



GIF Nyt

Marts 2025



*Nyt fra Fitness,
Fodbold,
Gymnastik og
Outdoor*

*Flot
gymnastik-
opvisning*

*Husk GiFs
halfest lørdag
5. april 2025*

*Opfordring:
Kom ud af
busken og
deltag !*

*Støt OK med
GIF-aftalen*

*Glæd dig til
idrætsugen
4-12. juli
2025*



Kontaktpersoner GIFs ledelse



Hovedformand og sponsoransvarlig

Peer Kristensen

pk@gudumholm-if.dk, telefon 25 27 00 13



Kasserer

Simon Kristensen

kasserer@gudumholm-if.dk, telefon 53 54 47 32



Bestyrelsesmedlem

Ulrik Høyer Kold

uhk@gudumholm-if.dk, telefon 24 40 84 48



Bestyrelsesmedlem / Cafe / klubhus leje

Linda Klungsøyr Thomsen

lik@gudumholm-if.dk, telefon 24 92 04 34



Bestyrelsesmedlem

Thomas Kloster

tk@gudumholm-if.dk, telefon 23 84 59 49



Fitnessudvalg

Adri Skov Conrad-Lund

asc@gudumholm-if.dk, telefon 26 22 76 34



Fodboldudvalg (repræsentant i bestyrelsen)

Simon Kristensen

kasserer@gudumholm-if.dk, telefon 53 54 47 32



Gymnastikudvalg

Emma Rosengren Jalk

emj@gudumholm-if.dk, telefon 29 89 63 56



Stadionudvalg

Jan Sulkjær

js@gudumholm-if.dk, telefon 40 28 04 98



Outdoor (løb og gang)

Berit Sulkjær

bs@gudumholm-if.dk, telefon 40 28 97 97



Du kan finde alle GIFs trænere og ledere på www.gudumholm-if.dk



Kom ud af busken og deltag i fællesskabet!

Foråret er på vej. De lysere tider gør, at vores humør og trivsel forbedres. Og uanset vejr og vind, er der tilbud for GIFs medlemmer hver eneste dag året rundt i GIF.

Men det er ikke nogen selvfølge, fordi det kræver mange frivillige, som på en eller-anden måde vil involvere sig – stort som småt. Alle er vigtige i "fødekæden" af frivillige.

Derfor er det også glædelig at den nedsatte Trivselskommission netop er kommet med flere anbefalinger, bl.a.

- flere børn og unge skal have erfaring med frivillighed
- alle børn og unge bør have en fritidsaktivitet sammen med andre
- mere fysisk aktivitet og bevægelsesglæde i børn/unges liv

Det kan GIF være med til at indfri, men det kræver at de voksne er rollemodeller og deltager! Som aktive medlemmer, som frivillige, der giver en hånd med, som rollemodeller, som kunder og som deltagere.

Trivsel og frivillighed er en holdsport

Og lokalsamfundet kører kun rundt, når alle deltager i dels det frivillige arbejde, men også møder op til aktiviteter og arrangementer.

Uanset om det er GIF, Brugsen, skolen, Borgerforeningen eller andre, der bruger energi og tid på at "gøre noget for andre", så vil vi så gerne have flere med. Så kom nu ud af busken og deltag aktivt. Dermed bliver det et endnu "federe" sted at bo og leve lokalt.

GIF styrker fællesskabet

GIF står stærkt til fremtiden og vi har de sidste par måneder opgraderet klubhuset, så ledere, trænere, frivillige og medlemmer bliver gladere.

Fedt program til idrætsugen

Planlægningen af de 9 dage med idrætsugen er i fuld gang. Vi havde en fantastisk idrætsuge i 2024 med rekordbesøg og rekordresultat. Og med stor lokal opbakning bliver det igen en kæmpefest med masser af lokalt fællesskab. Du kan se det forventede program på næste side. Så husk lige at få styr på sommerferien, så hele familien er klar til idrætsugen (byfest).

