

DECEMBER 2024
idrætsforeningen

tst

SPOT

Se også...
www.tst-tilst.dk

Se inde i
bladet...



GODT NYTÅR 2025

tst SPOT

DECEMBER 2024 • idrætsforeningen tst

Udgiver:

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

Ansvarshavende redaktør

Miriam Nørkjær Holmgaard
spot@tst-tilst.dk, 26 74 30 70
DTP/Layout: typografen.dk

Tryk: OTM Avistryk
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 FOR UDGIVELSER I 2025

Deadline er om **MANDAGEN** i den angivne uge

Måned	Dato	Udgivelse
Marts	03/03 (uge 10)	Uge 11-12
Juni	02/06 (uge 23)	Uge 24-25
September	01/09 (uge 36)	Uge 37-38
December	01/12 (uge 49)	Uge 50-51

tst-café

Cafébestyrer cafe@tst-tilst.dk
Ramazan Simsek 25 62 58 58

tst-Caféens åbningstider

Mandag-fredag	16.00-21.00
Lørdag	15.00-21.00
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

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

Skjoldhøjskolen 87 13 62 35
Skjoldhøjskolen 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

Booking til alle ovennævnte faciliteter

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)



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 ud fra ovennævnte takster.

OBS!

Næste nr. af spot
udkommer uge 11-12

Redaktionel deadline er
mandag den 3. marts
2025 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 aktiv-center er foreningsejet 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...



Floorball..... side 6



tst historie..... side 10



Nestor..... side 48



Gymnastik side 14



Fodbold side 10



Karate..... side 14



Løb side 18



Badminton..... side 24



Senioridraet..... side 28



tst





Spil Floorball i Tilst



Find os her:
Aarhus Floorball Klub tst (Facebook)
og Århus Floorball Klub (Instagram)

Floorballklubben er så småt gået på juleferie, men det er en kort pause. For holdene starter op igen i uge 2. Så det er den rigtige tid at starte, hvis du har overvejet at prøve sporten. For det er aldrig for sent at komme i gang med at spille landets sjoveste indendørssport. Vi tilbyder en række begyndervenlige hold til både voksne og børn. Til træning kan du låne alt floorballudstyr, så alt du behøver er at medbringe helt normalt indendørsidrættstøj, indendørssko og det gode humør.

I de efterfølgende artikler kan du læse om vores Damemotionshold, Herrehold, Små Blå Fødder og Ungdomshold. Små Blå Fødder er et koncept for de

allermindste i alderen 2 - 7 år. Ungdomsholdet er for børn mellem 8 – 11 år.

Du kan læse om de enkelte hold i de efterfølgende artikler.

Du er også velkommen til at besøge vores hjemmeside.

Her kan du finde:

- Oplysninger om de forskellige hold
- Træningstiderne for de enkelte hold
- Opstartsdato for de enkelte hold

Hvis det har fanget din interesse, så besøg vores hjemmeside ved at bruge følgende QR-kode for at komme ind på Aarhusfloorball.dk.



Følg også med på
Facebook: @aarhusfloorball
Instagram: @aarhusfloorballklub





Ungdom

Ungdomsholdet er for piger og drenge i alderen 7-12 år. Det er nemt at komme i gang med at spille floorball. Det er noget alle kan, og det tager ikke lang tid at lære. Det er virkelig en sportsgren, der egner sig til alle. En typisk træningsgang består af en kombination af forskellige lege og floorballøvelser. Dette betyder, at der er plads til alle på holdet.

For dem der har lyst, vil det også være muligt at komme ud og spille kampe mod andre klubber i området. Dette foregår til lokale kidzliga stævner, hvor klubber fra hele Østjylland mødes én gang hver anden måned. Stævnerne afholdes lørdag eller søndag formiddag, og varigheden er omkring 4 timer. Holdene til stævnerne er både opdelt efter alder og niveau.

Vores oplevelse er, at deltagelse i stævnerne er med til at danne et godt fællesskab på holdet. Derudover giver det børnene en bedre forståelse for, hvad floorball er, og hvordan det spilles, og så hygger de sig også rigtig meget med det.

Hvor og hvornår

Holdet træner hver mandag fra 18.00 til 19.30.

Træning afholdes i tst aktiv-center.

For at se hvornår holdet starter op igen: Gå ind på hjemmesiden og se det under holdets side.





Motionsfloorball til kvinder



Går du rundt og er på udkig efter det rette motionstilbud?

Så vil jeg foreslå, at du giver floorball en chance. Det kan godt være, at der ikke er mange der kender til floorball, men det må ikke stoppe dig fra at give det et skud.

Floorball er meget nemt at komme i gang med at spille. Alt det kræver er, at du er åben overfor at lære og prøve noget nyt og anderledes.

Der vil ikke være kampe mod andre hold. Der spilles udelukkende for hygens skyld og med det formål at komme ud og dyrke motion. Vi har stave nok til at alle kan låne en, så alt du behøver at medbringe er en drikkedunk, indendørstøj og sko. Kom forbi til en prøvetræning - det er helt gratis!

