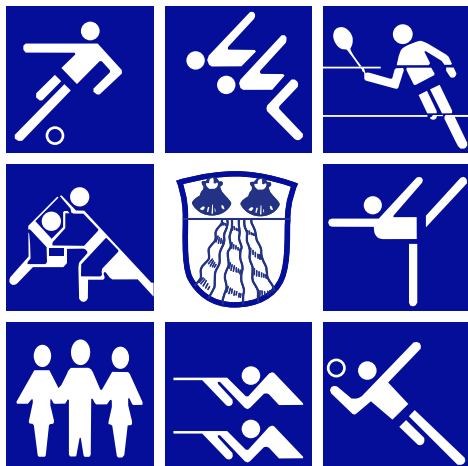




måløv sport

Medlemsblad for

**Måløv Badminton Club
Måløv Boldklub
Måløv Idræts Forening
Maaløv Skytteforening**

60. årgang

nr. 3

Juni 2011



Måløv Idræts Forening Sæson 2011 - 2012

Nyt i år!



MTV-dance for børn

Parkour – vi løber på væggene

Lavere priser for børnehold

Zumba Fitness – nu også for øvede

Boldtræning med store og små bolde

Motion og livsstil – med udvidet indhold

Gå frit til voksengymnastik – nu to varianter

Qi Gong – gør noget for dig selv

Gå flere gange til spinning for samme (lavere) pris

Aqua bike – spinning i vand



Se programmet inde i bladet.

Måløv Badminton Club

Formand:

Karsten Friis
Tlf. 44 65 46 45
kfriis@kfriis.com

Kasserer:

Birte Bachmann
Tlf. 44 65 46 45
birte@kfriis.com

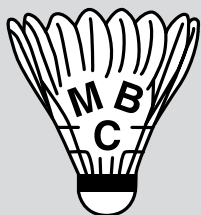
Banefordeler:

Ole Thystrup
Tlf. 40 61 49 11
Thystrup@Maalov.dk

e-mail: mbc@maalov.dk

web: www.maalov.dk

Medlemstal: 545



CAFETERIA POKAL 2011

Denne vandrepokal uddeles hvert år til en person, som har ydet en ekstraordinær indsats for klubben.



Henrik med den velfortjente hædersbevisning

I år tilfaldt den Henrik Stensig fra ungdomsudvalget for hans store arbejde med at styre turnerings deltagelserne og for at udvirke den nye hjemmeside for ungdomsafdelingen. MBC siger tillykke med den meget velfortjente pokal til Henrik.

KM – UNGDOM

Ungdommens Klubmesterskab 2011

Måløv Badminton Clubs ungdomsafdeling har holdt Klubmesterskaber d. 6. og 7. maj 2011.

Der blev spillet rigtig mange meget spændende kampe og især i U11 Herresingle blev det specielt spændende da det hele blev afgjort på difference i sæt, men også i U15 Herresingle var der kamp om pladserne, da alle tre afgørende kampe blev afgjort i 3 sæt. Det blev til et par underholdende dage i Gl. Måløv Hal.

Efter kampene lørdag holdt vi fest om aftenen, med præmieuddeling, spisning og leg.

Også i år blev den prestigefyldte Fairplay Pokal uddelt og spilleren, der blev kåret i år blev **Jens Bøggild**.

Han fik bl.a. disse flotte ord med på vejen: "Fairplay spilleren er i år en spiller, som man kun ser i godt humør, han er glad, smilende og altid utrolig engageret til træning. Han er en god kammerat over for sine medspillere og når han spiller kampe betyder en god kamp mere for ham end det at vinde. I det hele taget så er han, som pokalen også siger, en fair spiller. Han er en fornøjelse at have til træningen og i klubben.

Årets vindere:

Her er navnene på vinderne fra Klubmesterskaberne 2011:



En stolt og glad Jens med den velfortjente fairplay pokal.

U9 Herresingle

- 1. præmie Mads Engvang Hansen
- 2. præmie Sirius Langhoff

U11 Herresingle

- 1. præmie Mikkel Øster
- 2. præmie Jens Bøggild
- 3. præmie Andreas Hargaard

U11 Damesingle

- 1. præmie Sif Tagmose
- 2. præmie Melissa Refsgaard Qvist

U11 Mixdouble

- 1. præmie Frida Stuhr/
Jens Bøggild
- 2. præmie Melissa R. Qvist/
Mikkel Øster

U11 Herredouble

- 1. præmie Andreas Hargaard/
Jens Bøggild
- 2. præmie Emil Piper Zinck/
Jonas Rafn

U13 Herresingle

- 1. præmie Niclas Refsgaard
- 2. præmie Michael Stensig
- 3. præmie Mikkel Møller Rasmussen

U13 Herredouble

- 1. præmie Mikkel Møller Rasmussen/
Niclas Refsgaard
- 2. præmie Theis Simonsen/
Michael Stensig

U13 Mixdouble

- 1. præmie Emilie Larsen/Niclas Refsgaard
- 2. præmie Anne-Louise Brødsgaard/
Michael Stensig

U15 Herresingle

- 1. præmie Kasper Stisen
- 2. præmie Martin Hargaard
- 3. præmie Mathias A. Kristensen

U15 Damesingle

- 1. præmie Ida Trolle
- 2. præmie Anne-Louise Brødsgaard

U15 Herredouble

- 1. præmie Martin Hargaard/
Anton Folkmann
- 2. præmie Mathias A. Kristensen/
Kasper Stisen

U15 Damedouble

- 1. præmie Anne-Louise Brødsgaard/
Ida Trolle

U17 Herresingle

- 1. præmie Markus Mikkelsen
- 2. præmie Nicolai S. Andersen

U17 Damesingle

- 1. præmie Marina Madsen

Permibyg ApS

Tømrermester Michael Sjøel

Tilbygninger
Renoveringer
Vinduer/døre
Trapper

Tlf. 20 82 66 40 – Fax 44 65 66 43
Kratvej 28 - 2760 Måløv
E-mail: ms@PermiByg.dk
SE-nr. 29219214



www.PermiByg.dk

KM – VOKSNE

Klubmesterskabet blev i år afviklet fra tirsdag d. 26.april til lørdag d. 30.april i Gl. Måløvhal.

I alt 103 kampe blev afviklet med singler tirsdag, mixdoubler onsdag og doubler torsdag d. 22.april.

Finalerne blev afviklet lørdag d. 24.april om eftermiddagen. Ugens kampe blev traditionen tro afsluttet med en god klubfest i cafeteriet i Ny Måløvhal.

Udover spillet på banerne har der været mange af klubbens medlemmer i gang både før under og efter klubmesterskabet. Tak til alle der har ydet en indsats for at få afviklet mesterskaberne i en god atmosfære.