Og nå ja, vi ses vel til halfest/Påskefest lørdag 5. april i Gudumholm Skolehal?

Ja, der er godt gang i GIF og det kan du læse meget mere om på de næste sider i GIF Nyt. God læselyst og tak for støtten og opbakningen til GIF.

Og husk nu at deltage!

Bestyrelsen



GIFs idræts- og motionstilbud



Vi har friske idræts- og motionstilbud til medlemmer i alle aldre indenfor Fodbold, Fitness, Gymnastik og Outdoor (løbe- og gå-fællesskab)

Hold dig i gang i dag for at være aktiv i morgen ☺

Se mere på

- www.gudumholm-if.dk
- www.facebook.com/gudumholmif



Støt GIF økonomisk

Du kan altid støtte GIF - også selv om du endnu ikke er aktivt medlem. Du kan f.eks. deltage i GIFs aktiviteter, købe lodsedler o. lign.

Og du kan være passivt medlem i GIF. Dermed signalerer du, at du anerkender de mange frivilliges store indsats og GIF's rolle i lokalsamfundet. Du støtter dermed GIFs næsten 600 medlemmer i Fitness, Fodbold, Gymnastik og Outdoor.

Du vælger selv dit beløb, som passivt medlem. Typiske støtte medlemskaber er i niveauet 100 kr. til 300 kr.



**Støt GIFs
medlemmer som
passiv medlem**

Beløbet kan overføres til/indbetales på GIF's konto i Spar Nord Vejgaard: 91282120000635 med dit navn og "passiv" i reference. Du kan også betale via MobilePay på tlf. 63452.

På forhånd tak for din støtte til GIF ☺

Bestyrelsen

Mød nye mennesker og gør en forskel lokalt

GIF har styrket strukturen, organiseringen og plejen af de frivillige. De mange frivillige er meget vigtige og hovedårsagen til, at GIF er så aktiv og veldrevet en idrætsforening. Derfor vil vi selvfølgelig passe rigtig godt på de mange frivillige.

Vi har derfor et godt overblik over alle, der på en eller anden måde ønsker at bidrage med en indsats som frivillig i GIF. Og der er også plads til dig 😊.

Opgaverne bestemmer du selv og kan omfatte alt fra hjælp i idrætsugen, hjælp til events, ledelse af GIF, SoMe,

salg i Cafe i klubhus, praktisk hjælp, håndværkerhjælp, vagter, o.s.v. Kort sagt: vi kan også bruge dine evner i fællesskabet "Klub frivillig" i GIF.


Hvis du vil være med, så har vi brug for et tilsagn fra dig i form af dit

- dit navn
- dit telefonnummer
- din mailadresse

Det vil vi gerne modtage via mail til frivillig@gudumholm-if.dk

Vi glæder os til at høre fra dig

Frivilligudvalget i GIF



**Husk at sige
TAK til de frivillige.
Det fortjener de 😊**



Stadionudvalget - de driftige håndværkere



Der sker en hel masse i klubhuset for tiden. Vi arbejder på at opdatere køkken og café med udvidelse og nyt inventar.

Så næste gang du kommer en tur i klubhuset, har vi udvidet caféen, fjernet det gamle pokalskab, som ikke længere passede ind 😊.

Der er malet og et stort tv hænges op, som forhåbentligt vil bruges til forskellige arrangementer.

Bordene skiftes ud, gulv repareret og bordtennisbord er indkøbt.

Nu er der lagt op til turneringer i bordfodbold og bordtennis, hvis det kan lokke 😊.



Gulvet er blevet frisket op inden inventar kommer på plads.

I køkkenet er der opsat nyt skab og rykket lidt rundt på tingene. Derudover påtænker vi at udskifte opvaskmaskinen med en lynhurtig smart model 😊.

