



HALLIWICK AARHUS

PLASK



39. ÅRGANG · NR. 1 · FEBRUAR 2020

Tømrerfirmaet
Søren Vestrup ApS

vestrup



Ludvig Feilbergs Vej 14, 8230 Aabyhøj
2012 1425 • svestrup@msn.com
www.vestrup.nu

danbolig

SAMARBEJDER MED NORDEA

Hørgårdsvej 61, 8240 Risskov
Tlf. 8621 7700 • www.danbolig.dk

**BOCONCEPT
AARHUS**

Guldsmedgade 22
8000 Aarhus
8612 3500
aarhus@boconcept.dk



holst

Holst Sko
Ryesgade 14
8000 Århus C
Tlf. 86 12 91 11

*Service, kvalitet udvalg
Handicapvenlig butik
Specialist i store og små sko-størrelser*

Peter Agger

Anlægsgartner/havekonsulent
Byvangen 24 • 8200 Århus N
Tlf: 86 16 95 94 • Bil: 28 35 51 13

Beskæring af træer og buske
Træfældning
Beskæring af hæk
Belægninger

Den lokale anlægsgartner
Ring evt. for et uforpligtende tilbud
Mobilnr. 28 35 51 13



- Spiren til et grønt miljø !

AGGER ANLÆGSGARTNERE

"REGERINGSSKIFTE" I HASA



Harald:

Styregruppen har arbejdet med ændring i klubbens ledelse gennem et par år, dels for at få opgaverne fordelt på en hensigtsmæssig måde og dels for at forberede et formandskifte. En formand i HASA skal helst være en, som kender klubben indefra, har indsigt i Halliwick-konceptet, og hvad det står for.

Et sådant formandsemne har vi længe savnet, men så en mulighed i Susanne Søndergaard, da hun meldte sig ind i HASA for 1½ år siden.

Susanne blev valgt ind i Styregruppen for et år siden, og her er der nu enighed om, at

vi efter den kommende generalforsamling konstituerer os med Susanne som formand og med mig som svømmeleder og næstformand.

Susanne har lært at svømme i HASA, hun er uddannet socialrådgiver, været aktiv i bestyrelser indenfor Gigtforeningen og siden sin indmeldelse har hun gennemgået Halliwick grundkursus og fungerer nu som instruktør i HASA. Og så er hun tilmed sød og fornuftig. Hvad mere kan vi ønske os?



I HASA er der rummelighed. Vi tager del i hinandens glæder, hvad enten det gælder en god placering til stævnerne, en bane mere i distancesvømning eller at turde slippe instruktøren for helt alene sætte kursen mod baren i den dybe ende. Er der sorger, sygdom, problemer med at lukke skabe op eller blive hentet til julefest, klarer vi også det. Og så er vi mestre i at hygge.

»

Outdoor Xplore

Tlf. 70 23 12 30

Østergaardsvej 102 - 8340 Malling



Tømrmester Steen Hvid Jensen
40 11 68 38 / www.steenhvid.dk



JURIDISK HJÆLP I DIN SAGSBEHANDLING

www.minprivateraadgiver.dk



Berggrens VVS ApS

Autoriseret VVS installatør

Tlf. 22 95 63 74

www.berggrens-vvs.dk

Stapmøllevej 52 • 8300 Odder



CLC Rustfri

Alt i rustfri stål

Norgesvej 10 • 8450 Hammel • Tlf. 28 21 42 24 • www.clc-rustfri.dk

**Bedemand
H.J. Madsen**

- tillid gennem 4 generationer

Professionalisme med et menneskeligt ansigt

DØGNVAGT:

86 12 28 66



AARHUS C
Jægergårdsgade 17-19



Michael Madsen Lars Kingo

www.bedemandmadsen.dk

NULLERMANDEN

v/ Annette Rothmann

- Privatrengøring
- Erhvervsrengøring

Tlf. 22 61 28 78

LØVENHARDT
VVS & EJENDOMSSERVICE APS



Århusvej 58b • 8382 Søften

Mobil.: 31 750 193 • Vagt tlf.: 40 178 148

"REGERINGSSKIFTE" I HASA



Susanne:

For mange år siden, ja helt nøjagtig 30 år, startede jeg med at svømme i HASA, og det har haft en stor betydning for mig i mit liv. I klubben mødte jeg en helt anden tilgang til det at have et fysisk handicap, for her så man nemlig muligheder frem for begrænsninger.

