

HPTI
Holluf Pile – Tornbjerg
I drætsforening

www.hpti.dk



HPTI
Holluf Pile – Tornbjerg
I drætsforening

www.hpti.dk



Badminton



Gymnastik



Håndbold



Fodbold



Tennis



Rugby

HPTI byder velkommen til sæson 2011/2012

Efter nogle år uden fælles klubblad, er vi på banen igen. Vi har valgt at udgive dette klubblad for at give dig større indblik i hvilke aktiviteter der er dit nærområde.

HPTI har stadig følgende 6 idrætsgrene på programmet:

- **Badminton**
- **Fodbold**
- **Gymnastik**
- **Håndbold**
- **Rugby**
- **Tennis**

Du kan læse nærmere om hver aktivitet inde i blade. Der ud over vil der løbende være opdateringer og nyheder på www.hpti.dk.

HPTI holder til ved Holluf Pile Skole. Foreningen henvender sig til idrætsudøvere i alle aldre.

Vi har mange dygtige og engagerede træner/instruktører og ledere. De er klar til at tage sig af både nye og gamle medlemmer i alle aldersklasser.

På denne tid af året starter en ny sæson for badminton, gymnastik og håndbold, mens fodbold, rugby og tennis er klar til at gå i gang efter sommerpausen.

Du kan læse nærmere om de mange gode tilbud inde i bladet under den pågældende idrætsgren.

Velmødt til endnu en spændende sæson i HPTI til alle nye såvel som gamle medlemmer, træner, instruktører, ledere, tilskuere og sponsorer mv.

Kim Thomasen

Formand for hovedforeningen i HPTI

Timefordeling – Holluf Pile Hallen - Sæson 2011/2012

Modul	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Modul	Lørdag	Søndag
16.00-16.50	Badminton	Gymnastik	Gymnastik	Håndbold	Badminton	08.00-12.00	Fodbold	
16.50-17.40	Badminton	Gymnastik	Gymnastik	Håndbold	Badminton			
17.40-18.30	Badminton	Håndbold	Gymnastik	Håndbold	Badminton			
18.30-19.20	Badminton	Håndbold	Gymnastik	Håndbold	Badminton			
19.20-20.10	Badminton	Håndbold	Gymnastik	Håndbold	Badminton	17.00-20.00	Rugby	
20.10-21.00	Tennis	Håndbold	Badminton	Håndbold	Fodbold	16.00-22.00		Fodbold
21.00-21.50	Tennis	Håndbold	Badminton	Håndbold	Fodbold			
21.50-22.40	Tennis	Håndbold	Badminton	Håndbold	Fodbold			

Timefordelingen i er gældende i perioden for:

Badminton og Håndbold: 8. august 2011 – 22. juni 2012

Gymnastik: 5. september 2011 – 31. marts 2012.

Tennis: 26. september 2011 - 30. april 2012.

Fodbold og Rugby: 1. oktober 2011 – 6. maj 2012.

Timefordeling – Tornbjerg Skole´s Tumlesal – sæson 2011/2012

Moduler	Mandag	Tirsdag	Onsdag
16.45-19.35		Gymnastik	
18.00-19.00	Gymnastik		
18.00-20.40			Gymnastik

Holluf Pile – Tornbjerg Idrætsforening

www.hpti.dk

Nøglens Kvarter 12, 5220 Odense SØ – Stiftet 27. juni 1980

KLUBBLAD AUGUST 2011 ÅRGANG 20 OPLAG: 4.500

Fodbold

Træningsopstart:

Efter en velfortjent sommerferie starter vi op igen i uge 32 (senest – enkelte starter før).

Tilmelding: Foregår ved træningen.

Samlet oversigt - sæson 2011/2012

Hold	Træningstid	Kontaktperson	Tlf. nr.
Herresenior	tirs-tors 17.30 – 19.30	Martin Killerup Mark Hansen	2465 4961 2757 7998
Damesenior	man-ons 18.30 – 20.00	Cecilie Mejlstrup	2232 3539
Veteraner	søn 10.30 - 12.00	Steen Sørensen	4055 2739
U13 Dreng	man-ons 17.00 - 18.30	Øjvind Danielsen	3023 7626
U11 Dreng	tirs-tors 17.00 – 18.15	Flemming Hoffmann	4050 1849
U11 Piger	man-ons 17.15 - 18.30	Mia Hansen	4041 6211
U10 Dreng	tirs-tors 17.00 – 18.15	Morten Jacobsen	2448 3915
U9 Dreng	tirs-tors 17.00 – 18.15	Flemming V. Madsen	6615 6689
U8 Dreng	man-ons 17.00 - 18.15	Rene Kinastovski	5151 5886
U6 og U7	ons 17.00 – 18.15		
Forældre/barn U1-U5	søn 10.00 - 11.00	Dorthe Nielsen	2386 7244

Hvis yderligere spørgsmål: Se på www.fodbold.hpti.dk eller ring til en af trænerne.

