



December  
2022

Nyt fra

# Gymnasti

udvalget



Opvisning til DGI Landsstævnet 2022

# GYMNASTIKUDVALGET

facebook

Gymnastik Parasport Danmark



parasport.gymnastik@gmail.com



## Formand

Bibiana Gade  
Tvedvej 197, Tved  
5700 Svendborg  
Mobil: 50 57 45 22  
Ansvarsområde: Formandsopgaver, Special Olympics og kurser



## Kasserer

Elsebeth Eilsø  
Hedemarken 86  
5450 Otterup  
Mobil: 28 55 63 23  
Ansvarsområde: Kasserer og stævnearrangør



## Sekretær

Trine Lyngsø  
Skolegade 34  
6670 Holsted  
Mobil: 30 27 32 48  
Ansvarsområde: Referent, ansvarlig for bladet "Nyt fra gymnastikudvalget" og Special Olympics



## Medlem

Hanne Møller Hansen  
Parkej 27  
5600 Fåborg  
Mobil: 24 48 90 29  
Ansvarsområde: Kurser, Special Olympics



## Medlem

Anni Vestergaard Horsted  
Vestergårdsvej 17  
7183 Randbøl  
Mobil: 4113 60 55  
Ansvarsområde: Handleplaner, opsætning af bladet "Nyt fra gymnastikudvalget"

# NYT FRA GYMNASTIKUDVALGET



## Special Olympics Idrætsfestival

I gymnastikudvalget har vi i år haft meget fokus på gymnastikstævner. Parasport Danmark afholdte idrætsfestival i samarbejde med Kolding Kommune i maj måned. Her planlagde vi gymnastikken på festivalen, både for bredde gymnaster og for Special Olympics gymnaster. De færøske gymnaster var med deres træner Nena på festivalen og de proklamerede, at de ville afholde et nordisk stævne for Special Olympics rytmisk gymnastik.

## Invitation til Nordisk Stævne

Efterfølgende modtog vi invitation til stævnet i Torshavn, hvilket vi gerne ville deltage i. Fem gymnaster fra Holsted UGF tog afsted i efterårsferien og vendte hjem med mange gode oplevelser.

## Rekruttering

I udvalget drøftes rekruttering og vi har fået nye gymnaster i Århus og håber også at kunne få gymnaster i andre klubber til at dyrke OL gymnastik. Gymnastikudvalget står altid til rådighed og vi vil gerne øse ud af vores viden og hjælpe interesserede instruktører i gang.

## Gymnastikstævne i Tommerup

Gymnastikstævnet i Tommerup på Fyn måtte desværre aflyses i 2022, da kun få hold var tilmeldt. Coronapandemien betød desværre over en lang periode, at mange gymnastikhold ikke kunne træne og forberede sig - derfor de få tilmeldinger.

Vi ser derfor ekstra meget frem til at kunne afholde det årlige gymnastikstævne den 4. marts 2023. Invitation sendes ud så snart vi er klar med detaljerne!

## Special Olympics Idrætsfestival - 2022 og 2024

Idrætsfestivalen, der var programsat i Frederikshavn i 2020, måtte aflyses pga. coronapandemien. Kolding blev således vært i 2022, mens turen i 2024 går til Frederikshavn. Parasport Danmark inviterer i samarbejde med Frederikshavns Kommune til Idrætsfestival. Gymnastikudvalget vil være med i forberedelserne og gøre alt for, at sammensætte et spændende program for både Special Olympics gymnaster og gymnaster fra breddeidrætten. Vi håber at se rigtig mange på gymnastikgulvet i Frederikshavn.

**SÆT X I KALENDEREN!**

# IDRÆTSFESTIVAL I KOLDING

Gymnastikken var flot repræsenteret i Kolding ved Danmarks største sportsbegivenhed for idrætsudøvere med et udviklingshandicap. Således repræsenterede 44 gymnaster breddeidrætten og rytmisk gymnastik, da der blev afholdt Special Olympics Idrætsfestival. Deltagerne kom fra Danmark, Færøerne, Finland og Island.

