



HALLIWICK AARHUS

PLASK



37. ÅRGANG • NR. 3 • AUGUST 2018



VELKOMMEN TIL SÆSON 2018-19



Jeg håber, vi i HASA fortsætter, som vi slap i foråret: Med fuld aktivitet både blandt børn og voksne, og gode fremskridt blandt det store flertal. Blandt andet blev der ved sæsonens afslutning sat mange personlige rekorder i distancesvømningen + en klubrekord på 5.500 m sat af Alexander Nielsen.

Vi har ca. 36 svømmeaftner fra august til juni. Børnene og de unge kan vi tilbyde 45 min svømmetræning pr. aften, mens de øvrige får en halv time eller kun ca. 18 timer på et helt år. Så for at få det fulde udbytte er det vigtigt at møde regelmæssigt op. Også fordi det er med til at bevare entusiasmen hos vore 10 – 12 frivillige hjælpere og instruktører.

HASA modtog i foråret en stor donation fra Købmand Herman Sallings Fond til indkøb af badestole og ikke mindst som støtte til vores deltagelse i Internationalt Halliwick Stævne i Krakow til september, hvor HASA stiller med 8 svømmere, som en del af det danske landshold.

I år er Aarhus Europæisk Frivillighedshovedstad, og i den anledning blev der arrangeret en fotoudstilling, der skulle illustrere frivillighed i byens foreninger. Det ene billede,

HASA sendte ind til udstillingen, blev valgt som udstillingens bedste billede. Præmien: En flot kurv med vin og gode sager blev fortæret ved vor generalforsamling.

At vinderbilledet nu bliver brugt på store bannere, som hænges op ved store arrangementer som eksempelvis DHL-stafet gør os ekstra stolte.

I Styregruppen arbejder vi hele tiden på at tilpasse klubben til de forandringer, udviklingen medfører. Her tænker jeg ikke kun på nye krav fra myndighedernes side, eller på medlemmernes forventninger, men også på den tilpasninger af ledelse og procedurer, der nødvendiggøres af, at vi i en overskuelig fremtid må have yngre kræfter ind i klubbens ledelse.

I skrivende stund overvejer vi, om vi kan have glæde af konsulentbistand til at igangsætte denne omstilling. Så ud over at få tilrettelagt undervisningen er der mange andre udfordringer i den kommende sæson.

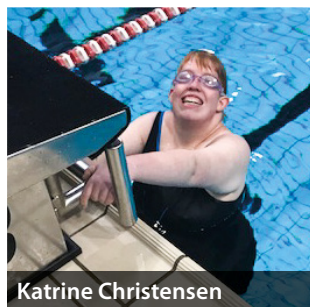
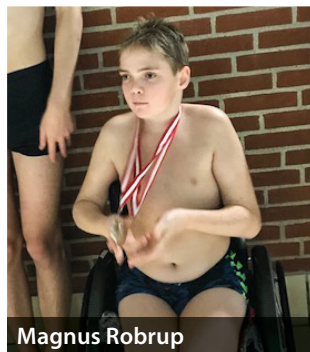
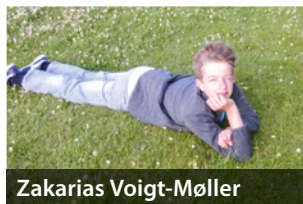
*Godt vi har et så godt samarbejde i HASA.
Det har vi også behov for i fremtiden! Harald*



HASA PÅ MEDALJEJAGT I SYDPOLEN

Otte HASA-svømmere deltager i det internationale svømmestævne i Krakow, som afvikles den 22. september

HASA deltager med otte svømmere, udvalgt blandt vores dygtige konkurrencesvømmere:



Det danske landshold, som består af 17 svømmere plus hjælpere og ledere, er sammensat af svømmere fra HASI i Silkeborg, Sælungerne fra Esbjerg og HASA. De tre jyske Halliwick-svømmeklubber, der gennem mange år er mødtes til stævner.

