

Julie:

Timi Asimi-p inuunera allanngortippaa

Meeqqat atuarfianni naammassigami Julie Heinrichip sulerissanerluni ilisimangilaa. Timi Asimi-mit ikiorneqarluni ingerlaqqippoq

TIMI ASIMI**Dorthe Olsen**

dorthe@sermitsiaq.gl

18-inik ukiullip Julie Heinrichip meeqqat atuarfiannearuni sunissani naluaa. Pujortartalersimavoq timigissarpal-laartarunnaarlunilu. Sivisunerusumik sivi-kinnerusumilluunniit unitsissimasaminik timersortuaannarsimavoq.

– Meeqqat atuarfiata kingorna sussal-lunga nalulluinnarpara, eqqarsaatigisin-naannngilaraluunniit. Kim Godtfredsenip Timi Asimi-mi aallarerusunnginnersunga aperimmanga soqutiginnilerpunga, tassa-nimi timersortoqartorujussuusussaavoq

pinngortitamiinnartorujussuussallunilu. Taakkuupput aallaqqaammut pilerilersitsi-sut, Julie Heinrich oqarpoq.

Timi Asimi-ip meeraallunili timersuutigi-simaannagaasut qasujaalliseqqippaa. Mee-raalluni ilaqtannilu taekwon-do, nalingin-naasumik arpanneq sisoraatinillu arpanneq aallutarai, unammisartutuungitsorli. Ullu-mikkut qasujaallisannngitsoorsinnaanngilaq, timigissarfimmi nukkasartarpoq arpattar-torujussuullunilu. Siorna Nuuk Marathoni-mut aamma KangNuRacemut peqataavoq, timigissartarfiliartarpoq nukkasartarlunilu, ullumikkulli ilinniagaqarami timigissarpal-laartarunnaarpoq.

– Siorna Nuummi Niuernermik Ilinniar-fimmi ilinniagaqalerpunga. Naak suliffim-mik sungiusarfissamik pissaarsiuminaakka-

luartoq iluatsitsillunga Pikkkori Sportimi nuannarilluinnakkannik sungiusarfissa-qalerpunga. Tamatumali kingunerisaanik kissaatigisattut timersortigiunnaarpunga, ulluinnarnimi kingusissukkut soraartarama. Timigissartarfiliartarpungali sulilu arpattar-lunga. Maqaasigaluarlugu timigissartarfi-liassaarpunga, Julie Heinrich, maannakkut Niuernermik Ilinniarfimmi niuertarfimmiu-tut atuagarsorluni ilinnigaqartoq oqarpoq.

Pujortassaarpoq

Julie Heinrich Timi Asimi-mi aallartinnngik-kallami unitsissimasaminik pujortartarsi-mavoq.

– Ikinngutikka peqatigalugit pujortallat-taasalerpunga, immaqa arajutsiniannngiin-narlunga immaqaluunniit inuusuttuarann-gulerfimmikkama misilitariaqarakku. Kisianni Timi Asimi-mi aallartikkama akuttunngitsumillu qasujaallisartalerama pujortassaarpunga. Tamanna nuannaaruti-gaara. Pujortartarneq inuuninnut naleqquk-kunnaarmat pujortassaarnera pissusissa-

misoortutut misiginarpoq, Julie Heinrich oqarpoq.

Julie Heinrichip Timi Asimi-miinnissami-nut periarfissinneqarnini qujamasuutigi-sorujussuuaa, inuunerami sorpassuartigit allanngortissimmamagu aamma inuusuttut allat meeqqat atuarfiata kingorna sussaner-lutik nalornisut Timi Asimi-mik misileeq-qullugit siunnersuinnarsinnaavai.

– Uanga Timi Asimi-meeqataanera nuan-naarutigisorujussuusimavara, inuuninnimi siunnerfigerusutannut saatsimmanga. Ikinngutitaartorpunga, pinngortitamiittar-nerpulli nuannernersaagunarpog, tassani isorartuunut pisuttuurtarpugut, aalisartar-pugut piniarniartarlutalu. Timigissartarnit-tut uteqqissimavunga ullumikkulli taman-na pinngitsoorsinnaanngilara. Anaanama ilaanneeriarluni oqarfigisaraluarpaanga ullumikkut ilaginiassagatsik timigissanngit-suulaassannginnersunga. Taamaaliernerli ajorpunga. Sungsiusartussaavunga, tamanna massakkut inuuninni pinngitsoorsinnaajun-naarsimavara, Julie Heinrich qungujulluni oqarpoq.

