



# NYHEDSBREV

2. UDGAVE 2010



*SABU skyder 2011 i gang med Cort*  
**KRUDT I HANDSKERNE!**



FUTURE FIGHTERS - UNIONS KAMPE - DIPLOMUDVALGET  
TEAM SABU - SJÆLLANDSKE MESTERSKABER - DOMMERE  
BESTYRELSENS BERETNING - KALENDER

## TAK FOR 2010 OG PÅ GENSYN I 2011!

### Kære boksevenner

**Så er 2010** ved at være slut, og det er med stor glæde at jeg kigger tilbage på året, som der har forløbet for sjællandsk boksning.

**Tager vi et** kig på de sidste par måneder af året og starten af denne sæson, har der været masser af aktiviteter for vores bokserere og ledere.

**Udover Haslev Box Cup** og Hillerød Box Cup har der været afholdt en del klubstævner samt en del aktiviteter med Team SABU.

### Alle aktiviteter er

et bevis på den grøde, som hersker rundt omkring i de sjællandske bokseklubber. Det er dejligt at se de mange nye og gamle bokserere i fuld vigør rundt omkring, og det bringer håb og positivitet for vores elskede sport her på Sjælland.

**Team SABU har** især haft et hårdt program, da der både har været afholdt to Future Fighter stævner, tre unionskampe og deltagelse i to internationale turneringer og derudover diverse trænings-samlinger.

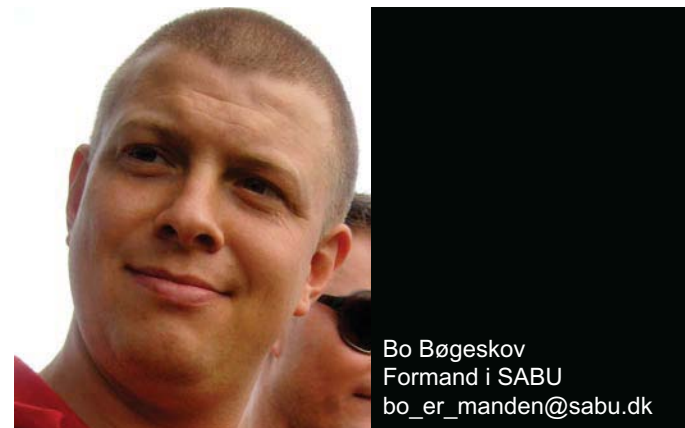
**Det er dejligt**, at der er mange klubber, som bakker op omkring Team SABU, og som kan se at de forskellige aktiviteter kan give bokserne lidt ekstra oplevelser og også være med til at udvikle dem. Til de klubber, som endnu ikke har deltaget på samlingerne, vil jeg hermed opfordre dem til at sende deres bokserere til næste samling, som holdes den

8. januar. Det er nemlig åbent for alle under 21 år.

**Jeg ser frem** til at følge sjællandsk amatør boksning i 2011, og jeg er overbevist om, at jeg vil få mange fabelagtige bokseoplevelser med nye og gamle venner og bekendte fra boksemiljøet i det nye år.

**Med ønsket om** at den næste del af sæsonen bliver lige så indholdsrig som første del, og at der vil komme endnu flere bokserere i aktion, vil jeg ønske alle bokserere, trænere, ledere, familie, boksefans og boksevenner en

glædelig jul og godt nytår. 🍷



Bo Bøgeskov  
Formand i SABU  
bo\_er\_manden@sabu.dk

# VIL DU VÆRE DEN NYE MIKKEL KESSLER?

ELLER KAN DU BARE GODT TÆNKE DIG AT KOMME I FORM?

UANSET, SÅ GÅ IND PÅ [WWW.SABU.DK](http://WWW.SABU.DK), OG FIND UD AF  
HVILKEN KLUB DER LIGGER NÆRMEST DIG!





