



HALLIWICK AARHUS

PLASK

**Kontingentbetaling
se side 9**

38. ÅRGANG · NR. 3 · AUGUST 2019



VELKOMMEN TIL DEN 48. SÆSON



Det ene år tager det andet, uden at jeg synes, at klubben præges af stagnation og alderdom. Tvært imod. Der er stadig fuld aktivitet både blandt børn og voksne, gode fremskridt for det store flertal. Nye ansigter, svømmere som frivillige, dukker op. Men formanden trækker på årene, så klubbens ledelse er i gang med at forberede et generationsskifte. Således blev Styregruppen tilføjet nye, unge kræfter ved den sidste generalforsamling.

Det centrale i HASA er undervisningen. Vi har ca. 36 svømmeaftner fra august til juni. De "svømmende" børn og unge kan vi tilbyde 45 min. træning pr. aften, mens de øvrige kun kan få en halv time eller ca. 18 timer på et helt år. Så hvis man vil lære at svømme, eller blive dygtigere, er det vigtigt at møde regelmæssigt op. At svømmerne møder regelmæssigt op, er også med til at bevare entusiasmen hos vore 10 – 12 frivillige hjælpere og instruktører.

Væsentligt er det også, at vi har det rart sammen. Der opstår et fællesskab i undervisningen mellem svømmere og instruktører. Blandt andet som følge af, at instruktørerne er i vandet sammen med svømmerne. Hermed bliver undervisningen langt mere et samarbejde end et lærer – elev forhold. Ligesom de unge svømmere får et kammeratskab, når de træner sammen, og det udbygges yderligere på

fællesturene til stævner med de andre Halliwick-klubber.

Fra ledelsens side tilrettelægger vi undervisning og konkurrencer, mens medlemmerne har et stort ansvar for at få det "sociale" til at fungere godt udenfor svømmehallen. I Musehullet for børnene og de unge og for de voksne i Rottehullet. Med fællesspisningen i Åndehullet en to tre gange pr. sæson, Sommerfesten og HASA-banko til generalforsamlingen. Ligesom medlemsbladet PLASK med omtale af små og store begivenheder og medlemmernes egne fortællinger også er med til at binde os sammen.

Dette er nogle af de mange måder, du som medlem kan bidrage til HASA's liv og udvikling - vor fælles opgave!

Velkommen til sæsonen 2019 – 20.
Harald





ÅRETS FIGHTER



Den sidste svømmeaften inden sommerferien blev instruktørernes pris, "Fighterpokalen", uddelt til en svømmer, der i årets løb har gjort det ekstra godt. Her er Annette Corneliussens tale til årets modtager Anne Mette:

Kære Anne Mette

I august 2016 startede et kuld vandforskrækkede modne kvinder i Hasa.

Alle har arbejdet hårdt for at overkomme vandskrækken. Men desværre kan der kun vælges en fighter, og det er dig Anne Mette.

Du kom til os stiv i blikket og nærmest bange for at gå ned ad trappen i bassinet. Vi har følt med dig, når vi kunne se, hvor utryg du var i vandet. Men du er mødt op hver eneste svømmeaften og har udfordret din vandskræk.

Vi har kunnet følge, hvordan du stille og roligt er blevet mere og mere fri i vandet. Ind imellem gik det lidt tilbage, men du mødte troligt op ugen efter og fortsatte.

Du er kommet så langt i arbejdet med din vandskræk, at det er meget, meget sjældent, du virker usikker.

Vi instruktører har derfor besluttet, at du skal have pokalen som årets fighter.



De tre vandgratier, Karin, Anne Mette og Lis med instruktørerne Lis og Annette bagved.

DISTANCESVØMNING SOMMEREN 2019



Sofie, Simone, Sarah, Alexander, Frederik og Zacharias var blandt de seje distancesvømmere, der fik diplomer overrakt på sidste svømmeaften før sommerferien.

RESULTATERNE AF DISTANCESVØMNINGEN JUNI 2019:

Frederik: 3000 m

Zakarias: 6000 m

Sarah: 2500 m

Alexander: 6000 m

Karl: 500 m

Simone: 2000 m

Oline: 350 m

Trille: 25 m

Carl: 300 m

Sofie: 3000 m



LINN MAI TIL SIT FØRSTE STÆVNE



Jeg er ni år, og jeg var til stævnet med min mor og min far. Jeg havde en ny badedragt. Vi har faktisk mødt mange fine mennesker, de andre svømmere på holdet for eksempel. Jeg synes, det var meget hyggeligt, og alle var så søde.

