

Medlemsblad for
Nakskov



Gymnastikforening

Nr. 2

Sæson 2013/2014



Vær Rask, Vær Kvik, Gør Gymnastik, NGF Favner vidt

Nakskov Gymnastikforenings bestyrelse

Forretningsudvalg:

Formand: Henning Johansen
Oksebæksvej 40 4900 nakskov
Tlf. 54926191 / 41567234
E.mail: johansen5@mail.dk
hjo.gym@gmail.com

Næstformand: Susanne Larsen
Heesvej 37, 4000 Nakskov
Tlf. 60454892
Mail: susl@youmail.dk

Kasserer: Dothe Prip Lahrman
Søndermarksvej 2, 4920 Søllested
Tlf.: 20 13 54 11
Mail: dblahrman@gmail.com

Sekretær: Charlotte Sigersted
Abildtorpegård 1, 4900 nakskov
Tlf. 54 95 21 30
mail: cjsiegersted@gmail.com

**Udvalg for
kvindelig Idrætsgymnastik:**
Susanne Larsen

Peter Kamper
Svingelsvej 88, 4900 Nakskov
Mobil 51 97 77 36
Mail: brittogpeter@mail.dk

Anette Gunnensen
Mosevej 1, 4900 Nakskov
Tlf. 54950912/27181200
Mail: anette-per@mail.tdcadsl.dk

**Udvalg for
mandlig Idrætsgymnastik**

Henning Johansen, Jens Rewers

**Rytme, motion,
ældre og børnemotorik:**
Susanne Larsen, Anette Gunnensen

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

B-medlem

Pernille Smed Rasmussen
Amalievangen 13, 4900 nakskov
Tlf. 54954425/40230538
Mail: brese@mail.dk

Klubhus (Klostergade 22)

Peter Kamper
Svingelsvej 88, 4900 Nakskov
Mobil 51 97 77 36
Mail: brittogpeter@mail.dk

Engvej 21:

Susanne Larsen, Henning Johansen

NIC Hal 3:

Alexander Wilinski
Christiansdalsvej 39, 4900 Nakskov
Tlf. 54923485 / 51946769
Mail: alex.wilinski@gmail.com

Thomas Sørensen

NIC Hal 2:

Susanne Larsen (se kig)

Sportsråd:

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

NIC forretningsudvalg
Sportschef Bjarne Mierzwa

Stævner, resultatformidling:

Henning Johansen
Susanne Larsen

B

Redaktør:

Palle Larsen
Heesvej 37, 4900 Nakskov
Tlf. 42176803
Mail: palle@strejferne.dk
(mærk emne på mail: NGFblad)

Leder

ved /Henning Johansen

Kalenderen skriver november og der er godt gang i NGF på mange fronter. Gymnastikken er i højsæde, men der sker også en hel masse, som fylder meget i foreningen, på godt og ondt. I dette blad kan du læse om nogle af de ting som optager vores gymnaster og ledere.

NGF mister sine klublokaler i Klostergade, og det fylder meget i bestyrelsen. Som et led i masterplanen for Lolland kommune, skal de nedbringe antallet af de ca. 200 foreningshuse der er i kommunen. Desværre har vi samdrift med musikskolen og de flytter pr. 1/1-2014. Rigtig ærgerligt, at der ikke kan leveres et alternativ fra Lolland kommunes side, da vi trods alt er en af de største klubber, som både kan tilbyde bredde og elite forhold. Måske et nyt byråd kan vise handlekraft og velvilje overfor NGF som jo virkelig viser socialt ansvar gennem vores arbejde med rigtig mange unge mennesker.

Og så videre til noget positivt. Gymnastikkonkurrencerne er godt i gang og NGF har hentet medaljer både på pige- og drengesiden. Flot af vores dygtige gymnaster, som arbejder godt med de nye Trin øvelser. Træningen skal virkelig passes og intensiveres, så vi igen kan være med blandt de bedste i Danmark. I forbindelse med Østersøcup for drenge, havde vi blandt andet besøg fra Krakow, som arbejder på en gymnastikkonkurrence for mixhold, et spændende tiltag, som de gerne vil have Nakskov med til. Det ser vi frem til, når det sættes i værk.

