



IDRÆTSUGE

2  **22**



1-9. JULI 2022

Bestyrelse



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

Kasserer, Simon Kristensen, tlf. 53544732, sik@gudumholm-if.dk

Ulrik Høyer Kold, tlf. 24408448, uhk@gudumholm-if.dk

Thomas Kloster Sørensen, tlf. 23845949, tk@gudumholm-if.dk

Linda Klungsøyr Thomsen, tlf. 24920434, lik@gudumholm-if.dk

Fitnessudvalg

Formand, Rasmus Lind Ravn, tlf. 20910468, rlr@gudumholm-if.dk

Fodboldudvalg

Formand, Preben Thomsen, tlf. 41546610, pt@gudumholm-if.dk

Gymnastikudvalg

Formand, Joan Nielsen, tlf. 61654326, jmn@gudumholm-if.dk

Stadionudvalg

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

*Du kan finde alle GIFs trænere og ledere via www.gudumholm-if.dk
Følg også GIF på www.facebook.com/gudumholm-if*

Støt GIF som passiv medlem

Hvis du gerne vil støtte GIF, men ikke selv dyrker idræt, kan du tilmelde dig som passivt medlem i GIF.

Dermed signalerer du, at du anerkender de mange frivilliges store indsats og GIF's rolle i lokalsamfundet.

Du er samtidig med til at støtte GIFs ca. 700 medlemmer i Fitness, Fodbold, Gymnastik og Outdoor.

Du vælger selv dit beløb men typisk beløb er i niveauet 100 kr. 200 kr. eller 300 kr. ja op til 500 kr. ☺



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

På forhånd tak for din støtte til GIF.

Bestyrelsen

Velkommen til idrætsuge 1-9. juli 2022



Idrætsugen er tilbage med stemningen, spændingen, følelsen, folkeligheden og fællesskabet. Det er sommer - det er byfest og idrætsuge i Gudumholm 😊

Efter 2 års ufrivillig Corona-pause, byder GIF for 58. gang velkommen til idrætsuge og det er igen med et moderne og spændende program med fornyelser og med de velkendte populære indslag. Så vi er klar med en omgang "sund mental fitness" i 9 dage.

Vi har igen krydret underholdningen med fornyelser og sædvanlige populære indslag og har igen i år gjort endnu mere for de mange børn. Og så gentager vi succesen med Sommerfest i teltet, Gudumholm i bevægelse, 6kamp, Spar Nord Cup, Bingo-banko, Sport24 Cup og Carlsberg Cup med live musik, Sponsorløb og meget mere.

Og selvfølgelig en masse spændende fodboldkampe for spillere i alle aldre. Så der er fuld fart på igen i år og noget for enhver smag alle 9 dage i idrætsugen.

Vi vil gerne rette en stor tak til de mange fodboldspillere og tilskuere, som år efter år deltager i vores idrætsuge. Der skal også lyde en kæmpe tak til de over 150 frivillige, som med deres indsats gør det muligt at afvikle dette store arrangement, hvor over 3.000 mennesker besøger Gudumholm Stadion.

Velkommen til Idrætsuge 2022 😊

Bestyrelsen

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

Idrætsugens samarbejdspartnere:



Dit autocenter

STORVORDE

- ✓ Værksted
- ✓ Salg
- ✓ Erhverv
- ✓ Skadecenter



*Ring til Kim og bestil
tid allerede i dag*

**Dit lokale Autocenter
Alt samlet ét sted**



www.ditautocenter.dk



info@ditautocenter.dk



98318664



Husk at sige TAK til de frivillige. De fortjener TAK

TAK TIL SPONSORER PÅ DEN FLOTTE OG SEJE FRIVILLIGTRØJE

Over 150 frivillige er med til at afvikle idrætsugen på en professionel måde, så de mange gæster føler sig godt tilpas i et festligt, fornøjeligt og folkeligt miljø på Gudumholm Stadion i de 9 dage med idrætsuge.

Velvillige sponsorer gør det muligt, at de mange frivillige igen i år får en flot "FRIVILLIGTRØJE".



GIF vil derfor gerne takke følgende sponsorer for at gøre det muligt:

Dit autocenter
STORVORDE

Dagli' Brüggen
Gudumholm

OK

 **spar nord**

privatsikring


Indkilde

Lars Bloch Briller

 **Daffy**
Køkken

**TV SIFA
BINGO**

Murerfirmaet Hassing ApS

Murer- Kloakmester

v/ Christian Hassing
98 31 83 91
20 32 99 11



www.murerfirmaethassing.dk

SPORT 24
AALBORG CITY

FREDAG 1. JULI 2022

Kl. 18.00 ØLSMAGNING

Vi får besøg af Jørgen Rüdinger, der igennem mere end 20 år har arbejdet for Carlsberg og har over 400 ølsmagninger på samvittigheden. Jørgen tager os igennem de fem hovedkategorier af øl, ikklædt mere eller mindre ædruelige historier fra et langt ølliv. Vi skulle hilse og sige, at alle historier er selvoplevede, selvhørte eller selvdigtede.