Jeg har bare svømmet i 2 sæsoner. Men jeg har dygtige lærere. Jeg kan næsten ikke vente til, jeg må svømme om onsdagen! Jeg håber, jeg kan lære at svømme på maven næste år. Og butterfly også.

Mange hilsner Linn Mai

Ps. Jeg vil helt sikkert med til stævner igen.

Det var fantastisk. Jeg elskede det. Fordi jeg kan så godt lide at svømme. Og så vandt jeg guld!! Jeg havde det også lidt koldt ind imellem. Mine tænder klaprede!

Jeg glædede mig utrolig meget til stævnet i HASA, men jeg var også lidt nervøs. Det var fordi, jeg har aldrig prøvet det før.

Først svømmede jeg 25 m og så 50 meter. Det gik så godt, at jeg måtte svømme igen. Jeg var meget hurtigere end normalt. Så gik det rigtig godt igen den anden gang. Jeg var rigtig træt efter.

Det var min første guldmedalje. Men også min gamle børnehave har givet mig et medalje for tro tjeneste. Den var ikke guld, tror jeg.





HASA KALENDER AUGUST TIL JANUAR 2020

Onsdag	29. maj	Frisvømning og selvtræning. Ingen undervisning.
Onsdag	14. august	Første svømmeaften, efterår 2019. Kun undervisning af børn, øvrige selvtræning.
Onsdag	28. august	Forventet opstart af gruppeundervisning for voksne svømmere.
Fre.-Søn	20. – 22. sept.	IHA kursus for undervisere og Generalforsamling, Jyllinge.
Onsdag	16. okt.	Efterårsferie, ingen svømning.
Lørdag	2. nov.	Halliwick svømmestævne, Sælungerne, Esbjerg.
Fre.-Søn 1	5. – 17. nov.	Halliwick Grundkursus, del 1. HASAM, Ans.
Onsdag	11. dec.	Sidste svømmeaften inden jul med undervisning.
Onsdag	18. dec.	sidste svømmeaften inden jul for selvsvømmere.
Lør.-Søn	18. – 19. jan 2020	Halliwick Grundkursus, del 2. HASAM, Ans.

Aftener med prøver, distancesvømning og tidtagning annonceres på opslagstavlen og på hjemmesiden.

Så er det tid til kontingentbetaling igen. Holdsport har sendt jer, der er registreret korrekt, en mail derom. Kontingentet bedes betalt senest 31/8. Det årlige kontingent gælder fra august 2019 til juni 2020.

HASA KONTINGENTSATSER 2019/20

Kontingent herunder angives både som årligt (august-juni) og halvårligt (august-december + januar-juni). Grundet det administrative arbejde håber vi, at så mange som muligt betaler årligt kontingent.

Kontingenttype

	Årligt	Halvårligt
Børnefamiliekontingent – et barn	780,00 kr.	410,00 kr.
Børnefamiliekontingent – to/flere børn	960,00 kr.	500,00 kr.
Voksen, nybegynder – enkeltkontingent	820,00 kr.	480,00 kr.
----//---- (andet halvår)		380,00 kr.
Voksen – enkeltkontingent	720,00 kr.	380,00 kr.
Voksen – familiekontingent	900,00 kr.	470,00 kr.
Instruktør- og Hjælperkontingent	120,00 kr.	Ikke muligt
Passive	90,00 kr.	Ikke muligt

Vedrørende kontingentindbetalinger bedes du benytte Holdsport, se www.hasa.dk/kontingent
Alternativt kan indbetaling ske på bankkonto reg. 1551 kontonr. 3054489. Husk ved indbetalingen at skrive dit navn.

DEADLINE NÆSTE BLAD - 15. OKTOBER 2019

- SKAL OVERHOLDES ! -

Stof sendes til HASA: Aase Nørrung, Ydunsvej 28, 8230 Åbyhøj
Telefon 86 15 00 73, E-mail: aasenoerrung@gmail.com

NÆSTE NUMMER AF PLASK UDKOMMER MEDIO NOVEMBER 2019

SOMMERFEST I HASA 2019



Humøret fejlede ikke noget, da vi fejrede sæsonafslutning med grill og medbragt mad og humør. Heller ikke selvom blæsten var lidt dominerende ind imellem.