Det var et stort arbejde at finde dommere, da det krævede to hold for at dømme gymnasterne på de to konkurrencegulve. Heldigvis lykkedes det at få sammensat to fantastiske dommerpaneller. Om formiddagen blev der divisioneret i vimpel og sjippetov. Eftermiddagen blev indledt med fælles faneindmarch efterfulgt af individuelle samt holdopvisninger. Et lokalt springhold gæstede hallen og leverede en flot opvisning med imponerede spring.

I løbet af formiddagen kunne holddeltagerne deltage i forskellige workshops som yoga og zumba.



Efter præmieoverrækkelsen, hvor også danske gymnaster fik medalje om halsen, blev der klædt om til det fine tøj. Aftenen bød på middag, fest og dans.

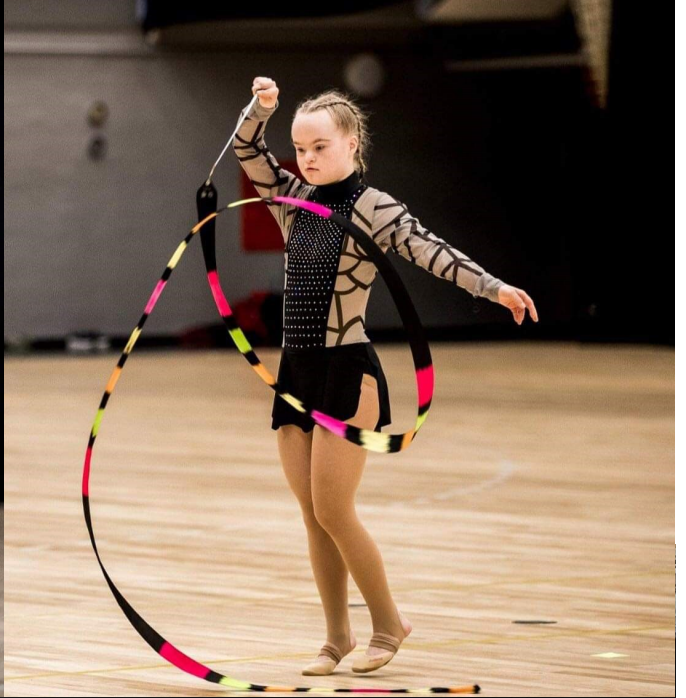
Om søndagen var det muligt at deltage i workshops med trampolin, redskabsbane, bankoløb og Special Olympics rytmisk gymnastik.













## **Dommerne Louise, Louise og Dorthe fortæller om deres oplevelser**

*Som dommere i rytmisk sportsgymnastik var det en forrygende oplevelse at få lov til at dømme ved Special Olympics Idrætsfestival i Kolding. Hallen emmede af livsglæde, men også af seriøsitet og spændte gymnaster og trænere, som alle havde forberedt sig til det ypperste for at kunne være klar til denne konkurrencedag.*

*Det var skønt at opleve, hvordan gymnastikken blomstrede i hallen og samtidig se hvordan glæden sprudlede igennem kroppen, når det endelig var tur til at vise, hvad man havde forberedt og øvet sig på. Og endnu mere fedt at opleve var den energi, der lyste ud af kroppen og de glade ansigter, der skinnede gennem hallen på de stolte og tilfredse gymnaster, når de var færdige med deres performance.*

*Som udefrakommende var det alt i alt en super dag at være en del af, hvor de frivillige kræfter og ildsjæle gør en kæmpe indsats for at konkurrencen kunne være med til at sætte rammerne for at gymnaster og trænere kan opleve at lykkes og få lov til at vise det, de går og øver sig på derhjemme i hallerne.*

*Hilsen Louise Jørgensen og Louise Tarp Jørgensen, nationale dommere i Rytmisk sportsgymnastik, der med glæde dømmer til Special Olympics en anden gang.*



