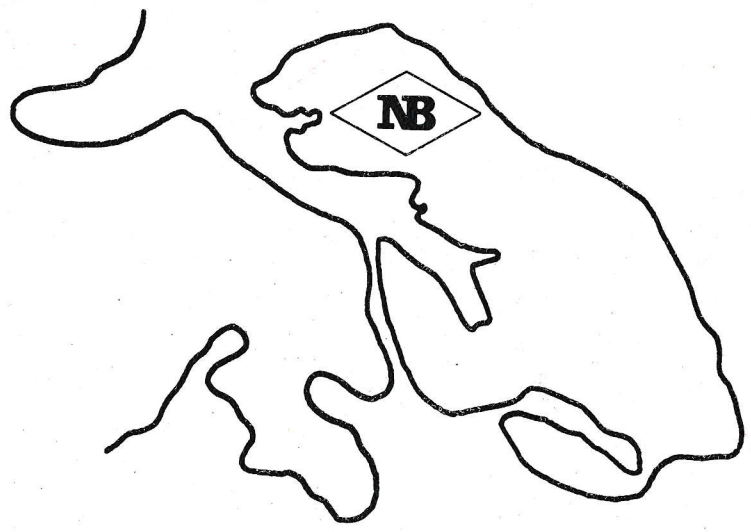


SPORTEN



**NORD-ALS
BOLDKLUB**



— Gør som flere og flere — gå i...

Metro HAVNBJERG
SUPERMARKED BUTIKCENTER

METRO - hvor hele familien handler!

Husk vort cafeteria,
øens venlige mødested



NORD-ALS BOLDKLUBS BESTYRELSE

Formand : P. Søndergård, Mågevej 17, tlf. 450403
Næstformand : Chr. Larsen, Østermarken 21, Stevning
Kasserer : Peter Hansen, Lærkevej 30, tlf. 451866
Sekretær : Chr. Kronborg, Sprogøvej 5, tlf. 450644
Medlem : Peter Glock, Mosevang 28, tlf. 453179

SPILLEUDVALGET

Formand : Verner Petersen, Sprogøvej 10, tlf. 453146
Træner : Viggo Nielsen, Th.Brorsensvej 74
Træner : Johnny Nielsen, Egevej 62

UNGDOMSAFDELING

Formand : Børge Neesgård, Mågevej 50, tlf. 450434

OLD-BOYS BESTYRELSE

Formand : Knud Poulsen, Hvedemarken 12, tlf. 450331
Kasserer : R. Paustian, Th.Brorsensvej 54, tlf. 450939
Medlem : Nis Buchholt, Tranebærvej 6

FESTUDVALG

Formand : Peter Glock, Mosevang 28, tlf. 453179



**BØRNE
OPSPARING**

Børn koster penge ... desuden vokser børn ... forældrene ser det sjældent før det er sket og hvad så ... vær i god tid.

Tal med Sydbank
- de taler Deres sprog.

SYDBANK 
- den sønderjyske bank

SPORTEN

Udgiver : Nord-Als Boldklub
Redaktør : Peter Glock
Lay-out : Lars Bøcher
Tryk : E. Lorenzen

Nr. 9

September 1973

4. årgang

FORMANDEN HAR ORDET

Her, ganske kort efter efterårsturneringens start, ser jeg med tilfredshed, at tilslutningen til vores træning stadig er stor.

Der er for mig heller ingen tvivl om, at træningsprogrammet er godt, med mange varianter og nye former for leg med bolden. Men ingen træningsprogrammer, og det være sig hvem der end kører det, er noget som helst værd, uden at der gøres en helt personlig indsats, med andre ord, at der trækkes igennem!:

Denne meget afgørende faktor, at der skal trækkes igennem, har mange ikke indset (erkendt) endnu. Derfor kommer den personlige indsats i kampene om points heller aldrig helt i top. Der er i vores klubs træning for ynglinge og seniorer indlagt en meget demokratisk linje. Der er ganske givet ikke noget i vejen for, at denne holdning kan gi' gevinst, også i form af points.

Den tilbudte form i træningsforberedelsen er vel ret godt til den holdning der efterhånden har vundet indpas i andre undervisningsformer, således at linjen er kendt af ungdommen.

