



GIF NYT

DECEMBER 2023



I GIF Nyt kan du bl.a. læse om

- 90-års jubilæum i GIF
- Hans Jørgen er GIFs 7. Æresmedlem
- Simon blev Årets GIF'er
- Nytårs gåtur 1. januar
- Nyt fra bestyrelse og udvalg



Bestyrelse

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

Kasserer, Simon Kristensen, tlf. 53544732, kasserer@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

Kontaktperson, Frederik Kristensen, tlf. 41155408, frk@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 passivt 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. 600 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



Status fra GIFs bestyrelse

90-års jubilæum er jo en fantastisk milepæl at nå for GIF. Det er altså rigtig mange år, at fællesskabet omkring GIF har været en kæmpe drivkraft i vores dejlige lokale samfund – båret af medlemmer og stærke frivillige kræfter.

2023 har jo været et stort jubilæumsår med forskellige aktiviteter. Vi har netop rundet det hele af med jubilæumsuge og ikke mindst jubilæums reception i klubhuset med stort fremmøde.

Du kan læse mere om Jubilæum her i GIF Nyt, herunder også jubilæumstalen som kommer virkelig langt omkring.

Udover jubilæum, ja så er der jo gang i et-eller-andet hver eneste dag året rundt i GIF til gavn for de mange medlemmer og hele lokalsamfundet.

På det sportslige område går det ganske godt i GIF. Du kan læse meget mere om fodbold, gymnastik, løbefællesskabet og et aktivt motionscenter, hvor dørene hver dag ofte går op fra tidlig morgen til kl. 22.00. Fitness fejrer i øvrigt 10 års fødselsdag i 2024.

Og så kan vi kun sige 1000 tak for den store opbakning fra sponsorer og samarbejdspartnere igen i år. Tak!

Hvad sker der i 2024?

Vi forsøger hele tiden at styrke tilbuddene til medlemmer, udbygge vores faciliteter og ligeså pleje de frivillige. Vi vil gerne dyrke dette endnu mere i 2024.

På fodboldsiden håber vi fortsat, at vi kan starte hold op for de mindste årgange, så de spiller fodbold i Gudumholm – her hvor de også går eller skal gå i skole. Men det kræver, at nogle frivillige/forældre, vil hjælpe med opstart af de mindste fodboldspillere i Gudumholm.

Idrætsugen 5-13. juli 2024

Vi havde igen en fantastisk idrætsuge i år med rekord omsætning og besøgstal. Og den opbakning følger vi op på med den 60. idrætsuge i uge 28. Igen i år vil vi lave et opstartsmøde og allerede i starten af det nye år, begynder vi at kontakte frivillige. Så husk lige at få styr på sommerferien, så hele familien er klar til idrætsugen.

Vi håber også at vi igen holder halfest i 2024, men det kræver altså at vi får lidt flere lokale med til denne dejlige aften.

Så det går godt i GIF med mange aktiviteter og tilbud og vi vil så gerne have lidt flere med på "frivillig holdet" i 2024.

Tak for støtten og opbakningen til GIF.

Med ønske om en rigtig glædelig jul og et lykkebringende nytår.

Bestyrelsen



GIF blev dannet i 1933

af 8 mænd til møde på Hotel Gudumholm ...



Gudumholm d. 5-12-33.

Undertegnede samlede til Møde paa Hotel "Gudumholm" d. d. vedtog at danne en Gymnastik- og Idrætsforening med det formaal at samle de Unge til Gymnastik om Vinteren, og Fodbold og anden Idræt om Sommeren.

Marius Nielsen	her
Erlaud Strøth	"
Svend Jensen	"
Christen Glad	"
Carl Glad	"
Aksel Hedegaard	"
Søren Farnøe	"
Christian Hansen	"

Næste Møde afholdes Fredag d. 8-12-33.

GIFs hovedformand gennem 90 år



GIF Nyt har været i historiebøgerne og her er navnene på GIFs' formand siden 1933. Som det ses var der de første 20 år hyppig udskiftning i formands stolen

1933	Erhardt Knoth
1934	Sofus Sørensen
1934	Erhardt Knoth
1936	Axel Jensen
1936	Christen Glad
1937	Knud Munkøe
1938	Peter Bentsen
1940	Peder Nielsen
1942	Henry Thorndahl
1942	Peder Nielsen
1943	Børge Toft
1946	Peder Nielsen
1948	Marx Mortensen
1950	Jens Sørensen
1951	Axel Nielsen

1952	Jens Sørensen
1953	Marx Mortensen
1968	Jørgen Pedersen
1970	Svend Kristiansen
1972	Kurt Christensen
1974	Svend Kristiansen
1982	Jens Hasager Kirk
1983	Svend Kristiansen
1994	Leif Serup
2000	Jørn Malmberg
2001	Svend Kristiansen
2003	Lene Jacobsen
2005	Jan Sulkjær
2009	Peer Kristensen

Vidste du om formandsrækken, at ...

- Svend Kristiansen har været formand i hele 23 år (over 4 perioder)
- Marx Mortensen har været formand i 17 år (over 2 perioder)
- Peer Kristensen har været formand i snart 15 år

Vidste du også, at GIF har udnævnt 7 Æresmedlemmer ...

