

Medlemsblad for

Nakskov

Gymnastikforening



Nr. 2

Sæson 2010/2011



Jubilæumsopvisning

Se indlæg her i bladet



100 års Jubilæumssæson

Nakskov Gymnastikforenings bestyrelse:

Forretningsudvalg:

formand: Susanne Larsen
Heesvej 37, 4000 Nakskov
tlf. 60454892
E-mail: susl@youmail.dk

Næstformand: Marianne Wiecker
Kongstoft 3, 4900 Nakskov
tlf. 54930602 / 40873169
E-mail: marianneWiecker@hotmail.com

kasserer: Dothe Prip Lahrmann
Søndermarksvej 2, 4920 Søllested
Tlf.: 20 13 54 11
E-mail: dblahrmann@gmail.com

sekretær: se næstformand

Udvalg for kvindelig Idrætsgymnastik:

Susanne Larsen

Maria Hansen

Anna Petersen
Abildtorpemose 18, 4900 Nakskov
Tlf. 54928909/22597263
E-mail: annapetersendk@yahoo.dk

Thomas Sørensen
Marius Nielsens alle 18, 4900 Nakskov
Tlf. 54922412
E-mail: dorte_thomas@mail.com

Udvalg for mandlig Idrætsgymnastik

Marianne Wiecker

Henning Johansen
Oksebæksvej 40
4900 nakskov
Tlf. 54926191 / 41567234
E.mail: johansen5@mail.dk

Rytme, motion, ældre og børnemotorik:

Susanne Larsen
Ulla Popp
Løjtoftevej 169 4900 Nakskov
Tlf. 5495 6886 / 40852805
E-mail: ulla.popp@nakskovnet.dk

Klubhus

Maria Hansen
Maribovej 210, 4900 Nakskov
Tlf. 20 78 88 97/ 28 10 44 80
E-mail: maria-lieblein@hotmail.com

Eng vej 21:

Susanne Larsen

Klubben:

Klostergade 22

NIC Hal 3:

Alexander Wilinski
Christiansdalsvej 39, 4900 Nakskov
tlf. 54923485 / 51946769
E-mail: awilinski1@gmail.com

NIC Hal 2:

Susanne Larsen (se ukig)

Sportsråd:

Jens Rewers
Skansen 52, 4900 Nakskov
Tlf. 54954868/29479994
E-mail: jens@rewers.dk

Kreds:

Susanne Larsen (se kig)
Bjarne Mierzwa

Kraftcenter/TeamDK

Sportschef
Bjarne Mierzwa

Stævner, resultatformidling:

Marianne Wiecker
Susanne Larsen

Sponsorudvalg :

Marianne Wiecker
Jens Rewers

Redakter:

Palle Larsen
Heesvej 37, tlf. 42176803
E-mail: pallel@nakskovnet.dk

Leder

ved /Susanne Larsen

Julen nærmer sig med hastige skridt, og det er tid at gøre status for første halvdel af sæsonen, og hvilken sæson, 3 måneder med fuld fart på, utrolig flotte gymnastiske resultater, stort til lykke til Mathias med det fine resultat ved Nordisk for ungdom, afholdelse af foreningens 100 års jubilæum, reception samt super flot jubilæums opvisning med efterfølgende aftenfest, alt sammen noget I vil kunne læse meget mere om inde i bladet.

Indhold:

Leder	3
Kredstige i Kastrup	4
Landsstige i Nivå	6
NGF 100 år	7
Jubilæumsopvisning	9
Jubilæumsfest	10
Tillykke Matias	12
Ny kampdragt	12
Hvad skal idrætsaktive børn	13
Landsårgangsmesterskab	14
Sjællandsmesterskaber GUS	15
Generalforsamling	16
Jubilæums DVD	17
NGF terminsliste.....	18
Hjerteforeningens Motionsløb ...	19
Telefonliste	19



Inden året helt rinder ud er der afholdt julehygge for alle børn og voksne i NGF søndag den 5. december, som startede med "sjov søndag" i hallen og derefter julehygge i NGF's klublokaler.

