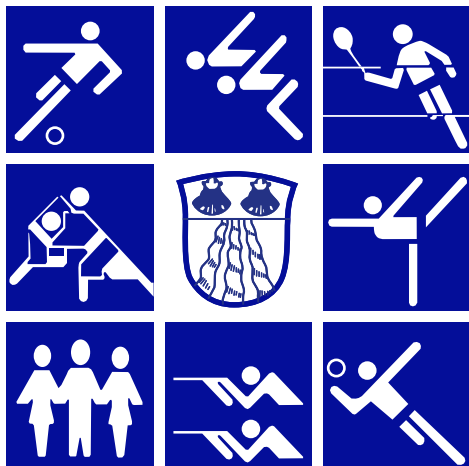




måløv sport

Medlemsblad for

Måløv Badminton Club

Måløv Boldklub

Måløv Idræts Forening

63. årgang

nr. 1

februar 2014

Nytårsforsæt

kom nu i gang igen - se de mange muligheder inde i bladet!



Lidt vinter er det blevet til i Naturparken i Måløv.

MÅLØV BADMINTON CLUB



Formand: Karsten Friis

Tlf: 42 65 66 64, 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: 430

NORDEAFONDEN STØTTER MBC



MBC får kr. 12.900,- af Nordeafonden til dækning af udgifterne til LBS-turen for ungdom i efteråret 2013.

Landsbadmintonstævnet (LBS) er efterhånden blevet en klassiker for MBCs ungdom. I år var ikke mindre en 27 spillere og 7 ledere med fra MBC. De havde alle 3 herlige dage med badminton og social hygge.

Men et sådan udflugt er naturligvis ikke gratis, så Nordeafondens tilskud er meget velkomment.

Checken blev overrakt af medarbejdere fra Nordea Ballerup-afdeling til klubben ved ungdomsafdelingens afslutning den 19. december.

KM FOR VOKSNE 2014

I år afvikles klubmesterskaberne i slutningen af april, umiddelbart efter påske, afsluttende med klubfest den 26. april.

Klubmesterskabet afvikles som følger:

- Tirsdag den 22. april: Singler
- Onsdag den 23. april: MIX-doubler
- Torsdag den 24. april: Rene doubler
- Lørdag den 26. april: Finaler

Der er sidste tilmelding til klubmesterskaberne den 11. april.

Tilmelding kan ske online på hjemmesiden, til banesætterne eller til trænere.

I rækker, hvor der er en finale, vil denne blive spillet om lørdagen ved finalestævnet. Det vil ikke være muligt at afvikle disse kampe om aftenen i ugens løb. Hvis en finale-spiller ikke har mulighed for at møde op lørdag, udgår denne spiller/par og næste i rækken overtager finalepladsen.

PLANTE OASEN



*Vi kan åbne
helt året!*

Man.-fre. kl. 9.00-17.30

Lør.-søn. kl. 9.00-16.00

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

DER SPILLES I FØLGENDE RÆKKER

M RÆKKEN:

Denne række indeholder alle spillere, som deltager på seniorernes fællestræning. Disse spillere er tvunget M-rækkespillere. Ungdomsspillere over 14 år, som ønsker at tilmelde sig de voksnes klubmesterskab, er ligeledes tvungen M-rækkespillere.

Øvrige spillere kan frit tilmelde sig M-rækken.

A+ RÆKKEN:

Meget rutinerede spillere, herunder voksen-fællesspillere fra onsdagstræningen, 20-21 i Gl. Måløvhal.

A RÆKKEN:

Rutinerede spillere, herunder voksen-fællesspillere fra onsdagstræningen, 20-22 i Ny Måløvhal.

B RÆKKEN:

Øvede spillere, herunder voksen-fællesspillere fra torsdagstræningen, 20-22 i Østerhøjhallen.

C RÆKKEN:

Nybegyndere og let-øvede spillere, herunder voksen-fællesspillere som tidligere spillede om tirsdagen, 21-23 i Ny Måløvhal.

KLUBFEST

Vanen tro slutter vi klubmesterskabet med en herlig fest, som afholdes den 26. april kl. 19 i umiddelbar forlængelse af finalestævnet. Prisen er 200 kr. Sidste tilmeldingsfrist er den 22. april – og tilmelding kan ske på hjemmesiden, til trænere eller til banesætterne.

Læs yderligere på klubbens hjemmeside
www.maalov.dk.

