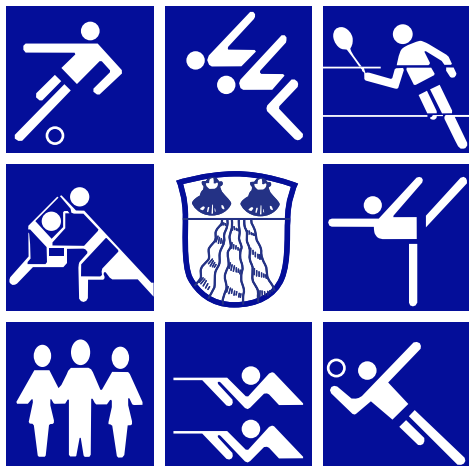




måløv sport

Medlemsblad for

Måløv Badminton Club

Måløv Boldklub

Måløv Idræts Forening

62. årgang

nr. 5

oktober 2013



MIF startede CrossGym udendørs midt i august

**Se også klubbernes mange tilbud
inde i bladet**

MÅLØV BADMINTON CLUB



Formand: Karsten Friis

Tlf: 29 23 48 72, kfriis@kfriis.com

Kasserer: Birte Bachmann

Tlf. 53 80 05 38, birte@kfriis.com

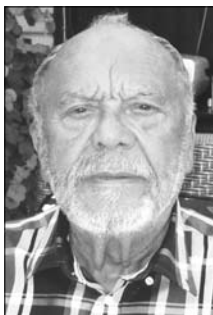
Banefordeler: Karsten Friis

e-mail: mbc@maalov.dk

web: www.maalov.dk

Medlemstal: 487

NYT ÆRESMEDLEM



Frank Nielsen er af en enstemmig bestyrelse blevet udnævnt til æresmedlem af Måløv Badminton Club. Frank er klubbens ældste medlem idet han fyldte 80 år den 8. oktober 2013, og han er stadig aktivt spillende to gange om ugen.

Frank har været med helt fra starten af klubbens 42-årige historie. Han var med i kredsen af Måløv-borgere, der tog initiativ til at oprette MBC som selvstændig klub. Indtil da, havde sporten i det små været dyrket som en underafdeling af Måløv Boldklub, men aktiviteterne blev skilt ud ved den stiftende generalforsamling den 10. februar 1972.

Frank var i starten spilleudvalgsformand, men overtog formandsposten i 1976 efter Francis Borelli. Frank var formand i 7 år indtil 1983, hvor hans næstformand Ib Andersen overtog hvervet.

Ud over at danne makkerpar i bestyrelsen,

spillede Ib og Frank ofte sammen og deltog i talrige turneringer.

"Men forholdende var svære i de første år", siger Frank. "Vi trænede i festsalen og gymnastiksalen på Måløv skole, hvor baglinjen kun var en meter fra væggen. Så man skulle passe på ketcheren, når man skulle slå en clear. Vi fik ind i mellem også lov at låne gymnastiksalen i Jonstruplejren. Men her var til gengæld lavt til loftet! Men så blev vi gode til det flade spil."

"Klubmesterskaberne måtte vi holde i Rosenlundshallen i Skovlunde", fortsætter Frank, "så vi savnede virkelig et ordentligt spillested i Måløvområdet".

I september 1974 blev Måløvhallen indviet, og det gav væsentlig bedre forhold for badmintonporten. Men andre sportsgrene ønskede naturligvis også del i denne hal: *"Der blev holdt nogle lange og seje halfordelingsmøder i den tid", mindes Frank, "ofte sluttede møderne først kl. 2 om natten".*

Mange yngre medlemmer kender i dag Frank, som en del af "Pølseholdet". Navnet hentyder ikke til spillet på banen, men det, der fortæres efter kampene. Frank har i mange år haft to banetimer først på aftenen torsdag i Østerhøjhallen sammen med 7 andre. Når spillet er slut og badet overstået, så bænkes spillerne om bordet i det fælles klublokale, og der indtages varme røde pølser med en kop øl til. Da der ikke er noget køkken i Østerhøjhallen, tilberedes det hele på medbragt køkkenudstyr. Med æresmedlemskabet af klubben, ønsker

PLANTE OASEN



Vi kan åbne hele året!!

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

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

bestyrelsen at markere Franks store betydning for klubben gennem tiderne – fra det organisatoriske i starten af MBCs historie, til det socialt samlende i dag. Samtidig ønskes Frank et stort tillykke med de 80 år.

UNGDOM

Træningsweekend lørdag d. 31. august til søndag d. 1. september.

Kort fortalt er formålet med en sådan træningsweekend at ryste spillerne sammen på kryds og tværs af alder og badminton niveau. Og er der noget vores spillere i Måløv er rigtig gode til, så er det at have det sjovt og hyggeligt sammen, alle sammen, hvilket man virkelig ligger mærke til på sådan en weekend.

Der var til denne weekend ekstra stor tilslutning fra især nye og yngre deltagere, det var rigtig dejligt at se. Men pga. den store tilslutning var vi også nødsaget til at dele spillerne lidt mere op end tidligere, når det gjaldt selve badmintontræningen, men det blev der rodet bod på til det traditionsrige stjerneløb efter aftensmaden.

Lørdag eftermiddag fik vi besøg af en tidligere verdensmester i badminton, Thomas Layborn, som først viste de store nogle seje badmintonfif, hvorefter de små fik glæde af ham. Det var en stor succes for alle.