Alle gymnaster, trænere, forældre, sponsorer, samt alle de usynlige, som hjælper til på sidelinjen for at få det hele til at gå op i en højre enhed, ønskes en rigtig glædelig jul samt et godt nytår, med tak for året der svandt.

NGF ønske alle gymnaster og pårørende, samt sponsorer



Kredsstige i Kastrup



Gr. 3 (2000) blev Ninna Mierzwa nr. 11 med 65,35

Gr. 2 (2001) Her blev Isabella Clausen nr. 7 med 67,95 og Emma Rasmussen nr. 12 med 63,10

Ved Kredsstigen blev det til mange fine placeringer til NGF's piger, Bedste placering fik Nanna Brochmann i magekampen med en 2 plads 78,20 i gr. 6 (1995 og ældre), det blev ligeledes til en sølv i barre med 19,15 og sølv på gulv med 17,15.

Gr. 5 (1997-96) blev Simone Bruun samlet nr. 5 med 79,90 og vandt 1 bronze på hest med 22,70 i samme gruppe blev Kattrine Rasmussen nr. 14 med 58,20.

Gr. 4 (1999-98) blev Celine Nielsen samlet nr. 3 med 78,70, Celine blev Sjællandsmester på hest med 23,05 og fik en 2 plads på gulv med 17,75, i samme gruppe blev Vibe Stokholm Sørensen nr. 7 med 76,05 og Maria Kamper blev nr. 17 med 64,55 og fik sølv på hest med 22,50, Nønne Jansdorf blev nr. 23 med 55,55.

Gr. 1 (2002/yngre) her blev Monique Gunnensen nr. 15 med 60,00, Rose Stokholm Sørensen nr. 19 med 56,75, Malou Sigersted nr.21 med 54,90, Line Troelsen nr. 24 med 51,40, Dominika Haja nr. 27 med 49,25 Dominika vandt bronze i Basic Line med 5,0, Clara Andersen nr. 28 med 48,75 og Sofie Jensen nr. 29 med 47,70.

Udtaget til DM blev Monique Gunnensen, Isabella Clausen, Celine Nielsen, Vibe Stokholm Sørensen, Simone Bruun og Nanna Brochmann

I alt var der 121 gymnaster til start i Kastrup.



SMSbank gir' dig overblikket - her og nu



SMSbank er en hurtig måde, at få overblik over dine konti
- uanset hvor du er!

Med SMSbank får du mulighed for forespørgsel på saldi og
bevægelser, overførsler mellem egne konti samt oversigt
over fremtidige betalinger.

Kom ind og opret en gratis SMSbank-aftale i SPAR LOLLAND.

Vi passer godt på vores kunder

SPAR
LOLLAND

Ove Nielsen Sønder-gå-gade 20, Nakskov, tlf 54 95 04 10  Sadolin Farveland	NICOLAI SØNDERGADE 26-28 - 4900 NAKSKOV TLF 54 92 20 23 - GIRO 6 32 35 10
--	---

Landsstige Nivå

Trods snestorm og skader lykkedes det alligevel NGF's piger få medaljer med hjem fra Landsstigen i Nivå..

Bedste placering fik Celine Nielsen i gr. 4 (årgang 98/99) hvor hun samlet blev nr. 2 med 86,025 - Celine blev Danmarks mester på hest med 22,375 samt på gulv med 20,050 og fik sølv i barre med 18,75, i samme gruppe blev Vibe Stokholm Sørensen nr. 4 med 78,800 og fik en 3 plads i barre med 18,550.

Trods sin skade blev Nanna Brochmann (årgang 95 & ældre) samlet nr. 3 med 72,950 - Nanna blev Danmarks mester på gulv med 18,400, fik sølv i barre med 17,550 og bronze i Basic Line med 4,850

I gruppe 5 (årgang 96/97) blev Simone Bruun samlet nr. 7 med 59,800, samt blev Danmarks mester på gulv med 16,800

I Gr. 2 blev Isabella Clausen samlet nr. 7 med 61,200 og i Gr. 1 blev Monique Gunner-sen samlet nr. 15 med 58,650

Til Nanna

Nanna Brochmann skal hermed have et skulder klap - for hendes altid dejlige & omsorgsfulde måde at være på
over for sine gymnastik kammerater - store som små.