14



- 2 FORMANDEN**  
SABU's formand, Bo Bøgeskov, byder læserne velkommen.
- 6 HYGGE & HÅNDMADDER**  
Haslev Box Cup 2010 kombinerer boksning og god mad til glæde for alle involveret
- 8 RUTINE OG ERFARING TIL DEN NYE GENERATION**  
Future Fighter stævnet i Malmø før jul gav de nye talenter lidt at se til
- 10 SLUGFEST I SLAGELSE!**  
De sjællandske mesterskaber 2011 afholdes i samarbejde med Slagelse BK
- 12 OLYMPISCHE HOFFNUNG**  
Stævnerapport fra det tyske stævne
- 14 MED BLIKKET MOD TOPPEN**  
Maja Gierringe og Hadi Hamane fra Valby IK er det succesrige makkerpar i fokus
- 16 MØD SABU ONLINE**  
SABU er online både med den opdaterede hjemmeside og en gruppe på Facebook
- 17 ALDESKLASSER**  
De nye aldersklasser for 2011 er klar
- 17 NYUDDANNEDE OFFICIALS**  
Fire nye kampledere og dommere er klar til aktion

10

# Haslev Box Cup 2010

## HYGGE & HÅNDMADDER

Haslev Box Cup satser på kombinationen af socialt samvær, gode boksekampe og en entusiastisk stemning, og 2010 udgaven af turneringen understregede den positive effekt af dette.

**Haslev Box Cup** 2010 var igen i år en stor succes. Der var tilmeldte boksere fra flere udenlandske klubber, og med boksere fra Irland, England, Tyskland, Belgien, Sverige og Norge samt flere jyske klubber havde turneringen igen et stærkt internationalt islæt.

**Haslev Box Cup** har sat en deltagergrænse på 150 boksere plus medrejsende ledere og gæster. Dette er blevet gjort, for at gøre det til en hyggelig og overkommelig turnering for alle involveret.

**Indtil videre har** Haslev Box Cup, også fået det ry, at det er en hyggelig bokseturnering med fokus på meget andet end elitepræstationer.

**Teamet bag Haslev Box Cup** sørger for sine officials, da de jo skal være skarpe hele dagen. De sætter en ære i at maden er i top, og der er et ordsprog fra de fremtrædende ledere, som understre-

ger og sammenfatter Haslev Box Cup fint: "Der er to ting man altid husker: Hvor man har fået rigtig god mad, og hvor man har fået en alvorlig røvfuld." Begge dele fås utvivlsomt ved Haslev Box Cup!

**I år stod** menuen lørdag aften på

**"Der er to ting man altid husker: Hvor man har fået rigtig god mad, og hvor man har fået en alvorlig røvfuld"**

Helstegt pattegris med tilbehør og grillet oksehøjreb til stor glæde for dem, der havde indløst en spisebillet. Haslev Box Cup er den turnering, der starter showet på sæsonen, da den ligger allerede i den sidste weekend i september.

**Så husk at** sætte kryds i kalenderen i 2011. Haslev Box Cup afholdes på Nordskovskolen i Haslev, hvor teamet har indrettet sig med indkvartering og

boksning under et og samme tag. Det hele ligger meget centralt på skolen, folkene bag turneringen har virkelig formået at skabe en rigtig hyggelig atmosfære.

**Som med alle** store events, så er Haslev Box Cup resultat af et stort samarbejde på kryds og tværs af de lokale resurser. Der skal derfor også sendes en stor tak til de mange hjælpere, som er med til at gøre turneringen til en uforglemmelig oplevelse.

**I år var** der 140 tilmeldte boksere, men på grund af diverse afbud endte deltagerantallet helt nede på 117 boksere, der til sammen boksede 49 underholdende kampe. Haslev Box Cup er kommet for at blive, og denne udgave af turneringen understregede dette endnu en gang med kombination af hygge og håndmadder – begge dele serveret i og udenfor ringen! 🍷



# Rutine og erfaring til DEN NYE GENERATION



Future Fighter giver sjællandske og sydsvenske boksetalenter muligheden for spændende udfordringer i form af minilandskampe, der giver dem værdifuld erfaring.

**Søndag den 5. december** drog 16 bokserere, en håndfuld forældre og gruppen af trænere af sted i det ufordrende snevejr for at krydsede sundet, da sæsonens anden udgave af Future Fighter stævnet imod Skåne skulle bokses.