Der serveres 8 slags øl og prisen pr. person er kun 150 kr.

Bemærk tilmelding og betaling er senest søndag 26. juni til Linda Klungsøyr Thomsen, tlf. 24920434. Betaling sker ved tilmelding på MobilePay 63452



Kl. 18.30 GRAND OLDBOYS FODBOLD

SPORT 24 CUP
AALBORG CITY



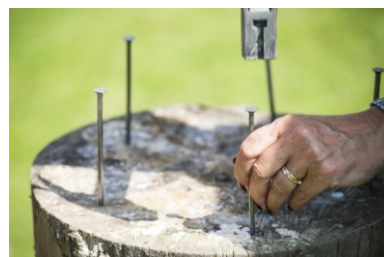
Fælles præmieoverrækkelse umiddelbart efter sidste kamp

FREDAG 1. JULI 2022

Kl. 18.00 KICK START I TELTET

Personalet i baren i teltet kick starter idrætsugen med Live musik og sommerstemning i teltet.

Du kan rafle om prisen på flaske øl fra kl. 20-21.00, spille med på "hvor lander duen", rafle, spille 3 på stribe med shots, beer pong, sømblok, øl på kander m.m..



Kl. 20.00 JENS STAGE

**LIVE
MUSIK**

Live musik i teltet med den kendte nordjyske troubadour, musiker, komponist, sangskriver, foredragsholder, m.m.

Jens Stage skaber en hyggelig stemning med blandet musik fra Bob Dylan, Kim Larsen, Sebastian o. lign. og der bliver også mulighed for ønsker fra publikum.

Så kom i teltet og nyd stemningen.



GRATIS HOPPEBORG ALLE DAGE



*Brug af
hoppeborgen sker
på eget ansvar og
forældre skal selv
holde opsyn*



**Vi bringer gerne din
bestilling ud med et
smil – helt gratis 😊**

Tlf. 9831 6774



Find os på Facebook



Kl. 12.30 OPTOG

Gadeholdene mødes ved kirken og går i samlet flok i festligt og karnevalsagtig optog fra kirken til Gudumholm Stadion.



Kl. 13.15 OFFICIEL ÅBNINGSTALE OG GADEKAMPE i 6KAMP

Efter optog og ankomst til Gudumholm Stadion er der officiel åbningstale af GIFs formand.

Herefter starter 6-kamp, hvor de 6 gadehold dystes for sjov i 6 forskellige og ukendte discipliner. Deltagerne i år er Stadionvej, Stampen, Kildevænget, Lillevorde Kær, Fælledparken og 3. halvleg. Der venter altså mange lokalopgør 😊



Det bliver igen super sjovt og fornøjeligt for både deltagere og tilskuere.

Der er plads til alle og det handler om at være med – ikke at vinde dysten 😊

Der er præmier til bedst udklædte hold, 3. pladsen og bedste detalje.



"Regler" for gadeholdene til "6 KAMP":

det hele er for sjov 😊 dommeren har altid ret 😊 vær gode ved hinanden, så ingen kommer til skade 😊 disciplinerne er primært for voksne, men børn kan også deltage 😊 fodtøj er primært gummisko 😊 undgå så vidt muligt større køretøjer på Gudumholm Stadion 😊 respekter, at GIF sælger drikkevarer, så det er selvfølgelig ikke tilladt at medbringe og drikke egne drikkevarer 😊

SØNDAG 3. JULI 2022

Spør Nord Cup

2022



3-, 5- og 7-mandsfodbold
for drenge og piger.

Søndag 3. juli, kl. 10-16



spar nord

Kl. 13.30 KAFFE OG KAGEBORD

*Inden Bingo Banko diskers vi op
med Gudumholms største og lækreste
kaffebord med hjemmebak fra lokale
husmødre og bagermestre 😊*

Fri kaffe og kage for kun 30 kr.