Tak NANNA fra pigerne & deres forældre



OGSÅ MAD UD AF HUSET
ØSTRE BOULEVARD 8—Tlf 54 95 00 51

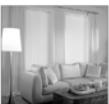
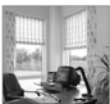
Gardiner og boligudstyr

OPMÅLING, SYNING OG MONTERING



Gardin & Smedjen

Axeltorvet 10 - 12 · Nakskov
Telefon 54 92 09 11



Gardiner · Persienner · Foldegardiner · Lamelgardiner · Plinsegardiner · Rullegardiner · Markiser

SPORT MASTER

JAN SPORT – SØNDERGADE 18

4900 NAKSKOV – 54 92 13 14

- Vild med sport -

NGF 100 år

NGF's 100 års jubilæum blev fejret efter alle kunstens regler, først reception som blev afholdt fredag den 5. november i klubben, mange lagde vejen forbi for at ønske til lykke, hvilket var rigtig dejligt, der blev kikket scrapbøger til den store guldmedalje, og mange gamle minder blev genopfrisket. Vi vil fra bestyrelsens side endnu engang sige rigtig mange tusinde tak for alle de fine gaver.

Gaver NGF jubilæum

Nakskov Roklub	kr. 200,-
Nakskov Sportsråd	kr. 1000,-
Nakskov Boldklub	kr. 500,-
NIMF	1 termokande
Boye Koch	1 æske chokolade
Lis Christensen	1 pokal
Nakskov Badminton	
klub	gavekort Kr. 250,-
Birgit & Niels	1 pokal
Otto Rasmussen	1 pokal
Sjællandskredsens	kr. 1000,-
DGI	gavekort kr. 500,-
Nakskov Sejlklub	500,-
Musikskolen	gavekort kr. 300,-
Palle og Sonja	kr. 200,-
Maribo kajakklub	kr. 100,-
Spar Lolland	kr. 10.000,-
Kaj, Kirsten og Preben Blomster	
Strejferne	kr. 1000,-

DGF	Faneplade
Jesper "kyk", Eigil & Ellen Rasmussen	kr. 500,-
Arne Hansen	2 fl. Vin
Nakskov Brydeklub	1 kurv m. vin, kaffe mm
DGF/UG Ralf	1 fl. Cognac
Dorthe W. Jørgensen	kr. 100,-
Nakskov Cykel Club	kr. 500,-
Birgitte Bertelsen	Scrapbog & Gæstebog
Tropehuset	Gaveæske, vin, chokolade mm.
Søren "BIG"	kr. 5000,-
Sports Master	2 trænings sæt
Lollands Bank	kr. 5000,-
Tex	3 fl. Vin
PM Larsen	kr. 300,-
Lolland kommune	jubilæumsmedaljer + kr. 15.000
Nicolai, Søndergade 26	kr. 500,-



Byens Ure & Guld

Søndergade 1 . 4900 Nakskov

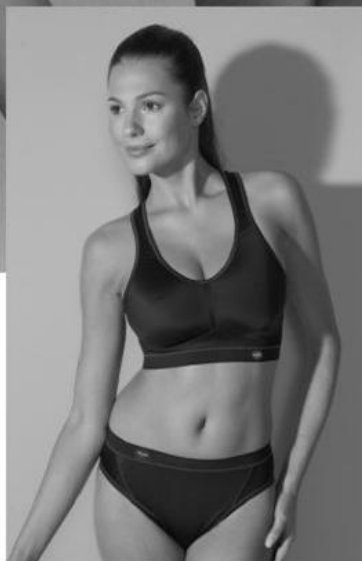
Telefon 54 92 02 31

www.byens-ure-guld.dk

Sports BH

u/ Bøjle
velegnet til løb, håndbold,
gymnastik o.l. sport
str. 70F-90H

Kr. 499⁹⁵



Sports BH

u/ bøjle
velegnet til løb, håndbold,
gymnastik o.l. sport
str. 75A-90G

Kr. 399⁹⁵

Lohse

Nygade 3 • 4800 Næskov
Tlf. 54 82 09 03

Kvickly

Krøyers Gård 23. 4900 Nakskov

Telefon 54 95 01 22

- så behøver du kun at handle ét sted!