**Julestævnet blev afviklet** i BK Fox' lokaler i Malmø, og stævnet bød på hele 17 diplomkampe, da Malene Barnekov (Rudersdal) fik fornøjelsen af to kampe.

**Stævnet bød på** masser af flot, elegant boksning, hvor der jo især lægges stor vægt på benarbejdet, bevægelser og teknisk boksning. I Team SABU lægges der vægt på det tekniske og taktiske hos bokserne, og

det er også primært det disse kampe bruges til i udviklingen af de sjællandske bokserere.

**Resultaterne er underordnet** set i forhold til, at bokserne holdes i gang og får udfordringer og får arbejdet på udførelsen i praksis af det, som der arbejdes med i træningslokalerne. Disse stævner drejer sig udelukkende om

**”Disse stævner drejer sig udelukkende om de unge bokseres udvikling, så de får mere rutine og erfaring at trække på”**

de unge bokseres udvikling, så de får mere rutine og erfaring at trække på.

**På Team SABU** holdet var der en del nye bokserere med, som for første gang stillede bekendtskab med Future Fighter stæv-

nerne, men alligevel gjorde alle det bedste de kunne. Blandt andet leverede Haris Mujanovic (Slagelse) en flot og disciplineret indsats imod Patricia Berg-hult, som er U17 europamester for kvinder, samt har gået 125 kampe.

**Skåne trak sig** sejrrikt ud af opgøret med 11-6, og vidste sig endnu engang stærkest på hjemmebane, men SABU bokserne Iyad Snounou (SIK Fight) blev kåret til bedste

tekniker og Emil Jørgensen (Jyllinge BT) blev kåret til bedste SABU bokser.

**Vigtigst af alt** var det, at bokserne fik atter en god oplevelse, som de kan bruge til deres videre træning. 🍷

# SJÆLLANDSMESTERSKABERNE ARANGERES AF SLAGELSE BK SLUGFEST I SLAGELSE!



Sjællandsmesterskaberne i amatørboxning afholdes i 2011 af Slagelse BK.

**SABU og Slagelse BK** har indgået aftale om afholdelse af de Sjællandske Mesterskaber for U15, U17, U19 og Elite og Sjællandske Begyndermesterskaber 2011.

**Efter en god** og positiv dialog imellem Slagelse BK og SABU er det nu endeligt faldet på plads at sæsonens store arrangement på Sjælland afvikles i Slagelse.

**Det bliver i** weekenden den 11.-13. marts at mesterskaberne kommer til at skulle afvikles. Det er med entusiasme og glæde, at SABU's bestyrelse ser frem mod at afholde endnu et mesterskab i samarbejde med den lokale klub i Slagelse.

**Der har jo** i tidligere år været afholdt en del mesterskaber i Slagelse, og det er altid rart at vende tilbage til kendte omgivelser.

**Slagelse BK plejer** altid at være gode værter for SABU, klubber og publikum, og det er derfor høje forventninger til værtskabet.

**Så sæt kryds** i kalenderen og sørg for at boksere, trænere, medlemmer og familie kommer til de Sjællandske Mesterskaber 2011. ☺

# OLYMPISCHE HOFFNUNG

Team SABU var inviteret til at deltage i Olympische Hoffnung, som er en årlig turnering for unionshold, og stævnet var en succes for de unge, sjællandske talenter.

**Olympische Hoffnung afholdes** hvert år og er et populært stævne for ungdomsboksere og i år var det for årgangene 1995 og 1996.

**Turnering blev i år** afholdt i Wismar og havde deltagelse af de Tyske unioner, samt det Svenske ungdomslandshold og Team SABU. Der var yderligere tilmeldt et hold fra Polen og Rusland, men de dukkede desværre ikke op.

**Team SABU valgte** at stille med tre unge boksere i turneringen, og det var en spændt gruppe, som drog med færgen til Tyskland fredag morgen. Da vi ankom til Wismar, blev der taget godt imod os, og vi blev indlogeret på et ungdomsherberg, hvor alle holdene skulle bo under turneringen.

**Drengene var i vægt** og både indvejningen, lodtrækningen og le-

dermødet forløb på bedste vis. De tyske værter var gode til at få os til at føle os velkomne, og de sørgede for at vi ikke manglede nogen informationer.