Udover det danske hold på 17 svømmere kommer der deltagere fra følgende lande:

Malta (1), England (10), Irland (6), Slovenien (10), Kroatien (8) og 22 svømmere fra værtslandet Polen. Så der bliver helt sikker kamp til stregen om medaljerne.



Svømmehallen på University of Physical Education, hvor Det Internationale Stævne afholdes. Bassinet måler 25mX21m, og der er 8 baner af 2,5m i bredden. Bassindybden er 2-2,5 m, og vandet er 27-28 grader varmt.

Program for turen:

Rejsen til Krakow foregår med bus. Der er ca. 1200 km derned, men med 2 buschauffører kan det klares på en dag. Stævnet afholdes på University of Physical Education, og vi skal bo på et studenterkollegium, som ligger på universitetsområdet, hvor også svømmehallen har til huse.

19. sept. Bus fra Århus til Krakow kl. 9 med ankomst sent samme aften

20. sept. Hviledag og sightseeing

21. sept. Mulighed for udflugt

22. sept. Internationalt Svømmestævne med festmiddag

Tak til donorerne:

Sådan et stævne koster selvkært kassen og ville betyde, at flere HASA-svømmere havde måttet takke nej til at deltage. Men gavmild-

hed fra flere sider har gjort det muligt for HASA at stille med otte svømmere i Krakow. En gestus klubben siger tak for. Det er dejligt at opleve, at der er en interesse i Århus for at støtte handicaprættten, så vi har mulighed for at vise flaget udenlands på linje med sportsfolk i raskporten.

HASA har modtaget i donationer fra "Købmand Herman Sallings Fond" og Aarhus Oliefabriks Fond for Almene Formåls "Internationale Rejselegat", mens firmaet Mogens Daarbak A/S har støttet det danske landsholds rejse.





SÆSONENS SIDSTE DISTANCESVØMNING



Distancesvømning er en individuel konkurrence, hvor deltagerne udfordrer sig selv i, hvor langt de kan svømme. Og til sæsonens sidste distancesvømning var ambitionsniveauet virkelig i top. Men som I kan se i PLASK nr. 1 i år, kan man også prøve sig selv af på både 25 eller 50 meter, som Ally og Karl gjorde i december.

RESULTATER

1000 m. Thorbjørn og Magnus

1250 m. Simone

1300 m. Oscar

1500 m. Frederik og Sofus

2000 m. Louise

3050 m. Sarah

4000 m. Zakarias

5500 m. Alexander

VIRKELIGE LANGDISTANCESVØMMERE:

Eventyrer Lars Simonsen vil svømme rundt om Danmark til fordel for overvægtige børn og folk med depression. I alt 1.300 km. Ved deadline var turen gået ind i sin 2. uge, og han var nået til Hvide Sande. Han fortsætter de næste 3-4 måneder. Projektet kan følges på : <https://livetorgodtfolgos.dk>

51-årig Ben Lecomte vil svømme 9.000 km over Stillehavet. Et af målene med Lecomtes projekt er at skabe mere fokus på plastikforureningen af verdenshavene. Han vil svømme fra Tokyo til San Fransisco og har i skrivende stund svømmet i 37 dage. Projektet kan følges på: <http://benlecomte.com>



Onsdag	15. august	Fri-svømning/selvtræning, ingen undervisning for voksne
Onsdag	22. august	Fri-svømning/selvtræning, ingen undervisning for voksne
Onsdag	29. august	Første aften med undervisning af voksenhold
Torsdag	20. sept.	Åndehullets fællesspisning
Lørdag	22. sept.	Internationalt Halliwick svømmestævne, Krakow, Polen
Onsdag	17. okt.	Efterårsferie, ingen svømning
Fre. – Søn.	9. – 11. Nov.	Halliwick grundkursus, del 1 i Ans
Lørdag	10. nov.	Svømmestævne Esbjerg
Onsdag	12. dec.	Sidste svømmeaften før jul
Onsdag	9. jan 2019	Første svømmeaften efter jul.
Lør.- Søn.	12. – 13. jan.	Halliwick grundkursus, del 2 i Ans

Aftener med prøver, distancesvømning og tidtagning annonceres på opslagstavlen og på hjemmesiden. Til Frisvømning/selvtræning er der selvfølgelig en livredder til stede i hallen.