Og som om det ikke er nok, så optimerer vi WiFi på hele stadion og vi arbejder på at få udvidet adgangssystemet fra fitness, så det også kan bruges i klubhuset og dermed blive "nøglefri".

Det er en stor, men tiltrængt, mundfuld i målet om at gøre klubhuset mere attraktivt og hyggelig at være i.



Idrætsugen nærmer sig

Tiden løber og snart skal vi i gang med idrætsugen. Her er udvalgets opgave bl.a. at få styr på telt, borde/bænke, bar, strøm til lys, kølere og diverse maskiner m.m.

Så er der lidt at arbejde med og har brug for hjælp til – meget mere om det når vi nærmer os 😊

Stadionudvalget



Er du vores nye håndværker hjælp?



Bliv frivillig håndværker i GIF og gør en forskel

Har du håndværkerevner og lyst til at bruge dem til noget meningsfuldt?

Og vil du være med til at gøre en forskel i GIF? **Så er det dig, vi leder efter** ☺

Vi søger engagerede frivillige til "servicegruppen", hvor hygge og fællesskab er i højsædet og hvor I sammen gør gavn i GIF. Måske du er pensionist eller bare har lidt tid til overs ☺

Opgaverne i servicegruppen kan f.eks. være:

- ✓ små opgaver i klubhus og motionscenter
- ✓ små opgaver på Gudumholm Stadion, f.eks. skrue, hamre, male, save hist og pist
- ✓ styr på flag og flagstænger
- ✓ styr på mål og målnet osv. – helt afhængig af dine evner og lyst til opgaverne



Vi tilbyder til gengæld:

- en sjov mulighed for at bruge dine evner sammen med andre
- et stærkt fællesskab med andre frivillige og medlemmer
- en chance for at gøre en positiv forskel i lokalsamfundet
- mindre aflønning i form af dækning af omkostninger, frivillig tøj, frivillig events, kaffe, kage o. lign.
- masser af hygge og godt samvær



Er du interesseret og vil høre mere, så kontakt

Jan Sulkjær, formand Stadionudvalg, tlf. 40280498, js@gudumholm-if.dk

Peer Kristensen, hovedformand, tlf. 25270013 eller pk@gudumholm-if.dk



Om Gudumholm Idrætsforening - siden 1933:

GIF er stiftet i 1933 og er en sund, veldrevet og flerstrengt idrætsforening med ca. 600 medlemmer fordelt i 4 idrætsgrene med fodbold, gymnastik, fitness og outdoor. GIF er organiseret med en hovedbestyrelse på 5 medlemmer, suppleret med udvalgsformand i Fodbold-, Gymnastik-, Fitness, Outdoor, stadion og sponsorudvalg. GIF drives af en meget ansvarlig ledelse, hvor der er "styr på butikken og økonomien". GIF har ca. 80 frivillige trænere/instruktører og frivilligklub på ca. 200 medlemmer, der er klar til at hjælpe ☺

Flot gymnastikopvisning



GIF Gymnastik kan igen se tilbage på en flot sæson. Alle vores hold har arbejdet benhårdt frem imod den store finale, nemlig Forårsopvisningen i Båndbyhallen lørdag 8. marts 2025.

Serier er blevet finpudset, spring er blevet perfektioneret og vi har leget til den helt store guldbælg.

Lørdagen blev skudt i gang med at gøre Båndbyhallen klar til at tage imod de op til 1000 gæster. Borde, stole, duge og blomster blev sat op. Redskaber hentet i Gudumholm Skolehal. 25 frivillige kagebagere, som havde bagt lækre kager til os, gjorde at vi kunne stille an til det store kaffe- og kagebord som vi plejer. Tak til alle frivillige, der gav en hånd med, både i kagesalget, med kagebagning og oprydningen bagefter.



Traditionen tro startede opvisningen med fælles indmarch efterfulgt af nationalsang "Der er et yndigt land", imens alle holdene stod på gulvet. GIFs faner blev i år båret af to af Noa og Gustav, som er gymnaster på Båndbygymnasterne og Noa og Gustav er også instruktører i GIF Gymnastik.