Årets Vindere:

M-RÆKKEN

HS 1. Martin Jørgensen

HD 1. Jeppe Krag / Martin Jørgensen

DD 1. Inger Knudsen / Jeanette Østerlin

MD 1. Sarah Simonsen/Jonas Frederiksen

A+ RÆKKEN

HS 1. Lars Østergaard

HD 1. Claus Stamp / Lars Østergaard

DD 1. Tina Barslund/Kate Lykke Nielsen

MD 1. Lisbeth Bøggild / Jan Nielsen

A-RÆKKEN

HS 1. Jakob Jespersen

DS 1. Jonna Madsen

HD 1. Jan Munk / Toni Madsen

DD 1. Jonna Madsen / Merete H. Madsen

MD 1. Pia Rafn / Jakob Jespersen

B-RÆKKEN

HS 1. Finn Mathorne

DS 1. Karina Møller

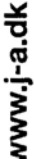
HD 1. Vinh Dang / Phuong Nguyen

DD 1. Karina Møller / Bettina Juel

MD 1. Lene Juul / Jacob Winthereik



Jørgen Andersens Vej 1-9 • Måløv • 44 83 20 50
Vesterlundvej 23-25 • Herlev • 44 94 47 77



Jørgen Andersens Vej 2 • Måløv • 44 83 20 75
Centrumgaden 3 • Ballerup • 44 20 77 77



Lidt mere luft i økonomien

Få råd til at gi' en uventet gave.
Kontakt os og aftal et gratis
ØkonomiEftersyn – det ta'r en
lille time. Det er måske det værd.

 **Arbejdernes Landsbank**

Centrumgaden 35, 2750 Ballerup. Tlf. 38 48 30 39
E-mail: ballerup@al-bank.dk; www.al-bank.dk.



DM – UNGDOM

Seks brave unge Målvspillere drog d. 29. april til Vejen for at spille DM for ungdom. Alle gjorde en god figur i deres kampe.

Kasper Stiesen og Mathias Agersbæk Kristensen spillede nogle flotte kampe, men svære modstandere gjorde det desværre umuligt at komme videre fra puljerne.

Marina Madsen og Thea Sonne var MBC's kvindelige deltagere, men svære kampe og sygdom fra lørdag morgen gjorde kårene svære for Marina, der allerede måtte se sig slået ud lørdag aften, mens Thea, der havde klaret sig videre fra puljen i single, gjorde en flot figur i sin semifinal mod den senere vinder af stævnet, med cifrene 24-22 og 22-20, må man sige at resultatet er accepteret, og den knækkede ketcher synes mindre vigtig nu. Stort tillykke med bronzemedaljen.

De sidste to spillere der var med, var trænerstaben Ken Jensen og Patrick Strøm-Hansen, der skulle cementere at de stadig kunne spille ungdomsbadminton, på trods af deres efterhånden lange karriere som seniorspillere. Begge spillere klarede sig videre fra puljen i single. Hvilket betød at lørdag stod på både doublekampe og kvartfinaler i single. Med bolde der lå på linjen hver gang og et dræber cut fra baghåndssiden fra Humlebækgenseren Anders La Cour, måtte Ken desværre se sig slået. Patrick spillede sig til semifinalen i single og vandt denne i to sæt og var dermed klar til finalen, hvor Anders La Cour ventede. Efter en værdig indsats måtte også Patrick se sig slået, men vandt dermed en velfortjent sølvmedalje i herresingle,

Super præstationer fra Ken og Patrick i de indledende doublekampe sendte dem vi-

dere til semifinalen og efter tre dramatiske sæt, hvor Ken lå mere ned end han stod op, fik Ken og Patrick kæmpet sig videre til finalen. Ken og Patrick var ualmindeligt velspillende, hvilket gjorde at finalen aldrig blev helt tæt. Et tørt lag tæsk til jyderne, og dermed kunne Ken og Patrick kalde sig for Danmarks bedste doublepar. Kæmpe tillykke til Ken og Patrick.

6 MBC spillere gav 4 medaljer – en absolut godkendt indsats.



Tre stolte DM-ungdoms medaljetagere: fra venstre Ken, Patrick og Thea

PLANTE OASEN



*Vi kan åbent
høle året!!*

Man.-fre. kl. 9.00-17.30
Lør.-søn. kl. 9.00-16.00

Baltorpevej 214 • Ballerup • Tlf.: 44 68 05 48

VFS

Sommerspil i for motionister

Vi holder åbent med sommerspil alle onsdage fra kl. 20-22 i Gl. Måløvhal.

Uanset hvilken dag og hal der normalt spilles i kan alle komme og spille om onsdagen.

Sidste spilledag før sommerferien er onsdag d. 22.juni.

Sommerspillet stater op igen onsdag d. 10. august kl. 20-22 ligeledes i Gl. Måløvhal.

Almindelig sæsonstart både for banetider og fællesspil er torsdag d. 1. september.

ÅBENT HUS

Måløv Badminton Club holder åbent hus for alle der er interesseret i at spille badminton

**Onsdag d. 24. august kl. 20
i Gl. Måløvhal**

Så er du interesseret i hvad din lokale klub har at tilbyde, så kom og spil lidt badminton få en snak med os.

Uanset om du eller dit barn er interesseret i badminton, så slå et slag forbi Gl. Måløvhal denne aften.

Hår-Rødderne

v/AnneRichter-Olesen

Måløv Hovedgade 65
2760 Måløv
Tlf. 44 66 49 47



Måløv
Køreskole

Ole Knudsen

Måløv Hovedgade 57, 1.
2760 Måløv

Tlf. 23 28 47 75

www.maaloev-koereskole.dk
www.maaloev-koereskole.dk



Autoriseret

SPH VVS & KLOAK ^A/_S

www.sph.dk

Døgnservice

44 97 13 53

Måløv Boldklub



Formand:

Brian Rasmussen

Tlf: 22 14 21 08

formand@mb-boldklub.dk

Økonomiansvarlig

Heidi Halberg

Tlf. 21 41 74 04

kasserer@mb-boldklub.dk

Ungdomformand:

Kenneth Jensen

Tlf. 30 74 09 08

kemewa@hotmail.com

Seniorformand:

Sophie Ree

Tlf. 20 13 56 45

sophie.isliker@hotmail.com

www.mb-boldklub.dk

Medlemstal: 450

Måløv Boldklub startede den 1. maj 2011 et nyt hold op "Boldsjov", som er for børn mellem 3½ og 5½ år. Hver søndag fra kl. 10 til 10.45, hvor forældrene også skal deltage i leg og boldspil.