Gå først - hvor udvalget er størst

ALT I HÅRDE HVIDEVARER
OG KØKKENER

punkt1
Størst på hvidevarer

Ved Dampmøllen, 4900 Nakskov, Telefon 54 92 14 15

Jubilæumsopvisning



Lørdag den 6. november stod der jubilæumsopvisning på programmet, der var blevet øvet flittigt op til denne dag på blandt andet fællesserien, og en smule spænding og nervøsitet var der da også at spore hos både trænere og gymnaster, men den forsvandt meget hurtigt, for en helt fyldt hal, med et meget veloplagt publikum, var det der mødte alle gymnaster og trænere ved den fælles indmarch. Viceborgmester Hanne Møller åbnede stævnet med en meget fin tale samt overrakte NGF's formand Susanne Larsen en check på kr. 15000, Old Boyes holdet ved Henri Sandau og Ældreidrætten ved Birgit Jensen

blev hædret og fik overrakt jubilæumsmedaljer som ligeledes var skænket af Lolland Kommune. Derefter blev aktiviteten på gulvet stor og efter fællesserien, fortsatte indslagene, begyndende med de yngste for til sidst at slutte af med dygtige konkurrence gymnaster. Opvisningen var krydret med indslag udefra, der skal derfor lyde en speciel tak til Lolland Musikskole, NIMF og hulgymnasterne fra Ringsted, som var med til at gøre opvisningen afvekslende og meget seværdig.



Nybolig

...sammen med Nykredit

Johnny Rasmussen
Statsaut. ejendomsmægler
og valuar

Axeltorv 7 · Nakskov

Tlf. 54 92 39 12

Fax 54 92 32 88

Email:
post@nakskov.nybolig.dk

Web: www.nybolig.dk

**SLAGTERIETS
UDSALG**

Ø.BOULEVARD-NAKSKOV-54 92 07 20

Sportigan



SØNDER-GÅ-GADE 23 4900 NAKSKOV
TLF. 54 92 31 64

Jubilæumsfest.

Lørdag aften var der indbudt til fest i Byskolens aula, 130 feststemte NGF'ere mødte op for at fejre den "gamle" forening, der var mange årgange af gymnaster, forældre og venner så snakken gik lystigt. Underholdning manglede der heller ikke, Line Larsen og Dennis Flacheberg var blevet lokket til at synge og spille lidt under middagen, hvilket de gjorde rigtig godt.



Hædret blev Henri Sandau, Henri, aktiv i foreningen i 65 år, stået for Old Boys i de sidste 30 år, og selve holdet har i denne sæson 80 års jubilæum. Henri fik

overrakt et specielfabrikeret diplom som tak for sin store indsats gennem mange år.



Jubilæet gav ligeledes anledning til at udnævne et nyt æresmedlem, valget faldt på *Bjarne Mierzwa*, som startede sin gymnastiske karriere som 9 årig i NGF, det blev til mange flotte resultater, Dansk junior mester i 1970 - Nordisk mester i benving 1972, DM Senior mester 1976 var med ved VM i Strasbourg i 1978, deltog i 15 senior landskampe, da den aktive karriere blev lagt på hylden var det trænergerningen der blev priori-

MAZAR
Nygade 4 Nakskov

2tal

Stort udvalg i Fladskærme

K.P. Radio—Nygade 25—4900 Nakskov
Tlf. 54 92 03 23

teret højt, har siddet i NGF's bestyrelse, er dommer både nationalt og internationalt, overtog formandsposten da Bertel ikke var mere, bestemt ikke en af de letteste opgaver, sidder i NIC Bestyrelse og ikke mindst i Sjællandskredsens bestyrelse som formand for UMIG - *kæmpe tillykke til Bjarne.*



Men overraskelser og udnævnelser stoppede ikke her, idet bestyrelsen uden undertegnede viden, faktisk havde udnævnt et æres medlem mere, nemlig Susanne Larsen, som har været aktiv i NGF igennem 40 år, først som aktiv fra 1966 - 1972, derefter som træner og bestyrelsesmedlem, har siddet i bestyrelsen af 2 omgange først fra 1973 - 1981 og derefter igen fra 1996 - indtil d.d. hvoraf de sidste 4 år har været som formand, Susanne sidder også i Sjællandskredsens bestyrelse som formand for UKIG og har gjort det siden 1993, meget

fritid og mange kræfter er blev lagt i NGF gennem årene.