OFFSETTRYKNING
DUPLIKERING
FOTOKOPIERING
udføres hurtigt
og til rimelige priser

E. LORENZEN
STOREGADE 79
TLF. 45 18 05

FORSIKRING
tegner man hos

HAINS LORENZEN
TLF. 45 18 05
STOREGADE 79

**Bogføring, skat,
revision og
momsregnskab**

CHR. KRONBORG

Sprogøvej 5 - Nordborg
Telf. (04) 45 06 44

**NORMANNIA
FORSIKRING**

Jes Christensen
Th. Brorsensvej 78
Telefon 45 09 72

Det er mit håb, at det, at der trænes uden brug af piskan, ikke samtidig betyder for jer, at der er lukket for megen tilfældighed med ind i træningen!

Prøv at vurdere din indsats, når du træner, med mere kritiske øjne!!

Hvorfor dette indlæg?

Måske et forsøg på at pege jeres ansvar ud!!

Måske de manglende points i skrivende stund!!

Een ting er jeg ikke i tvivl om, til jer der "lopper" den under træningen, prøv at trække igennem nogle gange, så kommer der givet points til os o vores kampe, også selv om modstanderne stritter imod.

m.v.h.

Per Søndergaard

TIL SPORTENS LÆSERE

Hvor bliver jeres indlæg af? Er der virkelig kun så få, der skal være med til at udtrykke sig i vort lille blad? Derfor kære medlemmer, fat nu pennen og skriv et par ord, enten det er ris eller ros. Forældre til vore drenge og piger er også velkomne til at skrive i SPORTEM

Slagterforretningen

Fa. J. J. JENSEN

Nordborg telefon 45 14 06

DE ER ALTID VELKOMMEN PÅ


**NØR
HERRERED
HUS**

TELEFON 45 05 35

Erik Jensen

Ollefy - Centralvarme og sanitet
aut. gas- og vandmester

Lærkevej 87 - Langesø - Tlf. 45 05 65

Mobil Quick Service



Peter D. Andersen

Løjtetoft - Nordborg - Tlf. 45 15 47

YNGLINGEHOLD TIL SYDTYSKLAND I 1974?

Som det er de fleste bekendt har NB haft besøg af et ynglingehold fra Sydtyskland.

Gæsterne har været på Nordals i en uge, og i løbet af denne uge var der arrangeret forskellige sammenkomster med vore ynglingespillere.

Ved en fælles træningsaften under ledelse af Viggo Nielsen kunne man hurtigt konstatere, at gæsterne ikke var vant til den slags træning, vi kører i NB. De var godt trætte efter træningen, men man må dog ikke glemme, at den nye turnering i Tyskland først begynder nu, og at gæsterne faktisk har startet træningen til den nye sæson i Østerlund!

Så var resultatet fra selve fodboldkampen, 6 - 2 til NB ingen overraskelse mere.

Ved en vellykket kammeratskabsaften inviterede lederen fra den tyske klub NB til genvisit i 1974. Det gav anledning til klapsalver fra vore spillere.

netop derfor dette indlæg!
altså, kære ynglingespillere, kom ud af busken, hvis det skal realiseres!

**HOKI
KØBMANDEN**

Bent Lausten

Købmand

Tlf. 45 15 03



(04) 45 00 70



FORSIKRINGSAKTIESELSKABENE

NYE DANSKE LLOYD
NYE DANSKE LIV

KAJ LASSEN
Løkken 4 - Nordborg

Kontor: Jernbanegade 46
Sønderborg
Telefon 42 18 64

Jeg vil gerne arrangere et møde med Jer sammen med bestyrelsen, hvor vi i fællesskab kan finde ud af hvordan vi griber sagen an. Men det haster, klubben dernede skal have besked allerede i oktober.

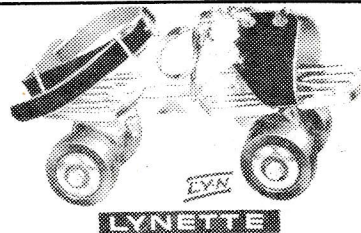
P.G.

OVER GENNEMSNITTET !

Holland er fodboldspillernes land. Det er resultatet af en undersøgelse, som det græske fodboldforbund har udarbejdet.

Af 1000 hollændere spiller 53 fodbold i en klub. På andenpladsen ligger Vesttyskland med 44 fodboldspillere per 1000 indbyggere. Allerede på tredjepladsen følger Danmark med 32. Så kommer Østrig (29), England (16), Italien (11), Sovjetunionen (7), Portugal (4) og Spanien (3).