HASA KONTINGENTSATSER 2017/18

Kontingent angivet som helårligt, fra august 2017 til juni 2018.

Halvårlig kontingent kan betales for efterårs- og forårssæson.

Ved start i klubben forår 2018 kan der kun betales halvårligt frem til juni.

- (A) Børnefamiliekontingent - et barn kr. 780,00 - 1/2 årlig: kr. 410 -
- (B) Børnefamiliekontingent - to/flere børn kr. 960,00 - 1/2 årlig: kr. 500 -
- (C1) Voksen, nybegynder - enkeltkontingent - kr. 820,00 - 1/2 årlig: kr. 480,-
det første halve år, kr.- 380,- det andet halve år
- (C2) Voksen - enkeltkontingent - kr. 720,00 - kr. 380 - 1/2 årlig
- (D) Voksen - familiekontingent - kr. 900,00 - kr. 470 - 1/2 årlig
- (E) Hjælperkontingent - kr. 120,00
- (P) Passive - kr. 90,00

Vedrørende kontingentindbetalinger bedes du benytte www.hasa.dk/kontingent

Alternativt kan indbetaling også ske på bankkonto med reg.nr. 1551 og kontonr. 3054489.

Husk at skrive dit navn som meddelelse vedr. betalingen så regnskabsføreren kan se, at du har betalt!!

Se hvad de forskellige kontingentsatser dækker på www.hasa.dk

DEADLINE NÆSTE BLAD - 17. OKTOBER 2018

- 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 ULTIMO NOVEMBER 2018



SARAH

– NY HJÆLPETRÆNER I HASA



”Jeg fik selv idéen til at blive hjælpetræner for et par år siden og spurgte Lene, om det var en mulighed. Men dengang var jeg på vej på efterskole, så det blev ikke til noget.

Nu er jeg tilbage og har fået chancen. I første omgang skal jeg være sammen med Vibeke og Maybrit i børnebassinet og se, hvordan de træner børnene. Jeg skal observere, hvordan svømmerne tager imod træningen og komme med input”.

Sarah begyndte i HASA for godt ti år siden. Hun er spastisk lammet i venstre side, men har gennem alle årene været ivrig konkurrence- og distancesvømmer og har rigtig mange diplomer og en hel del medaljer som

synligt bevis på sin viljestyrke og kunnen i bassinet.

Her i den kommende sæson er Sarah, som nu er 19 år, på vej ud på arbejdsmarkedet. I første omgang i en lønnet praktikplads, som hun håber, kan være med til at åbne døren til en uddannelse som salgsassistent.

Vi i HASA ønsker Sarah lykke til og glæder os over, at hun har lyst til at yde et stykke frivilligt arbejde i klubben. Aase

PS: Sarah har deltaget i begge sæsonens distancesvømminger: 2500 m i december og 3.050 m i juni og er med på HASAs hold til det Internationale Stævne i Krakow. Se også s. 4.



Sarah Halling Petersen, Børne- og ungdomssvømmer i HASA, begyndte i april som hjælpetræner i børnebassinet.





Vinderen af Årets Fighter-pokal:
Trille Sofie Graugaard Bonde.

som klubbens trænere mener, har gjort det ekstra godt til træning.

I år tildeles den en svømmer, der har haft stor fremgang. En svømmer, som gerne vil lære, og som knokler onsdag efter onsdag og prøver at rette sig ind på det, vi instruktører råder og vejleder til. En svømmer, som altid er i godt humør. Selv når hele ansigtet er dækket af vand, kan vi se smilet, når hun kommer op til overfladen igen.

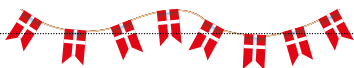
Det er mig en stor glæde at overrække Årets fighterpokal til Trille.