Dengang fik jeg nogle helt unikke oplevelser både i form af venskaber, konkurrencer i ind- og udland og ikke mindst troen på, at man kan, hvad man vil.

På baggrund af de gode oplevelser, jeg havde i HASA, da jeg var ung, er jeg efter mange år vendt tilbage til svømmeklubben, hvor jeg på generalforsamlingen i 2019 blev medlem af Styregruppen. Her er jeg blevet opfordret til at overtage formandsfunktionen efter Harald. Et tilbud jeg har valgt at takke ja til og allerede er begyndt at glæde mig til.

Tanken er, at jeg kommer til at fungere som organisatorisk leder, mens Harald skal fungere som svømmeleder med fokus på svømmerne.

Igennem de sidste halvandet år, hvor jeg har været instruktør og siddet i Styregruppen, har jeg fået et indblik i klubben indefra. I den forbindelse er det vigtigt for mig at sørge for, at HASA forbliver en dynamisk, positiv og hyggelig klub at være i. Hvor vi kan fortsætte det gode samarbejde, der er internt i klubben, men også med vores samarbejdspartnere.

Som alle andre steder er der naturligvis ting, der kan gøres endnu bedre – og det glæder jeg mig også til at være en del af. Jeg håber derfor, at I vil bidrage med jeres tanker og idéer således, at vi sammen kan fortsætte det gode arbejde i HASA.

Det er med stor glæde, at jeg kan være med til at videreføre det livsværk, Harald og Vibeke startede for snart 50 år siden.



Bjørne og Thomas til stævne i Esbjerg d. 2. november 2019.

INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

Mandag 5. marts 2020 kl. 19:00

Sted: Opholdsstuen ("Rottehuldet") Anneksbygningen, Lyseng Svømmeanlæg.

Dagsorden i henhold til vedtægterne § 4,B:

1. Valg af dirigent
2. Valg af referent
3. Formandens beretning
4. Godkendelse af regnskab
5. Indkomne forslag
6. Vedtagelse af kontingent
7. Fastlæggelse af budget
8. Valg af Styregruppe, 2 suppleanter samt Regnskabsfører
9. Valg af revisor og revisorsuppleant
10. Eventuelt

Alle forslag, der ønskes forelagt generalforsamlingen, skal være Styregruppen i hænde 14 dage før generalforsamlingen.

På valg er:

Styregruppemedlem Morten Rasmussen og Harald Lie. Harald er villig til genvalg.

Morten stiller sin post til rådighed, men genopstiller med lovnin g på "adoption s-orlov".

Regnskabsfører – Irene Lindemann genopstiller.

Et medlem er gået ud af Styregruppen, der skal vælges et nyt medlem.

2 suppleanter til Styregruppen: Hans Foldager genopstiller og Carl Emil Thomassen genopstiller ikke.

Valg af revisor og revisorsuppleant:

Lene Christensen valgt for 1 år, ønsker ikke genvalg.

Revisorsuppleant Anne Margrethe Kjær genopstiller

Ifølge § 7 har klubben følgende faste ansvarsområder, som forsøges uddelegeret på general-forsamlingen:

Kontaktperson for børneundervisningen – Maybrit Damgaard, genopstiller

Kontaktperson til Redaktionsudvalget – Aase Nørrung, genopstiller

Kontaktpersoner for Medlemspleje - Jane Christensen (Musehullet) og Mariane Johansen (Rottehullet), begge genopstiller.

Tilmelding til fællesspisning senest 27.2.2020 til Søren Andersen (sorenandersen@stofanet.dk) HUSK at skrive om særlige ønsker (vegetar, veganer, allergi etc.)

Bemærk: Årsberetning til generalforsamlingen den 5. marts 2020 kan downloades fra www.hasa.dk fra den 1. marts 2020. Beretningen er i let forkortet udgave bragt i dette nummer af Plask, som vil blive fremlagt på generalforsamlingen.

HASA's vedtægter kan findes på hjemmesiden under "Om klubben, Organisation og Vedtægter".

Styregruppen, 21. januar 2020

HASA ÅRSBERETNING 2019

I UDDRAG



(Hele beretningen kan læses på www.hasa.dk fra 1. marts)



Der har ikke været nogen store begivenheder, som vi i 2019 skulle fejre eller som HASA har deltaget i. Vi har haft ro til at koncentrere os om træning og undervisning og kan glæde os over de fremskridt, som vore svømmere har gjort. Både blandt dem som modtager undervisning og vore motions- og konkurrencesvømmere. Der er sat en række personlige rekorder ved distancesvømning (helt op til 8 km) og opnået fine resultater ved stævnerne.