Efter disse oplysninger skulle der i vor kommune teoretisk være ialt 480 aktive fodboldspillere. Men der er ca. 800 (!) i de fire klubber d.v.s. at vi her "fodboldmæssigt" ligger over landets gennemsnit -- i hvert fald hvad kvantiteten angår.



VIL DE I KONDI?
DA KØR "LYN"
RULLESKØJTER

PEHAMA, MJELS 6430 NORDBORG



Mekaniker Viggo Lausten
Havnbjerg
Telefon 45 14 60

Nordborg Dampvaskeri

v/ Erik Rudbeck
Telf. 45 14 79 Ridepladsen 3

JØRGENSEN & RASMUSSEN
Malerforretning

OKSBØL - 6430 NORDBORG - TELF. 45 12 94 - 45 04 68

Der er også sport i at kunne køre bil på den rigtige måde!

Lær det nemt og bekvemt i

NORD-ALS KØRESKOLE

J. BRODERSEN
Mågevej 4 - Langesø - Tlf. 45 17 55

LANGESØ

BAGERI

og

CONDITORI

N. WERNER

Tlf. 45 17 53 - Langesø

Dr. Skov

MANUFAKTUR
KONFEKTION
NORDBORG

Havnbjerg Stationskro

Prøv vor berømte anretning.

Grillstegte kyllinger og forårsruller

Anna og Viggo Bomberg

Tlf. (04) 45 10 19

Alt i el-køkkenudstyr *



Storegade 30 - 32 - Tlf. 45 15 40
Nordborg

H.C.
HUSHJÆLP

Storegade 29 . Nordborg . tlf. 45 03 34

... man køber det hos

KAMPER

STOREGADE 77a NORDBORG
TELEFON 45 17 44

HAFNIA-FORSIKRING

Peter Mattesen

Mads Clausensvej 1 - 6430 Nordborg

- ring 45 02 05

Helmer & Jørgensen
NORDBORG - NORDBORG

NORDBORG - TLF. 45 17 50

OM ET HOLD "SOM LÆGGER MEGET VÆGT PÅ".

Det hele startede på en gemytlig kro i Nordborg hvor man altid kan træffe et par kammerater fra NB og få en rigtig fodboldsnak over et glas øl eller en sodavand.

Her vindes mange kampe dagene før de skal spilles og det var også tilfældet sidste fredag. Der var ingen tvivl om, at 3. holdets kamp næste dag blev vundet og kun sejrens størrelse kunne man ikke blive enig om.

Jeg har set kampen og det var ellers meningen at bringe et udførligt referat her i SPORTEM af kampens forløb.

Men der var ikke meget at råbe hurra for og derfor vil jeg nøjes med at nævne resultatet: 4:3 tabt, og med dette nederlag er holdet kommet i alvorlig nedrykningsfare.

Man skulle ellers tro, at stemningen blandt spillerne er helt nede på frysepunktet - men ikke tale om!

Man er altid i godt humør og et besøg i omklædningsrummet før kampen er en oplevelse for mennesker med sans for humør.

Læs om den oplevelse i næste SPORTEM.

GYNTHER MOOS

AUTOVÆRKSTED

Storegade 66 - NORDBORG - Tlf. 45 03 99

FINMANN

sko

Tlf. 45 16 25
- ET HELT HUS FYLDT MED SKO



HANDELSBANKEN

- også ungdommens bank



Slakteri

&

Pølsemageri

K. STERNBERG

Storegade 56 - Nordborg - Telf. 45 17 15

Hary Nielsen

malermester

Tlf. 45 18 52 - Østerhaven 11 - Nordborg

*Hjertelig tak for
opmærksomheden
ved min Høns fødsels-
dag! Oluf Hansen*

WESTON

fra væg til væg

TONNY PETERSEN

MØBLER

Storegade 69-71 - Nordborg - Tlf. 45 19 31
Vi sætter kvaliteten i højsædet

uno X

TELF. 45 15 49

STEFFEN STEFFENSEN - NORDBORG

RUTEBILSTATIONENS

KIOSK

AVISER - BLADE

Tlf. 45 14 28

TOBAK & CHOKOLADE

Åben søndag til kl. 14.