Her kan f.eks. læses om op- og nedrykningsregler, betaling og program ligesom resultaterne fra de foregående år kan findes.

VOKSEN FÆLLESSPIL

Træningen mandage i november og januar ved Patrick har været en succes med deltagelse af 20 personer hver gang, og ved sidste træning måtte 4 spillere fortrække (frivilligt!) til den anden hal.

Der vil derfor også blive arrangeret træning mandag d. 17. marts kl. 21-23. Tilmelding på hjemmesiden og ved fællesspillet eller til undertegnede.

Træningen er for alle i klubben, der er interesserede.

Det koster som tidligere 25 kr at deltage i træningen.

Hvis man gerne vil spille denne aften, men ikke deltage i træningen, kan det foregå i Ny Hal.

Vedr. holdturneringen kom veteranholdet som ventet i nedrykningsspillet via en sidsteplads med en enkelt sejr, der er dog kun 2 point op til at klare frisag. Men hvis det ender med en nedrykning, plejer de jo at rykke op året efter!

Mix. holdene klarer sig meget blandet med placeringer i både top og bund. Som det tegner sig nu kan mix. 1 og 2 ende i samme række næste år.

Herreholdet ligger i den tunge ende, men mangler 2 kampe mod bundholdet, så de forhåbentligt kravler lidt op i tabellen.

Husk tiden nærmer sig klubmesterskabet fra d. 22-26/4. Det er allerede nu mulig at tilmelde sig via hjemmesiden, til fællesspillet eller til undertegnede. Det ville være dejligt, hvis vi i år kunne få flere deltagere fra spillere med fast banetid. Det plejer at være hyggelige dage med liv i hallen.

Og husk ikke mindst klubfesten, som i år har selveste formanden som primus motor, og som lokker med levende musik.

På VF- udvalgets vegne
Finn Mathorne

SENIOR

Martin vinder turnering i Roskilde

I midten af januar var flere spillere i aktion i den store seniorturnering i Roskilde. Martin Jørgensen var med i C-rækken, og spillede sig uden de store problemer igennem både kvartfinale og semifinaler. I finalen mødte han en spiller fra Grindsted, der startede som lyn og torden og uden problemer vandt 21/12. Martin fik heldigvis justeret spillet til, og fik vendt kampen til en sejr med hhv. 21/17 og 21/15 i de to sidste sæt og kunne herefter lade sig hylde som vinder af turneringen. Martin var også med i herredouble, men røg her tidligt ud af turneringen.

Udover Martin stillede Ken og Patrick op i B-rækken, og selvom Patrick i første runde slog den topseedede spiller ud af turneringen, blev han slået i kvartfinalen. I herredouble blev kvartfinalen også endestation for de to Måløvspillere. Endelig var Kim og Jesper med i D-rækken, men røg ud efter en kamp.

Nedrykningsspil venter begge hold

Trods en forrygende afslutning i sidste runde i grundspillet, hvor først førsteholdet sejrede med 9-4 og siden fulgte andetholdet trop med en sejr med de samme cifre, var det ikke nok til at kvalificere sig til oprykningsspillet, og begge hold må nu ud og kæmpe for overlevelse i slutspillet.

Selvom begge hold skal i nedrykningsspil, har første halvdel af sæsonen bestemt ikke været skuffende. "Det har været en hård sæson for Måløvs seniorafdeling med masser af skadede spillere, og i det lys har begge hold faktisk præsteret ganske glimrende", udtaler seniorudvalgsformand Jeppe Krag, der samtidig påpeger, at man selvfølgelig gerne ville have endt i den bedre halvdel af rækken. Og ser man bort fra, at man endte i nedryknings-

spillet, har første halvdel også budt på en række positive tendenser, bl.a. har man i høj grad har opfyldt målsætningen om, at integrere de ungdomsspillere, der er blevet gamle nok til at spille seniorbadminton: "Det har været en fornøjelse at opleve de unge herrer både til træning og til kamp. De er gået uimponeret til sagen, og i de sidste par kampe er effekten af det hårde arbejde også begyndt at vise sig resultatmæssigt, da alle spillere har vundet kampe på andetholdet", supplerer Jeppe sin tidligere udtalelse.

D

et bliver nu spændende at se, hvordan begge hold klarer sig i slutspillet, men da holdene kommer over i slutspillet med hhv. 6 og 4 point, skal meget gå galt, hvis ikke begge hold ender med at spille i den samme række til næste år.