Styregruppen

Vi har arbejdet godt sammen i Styregruppen. Blandt andet har vi brugt tid på det planlagte formandsskifte efter den kom-

mende generalforsamling (marts 2020), og med udvidelsen fra 3 til 5 medlemmer er opgaverne blevet omfordelt.

De funktionsansvarlige

Styregruppen er dybt afhængig af den indsats, de funktionsansvarlige yder i forhold til Plask, regnskab, kontaktperson for henvendelser, Rottehul, Musehul, optælling af børn og unge, sommerfest, "åndehullet", planlægning af vort eget svømmestævne og vedligehold af klubbens materiel.

Instruktører, træner og livredder

Ved årsskiftet havde vi 10 Halliwickuddannede instruktører, som sammen med livredder og træner yder en uvurderlig indsats hver onsdag aften for at få det hele til at hænge sammen.

Årets ildsjæl: En titel Hans Foldager (Dykkerhans) blev hædret med for sit mangeårige engagement i HASA, både som Halliwick-instruktør og som instruktør i dykning og snorkling, samt som suppleant til styregruppen og ansvarlig for mange af vore sociale arrangementer.

Medlemmer

Som i tidligere år, har der været nogen udskiftning både blandt børn og voksne, men medlemstallet har ligget stabilt på ca. 100 medlemmer. Ved udgangen af året havde vi én voksen på ventelisten, og kun nogle få holdt pause.

Økonomi

Det er en stor hjælp for Styregruppens bud- »

HASA ÅRSBERETNING 2019

I UDDRAG - fortsat...

getstyring, at regnskabsfører Irene udarbejder regnskabsoversigter i løbet af året. Årsregnskabet viser et lille overskud og en tilfredsstillende kapital, og umiddelbart regner vi med at udgifterne i 2020 bliver på samme niveau som i 2019. Men vi kan forvente større udgifter i både 2021 (Internationalt svømme-stævne i Kroatien) og i 2022 (HASA's og hermed Halliwick's 50 års jubilæum i Danmark).

En fondsstøtte, som den vi modtog til deltagelse i svømmestævnet i Krakow, hvor alle udgifter blev dækket, kan vi nok ikke håbe på igen.

Medlemsmodulet Holdsport fungerer godt i forhold til klubbens behov, og kun et fåtal af medlemmerne er ikke med i ordningen. Morten har derfor udarbejdet en vejledning til, hvordan man melder sig ind og betaler kontingent via Holdsport. Vejledningen kan findes på hjemmesiden. Som registreret medlem modtager man automatisk en kontingentopkrævning lige i begyndelsen af august.

Taxakørsel

Århus kommune har en handicappolitik, der skal sikre ligeværd, lige muligheder og respekt for borgere med handicap. Alt sammen for at støtte Århus kommunes vision om "Århus – en god by for alle".

I HASA kan vi ikke se, at denne vision omfatter handicappedes mulighed for at deltage i svømning, hvis de ikke kan transportere sig eller benytte offentlig transport. For på trods af den flotte målsætning har vore medlemmer de senere år fået mindre og mindre

økonomisk støtte til transport. Eksempelvis har HASA søgt - og fået afslag på § 18-støtte (frivillighedsmidler) til dækning af transport for to medlemmer.

Kontakt til svømmehallen og kommunen

Kontakten til svømmehallens ledelse har fortrinsvis foregået via e-mails. Tonen er altid positiv, men det kniber ind i mellem med at følge op på det, vi henvender os om, eller også handles der meget langsomt. Eksempelvis blev manglerne efter renovering af bruserum og omklædning i sommerferien først endeligt ordnet midt i december.

Socialt

At børnene og de unge kan samles i Musehullet og de voksne i Rottehullet efter svøm-





ning er nok klubbens vigtigste "sociale kit". Derudover arrangerer medlemmerne selv juleafslutning. Vi har desuden spisning i forbindelse med generalforsamlingen og med vort eget svømmestævne og sommerafslutningen i juni. Og hertil kommer "Åndehullets" fællesspisninger.

Medlemsbladet Plask har en vigtig social funktion i klubben. Bladet bringer billeder og beskrivelser fra begivenheder, aktuelle kommentarer og information om kommende begivenheder. Plask er samtidigt et flot ansigt udadtil.