Hvor og hvornår

Holdet træner hver tirsdag fra kl. 18.00-

19.30.

Træning afholdes i Skjoldhøjskolens hal

Har du spørgsmål, så følg QR-koden indtil hjemmesiden og tag fat i holdets træner.

For at se hvornår holdet starter op igen: gå ind på hjemmesiden og se det under holdets side.

Små blå fødder

Til dem, der ikke har hørt om vores koncept små blå fødder før, så er det et tilbud til de allermindste - primært i alderen 2-7 år. Til træning deles børnene op efter alder og niveau.

Træningen vil involvere forskellige lege og floorball-spil, der er tænkt, så både børn og forældre kan deltage alt efter børnenes alder.

Aldersintervaller

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

Hvor og hvornår

Hvis det er noget, du tænker kunne være interessant for dine børn derhjemme, så kan vi informere om, at det afholdes omkring hver tredje uge enten

en lørdag eller søndag formiddag.

Du kan med fordel blive medlem af **Facebook-gruppen "små blå fødder - Århus Floorball Klub tst"**. Her kan du finde mere information om arrangementet og få besked om fremtidige datoer. På denne måde er du altid opdateret på, hvornår det næste arrangement afholdes.





Floorball for herrer

Har du hørt om floorball, men ikke rigtig fundet ud af, om det er noget for dig? Så kom forbi til en prøvetræning. Vores herrehold er for alle - både de øvede, dem der kommer tilbage efter en længere pause og selvfølgelig de helt nye. Alle kan være med!

Holdet er til dem, der gerne vil lidt mere med floorball end blot at bevæge sig for motionens skyld. Der vil være rig mulighed for at udvikle både sine tekniske og taktiske færdigheder.

Hvis du har gået med tanken om at prøve floorball af, så er det klart værd at komme til en prøvetræning på herreholdet. Vi står klar med et stærkt træner-team og søde, imødekommende og erfarne spillere, der er klar til at tage imod og hjælpe nye spillere godt i gang.

Til dem der har mod på mere og lyst til at prøve deres evner af, vil det være muligt at deltage i kampe mod andre hold fra Østjylland, hvor herreholdet er tilmeldt starttrækken, som er regionens

laveste niveau. Herreholdet er derfor et oplagt valg for nye spillere, der gerne vil lidt mere.

Hvor og hvornår

Holdet træner hver mandag fra kl. 19.30-21.30.

Træning afholdes i tst aktiv-center.

For at se hvornår holdet starter op igen, så gå ind på hjemmesiden og se det under holdets side. Brug QR-koden for at komme hurtigt ind på hjemmesiden.





tst var landets første breddeidrætsklub med egen fast idrætslægeordning

SERIE om tst's historie

1. tst Bordtennis
2. Minisport på tværs af afdelinger
3. tst Karate Skole
4. tst - den første breddeidrætsklub

De tre foregående nr. ligger på hjemmesiden i tst.

Redaktion:

Hans Thomassen
og Klaus Hansen

Artiklen er skrevet af Klaus Hansen

Den 1. maj 1995 skrev tst sig ind i historien.

Som første breddeidrætsklub etablerede tst landets første ordning med fast idrætslæge tilknytning for alle medlemmerne i tst.

tst lavede en aftale med de to AGF-læger Ulrich Fredberg og Peter Kissmeyer, der en aften om ugen havde konsultation i tst's lokaler, hvor alle tst-medlemmer frit kunne konsultere idrætslægerne med henblik på at få diagnosticeret belastningsskaderne, få råd om behandling og vejledning i genoptræning.

Uden at bestille tid kunne medlemmerne henvende sig de aftener, hvor idrætslægeværelset var åbent. Idrætsudøvere blev undersøgt og fik stillet en diagnose, fik af og til behandling og fik gennemgået og udleveret en genoptræningsvejledning.

I nogle tilfælde fandtes indikation for yderligere billeddiagnostisk under-



søgelse (fx røntgen eller skanning), som idrætslægerne kunne henvise idrætsudøverne til.

Genoptræning og hurtigere klar

Da skadesvarigheden i høj grad er afhængig af, hvor hurtig relevant behandling igangsættes, har ordningen givet reduceret antallet af langvarige skader.

Konsultationerne hos idrætslægerne fungerede som en undervisning af de skadede idrætsudøvere i genoptræningsprincipperne, så idrætsudøvere var bedre rustet til at håndtere kommende skader hurtigst og bedst muligt.

Ordningen var en stor succes, hvor

mange idrætsfolk fra tst gjorde brug af den. Ordningen blev beskrevet som et godt og meget værdifuldt arrangement af både medlemmerne og idrætslægerne. Ordningen fortsatte ind i det nye årtusinde, hvorefter idrætslægerne ikke havde mulighed for at forsætte.

I disse år skabte tst stor national opmærksomhed som en af landets fremmeste breddeidrætsklubber, der på flere områder satte en ny dagsorden.

Idrætslægeordningen i tst var endnu et af de tiltag, der fik tst's navn drøftet rundt om i landet, hvor selv eliteidrætsklubber i divisionerne kiggede med beundring på tst og blev inspireret af tst.