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



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

Aktiviteter 2014

29. marts	Åben U13ABCD stævne i Måløvhallerne
12.-16. apr	Hallerne er ikke lukket. VFSA og banetimer som normalt
22.-26. apr.	Klubmesterskaber for voksne
3. maj	Klubmesterskaber for ungdom
12. maj	DM i Skolebadminton i Måløvhallerne

Aflysninger 2014

17.-21. apr.	Hallerne lukket pga. påsken
--------------	-----------------------------

ALT INDENFOR STILLADSDUDLEJNING
- 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

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 Boldklub

Formand:

Brian Rasmussen

Tlf: 22 14 21 08

bras@dbusjaelland.dk



Økonomiansvarlig

Klaus AlstedHeidi Halberg

Ungdomformand:

Ledig stilling

Seniorformand:

Martin Grauballe.dk

www.mb-boldklub.dk

Medlemstal: 450

Den 11. januar 2014 modtog Heidi Halberg **"Faxe kondi leder legat"** gennem DBU, hvor der blev sagt følgende ord:

Legatmodtager er synonym med Måløv BK

Kasserer Heidi Halberg modtog det ene af i alt to Faxe Kondi Prisen for hendes store frivillige lederindsats i Måløv Boldklub.

Årets legatmodtager er synonym med boldklubben Måløv BK. I indstillingen hedder det: "man kan ikke sige Måløv Boldklub uden at man siger legatmodtagerens navn". Vores legatmodtager har lagt utallige timer i klubben Måløv BK i seneste år og "jobbeskrivelsen" har været meget bred – og måske er det nemmere at nævne de opgaver vores legatmodtager ikke løfter, indledte bestyrelsesmedlem Peter Roslev fra DBU Sjælland.

Heidi Halberg har været medlem af klubbens bestyrelse siden 2008 og har siden hen været opdrejningspunktet for alver-

dens arbejdsopgaver, kontakten mellem trænere og forældre, bestyre klubhuset, planlægning af arrangementer, kontakten til samarbejdspartnere og meget mere.

Den eneste svaghed – og det gælder nok for mange her – er, at hun ikke kan sige nej... og det har den konsekvens at mange opgaver lander på hendes bord. Hun er meget vellidt i klubben og har altid en positiv tilgang til de opgaver og udfordringer, som kræver hendes opmærksomhed. Hendes humør og gå-på-mod smitter af på alle og det lever klubben højt på, sagde Peter Roslev.

Heidi skriver: Efter det super flotte "Faxe kondi leder legat" er det lidt med beklagelse, at jeg trods de meget flotte ord, nu takker af og trækker mig fra Måløv Boldklub. Jeg vil gerne sige 1000 tak for rigtig mange gode år, hvor jeg som tilflytter flyttede til området i år 2004, hvor min søn startede i Måløv Boldklub og jeg startede som holdleder og efterfølgende hjalp til i cafeen for derefter at blive valgt ind i bestyrelsen i 2008 som kasserer.

Og som der blev nævnt i de flotte ord fra DBU, er kasserer jobbet kun en lille bid af de mange opgaver, jeg har haft i Måløv Boldklub, Jeg vidste intet om regnskab, men jeg havde nogle gode læremestre i Måløv Boldklub og har i dag så meget styr på regnskab og brugen af styresystemet, at jeg nu også tager ud og underviser andre klubber.

Mine opgaver har gennem tiden også heddethende der laver mad, hende der gør rent, del af ungdomsudvalg, ungdomsformand, ansvarlig for kontrakter, møder med kommunen, ansættelse af træner, massør for HS, arrangeret store stævner samt fester i klubben, ansvarlig for gaver, medlemsan-

svarlig, hjemmesideansvarlig, ansvarlig for at skrive her i Måløv Sport, opstartet og træned "boldsjov holdet", "opfandt" og fik startet ansættelse af ungtræner op, ja selv på klubbens hjemmeside er det mit private nummer, der står.

Da jeg har modtaget pension i 13 år, har Måløv Boldklub været min "medicin" til at komme ud af min pension, jeg har lært at leve et godt liv med konstante smerter og jeg har fået et ansvar, og der er nogle der har haft brug for mig, det har givet mig så meget mod på at jeg godt ville mere, så i foråret 2013 opsagde jeg min pension og arbejder nu mere end fuldtids inden for min uddannelse, med unge psykisk syge, plus jeg er startede min egen netbutik op halbergfashion.dk med tøj og brugskunst. Det betyder også, at det er med lidt dårlig samvittighed at det er i år, jeg modtager le-

gat, da jeg ikke føler at jeg har haft tid til at give Måløv Bldklub lige så meget som de øvrige år, hvilket også er årsagen til jeg nu stopper.

