

S  
P  
A  
R  
K  
Æ



R • IDRÆT •

28. ÅRGANG  
NR. 4 - 2013



# Salling Bank

*Sammen får vi det til at ske*

Salling Bank A/S, Frederiksgade 6, 7800 Skive, Tlf. 97 52 33 66, [www.sallingbank.dk](http://www.sallingbank.dk)

## Dagli' Brugsen

Bredgade 20 . Mønsted . Tlf 86 64 61 92

### Åbningstider:

Mandag - fredag kl. 7.30 - 19.00

Lørdag - søndag kl. 7.30 - 18.00

**Altid billig  
benzin**

# OK

HØJ KVALITET, LAV PRIS

**Sparkær Idræt**

Udgivet af:  
 Sparkær Idrætsforening  
 Enrico Dalgas Vej 3, Sparkær  
 8800 Viborg

**Ansvarshavende**

Ivan Bakholdt

**Redaktør**

Hans Peter Johansen  
 21 75 43 17

**Oplag - 425**

Omdeles gratis i Sparkær og omegn 4 gange om året i marts/april, juni/juli, sept. og dec.

**Annoncer**

Mogens Frederiksen, 40 36 98 58  
 Torben Andersen, 20 97 00 81

**Annoncepriser pr. år**

1/1 side	1250,00 kr.
1/2 side	750,00 kr.
1/4 side	500,00 kr.

Priserne er for sort/hvid tryk.  
 Mulighed for farver med tillæg.

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte indsendte indlæg.

Artikler og indlæg udtrykker ikke nødvendigvis Sparkær Idrætsforenings holdning.

**Tryk**

Søe Knudsen Offset, Stoholm  
 lyn@langsom.dk

**Næste deadline 10. marts 2014.**

**Det er jul og dog....**

Her tirsdag aften den 10. december, hvor årets sidste klubblad gøres færdig, er der i hvert fald ikke meget jul over vejret. ”Bodil” har lige været forbi, sat et par markeringer også i Sparkær og efterladt os med forårstemperaturer omkring 10 grader.

Nå, men sneen og julestemningen kommer nok, som den plejer, sneen måske efter, men jul bliver det.

Og nytår, og så er det tid til både at kikke tilbage men også frem mod 2014.

2013 blev et godt år for Sparkær IF med masser af aktiviteter. De traditionelle udadvendte arrangementer som Fjends Cup, Fjendsløbet, Mandeløbet og Gymnastikopvisningen blev afviklet med succes.

Også aktiviteterne forløb godt med endnu en markering af, at gymnastik i mange afskygninger for alvor har sat sit præg på SIF.

Vil du vide lidt mere om, hvad der er sket, så kom til generalforsamling den 26. februar og blandt andet høre om foreningens økonomiske tilstand.

Og så ser vi frem til 2014, der blandt andet indeholder et 90 års jubilæum.

Glædelig Jul og godt Nytår

- hp

**Tal med en bank, der  
forstår dig**

Spar Nord Stoholm  
Nørregade 1  
Telefon 9616 1220  
www.sparnord.dk



**spar nord**

*tættere på*



best by *Henriette*

Til dig der vælger den kreative gaveløsning...

Vestergade 10, 7850 Stoholm tlf.: 28905617  
Se mere på [www.bestbyhenriette.dk](http://www.bestbyhenriette.dk)  
synes godt om på FACEBOOK



**Fjends  
Folkeblad**

*- ugeavisen - med focus på det lokale*

## Gymnastik efterår/vinter

Jeg vil gerne sige velkommen i gymnastikudvalget til Birgitte Bentzen og Morten Brøndum. Det er altid lidt spændende, hvilke nye idéer, der kommer frem, når vi får nye ind i udvalget.

Vi har haft en rigtig god start på næsten alle vore hold. Undtagelsen var dog spring/cheerleader, der sidste år havde mange gymnaster. Louise Lang Pedersen er en ihærdig person, så til trods for at der de første par gange kun kom 2 børn, har vi nu et pænt hold på 7 gymnaster. Der er stadig pladser, så er der nogen der ikke kom med fra starten, kan de nå det endnu.

Sinnas hold Go' motion for alle har i år 26 deltagere. Det er holdet for motionister og folk med små skavanker. Sinna har lige været på inspirations kursus i Indian balance®, som hun nu vil flette ind i den "normale" træning. Hun blev så begejstret for denne type gymnastik, at hun gerne vil tage uddannelsen i 2014. Hun vil fortsætte med den nuværende gymnastik, men tage lidt af Indian balance® ind, hvor det lige passer.