Det var lidt om eliten, men bredden i NGF er også rigtig aktiv. Vores børnehold er springfyldt af energi og hos ældreidrætten

om onsdagen, har Birgit tændt den røde lampe, da holdet er så populært at der stadig er venteliste. Sjov lørdag og søndag er også populært, men der er plads til mange flere, så slå alle et slag for tilbuddet. NGF har også været på TV2øst et par gange siden sommerferien. Mathias Johansen var til frugtfestival i Sakskøbing og så var "lev Livet" på besøg i gymnastiksalen, for at optage "Mathildes udfordring". To spændende arrangementer med NGF i fokus, som en forening, der favner bredt.

I forbindelse med Dansk Gymnastikforbunds repræsentantskabsmøde blev Susanne Larsen hædret med "Idrætsgymnastikpokalen". Et stort tillykke med den ære, som det er at få tildelt pokalen. Der er ikke mange ledere i dansk gymnastik, som kan leve op til det store arbejde Susanne har gjort for dansk gymnastik gennem "en menneskealder".

Nu ser vi frem mod 2014 som igen bliver et spændende gymnastik år. Terminslisten er propfyldt med udfordringer for eliten og udover det kommer alle de sjove og hyggelige arrangementer, som vil skal have i NGF.

Indhold:

Bestyrelse	2
Leder	3
Østersøcup	4
Aktive hold	5
Region Øst, 4, 5, & 6	7
Sjov lørdag/søndag	8
NGF mister klublokalerne	11
1. division 2013	12
Ngf Gymnastik profiler	14
DM i Kampspisning	15
Regionsmesterskab	16
NGF Terminsliste	18
Telefonliste	19

Østersøcup 2013

Lørdag den 19/10 var der Østersø Cup i Nakter for Nakskovs drenge.

Holdkonkurrencen blev vundet af Krakow med Nysa, Polen, på 3. pladsen med 129,5p.

Individuelt var det også Krakow der satte sig på viste god form og besatte 3. pladsen. Mads Rewes kom på 5 pladsen og Peter Mierzwa blev nr. 9. Peter var ikke med i alle redskaber, men tog sig af 1. pladsen i ringene.



En godkendt præstation, som samtidig var god konkurrence træning inden 1. divisionsfinalen den 9. november.

Efter konkurrencen var der hygge i klubben med de polske gutter og det var godt, at Super Best havde leveret rigeligt mad. Det blev kørt nogle ordentlige portioner ristaffel ned.
Henning

Østersø Cup 2013

Nakskov -19. okt 2013 - Arrangør: Nakskov GF

	Gulv	Bensv.		Ringe	Hest	Barre	Reck	I alt	Plac.
Nakskov									
Mads Rewes	11,500	7	7,900	8	9,600	7	12,000	4	62,600
Peter Mierzwa	0,000	10	8,400	6	14,200	1	10,300	10	44,000
Lasse Wiecker	12,400	4	8,300	7	10,800	3	11,100	8	64,200
Nysa									
Wronski Filip	12,300	5	6,200	9	10,400	5	11,700	5	62,500
Kuglarz Karol	12,300	5	9,900	4	10,700	4	11,200	7	64,000
Bodziony Bartosz	9,900	8	3,600	10	7,400	9	11,400	6	48,400
Polaczy Szymon	9,700	9	9,200	5	9,200	8	10,700	9	56,400
Krakow									
Prowarski Jakub	14,500	1	11,100	1	0,000	10	12,600	2	38,200
Sasnal Filip	13,400	2	10,200	2	9,900	6	12,900	1	69,900
Zisja Piotr	13,100	3	10,200	2	11,200	2	13,200	1	72,700



Team

	Gulv	Bensv.		Ringe	Hest	Barre	Reck	I alt	Plac.
Nakskov									
I alt	23,900	16,700		25,000	23,100	22,900	20,300	131,900	2
Nysa									
I alt	24,600	19,100		21,100	22,900	22,200	19,600	129,500	3
Krakow									
I alt	27,900	21,300		21,100	25,500	26,100	23,000	144,900	1