Men jeg kan kun opfordre alle til at give en hånd med i en forening, uanset om man har fast arbejde eller man som jeg før hen, måske ikke kunne bestride et "normalt" arbejde, men som ville være en kæmpe ressource for en forening, for jeg må da være beviset på, at man intet behøver vide om fodbold/sportsgren for at kunne bestride samtlige –eller rigtig mange opgaver i en forening.

Jeg tror på at man får, hvad man giver, jeg har givet rigtig meget til Måløv Boldklub, men har fået mindst lige så meget igen, med gode venskaber, erfaringer og en masse læring.



Bestyrelsesmedlem Peter Roslev og legatmodtager Heidi Halberg fra Måløv Boldklub.

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



Vandaerobic – hvornår ser vi dig?

Træn dig glad, motion er godt for alle uanset alder og fysisk form.

Motion er med til at give dig styrke og energi til at klare hverdagens gøremål, så du får overskud til lidt mere.

Det er vigtigt, at du gør det du kan, også selv om kræfterne måske ikke rækker så langt.

Det er altid bedre at gøre lidt end slet ingen-ting.

Derfor – kom og få en prøvetime på et af MIF's vandaerobic hold, hvor vi får motion samtidig med at vi hygger os.

Læs mere om alle de gode ting ved vandaerobic på hjemmesiden (<http://www.maaloevif.dk/Aqua-Fitness-er-populært->), og se samme sted hvornår du kan prøve det.

PS. På grund af omklædningsforholdene er det desværre kun for damer.

PPS. Det kaldes også Aqua Fitness, men det er helt det samme.

Så er vi fremme ved sæsonens sidste

MIF danseaften

fredag den 7. marts 2014 kl. 19:00

som vanligt i

Caféen ved Måløv ny hal

hvor vi igen mødes med Poul Einar (P. E.), som fører os videre 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 traktament.

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.

Alle kan deltage – nybegyndere såvel som erfarne.

Tilmeld dig i god tid og senest den 4. marts af hensyn til plads og indkøb:

På www.maaloevif.dk under
Arrangementer – Danseaftener
Eller hos:
Lis Piil Rasmussen 44 65 46 06

Fastelavn i Måløv Idræts Forening

Til alle børnehold
(gymnastik og svømning):

Mandag den 3. marts 2014 kl. 17:30-18:30 vil vi godt invitere alle børn og voksne til at komme udklædt til tøndeslagning med alt godt i tønderne, med præmie for bedste udklædte både for børn og voksne. Der vil være kage og saftvand til alle.

Det foregår i Måløv ny hal, vi håber rigtig mange vil komme og få en sjov og anderledes time i MIF.

Adgangstegn for at komme ind: Du skal være udklædt!

Du må godt give instruktøren på dit hold besked på om at du kommer, så ved vi cirka hvor meget kage og saftvand vi skal sørge for.

På festligt gensyn,



Krumme instruktørerne mandag
Helene, Anne-Sofie og Karina



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

Er det nu nødvendigt?

Ja, jeg spørger – for når jeg ser og oplever, hvordan Måløv-hallerne bliver behandlet! F. eks. tændt lys og døre åbne ved toiletter, når disse er forladt. Personer der sidder på bordene i caféen med snavset fodtøj på stolene. Musikanlæg der får ødelagt indstillingen og udsat for hærværk. Madrasser der bliver taget ud af deres beslag på væggen.

Hærværk på døre. Papir på gulvet ved håndvaskene. Yderdøre der bliver åbnet forkert i stedet for at bruge koden samt meget, meget mere!

For slet ikke at tale om alt det tøj, der bliver glemt!

Nu må ansvarlige lærer, ledere og instruktører gøre en indsats, og fortælle at sådan opfører man sig ikke her (formentlig gør man det ikke derhjemme).

Der må da være nogen, der er ansvarlige for at brugerne behandler området godt – eller er der?

Det skal jo være et rart sted at komme! Håber dette nødråb må blive hørt, og der blive taget hånd om problemerne.