Hjertelig Til Lykke Trille

Årets Fighter

Maybrits tale:

Vi har her i HASA en pokal, som hedder Årets Fighter. Den uddeles hvert år til en svømmer,



Kører med klatten

Sarah kan mere end at svømme mange distancemeter, være hjælpetræner i børnebassinet og en del af HASAs hold til Svømmestævnet i Krakow. Her i juni fik hun også hue på, da hun bestod sin EUD handelseksamen.

Du kører godt nok med klatten i øjeblikket, Sarah. Bliv ved med det.

Et stort Til lykke fra PLASK



SÆSONAFSLUTNING I HASA



Vi plejer at være heldige med vejret til sommerfesten i HASA. Men i år var det da helt fantastisk – så megen sol og varme, at parasoller og stråhatte måtte i brug, mens en del af de mange deltagere rykkede ind i skyggen.

Sædvanen tro, blev der grillet og spist salat, mens snakken gik lystigt ved bordene. Dog kneb det lidt med opbakningen til festens sportslige element i sammenkomsten. Kun nogle få "ældre damer" følte sig kaldede!



Redaktøren





MED HANS I BØLGEN BLÅ



På sommerens første regnvejrsdag tog Zakarias, Frederik og Hans på dykkertur.



Når de sædvanlige baner er overstået onsdag ved 19.30-tiden, overtager Hans nogle af drengene og laver dykke-øvelser med dem. De henter ringe på bunden, ser hvor langt de kan svømme under vandet og bliver generelt godt udfordrede.

Men Hans tænkte, at udfordringerne godt kunne blive lidt større og inviterede derfor Zakarias og Frederik med ud at dykke i det rigtige vand. Det tog lidt tid at finde en dag, hvor det passede både de unge mennesker, deres mødre og Hans. Men søndag den 10. juni havde vi sat hinanden i stævne ved Hans' båd i Marselisborg Havn. Det var desværre også datoen for maj og junis første regnvejrsdag.

Men hva' – vi var jo sådan set også på vej ud for at blive våde.

Hans sejlede os sikkert ud af havnen til området ud for Den Uendelige Bro, hvor de tre unge herrer fik klædt om og kom i vandet. De svømmede ind til strandkanten, hvor Hans blandt andet bad dem hente en sten på bunden, som de skulle have med op i båden igen.

De mødte også bølgerne fra Catlink, og blev rusket godt rundt. Men alle kom sikkert ombord på båden igen og blev tørret og kom tilbage i det varme og trods alt lidt tørrere tøj.

Vi siger tak for ekstra træning i det meget våde element.

På deltagernes vegne Stina Christiansen, Frederiks mor.

Ps. Der ligger et par billeder mere fra dykkerturen på HASAs hjemmeside www.hasa.dk

TEMA: TILGÆNGELIGHED

HASA-INPUT UDSÆTTER NY BADEBRO

Den første dag i skoleferien mødtes Harald og Vibeke med driftsansvarlig i Teknik og Miljø, Tor Albrechtsen, på den første og indtil da eneste færdige sektion af den nyprojekterede badebro på Moesgaard Strand.

I den næste times tid blev tegningerne til den ny bro gennemgået og diskuteret med fokus på tilgængelighed for dårligt gående og kørestolsbrugere. De lystige børnestemmer blev blandet med spørgsmål og svar til projektet og ikke mindst med konkrete forslag til ændringer til gavn for brugergruppen. Mens vi blev klogere på vanddybder, vedligeholdelse og økonomi, fik Tor øjnene op for problemet med en 25 m lang kørestolsrampe, der starter 50 m fra land, om trapper med for høje trin fra vandet op til broen, og Harald demonstrerede, hvorfor de valgte gelændere var ubrugelige for handicappede svømmere.

Begge parter var dog enige om, at det er et flot projekt, der venter samtlige badegæster. Men at der er knaster, der skal høvles af for at sikre et bedre resultat. Den gode vilje er ikke nok.

Det var et positivt møde, og Tor lovede at gennemgå projektet på ny med de input, han havde fået fra HASA.