Kl. 14.30 BINGO BANKO GAVESPIK

*Kom og vær med til GIFs eget Bingo Banko.
Vind flotte gevinster fra Fjord Line, Aalborg
Teater, Lille Vildmose Centeret, Aalborg
Kongres & Kulturcenter, Spar Nord Vejgaard,
Privatsikring, Landinspektør Lone Larsen,
Tupperware, Kongerslev Træløst, Lene og
Taus Adamsen, Nybolig Vejgaard, Gigantium,
Gudumholm Blomster, m.fl. Vi spiller 2 x 10 spil og et finalespil.
Det er så billigt, at alle kan være med. 3 plader 50 kr. - 1 plade 20 kr.*



SØNDAG 3. JULI 2022

Kl. 16.30 FODBOLD HERRESENIOR

Kl. 16.30	Bane 1	Serie 5-6 - pulje 1	Aalborg Chang - SSB	
Kl. 17.25	Bane 2	Serie 5-6 - pulje 1	Kongerslev – Aalb. Chang	
Kl. 18.00	Bane 1	Serie 3-4 - pulje 1	Mou - Ø. Hornum	
Kl. 18.20	Bane 2	Serie 5-6 - pulje 1	SSB - Kongerslev	
Kl. 18.55	Bane 1	Serie 3-4 - pulje 1	RKG Klarup - Mou	
Kl. 20.20	Bane 1	Serie 3-4 - pulje 1	Ø. Hornum - RKG Klarup	

Spilletid 2 x 20 minutter

Puljevinder i serie 3-4 går videre til finalen torsdag 7. juli kl. 18.30

Puljevinder i serie 5-6 går videre til finalen lørdag 9. juli kl. 13.30



Kl. 17.30 VINSMAGNING

med lokale Charlotte og Ralf fra CASA VINHO

Charlotte og Ralf laver en sommersmagning med forskellige vine fra hele Portugal med information om hver enkelt vin og om Portugal som vinland.

Der bliver serveret en let tapas og der lægges op til en snak om deltagernes oplevelser af vinene.

Pris for vinsmagning inkl. tapas er kun 175 kr. pr person

Tilmelding senest Lørdag 2. juli til Linda, tlf. 24920434

Betaling sker ved tilmelding til MobilePay 63452.



Kl. 16.00 BØRNESJOV

Kom til Børnesjov på stadion til f.eks.

- *ansigtsmaling*
- *ram ballonen*
- *fiskedam*
- *guldgravning*
- *gummistøvlekast*
- *flødebollekast*
- *og det muntre køkken, som nok kan få selv de større børn til at få et godt grin 😊*



Alle aktiviteterne er gratis og er åben kl. 16-18.00. Familien kan så afslutte et par hyggelige timer med mad fra GIFs egen Cafe

Kl. 18.30 FODBOLD HERRESENIOR

Kl. 18.30	Bane 1	Serie 1-2 - pulje 1	LKB – Vejgaard	
Kl. 18.30	Bane 2	Serie 3-4 - pulje 2	Terndrup – SSB	
Kl. 19.25	Bane 1	Serie 1-2 - pulje 1	Vejgaard - Aalborg Freja	
Kl. 19.25	Bane 2	Serie 3-4 - pulje 2	SSB - Aalborg Chang	
Kl. 20.20	Bane 1	Serie 1-2 - pulje 1	Aalborg Freja - LKB	
Kl. 20.20	Bane 2	Serie 3-4 - pulje 2	Aalborg Chang - Terndrup	

Spilletid 2 x 20 minutter

Puljevinder i serie 1-2 går videre til finalen lørdag 9. juli kl. 14.00

Puljevinder i serie 3-4 går videre til finalen torsdag 7. juli kl. 18.30



MANDAG 4. JULI 2022

Kl. 18.00 STEGT FLÆSK m/persillesovs

GIF inviterer til fællesspisning i teltet med stegt flæsk med persillesovs og nye kartofler. Tilmelding til Linda Klungsøyr Thomsen, tlf. 24920434 senest søndag 3. juli. Betaling sker ved tilmelding på MobilePay 63452



Priser:

Voksen - 120 kr.

Børn u/ 12 år - 60 kr.

Kl. 19.15 STRAFFESPARK

I denne lille konkurrence modtager deltageren bolden på midten og dribler mod målmanden og skal score. Brænder man chancen - er man ude af konkurrencen. Scorer man – er man videre indtil der kun er én deltager tilbage, nemlig vinderen 😊 Deltagerprisen er 20 kr. og der er en præmie til vinderen. Deltagere er for elever 0-4. klasse





GIF PARTNER



GULDSPONSOR



Michael Nergaard
Storvorde 25 32 11 23



www.marine-engineering.dk Tel: +45 2211 1599



GULDSPONSOR



dit autocenter
STORVORDE

Flügger Farver
Storvorde

Malermester
Iben Gram Foldager
40 58 23 78

iben@maler-oh.dk

VVS
Telefon: 2060 5616

Murerfirmaet Hassing ApS

Murer- Kloakmester

v/ Christian Hassing

98 31 83 91

20 32 99 11



www.murerfirmaethassing.dk



Sejlflod Hotel
98 31 63 26

Kop & Kande
elsker godt kram
Jørgensmindevej - Klarup



Airbrushshop Danmark



Skanego



Indkilde

MURERMESTER

KURT PEDERSEN ApS

TLF. 98 33 94 40 / 40 51 14 40

**Aalborg
Bilsyn**

— JELLESEN-TAG ApS —

512 43 648

www.jellesen-tag.dk

SoLo
Grafisk A/S
...tryksager med omhu

SOLO Grafisk Univers

ZENFOTO

TIRSDAG 5. JULI 2022

Kl. 18.00 GIF SOMMERLØB

Gudumholm i bevægelse

Vi gentager succesen med motionsløb. Du kan vælge at løbe et halvmaraton eller et rundeløb på hhv. 5,3 – 10,6 – 15,9 km.