**At tysk boksning** er så meget frem-

**”Vores boksere fik meget ros for at de trods så få kampe, var villige til at kæmpe for sejrene”**

me i skoene skyldtes især deres skoling af bokserne fra en tidlig alder, hvilket vi selv fik øjesyn på under turneringen. Der er virkelig mange gode, unge boksere, og tyskerne gør virkelig meget for at sørge for, at talenterne hele tiden udvikler sig, hvilket f.eks. sådan en turnering er med til.

**Vores boksere var** ikke lige så erfarne som vores tyske modstandere, men til gengæld så fightede de sjællandske boksere helhjetet,

og de leverede alle flotte præstationer. Desværre forhindrede en håndskade at vi kunne komme helt til tops i turneringen, men alligevel fik de tre drenge værdifulde erfaringer, smag af succes og masser af inspiration og motivation til deres videre udvikling.

**Det blev til** en bronzemedalje til Patrick Weische fra Team Bredahl og en sølvmedalje til Nader Fitian fra SIK Fight.

**Vores boksere fik** meget ros for at de trods så få kampe, var villige til at kæmpe for sejrene og at de på trods af manglende rutine bevidste at de kunne præstere på dette niveau. Team SABU er allerede blevet inviteret til endnu en turnering dernede i april for årgangene 1996 og 1997, og vi blev selvfølgelig også inviteret tilbage til næste års Olympische Hoffnung. 🍷



# MED BLIKKET MOD TOPPEN

Denne gang er der fokus på Valby IK, som holder til i Bavnehøj Idrætsanlæg på Enghavevej, og det målrettede makkerpar er coach Hadi Hamane og Maja Gierringe, som er en af landets bedste kvindelige bokkere.

Navn?

- Hadi Hamane.

Alder?

- 62 år.

Klub?

- Valby IK.

Hvad laver du til dagligt?

- Jeg er natvægter på Bispebjerg hospital, men er lige blevet pensioneret ved udgangen af december 2010.

Hvilken baggrund har du i boksning?

- Jeg har bokset i Frankrig, hvor jeg var på vej til en professionel karriere, men jeg blev desværre stoppet af hensyn til mit højre øje som var blevet svagt. Jeg har også bokset i Danmark for Københavns Politi.

Hvad er dit bedste resultat indtil videre som træner?

- At jeg har bygget en del sjællandske – og danske mestre, både som ungdoms-, junior- og seniorbokkere. Samtidig har jeg bygget bokkere op, der har været på landsholdet og har bokset ved de nordiske mesterskaber.

Hvori ligger din fascination af boksning?

- Når jeg får nogle små knægte på 9-10 år, som kommer fra et forholdsvis hårdt miljø som her i lokalområdet, så er det en fryd at få lov at forme dem helt selv. Man kan se resultater alle-

**”Når jeg får nogle små knægte på 9-10 år, som kommer fra et forholdsvis hårdt miljø som her i lokalområdet, så er det en fryd at få lov at forme dem helt selv”**