Håndbold

Sæsonstart i uge 33.

Tilmelding: Foregår ved træningen.

Samlet oversigt - sæson 2011/2012

Ugedag	Træningstid	Grupper	Træner/Kontaktperson
Tirsdag	17.30 – 19.30	Serie 3 Damer	Kasper Jørgensen 2660 0126
	19.30 – 21.30	Serie 1 Damer	Claus Jensen 6013 1513
Torsdag	18.30 – 20.30	Serie 2 Herre	Nick Hauge 2226 8544
	20.30 – 22.00	Serie 1/3 Damer	

Hvis yderligere spørgsmål:

Se på www.haandbold.hpti.dk eller ring til Alex Thomsen på tlf. 6592 0085.

Badminton

Samlet oversigt - sæson 2011/2012

Ugedag	Træningstid	Grupper	Træner/Kontaktperson
Mandag	16.00-17.30	Ungdom Ekstratid for de øvede	Sussie O. Andersen Phillip Holmbech
	17.30-18.00		
	18.30-19.20	Motionister	Palle Lohmann
	19.20-20.10	Motionister	Palle Lohmann
	20.10-21.00	Motionister	Palle Lohmann
Onsdag	20.10-21.00	Motionister	Palle Lohmann
	21.00-21.50	Motionister	Palle Lohmann
	21.50-22.40	Motionister ½ pris	Palle Lohmann
Fredag	16.00-17.30	Ungdom Ekstratid for de øvede	Sussie O. Andersen Phillip Holmbech
	17.30-18.00		
	17.40-18.30	Motionister ½ pris (4 baner)	Palle Lohmann
	18.30-19.20	Motionister ½ pris	Palle Lohmann
	19.20-20.10	Motionister ½ pris	Palle Lohmann

Sæsonstart 29. august 2011 (uge 35). Sæsonen varer til og med uge 19 2012. Hallen har lukket på de dage, hvor skolen holder ferie.

UNGDOM

Tilmelding: Foregår ved træningen eller kontakt Conny Knudsen på tlf. 6093 9669 efter kl. 18.00. Pris for sæsonen 500 kr. inkl. træning og fjerbolde.

MOTIONISTER

Tilmelding: Bane reserveres ved at ringe til Palle Lohmann på tlf. 6615 6633. Pris for sæsonen 1400 kr. pr. bane. Udvalgte banetider ½ pris pr. bane.

Udlevering af nøglekort: for adgang til hallen fås ved at kontakte Anders Holm på tlf. 4217 9899. Hvis man fortsætter den kommende sæson behøver man ikke at aflevere kortet. Hvis man stopper afleveres kortet til Anders Holm eller sendes til Hjulets Kvarter 204. 5220 Odense SØ. Nøglekortet er kun til låns. Mister man kortet, meld straks til Anders Holm. Nyt kort koster 100 kr.

Hvis yderligere spørgsmål: Se på www.badminton.hpti.dk

Gymnastik

Så er vi atter klar med en ny og spændende gymnastiksæson i Holluf Pile Hallen og Tumlesalen på Tornbjerg Skole, og vi er glade for at præsentere vores program.

Vi starter sæsonen i uge 36 – 2011. Tilmeldingen foregår første eller anden træningsgang. Vi tilbyder følgende hold:

Tornbjerg skole:

Aerobic (voksne) – Mandag kl. 18.00-19.00

Aerobic med en enkel og effektiv koreografi, hvor konditionen er i højsædet. Der er meget fokus på grundtrin og simple variationer, mens sværhedsgraden stiger lidt, efterhånden som grundtrinnene er indarbejdet. Det giver plads til en høj intensitet, både for begyndere og for mere øvede. Ud over almindelig high/low vil vi også snuse lidt til andre aerobicformer som f.eks. step, funk og thai bo. Hver gang vil vi starte med en god opvarmning og afslutte med en smule styrketræning og udstræk. Medbring drikkedunk og masser af godt humør.