Colourplus



Højevej 30 - 32 - 4900 Nakskov - tlf. 54 92 03 70 / 54 95 04 10
Fax 54 92 49 60

Aktivt Hold



Lørdag, den 19. oktober var 8 gymnaster fra Andreas "ældste" hold igen aktive for at tjene penge til deres rejser og aktiviteter. Denne gang mødtes vi på I/S Gammeleje, hvor der skulle samles sten på en af deres hvedemarker. Udover de 8 gymnaster var der forældre plus søskende. Deltagerne blev opdelt i 4 hold. For flere var det første gang de kørte traktor, UTV og ATV, men alle gjorde det med et stort smil.

Det blev endnu en sjov og anderledes måde at være sammen på også var det ikke dårligt, at der udover at blive tjent penge for de deltagende gymnaster fik de frisk luft og masser af motion.

Deltagerne er friske på at gentage succesen efter holdkonkurrencen den 3. november i Hermes.

PS Sender billed pr. SMS.....Håber det går men den hurtigste måde, fordi Malou har mange billeder på sin tlf.



Lollands Bank

Noget for pengene

Idrætsgymnastikpokalen.



I weekenden den 26-27. oktober var der repræsentantmøde i Dansk Gymnastik forbund. I den anledning uddelte udvalget for idrætsgymnastik (UIG) idrætsgymnastikpokalen. En pokal som gives

til en person, som har ydet noget helt specielt for dansk idrætsgymnastik. UIG valgte at tildele pokalen til Susanne Larsen. Udvalget lagde i tildelingen vægt på, at Susanne gennem en "menneskealder" har lagt utrolig mange kræfter i idrætsgymnastikken. Et gymnastikliv der har budt på hele paletten; gymnast, dommer,

træner, forælder til elitegymnast, foreningsleder og KIG formand for sjællandskredsens. En stor og fortjent hæder til Susanne.

Tidligere modtagere har været følgende:

1999 - N. E. Bertelsen
2001 - Preben Jensen
2003 - Bjarne Mierzwa
2005 - Helle El Jabiri
2007 - Henrik Bertelsen
2009 - Erik Brandtoft
2011 - Mogens Jakobsen

Tillykke



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

Region Øst trin 4, 5 & 6



Lørdag den 31. august & søndag den 1. september var NGF vært for de Regionale individuelle mesterskaber i trin 4, 5 og 6.

Om lørdagen kørte trin 5 & 6, her havde NGF 4 gymnaster med i trin 5, og man må sige de gjorde det utroligt flot.

Regionsmester i trin 5 blev NGF's Malou Sigersted,

med 34,300 - tillige blev det til guld i barre 8,50 og bronze på hest 9,25 og bronze på bom 9,10.

Nr. 4 blev Rose Stokholm Sørensen med 33,85. Nr. 5 Monique Gideon Gunnensen med 33,70 tillige vandt Monique bronze i barre 7,75. Maja Juel Mortensen blev nr. 8 med 33,35.

Om søndagen i trin 4 deltog Freja Lysell Petersen og opnåede 31,925 Point, hvilket rakte til en 14 plads

som egentlig slet ikke var så dårlig, idet der var 28 piger til start og Freja placerede sig midt i feltet.

Så alt i alt en super weekend, med god gymnastik, herfra skal lyde et kæmpe til lykke til pigerne.

Tillykke piger



JYSKE BANK

SLOV

Lørdag/Søndag

Sjov Lørdag

2. november

kl. 15,00 - 16,00

9. november

kl. 15,00 - 16,00

16. november

kl. 15,00 - 16,00

23. november

kl. 15,00 - 16,00

30. november

kl. 15,00 - 16,00



Sjov søndag

3. november

kl. 15,00 - 16,00

10. november

kl. 15,00 - 16,00

17. november JULEOPVISNING

Kl. 13,30 – 15,30

24. november

kl. 15,00 - 16,00

Pris pr. barn Kr. 25,00

Al deltagelse sker på eget ansvar og kun i følge med voksne

Boulevard
Pizzeria & restaurant
Også mad ud af huset
Østre Boulevard 8 - Tlf. 54 95 00 51