Der viste sig at være stor interesse, da der hver gang er kommet 40 børn med forældre. Men vi er sårbare med instruktør, både på Boldsjov holdet og også til vores U15 piger. Så kunne du tænke dig at hjælpe til, så skriv til Heidi: heidihalberg@hotmail.com Vi kan desværre ikke tilbyde høj løn, men på Boldsjovholdet vil der være en godtgørelse i form af en flot kurv 2 gange om året og kontingentfritagelse for dig eller dit barn. Til gengæld kan vi tilbyde godtgørelse, hvis du ønsker at være træner for U15 pigerne.

Onsdag den 8. juni 2011 følger vi op

på succesen med Pigeraketten, som er for alle piger op til 12 år, også dem, der ikke er medlem i Måløv Boldklub, er velkomne denne dag. Det er rigtig hyggeligt, og så er det gratis at deltage, bare mød op på fodboldbanen kl. 17 til ca. 19.

Lørdag den 18. juni 2011 afholder vi vores store afslutningsfest med medaljer til alle de små, og pokaler til "udvalgte" spillere fra de ældre årgange. Der bliver fundet årets pige-, drenge- og senior-spiller samt årets træner-leder – en dag der fra tidlig morgen vil syde af stemning og masser af boder, så kik forbi, også selv om du ikke er medlem i Måløv Boldklub. Nærmer program for dagen kan ses på klubbens hjemmeside: www.mb-boldklub.dk

Har du lyst til at komme ned og se om Måløv Boldklub skulle være en klub for dig at spille fodbold i, kan man på alle tider af året møde op til træning, og du har lov til at spille med ca. 1 måned, inden du behøver melde dig ind i klubben. Vores yngste spiller kan nu som skrevet starte om 3-årig og ældste spiller er 75 år. Kontakt evt. træner, for at høre om der er plads, og om træningstider se på klubbens hjemmeside: www.mb-boldklub.dk Under "træner" kan du finde tlf. nr. på træner eller du kan se træningstider på: <http://mbboldklub.klub-modul.dk> under "træningstider".

Alle medlemmer skal selv sørge for at oprette sig/melde sig ind i klubben, hvad enten man er støttemedlem, spiller, træner eller ønsker at deltage i nogle af vores mange tilbud, se ind på: <http://mb-boldklub.klub-modul.dk> Der oprettes en profil, og derefter melder man sig til ønskede hold eller event.

Måløv Idræts Forening

Formand:

Uffe Mortensen

Tlf: 44 65 15 61

Mobil 23 90 83 87

E-mail:

formand@maaloevif.dk



Kasserer:

René Vegeberg

Tlf. 44 66 32 55 (efter kl. 14)

E-mail: kasserer@maaloevif.dk

www.maaloevif.dk

Medlemstal: 720

Måløvhallerne og Idrætsparken

Måløv Hovedgade 48

Måløv Skole svømmesalen

Kratvej 14

Brydegården, Kratvej 9

MIF siger tak for sæson 2010 – 2011!

Så pakker vi elastikker, vandorme, trampoliner og spejlæg sammen for i år og kaster os over somterens glæder!

Igen i denne sæson har vi haft rekordstor slutning til foreningens hold – mere end 1000 deltagere i alle aldersklasser har været aktive på knap 70 hold, det er bare imponerende.

Vi har oplevet stor begejstring for Zumba, der kom for alvor fart på line dance, med hiv og sving fik vi gang i det spændende motions- og livsstilshold (vi regner med mange flere deltager i den kommende sæson), og vandet i svømmesalen blev varmere – for blot at nævne nogle af de vigtigste begivenheder i sæsonen.

MIF siger tak for sæsonen til medlemmerne, til vores energiske instruktører og hjælpeinstruktører, og til alle jer som har stillet op når vi havde behov for frivillige hjælpere.

Og et forhåbentligt på gensyn til sæson 2011–2012.

Sæsonprogrammet er på plads, og det er allerede nu muligt at sikre sig en plads på favoritholdet – se andetsteds i bladet.

Gymnastikdag lørdag den 2. april 2011

Det var atter blevet tid til vores årlige gymnastikdag, hvor især vores gymnastik børn havde glædet sig til at vise os alle, hvad de har øvet på og var blevet bedre til i løbet af sæsonen. Vi havde i år også fået flere af vores egne voksne hold til at komme og vise lidt fra deres sæson. I år havde vi også gæstehold udefra som var M/K holdet fra Ishøj og Opvisningsholdet fra LSI der bestod af unge piger og drenge, de lavede en rigtig flot opvisning med dans og masser af flotte spring. Vi startede med fælles indmarch af alle hold og så gik slagets gang ellers med et hold på gulvet som hurtigt blev afløst af et nyt hold. Der var de helt små 1-4 årige som vanen tro stjal billedet da de først var kommet i gang. Far/barn holdet med serie – fangeleg og redskabsbaner. Bøllebobber og turbofræser havde igen i år fuld skrue på og tonsede bare derud af på redskaberne og lavede en flot serie. Springfiduserne de havde rigtig rykket sig frem i løbet af sæsonen og fik vist en flot opvisning med spring og serie.

Som nyt i år havde vores mavedansere valgt at skulle ind 3 gange og det var en kæmpe succes og meget anderledes end det plejede at være. Linedancerne fik også lavet en flot opvisning udstyret med deres cowboy look – godt kæmpet da musikken drillede en del. Helt nyt i år havde vi nogle friske damer fra Yoga holdet der stillede op – og det vi så var ikke det vi alle forbinder med Yoga det var meget inspirerende og flot. Dagen sluttede af med en fælles udmarch af vores hjælpere og instruktører.

Tak til alle for en rigtig god dag og vi glæder os allerede til næste års gymnastikdag.

Så på gensyn, Karina

SÆSON 2011 – 2012

Så er der mulighed for at melde sig til sæson 2011 – 2012 i Måløv Idræts Forening, hvor vi håber på fortsat fremgang og endnu en gang sætter nye initiativer i søen!

Læs her om gymnastik, svømning, yoga, spinning, dans og mere..

Nyt i år!

MTV-dance for børn

Parkour – vi løber på væggene

Lavere priser for børnehold

Zumba Fitness – nu også for øvede

Boldtræning med store og små bolde

Motion og livsstil – med udvidet indhold

Gå frit til voksengymnastik

– nu to varianter

Qi Gong – gør noget for dig selv

**Gå flere gange til spinning for
samme (lavere) pris**

Aqua bike – spinning i vand

Tag en rask beslutning - meld dig til et eller flere hold inden der bliver overtegnet!
Sæsonen starter den 5. september.

Der er tilbud til ALLE uanset køn og alder, du får motion og mulighed for lære andre Måløvboere at kende.

**Vi siger på gensyn til gamle medlemmer
og velkommen til nye!**

Tilmelding og praktiske oplysninger

Tilmelding sker nemmest via hjemmesiden (www.maaloevif.dk) – gå ind under ”Sæsonprogram og tilmelding”, hvor der er yderligere beskrivelser af holdene. Her kan du straks se om der er plads på de enkelte hold, og din tilmelding registreres umiddelbart. Er der ikke plads på et hold kan du komme på venteliste, og vi kontakter dig hvis der bliver en ledig plads.