Glædelig jul fra Nestor

– Rundvisning i Aarhus Domkirke i april 2025

Program med de øvrige arrangementer vil blive udsendt direkte til medlemmerne.

Vil du være med?

Har du lyst til at blive medlem af Nestor, så send en mail til:

nestortilst@gmail.com

med oplysningerne:

Navn

Adresse

Telefonnummer

Email.

Pris: det koster kun 100 kr. om året.

Tak til alle

Fra bestyrelsens side vil vi gerne sige tak for mange gode oplevelser i 2024.

Vi ser frem til at møde jer til nytårsfest den 14. januar, og til de nye spændende arrangementer i året der kommer.

Vi ønsker alle en glædelig jul og et godt nytår!



Det bliver et brag af en fest med en tur ned ad Memory Lane, jubilæumssang, festtaler og unik og festlig underholdning af Bent Bro og søn.

Anders og Bent Bro (kendt fra Tørfisk) formår at skabe en helt unik og underholdende oplevelse. Deres kærlighed til Thyborøn, fiskeri og musik skinner igennem deres forestilling, og vi kan forvente en sejltur fyldt med gode historier, fællesskab og musikalske øjeblikke, der får smilet frem hos alle.

Vi er også godt i gang med planlægningen af forårets øvrige program, og indtil videre er der følgende på tapetet:

– Rundvisning på Bilkas fjernlager d. 18. februar 2025

– Generalforsamling d. 26. marts 2025 med gule ærter

Vi har afsluttet året med et dejligt julearrangement på Lokalcenter Havkær, hvor 80 forventningsfulde medlemmer havde chancen for at vinde flotte præmier i bankospil og lotteri.

Det var desværre ikke alle, der var lige heldige, men vi kunne alle nyde en lækker anretning fra cafeen, og den hyggelige underholdning med julemusik og julehistorier sunget og fortalt af Flemming Både, der sørgede for en festlig afslutning på aftenen.

Og så starter vi ellers 2025 med et brag af et godt tilbud.

Vi er godt i gang med planlægningen af forårets program:

Hvor og hvornår

Det sker på Lokalcenter Havkær d. 14. januar 2025.

Nestors 30 års jubilæum

Vi starter med at byde det nye år velkommen og fejre Nestors 30 års jubilæum.





Gymnastikdag

Mange af foreningens børn og deres forældre og måske bedsteforældre var mødt op til Gymnastikdag d. 2. november 2024.

Her var der fokus på leg, gymnastik og bevægelse, samt at få alle med på

gulvet. Der var fælles øvelser med fokus på bevægelse og en redskabsbane, som var et hit.

Et stort tak!

Vi vil gerne takke alle som deltog og gjorde dagen vellykket. Det gør en

kæmpe forskel i en forening drevet af frivillige kræfter, at der er opbakning til arrangementerne. Det giver os et kæmpe smil på læben at se børn og voksne hygge sig i gymnastiksalen, og jeres engagement sikrer, at foreningen kan fungere.

Nye voksenhold i tst

Yoga for voksne

I år udbydes Yoga for voksne. Der er ledige pladser, så har du lyst til at prøve det af er du velkommen hver torsdag. Tilmelding på www.tstgymnastik.dk.

"Dans dig glad"

Det er en time med høj puls, smil på læben og dansefællesskab. Der kom-

mer gang i hofterne, sved på panden og kroppen fyldes med glæde. Alle er velkomne – unge som ældre.

Hvor og hvornår

Hver tirsdag kl. 18.30
i tst Aktivcenter.
Der er prøvetræning
10. december
kl. 18.30

Kommende arrangementer

Aftensmad og forældremøde

Den 19. februar 2025 er alle forældre i foreningen inviteret til forældremøde. Vi giver aftensmad og håber, at I vil bidrage med jeres input til foreningen.

Hvordan kan vi i fællesskab gøre det endnu sjovere for vores børn at gå til gymnastik og komme i hallen?

Hvor og hvornår

Mødet er i cafeteriet kl. 17.30-21.30.
Jeres børn vil få en seddel med hjem fra gymnastik, hvor man kan tilmelde sig.
Vi håber at se rigtig mange af jer til en hyggelig aften.

Forårsopvisning

D. 3. maj 2025 afholder vi årets forårsopvisning, hvor gymnasterne får lov at vise, hvad de har øvet på hele sæsonen.

Sæt endelig X i kalenderen!







DBU Fodboldskole 2

Kom til DBU Fodboldskole 2025 hos tst Fodbold i uge 27 (d. 30. juni - d. 4. juli) og få en uforglemmelig fodboldoplevelse!

Skolen henvender sig til både drenge og piger, der gerne vil udvikle deres fodboldfærdigheder i et sjovt og lærerigt miljø.

Hver dag fra kl. 9.00-15.00 vil deltagerne få en masse fodboldfaglig træning, samtidig med at de har mulighed for at møde nye venner og lære spillets grundlæggende teknikker og taktikker.