Vi klæder landsdelens
piger på fra inderst til
yderst i størrelse 36-58

Lohse

Nygade 3 • 4900 Nakskov
Tlf. 54 92 09 03

Tips & Lotto, Fastfood, Blade, Slik
Frisk brød fra egen "bake off" afdeling



COMPLET 

Axeltorv 13 * 4900 Nakskov
 Abningstider: Mandag - Torsdag 7,30 - 22,00
 Fredag - Lørdag: 7,30 - 24,00 Søndag: 7,30 - 22,00

NICOLAI

Søndergade 26-28 - 4900 Nakskov - telefon 54 92 20 23

Læserbrev

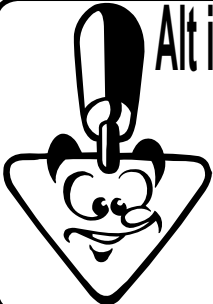
Vær rask ,vær kvik står der på de nye lysegrønne trøjer, håbet er lysegrønt, siger man og det tror vi på, vi de ældre der forsøger at holde os "i gang" der bliver krævet meget af os i dette I.T. tyranni som vores samfund er blevet til, vi høre altid du skal bare gå ind på W.W.W.d.k. o.s.v. det er så nemt. Vi vil gerne være aktive medborgere og det kan vi kun ved at holde os i form, bruge vores hjerne så vel som vores krop ved fysisk at holde os raske og kvikke, så derfor mødes vi de ældre til 2 timers gymnastik hver onsdag morgen, hvor vi under vores træners Birgits dygtige ledelse får alle muskelgrubber rørt. Mødeprocenten er helt i top, der endda ventelister. Fra 10-11 almindelig Opvarmning, øvelser beregnet på ældre, alle er med nogle kan meget Andre lidt.

Fra 11-12 "leger" vi det kan være boldspil, massage bolde eller de helt store bolde der er så svære at holde balancen på. Folkedans er

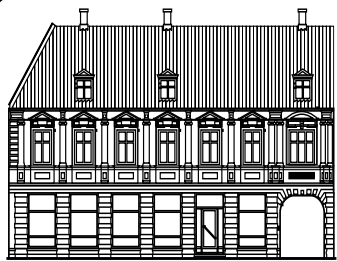
sjovt og vi kan ca. en 4-5 forskellige danse. Kurset løber fra september til april. Derefter er der arrangeret trav og cykelture rundt i vores smukke landsdel, det er frivillige hjælpere der står for det, lige som vores forårs og julefrokost, hvor der både bliver skålet og snapset og snakken går livligt, en stor Tak til dem der bruger tid og kræfter på at vi kan få en god oplevelse.

Men vores gymnastik forening er mere end det, jeg kalder dem for min Nakskov familie eller mit netværk, som man siger. Det oplevede jeg især da jeg kort efter min mands død genoptog min onsdags træning, jeg blev da mødt med venlige ord og skulderklap, det lignede i en svær tid. Hvis mit lille indslag kommer i bladet er der gået et halvt år, så derfor en god og glædelig jul ønsker jeg min "Nakskov familie".

Med venlig hilsen "Konen på Landet."



Alt i murearbejde - Betonarbejde - Om- og tilbygning
Murermester
Seiding
 v/Kenneth Seiding
 Helgenæsvej 60 - 4900 Nakskov - Tlf. 40 11 65 07



Byens Ure & Guld

Søndergade 1 . 4900 Nakskov

Telefon 54 92 02 31

www.byens-ure-guld.dk

NGF mister klublokalerne i Klostergade

31. Januar er datoen, hvor vi skal være ude af vore lokaler i Klostergade!!!



Lolland Kommunes Masterplan for Kultur og Fritidsområdet giver ikke længere mulighed for at stille lokaler til rådighed for rigtig mange af kommunens foreninger.

Det betyder, at vi er ”hjemløse” efter den 31. Januar 2014, og vi har i skrivende stund ikke et alternativ på hånden.