- 1993: Carl Glad, Inga Veiby, Anton Jensen og Knud Iversen
- 2003: Svend Kristiansen
- 2012: Jørgen Pedersen
- 2023: Hans Jørgen Gjerløv

90-års jubilæums reception



Det blev en hyggelig og mindeværdig dag i klubhuset, da GIF holdt 90-års jubilæums reception i klubhuset. Det var helt i GIFs ånd med at det var festligt, folkeligt og fornøjeligt.

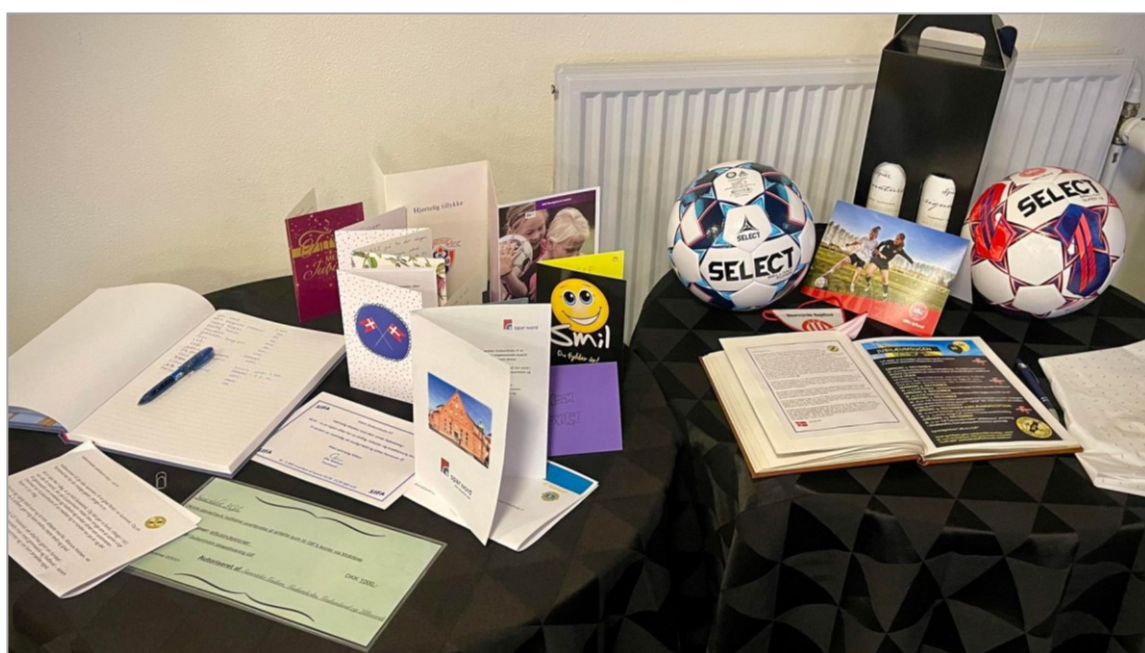
De ca. 60 gæster var repræsentanter fra mange af GIFs nærmeste samarbejdspartnere, f.eks. Aalborg Kommune, SIFA, DGI, DBU Jylland, Borgerforening, Vandværk, Samråd, Menighedsråd, Lions Club Klarup, Spar Nord Vejgaard, Dagli'Brugsen Gudumholm, Båndbyhallen, HK89, SSB, IF Vagten Dokkedal, Nr. Kongerslev IF, LKB Gistrup og lokale borgere og ledere i GIF.

Der var flotte taler fra bl.a. GIFs formand, Peer Kristensen, som du kan læse her i GIF Nyt. Ligeså var der taler fra Benny Hansen fra DGI, Claus Fallingborg fra DBU Jylland/AaB, Ole Nielsen fra SIFA og Jan Nymark Thaysen fra Aalborg Kommune. Fælles for talerne var en stor respekt for en veldrevet idrætsforening drevet af en dygtig ledelse, GIFs mange frivillige, den årlige idrætsuge, GIFs mange medlemmer og aktiviteter og hvor meget GIF fylder i lokalområdet med et værdisæt som læner sig meget op ad Aalborg Kommune, SIFA og DGIs målsætninger om motion og frivillige.

GIF takker for de mange gaver, pengegaver og hilsner. Ligeså en kæmpetak til Gudumholm Borgerforening for den flotte flagallé – trods sne og kulde 😊.

Tak alle sammen 👍👍👍

GIFs bestyrelse



Gavebordet blev godt fyldt

90-års jubilæumsreception



Ole Nielsen fra SIFA var blandt talerne og roste bl.a. GIFs ledelse og frivillige, samt GIFs mange aktiviteter (som SIFA også flittigt støtter)



Lone og Anders fra Borgerforeningen får sig en snak med Brian og Lone fra Båndbyhallen og Rasmus og Camilla fra HK89 Storvorde.

90-års jubilæumsreception



Jesper og Lisbet fra Brugsen, Ditte fra Vandværket, Berit fra GIF Outdoor, Claus fra Spar Nord Vejgaard og Lisa og Margrete fra gymnastik var også blandt gæsterne



GIFs formand, Peer Kristensen holdt tale
(talen kan læses på de næste sider)



GIFs Jubilæumstale

Her kan du læse om formand Peer Kristensens jubilæumstale:

Velkommen til jer alle sammen. Vi er glad fordi I er kommet. Og på forhånd tak for de mange gaver, penge m.m.