Venlig hilsen
Gustav Blomberg

**Kirkens
genbrug**

MÅLØV HOVEDGADE 63
Tlf. 44 66 66 85

Lokalsamfundet er med til at forme MIFs idrætstilbud

Af: Bent Knudsen, DM-gruppen.

For 4 måneder siden begyndte DM i foreningsudvikling, der er arrangeret af Danske Gymnastik- & Idrætsforeninger (DGI). Måløv Idræts Forening (MIF) er med, og formålet med vores deltagelse er at gøre foreningen bedre og blive et kraftcenter i lokalområdet. MIF har valgt at sætte fokus på kommunikation, frivillighed og ledelsesudvikling.

På kommunikationsområdet arbejder MIF for en tættere kommunikation med foreningens medlemmer, bl.a. ved at være i bedre dialog med forældre og medlemmer i forbindelse med undervisningen. Vi opfordrer medlemmerne til at komme med forslag til forbedringer og til at fortælle om gode og mindre gode oplevelser, de har i MIF. Vi er ved at sætte system i meldinger om fejl og mangler ved lokaler m.v. Vi har endvidere oprettet en Facebook-side og ophængt Idébank-plakater i alle lokaler, hvor MIF afholder træning. Det har givet os en del feedback fra både medlemmer og ikke-medlemmer.

P.t. er vi i gang med en større spørgeskemaundersøgelse, som henvender sig til alle i lokalområdet. Bestyrelsen vil blandt andet bruge besvarelserne af spørgeskemaundersøgelsen som input ved overvejelser om nye aktiviteter og træningsformer.

På frivillighedsområdet arbejder vi målrettet på at få flere medlemmer til at

hjælpe med at løse opgaver i foreningen. Vi har lavet detaljerede beskrivelser af arbejdsopgaver af kortere og længere varighed og opslået dem på hjemmesiden. Inden for ledelsesudvikling er en række udvalg i gang med at forberede udkast til procedurer og retningslinjer for organiseringen af arbejdet i foreningen. Vi har endvidere taget fat på planlægningen af workshops, der har som formål at udvikle en fælles vision og strategier for Måløv Idræts Forening.

I MIF er vi således i fuld gang med at omsætte vores mål til virkelighed, så vi forhåbentligt kan komme med i opløbet om en af de fem DM-titler. Den 1. maj skal vi indsende beskrivelse af vores resultater til DM-juryen, som skal finde fem vindere af DM i foreningsudvikling blandt de 34 deltagende foreninger. Den 22. maj er alle DM-foreninger inviteret til finale og fejring i Vingstedcentret.

MIF KALENDER

2014

10.-15. feb.	Vinterferie
7. marts	Danseaften
5. april	Gymnastikopvisning
22. okt.	Generalforsamling

SÆSON 2013 – 2014

Så er Måløv Idræts Forening startet på anden halvdel af sæsonen
med reducerede priser.

Læs her om gymnastik, Zumba, sjipling, parkour,
CrossGym, svømning, yoga, Qi Gong, spinning og dans
- og se mange flere detaljer på www.maaloevif.dk

Nyt i år!

**Flere springhold, Rope skipping
(sjipling) og yoga for børn
Større udvalg i Zumba,
CrossGym for de seje
Børnesvømning fra 5 år,
flere svømmehold for børn og voksne**

Tag en rask beslutning - meld dig til et eller flere hold
inden der bliver overtegnet!

HUSK: halv pris fra 16. december!

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!

Du kan ved tilmelding eller på hjemmesiden abonnere
på MIF's elektroniske nyhedsbrev.

Ballerup Bladet

-bringer
sporten!

Kontakt os
vedr. omtale
og resultater..



44 60 03 30

CENTRUMGADEN 2 A 2750 BALLERUP • TLF 44 60 03 30

FAX. 44 60 03 31

SÆSON 2013-2014

OBS: fra 16. december kun halv pris!