Det er med masser af vemod, at vi skal flytte ud af ”Den gamle Bogkælder”, som foreningen overtog i starten af august 1981. Her startede man renovering og istandsættelse af lokalerne, og 125.000 kr. senere og ikke mindst 2.000 arbejdstimer senere, kunne foreningen indvie lokalerne i april 1982.

Siden den dato har der været afholdt et utal af sammenkomster, fester, træningslejre og mange andre aktiviteter som vores julearrangement og meget mere.

Det vil fremover blive meget svært at holde de samme aftaler med vore venskabsklubber rundt omkring i Europa ang. Overnatninger og forplejning, og det vil ligeledes blive sværere at få gennemført træningssamlinger og andre arrangementer på samme måde som vi kan i dag.

Men, vi lægger os ikke ned, vi forsøger at finde nogle alternative løsninger, så vi stadig kan afholde diverse træningssamlinger, træningsweekender og andre arrangementer.

Hvis der er nogle af jer kære læsere, som har en alle tiders idé til et sted vi som forening kunne være, er i meget velkomne til at kontakte en fra bestyrelsen. Vi er meget modtagelige for gode ideer.

**Støt vore annoncører
De støtter os!**

WAGNER

KARL MERTZ A/S

1. Division 2013



Lørdag d. 12 Oktober blev der i Århus afholdt første runde af 1. Division, DM for hold. Nakskov stillede med et hold bestående af Peter Mierzwa, Lasse Wiecker, Mads Rewers, Mathias Johansen og hjulpet af Luca La Pia fra Greve.

Mads, Luca og Mathias lavede alle redskaber, Peter lavede bentsving og ringe, Lasse lavede de 4 sidste. 4 måtte stille op i hvert redskab og de 3 bedste karakterer talte.

De andre hold der stillede op var hhv. Århus, Aalborg og Gefion. Det endte med en første plads til Århus, Gefion tog anden pladsen, Aalborg på tredje pladsen og desværre måtte vi tage til takke fjerde pladsen. Vores plan fra starten var at danne hold sammen med Greve som vi gjorde sidste år. Men, blot 4 dage før konkurrencen meddelte Florin Purge at han ikke kunne stille op, da han mente hans krop var for træt. Det ødelagde alle chancer for os men vi prøvede at holde hovedet højt, men uden Florin så det sort ud. Vi placerede os 8 point bag Aalborg og Gefion, med Florins hjælp havde vi med sikkerhed ligget komfortabelt på anden pladsen.

Finalen skal foregå i Kastrup lørdag d. 9. november. Det bliver en konkurrence hvor vi skal hygge os og måske prøve lidt nye momenter af.

Af Mathias Johansen

CAFE - RESTAURANT
SARAJEVO
Nørrevold 22 • Nakskov • 54 95 06 68

Kvickly

- så behøver du kun at handle ét sted...

Krøyers Gård 23 - Nakskov - 54 91 55 00

Ring direkte:

Slagter afd. 54 91 55 24 • Bageri 54 91 55 26

Nybolig

...sammen med Nykredit

Johnny Rasmussen
Statsaut. ejendomsmægler
og valuar

Axeltorv 7 • Nakskov

Tlf. 5492 3912

Fax 5492 3288

Mail: 4900@nybolig.dk

www.nybolig.dk



Mathildes udfordring

Mandag i efterår var TV2øst på besøg i gymnastiksalen. Jeg var tidligere blevet kontaktet af redaktionen som ønskede at udfordre Mathilde fra programmet lev livet. Min opgave var så at finde 5 gymnastikmomenter som ville presse den modige pige. Mathilde er en pige sidst i 20'erne som ikke helt opfylder idealmålene for en gymnast, og og et af målene med hendes udsendelser er at bevise at store piger godt kan dyrke motion og have det sjovt.