Instruktør: Signe Langeberg Pedersen.

Forældre/barn (børnenes alder 1½-3 år) - Tirsdag 16.45-17.35 OBS! Max. 25 børn! Tilmelding første gang efter først til mølle-princippet, så kom i god tid.

På dette hold lægges der vægt på at styrke børnenes motorik på en aktiv og spændende måde. Dette vil ske gennem musik, sang og sanglege. Derudover vil der være mulighed for at udfolde sig med forskellige redskaber.

Vi håber at se mange til en gymnastiksæson, hvor forældre og børn har mulighed for at få en god gymnastikoplevelse sammen, og børnene kan udfolde sig i tumlesalen på Tornbjerg skole.

Forældre møder også op omklædt og er aktive og hjælper med redskaberne.

Instruktør: Mazal Møller.

Danseserier til fed musik (børn 9-12 år) – Tirsdag kl. 17.45-18.35

Jeg laver i år et helt nyt hold for dig som godt kunne tænke sig at lære nogle trin fra forskellige dansearter til noget fed musik. Gymnastikken bliver med vægt på dans – og ikke rytmisk gymnastik i traditionel forstand, det kan være funk, streetdance eller hvad der er oppe i tiden til efteråret. Kom frisk hvis du er interesseret i at tage fat på noget nyt og gøre det til nogle hyggelige træningstimer.

Instruktør: Ronja Rasmussen.

Rytmisk gymnastik med håndredskaber (børn 9-12 år) – Tirsdag kl. 18.45-19.35

Dette hold er for jer gymnaster som ønsker udfordring i rytmisk gymnastik med fokus på serier, hvor vi bruger forskellige håndredskaber, f.eks. bolde og vimpler.

Vi skal have det sjovt - samtidig med at vi arbejder med at få det vi laver til at se fedt ud.

Instruktør: Ronja Rasmussen.

Kvinder

Åbent hus torsdag den 8. september kl. 17.30 på rugbybanen.



Billedet er fra en Beach-rugbykamp i år, men kvinder spiller normalt på rugbybane med fodtøj.

Kontakt Frederik Pryds, telefon 2481 5581.

www.rcodense.dk

Tennis

Kom i form på en sjov måde.

Vi har i Holluf Pile-Tornbjerg Idrætsforening tre gode tennisbaner i dejlige omgivelser. Vi er en hyggelig lille afdeling med masser af plads til nye medlemmer. Vi kan garantere masser af spilletid, så hvis du kunne tænke dig at prøve så kom bare – også selvom du ikke har spillet før.

Tennis er et sjovt spil, som man hurtigt kan blive bidt af.

Vi plejer at tilbyde træning til alle. Se nærmere på hjemmesiden www.tennis.hpti.dk

Du behøver ikke at have en makker for at melde dig ind. Kom til træning og se, om der ikke skulle være en anden uden makker. Desuden er vi mange, som ikke har fast spille-makker, men spiller med mange forskellige. Evt. kontakt undertegnede.

Der er også mulighed for at spille holdturneringer i DGI-regi, og vi arrangerer i løbet af året forskellige klub-småturneringer og klubmesterskaber kombineret med hyggeligt socialt samvær, måske lidt grillmad og et glas vin.

Om vinteren har vi en ugentlig tid i hallen, hvor der er mulighed for at spille minitennis.

Prisen for medlemskab er fra 350 kr. for børn til 800 kr. for voksne. Der er rabat til studerende og seniorer (60 år og derover) samt familierabat.

Ring og hør nærmere hos Inge Sejling, tlf. 2874 9690 eller send en mail til isejling@cool.dk

Rugby

UNGDOM

Sommeraktiviteter

Træning for alle børn og unge mellem 7 og 12 år (både piger og drenge).

Tirsdag den 2. august 2011 kl. 13.30 - 15.30

På rugbybanen ved Holluf Pile Skole.

Husk: Drikkedunk, gummisko/fodboldstøvler og tøj efter vejret.

Der kræves ingen tilmelding for at deltage, men send gerne en mail, hvor du angiver dit navn og din alder så vi bedre kan planlægge dagen.

Holdene vil blive delt op efter alder 7-8 år, 9-10 år og 11-12 år.