Sådan tilmelder du dig:

1. Besøg DBU Fodboldskole.dk
2. Gå ind på DBU Fodboldskole og tryk på 'køb billet'
3. Udfyld formularen
4. I feltet "Find fodboldskole nær dig" skriv: Tilst, og find Tilst på kortet og tryk, så dukker tst Fodbold op.
5. Tryk på "tilmeld"
6. Login: Efter du har trykket på "tilmeld", skal du logge ind med dit barns DBU-login
7. Udfyld formularen, godkend og betal. Prisen er 1.050 kr.

8. Bekræftelse: Når betalingen er gennemført, modtager du en bekræftelse på tilmeldingen samt yderligere information om ugeprogrammet.

Tilmeld dig hurtigt, da der er begrænsede pladser!

<https://fodboldskole.dbu.dk/for-deltagere/tilmelding/?id=7498>





025 hos tst Fodbold





Klubmesterskab





D. 2. oktober afholdt vi vores klubmesterskab i karate – en fantastisk dag med masser af energi og læring!

Formålet med mesterskabet var at introducere vores medlemmer til stævneformatet, som træningen har haft fokus på siden sommerferien. Både Kata og Kumite var på programmet, og det var imponerende at se den iver og

dedikation, alle gik til opgaven med.

Vi havde en ekstern dommer til stede, så der var 100% styr på regler og vendinger. Samtidig fik vi testet vores nye gulvunderlag, som levede fuldt op til forventningerne og bidrog til en sikker og stabil platform for de mange kampe.

Resultatet af dagen var ikke kun flotte

præstationer og glade medaljetagere, men også en øget lyst til at konkurrere på højere niveau. Hele syv af vores medlemmer har efterfølgende meldt sig til DM, og som I kan læse efterfølgende, blev det også en god oplevelse.

Tak til alle deltagere og frivillige for at gøre denne dag til en succes. Vi ser frem til at gentage succesen næste år!





Opstart 2025

Vi starter igen d. 6. januar 2025, hvor vi allerede nu kan se, at der er nye potentielle medlemmer, som er klar til

prøvetimer i det nye år. Vi glæder os til at byde velkommen til gamle såvel som nye medlemmer i 2025.



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 januar/februar 2025.

Så hop i træningstøjet og kig forbi til en

prøvetime eller to til vores træningsdage mandag eller onsdag.

Vi starter op igen efter jul d. 6. januar 2025.





Wado DM i Aalborg

Efter flere års pause på grund af bl.a. corona afholdt Aalborg Karate Skole igen DM i Wado. Det foregik d. 16.-11., og vi var selvfølgelig med. Vi stillede op med 7 deltagere i kategorierne Kata og Kumite og leverede nogle rigtig flotte præstationer.

Der var nerver på og adrenalinet pumpede, men de resultater, der blev leveret, kan I være stolte af. Vores deltagere og hvordan det gik dem, ser sådan her ud:

Hubert
Nimra
Albert
Agnes
Freja
Matthew
Stig

Guld i Kata og Sølv i Kumite
Flot indsats i Kata i en stærk pulje
Sølv i Kata og Bronze i Kumite
Superflot 4. plads i en stærk pulje
Sølv i Kata og superflot 4. plads i Kumite
Bronze i Kata og flot indsats i Kumite
Sølv i Kata og Sølv i Kumite

STORT TILLYKKE TIL DELTAGERNE, SUPER GODT GÅET!!!

Vintergraduering

Julen nærmer sig, og det gør også vores næste graduering. Graduering foregår onsdag d. 11. december klokken 17.00. 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. Når gradueringen er veloverstået, har vi den sidste reelle træningsgang d. 16. december.

Stilarten Wado-ryu

Wado-ryu er en af de 4 oprindelige hovedstilarter.

Stilarten lægger 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>



Nye klubtrøjer

Tilst Løberne er kendte og letgenkendelige bl.a. via de karakteristiske gule trøjer. Klubben har dog valgt at ændre det nuværende logo, og en af Tilst Løberne

har derfor designet et nyt logo til brug på klubtrøjer m.v.

Mange tak for dette Vibeke!









Træning og hygge



Træningen er som sædvanlig godt i gang her henover vinteren.

Sne, slud, hagl eller andet er ingen undskyldning for ikke at tage en løbetur.

Så kom og løb med os:

Tirsdag kl. 17.30

Torsdag kl. 17.30

Søndag kl. 9.00

Vi garanterer god træning og masser af social hygge.





tst Badminton Motioniststævne 2024

Lørdag d. 9. november afholdt vi, traditionen tro, motioniststævne i vores fantastiske Badmintonklub tst.

Stævneudvalget mødtes kl. 8.00 for at gøre klar til de 40 kampklare fjerkrigere, som kom kl. 9.00, og efter en fin velkomst af vores motionsformandinde Karen, kunne dagens kampe begynde.

Det blev kæmpet, grinet, snakket og hygget på tværs af alle de fremmødte spillere, og alle havde en dejlig dag.