Efter en hård og sjov eftermiddag med masser af badminton, kunne vi efter aftensmaden starte stjerneløbet op, hvor spillerne var opdelt i 7 hold på kryds og tværs af alder. På stjerneløbet blev børnene udfordret i 7 forskellige discipliner lige fra de mere "ulækre" discipliner som "kiksespisning på tid" og "gæt en drink" til de mere hjernebrydende som "klip og skriv det længste ord" og "gæt vægten på forskellige genstande". Alle disciplinerne blev udført og gennemført med stor glæde og entusiasme for både store og små. Da klokken nærmede sig 23, lå de yngste af spillerne i deres soveposer og var godt udbrændte – de fleste af dem i hvert fald, og der skulle ikke ret mange "god nat og sov godt" til, før de sov. For de ældre spillere

var natten stadig ung og her blev der spillet badminton og lavet skæg og ballade til langt ud på natten.

Søndag stod formiddagen på badmintontræning indtil det var tid til at takke af for denne gang.

Udvalget og trænerne takker for en vellykket træningsweekend med lån af alle jeres dejlige børn og ikke mindst tak til alle jer søde forældre, der har været behjælpelige med at bage mv.

SENIOR

Ærgerlig sæsonstart

Sæsonen er desværre ikke startet alt for godt for Måløvs to hold, der tilsammen har lagt ud med fire nederlag i fire kampe.

Noget af forklaringen på den lidt triste sæsonstart skal dog findes i, at to nøglespillere er blevet skadet, og flere af de spillere, der er vendt tilbage i denne sæson endnu ikke er helt oppe i de omdrejninger, de var, inden de



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

www.j-a.dk



www.j-a.dk

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



blev skadet. Heldigvis er der dog også masser af positive historier at fremhæve fra sæsonstarten:

"Træningen er kommet godt i gang og specielt på tirsdagstræningen har der næsten hver gang været fuldt hus. Det giver mulighed for variation i kampene, både for seniorer, ungdomsspillere og veteranpillere, som har deltaget i træningen", udtaler seniorudvalgsformand Jeppe Krag, og supplerer "flere af ungdomsspillere har desuden været med på andetholdet og gjort en rigtig god figur. Både til træning og til kampe har målsætningen været at få de unge i gang, og det, at det er sket så hurtigt har været rigtigt positivt at opleve".

Træningen fokuserer fortsat på doublerne, og håbet er, at det meget snart vil give sejre.

NY VFS FORMAND

Efter at have overvejet sin stilling i et stykke tid, har Ole Thystrup af personlige årsager valgt at trække sig tilbage fra posten som udvalgsformand for VFS.

Ole har været meget presset både på sit arbejde og på hjemmefronten, og han fandt ikke at situationen var holdbar i længden.

Den tid, der var tilbage til at varetage jobbet som udvalgsformand, var ikke forsvarligt.

Finn Mathorne har påtaget sig opgaven indtil videre, hvilket i første omgang vil sige frem til generalforsamlingen i begyndelsen af 2014. Finn er ikke ukendt med opgaven, da han var udvalgsformand for VFS i 9 år fra 2001 til 2010.

ALT INDENFOR STILLADSDULEJNING
- INTET ER FOR STORT ELLER SMÅT TIL OS

MS
MÅLØV STILLADS A/S
MÅLØV STATIONSPLADS 6 · 2760 MÅLØV
TLF.: 51 51 51 24 · WWW.MSSTILLADS.DK
MS@MSSTILLADS.DK

Vi ønsker Finn velkommen i bestyrelsen, og held og lykke til Ole, og håber at hans situation må ændre sig, således at han kan vende tilbage til fordums store indsats og betydning for MBC.

VOKSEN FÆLLESSPIL

For at optimere fællesspillet, hvor der ikke har været fyldt op i hallen specielt tirsdag, hvor der kun har været 5-10 spillere, hvilket ikke giver basis for et fællesspil, har vi i udvalget besluttet forsøgsvis at samle disse 2 hold i Østerhøjhallen torsdag kl. 20-22. Første gang bliver 3/10. Der kan dog løbende ske justeringer, hvis det siden viser sig, at der bliver mange oversiddere. I så fald kan spillet tirsdag blive genoptaget, eller der kan blive flyttet spillere til onsdag, men det bliver udvalgets beslutning.

Der har flere gange været fyldt på holdene om onsdagen, så her sker ikke ændringer i første omgang.

Vi vil bede jer respektere den fordeling, der er lavet på de forskellige spilleaftener. Hvis man har spørgsmål til dette, bedes man kontakte undertegnede. Møder man op på en aften, hvor man ikke er fast tilknyttet, kan man i tilfælde af oversiddere ikke regne med at komme til at spille, og i tilfælde af ulige antal til runderne, vil man være oversidder.

I øvrigt vil jeg gøre opmærksom på, at der er fællesspil for alle hold mandag aften kl. 21-23 i Gammel Måløvhal, dog har pigerne fortrinsret den 1. mandag i hver måned, men ledige baner må gerne bruges af herrer.

VF udvalget er nødvendigt for at styre et fællesspil på ca. 120 personer. Vi gør, ved et frivilligt arbejde, vores bedste for at gøre det så tilfredsstillende som muligt for flest muligt, men respekter de rammer der er lavet, og som det kan blive nødvendigt at lave fremadrettet. Vi er lydhøre overfor ris (og ros!), men den bedste måde, man kan præge fællesspillet, det er at blive medlem af udvalget, for ikke at tale om at stille op til formandsposten til General-forsamlingen i februar.