Allerede en lille uges tid efter skrev Århus Stiftstidende om en af årsagerne til, at den ny badebro er forsinket:

”Efter at Århus Stiftstidende bragte tegninger af broen, fik vi en henvendelse fra en handi-

capsvømmeklub (HASA red.), der er kommet med forskellige input til, hvordan broen kan komme til at fungere bedre for handicappede. Det har ført til, at vi har ændret tegningerne, siger Tor Albrechtsen”

Sådan så situationen ud midt i juli, da vi lavede PLASK nr. 3. Går det som forventet, står broen klar her ved sæsonstart, og vi hører meget gerne om jeres erfaringer med tilgængeligheden på den nyeste og længste bro i Aarhus. Aase

Faktaboks om broen

Broen ligger syd for parkeringspladsen ved ishuset med kørestolsadgang fra grusstien.

Længde: 50 m.

Bredde: 1,6 m.

Fire platforme à 3x5 m med bænke og trapper ned til vandet.

Kørestolsrampe på 25 m ned til vandet fra den yderste platform.

Der er trapper ned til vandet fra alle fire platforme.

Broen er den længste i kommunen og finansieret af Tilgængelighedspuljen.

Den bærende konstruktion er i galvaniseret stål og bliver stående året rundt.

Træbroen og platformene i træ tages ned om vinteren med undtagelse af den nærmest strandkanten.



Harald og Tor Albrechtsen i seriøs dialog om den kommende bro ved Moesgaard Strand. PLASK var med på en lytter.

Læs Stiftens artikel og se tegningen af den ny bro på HASAs hjemmeside www.hasa.dk



TEMA: TILGÆNGELIGHED

HAVNEBADET – SLARAFFENVAND?

Søren Andersen fra HASA prøvede Det ny Havnebad en uge efter indvielsen i juli
Læs hans beretning:

Flot og lækkert tegnet af Bjarke Ingels. Men nu handler det jo ikke kun om æstetik, men i høj grad også om funktionalitet når alle byens borgere skal bruge badet.

Præmissen for denne anmeldelse er, at jeg er dobbelt benamputeret og i kørestol, og kom til badet i handicapbil og uden hjælper.



Havnebadet i Århus. Fotograf Per Ryolf, Aarhus Kommune.

Området omkring Havnebadet er præget af nybyggeri, så jeg skal gennem en byggeplads til parkeringspladsen, som er midlertidig og gratis.

Første udfordring er at komme over en mindre "bakke" med fint og løst sand. Men en flink strandvolleyspiller giver et skub, så jeg – næsten - kan trille ned ad bakken, men skal dog have hjælp det sidste stykke.

Gangbesværede kan formentlig klare "bakken" – alternativt gå tilbage til vejen og over den officielle gangbro ind til havnebadet. For cyklister og gående er der derimod fine forhold og let adgang.

Jeg tog en tur rundt på promenaden med udsigt til færgen og en af de store containerbåde. Herfra kunne jeg konstatere, at ingen af de fire bassiner havde en rampe, så man i (vand)kørestol kunne køre lige ud i vandet. Kun et af bassinerne havde en trappe med lav hældning, som egnede sig til gangbesværede. Selv havde jeg skullet sætte mig på bagdelen og bumpe ned til vandet. Og jeg ville formentlig have besvær med at komme tilbage i kørestolen ved egen hjælp.

Jeg kom ikke i vandet, da det handikaptoilet, der også er omklædning for handicappede, var "out of order", som der stod. Spørgsmålet er, om jeg overhovedet kunne komme ind



på toilettet af egen kraft, for rampen var rimelig stejl.

Konklusion: Det er et flot havnebad, og århusianere i alle aldre havde taget det til sig på denne varme julidag.

MEN: Desværre er der en række forhindringer, som gør det vanskeligt for kørestolsbrugere og gangbesværede at få glæde af dette gode initiativ.

Søren



Sandbakken og Handicapp toilet/omklædning.