Hjemmesiden www.hasa.dk bringer også vigtig information til medlemmerne under "Hvor og Hvornår?". Men skal den have betydning skal den bruges. Ikke kun af nye potentielle medlemmer, men også af medlemmerne. Derfor opfordrer webmaster Morten medlemmerne til at komme med eventuelle kommentarer: Opfylder hjemmesiden dine ønsker/behov? eller hvad er det der 'driller'?

HASAs historie

Vi mener det er vigtigt, at HASAs arkivmateriale bevares for eftertiden. Vi har fået plads



til vort materiale i Stadsarkivet på Dokk1. Her står nu 2 eksemplarer af alle numre og årgange af Plask og en stor del af vore ældre referater og regnskaber. Og mere følger.

2019 har været et godt år for HASA. Tak til alle for at I bidrager til det gode samarbejde og den gode stemning. Styregruppen



HUSKAT

melde dig til fællesspisning - sorenandersen@stofanet.dk –
senest d. 27. februar 2020


Green Line
anlægsgartner & træ pleje
 Vi får ansvar

Top kapning · Træ fældning · Brolægning · Håndtering af regnvand
 CVR.37003190 Tlf 22717004 gltp.dk

Bjerregaard & Ottesen ApS
 Entreprenør og aut. kloakmester

Tlf. 86 57 21 75
 v/ Viggo Ottesen
 Industrivej 47
 Stilling
 8660 Skanderborg




MALERFIRMA
E. SKOVSGAARD ApS

 **GARANTI PÅ KVALITET**

Stenhøj 6 · 8520 Lystrup · Tlf. 86 21 60 11
 Internet: www.e-skovsgaard.dk


FRU MØLLERS MØLLERI
- vi dyrker den gode smag

**Gårdbutik, Slakteri,
 Mølleri, Ismejeri
 og handicapvenlig
 Restaurant**



Bjergerhougaard · Bjergervej 35 · 8300 Odder
 T 2178 2760 · Frumollersmollereri.dk

**NEDBRYDNING
 MILJØSANERING**

**ASBEST - PCB - BLY OG
 SKIMMEL SANERING**


HVOR INGEN ANDRE KAN

P - OLESEN.DK
MAIL@P-OLESEN.DK
TLF. 75 66 25 00
- din ekspert, 40 års erfaring

BedreBil.dk

 Undervognsbehandling & Bilsyn
 VIBY

Fabrikvej 4 · 8260 Viby J
 Tlf. 86 28 25 88 · www.bedrebil.dk

STRESS og MISTRIVSEL kan afhjælpes!
Erfaren coach og psykoterapeut tilbyder samtaler.

Ofte vil bare 1 til 3 samtaler give en mærkbar forbedring af trivsel i hverdagen.

Er du interesseret eller i tvivl, om det er noget for dig, så kontakt mig for en uforpligtende snak.

Psykoterapeut-MPF **KJELD LÆSSØE**, Århus
 Tlf. **22645167** Mail: kl.2009@live.dk
 Priser: Se min hjemmeside: www.gaksmod.dk



Boulevard Cafeén

Odensegade 45
 8000 Århus C
 86 12 37 02

HASA KALENDER FEBRUAR TIL JUNI 2020

Lørdag	29. febr.	Svømmestævne, HASI, Silkeborg
Torsdag	5. marts	Generalforsamling, Rottehuset, Lyseng
Lør.-Søn	7. – 8. marts	Halliwick Grundkursus, del 2. HASAM, Ans
Lørdag	21. marts	HASAM suppleringskurs og Årsmøde, Aalborg
Onsdag	8. april	Påskeferie, ingen svømning
Lørdag	18. april	Svømmestævne, HASA, Lyseng
Onsdag	20 maj	Frisvømning, Aften før Kr. Himmelfart - som skal markeres med fed
Onsdag	17. juni	Sidste svømmeaften inden sommerferien

Aftener med prøver, distancesvømning og tidtagning aftales/annonceres i svømmehallen.

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 - 20. APRIL 2020

- 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 I MAJ 2020

HVEM SKAL VÆRE HASA-HOPTIMIST 2019?



HASA uddeler hvert år klubbens egen Frivillighedspris: **Hoptimist-prisen.**

Prisen blev uddelt første gang i anledning af 35-års jubilæet i 2012, og det blev dengang besluttet, at den fremover skal uddeles i forbindelse med klubbens generalforsamling.