NORDBORG BOGHANDEL

KAI MØLLER

Telf. (04) 45 14 62



RAS' TAXI

TLF. 45 07 76

Helmuth Hansen

Blikkenslagermester - Centralvarme
og sanitet

aut. gas- og vandmester

VVS-INSTALLATØR

Bækgade 2, Nordborg, tlf. 45 16 54

„Chiki”

LÆDERVARER

NORDBORG TLF. 45 04 29

HANS SCHMIDT

Ure og optik - Guld og sølv

Løjtertoft 8a - Nordborg - Tlf. 45 00 15



NYT FRA UNGDOMSAFDELING

MÅNEDENS HOLD

Vi har igen kåret månedens hold, som denne gang blev Puslinge Al. De har vist en fin indsats her i efteråret, først en 5 - 4 sejr over Vejen og dernæst 3 - 3 mod Haderslev, som er blandt topholdene. Fortsæt sådan så bliver der flere sejre. Vi ønsker jer hjertelig tillykke.

MÅNEDENS SPILLERE

For piger blev det Helle Tietje fra Måltalenterne og for drenge blev det Frank Thomsen fra Lilleput B. Begge ønskes hjertelig tillykke.

AFSLUTNINGSFEST

Husk ungdomsafdelingens afslutningsfest søndag den 4. november om eftermiddagen på Nørherredhus. Også i år skal der kåres en række spillere og selvfølgelig bydes der på underholdning for enhver smag. Mere skal der ikke røbes denne gang!

PINEBÆNKEN

Jo, det er rigtigt. Vi der var ude at se Mini-putter mod Svenstrup torsdag d. 16/8, var rigtig kommet på pinebænken. Kampen var et topopgør, og de små fra NB skulle vinde. De havde 99% af spillet, og da der var 35 sek. tilbage scorede de deres enlige mål. Kampen endte 1 - 0 til NB. Puha, det var næsten ikke til at holde ud.

LIDT OM SLAPHED !

SLAPHED er, når en spiller kun kommer til træning hver anden eller tredje gang.
SLAPHED er, når en spiller forlader banen under træning, fordi han er sur på de andre.
SLAPHED er, når man skælder sidemanden ud, fordi han ikke gider løbe efter den bold, der var tiltænkt en selv.
SLAPHED er, når holdet opgiver fordi de andre fører 2 - 0.
SLAPHED er, når man kræver, uden selv at gøre en indsats.



Tø KRANSEKAGE med hjem

fra

Alex's Konditori

Havnbjerg
Butikscenter
Tlf. 45 17 60

Danbo
Nordborg
Tlf. 45 17 61

NØRGAARD

TRICOTAGEHUSET
Storegade 31 - Nordborg

Søby kro

STEDET HVOR STORE NAVNE UNDERHOLDER
OG GLADE MENNESKER MØDES -

telefon 45 10 46

Følg strøget 

TIL
NORDBORG FARVEHANDEL

HENNING LARSEN
Storegade 62 tlf. 45 16 69

**Jepsens Lillebiler
og Turistbusser**

Lavensby

Ring - når De skal køre
- til tlf. 45 13 68

**NORDBORG
KIOSK**

W. Neumann
Telefon 45 09 49

• UGEBLADE • AVISER • TOBAK • TIPS •

Sportsartikler

Lorenz Andersen A/S
STORMAGASINET I ISENKRAM

Sønderborg - Tlf. (04) 42 35 57
Nordborg - Tlf. (04) 45 16 58

HVAD FORSTÅR MAN VED KONDITION af Viggo Nielsen

Vi har hele tiden et vædsketab. Ved udåndingen forsvinder der dagligt 0.5 liter. Gennem huden forsvinder også 0.5 liter og med afføring og urin forsvinder 1-2 liter. Herudover sker der ved muskelarbejde et forøget tab gennem sved i størrelsesorden 1-2 liter i timen. Summen af disse tab skal vi selvfølgelig have erstattet, men det skal med det samme siges at tørsten ikke er nogen god regulator for dette, for undtager vi den vædske tørsten tilskynder til vil vi ved stor aktivitet få alt for lidt vædske i legemet. Vi kan derimod sige at vi skal drikke så meget at vægten holdes konstant. Efter et vædsketab på 3-4 liter er det normalt at tørsten er slukket efter 1 liter, derfor må vi tvinges til at drikke mere. Når der er skrevet at man skal drikke rigeligt er der ikke tænkt på vædske med alkohol i. Det er ikke fordi det har synderlig indflydelse på konditionen, men fordi nerve- muskelsamarbejdet skades og samtidig sker der en kolossal nedgang i evnen til at vurdere egne præstationer. Den påvirkede har selv det indtryk at hans præstation er meget bedre end en objektiv prøve viser.