Løbet er et Cannonball-løb, hvor du selv er ansvarlig for tidtagningen. Underlaget er asfalt + grus og ruten er flad som en pandekage. I depotet får du vand, cola og bananer. Vil du nyde turen lidt mere, er der mulighed for early start for halvmaraton kl. 17.30.

Det koster kun 100 kr. at deltage, inkl. medalje, diplom, depot, burger/sandwich og øl/vand. Tilmelding foregår via MobilePay 975353 senest mandag 4. juli 2022.

Husk at angive om du løber rundeløb, 21,1 km og/eller early start.

Tag gerne publikum med – der er sommerfest på Gudumholm Stadion.



TIRSDAG 5. JULI 2022

Kl. 18.30 FODBOLD HERRESENIOR

Kl. 18.30	Bane 1	Serie 3-4 - pulje 3	GIF - Vaarst	
Kl. 19.25	Bane 1	Serie 3-4 - pulje 3	Vaarst - NN	
Kl. 20.20	Bane 1	Serie 3-4 - pulje 3	NN - GIF	

Spilletid 2 x 20 minutter

Puljevinder i serie 3-4 går videre til finalen torsdag 7. juli kl. 19.15



Kl. 19.15 STRAFFESPAK

I denne lille konkurrence modtager deltageren bolden på midten og dribler mod målmanden og skal score. Brænder man chancen - er man ude af konkurrencen. Scorer man – er man videre indtil der kun er én deltager tilbage, nemlig vinderen 😊 Deltagerprisen er 20 kr. og der er en præmie til vinderen. Deltagere er for elever fra 5-9. klasse



NØRGAARD SERVICE

Vi klarer Rengøringen for GIF, også i Idrætsugen 2022

Kundevennlige åbningstider hver dag kl. 07.30 - 19.45

*Gør en god handel i din lokale
Brugs og støt dermed også GIF*



Støt GIF, når du tanker benzin OK

*Når du har et OK Benzinkort, der er
tilknyttet GIF, så støtter du GIF. Det
betyder flere penge i klub-kassen –
til gavn for GIFs medlemmer. I 2022
modtager GIF over 21.000 kr. fra
OK-aftalen.*

*Har du endnu ikke et OK-kort, så
kan du bestille det i Dagli'Brugsen
Gudumholm*





Vi engagerer os helhjertet i lokalsamfundet

Vi hjælper med at få gode idéer til at blive til virkelighed. Det gør vi selvfølgelig, fordi vi er en forretning, men vi gør det også for områdets skyld. Det er nemlig god forretning, når det går godt. Og når det går godt, giver vi igen til forenings- og kulturlivet. Det skaber vækst, resultater og glæde. Det, synes vi, lokalområdet fortjener.

**Book et møde med souschef John Borg på 96 30 33 33
eller skriv en e-mail på jbo@sparnord.dk**

Spar Nord Vejgaard
Hadsundvej 20



sparnord



GULDSPONSOR



Lars Bloch Briller



TØMRER OG SNEDKERFIRMAET
POUL MORTENSEN aps

Korinthvej 1 · 9220 Aalborg Øst
TLF. 98162812
www.poul-mortensen.dk

GRØNBORG AS
Sondrup & Poulsen-el



DØGNSERVICE 96 34 37 00

www.gronborg-el.dk



SPAR 
ÅRESTRUPVEJ 2, 9000 AALBORG

Nybolig
Palle Ørtoft

Vejgaard Hadsundvej 59 9000 Aalborg Tlf. 9810 3322
Gug Vissevej 2 9210 Aalborg Øst Tlf. 9814 9544



Se vores hjemmeside: www.vejgaard-tm.dk



SØLVSPONSOR



KONGERSLEV TRÆLAST & BYGGECENTER
et byggecenter, lidt udover det sædvanlige!!!
Syrenvej 6, 9293 Kongerslev • Tlf. 98 33 14 22



KØRESKOLEN i CENTRUM
Storvorde & Aalborg
Thomas Mortensen 20 90 1111



TØJ- og EVENTSPONSOR



SPORT 24
AALBORG CITY



TV SIFA BINGO

 **spar nord**

privatsikring

Kl. 17.45 PRØV EN IDRÆT

Gudumholm i bevægelse

Kom på stadion og prøv nogle af GIFs tilbud om motion i Fitness og Gymnastik. Alle kan deltage Helt gratis og du kan vælge mellem:



Yoga: er bygget op omkring øvelser for smidighed, balance, styrke, udholdenhed og afspænding. Vi arbejder på at øge kropsbevidstheden, fremme kroppens restitution, forebygge skader, reducere stress, samt løsne op for spændinger. Der er ikke fokus på intensitet, men i stedet på fordybelse i øvelserne.