Den interne holdturnering fungerede mere

som en træning for hold og konstellationer, end som en turnering, men hyggeligt incl. spisningen. Nu ser vi fremad til holdturneringen, hvor herreholdet har indledt med en vigtig sejr på 9-3 i lokalderbyet mod Jonstrup.

Julefrokosten er fredag d. 22. november. Se nærmere på hjemmesiden eller til fællesspillet vedr. sted og tilmelding.

Med venlig hilsen på VF-udvalgets vegne

Finn Mathorne

Tlf. 30 9149 06

E-mail : mathorne@dadlnet.dk

KLUBDRAGTER

MBC har aftale med Sportigan i Ballerup Centeret om levering af klubtøj fra Forza. Tøjet kan ses og prøves i butikken, og bestilles på Forzas klubportal, som beskrevet nedenfor.

Jakken bærer MBC's logo foran og "MÅLØV" samt Logo for Sportigan på ryggen. Poloskjorten er påtrykt "MÅLØV" på ryggen. MBCs klubpriser er ca. 25% under vejledende udsalgspriser.

Klubportalen findes på www.klub.fz-forza.dk. Du skal logge ind med brugernavn: ballerup@sportigan.dk og password: Forzal (stort begyndelsesbogstav).

Klubportalen virker som en normal webshop: du klikker blot på den vare, du ønsker, og vælger herefter størrelse og tilføjer det til din indkøbskurv.



KALENDER

Aflysninger 2013

18-19-nov.

Ny Måløvhal, Østerhøjhallen og Grantoftehallen aflyst pga. valget

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

Måløv Boldklub



Formand:

Brian Rasmussen
Tlf: 22 14 21 08
bras@dbusjaelland.dk

Økonomiansvarlig

Heidi Halberg
Tlf. 21 41 74 04
heidihalberg@hotmail.com

Ungdomformand:

Ledig stilling

Seniorformand:

Christian Sommer
Tlf. 26 33 14 13
chrissom@forum.dk

www.mb-boldklub.dk

Medlemstal: 450

Du kan på alle tider af året starte til fodbold i Måløv Boldklub.

For ungdom går kontingentsæson, med første rate 1. august til 31. januar og anden rate fra 1. februar til 30. januar. Tilmelder du dig året midt i en periode, vil du blive opkrævet for en hel rate, men du kan skrive til kassereren Heidi Halberg på heidihalberg@hotmail.com hvor du så vil få refunderet det for meget betalende kontingent. Er du senior, vil du fra den dato du tilmelder dig holdet, blive trukket fast hver halve år.

Vi byder velkommen til vores nye U6 hold:

Fra indendørssæsonen starter i uge 43, starter der et nyt U6-hold op. I løbet af vinteren træner vi fredag eftermiddag kl. 16.30. Dette hold er som udgangspunkt for børn af årgang 2008. Holdet trænes af to af fædrene, Niels og Dennis, som dog også opfordrer til at der er flere trænere, medtrænere eller holdleder der melder sig. Ved spørgsmål omkring holdet er I meget velkomne til at skrive til ny træner Niels på nielsvarming@hotmail.com

U6 U7 drengene har fået sponsor



U6-U7 drengene har fået to sponsorer, som har sponsoreret nyt spilletøj til drengene. De to sponsorer er HHTE og DSV. Drengene er virkelig glade for at de nu kan tage til stævner, og samtidig se super seje ud i deres nye dragter.



Måløv Auto Center ApS

- Afleverings/afhentningsordning
- Autoreparationer - alle mærker
- Pladearbejde - forsikringsskader
- Auto - elektro
- Reservedele og ekstraudstyr
- Dæk, udstødningsspecialist
- Aut. MONROE støddæmper forhandler

**ALT ARBEJDE
MED GARANTI**

Måløv Værkstedby 65
Tlf. 44 68 15 55
e-mail: ole@mac-aps.dk

Så er græs tiden slut og holdene gået ind og på grus.

Tider i ny hal ser sådan ud:

Tider	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Tider	Lørdag
1600-1630	U 9 D	P 9/10	U 8 D	U 6	0800-0830	U 7+8+9 D
1630-1700	U 9 D	P 9/10	U 8 D	U 6	0830-0900	U 7+8+9 D
1700-1730	U 9 D	P 11/12	U 8 D		0900-0930	U 7+8+9 D
1730-1800	U 9 D	P 11/12	U 7 D		0930-1000	U 7+8+9 D
1800-1830	U 10 D	P 11/12	U 7 D		1000-1030	BOLDSJOV
1830-1900	U 10 D	U 12 D	U 11 D		1030-1100	BOLDSJOV
1900-1930	U 10 D	U 12 D	U 11 D		1100-1130	BOLDSJOV
1930-2000	U 14/17 D	U 12 D	U 11 D		1130-1200	BOLDSJOV
2000-2030	U 14/17 D		P 14/16	OB 2		
2030-2100	U 14/17 D		P 14/16	OB 2		
2100-2130				OB 2		
2130-2200				OB 2		

Tider på grus ser sådan ud:

Tider	Mandag tæt på hallen	Mandag langt fra hallen	Tirsdag tæt på hallen	Tirsdag langt fra hallen	Onsdag tæt på hallen	Onsdag langt fra hallen	Torsdag tæt på hallen	Torsdag langt fra hallen	Fredag tæt på hallen
1600-1630	P 9/10	P 11/12		U 9 D					
1630-1700	P 9/10	P 11/12		U 9 D					U 9 D
1700-1730	P 9/10	P 11/12	U 11 D	U 9 D			U 10 D	U 10 D	U 9 D
1730-1800	P 9/10	P 11/12	U 11 D	U 9 D			U 10 D	U 10 D	U 9 D
1800-1830	U 12 D	U 12 D	U 11 D	HS 1	P 14/16	P 14/16	U 10 D	U 10 D	
1830-1900	U 12 D	U 12 D	U 11 D	HS 1	P 14/16	P 14/16	U 10 D	U 10 D	
1900-1930	U 12 D	U 12 D	HS 1	HS 1	P 14/16	P 14/16	HS 1	HS 1	
1930-2000	SVET	SVET	HS 1	HS 1	P 14/16	P 14/16	HS 1	HS 1	
2000-2030	SVET	SVET	OB 2		U 14 D	U 17 D	HS 1	HS 1	
2030-2100	SVET	SVET	OB 2		U 14 D	U 17 D	HS 1	HS 1	
2100-2130	SVET	SVET	OB 2		U 14 D	U 17 D			
2130-2200			OB 2						

Indslag fra vores U12 drenges tur til Bornholm:

Det var en fredag morgen i slutningen af august. Klokken var 5.45. Stedet var bane-gårdspladsen, Ballerup Station.

28 drenge og 8 trænere/forældre var samlet. Tidspunktet taget i betragtning var alle friske til at tage bussen den lange vej til Sverige og videre derfra til Bornholm med "katamaranen".

Vi skulle møde vores venskabsklub i Åkirkeby (som sidste år), for at få afviklet en større fodboldturnering. Vi havde en del skadede spillere og skulle møde U13 hold, men fik alligevel nogle rigtig gode kampe ud af det.

Holdlederen (som er meget stedkendt) havde dagen forinden arrangeret en løbetur på ca. 6 kilometer, til en nærliggende strand. Her blev der badet og spillet strandbold. Et forrygende sted med høj sol, koldt badevand og masser af glade drenge.

Efter denne dejlige dag i et nærliggende sommerhus, en god frokost med frisksmurte "klemmer" og masser af motion og frisk luft,



Hele truppen på stranden.



Klargøring til turnering.

gik turen tilbage til klubhuset (nu med bus). Herefter en tur under bruseren. Så var alle finkæmmet og klar til at indtage en god omgang lasagne, som lå rigtig godt i maven.

Ud over at spille fodbold havde drengene hele turen igennem det fornøjeligt sammen, med lummer hygge i klubhuset og soveværelserne. Der blev snakket, spillet kort, set film, spist chips og slik - alt skyllet ned med sodavand.

Vi voksne kunne så bare glæde os over det gode kammeratskab, som findes mellem alle drengene.

Vi var rigtig heldige med vejret alle 3 dage. Dog havde det trukket op til en rigtig "rusketur" på sejlturen hjemad. De fleste var dog så søstærke, at resterne af de medbragte lomme-penge kunne blive brugt på behørig vis.

Det forlyder, at drengene faldt hurtigt i søvn efter hjemkomsten søndag aften ved 8.30-tiden – sådan cirka.

Skulle andre hold have lyst til at besøge Aakirkeby, er det helt klart en mulighed. Vi har haft rejse, 2 overnatninger, 7 måltider for ca. 500 kr. pr spiller/træner. Vi sover i køje-



Det blæser vildt på bornholmer-katamaranen.



Niko, Hussein og Jonathan på bornholmer-katamaranen.

senge i 4-6 mands værelser, så vi skal ikke slæbe på luftmadras.

Det kunne selvfølgelig ikke gøres uden det flotte tilskud klubben giver, tak for det.

Tak til alle 32 spillere, 8 træner/leder og især forældre for den altid gode opbakning, vi har til vores arrangementer/kampe i det daglige.

Så drager vores U14 drenge til Spanien på fodbolds tur og det er med stor glæde at Måløv Boldklub udover tilskud fra klubben til 3 træner, også kan give vores drenge 15.000 kr. med, som klubben har søgt til holdet, fra Nordea-fonden. Stor tak til Nordea-Fonden, der endnu engang støtter Måløv Boldklub.

Og sidst men ikke mindst Update fra HS1

Op til sæsonstarten løb Måløv Sponsor Cup endnu en gang af stablen, og traditionen tro bød turneringen på både god fodbold samt en masse intense lokalopgør. Den endelige sejr gik for andet år i træk til Ballerup-Skovlunde Fodbold, som via to sejre og to uafgjorte, til sidst kunne trække det længste strå på straffespark i finalen mod B1973.

For HS1's vedkommende blev det til tre opløftende præstationer, samt en lille off-day mod de senere vindere fra BSF, som ubarmhertigt straffede MB med 4-0. I det hele taget blev det til opløftende præstationer alle tre dage, hvor HS1, hvis man ser bort fra det stærke Serie 2 mandskab fra BSF, besejrede tre øvrige Serie 3-mandskaber, med samlede 14-1, og endte på turneringens 3. plads.

Fin sæsonstart

De fine takter fra foråret samt sommerens Sponsor Cup har HS1 taget med sig ind i efteråret, hvor det i turneringen indtil videre er blevet til 5 sejre, en uafgjort og et enkelt nederlag, hvilket lige pt. er betyder at holdet er at finde på en 3. plads, kun to point fra en oprykningsplads.

Holdet er i store træk intakt i forhold til ef-

teråret, og de ændringer der har været over sommeren har blot betydet at holdet er i en endnu stærkere forfatning end tidligere, med op til flere spillere som er gået direkte ind på holdet. Lige pt. er der derudover flere spillere at finde på træningsanlægget i Måløv, som ligeledes vil kunne forstærke holdet markant, når de på et tidspunkt er klar til at blive bragt i spil.