Tak for hjælpen

Meeeen det var ikke alt - for med STOR TAK til vores sponsorer var der også et hav af lodtrækningspræmier:

- 6 øl gaver fra Hancock
- Chokolade boller fra Langkær bageri
- En masse slik gaver fra Henriks have service
- GRATIS frugt fra tst cafeen

Der skal også lyde en STOR TAK til vores skønne stævne udvalg bestående af: Poul, Charlotte, Kirsten og Karen, som ydede en kæmpe indsats for at få dagen til at 'spille'. Uden deres hjælp ville det ikke være muligt at afvikle en så vellykket dag.

Tak til alle, der hjalp til med opstilling og oprydning.

Motioniststævne 2025

Så gik du glip af dette fantastiske stævne, så fortvivl ikke, for vi gentager succesen:

Lørdag d. 1. november 2025

Sæt X i kalenderen allerede i dag!

*På vegne af motionsafdelingen
Susanne Udengaard*





BADMINTON







En julehistorie fra den virkelige verden - Årets klubtur til BOV

Der var engang en fredag - fredag d. 1. november 2024. En mørk efterårsaften foran tst aktivcenter blev ca. 36 børn afleveret af deres glade forældre til tst Badminton. Forældrene kunne glæde sig over en friweekend, måske helt uden børn, måske med færre børn.

Trænerne og de frivillige fra Ungdomsudvalget (UU) var også på pladsen. De ventede alle på at blive samlet op af den store bus, som ville køre dem alle til årets klubtur til BOV.

Børnene havde talt om turen i flere uger, og alle glædede sig til at komme af sted.

Bussen kørte kl. 18.30, og forældrene vinkede farvel, men børnene havde allerede travlt med at hive deres snackposer op og hygge med vennerne i bussen, så nogen fik slet ikke nået at vinke farvel.

Ankomst og hygge på værelserne
2,5 timer senere ankom de til BOV. De frivillige, Karina, Maria, Dennis og Sine, delte børnene op i de værelser, de skulle sove i. Pigerne sammen og drengene sammen. På hvert værelse var der også 2 voksne. Pigerne fik lov til at sove med Maria og Sine, og drengene fik lov til at sove med Byskov og Vinther. Alle værelserne var med køjesenge eller enkeltmandssenge, så ingen lå på gulvet på madrasserne, medmindre man selv valgte det.

Det var ren hygge

Man skulle tro, at alle var trætte på sådan en fredag, men alle trak i træningstøj og løb ned i hallerne, hvor der blev spillet badminton. De små børn måtte desværre tidligere i seng end de store, det var ikke alle, der var lige tilfredse med det. Men de gjorde, hvad der blev sagt. Sådan var reglerne - de voksne bestemte.

De ældste hyggede videre med badminton.

Tur til Slikparadiset

Næste morgen blev alle vækket tidligt, og skulle møde op i cafeén til morgenmad. Det gik måske lidt langsomt, men der var god tid. Alle fik morgenmad og alle var glade.

Det var også dagen, som børnene (særligt de nye) havde glædet sig mest til. Gåturen over grænsen efter alt det slik, man kunne slæbe med tilbage. Det blev en dejlig gåtur, og det var jo som at komme til SLIKPARADISET for mange af børnene. Der blev købt, grinet, vejte selv-slik og grinet endnu mere. Turen tilbage blev lige så hyggelig, og måske også en anelse tungere.

Fantastisk tst-holdånd

I hallerne skulle der nu kæmpes om 1. pladsen, og der blev spillet rigtig meget





god badminton. tst Badminton vandt en del den første dag. Udover at spille var børnene, trænerne og coachene super-gode til at heppe på hinanden, coacher og få én til fortsætte kampen, selvom man havde mødt en modstander, der måske var lidt bedre end en selv. Uden deres hjælp ville tst Badminton måske ikke kunne hive så mange medaljer med hjem. Der var et fællesskab, kampånd og gejst som udover at smitte af på tst-børnene og -trænere også fandt vej til de voksne, de frivillige og de forældre, der var mødt op for at heppe med. Der var en fantastisk stemning.

Et par forældre fortalte, at de så en kæmpe glæde blandt børnene i hallerne, selvom man lige havde tabt et sæt eller hele kampen. For man hjalp og støttede hinanden. Der var altid nogen til at tage sig af en, hvis man blev ked af

det. Så man nåede aldrig rigtigt at blive ked af det i længere tid, for der var altid en tst'er, der ville hjælpe eller støtte en. I pauserne kunne man se pigerne sidde sammen og flette hinandens hår,

trænerne der sad sammen med børnene og hyggede med dem og hinanden. De frivillige, der løb frem og tilbage for at holde styr på, hvilken hal børnene skulle spille en kamp i. Der var nemlig hele tre haller! Skridt blev der gået rigtig mange af i løbet af denne weekend.

Men de var gode til det, og børnene fik helt styr på, hvor og hvornår de skulle spille.

Pølsehorn, pomfritter, muffins og badmintonsjov

Børnene nød, at de selv kunne købe frokost og måtte selv bestemme, hvad de spiste. Der blev solgt mange pølse-

horn, pomfritter og muffins denne lørdag. Frugt kunne hentes gratis, så det nød børnene også.