Alle HASA's medlemmer opfordres til at komme med en begrundet indstilling til, hvem blandt klubbens mange ildsjæle, der skal æres for en stor, frivillig indsats til gavn for os alle.

Styregruppen skal have dit forslag i hænde senest onsdag den 26. marts kl. 22.



Maybrit, Jane, Marianne og Hans, fire tidligere modtagere af HASAs Hoptimistpris





HASAs medlemmer har solgt og købt 200 skrabelodder for Børnehjælpsdagens Julelotteri, det er en flot præstation og en god hjælp. Overskuddet fra Julelotteriet bruges blandt andet i Oplevelsesbanken, der inviterer anbragte unge til forskellige arrangementer som koncerter, teaterforestillinger og biografture og på projektet Empower4U, der gennemfører kompetenceudvikling med 17-24-årige anbragte og tidligere anbragte

unge. Målet er at styrke de unge, så overgangen fra anbringelse til et selvstændigt voksenliv bliver lettere.

HASA får 12 kr. for hver solgt lod, vi har solgt. Styregruppen tager stilling til, hvordan og til hvad vi skal bruge pengene. Forslag og ideer er velkomne.

Tak for indsatsen. Søren

UNDER OVERFLADEN I HASA



Ja, der er noget, som rører sig nede på det dybe. Det er snorkeldykkerne, der øver sig i at holde vejret under overfladen i så lang tid som muligt. Øver sig i at opdage nye grænser, i at være under vandlinjen gennem forskellige discipliner og med forskellige redskaber.

Vi i Hasa har altid haft en positiv holdning til at give svømmerne gode oplevelser i vandet. Og snorkeldykningen har, siden jeg kom fra dykkerklubben Juggernaut engang i forrige århundrede, eksisteret som en aktivitet blandt mange andre.

Jeg har haft mange hold gennem tiderne, hvor jeg især tænker på en lille, frisk pige ved navn Line. Hun formåede at tilpasse sig mellem 5 stærke drenge. Der var ikke noget pjat, når hun legede med dem under vandet. Derfor er det ikke nogen hindring for pigerne at deltage.

Der har siden da været mange børn og unge, der har fået oplevelsen som snorkeldykkere. Også voksne svømmere har været forbi og lånt dykkermaske og snorkel og derved er blevet en oplevelse rigere. At svømme under vandet er at få en ny verden foræret.

En anden disciplin, hovedspring fra kanten, er også blevet et must og opleves af deltagerne som grænseoverskridende. Og min ønske er, at jeg også fremover kan være med til at give HASAs svømmere den unikke oplevelse "At være under vandet"! Hilsen Dykkerhans.



STORE MEDALJEDAG I ESBJERG

HASA-truppen talte 12 friske svømmere: Alexander, Bjarne, Frederik, Katrine, Magnus, Pia, Sarah, Simone, Sofie, Sofus, Thomas og Zakarias.



Intet stævne uden hjælp fra de frivillige: Ikke mindre end 17 af slagsen var med i Esbjerg og gav svømmerne en fantastisk opbakning.

I semi-finalerne:

25 m: Pia, Zakarias og Sofus

25 m ekstra: Thomas, Katrine, Sarah og Magnus

50 m: Zakarias, Magnus, Simone og Sarah

50 m ekstra: Katrine, Thomas og Alexander

100 m: Simone, Pia, Sofie, Sofus, Bjarne og Frederik

Der var ingen semi-finale i 100 m ekstra. Svømmerne gik direkte til finalen.

I finalerne:

25 m: Pia, Zakarias og Sofus

25 m ekstra: Sarah

50 m: Simone, Sarah, Magnus og Zakarias

50 m ekstra: Alexander

100 m: Simone, Pia, Bjarne, Sofie og Frederik

100 m ekstra: Katrine, Zakarias og Alexander

Og det gav medaljer til:

Godtid-pokal: 50 m til Frederik

25 m ekstra: bronze til Sarah

50 m guld til Simone og bronze til Magnus

50 m ekstra bronze til Alexander

100 m guld til Frederik og sølv til Sofie

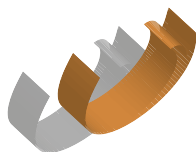
100 m ekstra sølv til Alexander og bronze til Zakarias

Stafetter:

I 25 m vandt Katrine, Pia, Thomas og Sarah sølv

I 50 m vandt Frederik, Sofus, Zakarias og Sofie guld

Se flere billeder fra Esbjerg på www.hasa.dk



blikkenslagerfirmaet
Steffen Petersen ApS

Gunnar Clausens vej 19 A
8260 Viby J • Tlf. 86 222 600 • www.spblik.dk



GSM Maskinfabrik A/S

Kattegatvej 14 • 8500 Grenaa
Tlf. 86 32 08 77

HANSEN
Entrepreneur ApS

Aut. Kloakmester

Tvenstrupvej 2 • 8300 Odder
Tlf. 21 71 31 51 • kontakt@hansenentrepreneur.dk
www.hansenentrepreneur.dk

MALERFIRMAET
TIPSMARK
&
KILDAHL

Malerfirmaet
Tipsmark & Kildahl
Revelhøjvej 26
8200 Aarhus N

Tlf. 40 16 09 80
Tipsmarkogkildahl.dk

Way of painting

Vi er specialister i opbygning og
ombetrækning af interiør i bilen -
båden - lastbil - campingvognen

Fremstilling af bådkafecher

86 24 33 50

www.mjautosadelmager.dk

E-mail: mail@mjautosadelmager.dk

Holmstrupgårdvej 250 · Holmstrup
8210 Århus CV

-MJ- MORTEN JESPERSEN
-AUTOSADELMAGER
86 24 33 50 ÅRHUS V.

Miljø Rent

Erhvervsrengøring • Håndværkerrengøring
Vinduespolering • Måtteservice • Tæpperens
Levering af forbrugsvarer • Polishbehandling

Yrsavej 36 st • 8230 Åbyhøj
salg@miljorent.dk • www.miljorent.dk
Tlf. 86 15 78 55

Holst,
Advokater

Hans Broges Gade 2 | 8000 Aarhus C
T. 8934 0000 | E. info@holst-law.com
www.holst-law.com



Sverigesgade 1 A • 8000 Århus C • Tlf. 86 13 22 56

FRA "GAMMEL" PÅ KANTEN TIL NY I BASSINET



"Jeg hedder Peter, er 53 år og far til Sarah, som svømmer på ungdoms/konkurrenceholdet. Jeg bor i Saksild med min kone Annette, Sarah og hendes to søskende. Jeg er kommet i HASA/klubben, siden Sarah startede for ca. 10 år siden. I begyndelse som hjælper/forælder i vandet, siden blot som chauffør. Jeg har desuden været hjælper ved en række stævner både hjemme og ude og betragter mig selv som en del af klubben og et kendt ansigt.

Jeg har flere gange overvejet at engagere mig yderligere i klubben, men ikke lige "fået taget springet" før nu. Det skyldes, at Sarah er ved at uddanne sig som instruktør og skal en del på kursus, så Harald foreslog, at jeg også deltog, så vi kunne støtte hinanden. Og sådan blev det. Vi skal på første kursusdel midt i januar, og jeg glæder mig. Det bliver spændende og helt sikkert lærerigt. Jeg er allerede begyndt at hjælpe lidt til på børneholdet og hos de voksne og syntes, det er sjovt. Og ikke mindst: Jeg er altid i godt humør, når jeg tager hjem fra en svømmefæften."



Her ser I Ole, HASAs ny handyman, der har påtaget sig at servicere vores materiel. For de fleste af os er Ole en "gammel kending: Aktiv i Rottehullet, til sommerfesten og medarrangør af Åndehullets fællesspisninger. Og så er han Thomas' far!

Røntgen & Ultralyd



Morten Borupsvej 10B • 8000 Århus C
www.rontgenklinikken.dk
 Mail: skrivtil@rontgen-klinikken.dk
 Telefon: 8620 6000
 Telefonetid: man. - tors. kl. 9-14 og fre. 9-12

Specialister i ultralyd af sener,
 led og slimsække inklusiv
 blokadeanlægninger.