Alternativt kan tilmelding ske på en af følgende måder:

- Ved giro (betal på posthuset eller via netbank, benyt kode 01 og girokonto 6574947) eller bankoverførsel (til Danske Bank, registreringsnummer 9570, kontonummer 6574947). Husk altid at angive holdnummer, navn, adresse, telefon (også mobil) og fødselsår – og meget gerne en e-mail adresse og Ja/Nej til nyhedsbrev. Registrering sker først, når betalingsdata kommer til MIF.

- Ved personligt fremmøde i Måløv ny hal (caféen) tirsdag den 16. august kl. 19-20 – her vil der også være mulighed for at høre mere om de enkelte hold. Tager du Dankort eller kontanter med kan vi registrere tilmeldingen på stedet.

Du får besked hvis holdet ikke oprettes eller hvis det er overtegnet - ellers skal du blot møde op til første lektion.

Der kan forekomme aflysninger uden erstatning. Udmeldelse skal ske til kassereren. Adresser på haller og sale findes på hjemmesiden – eller de kan oplyses af kontaktpersonerne.

Første undervisningsdag:	5. sept. 2011
Sidste undervisningsdag:	28. april 2012
Efterårsferie:	17.-22. okt. 2011
Juleferie:	22. dec. 2011-4. jan. 2012
Vinterferie:	13.-18. feb. 2012
Påskeferie:	2.-9. april 2012

Den oplyste pris er for hele sæsonen med mindre andet er angivet for det enkelte hold.

Efter endt sæson udbydes sommertræning for relevante hold, og der er mulighed for at tage idrætsmærke. I sæsonens løb arrangerer foreningen desuden familiegymnastik, danseaftener, julefest for børnene, forårsfest og ikke mindst den store gymnastikopvisning – samt

naturligvis hvad de enkelte hold selv finder på..!

Har du spørgsmål til programmet kan du ringe til kontaktpersonerne for de enkelte afdelinger – se listen efter holdoversigten. Du er også altid velkommen til en prøvetime!

For alle instruktører over 14 år indhentes børneattest.

Et sidste tip:

Har du en mail-adresse kan du melde dig til at modtage MIF's elektroniske nyhedsbrev ved tilmelding eller på foreningens hjemmeside (www.maaloefvif.dk).

Gymnastik, børn (t-shirt inkluderet på alle hold)

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
101	Krummer 1 (piger/drenge 1 - 3 år)	Mandag	17:00 – 17:50	Ny hal	Karina Blomberg	600 kr.
102	Krummer 2 (piger/drenge 3 - 4 år)	Mandag	18:00 – 18:50	Ny hal	Karina Blomberg	600 kr.
105	Lær din krop at kende (piger/drenge 1 – 3 år)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Gl. hal (lille del)	Anne-Mette Zobbe Olesen	700 kr.
111	Turbofræsere (piger/drenge 4 – 5 år)	Onsdag	17:00 – 17:50	Gl. hal	Helle Christensen	600 kr.
113	Far og barn (piger/drenge 4 – 6 år)	Tirsdag	18:00 – 18:50	Gl. hal (lille del)	Anne-Mette Zobbe Olesen	800 kr.
121	Bøllebobber (piger/drenge 6 – 7 år)	Onsdag	18:00 – 18:50	Gl. hal (stor del)	Helle Christensen	600 kr.
131	Springfiduser, begyndere (piger/drenge fra 7 år)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Gl. hal (stor del)	Sanne K. Dall	600 kr.
132	Springfiduser, øvede (piger/drenge fra 7 år)	Tirsdag	18:00 – 18:50	Gl. hal (stor del)	Sanne K. Dall	600 kr.
141	MTV-dance (piger/drenge 7 – 10 år)	Torsdag	16:30 – 17:20	Gl. hal (spejlsal)	Tanja Moldrup	600 kr.
142	MTV-dance (piger/drenge fra 10 år)	Torsdag	17:30 – 18:20	Gl. hal (spejlsal)	Tanja Moldrup	600 kr.
151	Parkour (piger/drenge fra 12 år)	Onsdag	19:00 – 19:50	Gl. hal (lille del)	Mickey Prüssing	600 kr.

Krummer 1 (hold 101): Tumle, kravle, krybe, trille, rulle, hoppe, danse, svinge. Lege på en masse bløde skumredskaber. Hoved op og ned – og hele vejen rundt. Vi prøver at finde alt hvad de små frydes over eller udfordres med.

Krummer 2 (hold 102): Vi lærer blandt andet at hoppe, lave kolbotter og balancere. Barnet styrker dets sociale kompetencer, idet de lærer at færdes mange sammen og forstå en fælles besked. Vi leger sanglege og synger små sange hver gang som afslutning på timen.

Lær din krop at kende (hold 105): For de 1-3 årige. Gymnastik med mor eller far som hjælper og gymnastikredskab. Udover mor og far skal vi også bruge traditionelle redskaber som trampoliner, bolde og meget mere. Holdet vil være et gymnastikhold med fokus på børnenes motoriske udvikling - men som det vigtigste skal vi have det sjovt!

Turbofræsere (hold 111): Hvis du er 4 – 5 år og interesseret i gymnastik med fuld fart på og med lege samt redskaber med forskellige sjove udfordringer, så er Turbofræserne lige noget for dig.

Far og barn gymnastik (hold 113): Kom og vær med - tag far med til gymnastik så I kan få en sjov tid sammen, få en oplevelse ved at lave de samme øvelser som far og samtidig en helt enestående fornøjelse for jer begge: "Vi er lige seje og lige dygtige!" Vi vil lave sjove, udviklende, vilde lege, akrobatik, opvarmning til musik, og der vil blive en masse spændende samarbejde mellem far og barn. Det bliver ugens højdepunkt med en times sjov uden mor er til stede!

Bøllebobber (hold 121): Her er holdet for dig hvis du er 6 – 7 år, fuld af energi og til en masse udfordringer i den store hal. Vi vil bruge redskaberne og få os rørt i mange forskellige lege. Og vi vil lave bevægelser og dans til musik. Forhåbentlig ses vi til en masse gode timer.

Springfiduser (hold 131, 132): Kom og vær med til spring og leg på

spændende redskabs- og springopstillinger. På begynderholdet vil vi bruge såvel gymnastiksalens faste redskaber som minitrampolin og springbane til indlæring af grundlæggende færdigheder, og vi skal stå på hænder, lave rulninger og vejrmøller og mange andre sjove ting. På holdet for øvede vil vi arbejde både med de grundlæggende øvelser på springbaner og i minitrampolin og med spring med større sværhedsgrad såsom kraftspring, arabspring, flikflak og salto.