Emmas dance team "drøner" også derud af med 23 friske danseglade børn. Holdet er nu så stort, at for at Emma kan koncentrere sig om dansen, så sætter vi en hjælpetræner på. Stine Stavnskjær Kirk har sagt ja til at prøve dette. Stine er vant til at omgås mindre børn (bl.a. til spejder) og går selv til dans. Vi håber, at Stine kan få det til at hænge sammen tidsmæssigt og byder hende velkommen i gymnastikken.

Mor/far/barn holdet fik vi op at køre med 2 trænere fra Skive. Vi er stolte over, at de vil køre så langt for at være trænere for vort mor/far/barn hold. De er vist gået i tænkeboks for at lave en anderledes gymnastikdag/arrangement. Det bliver spændende, hvad de finder på. Floorball har ikke så mange spillere (men trofaste spillere), men der kan nu heller ikke være ret mange i gymnastiksalen til floorball. Vi har slået familie-floorball sammen med juniorerne, fordi vi ikke kunne finde en træner. Først regnede vi med, at juniorerne kun spillede med en ½ time og derfor satte vi en meget lav pris på kun 150,- Men det har så vist sig, at de spiller med 1½ time og 2 gange om ugen. Og så er prisen jo alt for lav i forhold til vore andre hold.

Vi er i gymnastikken glade og stolte over, at så mange vil deltage på vore hold. Det øger jo vores arbejds glæde og indsats.

Men for at holde ordentlig styr på alt, vil vi gerne, at når man starter på et hold, giver os navn, adresse, telefonnummer (gerne mobil) og fødselsdag (de første 6 tal i cpr-nummeret). Hvis man så efter prøvegangene ikke ønsker at fortsætte, sender man os bare en besked om det. Så bliver man slettet igen. Det vil hjælpe os meget. ☺

Vi har erfaret, at når en instruktør er godt uddannet til jobbet (f.eks. Anita), så bliver det meget sjovere at deltage. Og man får også en mere kvalificeret træning. Så derfor arbejder udvalget på, at så mange af vore instruktører som muligt får relevante kurser eller uddannelser. For selv om man er dygtig, giver det mere, når der kommer ny inspiration til. Derfor er vi glade for, at Sinna Maagaard i begyndelsen af 2014 tager Indian Balance® uddannelsen. Indian Balance® stammer fra de indianske traditioner og opbygger en stærk bevidsthed omkring ens krop. Indian Balance® kan udøves af alle, uanset alder og fysisk formåen. Bevægelserne foregår langsomt og alligevel kommer vi til at svede, fordi vi står i nogle stillinger, hvor vi bruger alle vore muskler. Dette vil hun så flette ind i den nuværende træning.

Morten Brøndum tager DGIs løbeuddannelse, som han i forår og sommer vil kombinere med CrossGym®. Løbeuddannelsen består af 4 kurser, hvoraf de 2 er selvvalgte temakurser. Han har valgt begyndertræning, som omhandler motivation, træningsprogrammer, opvarmning, typiske begynderfejl, og hvad løb gør ved kroppen. Og så har han (selvfølgelig) valgt CrossGym®løb, som omhandler: motivation, funktionelle øvelser, træningspas i CrossGym® og løb, udvikling af nye træningspas og opmærksomhedspunkter i træningen.

Glædelig jul og godt nytår  
fra gymnastikudvalget ☺  
*Mona Vistisen*



**Støt vore annoncører  
- de støtter os!**

**Vi udfører:**

Alt i person- og varevognsarbejde  
Syn - skader - rustarbejde - alm. service  
Alm. mekanisk- og pladearbejde

**Mekonomen**  
Autoteknik

*Her finder du altid topklargjorte vogne til de rigtige priser!*

**Bønsøe Biler**

Tørveskæret 5 . Sparkær  
8800 Viborg . Tlf. 40 41 72 12  
[www.bonsoe.dk](http://www.bonsoe.dk)

***Hobby-Huset***  
**STOHOLM BYGGECENTER**

Hus, have, byggeartikler  
Fra dit lokale byggemarked  
- og Maskincenter

7850 Stoholm - tlf. 97 54 10 98



**Mønsted Malerforretning I/S**

*Alt malerarbejde udføres  
- uforpligtende tilbud gives*

Bente: 8664 6212 - Bil 2234 1817  
Mogens: 8664 6214 - Bil 2250 4612

Åben for salg af Flügger Maling:  
Mandag - fredag kl. 16-18  
Lørdag kl. 9-12.



Grubevej 1 . Mønsted . 8800 Viborg

**Skive Folkeblad**  
*Aktiv og tæt på*

## En oplevelse for livet



Det er ikke blevet til meget fodbold i efteråret for Anders Schmidt Kristiansen, der ellers normalt optræder som en stabil kant på Sparkærs serie 4.