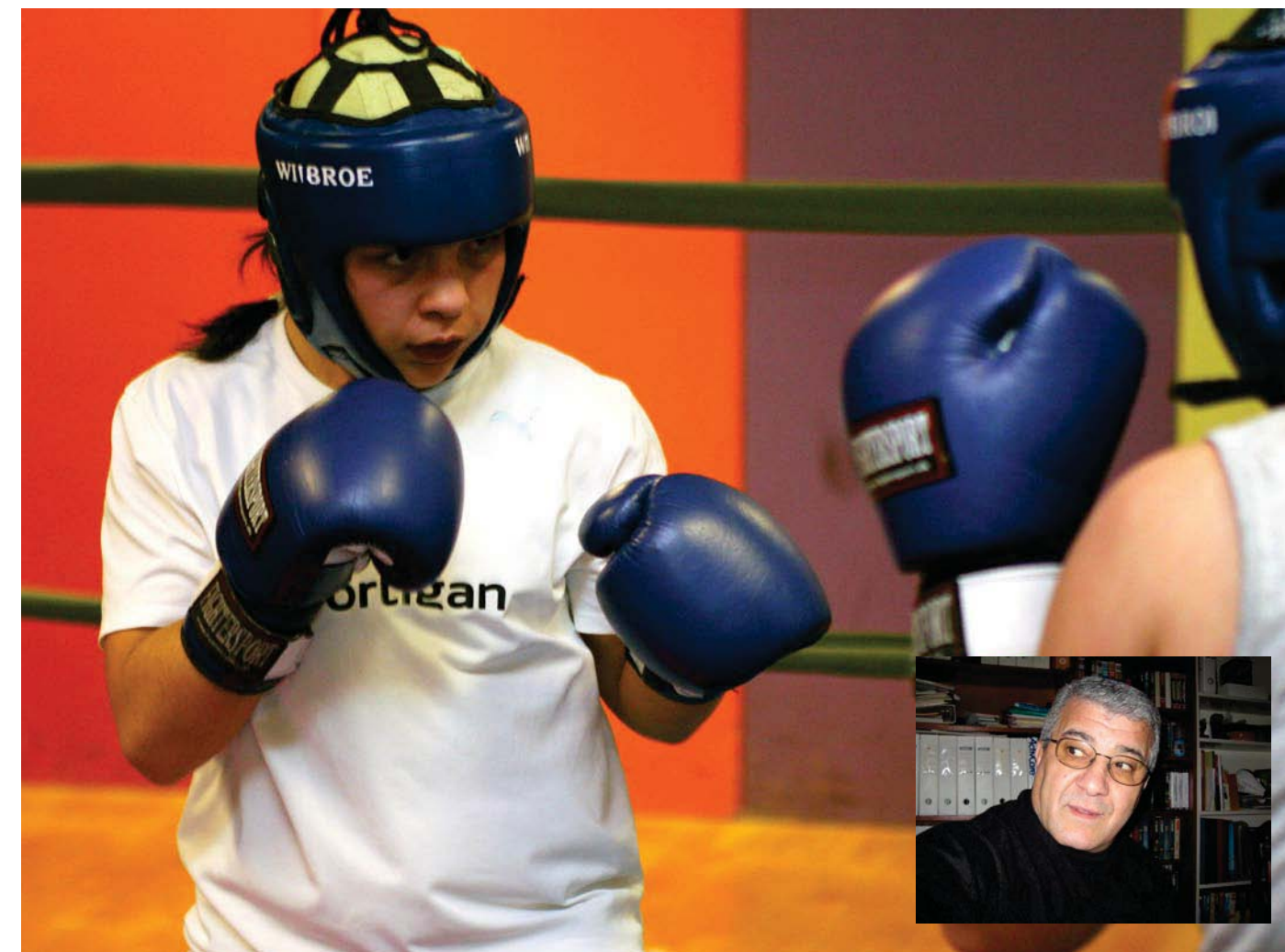
rede efter den første måned, og man præger dem således at de får selvrespekt og respekt for andre. At se denne udvikling, er noget af det, der fascinerer

mig mest ved boksning. Slutteligt ligger der også en fascination i at hjælpe samfundet med at integrere de unge, som ellers måske vil bruge deres tid andetsteds. De unge bliver disciplinerede, og jeg ser at boksningen hjælper dem i den rigtige retning. På den måde er det ikke kun det rent sportslige, der bliver udviklet hos dem, men også det rent personlige.

Hvordan vil du opsummere klubbens sæson 2009/2010?

- Det har været enormt succesfuldt år. Jeg har haft glæden af nu at kunne tilføje to supertalenter til gruppen af mange talenter i klubben, og det har været en fornøjelse at arbejde med to motive-

rede og engagerede bokkere med så store talenter. Sæsonen har været begivenhedsrig, og klubben har opnået flotte resultater



både ved nationale og internationale stævner, og det har været en sæson der har bidraget til at fastslå VIK's navn.

Hvad er dit mål for sæsonen 2010/2011?

- Flere bokkere, flere kampe, flere mesterskaber – herunder titler, flere medaljer og pokaler og dermed vise de talenter frem som klubben har.