Medbring gerne egen yogamåtte og et tæppe, samt vand.

Styrke & Balance – vi arbejder kroppen igennem med træningsredskaber som mindre vægte, bolde, elastikker og egen kropsvægt. Alle øvelser foregår i roligt tempo for optimal træning.

Funktionel træning – en træningsform som inddrager hele kroppen og forbereder den til dagligdagens aktiviteter.

Cirkeltræning – er øvelser hvor det primært er kroppen der bruges til at træne, men med få redskaber. Der er fokus på både at få pulsen op og at få mere styrke.

Børnegymnastik – er leg og sjov med redskaber for alle børn mellem 5 og 10 år. Vi mødes på stadion og følges ad over i hallen på skolen. Her skal vi have pulsen op, sved på panden og røde kinder. Vi starter med nogle styrkeøvelser og så finder vi alle redskaberne frem og bygger en redskabsbane uden lige. Når vi er færdige rydder vi op og går sammen tilbage til stadion. Forældre er velkomne, men ikke påkrævede.

Kl. 18.30 FODBOLD HERRESENIOR

Kl. 18.30	Bane 1	Serie 1-2 - pulje 2	SSB - Gug Boldklub	
Kl. 18.30	Bane 2	Serie 5-6 - pulje 2	GIF - RKG Klarup	
Kl. 19.25	Bane 1	Serie 1-2 - pulje 2	Aalborg KFUM – SSB	
Kl. 19.25	Bane 2	Serie 5-6 - pulje 2	Mou - GIF	
Kl. 20.20	Bane 1	Serie 1-2 - pulje 2	Gug Boldklub - Aalb. KFUM	
Kl. 20.20	Bane 2	Serie 5-6 - pulje 2	RKG Klarup - Mou	

Spilletid 2 x 20 minutter

Puljevinder i serie 1-2 går videre til finalen lørdag 9. juli kl. 14.00

Puljevinder i serie 5-6 går videre til finalen lørdag 9. juli kl. 13.30



HUSK
vi flytter stadig
møblerne
med et smil

**VI KOMMER
I HELE
LANDSDELEN**

DIN
garanti for
en god
handel

TILBUD OG NYHEDER

på toppen i Vejgaard siden 1964

Rikke

Anita

Ole

Michael

Thomas

KÆMPE RESTMARKED

i tæpper og vinyl i alle størrelser

Kom med jeres mål og vi finder resten der passer.

Uanset for pris pr. kvm.

NU KUN PR. KVM.

50,-

Se vores hjemmeside med alle vores fantastiske tilbud og nyheder
www.vejgaard-tm.dk
eller ring efter Danmarks rigtige tæppebus, så kommer vi med en af vores 5 tæppebusser og måler op og giver uforpligtende tilbud.

Følg os på [vejgaarctaeppe montering](https://www.instagram.com/vejgaarctaeppe montering)

SE VORES HJEMMESIDE: www.vejgaard-tm.dk

Vejgaard

Tæppemontering

Hos os har alle mere end 30 års erfaring - det gør en forskel for dig!

Åbningstider: Man.-tor. 7.30-17.30, fredag 7.30-18.00, lørdag 9.00-13.00

Hadsundvej 68
Tlf. 98 13 94 99

ONSDAG 6. JULI 2022

Kl. 19.00 GIF TRAV - GÅTUR ved Åen

Gudumholm i bevægelse

Tag konen, manden, kæresten, veninden, kammeraten, kollegaen eller naboen med, og find de gode travesko og det gode humør frem til en gåtur på en flot rute fra Gudumholm, langs Lindenberg Å til Sejlflod og tilbage til Gudumholm Stadion.

Ruten er på 6 km og det er muligt at korte ruten af et par steder til hhv. 3, 4 eller 5 km. Ruten er helt flad, så barne-/klapvogne, løbecykler o. lign kan sagtens medbringes. Efter gåturen får alle deltagere billet til øl/vand

Det koster 50 kr. at deltage, og tilmeldingen registreres via MobilePay betaling til 975353 med tekst: GIF Trav. Sidste tilmelding tirsdag 5.juli.



TORSDAG 7. JULI 2022

Kl. 18.00 MINI OCR begynder

Gudumholm i bevægelse

GIFs MINI OCR begynder er perfekt til dig, som trænger til god og sjov motion eller bare har mod på at snuse lidt til OCR-verdenen.