Mine udfordringer til Mathilde var armgang i barren, salto fra trampolin, balance i ringene, baglæns opgang i pigebarren og puiette på bom. Mathilde kæmpede hårdt og bestod 3 af 5 øvelser mest af alt fordi hun gav sig 100%, viste mod og så udstrålede hun så meget positiv energi og selvironi, at det bare smittede af på alle i hallen. Mathilde havde lånt en gymnastikdragt af Nanna, for at det skulle være autentisk! Modigt, dragten sad som malet på, men også det blev taget med et stort smil. Mathilde og fotografen var meget glade for at vi brugte 2,5 time sammen med dem og nu venter vi spændt på udsendelsen på kanal øst den 12. November. Link til udsendelsen ligger på vores hjemmeside nakskovgf.dk



Henning

Søndergade 19 -
4900 Nakskov



BERIT

Stedet man handler

Tropehuset

Blomster & Gaveideer

Tårsvej 40 - 4900 Nakskov - Tlf. og Fax 54 92 03 07



NGF GYMNASTIK PROFILER



Navn: Vibe Stokholm Sørensen

Fødselsdato og alder: 8. juni 1999, 14 år

Træner(e): Andreas Johanns og Nanna Kamper Brochmann

Jeg startede: Min mor var træner for små børn da jeg var lille, og det hold startede jeg på som 2 årige

Ynglingsredskab: Alt andet end bom

Deltagende i bruttogruppe/landshold: Har været

Mine bedste oplevelser: Da jeg var til konkurrence i Polen og Belgien

Mine bedste resultater: Jeg vandt guld i basicline til DM

Hvad træner jeg lige nu: Træner på at bestå level 8, flik på bom og kæmpesving indover i Barren

Mit mål med gymnastik: at blive blandt de 5 bedste gymnaster i danmark



Navn: Frederik Badenski

Fødselsdato og alder: 11 september 2001, 11 år

Træner(e): Alex Wilinski

Jeg startede: jeg startede til gymnastik da jeg var 10 år

Ynglingsredskab: Barre

Deltagende i bruttogruppe/landshold: Nej

Mine bedste oplevelser: Træningslejre i Polen

Mine bedste resultater: Til DM kom jeg på en 7 plads

Hvad træner jeg lige nu: Flikflak og håndstand i barre

Mit mål med gymnastik: Mit mål er at komme til OL



JYSKE BANK

**Lolland Falsters
største Cykelbutik**



Fri BikeShop

Tårsvej 57 • Nakskov • Tlf. 54 92 10 14

VEJLEGADE-EL

Vejlegade 19
4900 Nakskov
Tlf. 54 92 22 50

WWW.VEJLEGADE-EL.DK

DM i kampspisning af frugt 2013

Jeg deltog lørdag den 14 september i Danmarks mesterskaberne i kampspisning af frugt. Konkurrencen blev afholdt i Sakskøbing i anledning af deres frugtfestival. Deltagende udover mig var der Mads Rasmussen, ol guldvinder i roning London 2012, og forsvarende mester i kampspisning af frugt 2012. Stefan Hansen, Bueskytte. Line Nielsen, håndbold spiller for u-19 landsholdet. Julie Vestergaard, sportsdanser. Martin Lohse, fodbold spiller for frem Sakskøbing.



Vi fik hver især stillet en kurv foran os hvor der lå 2700g blandet frugt i. Kampen Blev speaket af Master Fatman som stod for at underholde publikum i de 15 minutter vi havde til at spise. Afgørelsens time kom og Stefan Hansen endte på 6. pladsen, Line Nielsen på 5. pladsen, Martin Lohse på 4. pladsen, Mads Rasmussen på 3. pladsen, Julie Vestergaard på 2. pladsen og jeg selv endte på første pladsen. Det krævede at spise 1200g frugt på 15 minutter for at ende på første pladsen, anden pladsen havde spist 1100g og sidste pladsen havde spist 700g.

En meget vellykket konkurrence, hvor det blev bevist at gymnaster bare er bedst:-), præmien var en håndlavet frugteddike krukke.

Af Mathias Johansen



Byens Fødevarer-specialist



Havnegade 69, 4900 Nakskov, Tlf. 54 92 02 22



TIL ALLE GYMNASTER I N.G.F.

Sport – Power v. Kenneth Vestergaard, kommer og viser sin kollektion af gymnastikdragter m. v. frem, Ved vores juleopvisning søndag den 17. november

Kenneth vil være at finde i forhallen under hele opvisningen.