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	325 kr.
103	Krummer 2 (piger/drenge 1 - 3 år)	Onsdag	17:00 – 17:50	Østerhøjhallen	Christina M.	325 kr.
102	Krummer 3 (piger/drenge 3 - 4 år)	Mandag	18:00 – 18:50	Måløv ny hal	Karina, Anne-Sofie, Helene	325 kr.
104	Krummer 4 (piger/drenge 3 - 4 år)	Onsdag	18:00 – 18:50	Østerhøjhallen	Christina M.	325 kr.
105	Spilopper (piger/drenge 1 - 3 år)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Vibeke	375 kr.
106	Sjov gymnastik for hele familien (piger/drenge 3 – 7 år)	Fredag	17:30 – 18:20	Måløv ny hal	Helle, Thomas, Karen og Anne Sofie	450 kr.
111	Turbofræsere 1 (piger/drenge 4 – 5 år)	Mandag	17:00 – 17:50	Østerhøjhallen	Christina C., Tina S.	325 kr.
112	Turbofræsere 2 (piger/drenge 4 – 5 år)	Onsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Helle	325 kr.
113	Fars lopper (piger/drenge 4 – 6 år)	Tirsdag	18:00 – 18:50	Måløv gl. hal	Vibeke	450 kr.
125	Zumba Kids (piger/drenge 6 – 11 år)	Lørdag	10:00 – 10:50	Måløv spejsal	Sandra	325 kr.
131	Springfiduser, begyndere (piger/drenge fra 6 år)	Tirsdag	16:00 – 16:50	Måløv gl. hal	Sanne, Sonja	325 kr.
132	Springfiduser, let øvede (piger/drenge fra 8 år)	Tirsdag	17:00 – 17:50	Måløv gl. hal	Sanne	325 kr.
133	Springfiduser, øvede	Tirsdag	18:00 – 18:50	Måløv gl. hal	Sanne, Phillip	325 kr.
141	MTV-dance 1 (piger/drenge 6 – 7 år)	Tirsdag	16:00 – 16:50	Måløv gl. hal	Claudia, Caspar	325 kr.
142	MTV-dance 2 (piger/drenge 7 – 9 år)	Torsdag	16:15 – 17:05	Måløv spejsal	Nana	325 kr.
143	MTV-dance 3 (piger/drenge 9 - 12 år)	Torsdag	17:30 – 18:20	Måløv spejsal	Claudia, Caspar	325 kr.
151	Parkour (piger/drenge fra 12 år)	Onsdag	18:00 – 19:45	Måløv gl. hal	Team Parkour	450 kr.
161	Rope Skipping (piger/drenge 8 – 14 år)	Fredag	18:30 – 19:50	Måløv ny hal	Emilie, Tanja	450 kr.
171	Yoga for børn (piger/drenge 8 – 13 år)	Tirsdag	16:15 – 17:05	Måløv spejsal	Lis Anja	350 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.
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.
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.

Yoga (M/K)

Nr.	Hold	Ugedag	Kl.	Lokale	Instruktør	Pris
401	Yoga 1 (M/K)	Tirsdag	09:00 – 10:30	Brydegård (Loen)	Pia	550 kr.
402	Yoga 2, ryg/skuldre/nakke (M/K)	Tirsdag	17:15 – 18:45	Måløv spejsal	Lis Anja	550 kr.
403	Yoga 3 (M/K)	Torsdag	16:00 – 17:50	Brydegård (Loen)	Therese	750 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.

Passivt medlemskab

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



Autoriseret

SPH VVS & KLOAK A/S

www.sph.dk

Døgnservice

44 97 13 53

Hjælp MIF med at blive bedre - Svar på 20 spørgsmål – vind 200 kr.

Mange af vores medlemmer har allerede besvaret spørgsmålene i vores foreningsundersøgelse. Det er vi glade for. Vi vil dog gerne have endnu flere til at svare på spørgsmålene. Hvis du er blandt dem, som endnu ikke har fået svaret på vores online spørgeskema, så kan du stadig nå det. Det er vigtigt, at vi får svar fra både medlemmer, ikke medlemmer og instruktører.

For at få flere svar har vi forlænget fristen til **søndag den 2. marts 2014.**

Du kan finde et link til undersøgelsen på forsiden af hjemmesiden:

www.maaloevif.dk

Vi trækker lod om 5 x 200 kr. til Ballerup Centeret (DGI trækker vinderne) som tak for hjælpen.

På forhånd tak

Thomas Lorenzen, instruktør og medlem af DM-gruppen, mail: dm@maaloevif.dk

Kontrakter og børneattester – hvem vil give os en hånd?

Vi er nu gået ind i sidste halvdel af denne sæson, og snart skal vi til at tænke på næste sæson. I den forbindelse har vi en række administrative opgaver, som vi skal have løst. F.eks. når vi skal lave nye kontrakter for vores instruktører og hjælpeinstruktører samt indhente børneattester ved nyansættelser af instruktører. Det er en afgrænset og overskuelig opgave, som også er tidsmæssigt overkommelig.