Til gengæld har han så haft oplevelsen at være praktikant på sportsredaktionen ved Viborg Folkeblad, og det har vi bedt ham fortælle lidt om:

”Så blev der stille. Det kan der godt være brug for inde på Viborg Stift Folkeblad. Der bliver nemlig ofte råbt ting som ”hold k\*\*t” eller ”dit store paphoved” (selvfølgelig ment i spøg). Men nu blev der lidt ro. Det er så også kun, indtil en af mine kollegaer pludselig udbryder:

”Kunne det egentlig ikke være fedt, hvis man kunne få tarteletter, når man er i byen lørdag nat?” Ja, slut med stilhed. I den næste halve time sidder vi fire-fem stykker og snakker om, hvor og hvordan, vi kan sælge tarteletter lørdag nat. *Vildt sjovt!*

Allerede på andendagen, som praktikant på Viborg Stift Folkeblad, blev jeg kastet ud i en af mine større oplevelser. Jeg blev placeret allerøverst i Viborg Stadionhal, hvor jeg live-opdaterede Viborg HK’s damer i kamp. Speciel oplevelse. Under sådan en kamp sidder man med hovedet nede i computeren konstant, og ser ikke halvdelen af kampen. Man skal nærmest lytte sig til, hvad der sker. Det går vanvittig stærkt, og man kan på *ingen* måde nyde kampen. Hårdt – men *fantastisk!*

Jeg er, i løbet af de seneste måneder, blevet sat i forbindelse med sportsdiscipliner som dans, badminton, floorball, m.m. Det er måske ikke lige de discipliner der på forhånd havde vækket interesse i mig – men nu... *Klasse.*

Jeg har lært mange folk at kende – ikke kun personerne på arbejdspladsen. Håndboldtrænere som Tommy Larsen (Stoholm), Jesper Bangshøj (Bjerringbro FH) og Lars Friis-Hansen (VHK’s herrer hold) ringer jeg til hver torsdag for at lave optakt til deres kommende kampe.

Når kampene så er slut, ringer jeg til dem igen for at få et kamppreferat (når vi da ikke er ude og se dem), og uden at tænke over det, snakker vi pludselig om andet end håndbold. *Fedt.*

....fortsættes på side 10



*Lundgaard Teglværk a/s*

**Lundgaard Teglværk a/s**  
 7850 Stoholm  
 Telefon 97 54 12 22  
 Telefax 97 54 22 95  
[www.lundgaard-tegl.dk](http://www.lundgaard-tegl.dk)

**TØJ** | **HØJRUP**  
**eksperten**

Lars Højrup . Nørregade 3 . 7850 Stoholm . 97 54 10 97

Din lokale samarbejdspartner  
 med indsigt og indlevelse

**Deloitte.**

Vestervangsvej 6  
 DK-8800 Viborg Tel: +45 89 25 25 25  
[www.deloitte.dk](http://www.deloitte.dk)



**Stoholm**  
**Viborg Slagter**

Navnene Ulrich Østergaard og Ditlev Berg Overgård, er der ikke mange der kan fortælle om. Jeg fik lov at snakke med dem. En speedwaykører hvis sæson er slut, og en dreng der manglede sin sport, blev til 2\*20 minutters interview, og en alt for lang artikel. *Sjovt.*

Den mest interessante og sværeste historie jeg skulle skrive, havde egentlig ikke så meget med sport at gøre. Da jeg skulle besøge styrkeløfteren Jeppe Bay fra Stoholm, fortalte han mig en personlig og forfærdelig historie. Han var blevet slået ned på vej til en gymnasiefest, da han prøvede at afværge et slagsmål. En halvmåne af personer med flasker i hænderne stod rundt om ham, og næste stop for Jeppe Bay var hospitalet. Han måtte efterfølgende også melde afbud til et stort stævne indenfor styrkeløft. En rørende og forfærdelig historie, men at få lov og arbejde med, var *toppen*.

- *Anders Schmidt Kristiansen*

---

### **Praktisk info fra kassereren**

Når du tilmelder dig en aktivitet i Sparkær IF, bliver du bedt om personlige oplysninger. Det er navn, adresse, fødselsdato, telefonnummer og mailadresse.

Alle oplysninger er vigtige for kassereren, da jeg skal lave medlemsregistrering til DBU og DGI. Det er et krav, at vi skal indberette vore medlemmer i aldersgrupper. Oplysningerne skal jeg også bruge i forbindelse med ansøgning om aktivitetstilskud fra Viborg Kommune.

Alle oplysninger bliver naturligvis behandlet fortroligt, så ingen skal være nervøs for, at data gives til uvedkommende.