### **Fantastisk oplevelse!**

*Jeg var så heldig, at blive tilbudt at være frivillig hjælper på idrætsfestivalen i Kolding i år, hvor jeg var dommer for OL-gymnastik.*

*Det var dejligt at se, hvor trænede gymnasterne er og hvor meget de går op i at udføre øvelserne så perfekt som muligt samtidig med de har et kæmpe smil på læben.*

*Derudover var det en helt fantastisk oplevelse, at være del af et arrangement med så mange glade og dygtige mennesker, som bidrager til et fælles mål om at have det sjovt sammen.*

*Sådan et arrangement kræver mange hjælpere, trænere, pædagoger m.fl. - helt almindelige mennesker som brænder for at få en festival til at blive en fantastisk oplevelse for alle.*

*Hilsen Dorthe Bartholin Beck*

## ***Gymnastikudvalget har modtaget en hilsen fra Birthe Hansen...***

*I maj måned blev der afholdt Special Olympics i Kolding, hvor jeg som pårørende havde fornøjelsen af at deltage. Et fantastisk arrangement hvor alt sprudlede af liv, glæde og fællesskab. At opleve så mange glade unge mennesker, så passionerede og engagerede i deres optræden og idræt, var meget rørende at overvære - og flere tårer blev knebet.*

*Alle deltagere havde øvet samme program hvilket gjorde, at deres optræden var ens i de forskellige discipliner. Alle havde et fælles udgangspunkt, hvilket virkede som en tryghed for gymnasterne. En stor ros skal lyde til både arrangører og medhjælpere, for at skabe rammerne og stemningen for afviklingen af nogle fantastiske dage, hvor alt gik op i en højere enhed. Det var tydeligt, at de unge mennesker nød, at deres pårørende havde mulighed for at komme og være tilskuere.*

*Afsluttende blev der uddelt medaljer. Nogle var meget begejstrede for deres bronzemedalje mens andre tydeligvis havde en forventning om en højere placering på podiet :-)*  
*Dog gik alle derfra glade og stolte og med et velfortjent besøg i cafeteriaet.*

*Hilsen Birthe, mor til Emilie*



Til venstre:

Træner Hanne Møller Hansen i godt selskab med Emilie og Jesper fra Job og Aktiv

Til højre:

Emilie overrækker Hendes Kongelige Højhed Prinsesse Benedikte en buket blomster ved ankomsten til Idrætsfestivalen

## DGI LANDSSTÆVNE 2022



Så skete det at Parasport Danmark skulle vise Special Olympic gymnastikgymnastik til DGI's Landsstævne i Svendborg.

Det var meget spændende, og der var store forventninger og sommerfugle i maven.

Telefonen "bib'ede" og det var en invitation til at være med i åbningsceremonien på den store scene, som blev vist på landsdækkende tv.

To gymnaster fra Nr. Broby var friske og meldte sig til den spændende sceneoplevelse.

Vi blev taget godt imod af en sød dame som viste os, hvor vi skulle vente under scenen indtil det var vores tur. Gymnasterne var meget tålmodige under den lang ventetid i mellem prøvningerne forud for åbningsceremonien torsdag aften. Der var heldigvis meget at kigge på særlig gymnaster fra DGI's verdenshold og de mange foreninger med deres forskellige idrætter.

På den store Scene var vi sammen med en masse udøvere fra andre idrætsgrene. Vores gymnaster stod allerforrest, og svingede vimplerne helt i front. Aldrig har vi kigget ud på så mange glade deltager, som udsigten fra scenen. På vej ud gav vores skønne gymnaster high-five til publikum, og der var kø med mange hilsner og fremstrakte hænder. ☑

Fredag eftermiddag gav vi opvisning på havnen i Svendborg, hvor vejrguderne var i det våde hjørne, men det slog ikke de seje gymnaster ud af rytmen. Gymnasterne havde flotte dragter på, og ydede deres allerbedste. Og selvom vimplerne var blevet godt våde og tunge, blev de svunget højt mod himlen. Det blev således en meget flot opvisning, og det kunne bestemt høres på publikums bifald.