I al korthed. drik små mængder, gør det ofte og drik mere end tørsten opfordrer til. Lige efter talen om spiritus er det vel naturligt også at tale om tobak.

Idrætsudøveren der dyrker konditionskrævende idræt, bør ikke ryge, fordi rygningen nedbryder forbedringen af konditionen. Ved rygningen frigøres kulilte, der straks forbinder sig til hæmoglobinet, da denne forbindelse sker 200-300 gange lettere end iltens forbindelse.

Ikke blot er virkningen af en cigaret langvarig, men alle også ikke-rygere tager skade når de befinder sig i et lokale, hvor der ryges, idet de gennem indåndingen modtager en del af den frigjorte kulilte.

SLUT

AFSLUTNINGSFEST '73

Der gøres igen opmærksom på, at afslutningsfesten for seniorafdelingens vedkommende holdes den 3. november på Nørherredhus.

Festudvalget er gået igang med forberedelsen, og hvis nogen vil bidrage et eller andet til programmet, er hun eller han hjertelig velkommen til at kontakte os.

Men alle bør reservere denne aften allerede nu.

M. PERREGAARD A-S

6430 NORDBORG
Tlf. 45 01 50

6474 SKOVBY
Tlf. 44 44 00

Korn - Foderstoffer

Brændsel - Byggematerialer

J. NORRELYKKE
Tlf. 45 14 32 - NORDBORG

Radio
CHRISTENSEN

Storegade 4 - Nordborg - Tlf. 45 14 26

Søndergade 7 - Guderup - Tlf. 45 81 10

Jens Knudsen
HERRE- OG DRENGETØJ

NORDBORG
STOREGADE 28
TELF. (04) 45 19 75



Frugt - Grønt

Konserver

Thorvald JENSEN

Storegade 7 - NORDBORG - Telf. 45 03 66

AL FLYTNING

med lukkede flyttevogne udføres, såvel i ind- som udland. - Vi har gode, tørre lokaler til rådighed til møbelopbevaring.

EJVIN BURKAL

**Godkendt T. I. R. vogne
Købingsmarkvej 7 - Pøl**

Tlf. 45 14 49

I FÅ LINIER

OLD-BOYS FRA BERLIN PÅ BESØG

I dagene 7.sept. - 9.sept har Old-boysafdelingen besøg af venskabsklubben B.V.G. fra Berlin. I denne anledning er der et fodboldstævne lørdag den 8. sept fra kl. 12.30 - 16.30 på banen ved havnbjerg skole.

GODT TILBUD

Der kan afhentes fodboldudstyr (størrelse 36) hos Helle Carstensen, Snebærvej 4. Helle skal kun have 25kr for det hele.

HVAD TRÆNERNE ALT KAN FINDE PÅ

I en træningskamp vandt drenge BI over piger I med 12 - 0.

TIL SIDST ET RÅD

Det er bedre at trække vejret gennem næsen...
Det holder i hvert fald munden lukket.

FIND INSPIRATION TIL
DERES HJEM HOS:

VOIGTS *Møbler*

Løjtertoft 26-30, Nordborg
Telf. (04) 45 14 32

Man
går da
ind
til

damkjær
DAMEKONFEKTION

Bageri- og conditori
Stort udvalg i frisk
og lækkert brød

KURT MADSEN
Holmgade 7 tlf. 45 14 34



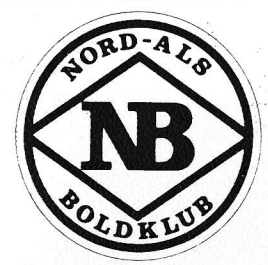
Ræder

MALERFORRETNING
HOLM
TELEFON 45 13 95

BALTICA
FORSIKRING

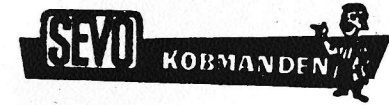
KJELD ANDRESEN
Assurandør
Storegade 4 Nordborg
Telefon 45 15 35

Støt vore
annoncører



ANDELSBANKEN

NORDBORG AFDELING
- en bank De kan regne med!



Tinar Lorenzen
købmand Turøvej 42 Kirkeby ..45 00 55



Storegade 33 Nordborg Telf. (04) 45 14 40

KØRESKOLE

Velegnet skolevogn
og eget
TEORILOKALE
N. BOYSEN
KØRELÆRER
Søbakken 2 Nordborg
Telefon 45 00 96

Støt vore
annoncører