ÅNDEHULLET INDKALDER TIL HYGGELIG FÆLLESSPISNING



~~SÆT~~ I KALENDEREN:



Torsdag d. 3. oktober 2019 kl. 17.00.

Vi mødes, traditionen tro, på Dalle Valle overfor Dok 1, hvor vi også spiste i foråret og havde nogle hyggelige timer sammen.

Tilmelding til Hans inden d. 27. september 2019.

Tlf. 50411511 eller hansfoldager@live.dk

Hilsen og på gensyn Festudvalget.

dalle valle

dalle valle

OLINE STÅR DISTANCEN – SÅ GODT OG VEL

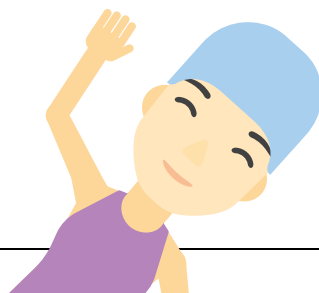


Jeg var til distanceprøven i HASA d. 12/6 2019. Sidste gang svømmede jeg 100 m, og i år svømmede jeg 350 m.

Det er jeg meget glad for, for da jeg startede i HASA, kunne jeg slet ikke svømme, og det er kun et år siden nu.

Før HASA gik jeg på et almindeligt hold, hvor jeg ikke lærte det. De vidste godt, jeg havde CP. Men jeg tror ikke helt, de vidste, hvordan en CP-pige kunne lære at svømme godt. Men det vidste de i HASA, så nu har jeg lært det!

Kærlig Hilsen Oline Marie Bill



DE 5 BADEREGLER

Kære HASA-svømmere

Så skal vi i gang med sæsonen 2019 – 20. En sæson, hvor vi forhåbentlig ikke bliver ramt af så mange aflysninger, som sidste sæson.

Blandt andet derfor er det så vigtigt at overholde de FEM BADEREGLER til punkt og prikke, så vi ikke forurener bassinet i Lyseng med bakterier, hårfald og andre ulækre sager.

Altså: Giv håret, armhulerne, skridtet, hænderne og fødderne en ordentlig omgang, inden du skyller efter under bruseren. Først derefter er du klar til at tage badedragten på.

God svømmesæson til alle - uden aflysninger. Aase



MOR OG DATTER I SAMME BASSIN



Vi er mor og datter, som sammen går til vandskræksvømning. Mor Leni på 50 år og mig, Maria, på 25. Mor startede til vandskræksvømning i efteråret 2018. Men på det tidspunkt var jeg endnu ikke klar til at begynde.

Min mor startede til svømning for at gøre noget godt for sig selv samtidigt med, at hun gerne ville kunne gå i svømmehallen som mange andre, samt at kunne svømme baner.

For mig var det ikke så nemt at komme i gang. Jeg var slet ikke klar til at komme i svømmehallen, da min mor startede. Hun prøvede mange gange at få mig med, men uden held. Hun nævnte det en dag, hvor min kæreste var der, og så begyndte han også at presse på.

Det afgørende spørgsmål var: "Vil du ikke gerne kunne gå til babysvømning, når vi engang skal have børn?" Det vil jeg rigtig gerne, og derfor valgte jeg efter lidt tid at

tage med min mor ud i svømmehallen. For se hvad det var for noget svømning.

For mig er målet, at jeg kan blive tryk ved vand. Også i den dybe ende hvor jeg ikke kan bunde. Det er dejligt at gå til svømning, fordi man kan mærke, der sker fremskridt hver gang, samt at gøre noget godt for sig selv. Det betyder meget, at vi kan snakke sammen om det i løbet af ugen. Vi har også enkelte gange været i svømmehallen uden for den faste træning, når der har været aflysninger, for at holde det ved lige, vi har lært. På den måde kan min mor og jeg bruge hinanden.

Vi fortalte begge to ret hurtigt vores nærmeste familie og venner, at vi var begyndt til vandskræksvømning. Og der var meget positiv respons, for alle synes, det er mega-sejt, at vi har gjort noget ved det.

Hilsen Maria

BILLEDER FRA HASA-STÆVNET I MAJ 2019



Se flere billeder
fra HASA-stævnet
på www.hasa.dk



PÅ SØLUND MED KATRINE, LENE OG ALLE DE ANDRE FRA HASA



Igen i år hoppede Katrine og jeg en svømme-aften over for at komme til Sølund Festival. For 20. gang.