Det var endvidere meget motiverende og dejligt at se den store opbakning fra de pårørende til gymnasterne. Det var således stolte forældre, gymnaster og trænere som drog hjem fra et godt stævne.

## **Gymnastikudvalget har modtaget en hilsen fra Pia Wennergaard ...**

*Min søn Jesper på 23 år har Downs Syndrom. Jesper har et dagtilbud i Job og Aktiv i Broby, hvor han går på Idrætslinjen. Jesper har Danmarks bedste dagtilbud, hvor han er i bevægelse og aktivitet. Det der er så fantastisk er, at personalet på Idrætslinjen har forventninger til at borgerne kan lære serier og optræde med tøndebånd og hullahopringe og de kan meget mere end vi tror. Her i sommer deltog holdet fra Idrætslinjen til Landsstævnet i Svendborg. Jesper var med til åbningen sammen med Emilie ledsaget af Hanne Møller. De var oppe på scenen og optræde og der var 1000 vis af tilskuere. Jesper var helt høj af den oplevelse, han var så glad og stolt. Om fredagen optrådte hele holdet på havnen i deres fine dragter og selvom det regnede og de var kolde, så var de topmotiverede og lavede den flotteste opvisning. Det var så dejligt, at vores unge udviklingshæmmede også kunne få lov til at vise, hvad de kan. Det er meget værdifuldt for Jesper, at øve sig og blive god til gymnastik og gymnastikken er grundlag for et godt socialt sammenhold, så tak til parasporten for at give alle mulighed for at være med.*









## Parasport Færøerne vært for Nordisk Mesterskab

Fem gymnaster fra Holsted UGF tog, sammen med Trine (træner) og Bibi som holdleder og tourguide samt syv pårørende/ledsagere, afsted til Færøerne onsdag den 19. oktober. Efter ankomst til Thorshavn blev alle indkvarteret i fine værelser på Hotel Brandan.

Torsdag mødtes vi kl. 10 til guidet rundtur i Torshavn. Bibi er født og opvokset i Torshavn og var den perfekte guide på turen. Vi gik tur i skoven og så mindesmærker var på Skansen og i den gamle bydel. Vi fandt også vikingernes solur, nøjsomt hugget ud i klipperne ved vandet. Vi delte os til frokost og nogle spiste i den gamle saltsilo ved havnen. Herefter var der shopping i den gamle boghandel, så souvenirs var sikret. Efter lidt afslapning på værelserne tog vi til Bowl og Spis. Her blev der kæmpet bravt og vi havde en fornøjelig aften, der rundede af med en aftenkaffe invitation fra Nena, den færøske træner. Hun mødte os med stor gæstfrihed, lækre kager og champagne.

Fredag bød på bustur, arrangeret af Parasport Færøerne. Vi kørte mod vest og havde første stop ved bygden Norðadalur, hvor vi kunne se til øerne Koltur og Hestur. Derefter mod Gåsedal, hvor vi oplevede en helt enestående natur og vandfaldet Múlafossur, som har et fald på over 30 meter ned i Atlanterhavet, mens solen kom frem og himlen blev blå. Vi kørte igennem tunneler i fjeldene og under havet, så vidtstrakte grønklædte fjelde, små bygder med træhuse, der havde græs på taget, masse af får, der græssede overalt. Vi gik tur i Bø og besøgte Kvivik, hvor vi så levn fra vikingetiden.

Hjemme igen skulle gymnasterne på skolen og træne. Herefter var to af gymnasterne med i badmintonhallen, hvor vi skulle mødes med dommerpanelet og stå til rådighed for spørgsmål.