Alt er derfor på plads til at HS1 i år kan tage det næste skridt, og med den rette indstilling til træning og kamp, så er der ikke meget der bør stå i vejen for en succesfuld sæson. Men fokus på tre point skal og bør være målet hver weekend, hvis den nuværende position lige uden for oprykningspladserne skal forbedres, da de øvrige tophold ligeledes virker stærke, og ikke har smidt mange point indtil videre.

Videre i Seriepokalen

HS1 har i efteråret spillet på flere heste, og er gået videre til kvartfinalen i Seriepokalen. Pokalturneringen er for hold under SBU fra Serie 2 og ned, og bliver afsluttet i maj måned 2014 med finalekamp på Brøndbys bane 2, med kåring af den endelige vinder og pokaloverrækkelse inde på stadion. For at når så langt skal HS1 som minimum overvinde Tyrkisk KIF, når de to hold mødes i Damgårdsparken i Ballerup d. 22. april 2014.

Lindebjerg car parts	Lindebjerg racing	Måløv dæk center
Måløv Hovedgade 100 - 2760 Måløv Tlf. 3886 7600 - 4466 0008 www.lindebjerg racing.dk		
Dæk og AutoService alle mærker Måløv Dækcenter		

Måløv Idræts Forening

Formand:

Jens Kjærgaard Dall
Mobil 28 48 26 03
E-mail:
formand@maaloevif.dk



Kasserer:

Ulla Jørgensen
Tlf. 44 65 20 93
E-mail: kasserer@maaloevif.dk

www.maaloevif.dk

Medlemstal: 860

Måløvhallerne og Idrætsparken

Måløv Hovedgade 48

Østerhøjhallen, Klakkebjerg 4

Måløv SkoleKratvej 14

Brydegården, Kratvej 9

Måløv Idræts Forening på Facebook



MIF har oprettet en side på Facebook, og vi vil gerne invitere vores medlemmer og andre interesserede til at bruge siden.

Det er et sted, hvor du har mulighed for at komme med kommentarer, hvis der er noget, du gerne vil fortælle os.

MIF har oprettet denne side for at lytte, lære og - ikke mindst - gå i dialog med vores brugere. En arbejdsgruppe med 5 af MIF's instruktører står bag dette nye initiativ.

Besøg Måløv Idræts Forenings side på Facebook. Hvis du kan lide siden, så klik på "Synes godt om"-knappen.

Fortæl også gerne dine venner om vores side.

Vi glæder os til at høre fra dig.

MIF er med i DM i foreningeudvikling



Måløv Idræts Forening er udvalgt til at repræsentere DGI Storkøbenhavn ved dette års mesterskab, som løber frem til maj 2014.

DGI står bag mesterskabet, som bygger på organisationens ambition om, at landets idrætsforeninger skal være eksperter i at tiltrække medlemmer ved at fange tidens tendenser og udbyde idræt og motion, som fanger mange danskere. Ud over MIF er 33 andre idrætsforeninger med i DM.

DM startede med en konference i Vejle lørdag den 28/9, hvor 2 bestyrelsesmedlemmer og 2 instruktører repræsenterede MIF. Konferencen gav inspiration til at udvikle foreningen på udvalgte områder, f.eks. lederrekruttering, faciliteter, nye aktiviteter, nye målgrupper og flere medlemmer.

Formanden for Måløv Idræts Forening, Jens Kjærgaard Dall, glæder sig til de næste syv måneders indsats: "Vi ved, at det batter at være med i DM. Det har forskere fra Syddansk Universitet påpeget i en rapport fra dette forår. Forskernes resultater viser, at DM-foreningerne i højere grad end andre foreninger har tiltrukket flere frivillige, flere medlemmer og udviklet foreningens idræts-tilbud".

Måløv Idræts Forening bestemmer selv hvilke udviklingsmål de sætter, og hvor højt overlæggen skal placeres. Foreningen skal nu i gang med at sætte mål for DM-projektet og arbejde intenst med nyskabende initiativer og aktiviteter i minimum syv måneder fra september 2013 til maj 2014 – og gerne i lang tid derefter.

Hvis du har ideer til DM-projektet og eventuelt ønsker at være med, så skriv til formand@maaloevif.dk eller ring til Jens Kjærgaard Dall på 28 48 26 03.

Der vil løbende være nyheder om DM i foreningsudvikling på MIF's side på facebook og på foreningens hjemmeside.

MIF danseaften

Så starter vi på sæsonens danse-
aftener – første gang bliver

fredag den 1. november 2012
kl. 19:00, som vanligt i

Caféen ved Måløv ny hal,

hvor vi også i år lægger ud med
Poul Erik, som fører os gennem

Square Dance

Vi danser i cirka to timer fra
kl. 19:00-21:00 – og herefter vil
der som altid blive budt på
et let traktement.

Øl, vand og vin kan købes til
rimelige priser.

Medbring selv service, bestik,
kaffe og kage.

Pris: 100,00 kr. pr. person
som betales ved indgangen.

Tilmeld dig i god tid og senest
den 29. oktober af hensyn til
plads og indkøb:

på www.maaloevif.dk under
Arrangementer – Danseaftener

Eller hos: Lis Piil Rasmussen
tlf. 44 65 46 06

PS! Næste danseaften er den
29. november, sæt allerede nu
kryds i kalenderen og se
mere på hjemmesiden..