Regionsmesterskab

Lørdag den 2. november afholdt NGF Regionsmesterskaber for drenge (sjællandsmesterskaber) og det blev en god dag for Nakskovs drenge. Hele 30 podiepladser i de fire rækker blev det til.

Hos de yngste drenge i Trin 1 blev det til følgende placeringer: Oliver Hansen nr. 2, Storm Sørensen nr. 3, Markus Pedersen nr. 5 og Daniel HoogenDoorn nr. 6. I disciplinerne blev Oliver vinder i Ringene og Recken, samt nr. 2 i specialøvelsen og på gulv. Storm vandt Hest og Specialøvelsen, blev nr. 2 i bentsving og nr. 3 på gulv. Markus blev nr. 2 på hest. Daniel vandt barren og blev nr. 3 i reck.



I trin 3 besatte Simon Andersen 4 pladsen og det blev til en 2. plads i ringene, samt 3. pladser i bentsving, hest, barre og reck.

I trin 4 blev det til en flot 2. plads til Frederik Badenski. Frederik vandt ringene, og blev nr. 2 i bentsving og barre, samt nr. 3 på gulv.

I trin 5 blev Rune Carlsen nr. 3 og Markus Hansen nr. 4. Markus kiksede totalt på hest og fik ingen point her, det ville ellers havde bragt ham på en sikker andenplads. Rigtig ærgerligt for Markus. I disciplinerne blev Rune vinder på hest og i reck, samt nr. 3 i bentsving. Markus vandt gulv, og blev nr. 2 i reck og specialøvelse.

Samlet set en ret god høst af drengene, som viser at de kan levere nogle gode resultater i det nye Trinsystem.

Henning



G.H. TEXTILTRYK

TLF. 54 92 74 72

VEJLEGADEBRO 4A • 4900 NAKSKOV

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

Hils på en underlig fisk



Jyske Bank bliver kaldt “Havkatten i hyttefadet”.
Havkatten er en underlig fisk – men den skaber
liv og bevægelse, hvor den er.

Kig ind og oplev en anderledes bank, der går nye
veje – også til gavn for dig som kunde.

NYGADE 4 • NAKSKOV • TLF. 89 89 16 00

GØR EN FORSKEL

 JYSKE BANK

NGF Terminsliste 2013/14

dato:	Type	Aktivitet	Sted	Arrangør
02 november	Konkurrence	Regional mesterskaber indv.	Nakskov NIC	MIG
02-03 november	Konkurrence	DM Trin 4-6 Hold	Hermes Hallen	KIG
17 november	Juleopvisning	Nakskov Idrætscenter	NGF	
30 november	Konkurrence	DM Trin system	??	MIG
9-10 november	Konkurrence	Hold DM	Kastrup	KIG/MIG
15 december	Samling	Regional samling stjerne		KIG/UG
30-01 december	Konkurrence	DM Level 7-9 Hold	Viborg	KIG

2014

17 - 19 januar	Kursus	Nationalt dommerkursus		UG/KIG
19 januar Samling	Regional	U10-U12-U14		UG/MIG
24 - 25 januar	Samling	U18 senior	Århus	UG/MIG
25 - 26 januar	Konkurrence	Region Trin 1-3		UG/KIG
28 - 02 februar	Samling	U18 Senior	København	UG/MIG
31 - 2 februar	Kursus	Dommer Trin 4-6		UG/KIG
31 - 2 februar	Kursus	Dommer Trin 7 - 9		UG/KIG
01-02 marts	Konkurrence	Region Trin 4-6		UG/KIG
02 marts	Samling	U10-U12-U14		UG/MIG
20-30 marts	Konkurrence	DM Senior		UG/MIG
22-23 marts	Konkurrence	DM Trin		UG/MIG
22-23 marts	Konkurrence	DM trin		UG/MIG
29-30 marts	Konkurrence	Region Trin 7-9		UG/KIG
30 marts	Samling	U10 Regional		UG/MIG
12-13 april	Konkurrence	DM U13-U14-U18		UG/MIG
14-20 april	Samling	U12-U14U18		UG/MIG
25-27 april	Konkurrence	Nordisk Sen/Jun	Ikke bekræftet	UG/KIG/MIG
03-04 maj	Konkurrence	DM Jun/Sen Indv.		UG/KIG
10-11 maj	Konkurrence	DM Trin 4-6		UG/KIG
10-11 maj	Konkurrence	Regional U8-U10-U11-U12		UG/MIG
12-18 maj	Konkurrence	EM Sen.		UG/MIG
19-25 maj	Konkurrence	European Championship		UG/MIG
24 maj	Konkurrence	DM U8-U9-U10-U11-U12		UG/MIG
24-25 maj	Konkurrence	DM Trin 7-9		UG/KIG
31 maj	Konkurrence	3 div		UG/MIG