At vi står her i dag, er jo helt fantastisk. Og det gør vi fordi, tilbage i 1933 var der 8 mænd, der på Gudumholm Hotel blev enige om at samle unge til gymnastik om vinteren og fodbold og anden idræt om sommeren. Dermed var Gudumholm IF en realitet og vi runder nu 90 år og det fejrer vi så i dag.

Det er jeg rigtig stolt over og at min afdøde morfar, Marius Nielsen, var blandt de 8 stiftere, gør mig bare endnu mere stolt og glad.

Det gør det, fordi GIF historisk set altid har gjort en forskel i lokalsamfundet. I 1933 startede man med gymnastik og fodbold – senere kom der så håndbold på programmet og i en kort årrække også bordtennis.

I dag har vi fortsat en stor gymnastikafdeling, men en meget lille fodboldafdeling – dog med to 2 velfungerende herre og kvindehold. Til gengæld har vi over 200 medlemmer i vores motionscenter og knap 50 i vores løbe og gå fællesskab som hedder noget så internationalt som Outdoor. Så fra at være en gymnastik- og fodbold forening, er vi nu lige så meget en motionsklub, hvor vi har aktiviteter alle årets dage.

Sådan ændrer tingene sig i en idrætsforening og det handler om at følge med og fortsat forsøge at organisere så meget som muligt i den organiserede idrætsforening, hvor værdierne fortsat er meget fællesskab, frivillighed og folkelighed – med plads til alle. Og hvor det måske mere er bredde end elite, men hvor vi altid gør os umage med at udvikle GIF - til gavn for medlemmer og frivillige, men også for de mange gæster som besøger os til idrætsuge, motionsløb, gymnastikopvisning m.m.

Og forholdene har ændret sig. Da gymnastikken startede, trænede man på afholdshotellet henne på Parallelvej, senere rykkede man noget af træningen til Gudum Forsamlingshus og i 1960 kom så gymnastiksalen på Gudumholm Skole. I 1977 kom Båndbyhallen i Storvorde, bl.a. med stor hjælp fra GIF-ledere. Det var sikkert også her, at der blev lavet en form for "fredsaftale" med at GIF har gymnastik og SSB og SBC så havde håndbold og badminton. GIFs gymnastik har også i mange år brugt gymnastiksalen på Tofthøjskolen i Storvorde og i 2006 kom så vores "egen hal" i Gudumholm med springgrav. Et projekt jeg selv havde en stor andel i – og med en skummel arbejdstitel som "stor gymnastiksal" fordi vi ikke måtte kalde det idrætshal overfor politikerne.

Jubilæumstale fortsat



Fodbolden har altid brugt Gudumholm Stadion med udendørs fodbold, men har også trænet indendørs i Mou Hallen og Kongerslev Hallen og her hjalp Gudumholm Skolehal jo også til med at fodbold og Futsal kunne ske her. Men vi har også altid været gode til at passe på tingene og derfor har vi fortsat ganske gode fodboldbaner i Gudumholm – også takker være et godt samarbejde med Sejlflod Kommune og senere Aalborg Kommune (som regel 😊). Senest har mange fodboldklubber lavet en kunstgræsbane og vi var sådan set meget tæt på, men via færre medlemmer i fodbold, få ressourcepersoner og ”miljø ballade” med granulat m.m. så droppede vi det igen (selv om pengene var på plads)

Og vi tør vel godt sige at Gudumholm IF – og i øvrigt også Gudumholm by er ”verdensberømte” og vi har et godt navn i lokalområdet og det er også min klare fornemmelse, at ”helt inde i Aalborg” kender de os. Det gælder i øvrigt også øvrige foreninger m.m. i byen. I dag kan vi også sige tak til Borgerforeningen for den flotte Flagalle i byen. Jeg møder i hvert fald mange, der kommer med anerkendende kommentarer til alt det, som vi formår. Jeg nævner bare lige Vintermaraton, gymnastikopvisning, idrætsuge i 9 dage med fodbold, musik, børneaktiviteter, gadekampe, fællesspisning, fælles druk i teltet, GIF Burgere m.m., pizzaspring, motionsløb og flere andre begivenheder året rundt i de 4 sportslige afdelinger. Og vi har altså gymnastik medlemmer fra 2-3 år til ældre/senior idrætten medlemmer i motionscenteret på over 80 år. Så lidt kækt kan man vel sige at vi har medlemmer fra vugge til grav ...