Jeg håber, dette kan være med til, at man fremover ved tilmelding til en aktivitet, også straks oplyser sine personlige data. Det sparer både udvalg og kasserer for meget unødigt ekstra arbejde, når man skal rykke for det.

**Og så lige et lille hjertesuk:** Ved betaling af dit kontingent, beder jeg dig overholde betalingsfristen, så jeg ikke skal bruge tid på at sende rykkere ud. Jeg kan bruge tiden til meget andet mere fornuftigt, som også kommer foreningen til gode.

Når det er sagt, så er kontingentrestancer ikke et problem i vores forening. Langt, langt de fleste får betalt, og det er således de få, kræfterne skal bruges på!

*Karen Ladefoged*

## Vil du kunne klare mere?



### Ekstra energi og overskud til dig der vil præstere

ARG1+ er et kosttilskud af planteekstrakter, som er vigtige kilder til velvære for dig og din krop.

ARG1+, brugt af topidrætsfolk, indeholder bl.a.

- L-arginin - en vigtig aminosyre
- Naturlige antioxidanter fra frugter og bær
- 6 vigtige vitaminer (100% ADT)

### Prøv det og gør din egen erfaring

Kundetilfredshedsgaranti:

Du kan prøve i 90 dage. Hvis du mod forventning ikke er tilfreds får du pengene tilbage!

ARG1+ henvender sig til alle, der vil præstere mere og derfor har brug for mere energi. Kontakt os hvis du har brug for yderligere oplysninger eller ønsker at købe produktet. Vi leverer det hurtigt.

IVAN OG LENE BITSCH HØEG, Selvstændig forhandler, Storchvej 24, 8831 Løgstrup. Tlf. 4078 6141 eller 2146 2488. Mail: [ivan@ivanhoeg-consult.dk](mailto:ivan@ivanhoeg-consult.dk), [www.mvaloevera.dk/lenehoeg](http://www.mvaloevera.dk/lenehoeg).



FOREVER

## KREDSLØBSPROBLEMER?

Få en elektromagnetisk behandling - smertefrit og uden bivirkninger.

### Har du en eller flere af disse gener, så kan jeg hjælpe dig:

- |   |                                  |
|---|----------------------------------|
| ◇ Smarter i benene ved gang                       | ◇ Smarter fra åreknuder          |
| ◇ Kramper i benene ved gang                       | ◇ Tendens til blå mærker         |
| ◇ Kolde hænder og fødder                          | ◇ Muskel- og ledsmerter          |
| ◇ Sår på ben / fødder                             | ◇ Arbejds- og nedslidningsskader |
| ◇ Stikkende og prikkende følelser i fødder og ben | ◇ Spændingshovedpine             |
| ◇ Uro i benene                                    | ◇ Stress                         |
| ◇ Kramper om natten                               | ◇ Forhøjet blodtryk              |
| ◇ Brændende fødder                                | ◇ Dårlig nattesøvn               |
| ◇ Tunge og trætte ben                             | ◇ Følger af diabetes             |
| ◇ Hævede ben                                      |                                  |

### Priser:

Konsultation og behandling 1. gang.....	600 kr.
Efterfølgende behandling.....	400 kr.
Massage, helkrops.....	500 kr.
Massage, helkrops med akupunktur og actera eller fodbad .....	600 kr.
Massage, delkrops.....	300 kr.
Børn.....	400 kr.
Ved hjemmebesøg/behandling tillægges.....	150 kr.

### TILBUD:

Ved køb af seks behandlinger ved første eller anden behandling .... 2.000 kr.



RETEN TIL BEDRE LIVSKVALITET

### Sinna Maagaard

Sygeplejerske og akupunktør  
Østergade 5B, 7850 Stoholm

Telefon 29 28 58 52  
[www.actera-viborg.dk](http://www.actera-viborg.dk)  
[post@actera-viborg.dk](mailto:post@actera-viborg.dk)

## Årets spiller i Sparkær IF



Ved sæsonafslutningen for seniorspillerne i klubhuset var der traditionen tro uddeling af pokaler. "Årets spiller" blev unge Thomas Bakholdt, der her får pokalen overrakt af træner Claus Højgaard. Træneren motiverede valget således: - Thomas træner rigtig meget og giver sig 100 pct. hver gang. Og så er han med stor succes i løbet af året blevet omskolet fra angriber til en solid forsvarsspiller!

Fiduspokalen, som gives til den, der har samlet flest stemmer i løbet af året landede hos Kristian Roesgaard herover t.h.

*-hp*

## Fodbold—ungdom

Allerførst vil vi gerne fra Fodbold Ungdom sige en stor tak til jer alle, spillere, trænere og hjælpere for jeres indsats i 2013 både her i Sparkær og i Mønsted.