- Kort ventetid
- Professionelt personale
- Venlig betjening
- Hurtigt svar

Speciallæger:
 Christian Ancher Iversen
 Lars Bolvig

Skejby Tømrer og Snedker

v/ Gravers Bøge Madsen

Mobil 2621 2671

graversb@stofanet.dk

- Vinduer
- Døre
- Køkkener
- Udestuer

Hammer godt

Cykel Gruppen
 SHOP

Rowi - Egå - Høslø

Gåseagervej • 8250 Egå

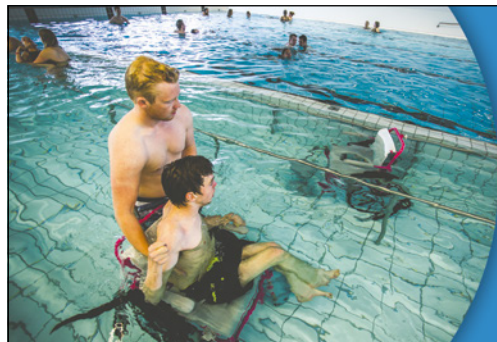
Tlf. 86 74 22 11

www.cykelgruppenshop.dk

MALERMESTER®
 CLAUS CHRISTENSEN

cc@clausmaler.dk
www.clausmaler.dk

Oktobervej 69 • 8210 Aarhus V • Telefon 20 68 48 77



VANDHALLA i Høslø

Fuldt tilgængelig svømmehal

- omklædningsrum med lifte
- varmtvandsbassin
- rampe i begge bassiner
- elevator til rutsjebanen

Tjek vores åbningstider på:
www.vandhalla.dk

– en del af Egmont Højskolen

DISTANCESVØMNING

– NOVEMBER 2019



Store svømmere: Katrine, Zacharias, Simone, Frederik, Sarah, Pia, Alexander



Små svømmere: Oscar, Kevin, Trille, Astrid

Resultater:

Frederik:	3.000 m
Pia:	750 m
Zakarias:	7.500 m
Sarah:	4.000 m
Alexander:	3.100 m
Simone:	2.500 m

Trille:	50 m
Sofie:	400 m
Katrine:	1.250 m
Astrid:	500 m
Oskar:	100 m
Kevin:	100 m



Stævnet startede, som vi plejer på Viby Torv kl. 9:00. Stemningen var i top. Vi var klar til stævne. Da vi ankom, begyndte vi med vores kampsang, hvorefter stævnet gik i gang. Vores svømmede høstede medaljer til den store guldmedalje. Vi fik lækker mad og guf på Sydvesten i det lækre havneområde,

hvorefter turen gik hjem med bussen fuld af mætte og trætte svømmere. Alle svømmere havde en god og hyggelig dag i hinandens selskab.

Med venlig hilsen
Simone, Sofie, Katrine og Sarah

HASAS SLAGSANG:



Mel.: Jeg er så glad for min cykel

Omkvæd:

Vi er så glad' for at svømme,
Vi kommer langt og godt i bad,
Og det fordi, når vi svømmer,
Så går det nemlig godt fremad.



1:
I Hasa går det hurtigt,
Vi har den rigtig' klub.
Vi kører efter guldet
Og får det altid med!

Omkvæd.

2:
Vi hygger os til stævner
Og hjælper til med alt.
Vi får nog'n nye venner
Og laver også pjat!

Omkvæd.



LYSTRUP FYSIOTERAPI

Manuel terapi/Mckenzie.

Hjemmebehandling.
Overenskomst med
sygesikringen.



Anders Røjgaard-Riis

Lystrup Fysioterapi · Bystævnet 2

86 22 45 90



Asger Gade

Brdr. Sejr Motorcykler ApS

SEJR
- hver gang!



Bøgegade 3 · Randersvej 36 · 8200 Århus N Tlf.: Tlf. 8616 3766 · brdrsejr@brdrsejr.dk · www.brdrsejr.dk

KSL Byg

De Mezas Vej 7, 1th · 8000 Århus C
Tlf. 40 92 15 75

**JYSK støtter
handicapidrætten i
dit lokalområde**



JYSK.dk

FYSIOTERAPIEN



Åboulevarden 70, 4 – Århus C

Mail: klinik@fysserne.dk

www.fysserne.dk

Klinik – Hjemmebehandling
Ergonomisk rådgivning

Overenskomst med Sygesikring

Åbningstider:

Man-tors 7.30 - 18.00

Fre 7.30 - 17.00

Busstoppested ved Magasin

Tlf. 86 12 29 04

Fax 86 13 60 55



BØRNEPØLEN

Siden for de seje sild og barske vandmænd



MUSEJULEFESTEN 2019 – REN HYGGE!



Fortvivl ikke!