Lørdag var selve gymnastikstævne dagen. Vi mødte i hallen kl. 8:45. Gymnasterne skulle divisioneres om formiddagen. Der var deltagelse fra Island, Norge, Færøerne og så Danmark, 23 gymnaster i alt. Stævnet var fantastisk organiseret og alt klappede. Der var tre konkurrencegulve og seks hold dommere.

Efter frokost var der indmarch til brugerbandet/orkesteret Regnbuen "Ælabogin". Herefter gik konkurrencen i gang, suppleret af opvisning af 6 norske børnegymnaster og et flot "estetisk" gymnastikhold fra Færøerne. Nogle lande deltog i freestyle konkurrence og gruppeserie med tøndebånd. Alt i alt en rigtig fin konkurrence og opvisning.

Kl. 15:00 var der præmieoverrækkelse. De danske gymnaster, Pernille, Pernille, Malene, Marie og Carina gjorde det så godt og de fik alle metal om halsen. De fine medaljepiger var iklædt den færøske nationaldragt.

Kl. 19:00 var alle deltagere inviteret til middag og fest i SFO lokalerne. Det var hyggeligt og med levende musik. Efter maden dansede vi færøsk folkedans og andre muntre danse. Vi blev også budt på 10 slags kager - alle færøske specialiteter.

Søndag sov vi længe og fik pakket og tjekket ud. Med kufferterne i hotellets opbevaringsrum tog vi den gratis bybus til Glasir, som er Torshavns forholdsvis nye uddannelsescenter. Her blev vi vist rundt af Bibis bror, Kenneth, der kunne fortælle om uddannelsesstedet. Det var meget spændende at se de forskellige uddannelseslokaler og udsigten ud over Torshavn var helt fantastisk.

På hotellet fik vi frokost og kl. 15.50 kom taxaerne og hentede os. Hjemrejsen kunne begynde. Vi landede i Billund Lufthavn kl. 20:40 og kunne da sige farvel til hinanden efter et par intense, fantastiske og vilde dage og med rygsækkene fyldt op af gode oplevelser, nye kammeratskaber og tunge medaljer.











## Resultater ved Nordisk Special Olympics Gymnastikstævne i Torshavn 21. oktober 2022

Sjippetov/rope	Gruppe 1.	Carina Andersen.	4. Plads
	Gruppe 2.	Pernille Lagoni.	5. Plads
	Gruppe 4.	Malene Madsen.	3. Plads
Bold/ball	Gruppe 2.	Carina Andersen.	1. Plads
	Gruppe 3.	Pernille Lagoni.	1. Plads
		Marie Risager	2. Plads
		Pernille Jensen.	3. Plads
Vimpel/ribbon	Gruppe 2.	Carina Andersen.	4. Plads
	Gruppe 3.	Pernille Lagoni.	2. Plads
		Marie Risager	4. Plads
	Gruppe 4.	Malene Madsen.	1. Plads
Tøndebånd/hoop	Gruppe 1.	Carina Andersen.	2. Plads
	Gruppe 2.	Pernille Lagoni.	2. Plads
	Gruppe 3.	Malene Madsen.	3. Plads
		Pernille Jensen.	5. Plads



Træner Trine Lyngsø og de glade medaljevindere. De fem gymnaster er Pernille Lagoni, Carina Andersen, Marie Risager, Pernille Thatt Jensen og Malene Madsen. Det er første gang danske gymnaster deltager i et nordisk stævne. Stort tillykke!



# GOD JUL OG GODT NYTÅR



Gymnastikudvalget ønsker alle  
en god jul og et godt nytår



## KOMMENDE ARRANGEMENTER 2023

Den 30. januar

Landsmøde i Odense

Den 04. marts

Gymnastikstævne i Tommerup på Fyn

Den 12. - 26. juni

World Games Berlin



**facebook**

Mød os og like os på Facebook:

**GYMNASTIK PARASPORT DANMARK**

Gymnastikudvalget i Parasport Danmark arbejder for at udbrede kendskabet til denne fantastiske sport - både indenfor bredden og eliten.