Julie:

Timi Asimi ændrede mit liv

Efter folkeskolen vidste Julie Heinrich ikke, hvad hun skulle. Timi Asimi hjalp hende til at komme videre

TIMI ASIMI**Dorthe Olsen**

dorthe@sermitsiaq.gl

18-årige Julie Heinrich vidste ikke, hvad hun skulle efter folkeskolen. Hun var begyndt at ryge og dyrkede ikke så meget motion. Hun havde altid dyrket sport, men var mere eller mindre stoppet med det.

– Jeg anede ikke, hvad jeg skulle efter folkeskolen, havde slet ingen idé om det. Da Kim Godtfredsen spurgte om jeg ikke havde lyst til at starte på Timi Asimi blev jeg interesseret, fordi man skulle dyrke en masse motion og være meget i naturen. Det var det, der tiltrak mig i starten, siger Julie Heinrich.

Timi Asimi fik hende til at komme tilbage til motionen, som hun ellers altid havde dyrket i sin barndom. Som barn dyrkede hun taekwon-do, almindelig løb, og løb på langrend sammen med sin familie, dog ikke på konkurrenceplan. I dag kan hun ikke undvære sin motion og styrketræner på fitness og løber meget. Sidste år deltog hun både til Nuuk Marathon og KangNuRace, gik til crossfit og styrketrænede, men i dag dyrker hun mindre motion, da hun er under uddannelse.

– Jeg startede på min uddannelse på handelsskolen i Nuuk sidste år. Selvom det er svært at få en praktikplads var jeg heldig at få en praktikplads på Pikkori Sport, som jeg er meget glad for. Men det har bevirket, at jeg ikke dyrker så meget sport, som jeg gerne ville, da jeg får sent fri til daglig. Men jeg går stadig på fitness og løber stadig. Men jeg går ikke længere til crossfit, selvom jeg

savner det, siger Julie Heinrich, der for tiden er på skoleophold på handelsskolen og er under en butiksuddannelse.

Holdt op med at ryge

Julie Heinrich røg ellers før hun startede på Timi Asimi, men det er hun holdt op med.

– Jeg begyndte så småt at ryge sammen med mine venner, måske mere for nysgerighedens skyld, eller måske fordi jeg var i puberteten og skulle prøve det af. Men da jeg startede i Timi Asimi og begyndte at dyrke regelmæssig motion, stoppede jeg med det. Det er jeg glad for. Det føltes naturligt at stoppe med det, da det ikke længere passede i mit liv at være ryger, siger Julie Heinrich.

Hun er meget glad for, at hun fik muligheden for at være med i Timi Asimi, da det har ændret hendes liv på mange måder, og kan kun anbefale andre unge, der ikke ved, hvad de skal efter folkeskolen til at prøve Timi Asimi.

– Jeg har selv været meget glad for at være med i Timi Asimi, da det har ændret mit liv til at følge den retning jeg har lyst til. Jeg fik nye venner, som jeg stadig ses med, men det bedste af det hele var nok, at vi skulle være så meget i naturen, hvor vi gik lange ture og var på jagt og fiskeri. Jeg har fået mine motionsvaner tilbage og i dag kan jeg slet ikke undvære min træning. Min mor kan nogle gange sige, om jeg i dag ikke bare kan droppe min træning, så jeg kan være sammen med dem. Men det gør jeg ikke. Jeg skal træne, det er en uundværlig del af mit liv nu, siger Julie Heinrich med et smil.



Julie Heinrich Timi Asimi-meereerami akuttunngitsumillu timigissartalerami ilinniagaqalerlunilu pujortassaarpoq.

Julie Heinrich holdt op med at ryge, begyndte at dyrke regelmæssig motion og startede på en uddannelse, efter Timi Asimi.