Åbent Hus

Træning for alle børn og unge mellem 7 og 12 år (både piger og drenge).

Torsdag den 11. august 2011 kl. 16.30 – 18.00

På rugbybanen ved Holluf Pile Skole



Få flere oplysninger om aktiviteten hos RC Odense / Samy Ayoub,
E-mail: ungdom@rcodense.dk, telefon 2640 8862.

SENIOR

Sæsonstart

Første træning er tirsdag den 16. august 2011 på rugbybanen ved Holluf Pile Skole kl. 18.00

Åbent Hus

Tirsdag den 30. august 2011 på rugbybanen. Allan Christensen, telefon 4111 1858.

Old Boys

Torsdag kl. 17.30 på rugbybanen. Frederik Pryds, telefon 2481 5581.

Træn den gode holdning (voksne) - Onsdag kl. 18.00-19.30

Kender du det: Skuldrene hænger, nakken gør ondt, du får let hovedpine, lænden er stiv og øm, og maven trykker på buksekanten? Kunne du tænke dig at lave om på det?

- Så er det her noget for dig!

Vi arbejder med hele kroppen, så du kan få en sund og stærk holdning. Vi vil gå i dybden med de enkelte muskelgrupper, arbejde med funktionel træning, styrke, koordinati- on, balance og afspænding.

Medbring drikkedunk og håndklæde.

Instruktør: Susanne Buch.

Zumba (voksne) - Onsdag kl. 19.40–20.40

Har du lyst til at prøve noget NYT og spændende, så ER Zumba lige noget for dig. Vi går til den med god musik og latinamerikanske rytmer, når vi udfører en god blanding af dans og aerobic.

Instruktør: Tine Jensen / Linda Wogelius.

Holluf Pile-Hallen:

Parkour (børn 9-12 år) - Tirsdag kl. 16.00-17.30

Parkour gælder kort fortalt om at komme fra et givent punkt til et andet, på den hurtigste og mest effektive måde, f.eks. ved at gå på væggene og slå koldbøtter hen over en bænk. Det handler om at blive inspireret til bevægelse, blot ved at udnytte sit potentiale gennem kreativitet og fantasi; at se muligheder hvor andre ser begrænsninger. Med Parkour kan man træne alt lige fra balance, styrke, smidighed, kondition, springkraft, teknikker og meget mere.

Vi mangler en instruktør til dette hold. Er du interesseret? Så henvend dig snarest til bestyrelsesmedlem Inger Rose Hansen, tlf. 6615 5711. E-mail: linke@gymnastik.hpti.dk.

- *Relevante instruktørkurser udbudt af DGI tilbydes og betales af gymnastikafdelingen.*
- *Der udbetales skattefri godtgørelse efter DGI's satser.*

Hold dig orienteret på www.gymnastik.hpti.dk om holdet bliver oprettet.

Lopperne (børn 3-4 år) - Onsdag kl. 16.00-16.55

Her vil vi med udgangspunkt i børns bevægelsesglæde og fantasi arbejde på at styrke deres motoriske udvikling på en aktiv, udfordrende og spændende måde. Vi skal arbejde med de forskellige sanser, lege og bevæge os til musik samt tumle os på redskaberne. Vi forventer at alle aktive børn er klædt om i shorts/T-shirt eller gymnastikdragt. Børnene skal have bare tæer eller have gymnastiksko på. Forældre er som udgangspunkt velkomne til at kigge på (hvis de ikke snakker for højt!), samt til at give en hånd med til at slæbe redskaber.

Instruktører: Jeanette Müller

Vildbasserne (børn 5-6 år) - Onsdag kl. 17.05-18.05

På dette hold vil vi tage udgangspunkt i børnenes bevægelsesglæde og fantasi. Vi skal have fart på.

Vi vil arbejde videre med at styrke børnenes motoriske udvikling på en udfordrende og spændende måde. Vi skal springe, bevæge os til musik samt boltre os på redskabsbaner så det giver sus i maven.

Vi forventer at alle aktive børn er klædt om i shorts/T-shirt eller gymnastikdragt. Børnene skal have bare tæer eller have gymnastiksko på.

Forældre er som udgangspunkt velkomne til at kigge på (hvis de ikke snakker for højt!). Vi regner med at alle forældre er villige til at give en hånd med til at slæbe redskaber.