Og det kræver også meget at drive en idrætsforening i dag – fremfor f.eks. 10-15 år siden. Vi skal finde rigtig mange frivillige til at drive butikken GIF – jeg tænker at vi har knap 100 personer, som har en ”titel” i GIF – enten som bestyrelsesmedlem udvalgsmedlem, træner, instruktør o.lign. Og så kommer de måske 150 andre, som hjælper til i årets løb til idrætsuge og aktiviteter. Vi skal drive og passe motionscenter og klubhus, legeplads, fodboldbaner, grønne områder m.m., rydde sne, have styr på økonomi og medlemsindberetning, søge tilladelser, søge Børneattester, booke haltider, male baner, søge Fonde, pressemeddelelser, lave sponsoraftaler og sponsorleje, lave klubblad, rydde sne drive cafe, styr på hjertestarter, håndtere hjemmeside og ikke mindst Facebook, Mobile Pay, dankortterminal og svare på alle mulige spørgsmål fra medlemmer og forældre – og jeg kan hilse og sige, at ikke alle sammen er lige fair overfor frivillige. Men vi klarer det – takket være dygtig ledelse og organisation, kultur, lyst og ambitioner – og ikke mindst mange frivillige som nyder at være en del af fællesskabet – og en succes. Ingen gider at være en del af en fiasko ... Men vi er også meget sårbare på de ”tunge poster” i foreningen, som vi naturligvis forsøger at løse.

Og selvfølgelig har vi også udfordringer, som vi forsøger at løse så godt vi nu kan, men vi kan altså ikke tilfredsstille alle, så indimellem kommer vi jo til at skuffe nogen.

Jubilæumstale fortsat



Og her er jeg jo også nødt til lige at knytte en kommentar til vores samarbejde med f.eks. Aalborg Kommune. Det er i det store hele rigtig godt og vi oplever stor forståelighed, hjælp og økonomisk støtte m.m.

Men jeg vil gerne undskylde på forhånd – min hensigt er positiv 😊 Jeg efterlyser godt nok nogle gange lidt mere fart, kvalitet og respekt og forståelse for tingene. I år har vi f.eks. nærmest skulle tigge og bede om at få klippet baner, vi har oplevet at Aalborg Forsyning inddrager "vores" P-plads, lukker byen for biler og senest afbooker haltider i 14 dage uden grund. Det betyder altså at frivillige pludselig skal bruge masser af god fritid med kort varsel til at måske 100 medlemmer og deres forældre skal ændre deres hverdag med gymnastik. Jeg er nødt til at sige - med risiko for at brænde nallerne ... det er ikke godt nok. Her skal vi altså opleve mere "frivillig pleje" og respekt for by og land og de frivillige i foreningslivet, som dag efter dag knokler og er med til at holde skatteborgerne raske og sunde. Min tidligere chef lærte mig engang, at kultur æder strategi til morgenmad og her synes jeg nogle gange, at kulturen i tilgangen til foreningslivet måske godt kan være lidt usund og respektløs. Og jeg undskylder igen – der er mere mad og drikke 😊

Hvad så med fremtiden? Ja, vi er klar og det bliver spændende at se udviklingen. Vi vil gerne øge vores medlemstal og styrke hele frivilligsiden med at få det mere organiseret og nemmere at håndtere med kærlighed. Det næste store projekt bliver sikkert en tilbygning til motionscenteret og så håber jeg også at vi kan vække skolerne til et mere struktureret samarbejde mellem skole og forening.

Og så håber jeg naturligvis på et fortsat godt og uhøjtideligt samarbejde med øvrige foreninger og naboklubber, haller, skoler, institutioner, sponsorer, SIFA, DGI, DBU Jylland, kommune m.fl. I al beskedenhed synes jeg faktisk at det kører ganske fornuftigt og med respekt for hinandens gøren og laden.

Her til sidst vil jeg bare sige, at når GIF fylder 90 år er det selvfølgelig mest oplagt at ønske tillykke til GIF. Men husk også at ønske hinanden og hele byen og omegnen tillykke. Vi ville jo alle være noget fattigere uden GIF, så hermed også en noget forsinket tak til de 8 mænd, der i 1933 startede GIF.

Vi skal virkelig huske at stoppe brokkeriet og anerkende de mange frivillige. Tænk på, hvor mange menneskelige kræfter og ressourcer, der bliver lagt i årets løb for at drive GIF og hvad vi egentlig formår. Også når man nu lige tager i betragtning, hvor lille "kundeunderlaget" egentlig er. Man må så sige at det er godt gået af en 90-årig. Nu vil jeg bede jer rejse jer og være med til at råbe 3 fortjente hurra'er for GIF. GIF længe leve: Hurra, Hurra, Hurra



Tak og skål



"Årets GIF'er" 2023 er Simon

Der var stor forskellighed, da GIF skulle kåre Årets leder 2023. GIF er jo en flerstrengt idrætsforening og de 4 nominerede var repræsentanter fra bestyrelse og udvalg.

Årets GIF'er blev uddelt første gang i 1988 og tildeles en eller flere personer, der på en særlig positiv måde har gjort en ekstraordinær indsats for GIF over en længere periode eller i det pågældende år. Det er bestyrelsen, der vælger ud fra indstillede kandidater fra bestyrelse og udvalg.

GIFs bestyrelsesmedlem, Ulrik Kold, kunne til GIFs Halfest/Julebal motivere dette års prisvinder med følgende flotte ord:

"Fodboldudvalget har nomineret Simon Kristensen som Årets GIF'er for sin frivillige indsats i GIF i en lang årrække og med forskellige "kasketter". Simon er som fodboldspiller ikke ligefrem kendt for at komme flyvende ind i taklingerne, men i GIF har han i mange år været flyvende og tacklet sig igennem en lang række forskellige opgaver i fodboldafdelingen, bl.a.:

- Træner på fodboldskole
- medlem af Fodboldudvalget
- Frivillig træner på flere forskellige fodbold-drenge-hold, senest med stor succes træner for et U16-drengehold, der både socialt og fodboldmæssigt fungerede fantastisk. Fra dette hold er der denne sæson er 6 drenge, der har spillet kampe for herresenior – det er også Simons fortjeneste

- Simon har været en stor og aktiv del af planlægningen og eksekveringen af Idrætsugen i mange år.