Herefter blev der budt velkommen til årets gymnastikopvisning og årets gymnastikkens GIF'er skulle udnævnes. Emma Rosengren fra gymnastikudvalget havde fået denne opgave og udnævnte Lasse Winterberg, som fortjent Årets GIF'er i Gymnastik.



Lasse er springinstruktør på Båndbygymnasterne og spring 2.-4. klasse. Lasse har selv været gymnast i GIF og han har siden 2014 også været instruktør. Lasse er en favorit blandt børnene og han møder dem altid med en rar energi, en sjov bemærkning og er også klar på at tumle lidt med de ældste af vores gymnaster, der stadig tror, at de kan ta' ham i en brydekamp, men det kan de ikke, endnu ... Vi ønsker Lasse et stort og velfortjent tillykke med prisen 😊

fortsættes

Flot Gymnastikopvisning



fortsat

Herefter blev der gjort klar til første hold på gulvet og forårsopvisningen blev sat i gang. Først på gulvet var Spring 2-4 klasse, efterfulgt af det første gæstehold, nemlig Rytme for Kvinder fra LKB Gistrup.

Så var det GIF's egne Hoppelopperne, et hold med både drenge og piger i alderen 4-5 år, som blev efterfulgt af dagens andet gæstehold, Spring 3-5 klasse fra Mou IF. Sidste hold inden pausen var vores egne Krudtuglerne, et hold for både piger og drenge i alderen 5-6 år.



I pausen blev der udtrukket tre heldige vindere af børne-tegnekonkurrencen og tre heldige vindere af voksenkonkurrencen, som alle vandt fine præmier sponsoreret af Spar Nord i Vejgaard.

Herefter gik instruktørerne på gulvet og fremviste både serier og spring. Det var et meget imponerende show de havde fået stykket sammen i år.

Derefter fortsatte programmet med Spring 0-1 klasse, Forældre/barn og Båndbygymnasterne, som er de ældste gymnaster i GIF, et mix hold af både drenge og piger fra 5. klasse og op, der laver både spring og rytme. Næstsidste hold var vores DanseMix 2-4. klasse.



Sidste hold på gulvet, var vores tredje gæstehold, nemlig Aalborgregionens DGI Landsdelsjuniorhold, hvor nogle af vores egne gymnaster også går på. De sluttede dagen af på imponerende vis.

Som altid går dagen utroligt hurtigt og der blev afsluttet med fælles udmarch for instruktører, hjælpere og føl.

En time senere var Båndbyhallen stort set helt ryddet igen og ingen ville kunne have gættet at GIF gymnastik den dag havde været vært for op mod 1000 mennesker til forårsopvisningen anno 2025.

Der starter ny sæson op til efteråret, følg med på GIFs Facebook og hjemmesiden.

Gymnastikudvalget

Støt GIF med OK aftalen

TAK til de mange trofaste medlemmer i GIF, OK og Brugsen, som i mange år har handlet lokalt og dermed gavner Brugsen, OK og GIF.

I 2024 modtog GIF hele 20.958 kr. og de penge gør gavn i GIF.

Og sådan skal det også være fremover - selv om der er kommet flere el-biler.

Sådan støtter du ...

Du kan støtte med 5 øre pr. kWh eller liter, hver gang du lader eller tanker på farten – og med 1 øre pr. kWh, når du tænder lyset, streamer en god serie i sofaen eller lader bilen derhjemme.