Instruktører: Jeanette Müller og Rune Rasmussen.

Minimix - Holdet for seje drenge og piger (7-8 år) – Onsdag kl. 18.15-19.45

På dette hold vil vi tage udgangspunkt i børnenes rytmiske og akrobatiske evner.

Vi skal lære at lave seje spring og gå mere i detaljer, så saltoer og vejr møller vil komme til at sidde lige i skabet og være flotte at se på.

I år vil vi arbejde en del med rytmeserier på en for børnene sjov og udfordrende måde.

Vi skal arbejde med akrobatik. Børnenes motorik og koordinationsevner vil blive sat på prøve. Vi skal have det sjovt, og der vil være fart på.

Alt i alt bliver det et mere udfordrende og seriøst Minimix-hold, som vi ser meget frem til at komme i gang med. Vi håber I er med på den og ser frem til at møde jer alle sammen.

Instruktør: Camille Lauritsen og Rune Rasmussen.

Sæsonperiode: 1. september 2011 – 31. marts 2012.

Arrangementer: Der er juleafslutning for børneholdene onsdag d. 14. december 2011 i Holluf Pile-Hallen og sæsonafslutning lørdag d. 31. marts 2012 i Holluf Pile-Hallen.

Hjemmeside: Evt. ændringer i løbet af sæsonen annonceres på hjemmesiden, så følg med på www.gymnastik.hpti.dk

Samlet oversigt over gymnastikhold - sæson 2011/2012

Sæsonen starter i uge 36 - tilmelding foregår første eller anden træningsgang *

Hold / aldersgruppe	Tid og sted	Instruktør	Kontaktperson	Pris kr.
Forældre/barn (børnenes alder 1½-3 år)	Tirsdag 16.45-17.35 i Tornbjerg Skoles tumlesal (start og tilmelding 6. september 2011. OBS!*)	Mazal	Lisette Storm Jakobsen, tlf. 6166 1815	400
Lopperne (børn 3-4 år)	Onsdag kl. 16.00-16.55 i Holluf Pile-Hallen (start 7. september 2011)	Jeanette	Jeanette Müller, tlf. 6593 0995	400
Vildbasserne (børn 5-6 år)	Onsdag kl. 17.05-18.05 i Holluf Pile-Hallen (start 7. september 2011)	Jeanette og Rune	Jeanette Müller, tlf. 6593 0995	400
Minimix (børn 7-8 år)	Onsdag kl. 18.15-19.45 i Holluf Pile-Hallen (start 7. september 2011)	Camille og Rune	Jeanette Müller, tlf. 6593 0995	400
Danseserier (børn 9-12 år)	Tirsdag kl. 17.45-18.35 i Tornbjerg Skoles tumlesal (start 6. september 2011)	Ronja	Jeanette Müller, tlf. 6593 0995	400
Rytmask gymnastik (børn 9-12 år)	Tirsdag kl. 18.45-19.35 i Tornbjerg Skoles tumlesal (start 6. september 2011)	Ronja	Jeanette Müller, tlf. 6593 0995	400
Parkour (børn 9-12 år)	Tirsdag 16.00-17-30 i Holluf Pile-Hallen (start 6. september 2011)	N.N.	Tomas Mach Vorret, tlf. 4234 5583	400
Aerobic (voksne)	Mandag kl. 18.00-19.00 i Tornbjerg Skoles tumlesal (start 5. september 2011)	Signe	Inger Rose Hansen, tlf. 6615 5711	500
Træn den gode holdning (voksne)	Onsdag kl. 18.00-19.30 i Tornbjerg Skoles tumlesal (start 7. september 2011)	Susanne	Susanne Buch, tlf. 6615 6260	600
Zumba (voksne)	Onsdag kl. 19.40-20.40 i Tornbjerg Skoles tumlesal (start 7. september 2011)	Tine / Linda	Susanne Buch, tlf. 6615 6260	500

**OBS vedr. forældre / barn-holdet: Max. 25 børn! Tilmelding første gang efter først til mølle-princippet, så kom i god tid. Betaling senest 15. september.*

Familierabat – gælder alle hold: Første medlem i en familie betaler fuld pris, og for hvert ekstra medlem fra samme familie gives 50 kr. i rabat.

Mængderabat – gælder kun voksenhold:

1 hold: 500 kr. / 600 kr. - 2 hold: 900 kr. – 3 hold: 1.300 kr.