Sjælle
Auto-garbrug

@F
Autoreparations
Fællesinger

Vi leverer...
Kvalitets-reservedele
til den RIGTIGE pris
til et bredt udsnit af
person- og varevogne
fra dag til dag
Godkendt til modtagelse
af skrotbiler
Stationsvej 9, Sjælle
8464 Galten
Fax 86 95 41 81
Bil 28 19 43 44

86 95 43 44

Din Lokale Maler og Murer

Maler-og murerfirma Weibel

Tlf: 30 28 87 87 Eller 28 10 28 70



Polyfa Consultants A/S
www.polyfa.com

Aarhus Vinduespolering I/S

Tlf. 40 36 34 64

zyntax

UNICONTA partner

Bjørnholms Alle 20, 8260 Viby J
Tlf. 72 30 44 50 info@zyntax.dk

Vi hjælper dig med C5 og UNICONTA



MOSQUITO

www.mosquitolystrup.dk
Lystrupvej 238 • 8520 Lystrup
Tlf. 86 22 82 66

CROSSFITAROS

ÅBNET I AARHUS

WWW.CROSSFITAROS.DK

BESØG OS PÅ
TOMSAGERVEJ 16
ÅRHUS



VEJHJÆLP

Få friheden tilbage på vejen
Din Bilpartner Vejhhjælp dækker i hele Europa

Bestil dit abonnement gennem dit lokale
Din Bilpartner værksted

Din Bilpartner Lystrup ApS
Bremårevej 11 • 8520 Lystrup
www.dinbilpartnerlystrup.dk
lystrup@dinbilpartner.dk
Tlf. 86 22 75 17





JULEAFSLUTNING I ROTTEHULLET



Rygtet siger, at alle havde en hyggelig Juleafslutning! Fotografen mener, at det kan være meldingen om, at æbleskiverne var rationeret til 4 skiver pr. person, der kommer til udtryk i hendes billeder!

Redaktøsen



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, voksne kl. 20.00
Elmehaven 50, 8220 Lystrup
Tlf. 27 63 72 27
vbkliie@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

EBSSEN & GRAM

Badstuegade 17, 1
8000 Århus C
Tlf. 86 13 59 00

Arkitekter M.A.A.

Sponsoreret H.F.

Elite Park & Have Aps
Tomsagervej 14 8230 Åbyhøj
Tlf: 86 106 301
www.eliteparkhave.dk

Deres leverandør af maskiner til Skov, Have og Park
Det er os med over 20 års erfaring med
Salg, service og opsætning af Robotplæneklipper



J.B. 
TØMRER

Rosensgade 30. 1, tv
8000 Aarhus C
Tlf: 30 23 30 61
post@jb-tomrer.dk

BYENS MALER ÅRHUS Aps

Tordenskjoldsgade 26
8200 Århus N

27 11 06 17
www.byens-maler.com



Danske Malermestre



Alltidens Køreskole

Jens Søndergårds Vej 15
8270 Højbjerg • Tlf. 60 24 83 49
www.alletiderskoereskole.dk



FL SportMarketing

Agerbakken 21 • 8362 Hørning • Tlf. 7022 1870 • fl@flreklame.dk

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



ÅRHUS AKADEMI
HF & STX PÅ 2 ÅR

**BLIV KLAR
PÅ 2 ÅR**



Lad os hjælpe
med rengøringen!

Privat rengøring
Vinduespolering
Rens/vask af:
Tøj, duge, dyner m.m.

Ring og få et
uforpligtende
tilbud på
70 44 48 00

TOP
Kens

 **rengøringskældereren**
rengøring · butik · renseri



AROS
MALER ENTREPRISE

AROS Maler Entreprise A/S
Slavnegårvej 39 • 8250 Egå • Tlf. nr.: +45 70 70 79 77
Email: info@aros-maler.dk • www.aros-maler.dk



**VI SKABER ARBEJDE TIL
MENNESKER MED HANDICAP**

– nedbryder fordomme, udvikler
mennesker og driver erhverv.

husetventure.dk

husetventure
- socialøkonomi i bevægelse ...



ARNE ELKJÆR
RÅDGIVENDE INGENIØRER I BYGHERRERÅDGIVER

Bredskifte Allé 7 • 8210 Aarhus V • T 86 16 47 55
post@arneelkjaer.dk • www.arneelkjaer.dk



KOMPETENCER

- Stål
- Beton
- Byggeri
- P-huse
- Rensning af spurs og pæle
- Hæmme- og vandbygning
- Jord, Kloak & Forsyning
- Gartner og beplantning
- Betonrenovering
- Børn- og skoleopgraver
- Grusbrand
- Kystsikring
- Skybrudsikring

CG JENSEN

Vi **bygger** Danmark
På land og til vands

Opstartet 1975, TE: 4344 6800, www.cgjensen.dk