På de fleste af holdene har det mest været kendte ansigter, men på sandkasseholdet har der været en del flere end sidste år, og det er jo en glædelig udvikling, som vi håber fortsætter i 2014.

Der arbejdes i øjeblikket på at etablere et samarbejde med Mønsted og Vridsted omkring U13-, U14- og U 15 drenge. Da der i alle 3 klubber er for få spillere til at danne hold, er vi i gang med et samarbejde med opstart i februar 2014.

Der bliver et par indendørsstævner, et i Vridsted i december 2013 og et i Mønsted i januar 2014, og opstarten skal så være her i Sparkær i februar 2014.

...mere side 14

**Salg og reparation af cykler - også reparation af knallerter**

Åbningstider: mandag-fredag kl. 9.30 - 17.30  
Lørdag kl. 10.00-12.00



Bredgade 20 . Mønsted . 8800 Viborg . 86 64 64 22



**SKIVE-EGNEN**  
FAGLIGT FÆLLES FORBUND



**SALON *Mie***

v /Ellen Marie Andersen

Tlf. 86 64 60 87

BRYRUPVEJ 7 . MØNSTED . 8800 VIBORG

Lukket onsdag og lørdag i ulige uger



Fotograf

**Niels Thomsen**

7850 Stoholm . Tlf. 97 54 12 33

Der skal trænes en måned af gangen i hver af de tre klubber. Alle tre hold får de samme træningstider, sådan at de kan drage nytte af hinanden i træningen, ligesom det vil gøre det muligt, at aftale fælles kørsel for alle.

Vi ser meget frem til dette samarbejde, og håber på stor opbakning fra både spillere og forældre. Ligeledes håber vi at se alle spillere og trænere, nye som gamle, igen til den nye sæson i 2014.

Med ønsket om en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

*Fodbold - ungdom*

---

**Sæt X i kalenderen:**

## **Generalforsamling i klubhuset**

### **Onsdag den 26. februar 2014 kl. 19.00**

Friplejehjemmet

# Nordstjernen



**"Skal du vælge en plejebolig?  
Vi er et plejehjem med holdninger til livet"**

Borrisvej 2 - Sparkær - 8800 Viborg  
96 51 46 40 - [www.friplejehjemmetnordstjernen.dk](http://www.friplejehjemmetnordstjernen.dk)

**hn**  
herretøj

Gravene 7A  
8800 Viborg  
Tlf. 86 62 05 51  
mail@hnherretoj.dk  
CVR 12 76 78 46

*Læs de lokale nyheder på....*



**sparkaer.dk**



**TØMRER  
&  
BYGGETEKNIKER**

**JENS OLE MADSEN**

Fusagervej 4 - Sparkær - 8800 Viborg  
Tlf.: 9754 1495 - Mobil: 2125 1495



## Serie 4 spillerne vender hjem igen

Efter et efterår med lange udebaneture i Himmerland har det maget sig sådan, at Sparkær's førstehold i serie 4 igen skal i kamp lidt tættere på de hjemlige omgivelser.

Og mon ikke det er godt. For selv om efteråret endte med en godkendt placering som nr. 4, en placering der let kunne være blevet bedre, men så sandelig også dårligere, så er det et faktum, at de lange ture mod nordøst gjorde ondt.

Både med hensyn til afbud, men også resultatmæssigt, for kun mod Ulbjerg og Fjelsø blev det til 3 point, mens kampene i Klejtrup, Strandby, Østrup, Hornum, ja selv til bundholdet i Møldrup blev tabt.

Så gik det langt bedre hjemme i Sparkær, hvor alle kampe på nær en enkelt mod oprykkerne fra Strandby blev vundet.

Nu handler det om en pulje, der lignede den i foråret med hold i og omkring Viborg. Det betyder så til gengæld, at der ikke bliver mulige lokalopgør mod kendte hold som Vridsted, Feldborg/Haderup og Ørslevkloster, men to af dem er der jo chancer for at møde til Fjends Cup.

Det er igen Claus Højgaard fra Stoholm, der skal stå for træningen og kampene i 2014, og han var efter årets sidste kamp optimistisk med hensyn til den nye sæson:




- Vi har godt af en pause nu efter et efterår, der har vist, at vi kan spille op med de bedste i puljen, men så sandelig også har vist et meget lavt bundniveau.

Men vi skal huske på, at vi også har været ramt af skader hos et par stamspillere, men jeg er som altid optimist, og er sikker på, at vi nok skal få en god sæson i foråret 2014, sagde Højgaard dengang til fjendscup.dk.