MIF KALENDER

2013

- | | |
|--------------|---|
| 23. okt. | Generalforsamling |
| 25. okt. | Halloween i Måløv |
| 1. nov. | Danseaften |
| 18.-19. nov. | Måløv ny hal og Østerhøjhal
len lukket pga. kommunal
valg |
| 29. nov. | Danseaften |
| 8. dec. | Juletræsfest |
| 23. dec. | Juleferien starter |

2014

- | | |
|--------------|-------------------------|
| 6. jan. | Start efter juleferien |
| 31. jan. | Danseaften |
| 10.-14. feb. | Vinterferie |
| 28. feb. | Danseaften |
| 5. april | Gymnastikopvisning |
| 12. april | Sæson 2013-2014 slutter |

Juletræsfest 2013



I år bliver MIF's juletræsfest afholdt søndag d. 8 december. Sæt kryds ved datoen. Program følger på vor hjemmeside og på Facebook., det bliver også uddelt på børneholdene.

**Kirkens
genbrug**

MÅLØV HOVEDGADE 63
Tlf. 44 66 66 85

SÆSON 2013 – 2014

Læs herunder sæsonprogrammet for Måløv Idræts Forening
- og se de mange flere detaljer på www.maaloefif.dk

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

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
101	Krummer 1 (piger/drenge 1 - 3 år)	Mandag	17:00 – 17:50	Måløv ny hal	Karina, Anne-Sofie, Helene	600 kr.
103	Krummer 2 (piger/drenge 1 - 3 år)	Onsdag	17:00 – 17:50	Østerhøjhallen	Christina M.	600 kr.
102	Krummer 3 (piger/drenge 3 - 4 år)	Mandag	18:00 – 18:50	Måløv ny hal	Karina, Anne-Sofie, Helene	600 kr.
104	Krummer 4 (piger/drenge 3 - 4 år)	Onsdag	18:00 – 18:50	Østerhøjhallen	Christina M.	600 kr.
105	Spilopper (piger/drenge 1 – 3 år)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Vibeke	650 kr.
106	Sjov gymnastik for hele familien (piger/drenge 3 – 7 år)	Fredag	17:30 – 18:30	Måløv ny hal	Helle, Thomas, m. fl.	800 kr.
111	Turbofræsere 1 (piger/drenge 4 – 5 år)	Mandag	17:00 – 17:50	Østerhøjhallen	Christina C., Tina S.	600 kr.
112	Turbofræsere 2 (piger/drenge 4 – 5 år)	Onsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Helle	600 kr.
113	Fars lopper (piger/drenge 4 – 6 år)	Tirsdag	18:00 – 18:50	Måløv gl. hal	Vibeke	800 kr.
125	Zumba Kids (piger/drenge 6 – 11 år)	Lørdag	10:00 – 10:50	Måløv spejsal	Sandra	600 kr.
126	Tons & leg (piger/drenge 7 - 8 år)	Mandag	18:00 – 18:50	Østerhøjhallen	Christina C., Tina S.	600 kr.
131	Springfiduser, begyndere (piger/drenge fra 6 år)	Tirsdag	16:00 – 16:50	Måløv gl. hal	Sanne, Sonja	600 kr.
132	Springfiduser, let øvede (piger/drenge fra 8 år)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Sanne	600 kr.
133	Springfiduser, øvede	Tirsdag	18:00 – 18:50	Måløv gl. hal	Sanne, Phillip	600 kr.
141	MTV-dance 1 (piger/drenge 6 – 7 år)	Tirsdag	16:00 – 16:50	Måløv gl. hal	Claudia, Caspar	600 kr.
142	MTV-dance 2 (piger/drenge 7 – 9 år)	Torsdag	16:15 – 17:05	Måløv spejsal	Nana	600 kr.
143	MTV-dance 3 (piger/drenge 9 - 12 år)	Torsdag	17:30 – 18:20	Måløv spejsal	Claudia, Caspar	600 kr.
151	Parkour (piger/drenge fra 12 år)	Onsdag	18:00 – 19:45	Måløv gl. hal	Team Parkour	875 kr.
161	Rope Skipping (piger/drenge 8 – 14 år)	Fredag	18:30 – 19:50	Måløv gl. hal	Emilie, Tanja	875 kr.
171	Yoga for børn (piger/drenge 9 – 13 år)	Tirsdag	16:15 – 17:15	Måløv spejsal	Lis Anja	650 kr.

Gymnastik, voksne

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
201	Motion for rigtige mænd	Mandag	19:00 – 19:50	Måløv ny hal	Jette	650 kr.
211	Bevæg dig glad (M/K)	Mandag	20:00 – 20:50	Måløv ny hal	Jette	650 kr.
212	Aerobic/Workout (M/K)	Mandag	17:15 – 18:05	Måløv spejsal	Annette	650 kr.
221	Zumba® Fitness 1 (M/K)	Mandag	19:00 – 19:50	Østerhøjhallen	Jane	650 kr.
222	Zumba® Fitness 2, højt tempo (M/K)	Mandag	20:00 – 20:50	Østerhøjhallen	Jane	650 kr.
223	Zumba® Fitness 3 (M/K)	Tirsdag	20:30 – 21:20	Måløv spejsal	Sandra	650 kr.
224	Zumba® Fitness 4 (M/K)	Onsdag	19:00 – 19:50	Østerhøjhallen	Grazyna	650 kr.
225	Zumba® Fitness 5, behersket tempo (M/K)	Lørdag	09:00 – 09:50	Måløv spejsal	Sandra, Jane	650 kr.
226	Zumba® Toning (M/K)	Onsdag	20:00 – 20:50	Østerhøjhallen	Grazyna	650 kr.
231	Gymnastik dagtid (M/K)	Fredag	10:30 – 11:20	Måløv barfodssal	Lisser	650 kr.
232	Gymnastik dagtid (M/K) – afspænding	Fredag	11:25 – 11:40	Måløv barfodssal	Lisser	200 kr.
241	CrossGym® (M/K)	Onsdag	19:00 – 19:50	Måløv gl. hal	Anja M., Søs	650 kr.
281	Pensionistgymnastik (M/K)	Tirsdag	10:45 – 11:45	Brydegård (Loen)	Ketty	500 kr.