Om aftenen havde Dennis fra UU arrangeret noget sjovt badminton for de store børn, og der blev også uddelt sjove præmier. Det blev et hit. De voksne ville også spille mod hinanden og mod børnene, så det blev en sen nat for de store børn og voksne. De små blev puttet til planlagt tid, og det var heller ikke et stort problem, for de var også trætte af dagens oplevelser.

Søndag blev ungerne igen vækket og morgenmaden blev igen nydt i cafeén. Dagen stod igen på en masse kampe og selvfølgelig stod tst'erne sammen og heppede på hinanden og medaljerne blev igen hevet hjem.

Byskov havde sit eget fankor – selvom han ikke engang spillede selv.





Noah og Thea fortæller om turen:
En af forældrene havde spurgt Noah Vu Glintvad på 9 år, som var med og Thea Pham Vo (9 år). Her kan I læse om det:
Hvad var det bedste ved turen?
Noah: "At man kunne spille så meget badminton."

Thea: "At man fik flere venner."
Var det godt, at forældrene var med, eller er det ok, at de blev hjemme?
Noah: "Godt mine forældre var hjemme, så det må de gerne fortsætte med. Hvis nogen skulle med hjemmefra, skulle det være min morfar – han er

bedre til at coache end mine forældre."
Thea: "Næste år må mine forældre godt blive hjemme, så kan jeg få lov til at bestemme lidt mere."

Udover hyggen i hallerne under pauserne, så var der et fællesrum, hvor der kunne klatres og kravles på. På ikke noget tidspunkt var der ét barn, der sad og kedede sig.

Lidt om den årlige klubbetur

Turen til BOV er årets Klubbetur og må gerne fortsætte i mange flere år endnu. Vidste du, at den blev startet af hold-

lederen fra Motionistholdet; Susanne Udengaard? Sikke en fantastisk idé, som tst Badminton nu har glæde af! Men det kan KUN lykkes, fordi der er ildsjæle som:

Karina, Maria, Dennis, Sine, Byskov, Vinther, Anders Roman, Nicklas, Anja, Anne, Julie, Benjamin Cao, Frederik og Cecilie, der vil bruge en hel weekend på at være sammen med børnene, og give dem en kæmpe oplevelse, som de vil huske mange år fremover.

Så en KÆMPE TAK skal der lyde til alle





dem, og I forældre må endelig gerne blive ved med at give en ekstra hånd til de forskellige arrangementer, for vi gør det vel for ét formål: at BØRNENE får massevis af badminton oplevelser.

GLÆDELIG JUL OG GODT NYTÅR ÅR. Vi håber julehistorien fra BOV fortsætter til næste år.

Desværre kan vi ikke vise alle billederne, så her er blot et lille uddrag.



tst-senioridræt runder i 2025

Det er en tilfældig tirsdag formiddag og vi er på parkeringspladsen foran Idrætsforeningen tst i Tilst.

Glade seniorer ankommer til dagens træning på tst-senioridræts idrætsbold om tirsdagen. Der hilses med et smil til

hinanden, og vejen går i omklædningssrummet og dialogen fortsætter her "Tak for sidst", "hvordan går det?" osv.

Klokken nærmer sig 10.00 og alle skal være i hallen klar til start. Instruktørerne Rita, Lena, Helle og Jytte byder velkom-

men og der startes med en sang fra højskolesangbogen, hvorefter opvarmning og dagens træning går i gang.

Sådan er det gået i 32 år. Naturligvis med de forandringer og opbakning fra de forskellige bestyrelser og instruktører,

Og en af grundlæggerne runder et skarpt hjørne

Det er instruktør Jytte P

Den 11. januar 2025 fylder hun 80 år - stort hurra!

Og hun er "still going strong". Jytte var nemlig med til at starte ældreidræt i 1993 og har siden været gymnastikinstruktør, men også været aktiv i de løbende bestyrelser og er fortsat instruktør på holdet.

Jytte er fra Holstebro og kom som ung til Aarhus med job som filmklipper ved Danmarks Radio. Her mødte hun Knud, som var TV-fotograf for DR, og de flyttede til Tilst i 1967. I de unge år havde Jytte også interessen for ballet, hvilket man fortsat kan se, når hun suser rundt i hallen let på tå.

Jytte har holdt sig ajour med nye øvelsesprogrammer, men lægger stor vægt på at udvikle træningen gennem teamwork med instruktørkollegerne, og i dag laves der en ugentlig træningsplan, hvor instruktørerne på skift veksler imellem de forskellige øvelser.

I over 40 år fyldte folkedans meget. Dette praktiserede hun bl.a. som formand for Tilst Folkedansere, som pga. medlemsnedgang måtte lukke ned for nogle år siden.





hele 32 år

som alle har bragt tst Senioridræt til der, hvor de er i dag med mange aktiviteter ugen igennem som vandring, krolf, idræt, bordtennis, badminton og pickleball.

I alt med over 200 medlemmer.

Tillykke Kim!

Vi i tst Senioridræt sender gode ønsker på 60 års dagen til vores halinspektør Kim! Dit gode humør og store hjælpsomhed sætter vi stor pris på.

