolig.dk · tilst@danbolig.dk

danbolig
SAMARBEJDER MED NORDEA