De første år var vi kun af sted en enkelt dag, men de sidste mange år har vi været der alle 3 dage. Hvilket vi nyder begge to. For der er masse af god musik og hygge. Hvor alle tager hensyn til hinanden. Og så møder man jo altid nogen, man kender.

For netop på Sølund Festivalen kan vi se, hvad svømning i Hasa også er med til at give os. Sikken et netværk man har. Vi mødte rigtig mange af de andre svømmere. Men også tidligere HASA-svømmere og sikken et gensyn. Ligesom vi mødte svømmere fra

HASI og Sælungerne, som vi jo også lige fik en hyggesnak med.

Vi havde aftalt at mødes med Thomas for at høre Birthe Kjær. Det var vildt hyggeligt, så vi tog lige Lars Lilholt med sammen. Og pludselig var Jakob og Gidda lige ved siden af os. Vi fik også æren af at sidde og hygge med Margit. Men desværre var hun der ikke lige, da der skulle tages et fællesbillede af HASA-svømmerne. Det beklager jeg.

Så længe leve HASA og Sølund Festivalen. Og til jer, der ikke har prøvet Sølund. Prøv det, så fester vi sammen.

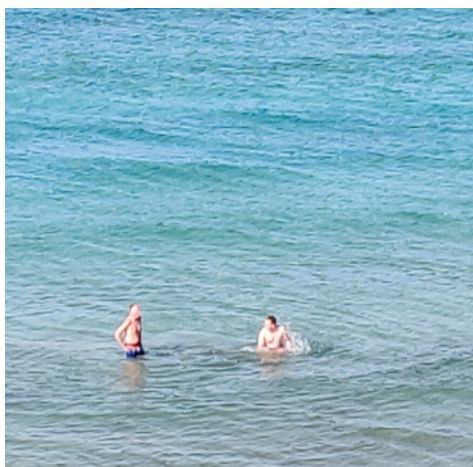
Lene





Det med handicapvenlige badebroer og strande er ikke et nyt fænomen. I HASAs arkiv fandt PLASK-redaktøren et avisudklip fra juli 1988, hvor en af vore svømmere, Linna Krüger, i overværelse af Borgmesteren og Turistchefen i Rougsø Kommune klipper det røde bånd og dermed indviede den ny rampe for kørestolsbrugere og bevægelsehandicappede ved Rygårde Strand på Djursland. Ved samme lejlighed blev de fremmødte brugere også lovet en forlængelse af rampen ud i vandet og et handicaptollet. Foto: Kaj Grosen.

MED THOMAS I DET STORE HAV



Jeg har været på ferie på Mallorca med min far og mor i maj måned. Vi kom derned i øsende regnvejre, men resten af ferien skinnede solen og vi (mig og far) badede hver dag i havet. Det var ikke så varmt endnu, men godt. Svømmede meget, men ikke i poolen, da mit ben skulle hele ordentligt efter stingene var taget fredag, som vi rejste. Derudover kørte vi øen rundt og så en masse dejlige steder, og det var ikke sidste gang, vi var af sted, var vi enige om.



SÆSONAFSLUTNING I ROTTEHULLET



Traditionen tro sluttede Rottehullet sæsonen med jordbærlagkage, så medlemmerne fik lidt at overleve ferien på.

DER SKAL OGSÅ VÆRE PLADS TIL MIN UDVIKLINGSHÆMMEDE BROR I SPEJDERFORENINGEN

Kommentar i Dagbladet Information d. 13. marts 2019 af Frederikke Nørring Levison (uddrag)

Mine forældre deltog ikke én eneste gang til den årlige sommerafslutning, da jeg som barn gik til spejder hver tirsdag. Det var ikke, fordi at de ikke ville eller ikke havde tiden. Det var, fordi der ikke var plads til, at de kunne tage min udviklingshæmmede lillebror med.

Imens vi råber hurra for ligestilling og klapper i hænderne over inklusion i folkeskolen, så mener jeg, at vi taler for lidt om det at være anderledes, når man står i en nær relation til en med et handicap.

Der var kun én voksen igennem hele min folkeskoletid, der kiggede mig i øjnene og sagde, at det var okay, at jeg var ked af det. I dag er jeg hende evigt taknemmelig. Hun formåede på kort tid at åbne op for den hårde knude af cement, der sad inde i min mave. Knuden forsvandt ikke, men jeg forstod, at den var der, og at jeg skulle lære af den i stedet for at lade mig tynde.