Om du er lille eller stor, har ingen betydning - bare du synes, det er sjovt og har lyst til at lære at bruge redskaberne og lave serier. Kom ned og se om et af holdene er noget for dig!

MTV-dance, 7-10 år (hold 141): Danseholdet for alle dem der elsker at bevæge sig til musik og have det sjovt!

Hvis det lyder som dig - så kom og dans med os. Vi skal danse til den fedeste musik og danse som de gør i fjernsynet. I sæsonens løb vil vi indlære små serier tilpasset jeres niveau, som vi kan vise til opvisningen i foråret. Jeg glæder mig til at se jer alle sammen.

MTV-dance, fra 10 år (hold 142): Hvis du elsker at danse og have det sjovt, så er jeg sikker på at dette hold er lige noget for dig. Vi skal danse til den fedeste musik og lære at danse som de gør i musikvideoerne. Vi skal i sæsonens løb lære nogle fede trin og sætte dem sammen til serier, som vi kan vise til opvisningen i foråret. Vi vil bruge et par træninger til andre former for dans så som funk, ballet og hiphop. Danseholdet er for nybegyndere og let øvede. Jeg glæder mig til at se jer alle sammen.

Parkour, fra 12 år (hold 151): Parkour er en af de sejeste sportsgrene. Parkour handler reelt om at komme fra ét sted til et andet så hurtigt som muligt, mens man bruger de elementer man ser omkring sig. Igennem forløbet vil du blive både fysisk og mentalt stærkere, ved at du formår at rykke dine grænser for hvad du troede, der var muligt for dig. Her på holdet handler det om at lære grundprincipperne, og om hvordan du sikkert og nemt kan dyrke Parkour. Så derfor er dette en opfordring til alle dem, som synes det er sejt eller bare godt vil røre sig og have det sjovt: Kom ned og prøv!

Gymnastik, voksne

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
201	Motion for rigtige mænd	Mandag	19:00 – 19:50	Ny hal	Helle Christensen	650 kr.
211	Bevæg dig glad (M/K)	Mandag	20:00 – 20:50	Ny hal	Helle Christensen	650 kr.
212	Aerobic/Workout (M/K)	Mandag	17:15 – 18:05	Brydegård (Loen)	Annette Ruggeri	650 kr.
221	Zumba Fitness, begyndere (M/K)	Mandag	19:30 – 20:20	Østerhøj (lille del)	Line Schiermacher	650 kr.
222	Zumba Fitness, øvede (M/K)	Mandag	20:30 – 21:20	Østerhøj (lille del)	Line Schiermacher	650 kr.
223	Zumba Fitness, tirsdag (M/K)	Tirsdag	20:40 – 21:30	Gl. hal (spejlsal)	Isabella Jespersen	650 kr.
231	Gymnastik dagtid (M/K) – med afspænding	Fredag	11:00 – 12:15	Ny hal (barfodssal)	Lisser B. Johnsen	850 kr.
232	Gymnastik dagtid (M/K) – uden afspænding	Fredag	12:30 – 13:20	Ny hal (barfodssal)	Lisser B. Johnsen	650 kr.
241	Boldtræning (M/K)	Onsdag	19:00 – 19:50	Gl. hal (stor del)	Stine Jeppesen	650 kr.
251	Motion og livsstil (M/K)	Onsdag	17:45 – 19:05	Østerhøj (lille del)	Kirstine G. Koch	925 kr.
281	Pensionistgymn. (M/K)	Tirsdag	10:45 – 11:45	Brydegård (Loen)	Ketty Rasmussen	500 kr.
295	Gå frit til voksengymnastik - på hold 201, 211, 212, 232 og 241					950 kr.
296	Gå frit til voksengymnastik, udvidet – på hold 201, 211, 212, 231, 232, 241 og 251					1200 kr.

Motion for rigtige mænd (hold 201): Få noget glad motion når vi i timen arbejder os gennem kroppens muskelgrupper med motionsgymnastik, hvor alle kan være med. Gymnastikken bliver afvekslet med styrke- og konditionstræning bl. a. med elastikker. Der afsluttes med afspænding og udstrækning.

Bevæg dig glad (hold 211): Er I et par eller alene så kom til en time hvor vi arbejder kroppen igennem med forskellige redskaber som sipetov, store/små elastikker og håndvægte. Det er også holdet hvor det sociale samvær er i højsædet!

Aerobic/Workout (hold 212): Styrker og trimmer krop og kredsløb, udvikler motorikken, giver smidighed og kondition samt øget fedtforbrænding. Undervisningsmetoden er "se-og-hæng-på", og vi arbejder med mindre sports- og danseinspirerede sammensætninger, som "staves" og bygges sammen. "Aftjendrende" fodtøj og behageligt tøj anbefales – og husk vandflasken!

Zumba Fitness (hold 221, 222, 223): Zumba er en motionsform, der er udviklet i USA og nærmest eksploderet overalt i verden. De mere monotone bevægelser fra aerobic er skiftet ud med bløde bevægelser, løse hofter, sved på panden og smil på læben - til rytmer fra blandt andet Salsa og Latin.

Kom og vær med: Zumba kræver ingen særlige forudsætninger eller danskundskaber, bare lyst og mod på konditionstræning til de latinske rytmer - så lover vi til gengæld masser af god musik og godt humør!

Gymnastik dagtid (hold 231, 232): Til jer, som har mulighed for at være med om dagen. Mens kroppen bliver arbejdet godt igennem får du styrket dine muskler samt forbedret balance, koncentration og koordinering. Med et smil på læben går vi gennem opvarmning, øvelser på madras og til slut stræk. Skavanker har vi alle, derfor er undervisningen meget varieret, og der er altid alternativer efter behov. Kort sagt: Giv den gas på dine betingelser!

Yoga og Qi Gong (M/K)

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
402	Yoga (M/K)	Torsdag	19:00 – 20:50	Brydegård (Loen)	Therese Marquard	750 kr. (halv sæson)
403	Yoga (M/K)	Lordag	09:00 – 10:50	Gl. hal (spejlsal)	Therese Marquard	750 kr. (halv sæson)
411	Medicinsk Qi Gong (M/K)	Mandag	19:15 – 20:35	Brydegård (Loen)	Anna M. Torring	925 kr.

Yoga (hold 402, 403): Yoga er verdens ældste teknik til afspænding af krop og psyke, hvilket giver overskud, indre ro og psykisk velvære. Gennem opbyggende fysiske øvelser kombineret med vejtrækningens styrkes og strækkes muskulaturen, hvorved ledene smidiggøres, kredsløbet stimuleres og balancen forbedres. Vi tilbyder flere yoga hold - som udgangspunkt er indholdet det samme, og i sæsonens løb planlægges så hvad der skal arbejdes med på de enkelte hold, så alle får mest muligt ud af undervisningen. Alle kan deltage – både mænd og kvinder. Påklædning: Løstsiddende tøj. Medbring et håndklæde samt et tæppe. Bemærk: Prisen er for en halv sæson (indtil jul eller efter nytår).