Det koster dig ikke noget at støtte lokalt. OK og Brugsen betaler hele beløbet. Få hjælp i Brugsen eller se mere på OKs hjemmeside:

www.ok.dk/privat/stoet-lokalt/saadan-stoetter-du

Nu kan du støtte



når du lader, tanker eller tænder lyset

OK



Brugsen
Gudumholm



Forventet program

IDRÆTSUGE 2025



Fredag 4. juli

- Motorcykler
- Grand oldboys: Sport 24 Cup
- Livemusik i teltet

Lørdag 5. juli

- Optog gennem byen
- 6-KAMP - gadehold
- Stegt pattegris
- DJ i teltet

Søndag 6. juli

- Spar Nord Cup
- Børneunderholdning
- Gymnastikopvisning
- Serie 3-4 fodbold

Mandag 7. juli

- Gåtur og skattejagt for familien
- Stegt flæsk i teltet
- Veteran biler
- Serie 1-2 fodbold

Tirsdag 8. juli

- Pensionistmiddag med musik
- Serie 3-4 fodbold
- Underholdning i teltet

Onsdag 9. juli

- Nøj, det' for børn
- Motionsløb
- Underholdning på plænen
- Serie 1-2 og 5 fodbold
- Livemusik i teltet

Torsdag 10. juli

- Oplevelsesløb
- Hyggearrangement
- Temaaften i baren
- Serie 3-4 finale
- Kvindefodbold
- Livemusik i teltet

Fredag 11. juli

- Carlsberg Cup for kvinder, oldboys og veteran fodboldhold
- Livemusik i teltet

Lørdag 12. juli

- Sponsorløb
- Serie 1-2 finale
- Sommerfest i teltet m/ buffet
- DJ i teltet

Vi tilbyder kolde drikkevarer, burgere, pølser, bland-selv-slik, hoppeborg, hoppepude og meget mere. Og vejret er altid godt og mange mennesker samles i Gudumholm.



Vi ønsker at styrke sammenholdet og skabe hygge i vores lokalsamfund og det mener vi, at vi kan ved at gå eller løbe sammen 😊

Men har du tid til at være med i sådan et fællesskab? Det håber vi - bare en gang i mellem.

Du binder sig ikke til at komme fast 1-2 gange om ugen hos os – det hjælper selvfølgelig, hvis du ønsker at træne op til noget, men det er absolut ikke et krav.

Vi ved også godt at det kan være rigtigt svært at komme op af sofaen og ud at træne, hvis du ikke er vant til det. Det kan GIF Outdoor hjælpe dig med 🥰

Hvad tilbyder GIF Outdoor?

GIF Outdoor kan tilbyde gå- og løbehold på forskellige niveauer – dvs. der er noget for alle der ganske enkelt bare gerne vil gå eller løbe sammen med andre 😊

Holdene tilpasses efter kondition og niveau, så der er også en plads til dig.

Er du i tvivl om hvilket hold, der passer dig bedst, så tag en snak med en af vores løbeværter, så vi finder det rette hold til dig – kontaktnumre til os finder du på hjemmesiden.

Du er meget velkommen til at møde op til vores træninger og prøve det af, inden du tager stilling til medlemskab.

Hvad sker der den kommende tid?

- ✓ Søndag d. 13. april tager WALK på tur til Lille Vildmose
- ✓ Torsdag d. 1. maj afholder vi MAJ-løb – halvmaraton og rundeløb fra klubhuset. Se opslag på facebook og hjemmeside.
- ✓ Lørdag d. 10. maj er WALK igen klar til tur, denne gang tager vi til Mou/Skellet og traver en tur på 1-1½ time langs Limfjorden.
- ✓ *Ikke fastlagt endnu:*
juni planlægger vi gåtur og i idrætsugen stabler vi en travetur og et motionsløb på benene.



Hvor finder jeg mere om GIF Outdoor?

Du kan finde en masse om GIF Outdoor på vores hjemmeside

www.gudumholm-if.dk/outdoor/

Tjek os ud 😊

Vi har det ret hyggeligt og sjovt sammen 🥰.

Det vil vi rigtig gerne dele med mange flere – så kom og vær med 🙏

GIF Fitness stadig i fin form. Det er herligt at konstatere, at Gudumholm og omegn fortsat træner og dyrker fællesskabet i vores lille familiære motionscenter. Bliv endelig ved det er sundt for krop og sjæl!