Følg de lokale seriekampe på:  
**[www.fjendscup.dk](http://www.fjendscup.dk)**







**Salon Helle Mønsted**  
- en hårfin  
· behandling

**Åbningstider:**

Tirsdag	09.30-17.30
Onsdag	08.00-17.30
Torsdag	09.30-19.00
Fredag	09.30-17.00
Lørdag	08.00-13.00 (lige uger)

Svalevej 10, Mønsted  
**86 64 60 80**



**Willie's Sparkær**

**Facebook.dk/WilliesDK**

Torsdag	18.00-24.00
Fredag	18.00-01.00
Lørdag	18.00-01.00
Søndag	13.00-20.00

**Sparkær Mosevej 10**  
86 64 55 77/40 20 63 76



**Sparkær Smede- og Maskinværksted**

**Stålkonstruktioner. Trapper - gelænder. Tankstationer.**  
**Alle former for svejseopgaver og reparationer**

---

**v/Per Mackenhauer, Tørveskæret 17, Sparkær, 8800 Viborg**  
86 64 50 96 - [www.sparkaersmede.dk](http://www.sparkaersmede.dk)

**REMA 1000**

**Meget mere discount!**

Vestergade 30, 7850 Stoholm - 96 51 13 01



## Nyt fra Sparkær Skole

Af Jens Johansen

Endnu et år lakker mod enden, og endnu en gang kan vi gøre status, som vi har for vane, når kalenderen på væggen skal skiftes ud med en ny.

Vanens magt er stor og nok også større, end vi går og tror, for vores vaner er jo ikke noget, som vi går i det daglige og tænker på, – ellers ville det jo ikke være vaner... Forskning fortæller os, at rigtig mange af vores handlinger i løbet af en dag er baseret på vaner, hvis vi altså definerer en vane, som en handling vi ikke overvejer synderligt, inden vi udfører den. Derfor bliver vanens magt stor, ligesom potentialet i at arbejde med ens vaner bliver tilsvarende stor.

Kan man bryde en negativ vane og erstatte den med en positiv, så har man skabt en positiv forandring. Det spændende her er den overgang, hvor vi skal aflære gamle vaner og lære nye. For lige meget om man er barn eller voksen, så er det sværeste det, at stoppe med at gøre de ting vi gør uden, at vi tænker over, at vi gør det...

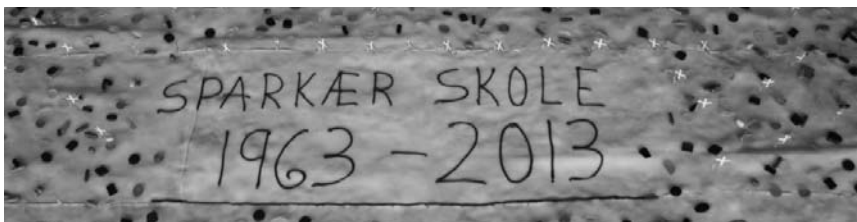
Vaner og traditioner går hånd i hånd, og hvis der er noget, som vi i den grad forbinder med traditioner, så er det vel juletiden. Som jeg indledningsvist startede med at skrive, så er en af traditionerne, eller vanerne om man vil, at vi gør status over året der er gået, og dette sidste indslag for året skal ikke være en undtagelse.

Et dejligt 2013 på Sparkær Skole har generelt budt på mange spændende og lærerige dage for børn og voksne, men der har selvfølgelig været nogle, som står klarere i erindringen end andre.

**Multibanen:** Den 22. marts indviede vi vores nye Multibane. Banen er blevet brugt flittigt siden både i skoletiden og udenfor skoletiden, og vi oplever generelt, at alle passer godt på banen og behandler den ordentligt, så den kan komme skolen og byen til glæde mange år frem. Banens centrale placering i skolegården gør, at man ”møder” Sparkær skole på en helt anden måde, end man gjorde tidligere, og det er ikke få besøgende, som har sagt; ”Sikke en dejlig bane og liv, som møder en, når man kommer her på Sparkær Skole”. Banen har vist sig, at have både ”indre” og ”ydre” værdi for Sparkær Skole.

**Lockouten:** Den 1. april fik vi lockouten, og havde det ikke været fordi, at vi i ugerne forinden var varslet om, at en lockout kunne blive en realitet, ja så havde man nok konkluderet noget andet på en 1. april! Men lockouten var en realitet, og den bevirkede, at børnene ikke blev undervist helt frem til den 26. april, hvor et flertal i folketinget satte en stopper for konflikten med et lovindgreb.

Senere fik vi et bredt politisk forlig om en ny folkeskolereform og sammen med lovindgrebet, så fik vi sat en dagsorden for en ”ny” folkeskole – en skole hvor vi sætter fokus på læring. Vi glæder os rigtig meget til 2014, hvor det hele for alvor begynder at tage form, og hvor vi alle sammen, personale, børn og forældre, skal blive klogere på; hvad betyder det her så for os på Sparkær Skole? Hvilke vaner skal aflæres, og hvilke nye skal indlæres?