Venlige hilsener fra os alle

he - nemlig 80 år

Pedersen

Gennem årene har Jytte også været aktiv i planlægningen af den årlige sommerudflugt, som er et tilløbsstykke og ført medlemmerne rundt mange steder i det jyske. Og ellers så går tiden med at være frivillig i Tilst Sognegård og i Andelsboligforeningen Toften, hvor hun og Knud har boet i snart 25 år.

Hendes positive tilgang til livet gør, at hun er et forbillede for mange - unge som ældre.

En tirsdag efter træningen spurgte vi Jytte, hvad hun kunne se tilbage på efter 32 år, som instruktør og Jytte svarede:

"Jeg har aldrig haft en øv-tirsdag. Altid glad for at møde op til træning, fordi jeg ved, at jeg møder glade mennesker. Det giver mig energi og motiverer mig for at blive ved. Og ikke mindst samarbejdet med de øvrige instruktører betyder meget mig for mig og er et af mine ordsprog er:

"Ingen kan alt - Alle kan noget - Men sammen kan vi meget mere."

En stor tak og et kæmpe tillykke med den flotte runde dag til Jytte fra os alle sammen i tst Senioridræt



**Yderligere oplysninger om træningstider
m.v. på hjemmesiden
www.tst-tilst.dk/senior-idraet/**



tst senioridræt 2024/25

Senioridræt har haft et godt aktivt efterår og er nu gået i "julemode", mens vi lader op til den kommende sæson.

Vores traditionelle aktiviteter har kørt på en vanlig vis. Der er stadig godt fremmøde på vores sædvanlige "gamle" aktiviteter som vandring, idræt/gymnastik, krolf og badminton/bordtennis/pickleball/skumtennis.

Vi har haft to nye tiltag, som er kommet godt i gang

- Pickleball som enkeltaktivitet tirsdag eftermiddag.
- Holdet startede op med blot 5 deltagere, men er ganske langsom vokset, og vi er sikre på, at aktiviteten bliver et hit efterhånden som flere lærer spillet at kende. Det er sjovt og kan spilles på alle niveauer.
- Et nyt vandrehold tirsdag kl. 17.00

Det giver mulighed for folk på arbejdsmarkedet at deltage. Der er endnu ikke så mange på holdet, men vi hygger os, får god motion og mon ikke det stille og roligt vokser?

Holdet har kørt indtil november, hvor det blev for mørkt, starter d. 25. marts 2025.

Andre aktiviteter

Vi har desuden haft to foredrag:

Et med Kurt Leth, som fortalte "om krøllede typer, originaler og fantastier".

Og et med Poul Malling fra Tilst Kasted Lokalhistorisk arkiv, som fortalte om det gamle Tilst.

To meget spændende foredrag, som havde stor tilslutning.

Et stort tak!

Vi vil gerne takke vores dygtige instruktører for et kæmpe arbejde!

Både de nye instruktører og de "gamle", som evner at møde op uge efter uge med nye tiltag og godt humør. I er livsnerven i afdelingen!

Og tak til alle deltagere, som bakker op om vores aktiviteter med en entusiasme og positiv ånd, som gør det sjovt at være frivillig!

Aktiviteter i forårshalvåret 2025

Vandrehold:

Vandrehold mandage kl. 10.00

Holdleder: Bjørn Rasmussen | 40353237 | bjorn.rasmussen@privat.dk.

Starter mandag d. 6. januar 2025

Vandrehold tirsdage kl. 17.00

Gåvært: Klaus Bjørn | 40562413 | jette-ogklaus@kabelmail.dk

Starter marts/april 2025. Se nærmere på tst's hjemmeside www.tst.dk.

Krolf

Mandage og onsdage kl. 10.00

Holdleder: Bent Christensen | 29638197 | bent13chr@gmail.com.

Starter marts/april måned 2025, hvis vejret tillader det.

Idræt/gymnastik

Tirsdage kl. 10.00

Instruktør: Jytte Pedersen | 40405666 | tytte1945@gmail.com.

Starter tirsdag d. 7. januar 2025

Pickleball

Tirsdage kl. 13.30.

Instruktør: Dorrit Lauridsen | dorritem-lauridsen@gmail.com

Starter tirsdag d. 7. januar 2025

Der afvikles et pickleballstævne d. 14. januar 2025 i tst Aktivcenter.

Arrangørerne er Dansk Arbejder Idræt og DGI, og tst er vært for stævnet.

Alle omegnsforeninger med pickleball er indbudt. Mød op og få et indtryk af sporten!

Badminton/bordtennis/pickleball/skumtennis

Torsdage kl. 10.00

Instruktør: Jørn Gilsaa | 20654771 | gilsjorn@gmail.com

Starter torsdag d. 2. januar 2025.

Vi har altid plads til nye medlemmer!

Kom og få en gratis prøvegang. Du kan kontakte en af instruktørerne eller blot møde op.