Spinning

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
301	Spinning 1 (M/K)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Henrik	1000 kr.
302	Spinning 2 (M/K)	Tirsdag	18:00 – 18:50	Måløv gl. hal	Henrik	1000 kr.
303	Spinning 3, morgen (M/K)	Torsdag	06:00 – 06:50	Måløv gl. hal	Anja D.	1000 kr.
304	Spinning 4 (M/K)	Torsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Bjarne	1000 kr.
305	Spinning 5 (M/K)	Torsdag	18:00 – 18:50	Måløv gl. hal	Bjarne	1000 kr.
306	Spinning 6, formiddag (M/K)	Lørdag	10:00 – 10:50	Måløv gl. hal	Henrik	1000 kr.
307	Spinning 7, morgen (M/K)	Søndag	08:30 – 09:20	Måløv gl. hal	Anja D.	1000 kr.

Passivt medlemskab

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

Yoga og Qi Gong (M/K)

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
401	Yoga 1 (M/K)	Tirsdag	09:00 – 10:30	Brydegård (Loen)	Pia	1125 kr.
402	Yoga 2, ryg/skuldre/nakke (M/K)	Tirsdag	17:15 – 18:45	Måløv spejsal	Lis Anja	1125 kr.
403	Yoga 3 (M/K)	Torsdag	16:00 – 17:50	Brydegård (Loen)	Therese	1500 kr.
412	Medicinsk Qi Gong, Jichu Gong	Torsdag	18:30 – 19:30	Brydegård (Loen)	Marianne	900 kr.

Svømning, børn

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
521	Mor og barn, plask og leg 1 (fra 3 år)	Tirsdag	16:30 – 17:00	Måløv Skole	Christine	700 kr.
542	Mor og barn, plask og leg 2 (fra 3 år)	Torsdag	16:35 – 17:05	Måløv Skole	Christine	700 kr.
532	Far og barn, plask og leg (fra 3 år)	Onsdag	17:05 – 17:35	Måløv Skole	Hanne	700 kr.
522	Piger, begyndere (fra 5 år)	Tirsdag	17:05 – 17:35	Måløv Skole	Cecilie	550 kr.
531	Drenge, begyndere (fra 5 år)	Onsdag	16:30 – 17:00	Måløv Skole	Hanne	550 kr.
541	Piger/drenge, begyndere (fra 5 år)	Torsdag	16:00 – 16:30	Måløv Skole	Christine	550 kr.
533	Drenge, begyndere (fra 6 år)	Onsdag	17:40 – 18:10	Måløv Skole	Nicco	550 kr.
543	Piger/drenge, begyndere (fra 6 år)	Torsdag	17:10 – 17:40	Måløv Skole	Christine	550 kr.
523	Piger, begyndere/let øvede 1 (fra 6 år)	Tirsdag	17:40 – 18:10	Måløv Skole	Cecilie	550 kr.
524	Piger, begyndere/let øvede 2 (fra 6 år)	Tirsdag	18:15 – 18:45	Måløv Skole	Cecilie	550 kr.
534	Drenge, begyndere/let øvede (fra 6 år)	Onsdag	18:15 – 18:45	Måløv Skole	Nicco	550 kr.
544	Piger/drenge, beg./let øvede 1 (fra 6 år)	Torsdag	17:45 – 18:15	Måløv Skole	Christine	550 kr.
551	Piger/drenge, beg./let øvede 2 (fra 6 år)	Fredag	16:00 – 16:30	Måløv Skole	Cecilie	550 kr.
525	Piger, let øvede/øvede	Tirsdag	18:50 – 19:20	Måløv Skole	Cecilie	550 kr.
535	Drenge, let øvede/øvede	Onsdag	18:50 – 19:20	Måløv Skole	Nicco	550 kr.
545	Piger/drenge, let øvede/øvede 1	Torsdag	18:20 – 18:50	Måløv Skole	Christine	550 kr.
552	Piger/drenge, let øvede/øvede 2	Fredag	16:35 – 17:05	Måløv Skole	Cecilie	550 kr.
526	Piger, øvede/rutinerede	Tirsdag	19:25 – 20:10	Måløv Skole	Cecilie	825 kr.
546	Piger/drenge, øvede/rutinerede	Torsdag	18:55 – 19:40	Måløv Skole	Christine	825 kr.

Svømning, damer/herrer

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
611	Unge piger/damer, svømning/motion 1	Mandag	16:00 – 16:30	Måløv Skole	Winnie	650 kr.
612	Unge piger/damer, svømning/motion 2	Mandag	16:30 – 17:00	Måløv Skole	Winnie	650 kr.
637	Unge mænd/herrer, svømning/motion	Onsdag	19:25 – 19:55	Måløv Skole	Nicco	650 kr.
613	Unge piger/damer , Aqua Fitness/ vandaerobic (low power)	Mandag	17:00 – 17:45	Måløv Skole	Winnie	975 kr.
614	Unge piger/damer, Aqua Fitness/ vandaerobic damer (high power)	Mandag	17:45 – 18:30	Måløv Skole	Winnie	975 kr.