Har du et langsigtet mål med boksningen, og evt. hvad?

- Ja, det er uden tvivl at bygge bokkere til europamesterskaberne, verdensmesterskaberne, de olympiske lege, og endeligt at beskæftige mig med professionel boksning.

Hvad har været din sjoveste oplevelse gennem træning?

- I klubben er det sociale samvær i fokus. Alle knokler hårdt, men bagefter er vi alle som en familie, og efter træning er der masser af tid til at snakke sammen og have det sjovt. 🍷

Navn?

- Maja Gierringe.

Alder?

- 22 år.

Klub?

- Valby IK

Vægtklasse?

- 57 kg.

Rekordliste?

- 40 kampe.

Hvad laver du til dagligt?

- Jeg studerer Humanistisk Informatik femte semester på Aalborg Universitet i Ballerup, og jeg arbejder som studievejleder samme sted.

Hvad er dit bedste resultat?

- Jeg har vundet de sjællandske – og de danske mesterskaber både som junior og senior, og så har jeg deltaget ved europamesterskaberne.

Hvori ligger din fascination af

boksning?

- Man presser sig selv til det yderste, og man er ene og alene ansvarlig for udfaldet af kampen. Samtidig er det en smuk sport hvor teknik, psyke og slagkraft er afgørende faktorer.

Hvad er dit mål for sæsonen 2010/2011?

- Danmarksmesterskaberne og deltagelse ved større internationale stævner er mine store mål for denne sæson.

Har du et langsigtet mål med boksningen, og evt. hvad?

- Med tiden at blive den bedste i verden, deltagelse ved OL, og dermed at se hvad fremtiden tilbyder.

Hvad har været din sjoveste oplevelse gennem træning?

- Det sociale i klubben er nok det sjoveste. Til træning bør det ikke handle om så meget andet end træningen, men bagefter er der tid til det sociale og sjove. 🍷

# MØD SABU ONLINE!



**"Hvis du ikke allerede nu har opdaget at SABU er aktive på nettet, så klik ind på [www.sabu.dk](http://www.sabu.dk)"**

Tag med SABU ud og surf på nettet. SABU er selvfølgelig også online, og der er mulighed for interaktion med SABU's andre medlemmer via Facebook.

**Hvis du ikke** allerede nu har opdaget at SABU er aktive på nettet, så klik ind på [www.sabu.dk](http://www.sabu.dk).

boksere og ledere kan holde sig orienteret om hvad der sker på Sjælland.

**Her kan du** online blive opdateret om alle de aktiviteter, som der foregår i sjællandsk boksning.

**Her kan man** finde alle nyttige oplysninger omkring vores union og sport.

**Hjemmesiden opdateres og** udvikles løbende, og målet med hjemmesiden er at alle interesserede

**Skulle du have** nogle positive input til hjemmeside, så er du meget velkommen til at sende en mail

til webmasteren.

**Vi håber at,** så mange som muligt ugenligt tjekker vores hjemmeside for på den måde kommer informationer ud til så mange som muligt.

**SABU er også** på Facebook. Så tilmeld dig vores gruppe og kom et skridt tættere på SABU. ☺

# ALDERSKLASSER



Aldersklasserne for den nye sæson er blevet opdateret, og her kan du tjekke dem ud.

**Fra den 1. januar** 2011 gælder følgende aldersklasser i amatør boksning:  
 Senior/Elite = 1977-1992  
 U19 = 1993-1994  
 U17 = 1995-1996  
 U15 = 1997-2000 (maks. 2 års forskel) ☺

# NYUDDANNEDE OFFICIALS

I takt med sportens udvikling, skal der også uddannes nye kampledere og dommere.

**I weekenden den** 26-28. november 2010 afholdte DaBUs dommer/kampleder udvalg kursus for nye kampledere.

mer som deltog på kursuset og det varer ikke længe, før I kan opleve dem i aktion.

**De fire nye** dommer/kampledere er:

Kim Christiansen, Stevns BK  
 René Dreyer Larsen, Ringsted BK  
 Jesper Bokkeheuser, BK Kelly  
 Johan Kimose, Hvidovre BK

Tag godt imod dem! ☺