Udover sin fortsatte involvering i fodboldafdelingen har Simon de sidste par år kørt klubkassen med hård hånd som klubbens kasserer, som måske er en af de vigtigste og mest tidskrævende poster i GIF. Noget som Simon har klaret helt fantastisk flot.

Så det er naturligvis fortjent, at Simon Kristensen er "Årets GIF'er 2023"



I år var der i alt 4 nominerede og de tre øvrige var Joan Nielsen fra gymnastik, trænergruppen bag Båndbyspringerne og Laila Kristensen fra GIF Outdoor og aktivitetsudvalg i idrætsugen.

GIF ønsker et stort tillykke til Simon for hæderen og til de øvrige for nomineringen.





7. Æresmedlem i GIF

Vi ønsker et stort tillykke til Hans Jørgen Gjerløv, som er udnævnt til det kun 7. Æresmedlem i GIFs 90-årige historie.

Til GIFs halfest/julebal kunne formand, Peer Kristensen motivere bestyrelsens valg og udnævnelse med følgende ord:

”Vores nye æresmedlem har været leder i GIF i over 20 år og altid leveret en stabil og loyal indsats. Han har altid været meget hjælpsom overfor GIFs ledere, trænere, kommune m.m. og undgår altid konflikter. Han har altid tid til en hyggesnak og han har været med i både bestyrelsen og hjælpsom med bygning og økonomi i etableringen af vores motionscenter. Han var kasserer i 20 år og dermed med til at styre GIFs

økonomi og passe godt på pengene. Han stoppede som kasserer i 2022 og er nu revisor for GIF. Vi ønsker et kæmpe TILLYKKE til Hans Jørgen Gjerløv”

Hans Jørgen modtog hæderen med stående klapsalver af de over 200 gæster og modtog ligeså diplom, gave og blomster fra GIF.

GIFs tidligere æresmedlemmer er Carl Glad, Inga Veiby, Anton Jensen og Knud Iversen, som blev Æresmedlemmer i GIF i 1993. I 2003 blev Svend Kristiansen det 5. æresmedlem. Og i 2012 blev Jørgen P. det 6. Æresmedlem.

Desværre er ingen af dem blandt os mere. Ære være deres minde 🌹





Populære motionstilbud i Fitness

Med et tilbageblik på 2023 kan vi være stolte af og glade for alle jer mange og trofaste medlemmer, der ugentligt benytter de mange hold eller træner selv. Der er også kommet mange nye medlemmer, og for første gang har der været tilgang af nye medlemmer i sommerferien 🤝.

Vi modtager positive tilkendegivelser fra jer medlemmer, der siger, at alle i Fitness, det gælder såvel instruktører som udøvere, er gode til at få en til at føle sig velkommen og man bliver hurtig en integreret del af "GIF Fitness familien". Vi kan derfor være stolte over vores motionscenter og de mange glade medlemmer.

Udover driften af motionscentret blev der i 2023 holdt Nytårs Bikeevent, Tryday, Kickstart (8 ugers forløb), Tour de Gudumholm, Styrke konkurrence og Forhindringsløb (mini OCR) i idrætsugen, og indvielse af nye moderne spinningcykler.

Lave kontingenter fortsætter

For at tilgodese alle jer trofaste medlemmer, fortsætter vi med de samme lave kontingentpriser i 2024:

- kr. 1.500 kr. for et årskontingent
- kr. 1.000 kr. for halvår
- kr. 550 kr. for kvartal.

Ligeledes fortsætter muligheden for, at unge fra 14 år kan være medlem af GIF Fitness uden følgeskab af forældre.

Kom godt i gang i 2024



Det nye år kommer også til at byde på både kendte og nye aktiviteter, og så har GIF Fitness 10 års "fødselsdag" 1. februar 2024. Ja, tænk at det er 10 år siden vi åbnede vores fantastiske lokale motionscenter. Det fejrer vi naturligvis.

Skal du godt fra start i det nye år har du mulighed for at få foretaget en kropsanalyse på Tanita vægten - og det er helt gratis for dig som medlem. Du kan kontakte en af vores instruktører for nærmere aftale.



NYHED i 2024 - TRX-træning:

Vi tilbyder TRX træning i det nye år. Det bliver træning med egen kropsvægt. Berit Sulkjær bliver instruktør, og hun kan allerede nu godt love sjov og hård træning.

Se i øvrigt mere om Fitness på GIFs hjemmeside: www.gudumholm-if.dk Og vores dygtige instruktører er klar til at hjælpe flere ind i GIF Fitness fællesskabet.

God jul og "stærkt nytår" 😊

Fitnessudvalget

Kvinderne hygger sig med ... bold, bad og bajere!



Så gik der endnu en sæson for GIF's "nye" dame-senior hold.