På hold 231 bruges de sidste ca. 20 minutter til afspænding, bortset derfra er indholdet det samme på de to hold.

Boldtræning (hold 241): Til boldtræning bruger vi Redondo bolden og Ball-stik bolden til at trimme kroppen med og få en bedre kondition. I træningen vil der indgå balance, styrketræning og konditionstræning, alt sammen på og med bold. Kom og lær nye og spændende øvelser at kende, det bliver aldrig kedeligt når bolden er med. Træning på bold styrker hele din krop, men der er specielt fokus på stabilitetsmuskler der påvirker hele din holdning, samt giver en bedre balance. Ved brug af ball-stik bolden får du samtidig massage, hvilket giver øget velvære og en flottere hud. Husk tætsiddende tøj.

Motion og livsstil (hold 251): På Motion og Livsstil får du effektivt fuld træning kombineret med gode råd til ændring af din livsstil - det giver en sundere og lettere hverdag fuld af energi. Holdet er primært for dig, der er overvægtig – dette er dog ikke et krav. På holdet vil der blive taget højde for hver enkelt deltagers fysiske niveau – alle kan deltage. I denne sæson vil der være endnu mere fokus på kosten samt det at få motion ind i hverdagen, uden det betyder, at du skal i træningstøjet. Der er mulighed for at blive vejlet inden hver træning, og vi starter sæsonen ud med at lave en kropsanalyse for at se på muskelmasse, fedtprocent, væske, mv. for dem der har lyst. Efter blot 3½ måneders undervisning i sidste sæson blev deltagerne sendt knap 20 kg. lettere på sommerferie!

Pensionistgymnastik M/K (hold 281): Dette er holdet for dig, som gerne vil gøre gymnastik, men synes at gymnastikken om aftenen er for "hård". Vi hopper ikke, vi løber ikke, og vi ligger ikke på gulvet, men kommer alligevel hele kroppen igennem. Du behøver ikke at investere i dyr gymnastikdragt, kom som du er og tag et par hjemmesko med.

Gå frit til voksengymnastik (hold 295, 296): Et godt tilbud til dig som ønsker at gå til gymnastik når det passer ind i din kalender eller som ønsker at gå flere gange om ugen.

Medicinsk Qi Gong (hold 411): Medicinsk Qi Gong efter Biyunmetoden – trin 1. Lykken er at gøre noget for sig selv. Afslapning, bløde bevægelser, koncentration og naturligt åndedræt er alt der skal til for at få et bedre velvære i krop og sind med mere overskud til hverdagen og livet. I bl.a. Kina og Japan har de ved at træne Qi Gong i årtier forebygget og lindret sygdomme og lidelser som højt og lavt blodtryk, astma, stress, stive led, muskelsmerter og meget mere. Når de kan så kan vi også!! Ved at udføre medicinsk Qi Gong behandler du dig selv. Alle kan deltage, unge som gamle, mænd og kvinder. Påklædning: Løstsiddende tøj.

Mavedans og Line dance

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
701	Mavedans, øvede (danset mere end 3 år)	Onsdag	19:30 – 21:00	Hedegårdshallen (spejlsal)	Tina Rasmussen	975 kr.
702	Mavedans, begyndere/let øvede (danset under 3 år)	Tirsdag	19:30 – 20:30	Gl. hal (spejlsal)	Susan Wohlenberg	650 kr.
711	Line dance, øvede (M/K)	Torsdag	18:30 – 19:20	Gl. hal (spejlsal)	Jeannette Rosenbäck	650 kr.
712	Line dance, begyndere (M/K)	Torsdag	19:30 – 20:20	Gl. hal (spejlsal)	Jeannette Rosenbäck	650 kr.

Mavedans (hold 701, 702): Gå til mavedans – få øget din kropsbewidsthed, og lær at bevæge dig på en smuk og sund måde.

Orientalisk dans - populært kaldet mavedans – er en æstetisk og sanselig dans, som hylder det kvindelige. Mavedans er en sund motionsform. Du får rørt alle kroppens muskler, også lattersmusklerne. Du får en god holdning, stærke ben og smidighed. Du får selvtilvidt og livsglæde. Vi varmer grundigt op, inden vi gennemgår dansens grundtrin og bevægelser, der indoves til arabisk musik. Grundbevægelserne bruges til at skabe en lille koreografi til en ægyptisk melodi. Vi slutter af med at strække godt ud. Du lærer at bruge musikens rytmer, melodier og stemninger. Du lærer at genkende de forskellige instrumenter, der spilles på. Der undervises i isolerede og kombinerede bevægelser, hvor

tyngdepunktet ligger i hofterne, og arme og hænder med yndefulde og kvindelige bevægelser. Orientalisk dans kan også være bestemt, præcis og temperamentsfuld. En dans, som sætter følelserne i gang hos sit publikum. Mavedans er for kvinder i alle aldre og størrelser.

Line dance (hold 711, 712): Line dance giver god motion, men er først og fremmest godt humør og socialt samvær med god musik i centrum - vi danser her på holdene til stort set alle typer af musik.

Der er mulighed for at vælge mellem et begynderhold og et hold for dem som har nogen erfaring med line dance.

Da vi ikke danser to og to er line dance for såvel par som for dem der kommer alene.

Spinning

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
301	Spinning 1	Tirsdag	17:00 – 17:50	Gl. hal (spinning)	Henrik Karlsen	900 kr.
302	Spinning 2	Tirsdag	18:00 – 18:50	Gl. hal (spinning)	Henrik Karlsen	900 kr.
303	Spinning 3	Torsdag	17:00 – 17:50	Gl. hal (spinning)	Bjarne Christensen	900 kr.
304	Spinning 4	Torsdag	18:00 – 18:50	Gl. hal (spinning)	Bjarne Christensen	900 kr.
305	Spinning 5	Lørdag	09:30 – 10:20	Gl. hal (spinning)	Gitte Pedersen	900 kr.

Spinning (hold 301, 302, 303, 304, 305): På spinning cyklen får du en effektiv kredsløbstræning. For hver enkelt deltager tilpasses træningen så udbytet bliver så højt som muligt – derfor kan du deltage hvad enten du er nybegynder eller øvet.

OBS! På det hold hvor man melder sig er man altid sikret en plads – ervedover kan man møde op alle de øvrige hold, hvor der hver gang er et antal ledige cykler, som fordeles efter "først til mølle" princippet.