- ***Ruten er max. 4 km og med styrke/cardio overraskelser.***
- ***GIF Fitness har instruktører til rådighed før, under og efter løbet til hjælp og evt. spørgsmål.***
- ***Børn 8-15 år skal være sammen med en voksen***
- ***Beklædning: tøj som tåler at blive lidt snavset***
- ***Bemærk også at der kan opstå kortere ventetider undervejs på ruten***
- ***Efter løbet modtager alle deltagere diplom, medalje og der udleveres billet til burger/sandwich og øl/vand.***

Det koster 100 kr. at deltage. Betal via MobilePay til 97662 (tekst: OCR)
Sidste tilmelding er onsdag 6. juli.

Hvem skal du udfordre og have med?



TORSDAG 7. JULI 2022

Kl. 18.30 FODBOLD HERRESENIOR

Kl. 18.30	Bane 1	Serie 3-4	Vinder pulje 1 - Vinder pulje 2	
Kl. 19.25	Bane 1	Serie 3-4	Vinder pulje 2 - Vinder pulje 3	
Kl. 20.20	Bane 1	Serie 3-4	Vinder pulje 3 - Vinder pulje 1	

Spilletid 2 x 20 minutter

Fælles præmieoverrækkelse umiddelbart efter sidste kamp



Kl. 19.00 TIP EN 10'ER - FOR EN 20'ER

Mød op og gæt med til endnu et af idrætsugens skøreste indslag med masser af sjov og underholdning. Der dystes og gættes i 10 dueller med lokale deltagere.

Det koster kun en 20'er at deltage og der er flotte præmier til de 3 vindere, der gætter flest rigtige blandt de 10 skøre indslag:

- 1) 4 stk. billetter til Aalborg Zoo*
- 2) Brunch gavekort*
- 3) 2 stk. billetter til Bio City*

Du kan deltage ved at udfylde og aflevere tipskuponen i teltet inden kl. 18.55.

Præmiesponsorer:



privatsikring





Vi ved noget om din Ford, som du ikke ved

Hos Indkilde Auto er vi eksperter i Ford - så du ikke behøver at være det. På værkstedet har vi 30 Ford mekanikere, der er specialister i at reparere og servicere netop din bil. Og mangler du et godt råd til, hvordan du bedst passer på din Ford, siger du bare til. Hos os er gode råd nemlig gratis.

Velkommen til minford.dk - her passer vi sammen på din Ford



Indkilde
minford.dk

FREDAG 8. JULI 2022

Kl. 17.45 FODBOLDSTÆVNE FOR OLDBOYS og KVINDER

Max. 7 spillere på banen.

Præmieoverrækkelse umiddelbart efter sidste kamp



Kl. 20.00 LARS LINDBJERG



For 15. idrætsuge i træk i teltet. Værsgo' - så er der lun stemning med musikeren Lars Lindbjerg, der spiller masser af gode kendte sange, bl.a. numre fra Kim Larsens populære album "Værsgo". Repertoiret er blandet med mange ørehængere der kan synges med på. F.eks. numre fra Bamses Venner, Gasolin, Creedence, Johnny Cash m.fl. samt Lars' egne kompositioner. Lars sidder med guitar og trommer, mens han synger.

Gå ikke glip af denne oplevelse med rigtig live musik og et par lune historier til publikum.



VIND FLOTTE PRÆMIER FOR NÆSTEN 9.000 KR.

STØT BØRN OG UNGE IDRÆTTEN VED AT KØBE LODSEDLER I GIFs SOMMERLOTTERI 2022

STØT UNGDOMSIDRÆTTEN I GIF

GIF's Sommerlotteri 2022

Gevinster



Oplag 3333 stk.

Nummer:

**PRIS:
5 KR.**

PRÆMIER

ANSLÅET VÆRDI

SPONSOR

1. 2 stk Felix solsenge med hynde, naturtræ	3.598 kr.	Dagli'Brugsen, Gudumholm
2. 5 ltr woodtex 04 træbeskyttelse, sort	809 kr.	Malerm. Iben Gram Foldager
3. 5 ltr woodtex 04 træbeskyttelse, hvid	809 kr.	Malerm. Iben Gram Foldager
4. Gavekort til et års bilvask	800 kr.	Dit Autocenter Storvorde
5. Bio-billetter, 4 stk. og rygsæk	500 kr.	Spar Nord Vejgaard
6. Zoo-billetter, 4 stk. og rygsæk	500 kr.	Spar Nord Vejgaard
7. Gavekort til Gug Planteskole	400 kr.	Spar Nord Vejgaard
8. Gavekort	300 kr.	Casa de Vinos
9. Gavekort	300 kr.	Casa de Vinos
10. Gavekort	300 kr.	Casa de Vinos
11. Portvin Taylor's Reserve Tawny	299 kr.	Casa Vinho
12. Gavekort	250 kr.	Gudumholm Blomster
13. Gavekort	250 kr.	Gudumholm Blomster
14. Gavekort benzin	250 kr.	OK Benzin
15. Brunchgavekort	249 kr.	Privatsikring