Jeg vil gerne her sige bestyrelsen mange, mange tak for udnævnelsen som æresmedlem, det er noget som varmer.



Efter taler, hæder og ære, blev der spillet op til dans af Jens Olsen og Brian Kraghoff.



En rigtig god dag med en super opvisning samt en rigtig god og festlig aften satte punktum for et uforglemmelig jubilæum.

Ring til glarmesteren

Når det gælder termoruder,
blyindfattede ruder, Autoglas
og andre skader



J.D. glas

SALG - SERVICE - RESERVEDELE

LUMBYE

VOLVO
RENAULT

Rjukanvej 11, 4900 Nakskov Tlf: 54 92 27 77

	Søndergade 19 - 4900 Nakskov  BERIT Stedet man handler
---	--

Til lykke til Mathias



Selvom det er sagt mange gange, ja så gentager vi det gerne, kæmpe til lykke til Mathias Johansen for det utrolige flotte resultat ved de Nordiske Mesterskaber for ungdom, hvor Mathias gjorde rent bord og blev Nordisk Mester.

Mathias opnåede flg. karakterer i mangelkampen:

Gulv - 14,15, bensing - 12,55, ringe - 13,50, hest - 13,50, barre - 12,80 og reck - 11,65 samlet score 78,150, hvilket var 1,20 foran nærmeste konkurrent Oskar Kimes fra Sverige. I disciplinfinalerne blev Mathias nr. 1 i bensing og nr. 3 på hest og det danske hold fik en samlet 2 plads.

Ny Kampdragt

Efter ca. 50 år i sort og hvidt, har NGF's drenge valgt ny kampdragt, bensingbuks + shorts er røde og trikoten er hvid med en rød og sort stribe. Priserne er flg.:

Trikot

Str. 8 år - 14A	kr. 700,-
Str. 0 - 5	kr. 750,-

Shorts

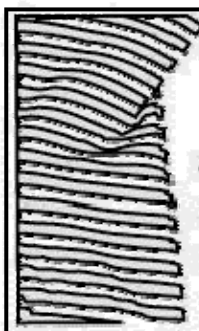
Str. 8 år - 14A	kr. 150,-
Str. 0 - 5	kr. 180,-

Bensingbuks

Str. 8 år - 14A	kr. 410,-
Str. 0 - 5	kr. 460,-



Lollands Bank



C.H. TEXTILTRYK
TLF. 54 92 74 72
VEJLEGADEBRO 4A · 4900 NAKSKOV

*SKAL DER TRYK PÅ...
 ER DET OS DU SKAL
 HAVE FÆT I.*

Hvad skal idrætsaktive børn og unge drikke?

Koldt vand er bare sagen! Vand slukker tørsten og kan drikkes i ubegrænsede mængder. Det giver ikke tomme kalorier i modsætning til sodavand, saftvand og sportsdrikke m.v.

Sodavand - også light - skader desuden tænderne pga. et højt syreindhold.

Drik før, under og efter idræt. Det er vigtigt, at børnene drikker vand, når de er tørstige, da de bliver uoplagte og trætte, hvis de mangler væske.

Hvis de træner længe og hårdt, er det vigtigt, at de drikker, før de føler sig tørstige. De kan nemlig sagtens mangle væske, selv om de ikke er tørstige.

Følelsen af tørst "halter bagefter" deres behov for væske.

Under idræt er det godt at drikke tit. Når træningen er slut, er det godt at drikke rigeligt med vand i forbindelse med måltiderne, hvor kroppen har lettere ved at erstatte den tabte væske.

Børn og unge skal drikke mindst 1-1 1/2 liter væske om dagen. Når de er fysisk aktive eller har det varmt, skal de drikke mere.