Mavedans og Line dance

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
701	Mavedans, øvede	Mandag	19:00 – 20:30	Måløv spejsal	Tina R.	1125 kr.
702	Mavedans, let øvede	Tirsdag	19:00 – 20:20	Måløv spejsal	Susan	975 kr.
711	Line dance, øvede (M/K)	Torsdag	19:15 – 20:40	Måløv spejsal	Jeannette	1050 kr.



Autoriseret

SPH VVS & KLOAK A/S

www.sph.dk

Døgnservice

44 97 13 53

Er Qi Gong noget for dig?

Qi Gong – hvad betyder det?

Qi betyder livskraft eller livsenergi. I lighed med elektrisk energi kan vi hverken se qi eller røre ved den, men vi ved den findes, og vi har mulighed for at komme i forbindelse med den.
Gong betyder metode eller teknik.

Biyunmetoden er en medicinsk Qi Gong, der er både forebyggende og helbredende. Den fremmer og aktiverer kroppens iboende evne til at hele og helbrede. Ifølge klassisk kinesisk medicin er krop, sind og sjæl integrerede; balancerne styrkes jo friere Qi – livskraften – strømmer.

I modsætning til akupunktur kræver Qi Gong ikke nogen behandler, man behandler så at sige sig selv, da vigtige akupunkturpunkter stimuleres under træningen, så man frigør sig fra belastende tilstande og kommer i en mere naturlig balance. Man kan umiddelbart efter træningen mærke større grad af ro, velvære og jordforbindelse.

Læs mere her: www.biyun.dk

Der er ledige pladser på MIF Jichu Gong holdet (grundtræning), torsdag kl. 18:30 – 19:30

Gennem en serie af langsomme bløde bevægelser, som udføres med opmærksomhed og fordybelse, åbnes for gennemstrømning i meridianerne. Øvelserne stimulerer og styrker muskler, led og sener samt afbalancerer nervesystem og kredsløb.

Du får det simpelthen bedre – så enkelt er det.

Alle kan deltage. Påklædning: løstsiddende tøj. Udgift til CD: 80 kr.

Se mere og meld dig på www.maaloevif.dk under Sæsonprogram.

Bestyrelse/kontaktpersoner		
Hold	Navn/Adresse	Telefon/e-mail
FORMAND	Jens Kjærgaard Dall Bakkesvinget 16 2760 Måløv	28 48 26 03 formand@maaloevif.dk
KASSERER	Ulla Jørgensen Platanvej 14, 3200 Helsingør	44 65 20 93 kasserer@maaloevif.dk
GYMNASTIK BØRN	Karina Blomberg Markloddan 42 2760 Måløv	44 65 83 22 boernegymnastik@maaloevif.dk
GYMNASTIK VOKSNE YOGA/QI GONG/DANS	Jytte Hansen Brydegårdsvej 5, 2760 Måløv	44 65 53 40 bryde5@yahoo.dk
GYMNASTIK VOKSNE YOGA/QI GONG/DANS	Ruth Borgen Søndergårds Allé 27, 3 tv. 2760 Måløv	44 97 71 65 ruth@famborgen.dk
PENSIONISTGYMNA- STIK/SPINNING	Gustav Blomberg Søndergårds Allé 53, 3 th, 2760 Måløv	44 97 16 70
SVØMNING	Winnie Rahtgen Dyssemarken 17 2760 Måløv	44 65 73 65 / 28 38 61 20 winnierathgen@hotmail.com
KOMMUNIKATION	Bent Knudsen Axel Juels Allé 78 2750 Ballerup	44 97 81 64 / 61 71 81 64 bentknudsen2750@gmail.com
WEBMASTER	Uffe Mortensen Tvillingevej 15	44 65 15 61 / 23 90 83 87 webmester@maaloevif.dk

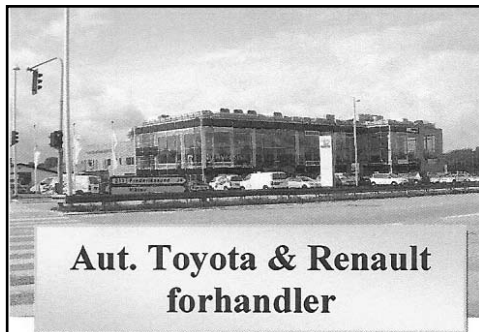


Tandlægehuset i Måløv

Måløv Hovedgade 88, 2760 Måløv

På gensyn
Michael Due Jensen

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



Arne Stubbe Automobiler A/S

Måløv Byvej 7
2750 Ballerup
Tlf. 44 97 21 70
www.stubbe.dk

Hår-rødderne

Måløv Hovedgade 65
2760 Måløv
Tlf.: 4466 4947



Ole Knudsen

Måløv Hovedgade 57, 1.
2760 Måløv
Tlf. 23 28 47 75

www.maaloev-koereskole.dk

ALT I GLAS

GLARMESTER

TERMORUDER · BUTIKSRUDE SERVICE
ALMINDELIG GLAS · SIKKERHEDSGLAS
SPEJLE · FORSIKRINGSSKADER

LARS JOHANSEN A·S

TELF. 44 65 46 26

WWW.LARSJOHANSEN.DK
MÅLØV VÆRKSTEDSBY 101

DØGNVAGT

måløv sport

Redaktør:

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

Tlf: 44 97 16 70

Næste nummer af **måløv sport**
udkommer den 3. december 2013.

Stof skal være redaktionen i
hænde senest den 10. nov. 2013.

E-mail: grete@plums.dk

Oplag: 3.600 ekspl.