Sommerlotteriet sælges i perioden 1. juni til 9. juli 2022. Gevinsterne udtrækkes lørdag 9. juli på Gudumholm Stadion og annonceres på GIFs Facebook og hjemmeside. Gevinsterne kan afhentes hos Lisbet og Jesper Bertelsen, Lillevorde Kær 2 B, Gudumholm senest søndag 18. august 2022. Uafhentede gevinster efter denne dato tilfalder GIF.

Der er 15 attraktive præmier, bl.a. hovedgevinsten med to lækre solsenge med hynde i naturtræ. Du kan også vinde træbeskyttelse, forskellige gavekort og andre flotte gevinster til en samlet værdi på næsten 9.000 kr.

Du kan købe GIFs lodsedler i GIFs slikbod og de heldige vinderne udtrækkes lørdag 9. juli kl. 15.00

LØRDAG 9. JULI 2022

Kl. 13.15 SPONSORLØB

Kl. 13.30 FODBOLD HERRESENIOR

Kl. 13.30	Bane 2	Serie 5-6	FINALE: Vinder pulje 1 - Vinder pulje 2
Kl. 14.00	Bane 1	Serie 1-2	FINALE: Vinder pulje 1 - Vinder pulje 2

Spilletid 2 x 45 minutter. Fælles præmieoverrækkelse efter sidste finalen



Kl. 15.00 SOMMERLOTTERI 2022

Vi udtrækker vindere på lodsedlerne i GIFs Sommerlotteri 2022.

Kl. 18.30 SOMMERFEST I TELTET

Velkommen ind i (fjern)varmen Gudumholm

Tak for den store opbakning. Vi glæder os til at levere fjernvarme til alle jer, der har sagt ja tak.
Vi endte på hele 72,64 % tilslutning.

Projekteringen af projektet er i gang, og det varer ikke længe, inden vi begynder at kontakte jer, der skal have fjernvarme, for at aftale tid til et besøg.



LØRDAG 9. JULI 2022



Tour de Gudumholm **SPONSORLØB**



Vi præsenterer forhåbentlig det største felt nogensinde til sponsorløbet Tour de Gudumholm med det formål at samle penge ind til GIFs Multi Arena med sidevogn og udvidelse af GIFs motionscenter.

Cykelryttere og løbere skal på en time gennemføre en rute på 3 km rundt i Gudumholm by. Start og mål er på stadion. Desuden er der særskilt børneløb, hvor man kan cykle, løbe eller køre på løbecykel på sikker og afmærket rute på Gudumholm Stadion.

Kl. 13.15-13.30 Indskrivning og præsentation af ryttere/løbere

Kl. 13.30-14.30 Tour de Gudumholm - sponsorløb

Kl. 15.00-15.15 Udtrækning af vindere lodsedler og sponsorløb



Se på næste side, hvordan du kan støtte ☺ Der er fine præmier blandt alle sponsorer og præmier til de 3 ryttere/løbere/gangere, der cykler/løber/går flest penge ind, samt har den sjoveste/flotteste cykel.





SPONSORKUPON "Tour de Gudumholm"



Ja, jeg vil gerne støtte _____

(navn cykelrytteren/løberen/gangeren)

med et fast beløb på _____ kr. (min. 50 kr.)



eller med _____ kr. pr. kilometer

(Der kan vælges mellem 1 kr, 2 kr, 3 kr, 4 kr, 5 kr, 10 kr, 20 kr, eller et højere beløb pr. kilometer - minimumsopkrævning vil dog altid være 50 kr.)

"Tour de Gudumholm" er 3 km pr. runde og løbet varer en time. Desuden er der særskilt børneløb, hvor man kan cykle, løbe eller køre på løbecykel på sikker og afmærket rute på Gudumholm Stadion.

Umiddelbart efter løbet trækker vi lod om 10 gevinster blandt alle sponsorer.

Husk at denne side skal afleveres til GIF's løbsansvarlige inden løbsstart kl. 13.30.

Vi forventer stor deltagelse i løbet, som igen i år bliver et festligt skue på stadion, når rytterne/løberne kommer gennem stadion.

Tak for din deltagelse og støtte til GIF i bestræbelserne på at få lavet en "Multi Arena" og udvidelse af Gudumholms motionscenter.