Fup og fakta

Der er mange myter om, hvad idrætsfolk skal spise og drikke, men:

- der gælder ikke de samme anbefalinger for eliteidrætsudøvere som for idrætsaktive børn og unge, der træner 1-3 gange om ugen!

Er sportsdrik godt før, under og efter idrætsaktivitet?

Nej - børn har ingen gavn af sportsdrik. De sukkerholdige sportsdrikke får ikke børn og unge til at yde mere, set i forhold til vand.

VEJLEGADE EL-SERVICE

Vejlegade 19
 4900 Nakskov
 Tlf. 54 92 22 50

WAGNER

Landsårgangsmesterskaber.

Den 28 november var NGF's drenge til landsårgangsmesterskaber i Greve.

Årgang 96 blev Peter Mierzwa samlet nr. 3 med 103,90 efterfulgt af Magnus Johansen med 98,40, Peter vandt bronze på gulv, i bentsving, hest, barre og reck og Magnus tog en enkelt bronzemedalje i ringe.

Årgang 97 blev Tobias Gahleitner samlet nr. 6 med 100,40, Tobias blev danmarksmester på hest og det blev til en bronze på gulv.

Årgang 98 her leverede Mads Rewers en flot allround præstation ved samlet at blive nr. 2 med 103,30, individuelt tog Mads 6 medaljer, sølv i bentsving, ringe og specialøvelse, bronze på gulv, i barre og reck.

Årgang 99 blev Mike Jørgensen samlet nr. 14 med 83,40

Årgang 2000 blev Laurits Jepsen samlet nr. 10 med 82,70 og Søren Holm nr. 13



Jubilæumsopvisning 2010

VENTILATION - OPVARMNING GENVINDING - AIRCONDATION

- Industriventilation
- Boligventilation
- Air Conditionsanlæg
- Varmepumper
- Varmegenvinding
- Jord- & Solvarmeanlæg
- Biobrændselsanlæg
- Brændeovne og kedler
- Stålkorstene
- Aut. El-installatør
- EL & VVS automatik
- Smede- & Blikarbejde
- Energianalyser
- Salg
- Service

Vi giver dig den mest økonomiske energiløsning
**Få et uforpligtende
TILBUD**
Incl. Montering og opsejtring

bd

Ingeniørfirmaet

BOESEN & DANIELSEN

Nygade 15 4900 Nakskov Tlf. 54 92 52 32
Mobil 22 41 52 33 40 42 53 93 Fax 54 92 89 32

Sjællandsmesterskaber GUS

Sjællandskredsen afholdt GUS-mesterskaber den 7. november i Greve, NGF's drenge opnåede flg. resultater:

GUS 1

Marcus Hansen som var stævnets yngste deltager, blev samlet nr. 2 med 71,50, derudover vandt Marcus følgende discipliner gulv, ringe og barre, samt fik sølv i bensving og reck og specialøvelse.

GUS 2

Her blev Søren Holm nr. 9 med 76,65 og Laurs B. Nielsen nr. 10 med 75,40, i disciplinerne vandt Søren sølv i reck og bronze på gulv, Laurs vandt bronze i bensving.

GUS 3

Her blev Laurits Jepsen nr. 6 med 83,60 og Mike Jørgensen nr. 7 med 82,15. Laurits vandt guld i reck og bronze i ringe, Mike Jørgensen vandt i reck og bensving.

GUS 5

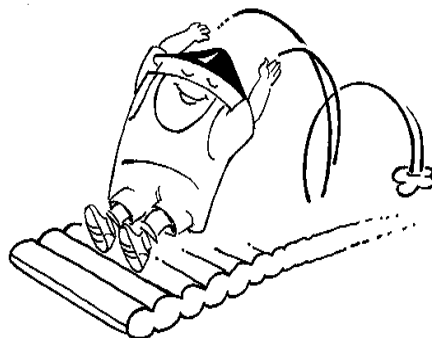
Her blev Mads Rewers sjællandsmester i mangelkampen med 99,90, Magnus Johansen blev nr. 3 med 98,50 og Tobias Gah-

leitner blev nr. 7 med 93,90. Mads vandt sølv i fire discipliner - bensving, ringe, barre og reck, samt bronze i specialøvelse. Magnus vandt guld i 2 discipliner, nemlig ringe og hest, det blev til sølv på gulv og bronze i barre. Tobias vandt 3 bronzemedaljer - i ringe, barre og reck.