Vi startede holdet op i foråret 2022 og kan nu skrive 4 halvsæsoner på CV'et.

En god betegnelse for holdets spille-mæssige kompetencer er "en stejl læringskurve".

Der er ikke nogen tvivl om at vi alle har rykket os enormt. Det gælder både som individuelle fodboldspillere og som hold. Flere spillere, der fra sæsonstart aldrig før har sparket til en bold, kan nu dribble overbevisende, lave indersider og ikke mindst mål (i begge ender, shhhh) 😊

En kompetence vi har været 100-meter mestre i fra begyndelsen, er 3. halvleg, som foregår i omklædningsrummet.

Her sætter vi barren højt for hvad fodboldsporten kan. Vi har et socialt fællesskab, hvor vi hygger os med hinanden og går fra kampene med et "kick".

Så hvis du er til yderst sjov fodbold, så kom endelig forbi til en af kvindernes kampe og hep! Vi lover du går derfra med et smil på læben 😊. Tilskuerne går ofte fra kampen med kommentaren: "Tak for god underholdning!"

GLÆDELIG JUL OG GODT NYTÅR

GIF's damesenior hold





Glædelig jul fra herrefodbolden

2023 har for GIFs herreseniorspillere været et meget begivenhedsrigt år med både opture og nedture indenfor kridtstregerne. Men hele vejen igennem har det sociale udenfor kridtstregerne været en fornøjelse – begge dele med kæmpe pil op hvor vi slutter året på toppen. Nu skal I bare høre.

Vi startede op med udendørs i januar, hvor banerne efter årstiden var gode, så vi trænede løs på "Sulle Lane" – og brugte hallen indendørs og lejede os ind på kunstgræs, når vejret var imod os. Vi rykkede vores sædvanlige træningslejr i Fjerritslev hjem i klubhuset, som blev en fantastisk dag og optakt til sæsonstarten. Programmet stod på brunch, teambuilding og frokost i klubhuset inden træning – og om eftermiddagen kom dagens overraskelse i form af yoga i GIF Fitness. En spændende omgang for en flok stivbenede fodboldspillere med luft i maven, men mon ikke udfordringen var mindst lige så spændende for instruktøren, Charlotte Winterberg. Vi sluttede træningslejren af med et brag af en fest 😊

Resultatmæssigt kom vi flot fra start i foråret med en sejr i første kamp. Vi forudså fra start, at alle kampe ville blive svære, da puljen var rigtig stærk med især to gode hold i Chang og B52 – mens resten af holdene var mere jævnbyrdige. Det viste sig at holde stik, og vi skulle hen i sidste spillerunde, før tingene blev afgjort. Vi gjorde vores eget arbejde færdig med en sejr, men

måtte sande, at vi skulle en tur ned i serie 4 for første gang siden 2016. Forårets lavpunkt udover nedrykningen var en slem korsbåndsskade til Kris. Vi håber at have ham tilbage i foråret. Et af højdepunkterne var måden vi sluttede af i sidste kamp imod LKB og debut til Jesper Toustrup i GIF og seniordebut med mange kampe til David Nielsen. Ligeså nåede Nicklas Poulsen, Jacob Thomsen og Elisa Baisgaard at få debut.

Efterårssæsonen har på mange måder været fantastisk. Vi har formået at få integreret endnu flere "Young Guns" i truppen, hvor yderligere 3 unge spillere har fået seniordebut. De er nemt og hurtigt gledet ind i truppen og taget godt imod af alle. Både på banen og i omklædningsrummet.



Det har også betydet, at vi hele efteråret igennem har været mange til træning – og endnu flere til træning, når vi har haft den månedlige fællesspisning efter træningen 😊

fortsættes



Fortsat - Glædelig jul fra herrefodbolden

Udover integrationen af de unge gutter, så truppen nu har 6 spillere under 18 år, er efterårssæsonen også gået op i en højere enhed inde på banen.

Vi har stort set ingen skader haft og vores anfører, Filip Stentoft, har langt om længe fået comeback, og det har helt sikkert også været medvirkende til den flotte resultatmæssige sæson.

Vi ville fra starten af sæsonen ud at vise, hvor gode vi er og det mener vi i al beskedenhed, vi lykkedes med. I de 14 kampe fik vi 11 sejre og 3 uafgjorte og sikrede en velfortjent oprykning og tilbagevenden til serie 3 i første hug.



Det er vi naturligvis stolte af, også selvom vi er klar over, at der fortsat er mange ting, der skal forbedres inden den nye sæson.

Derfor har alle spillerne også lovet mig, at de vender retur i det nye år i en endnu bedre forfatning 😊

Da vi skulle vælge "Årets Spiller" og "Årets kammerat" var der mange om budet, fordi mange havde gjort sig fortjent til det. Men helt fortjent er det et tillykke til Alexander Laursen med titlen som "Årets Spiller" og Lasse Wagner som med titlen som "Årets Kammerat".



For tiden "hygger vi rundt" med indendørs fodbold, og vi glæder os til næste sæson med næsten alle mand klar til at tage fat fra opstarten i januar, hvor nye spillere også er velkomne.

Vi glæder os også til træningslejren, som plejer at være en perfekt social og fodboldmæssig optakt til sæsonen.