Hvorfor var der ikke flere voksne, som turde tage snakken med mig om at være anderledes? Hvorfor inviterede min spejdergruppe ikke min familie med til sommerafslutningen? Vi mangler stadig et sprog for den diversitet, der tydeligt eksisterer i vores samfund, og som vi alle er en del af på den ene eller den anden måde.

I dag er opdragelse ikke kun et privat anliggende, men også et offentligt ansvar. Af samme grund er der brug for, at folkeskolelæreren, spejderlederen og fodboldtræneren kan afværge udstødelsen af de børn, som ikke passer ind i en af de kasser, der fastlåser vores forståelse af, hvem andre mennesker er.

Foreningsdanmark skal lære at behandle familier forskelligt. Kasserne skal opløses, blødgøres og udvandes.

Jeg har ikke længere lyst til at gemme mig som pårørende til min udviklingshæmmede lillebror. Jeg har lyst til at skyde en identitetsskanon af og råbe ud til alle med handicappe søskende, at det er helt okay ikke at kunne deltage på de samme vilkår, som alle andre kan.

Og nej, jeg håber hverken på medlidenhed eller unødvendig hensyntagen. Jeg håber derimod på en forståelse for, at min familie er anderledes, og at jeg har brug for, at de kan deltage i sommerafslutningen på deres egne præmisser.

Det er ikke nok, at vi siger, at der er plads til alle. Vi skal skabe en kultur, hvor positiv forskelsbehandling er en naturlig del af vores etablerede fællesskaber, og hvor det er okay





at invitere sin handicappede lillebror med til sommerafslutningen, uden at folk himler med øjnene af hans fjollede udråb og flagrende bevægelser.

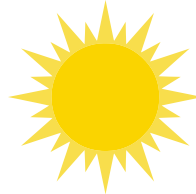
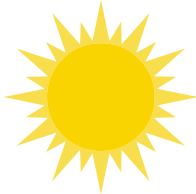
Frederikke Nørring Levison er studerende, hovedbestyrelsesmedlem hos KFUM-spejderen og storesøster til en handicappet bror.

Læs hele Frederikkens debatindlæg på HASAs hjemmeside: www.hasa.dk

Som redaktør på PLASK modtager jeg meget gerne kommentarer og beretninger fra forældre og søskende til svømmere i HASA.

Venlig Hilsen Aase

HASA ønsker alle
annoncører i **PLASK**
en rigtig god sommer





BØRNEPØLEN

Siden for de seje sild og barske vandmænd



HASA GRATULERER



Jeg vil sige tak til HASA for opmærksomheden i anledningen af min konfirmation den 18. maj 2019.

Jeg havde en dejlig dag med masser af gode gaver og underholdning sammen med familie og venner.

Det var en dejlig dag med sol og hygge, som jeg vil mindes i mange år fremover.

Mange hilsner fra
Magnus Robdrup



MUSEHULLET BYDER VELKOMMEN TIL NY SÆSON

Kære nye svømmere (de "gamle" må gerne læse med)

Musehullet er stedet, hvor vi mødes til afterswimming med hygge, kage, saft og kaffe, som kan købes for 5 kr.

Vi skiftes til at have kage med, hjemmebagt såvel som købekager og kiks. Vi er ikke kræsne, men spiser hver en krumme. Vi håber, at rigtig mange har tid og lyst til lige at slå et smut forbi et kvarters tid, inden de skal hjem og sove. For en tur i Musehullet er en dejlig afslutning med kammeraterne ovenpå en god svømmeaften.

Men det er ingen hemmelighed, at der godt må komme lidt flere og besøge os i Musehullet, for ellers dør fællesskabet ud.

Ud over de ugentlige klubaftener fejrer vi hvert år Musehullets fødselsdag med kagebord, ligesom vi holder julefrokost og sommerafslutning.

Så kig ind og lær de andre museunger at kende.

Velkommen til den ny sæson.

Maybrit



MAVEPLASK

Pølen med de van(d)vittige historier



DEN UENDELIGE BADEBRO-HISTORIE

En herlig nyhed? Eller endnu en Århus-historie? dukkede op i aviserne, lige før Danmark gik på ferie:

Byen, der bryster sig af at være byen for alle, fik i denne sommer en bro for vandskrækere! OK det var måske ikke tilsigtet, men faktum er, at da broen ved Hørhaven var sat op, nåede den ikke ned til vandkanten.