Eliterækken.

Her blev Peter Mierzwa sjællandsmester med 106,20, Peter vandt ligeledes gulv og bensving, det blev til sølv i spring over hest samt bronze i ringe og specialøvelse.

Til lykke til alle drengene for de flotte resultater.



Super Best

Generalforsamling.



Mandag den 31. januar 2011

Nakskov Gymnastik forening afholder ordinære general-forsamling mandag den 31. januar 2011, kl. 19,30 i klublokalerne, Klostergade 22 (under musikskolen).

Sæt kryds i kalenderen nu og kom til generalforsamling, måske går du rundt med en god ide, eller du kunne have lyst til at gå ind i bestyrelsen og give en hjælpende hånd. Vi håber i hvert fald rigtig mange afsætter lidt tid og møder op.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning, herunder udvalgenes
3. Fremlæggelse af regnskab til godkendelse
4. Behandling af indkommende forslag
5. Fastsættelse af kontingent
6. Valg af formand: Susanne Larsen
7. Valg af bestyrelsesmedlemmer:
 - A. Marianne Wiecker
 - B. Ulla Popp - *ønsker ikke genvalg*
 - C. Jens Rewers
 - D. Maria Hansen
8. valg af bestyrelses suppleanter:
Birgitte Petersen
Berit Pedersen
9. Valg af revisorer:
Bjarne Mierzwa
Marianne Christensen
10. Valg af revisor suppleanter:
Posten er vakant
11. Eventuelt



Jubilæums DVD

Vi har fået lavet nogle jubilæums DVD, med hele NGf 100 års jubilæum, som I kan købe ved at henvende jer til Susanne.

DVD'en koster kr. 100,- som skal forudbetale ved bestilling.



Jubilæums dvd'en indeholder vores reception, Jubilæumsopvisningen og lidt fra foreningens Jubilæumsfest, ja kort og godt lidt af det hele.



Din tekniske servicepartner

Aktiv · EL A/s

Vi hjælper dig med service på dine:

El /automatik

Køle- /fryseinstallationer

VVS /smed

Antenneinstallationer

PC'ere /datainstallationer

Oliefyrsservice

Linkøpingvej 30 • 4900 Nakskov • Tlf. 54 95 03 00

OBS: Servicevagt hele døgnet 54 95 03 00 • www.aktivel.dk

NGF Terminsliste 2011

dato: Type Aktivitet Sted Arrangør

Marts

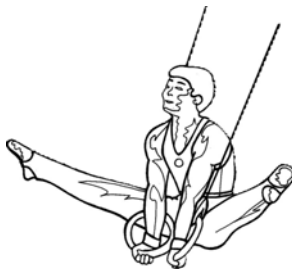
12 marts	Konkurre	SM/hold put/mini/Dr./ungd./jun.		SJK
12-13 marts	Konkurre	Pige DM		DGF/KIG
19 marts	Konkurre	DM Senior mangelkamp		DGF/MIG
26 marts	Konkurre	DM/hold put/mini/Dr./ungd./jun.		DGF/MIG
26-27 marts	Konkurre	Senior A&B/Junior A&B		SJK/KIG

April

01-10 april	Konkurre	EM Senior	Berlin	IG
02 april	Konkurre	DM Indv. Put/mini/dr.		DGF/MIG
03 april	Opv.	Forårsopvisning	Nakskov I-center	NGF
09 april	Konkurre	SM Indv.		SJK/MIG
16-17 april	Konkurre	DM Indv. Ungd./ jun.		DGF/MIG
16-17 april	Konkurre	NM drenge U14	SWE	MIG
29 april	Konkurre	Junior Nordisk U18	ISL	IG

Maj

01 maj	Konkurre	Junior Nordisk U18	ISL	IG
19-21 maj	Konkurre	Fælles DM senior	Odense	MIG/KIG
04 juni	Konkurre	3. division		MIG



Støt vore annoncører

Vær Rask, vær Kvik, gør gymnastik



De støtter os



Hjerteforeningens Motionsløb i Lalandia.