Din støtte gør altså en stor lokal forskel. Tak 😊

NAVN: _____

ADRESSE: _____

POSTNR/BY: _____

TLF.NR. _____



BETALINGSFORM – betaling skal ske senest 1. august 2022:

☐ **via MobilePay til GIF på 67226**

(med navn, som den rytter/løber, som du støtter)

☐ **BETALING KONTANT**

☐ **BETALING VIA KONTOVERFØRSEL TIL GIFS KONTO 91282120000635**

(med dit navn og sponsorløb som reference)



Tak for din støtte – den gør en stor forskel 😊

Forår/Sommer buffet 2022

Vi er så klar til at lave mad til dig og dine gæster

KONFIRMATION/STUDENTER/

SOMMER 2022 NO. 1 *Min. 10 kuverter*

Helstegt svinemørbrad med rød pesto
Helstegt Rosa oksefilet med kryddermix
Hvidløg / timian marineret kyllingefilet
Pommes rissolles
Cremede flødebagte kartofler m/ porre
Blomkål salat m/ peberfrugt, agurk og rødløg
Grøn salat m/ saltmandler, bær og spire
Dressing

Kr. 169,-

LEVERES
UD AF
HUSET

KONFIRMATION/STUDENTER/

SOMMER 2022 NO. 2 *Min. 10 kuverter*

Små ananasringe m/Hønsesalat og bacon
Ny stegte små frikadeller
Kyllingespyd 2 ass.
Glaseret Herregårdsskinke
Flødekartofler med bacon
Små krydderristede kartofler
Salatfad med 6 ass. dele
2 slags dressinger

Kr. 149,-

KONFIRMATION/STUDENTER/

SOMMER 2022 NO. 3 *Min. 10 kuverter*

Rosa stegt Oksefilet
Timian/vanilje-marineret kalkunbryst
Langtidsstegt vildtkrydret Svinefilet
Broccoli salat m/solsikkekerner,
rosiner og bacon
Spidskål salat m/æbler og gulerødder
Cremede flødebagte kartofler m/peberfrugter
Pommes rissolles med bacon

Kr. 159,-

Der medfølger ikke brød og smør til vores buffeter. Tilbud på brød og smør pr- kuvert kr. 10,-



v/Anette Henriksen

Søndre Bygade 12 | Sejflod | 9831 6326

Kl. 18.30 SOMMERFEST I TELTET

Vi slutter idrætsugen af med en snert af Hawaii-fest i teltet.

Så tag din flotteste Hawaiiskjorte og blomsterkransen på og hjælp os med at afslutte en fantastisk idrætsuge med et brag af en fest i teltet.

Musikken bliver igen i år leveret af Diskotek Generation!

Pris for en billet til "Hawaii" er kun 25 kr. og billetter bestilles hos Linda Klungsøyr Thomsen, tlf. 24920434. Bestil venligst billetter samlet til hele "bordet".

Der er gevinster på billetterne fra 18.45 – 21.30, så HUSK at medbringe din billet.

Maden medbringer du selv. Drikkevarer skal selvfølgelig købes i teltet til lokale og rimelige priser.

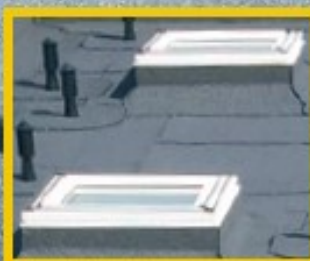
ALOHA!!

Vi ses til en festlig sommerfest i teltet.



15 års garanti • Levetid på 50 år • Tagpap er miljøvenligt materiale • Få dit tag om vinteren

JELLESEN-TAG



TAGPAPKONSTRUKTIONER

til privat, institutioner og erhverv i hele Danmark.



Kvalitet til aftalt tid og pris.
Vejledning omkring materia-
ler, tid og økonomi. Løbende
dialog fra start til slut.

Ring og hør nærmere:

512 43 648

www.jellesen-tag.dk
ejs@jellesen-tag.dk



Går du i salgstanker?

Når du sætter din bolig til salg hos os, bliver du ikke kun kunde i én forretning, men i alle vores 7 forretninger i Aalborg og omegn.

Vores store netværk, mange års erfaring og samarbejde på tværs af forretningerne, kombineret med moderne markedsføring, er grunden til, at Nybolig Palle Ørtoft er det bedste valg, når du skal have solgt din bolig.

**Bestil en gratis og uforpligtende salgsvurdering
på tlf. 9810 3322 eller på 9001@nybolig.dk**



Har din livssituation ændret sig?

- så kan det være en god idé at få kigget dine forsikringer igennem. Det gælder f.eks. hvis du har skiftet job, flyttet i nyt hus eller lejlighed, fået ny bil eller er blevet forælder.

Book en gratis og uforpligtende gennemgang af dine forsikringer i Spar Nord Vejgaard på telefon 96 30 33 00.

Spar Nord Vejgaard · Hadsundvej 20

privat **sikring**



spar nord