**tst Senioridræt ønsker alle
et godt nytår!**





dræet nytår /2025



Torben Elniff
Aut. VVS-installatør

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



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



EL **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



**Din lokale
bedemand**

For os handler det
om respekt, tillid
og tryghed

Træffes hele døgnet
86 24 15 44

Tanja Hans Henry Sebastian Karina

Tilst Begravelsesforretning
Tilst Skolevej 23A, 8381 Tilst

**Begravelse
Danmark**





Krolfsæsonen 2024

08/04-24 til 16/10-24

2024 har været et rigtigt godt år for tst Krolf.

Lige nu har vi 43 medlemmer: 23 damer og 20 herrer.

Deltagelse i diverse stævner/træf og holdturneringer

tst krolf har deltaget i 44 stævner/træf (i hvert træf deltager fra 120 til 150 spillere) og 3 holdturneringer. Det har været arrangeret i samarbejde med DGI eller DAI. Vi har flere gange haft placeringer helt i top (fra nr. 1 til nr. 10)

I disse træf har tst været repræsenteret med 223 spillere og har bl.a. opnået følgende placeringer:

- 15 førstepladser
- 7 andenpladser
- 13 tredjepladser
- 7 fjerdepladser
- 4 femtepladser
- 5 sjettepladser
- 7 syvendepladser
- 5 ottendepladser
- 5 niendepladser
- 5 tiendepladser

- En 3. plads i DGI Holdturnering i parkrolf.
- En 6. plads i damernes række individuelt ved DM i Herning (DAI).
- En 4. plads i damernes række individuelt ved Regionsmesterskabet (DAI).
- Vinder af holdturneringen Aarhus Kaffecup (DAI).
- Regionsmestre for hold i Midtjylland (DAI).
- Regionsmestre for hold i Østjyllands (DGI).
- Et hold kvalificerede sig til DM for hold i DAI og i Dansk Krolfunion (Måtte desværre melde afbud til

begge DM, da vi på finaldagene ikke kunne stille hold).

- Vinder af Aarhus Mesterskabet individuelt (DAI) i både damernes og herrernes række og fik yderligere en 3. plads i damernes række.
- 3 spillere havde kvalificeret sig til Supertræffet individuelt i Rude Strand (DGI).

- For at kvalificere sig til dette stævne, skal man have vundet en placering som nr. 1, 2 eller 3 ved et af DGI's stævner i løbet af året. Vi fik en 3. plads i damernes række.

Krolfture/udflugter

I de senere år har DAI og DGI arrangeret krolfture/udflugter til forskellige steder, både i Danmark og i udlandet. Turene strækker sig over flere dage og er en

kombination af udflugter og krolfspil.

I perioden 2.-5. september 2024 havde tst 9 spillere med på Aalbæk-turen i Nordjylland (DAI). Vi spillede krolf hver dag (11 runder i alt) og var indimellem på diverse udflugter.

I damernes række fik vi en 2. plads med 316 slag.

I herrernes række fik vi en 3. plads med 311 slag.

Kunne du tænke dig at være med?

I øjeblikket holder vi vinterpause, men vi regner med at starte sæsonen i løbet af marts/april måned 2025.

For yderligere oplysninger kan man kontakte Bent Christensen, tlf. 29 63 81 97 eller på mail: bent13chr@gmail.com.



FORRETNINGSUDVALGET

**Hovedformand**

Hans Peter Holmgaard
86 24 30 70 - 30 32 47 66
hb.formand@tst-tilst.dk
Personale, Projekter, Sekretær,
Sponsor

**Forretningsudvalgsmedlem**

Forretningsudvalget.anlaeg@tst-tilst.dk

Anlæg

**Fungerende hovedkasserer**

Allan Jensen
22 77 73 22
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

**Webmaster**

Leif Andresen
28 91 95 66
webmaster@tst-tilst.dk

**SPOT redaktør**

Miriam Nørkjær Holmgaard
26 74 30 70
spot@tst-tilst.dk

PR



Alle afdelingsformændene

Badminton

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

Håndbold

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

Tennis

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

Cykling

Brian Skaarup
cyk.formand@tst-tilst.dk
22 77 57 19

Karate

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

Floorball

Peter Brandt Vand
formand@aarhusfloorball.dk
22 52 22 59

Løb

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

Fodbold

Sune Bøndergaard Røjkjær
formand@tst-fodbold.dk
20 45 44 93

Senioridræt

Ilse Høyer
senior.formand@tst-tilst.dk
22 61 67 04

Gymnastik

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

Svømning

Michael Bertelsen
svoem.formand@tst-tilst.dk
21 55 12 52

Formænd for støtteforeninger**Nestor**

Birgit Klinke klinke@post12.tele.dk
29 27 50 11

Støvlen

Henrik Staghøj
stoevlen@tst-tilst.dk
71 78 74 94

Fjerbolden

Bjarne Vangsgaard
fjerbolden.formand@tst-tilst.dk
86 24 05 03

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



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
- Airconditionservice
- 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

AutoPartner – dit værksted for fremtiden



tilstbilsyn.dk

Blomstervej 6

Åbent til kl. 17:30 i hverdage!

Online
booking

eller



86 242 242

99,4%
kundetilfredshed