Svømning, børn (max. 12 deltagere pr. hold)

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
501	Mor og barn 1 (fra 3 år)	Onsdag	17:20 – 17:50	Måløv Skole	Irene Dahl	700 kr.
502	Mor og barn 2 (fra 3 år)	Torsdag	17:00 – 17:30	Måløv Skole	Cecilie Olander	700 kr.
505	Far og barn (fra 3 år)	Tirsdag	17:00 – 17:30	Måløv Skole	Nicco Rasmussen	700 kr.
511	Piger/drenge (begyndere)	Tirsdag	17:35 – 18:05	Måløv Skole	Nicco Rasmussen	550 kr.
512	Piger/drenge (begyndere)	Onsdag	16:45 – 17:15	Måløv Skole	Irene Dahl	550 kr.
513	Piger/drenge (begyndere)	Onsdag	17:55 – 18:25	Måløv Skole	Irene Dahl	550 kr.
514	Piger/drenge (begyndere)	Torsdag	17:35 – 18:05	Måløv Skole	Cecilie Olander	550 kr.
521	Piger/drenge (begyndere, let øvede)	Tirsdag	18:10 – 18:40	Måløv Skole	Nicco Rasmussen	550 kr.
522	Piger/drenge (let øvede)	Onsdag	18:30 – 19:00	Måløv Skole	Irene Dahl	550 kr.
523	Piger/drenge (begyndere, let øvede)	Torsdag	18:10 – 18:40	Måløv Skole	Cecilie Olander	550 kr.
531	Piger/drenge (let øvede, øvede)	Onsdag	19:05 – 19:35	Måløv Skole	Irene Dahl	550 kr.
541	Piger (let øvede, øvede)	Torsdag	18:45 – 19:15	Måløv Skole	Cecilie Olander	550 kr.
551	Drenge (let øvede, øvede)	Tirsdag	18:45 – 19:15	Måløv Skole	Nicco Rasmussen	550 kr.

Mor/far og barn (hold 501, 502, 505): Kunne du tænke dig at tilbringe tid sammen med dit barn i vandet? På disse hold handler det først om fremmest om tilvænning til vandet. Vi leger en masse lege, bruger de forskellige redskaber flittigt til en masse forskellige øvelser, og vi øver bevægelserne i crawl og rygcrawl. Mor/far er et redskab for barnet, og skal derfor med i vandet. Ved tilmelding angives barnets navn og fødselsdag.

Børn, begyndere (hold 511, 512, 513, 514, 521, 523): Kunne du tænke dig at lære at svømme? På dette hold leger vi en masse forskellige lege. Gennem legene øver vi forskellige færdigheder som man har brug for at kunne i vand - at dykke, flyde og vejrtækning, og samtidig øver vi bevægelserne i crawl og rygcrawl. Vi kalder os Blæksprutter!

PS! Af hensyn til undervisningen og sikkerheden er det vigtigt at barnet er fyldt 6 år når sæsonen starter.

Børn, let øvede (hold 521, 522, 523, 531, 541, 551): Vi kalder os Del-finer! Dette er holdet for børn der kan svømme en bane crawl eller ryg crawl, og som kan have hovedet under vandet. På dette hold leger vi en masse, øver de forskellige færdigheder i vandet samt videreudvikler vores svømmekundskaber.

Børn, øvede (hold 531, 541, 551): Vi kalder os Hajer! Du kender til crawl og rygcrawl, og herfra arbejder vi videre med de øvrige svømmearter. Vi lærer og øver vendinger, bryst- og rygsømning samt dykning – og så er der også plads til leg!

Svømning, damer/herrer

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
601	Damer 1 (max. 10 deltagere)	Mandag	16:45 – 17:15	Måløv Skole	Winnie Rahtgen	700 kr.
602	Damer 2 (max. 10 deltagere)	Torsdag	19:20 – 19:50	Måløv Skole	Cecilie Olander	700 kr.
611	Herrer (max. 10 deltagere)	Tirsdag	19:15 – 19:45	Måløv Skole	Nicco Rasmussen	700 kr.
621	Vandaerobic 1 (damer, max. 20 deltagere)	Mandag	17:15 – 18:00	Måløv Skole	Winnie Rahtgen	850 kr.
622	Vandaerobic 2 (damer, max. 20 deltagere)	Onsdag	19:35 – 20:20	Måløv Skole	Irene Dahl	850 kr.

Svømning, damer/herrer (hold 601, 602, 611): Motionshold for voksne som gerne vil svømme i deres eget tempo. Hvis det ønskes er der mulighed for at få rettet sin svømmestil, ja endog lære en helt ny svømmeart - og disse hold er også for dem som vil starte helt forfra.

Vandaerobic damer (hold 621, 622): Det giver en naturlig modstand

at bevæge sig i vand, derfor bliver de klassiske aerobic bevægelser også hårdere end når de bliver udført i gymnastiksalen. Samtidig er det meget skånsomt at træne i vand, da leddene ikke bliver belastet nær så meget som hvis du dyrker aerobic på land. Vandaerobic er derfor ekstra godt hvis du døjer med en skade og skal i gang med genoptræning, eller hvis du er gravid. Desuden behøver du ikke at kunne svømme for at deltage i vandaerobic!

Aquabike

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
641	Aquabike 1 (damer, max. 7 deltagere)	Mandag	18:05 – 18:50	Måløv Skole	Winnie Rahtgen	950 kr.
642	Aquabike 2 (damer, max. 7 deltagere)	Torsdag	19:55 – 20:40	Måløv Skole	Gitte Pedersen	950 kr.
643	Aquabike 3 (damer, max. 7 deltagere)	Torsdag	20:45 – 21:30	Måløv Skole	Gitte Pedersen	950 kr.
644	Aquabike 4 (herrer, max. 7 deltagere)	Lørdag	09:00 – 09:45	Måløv Skole	Henrik Karlsen	950 kr.
645	Aquabike 5 (herrer, max. 7 deltagere)	Lørdag	09:50 – 10:35	Måløv Skole	Henrik Karlsen	950 kr.

Aquabike (hold 641, 642, 643, 644, 645): Aquabike er cykling på en stationær cykel i vand.

Musklene styrkes og konditionen forbedres uden at du føler dig overanstrengt eller svedig – opdriften og vandets naturlige modstand resulterer i en skånsom, men effektiv træning af ben, arme, ryg og mave. Forbrændingen er stor da man bruger energi både på at bevæge sig i vandet og på at holde varmen.

Aquabike kan dyrkes af alle uanset alder, størrelse og kondition – det er dig som vælger tempo og intensitet. Du kan arbejde for fuld kraft eller du kan langsomt træne krop og muskler op, for eksempel efter en skade.

Vi anbefaler at man anskaffer et par aquabike sko, men et par tykke sokker eller et par "gamle" (rene) sko kan også bruges. Et par tights eller en badedragt med ben er at foretrække for at beskytte lårerne.