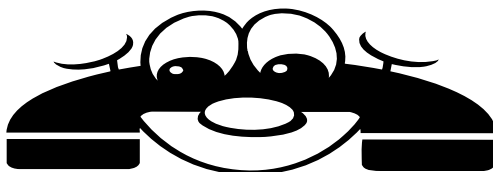
Søndag, den 5. september 2010 mødte, der 17 glade gymnaster op fra henholdsvis Andreas/Birgitte og Alex hold ved I-centeret for derefter, at drage videre til Lalandia. Hvor Hjerteforeningen afholdte deres årlige motionsløb.

Alle gymnaster løb 5 km ruten med højt humør. Gejsten blev hele tiden holdt oppe ved tanken om, at der forude ventede en tur i badelandet og det var bestemt ikke kedeligt.

Det var det en stor glæde at opleve fællesskabet og helt specielt de ældste gymnasters omsorg overfor hele gruppen.

Tak til familien Stockholm Sørensen for det vellykkede initiativ.

Charlotte Sigersted



Telefon liste

Alexander Wilinski, Christiansdalsvej 39
54 92 34 85

Andreas Johanns, Engvej 21
51 41 30 74

Anita Rasmussen, Østerbrogade 26 H
21 49 52 12

Anna Petersen, Abildtorpe Mose 18
23 74 46 58

Birgit Jensen, Otto Kuldsvej 19
54 92 59 19

Birgitte Bertelsen, Solsikkevej 1
54 92 58 04

Bjarne Mierzwa, Rugvænget 17
54 92 75 91

Christoffer Thomsen, Solsikkevej 1
54 92 58 04

Dorte Stockholm, Marius Nielsens Alle 18
54 92 24 12

Fie Jonassen, Havebyen 16
60 14 02 08

Henning Johansen, Oksebæksvej 40
54 92 61 91

Henri Sandau, Birkevænget 41, st. tv
54 92 46 58

Marianne Wiecker, Kongstofte 3
54 93 06 02

Nicoline Pedersen, Bøgevej 2
28 40 07 95

Susanne Larsen, Heesvej 37
60 45 48 92

Ulla Popp, Løjtoftevej 169
54 95 68 86

Anette Gunnarsen, Mosevej 1
54 95 09 12

Gymnastikcentret Hal 3, Nsk.. I.centeret
54 92 05 10

**SPAR
LOLLAND**

Vær Rask, vær Kvik, gør gymnastik



**ABILDTORPE
SNEDKERI**

v/Thomas Jørgensen
Løjtoftevej 255 · 4900 Nakskov

**Alle former for
tømmer- & snedkerarbejde**

Uforpligtende tilbud gives
Tlf. 54 92 85 87 · 21 46 00 21



Din lokale EDC ejendomsmægler

Reitz & Mortensen

EDC Reitz & Mortensen - Vejlegade 3 - 4900 Nakskov
Telefon 54 95 14 14 Telefax 54 95 02 54
E-mail. 492@edc.dk

DIN LOKALE XL-BYG



TRÆLASTKOMPAGNIET

TORBEN CHRISTENSEN - RØDBYVEJ 87 - 4900 NAKSKOV - TLF. 54 92 27 11



Stort udvalg i Spinning

GULDSMED **Otto
Rasmussen**

Sønder-gå-gade, 4900 Nakskov, Tlf. 54 94 01 15

**Lolland Falsters
største cykelbutik**

Fri CYKLER



**TÅRSVEJ
CYKELBØRS**

Jan Sørensen - Tårsvej 57 - 4900 Nakskov
Tlf. 54 92 10 14 - Fax 54 95 02 39
E-mail: fricykler-nakskov@mail.dk



DAUGBJERG ^A/_S
KONTOR- OG PAPIRCENTER

Axeltorv 5 · 4900 Nakskov · Tlf. 54 92 24 22 · Fax 54 92 00 44
E-mail: info@daugbjerg-as.dk · www.daugbjerg-as.dk