Surt show. Men Kommunens broansvarlige gav fluks besked om at forlænge broen med en ekstra sektion på fem meter. Resultatet vakte dog ikke vild begejstring blandt brugerne. For nu sluttede broen lige i bræmmen af sten og grus i vandkanten.

Drømmen for de fleste badende er vel en badebro, som slutter på en vanddybde, hvor det er muligt at svømme. Men som det fremgår af billedet i JP Aarhus, sluttede broen i soppedybde. Så brobisserne måtte på den igen. Vi må så håbe, det nås inden badesæsonen slutter.

Vi i HASA ved jo, at ting tar' tid. Og sidste år fik vi heldigvis – godt nok lidt sent i forløbet – et konstruktivt samarbejde med brobygger Tor Albrechtsen fra Teknik og Miljø om badebroen ved Moesgaard (se PLASK nr. 3-18). Så vi minder lige om, at vi altid gerne stiller op med ekspertise og gode råd, når det drejer sig om tilgængelighed.

Kærlig hilsen Sopperen

HASA takker JP Aarhus og fotograf Casper Dalhoff for lån af billedet AaN.

Læserreaktioner i JP på brohistorien:

"Forstår ikke, at JP Aarhus finder det værd at bringe denne ikke-historie, der er så inderlig ligegyldig. Brok, brok og atter brok", Niels Ulrik Petersen

"Med den stigende vandstand skal den nok nå derud en dag", Dennis Mortensen



Kommunens broansvarlige, Tor Albrechtsen, viser med egen krop, hvor badebroen i Hørhaven skal slutte.

HALLIWICK SVØMMEKLUBBEN I ÅRHUS



Styregruppen

Formand:

Harald R. Lie
Elmehaven 50, 8520 Lystrup
Tlf. 27 63 27 72
hrlie@dadlnet.dk

Medlemskartotek, hjemmeside mv.:

Morten Fredsgaard Rasmussen
Gustav Wiedsvej, 23 st.tv, 8000 Aarhus C.
Tlf. 22 44 86 51
mail@mortenrasmussen.net

Transport mv.:

Søren Andersen
Kastanievej 6, 8260 Viby J.
Tlf. 53 38 86 57
sorenandersen@stofanet.dk

Handicappolitik, samarbejde mv.:

Susanne Søndergaard
Ellebæk Parkvej 96, 8520 Lystrup
Tlf. 28 72 15 40
susanne.soendergaard@hotmail.com

HASAM og IHA stævneudvalg mv.:

Charlotte Hansen
Størenordvej 29, 8340 Malling
Tlf. 22 55 79 21
cha-hansen@hotmail.com

Andre kontaktpersoner

Regnskabsfører:

Irene Lindemann
Skt. Markus Kirkeplads 24, 2.tv, 8000 Aarhus C.
Tlf. 20 26 55 17
lindemannirene54@gmail.com

Redaktion

Aase Nørrung
Ydunsvej 28, 8230 Åbyhøj
Tlf. 86 15 00 73
aasenoerrung@gmail.com

Socialt

Maybrit Damgaard, "Musehullet"
Æblehaven 21, 8362 Hørning
Tlf. 20 71 32 34
maybrit@hotmail.dk

Jane Christensen, "Musehullet"
Østre Havevej 49, 8520 Lystrup
Tlf. 25 89 14 54
janechristensen1964@outlook.dk

Mariane Johansen, "Rottehullet"
marianejoh@gmail.com

Svømmeundervisning, begyndere

Maybrit Damgaard, børn kl. 19:00
Æblehaven 21, 8362 Hørning
Tlf. 20 71 32 34
maybrit@hotmail.dk

Vibeke Lie, voksen kl. 20.00
Elmehaven 50, 8220 Lystrup
Tlf. 27 63 72 27
vbklie@gmail.com

Leder af konkurrenceholdet

Lene Christensen
Randersvej 93, 8362 Hørning
Tlf: 28446618
lenefladland@live.dk

Livredder

Carl Emil Thomassen
Carlemil113@yahoo.dk

Svømmetræner

Mette Pind
Mettepind-j@hotmail.com

Medlemskab og kontingent:

www.hasa.dk/kontingent

HASAs hjemmeside

www.hasa.dk

Annonceekspedition:

PARASPORT DANMARK • Agerbakken 21 • 8362 Hørning • Tlf. 87 93 37 86

Mail: info@handicapinfo.dk





AFSENDER: Gustav Wiedsvej 23, st. tv. 8000 Aarhus C.