**50 års jubilæum:** En anden begivenhed, som fik stor opmærksomhed her i 2013, var skolens 50 års jubilæum, som blev fejret den 1.6. både på skolen og ved den efterfølgende jubilæumsfest i Østfjendshallen. Det blev en rigtig fin markering på skolen og en god fest, som med 325 deltagere viste, at Sparkær Skole stadig er i mange gamle elevers erindringer.



**Ny legeplads:** Sidst i august var vores nye legeplads klar til at blive taget i brug, og med den markerede det også en foreløbig slutning på en lang proces, som startede helt tilbage i 2010, hvor vi besluttede at ”skrotte” den gamle legeplads, som på mange måder både var slidt, farlig og ”ulovlig”.

Sammen med multibanen og de øvrige legeredskaber, har vi nu igen en alsidig og spændende skolegård, som understøtter børnene i leg, læring og, ikke mindst, bevægelse.



**iPads:** Til slut så skal jeg selvfølgelig have med, at året 2013 også blev året, hvor vi alle fik en iPad på Sparkær skole, og derved tog et værktøj i brug, som vi med stor nysgerrighed eksperimenterer med på livet løs. Vores "mission" er ikke at bruge iPad'en, som erstatning for det vi allerede kunne før, men at vi med iPad kan skabe læringsrum, som før var umulige. Vi vil noget nyt. Og vil man det, så vil man også lære!

Dette er blot nogle få højdepunkter i et travlt år, som foruden også bød på et brud på en mangeårig tradition/vane med at sende 6. klasse til Bornholm, ligesom vi igen afholdt en fremragende skolefest, og jeg kunne blive ved... Aktiviteterne har været mange, nye og gamle, og hvor der er aktivitet, sker der læring - hvor der sker læring, er der aktivitet.

Vanens magt er som sagt stor, og på kanten til et nyt år, et år hvor skolen for alvor står i forandringens tegn, så er det måske vigtigere end nogen siden, at vi netop har det for øje. Kan vi ændre vores vaner, så kan vi ændre os selv. Kan vi ændre os selv, så kan vi ændre verden. Som en gammel vane byder, så vil jeg slutte af med at ønske jer alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår!

---

### **Børnehave, SFO og KLUB**

Så kom den tid på året, hvor de fleste børn glæder sig allermest, nemlig julen, så derfor denne lille julehilsen til Jer alle. Alle områder, både børnehave og sfo emmer af jul og julehygge. Der er gang i pyntningen alle steder, så det er umuligt ikke at opdage, julen nærmer sig med hastige skridt.

Vi må atter se i øjnene, at tiden bare flyver af sted. Vores julemarked/julehygge arrangement i sfo'en er vel overstået, og personalet er enige om, at det var en rigtig hyggelig dag, uden alt for megen stress og jag, men derimod god tid til at tale med børn og forældre

For børnehavens vedkommende stod den i år på gudstjeneste i kirken, og derefter havde vi fra børnehaven, inviteret alle dagplejere samt deres dagplejebørn i børnehaven efter endt gudstjeneste, hvor vi var vært med en gang risengrød, og der blev spist med stor velbehag.

Klubben har været på deres årlige jule- og indkøbstur til Viborg, hvor der rigtig blev handlet. Så mon ikke der er butikker, som har opnået omsætningsrekord? ;-). Desuden bliver der en fællesjuletur med de andre sfo-klubber til legeland i Viborg. Vi håber selvfølgelig på stor opbakning til denne tur også.

Ud over dette kommer julemåneden til at indeholde mange forskellige ting. Bl.a. klippe og klistre, pynte op i både børnehave og sfo/klub, med nisser, juletræ m.m.

Der var i november måned indkaldt til valg i forældrerådet i børnehaven, men desværre lykkedes det ikke at få valgt nye medlemmer ind, men vi håber dog, der er andre forældre som vil træde til, så nedlæggelse af forældrerådet ikke bliver nødvendigt.

Vi har i efteråret haft "kroppen" som tema, så der har været gang i mange forskellige aktiviteter. Derudover er vi begyndt med de ældste børn, at gå i sfo'en hver dag, så disse børn lærer skolen/sfo'en at kende inden skolestart og naturligvis også omvendt. Dette er en stor oplevelse for alle parter, og allerede nu kan vi se, børnene rigtigt føler sig trygge ved at færdes i de nye omgivelser.

Når dette blad udkommer, så er tørreskabene fjernet i børnehaven. Dette af flere årsager, men bl.a. elforbrug, miljøet og indeklimaet.