Stort set alle ugens dage er der holdtræning enten i form af styrke-, konditionstræning, spinning eller en god kombination af alle tre dele.

Holdene er stort set fyldte over hele linjen og der skal lyde en stor tak til vores dygtige og engagerede instruktører, der møder velforberejdede op og giver medlemmerne en god træningsoplevelse hver gang.



TRX-træning eller "slyngetræning" er kommet godt fra start, og er blevet taget rigtig godt imod. Instruktør Berit Sulkjær har i nogle uger kørt to gange ugentlige træninger.

Træningsformen er også god for herrer og der er planlagt en event 11. april

kun for herrer, så de kan prøve denne træningsform. Tilmelding skal ske via Conventus. Vi kan på forhånd love ømme muskler og en garanti for et godt grin 😊



Vi arbejder hele tiden på, at styrke vores motionscenter med nye tiltag og maskiner og vi har flere ønsker, som vi prøver at indfri, hvis det er muligt.

Idrætsugen nærmer sig og også for fitnessudvalget, hvor vi igen står for planlægningen af det årlige sponsorløb Tour de Gudumholm. Vi håber derfor, at du igen i år vil tage godt imod os, når vi kommer og spørger, om du vil sponsorere en løber eller cykelrytter.

På forhånd tak for din støtte.

Fitnessudvalget

NÅR CHEFEN ER SUR:

1. Undgå øjenkontakt.
2. Spil død hvis nødvendigt.
3. Drop punkt 2. Virker vist kun på bjørne og andre rovdyr.
4. Kast sprødstegt bacon hen til chefen.
5. Gentag indtil han/hun er god igen.

Telefonen ringede hos dyrlægen.

Det er Hr. Jensen, min kone er på vej hen til Dem med vores gamle hunkat. Lad som ingenting og giv hende en diskret sprøjte, så hun sover stille ind.

Det er forstået, sagde dyrlægen, men lige et enkelt spørgsmål: Kan katten selv finde hjem?



Du har 1000 kroner.
Din datter sms'er at hun skal bruge 400,-
Din søn sender en sms, om at han skal bruge 300,- Hvor meget har du tilbage??
Mig: 1000,- og to ulæste sms'er...

"Du tror sikkert, det er løgn, men hvis du vælger gulerødder frem for fredagslik, vand i stedet for kaffe, og bruger fuldkornspasta til din bolognese, er det faktisk muligt at reducere din livsglæde med helt op til 93%. God weekend!"



Søren's klasse er på besøg på politistationen, hvor en politibetjent viser dem rundt! Betjenten viser dem en plakat med de mest efterlyste personer!

Søren: - Er ham der virkelig efterlyst?

Betjenten: - Ja! Ham vil vi meget gerne have fat i!

Søren: - I skulle da have snuppet ham, da I tog billedet!



En lille dværg gik til lægen da han havde ondt forneden. Lægen bad ham om at trække bukserne ned, hvorefter han rejste sig og gik hen for at hente en stor saks. Dværgen kiggede nervøst på lægen og spurgte "Det gør vel ikke ondt?" Nej, svarede lægen, jeg klipper bare det øverste af dine gummistøvler af.



Nyt GIF/SSB samarbejde godt fra start



Flyvende start på holdsamarbejde

Mellem jul og nytår indledte GIF en dialog med SSB omkring samarbejde på herreseniorfodbolden, fordi begge klubber kunne se udfordringer på både kort og lang sigt.

Vi blev derfor hurtigt enige om, at vi ville stå stærkere sammen i et holdsamarbejde, hvor vi udnytter de fede faciliteter og gode kompetencer fra begge klubber – og da trænerkabalen hurtigt gik op, var det bare om at komme i gang i januar.