Vi mangler bare én til at løse den!

Det er selvsagt af afgørende betydning

for foreningen, at vi får kontrakterne på plads med vores medarbejdere. Derfor håber vi, at ét af vores medlemmer vil hjælpe os med denne opgave, så vi også kan tilbyde undervisning til vores medlemmer i den kommende sæson.

Ring snarest muligt til formanden, Jens Kjærgaard Dall, mobil 2848 2603, og hør nærmere om opgaven.

Du kan også sende en mail til: formand@maaloevif.dk

Måløv Idræts Forening har brug for frivillige

MIF er afhængig af, at frivillige giver en hånd med til at løse de løbende opgaver. Hvis du kan afse lidt tid til at hjælpe din forening, vil det være en stor hjælp for alle.

Vi har p.t. brug for hjælp til en række overskuelige opgaver, som vi har beskrevet på vores hjemmeside: www.maaloevif.dk/Frivillige-opgaver. Her finder du korte og klare beskrivelser af små og store opgaver. Vi kan desværre ikke give dig løn, men til gengæld kan vi tilbyde meningsfyldt arbejde og stor jobtilfredshed. Opgaverne er grupperet efter starttidspunkt.

Du kan kontakte DM-gruppen på mail: dm@maaloevif.dk, hvis du gerne vil høre mere om opgaverne, før du beslutter dig.

MIF's ”projekt DM i foreningsudvikling” har allerede skaffet 10 nye frivillige til foreningen, siden projektet startede i september 2013. Målet er, at vi skal have skaffet mindst 20 frivillige mere, inden projektet slutter til maj 2014. Følg med i DM-projektet og se vores ”Frivilligbarometer” på www.maaloevif.dk/DM

Bestyrelse

	Navn	Adresse	Telefon/e-mail
Formand	Jens Kjærgaard Dall	Bakkesvinget 16, 2760 Måløv	2848 2603 formand@maaloevif.dk
Kasserer	Ulla Jørgensen	Platanvej 14, 3200 Helsingør	4465 2093 kasserer@maaloevif.dk
Sekretær	Lis Kiemer	Søndergårds Allé 19, 4 2760 Måløv	4918 1348 / 2710 5512 lis@kiemer.dk
Kommunikation, udvikling	Bent Knudsen	Axel Juels Allé 78, 2750 Ballerup	4497 8164 / 6171 8164 bentknudsen2750@gmail.com
Udvikling, professionalisering	John Lemkow	Dyssemarken 5, 2760 Måløv	4468 0818 / 2080 8060
Gymnastik børn	Karina Blomberg	Markloden 42, 2760 Måløv	4465 8322 boernegymnastik@maaloevif.dk
Gymnastik voksne/yoga/ Qi Gong/dans	Jytte Hansen	Brydegårdsvej 5, 2760 Måløv	4465 5340 bryde5@yahoo.dk
Svømning	Winnie Rahtgen	Dyssemarken 17, 2760 Måløv	4465 7365 / 2838 6120 winnierahtgen@hotmail.com
Øvrige kontaktpersoner			
Gymnastik voksne/yoga/ Qi Gong/dans	Ruth Borgen	Søndergårds Allé 27, 3.tv. 2760 Måløv	4497 7165 ruth@famborgen.dk
Pensionistgymnastik	Gustav Blomberg	Søndergårds Allé 53, 3.th. 2760 Måløv	4497 1670
Spinning	Signe Villadsen	Kærlødden 33, 2760 Måløv	4156 8187 post@andersigne.com
Webmaster	Uffe Mortensen	Tvillingevej 15, 2765 Smørum	4465 1561 / 2390 8387 webmaster@maaloevif.dk

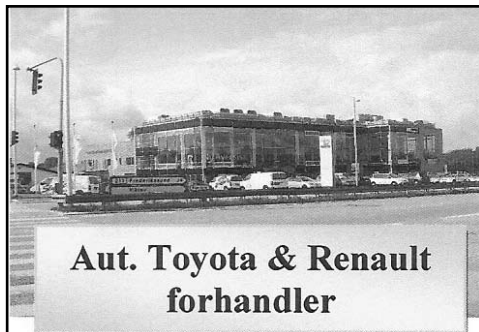


Tandlægehuset i Måløv

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 1. april 2014.

Stof skal være redaktionen i
hænde senest 16. marts 2014.

E-mail: grete@plums.dk

Oplag: 3.600 ekspl.