Der skal også lyde en stor taknemmelig tak til alle dem, der rundt om i GIF hjælper til og gør det muligt for os at have de forhold, vi har i GIF.

På vegne af hele spillertruppen vil vi sige kæmpe TAK for opbakningen sæsonen igennem til alle tilskuerne, der kigger vores vej. Vi ses på stadion i det nye år!

GLÆDELIG JUL OG GODT NYTÅR

Frederik Kristensen
Herreseniortræner

Kom med i løbe/gå fællesskabet

GIF Outdoor er et løbe- og gå-fællesskab for alle, som kan tænke sig at komme i gang med at løbe eller bare gerne vil gå/løbe og hygge sig sammen med andre.

I GIF Outdoor er vi en gruppe frivillige værter, som sørger for alt det praktiske ved træninger, løb, arrangementer mm. Vi står altid klar til at byde dig hjerteligt velkommen og sørger for at motivere og støtte dig i din træning.

Vi tilbyder også et hold til dig i 2024:

- **Langløberne:** Er for den mere erfarne løber, der ønsker at løbe hurtigere og længere. Vi løber gerne 10-12 km på 1 time
- **Hyggeløbere** - vi løber i 50-60 min, og når op på 6 - 8 km. Her er det "tilladt" at løbe lidt foran, men man samler altid op undervejs, så ingen efterlades ude på ruten. Bageste løber bestemmer hastigheden.
- **GIFFERNE** - nyt hold fra torsdag 4. januar kl. 18.20 for dig, der mangler mellemtrinet mellem Løbeskole og Hyggeløberne. Vi løber 4 til 6 km i et tempo, hvor alle kan være med. Du møder bare op - vi får en herlig snak og lidt opvarmning inden turen går ud i lokalområdet
- **Løbeskolen** - ca. 1. september til december starter holdet for dig, der gerne vil lære at løbe, har været skadet eller blot vil starte helt stille og roligt op. Mere om det på et senere tidspunkt.

- **Gåhold** – ingen faste dage. Der slås ture op med jævne mellemrum. Det veksler mellem ture i lokalområdet og "ud af huset". Tiden afhænger af ruten. Forslag til ruter modtages meget gerne.

Hvor og hvornår løber vi?

Vi mødes på Gudumholm Stadion mandage og torsdage. Lang- og Hyggeløbere mødes kl. 17.15 og ses som oftest igen efter en times tid og siger tak for i dag til hinanden. Og så får vi sagt hej og god tur til Gifferne/ Løbeskolen, som mødes kl. 18.20. Hyggelige "indslag" som rosé, øl, kaffe/kage-træninger mv. kan forekomme i løbet af året. Alt dette får du kun kr. 100 pr. år.

Udover vores almindelige træninger afholder vi løb 2-3 gange årligt. Her kan man tilmelde sig ½ maraton, rundeløb eller vælge at trave turen. Eller vi samlet tilmelder os andres løb, f.eks. Aalborg Halvmaraton (5, 10, 21 km) og hygger sammen på turen.

Har du spørgsmål, så kontakt gerne:

- ✚ Langløbere: Jesper, tlf. 20731193
- ✚ Hyggeløbere/Gifferne/Løbeskolen: Laila tlf. 28550272 eller Berit tlf. 40289797

Yderligere information om GIF Outdoor kan findes på www.gudumholm-if.dk, hvor du også kan tilmelde dig.

GIF  **outdoor**

God gymnastikstart

I GIF Gymnastik kan vi her til jul se tilbage på en rigtig god sæsonstart.

Vi lagde ud med at de ældste springere, Båndbygymnasterne, var opvarmning for Verdensholdet i et stort show i Gigantium. En kæmpe stor oplevelse for både børn, forældre og instruktører. Vi er helt vildt stolte af dem alle sammen.

Umiddelbart herefter havde alle øvrige hold sæsonopstart og igen i år har vi oplevet fremgang på børneholdene og et nyt hold har set dagens lys. Vi har nemlig fået Tik TOK-dans og MGP på programmet og det er en fest hver uge. Vores voksenhold går også godt. Vi har udvidet med et ekstra yogahold, fordi der var så stor efterspørgsel på yoga, at det første hold blev fyldt op inden sæsonen overhovedet, var startet. Vi har også fornøjelsen af at have seniorerne tilbage i gymnastikken med et lille hold, så flere deltagere er altid velkomne. På Voksenspring har vi også plads til flere gymnaster.

I ugen op til efterårsferien havde vi travlt med at forberede efterårets store og populære aktivitet: "Pizzaspring". Vi havde igen i år fuldt hus, og 100 friske børn mellem 0. og 7. klasse, var samlet til en aften med spring, leg og pizza. Vi startede med fælles opvarmning, mens de pizza-frivillige sørgede for at pizzaerne blev gjort klar og sodavand sat frem. Så blev de 4 ældste hold sat i gang med springøvelser og de to mindste hold



blev sendt ud for at spise pizza. I løbet af aftenen byttede vi rundt, så alle fik prøvet alle springbanerne og alle fik lækker pizza. Vi sluttede af med fri leg og en mini-opvisning fra de ældste springere og instruktørerne som viste os nogle vilde spring på air track, i stortrampolinen og på minitrampolinen, blandt andet en dobbelt salto, som man kan lære at lave på vores ældste springhold, Båndbygymnasterne. Det var en dejlig aften og vi glæder os allerede til 2024, hvor Pizzaspring igen holdes fredag før efterårsferien.