Fra HASAs hørings svar på Aarhus Kommunes oplæg om Handicappolitikken:

"En trappe kan være svær eller umulig at benytte for mange ældre, gangbesværede og kørestolsbrugere, ligesom afstanden fra parkeringspladsen er for lang. Så for alle er Havnebadet desværre ikke".

ÅNDEHULLET

HASAs afdeling for fællesspisning og råhygge



Åndehullet afholder næste møde i klubben:

Torsdag d. 20. Sep. 2019 kl. 17.00.

Traditionen tro mødes vi på Dalle Valle overfor Dok 1, hvor vi sidste år havde nogle hyggelige timer sammen.

“Vi håber at vi bliver over 25 deltagere i år.”

Tilmelding til Hans inden 12. Sep. 2019.

Email: hansfoldager@live.dk

Ps. Margit var altså ikke den eneste deltager til sidste fællesspisning i Dalle Valle i (se PLASK nr. 2), men hendes bordfæller var åbenbart i fuld sving med at fylde tallerkenene med lækkerier oppe ved buffetten (se billedet øverst på siden)



BØRNEPØLEN

Siden for de seje sild og barske vandmænd



Foto: Morten Rosenvold Villadsen, Undervandsitetet.dk

Hej – alle I supersvømmere fra Musehullet – er dette noget, der kunne friste jer i den kommende sæson?

Billedet har jeg lånt fra bladet Parasport, hvor der fortælles om nogle unge spastisk lammede fyre, der dyrker undervandssvømning i bassinet på Geelsgården ved København. Og øvelsen går ud på, at holde vejret under vand så længe som muligt. Ifølge

træneren, Morten Rosenvold Villadsen, fra en forening, der hedder Undervandsitetet, giver det svømmerne en helt vild fornemmelse.

Hilsen fra den gamle redaktøse på PLASK

Og nu vi er ved den kommende sæsons mange aktiviteter, så savner jeg stævneberetninger, sange, tegninger og kageopskrifter til de næste mange Børnepøler.



MAVEPLASK

Pølen med de van(d)vittige historier



Jamen er det ikke?

Agurketidens mangel på seriøse nyheder rammer bredt – blandt andre et par avislæsende HASA-svømmere:

Første svømmer: Jo, sørme så. Det er Stina, Frederik Jürgensens mor, der kommer fræsende ind fra venstre med en kost til Kronprinsen. Endelig et kendt ansigt blandt de mange tusinde deltagere i Royal Run.

Anden svømmer: Men ser han ikke lovlig ung ud af en 50'årig at være? Læs lige hvad der står under billedet.

1: "Sig det med blomster. Stina Christiansen leverer en buket, da kronprinsen løber i mål i Marselisløbet 1993".

2: Nå, det kan jeg bedre forstå. Med det lange hår. Men sådan var moden jo dengang. Han skal for øvrigt også have været både charmerende og meget populær blandt damerne i Århus dengang!

1: Det har jeg også hørt. Pudsigt for resten, at Stina i dag har en søn, der hedder Frederik. . . . en flot fyr - rank, slank og sporty – han blev i øvrigt konfirmeret her i foråret (se PLASK nr. 2 red.)

2: Sagde du, at billedet er fra Marselisløbet 1993?

1: Nemlig. Hva' si'r du? At du har hørt, at der findes flere dyrearter med en såkaldt forlængget drægtighed!



HUSK AT

HUSKAT vaske dig grundigt inden svømning. Hår i afløbet eller generthed over egen nøgenhed er ingen undskyldning for at springe brusebadet over eller beholde badetøjet på. Badetøflen er opfundet, det samme er badeforhænget. Påtal det, hvis nogen ikke overholder badereglerne. Vi i HASA gider ikke svømme i snavset og bakteriefyldt vand. Og en lukket svømmehal er det værste, vi ved.

HUSK AT

HUSKAT få betalt kontingent for den kommende sæson. Se side 9

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 Wiedesvej, 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

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

Mariane Johansen, "Rottehuset"
marianejohansen@stofanet.dk

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
vbklie@gmail.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

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

Announceekspedition:

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

Mail: info@handicapinfo.dk





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