Alle hold har en varighed på 45 minutter, som inkluderer nedsænkning og optagning af cykler.

Generelt for svømmeundervisningen gælder:

Bassinet i svømmesalen er 16,76 meter langt og mellem 80 og 130 cm dybt, så det er det perfekte bassin til at lege i – både for børn og voksne. På alle børnehold er der både instruktør og hjælpeinstruktør. Man har mulighed for at benytte saunen både før og efter undervisningen, men alle bedes være klar på det tidspunkt man får tildelt. Alle skal foretage bad/afvaskning uden badedragt for svømning. Der er kun ét omklædningsrum med bad ved svømmesalen på Måløv Skole – vi beder derfor om at man viser hensyn og inden man går ind tænker på om der er børn/voksne af det modsatte køn i gang med afvaskning/omklædning.

Passivt medlemskab

Nr.	Hold	Kontingent
998	Passivt medlemskab – støt MIF!	100 kr.

Passivt medlemskab (hold 998): Har du ikke mulighed for at deltage aktivt i år, men vil du gerne fastholde dit tilhørsforhold til MIF? Eller har du blot lyst til at støtte det arbejde som vi gør for lokalsamfundet? Så kunne et passivt medlemskab til en pris af 100 kr. pr. år måske være

løsningen! Passive medlemmer har tale- og stemmeret på foreningens generalforsamling, og som passivt medlem er du naturligvis velkommen til at deltage i foreningens mange arrangementer!

J & E electric a/s.

Måløv Værkstedby 54 · 2760 Måløv

44 68 07 77 Aut. El-installatør

J

&

E

Kontaktpersoner

GYMNASTIK BØRN Karina Blomberg
Marklodden 42, 2760 Måløv 44 65 83 22

GYMNASTIK VOKSNE
YOGA/QI GONG

MAVEDANS/LINE DANCE Jytte Hansen
Brydegårdsvej 5, 2760 Måløv 44 65 53 40

PENSIONISTGYMNASTIK Gustav Blomberg
SPINNING 44 97 16 70
Søndergårds Allé 53, 3 th. 2760 Måløv

SVØMNING Winnie Rahtgen
AQUA BIKE 44 65 73 65
Dyssemarken 17, 2760 Måløv 28 38 61 20

KASSERER René Vegeberg
Liljevangsvej 26, st.h, 2760 Måløv 44 66 32 55
kasserer@maaloevif.dk (efter kl. 14)

FORMAND Uffe Mortensen
Tvillingevej 15, 2765 Smørum 44 65 15 61/
formand@maaloevif.dk 23 90 83 87

MIF kalender (pr. 1. maj 2011)

2011

18.- 24.juli	Ballerup Kræmmer-festival
16. august	Tilmeldingsaften
5. september	Sæson 2011-2012 starter
17.-22. oktober	Efterårsferie
25. oktober	Generalforsamling
11. december	Juletræsfeest
22. dec.-4. jan.	Juleferie

2012

13.-18. februar	Vinterferie
2.- 9. april	Påskeferie
28. april	Sæsonen slutter

Ildrætsmærket 2011

I år er der 23, der er i fuld gang med at tage idrætsmærket, lidt færre end sidste år. Det foregår som det plejer i og omkring ny og gammel hal med cykling og løb i Måløv og omegn. Mærkeudelingen til dem der har bestået, sker ved en lille festlig sammenkomst lige inden sommerferien.

**Kirkens
genbrug**

MÅLØV HOVEDGADE 63
Tlf. 44 66 66 85

Ballerup Bladet

**-bringer
sporten!**

*Kontakt os
vedr. omtale
og resultater..*



44 60 03 30

CENTRUMGADEN 7 • 2750 BALLERUP • TLF. 44 60 03 30 • FAX. 44 60 03 31

Maaløv Skytteforening

Formand:

Karl Jespersen
Tlf. 44 94 82 53

Kasserer:

Ib W. Jørgensen
Tlf. 44 91 06 41

Medlemstal: 100

E-mail: karl.jespersen@groennehaven.dk



Pia Hansen	6 sk.	1121
Inger Møller	6 sk.	1062

Veteran 1

Daniel Faber	1578
Ib West	1554
Karl Jespersen	1544
Kaj Madsen	1539
Steen Faber	1526
Klaus Hass	1518

Veteran 2

Christen Jensen	1512
Jørgen Bengtsson	1507
Benny Jørgensen	1506
Finn Andersen	1484
Carl Hansen	1432
Jørgen F Andersen	1367

Nu er udsugningen i orden, så mangler der alt det andet, som skal laves, inden der må skydes på banerne igen. Vi håber, at kommunen snart kommer ud af busken og kommer med en positiv udmelding, så der kan komme gang i arbejdet.

Og god sommer til jer alle
Karl

Vi håber på at komme i gang med næste sæson **den 5. oktober.**

Senior kl. 4

	Point
Kim Larsen	1344
Michael Rahtgen	1106

Damer:

Helle Hansen	1521
Winnie Rahtgen	1512



SALONEN
Annette Flysta

Tlf. 44 97 30 40
STATIONSVEJ 2 B
2760 MÅLØV



Tandlægehuset i Måløv

Måløv Hovedgade 88, 2760 Måløv

På gensyn
Michael Due Jensen

Tidsbestilling hverdage mellem 8.00-10.00, tlf. 44 97 99 09



TOYOTA I MÅLØV

Måløv Byvej 7
2750 Ballerup
Tlf. 44 97 21 70

*- hvor
tilfredserne
mødes!*



TINE'S HAIRDESIGN

44 65 04 12

MÅLØVHOVEDGADE 101 A
2760 MÅLØV

WWW.TINESHAIRDESIGN.DK
VI HAR ONLINE BOOKING

PDALand.dk

Stationsvej 1 • 2760 Måløv

Tlf. 44 86 25 08 • www.pdaland.dk

Åbningstider:

Hverdage 11:00-17:00

Lørdag 10:00-13:00



EL&TEKNIK

Carl Rasmussen EL A/S

Aut. el-installatør

Telegrafvej 8-10, 2750 Ballerup

Telefon 44 97 27 80

Døgnvagt

måløv sport

Redaktør:

Gustav Blomberg
Søndergårds Allé 53, 3.th.
2760 Måløv

Tlf: 44 97 16 70

Næste nummer af ***måløv sport***
udkommer 6. august 2011.

Stof skal være redaktionen i
hænde senest den 17. juli 2011.

E-mail: grete@plums.dk

Oplag: 3.600 ekspl.

*Ekstra eksemplarer af bladet kan fås
følgende steder:*

*Måløv bibliotek, Måløvhallen, J.A. og
Bankerne.*

Gør det
du er bedst til

det gør vi

Danske Bank