Reparation af alle glas skader

Alt i vinduer, døre og glarmester arbejde

Termoruder Autoruder J.D. glas

Klostergade 13 . Nakskov . Tlf. 54 92 64 56 . www.jdglas.dk



SPORT MASTER

JAN SPORT - SØNDERGADE 18

4900 NAKSKOV - 54 92 13 14

- Vild med sport -

NGF Træningsdragter

Str. 8 - 16 år
Kr. 400,-

Str. S - XL
kr. 450,-



Priserne er incl. tryk
Bestillinger kan afgives til
Susanne Larsen

Telefon liste

Alexander Wilinski, Christiansdalsvej 39	54 92 34 85
Andreas Johanns, Engvej 21	51 51 22 29
Anita Rasmussen, Østerbrogade 26 H	21 49 52 12
Birgit Jensen Otto Kuldsvej 19	61 65 54 92
Birgitte Bertelsen Solsikkevej 1	54 92 58 04
Bjarne Mierzwa Rugvænget 17	54 92 75 91
Dorte Stokholm Marius Nielsens Alle 18	54 92 24 12
Fie Jonassen	60 14 02 08
Henning Johansen Oksebæksvej 40	54 92 61 91
Henri Sandau Birkevænget 41, st. tv	54 92 46 58
Susanne Larsen, Heesvej 37	60 45 48 92
Anette Gunnersen Mosevej 1	54 95 09 12
Ulla popp Løjtoftevej 169	54 95 68 86
Sabine Rasmussen Mosevænget 6	28 35 62 00
Nanna Brochmann Løjtoftevej 83	25 11 51 16
Lone Hansen Højevej 1	24 26 47 28
Camilla Jeppesen Christiansdahlsvej 100	72 14 51 50
NIC Nsk.. I.centeret	54 92 05 10 19

Gardiner og boligudstyr
OPMÅLING, SYNING OG MONTERING

Gardin & Smedjen
Axeltorvet 10 - 12 • Nakskov
Telefon 54 92 09 11

Gardiner • Persienner • Faldgardiner • Løsegardiner • Plisségardiner • Rullegardiner • Markiser



DAUGBJERG ^A/_S

KONTOR- OG PAPIRCENTER

Axeltorv 5 · 4900 Nakskov · Tlf. 54 92 24 22 · Fax. 54 92 00 44

Mail: info@daugbjerg-as.dk · www.daugbjerg-as.dk



Stort udvalg

også i Spinning

GULDSMED

Otto Rasmussen

siden 1923

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

SPORT TO THE PEOPLE

INTERSPORT®

Nygade 1B - 4900 Nakskov - 54 92 71 01



Din lokale EDC ejendomsmægler

Reitz & Mortensen

EDC Reitz & Mortensen - Vejlegade 3 - 4900 Nakskov

Telefon 54 95 14 14 Telefax 54 95 02 54

Mail: 492@edc.dk

DIN LOKALE XL-BYG



TRÆLASTKOMPAGNIET

TORBEN CHRISTENSEN - RØDBYVEJ 87 - 4900 NAKSKOV - TLF. 5492 2711

Colourplus



Højevej 30-32 - 4900 Nakskov · Tlf. 54 92 03 70 / 54 95 04 10

Fax 54 92 49 60