Spillere, sponsorer, ledere og GIF/SSBs "supportere" har alle taget godt imod det nye samarbejde. Det er vi rigtig glade for og vidner om, at det var den rigtige beslutning.

Vi har i den kommende sæson fælles hold i serie 1, 4 og 5. Vi har indtil nu været ca. 25-30 mand til hver træning, som primært har været på kunstgræs i Storvorde. Vi har også holdt en fed opstartsfest med stor succes.

Når vejret og banerne tillader det, rykker vi også træninger til Gudumholm på græs og vi vil derfra variere træningssted.

Der er flere spillere, der ikke er kommet ud af deres vinterhi endnu, så dem håber vi snart at se mere regelmæssigt, så vi kan blive endnu flere til træning og i det store sociale fællesskab.

Indtil nu ser det meget lovende ud i træningskampene. Der er fortsat ting at arbejde med både fodboldmæssigt og i relationerne, men vi får nu finpudset de sidste ting, så vi er 100% klar til turneringsstart.

Turneringskampene vil blive spillet både i Storvorde og i Gudumholm, og vi er så heldige, at de fleste hjemmekampe bliver "dobbeltkampe", hvor serie 1 og 4 spiller efter hinanden, så der bliver rig mulighed for at komme på stadion og se en god omgang fodbold. Første spillerrunde er hjemme på kunstgræsset i Storvorde lørdag 29. marts, hvor serie 1 møder Farsø og serie 4 møder Dall/Ferslev. Serie 5 har første hjemmekamp tirsdag 15. april.

Håber vi ses på stadion. Vi garanterer mål og pølser og håber på stor støtte.

Frederik Kristensen
Træner serie 1 og
medlem af fodboldudvalget



Er du vores nye SoMe frivillige?



SoMe frivillige søges til udvikling af GIF

Er du passioneret omkring sociale medier og kommunikation? Vil du være med til at gøre en forskel i vores idrætsforening? **Så er det dig, vi leder efter** 😊

Vi søger engagerede frivillige, der vil udvikle og hjælpe med vores SoMe-aktiviteter, herunder Facebook, hjemmeside, klubblad, Instagram, idrætsugeprogram og lignende - gerne med videoer o. lign.

Dine opgaver vil blandt andet være:

- opslag, der viser den gode historie om GIF
- promovning af events og aktiviteter
- skabe og dele indhold, der engagerer vores medlemmer og følgere
- samarbejde med andre frivillige og bestyrelsen for at fremme foreningens aktiviteter
- bidrage til fællesskabet og gøre en forskel



Vi tilbyder til gengæld:

- en sjov mulighed for at udvikle dine kompetencer inden for sociale medier, kommunikation og marketing
- et stærkt fællesskab med andre frivillige og medlemmer
- en chance for at gøre en positiv forskel i lokalsamfundet
- mindre aflønning i form af dækning af omkostninger, frivillig tøj o. lign.
- at dit CV bliver tilføjet din indsats som frivillig i GIF
- at der er tale om frivilligt arbejde

Er du interesseret og vil høre mere ? Så kontakt hovedformand

Peer Kristensen, tlf. 25270013 eller pk@gudumholm-if.dk



Om Gudumholm Idrætsforening - siden 1933:

GIF er stiftet i 1933 og er en sund, veldrevet og flerstrengt idrætsforening med ca. 600 medlemmer fordelt i 4 idrætsgrene med fodbold, gymnastik, fitness og outdoor. GIF er organiseret med en hovedbestyrelse på 5 medlemmer, suppleret med udvalgsformand i Fodbold-, Gymnastik-, Fitness, Outdoor, stadion og sponsorudvalg. GIF drives af en meget ansvarlig ledelse, hvor der er "styr på butikken og økonomien". GIF har ca. 80 frivillige trænere/instruktører og frivilligklub på ca. 200 medlemmer, der er klar til at hjælpe 😊