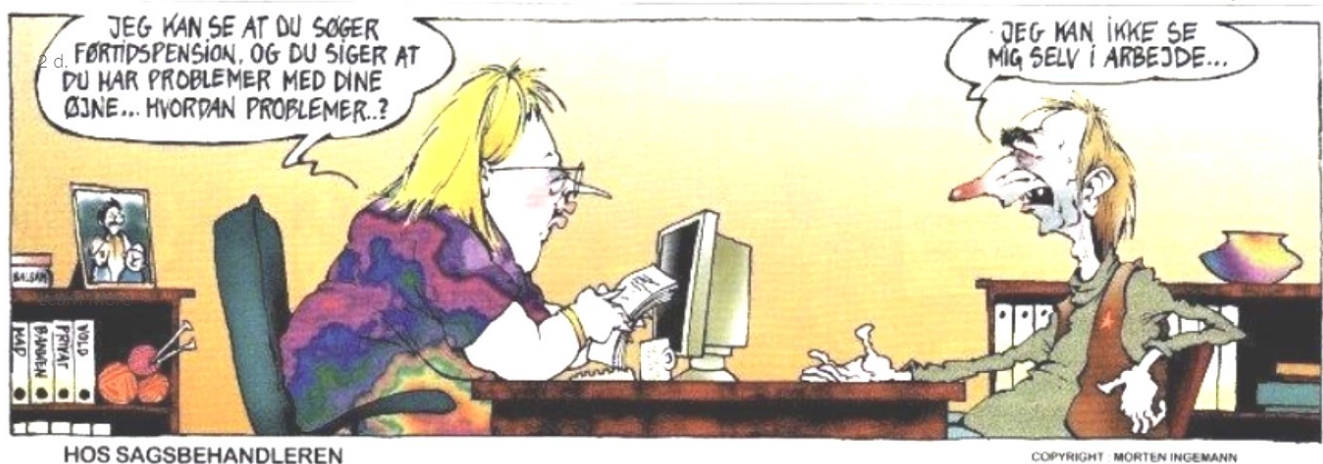
Vi har netop holdt juleafslutning og gymnastikken starter igen i uge 2.

Og lørdag 9. marts 2024, kan vi se frem til vores egen store forårsopvisning i Båndbyhallen. Her vil alle børne- og ungdomsholdene give opvisning for forældre, søskende, familie og venner. En opvisning som vi allerede nu er ved at forberede og øve os på. Det glæder vi os rigtig meget til.

Rigtig glædelig jul og godt nytår 🎅🧑🏻

Gymnastikudvalget

Det muntre GIF hjørne





GIF PARTNER



GULDSPONSOR



Aalborg

Medlemmernes fagforening



Telefon: 2060 5616



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



GULDSPONSOR



Murerfirmaet Hassing ApS

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



www.murerfirmaethassing.dk

Flügger Farver

Storvorde

Malermester
Iben Gram Foldager
40 58 23 78

iben@maler-oh.dk

GRØNBORG *el*
Høj kvalitet til afsluttet tid!



deko
manden

98 31 88 41



Indkilde



Airbrushshop Danmark

Aalborg Bilsyn



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



SOLO Grafisk Univers



Auto KC
KONGERSLEV



SPAR 
ÅRESTRUPVEJ 2, 9000 AALBORG



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



Palle Ørtoft
7 butikker - 1 salær



Vi tilbyder
hundehotel,
dagleje
& butik.

Skriv til os
via facebook.

Tiendemarken 17 · 9280 Storvorde · www.solhojhundehotel.dk



FRIVILLIGSPONSOR



Dit **autocenter**
STORVORDE

 **spar nord**

3F

Aalborg
Medlemmernes fagforening

VVS
Telefon: 2060 5616

privatsikring

Murerfirmaet Hassing ApS

Murer- Kloakmester

v/ Christian Hassing

98 31 83 91

20 32 99 11



www.murerfirmaethassing.dk



Lars Bloch Briller

TV SIFA BINGO



SØLVSPONSOR



 **Sejlflod Hotel**
98 31 63 26



**KONGERSLEV/MOU
TRÆLAST & BYGGECENTER**



TØJ- og EVENTSPONSOR



TV SIFA BINGO

 **spar nord**

SPORT 24
AALBORG CITY

Carlsberg

privatsikring


hummel

Nytårs Gåtur 1. januar kl. 13.00

Frisk luft og herligt selskab. Lyder det ikke tillokkende?

Vi gentager den store succes og starter årets første dag med en frisk gåtur i lokalområdet

Tag familien og naboen under armen, pak barnevognen, sæt snor på hunden og gå med ud i det friske skønne vejr i vores skønne lokalområde.

Vi går i et tempo der passer den pågældende gruppe. Efter gåturen er GIF vært ved et glas bobler, sodavand og kaffe/the og i klubhuset.

Det er gratis at deltage - bare mød op ved GIFs klubhus inden kl. 13.00 😊



GIF  **outdoor**



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

Se mere på
www.gudumholm-if.dk
www.facebook.com/gudumholmif