GIF PARTNERE



OK



spar nord
Hele Vejgaards bank



GULDSPONSORER

Dit autocenter
STORVORDE



VVS
Veje
Telefon: 2060 5616

Lars Bloch Brilller




Overgaard Jensen Byg

NØRGAARD SERVICE
• Ejendomsservice
• Have & Vintertjenester
• Freelance Montage
• Entreprenør & Byggeopgaver

Michael Nergaard
Storvorde 25 32 11 23



GULDSPONSORER



Auto KC
KONGERSLEV

Nybolig
Palle Ørtoft

Vejgaard **Gug**
Hadsundvej 59 9000 Aalborg Tlf. 9810 3322
Gugvej 196 9210 Aalborg SØ Tlf. 9814 9544


Tine Snedker
BEDEMAND
Tlf: 98 33 12 90

Kongerslev Malerforretning
Prækken over i'et
ved Simon Broberg Grønhoj - 23 88 09 34
www.kongerslev-malerforretning.dk




TØMRER OG SNEDKERFIRMAET
POUL MORTENSEN aps
Korinthvej 1 · 9220 Aalborg Øst
TLF. 98162812
www.poul-mortensen.dk

MURERMESTER
KURT PEDERSEN ApS
TLF. 98 33 94 40 / 40 51 14 40

GRØNBORG el
Høj kvalitet til aftalt tid!


—JELLESEN-TAG ApS—
512 43 648
www.jellesen-tag.dk


deko manden
98 31 88 41

SPAR 
ÅRESTRUPVEJ 2, 9000 AALBORG

**Aalborg
Bilsyn**

Flügger Farver
Storvorde

Malmester
Iben Gram Foldager
40 58 23 78

iben@maler-oh.dk



Vi tilbyder
hundehotel,
dagpleje
& butik.

Skriv til os
via facebook.

Tiendemarken 17 - 9280 Storvorde - www.solhojhundehotel.dk


Indkilde

SOLO
Grafisk A/S
...tryksager med omhu

SOLO Grafisk Univers

www.klarupcaravan.dk
**KLARUP
CARAVAN
CENTER**
TLF. 98 31 88 88

SØLVSPONSORER



SNEDKER Solutions ApS

Rustfri stål - Stål - Laserskæring

ENGVEJ 24, 9280 STORVORDE

SKOVL SELV

STORVORDE

ENGVEJ 24, 9280 STORVORDE

 **Sejflod Hotel**
98 31 63 26



**KONGERSLEV/MOU
TRÆLAST & BYGGECENTER**

SPONSORER FRIVILLIGE OG EVENTS

 **spar nord**

dit autocenter
STORVORDE

privatsikring

 **Overgaard Jensen Byg**

Brugsen
Gudumholm

3F
Aalborg
Medlemmernes fagforening

Lars Bloch Brillor

FLEX
montage

VVS
eje
Telefon: 2060 5616


—JELLESEN-TAG ApS—
512 43 648
www.jellesen-tag.dk

**TV SIFA
BINGO**

 **Aalborg
Kommune**

SPORT 24
AALBORG CITY

Carlsberg

Påskefest i Gudumholm

LØRDAG 5. APRIL 2025

Kl. 18.30 - 01.30 i Gudumholm Skolehal



Stor lækker
buffet

Entré er kun

275 kr.

inkl. lækker
påskebuffet, DJ
danseorkester
m.m.

Flotte gevinster
i stort lotteri

Musik leveres af DJ og
Dansepartiet

Baren tilbyder øl, snaps,
vin, sodavand, kaffe og
drinks til lokale retfærdige
priser 😊

**Billetter og bordbestilling købes hos Linda på
tlf. 24920434 - senest søndag 30/3**

Deltagere skal være fyldt 18 år og alle drikkevarer skal købes i baren.

Dørene åbner kl. 17.45 og lukker kl. 18.30.

Det er altså ikke muligt at "komme ind senere" (uden særlig aftale med GIF)