I Søløven er opstarten af Børne-Nettet sket, og der er stadig masser af indkøringsvanskeligheder. Men på sigt skal det nok blive et ganske godt system, der her er kommet i gang.

I denne våde, kolde og mørke tid, er det nødvendigt at have skiftetøj med. Dette gælder både børnehave og sfo, da det for børnene er meget TRÆLS, ikke at have noget skiftetøj, specielt hvis det tidligt på dagen er blevet vådt, eller man kommer til at fryse.



Men summasummarum: Rigtig god jul og godt nytår til Jer alle ønskes I af personalet i børnehaven Søløven og Spar-kær SFO og Klub.

## ”De tyk” på vej mod oprykning!



Når kulden og mørket lægger sig, nærmer fodboldsæsonen sin slutning – og dog. Nogle Sparkær-spillere (inklusiv undertegnede) har meldt sig til et indendørsfodboldstævne i Feldborg. Det forløber i næsten hver weekend indtil sidst i januar. Vi er syv mand på holdet, Daniel Brøns, Anders Busk, Jacob ”Smeden” Mackenhauer, Niki Rasmussen, Nicolaj Andersen, Anders Jørgensen og undertegnede. Det er ikke bare endagsstævner. Der er nemlig en samlet stilling, som fortsætter, indtil den sidste kamp er spillet i januar. Vores hold, der ved det seneste stævne hed ”De tyk”, er selvfølgelig ubesejret, på trods af at vi har været i knibe et par gange.

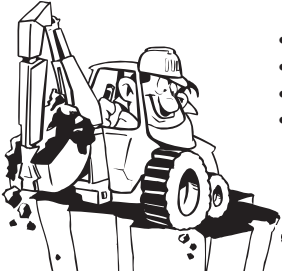
Første stævne talte for sig selv. Vi fik 10 ud af 12 point, fræsede i gennem det hele og overtog første pladsen. Vores hold var bare stærkere end de andre.

Ved det andet stævne opstod der pludselig problemer. Med al respekt for de andre hold, var vi enige om, at alle hold skulle/skal køres over. Vi fik ikke den bedste start den dag. Vi spillede to dumme uafgjorte kampe, som vi skulle have vundet. I tredje kamp viste vi så vores styrke, da vi vandt med 4-1. I sidste kamp var vi på vej til en kæmpe fiasko. Tidligt i kampen kom vi bagud 3-0, og det så svært ud. Med tre minutter igen lignede det et nederlag på 3-1, men pludselig gjorde fysikken forskellen, og vi løb fra dem. På trods af at de fik fire mål, vandt vi alligevel 6-4 (fem mål på tre minutter).

Der er to hold der rykker op, i en bedre række, til næste års indendørs-turnering, og pt. topper vi. Vi kan nok godt tåle et par uafgjorte kampe, men da vi er så meget bedre end de andre hold, er vi alle enige om, at resten af kampene skal vindes!

- Anders Schmidt Kristiansen





## MLP-BYG, SPARKÆR

- Alt jord og kloakarbejde udføres
- Minigraver m/hydraulikhammer
- Rendegraver
- Minilæsser/minidozer
- Belægningsarbejde
- Sokkelgravning
- Murerarbejde

Udlejes:  
 Pladevibrator - Høpbevibrator  
 Betonhammer - Klipper til belægningssten - 180 ltr. tromleblander

Aut. kloakmester  
 Morten Lang Pedersen

Tlf. 86 64 66 64 . Mobil 20 297 297

# Jessen

TV OG ANTENNESERVICE

Tlf. 40 42 25 52 - Mail: [ulrick@jessen-tv.dk](mailto:ulrick@jessen-tv.dk)  
[www.jessen-tv.dk](http://www.jessen-tv.dk)



**MENY kaffe**  
 Kendt for kaffen – men vi kan så meget mere

**Totalleverance til:**    **Totalleverance af:**

Virksomheder

Kaffe, The og varme drikke

Hoteller

Automater og maskiner

Restauranter

Papir og plastvarer

Kontorer

Rengøringsartikler

Caféer

Sportshaller



[www.menykaffe.dk](http://www.menykaffe.dk)

MENY kaffe Viborg ApS, Solbakken 3, Mønsted, 8800 Viborg  
 86 64 65 66 - [viborg@menykaffe.dk](mailto:viborg@menykaffe.dk)

## Husker du.....



Den 26. februar 1989 arrangerede Sparkær IF opvisning af de svenske gymnaster "Kents Gubbar" med masse af tilskuere i Østfjendshallen



Sparkær IF's bestyrelse ved 60 års jubilæet i 1984: F.v. Henning Nielsen, Knud Rosendahl, Hans Peter Johansen, Jørn Madsen, Karen Ladefoged og Jette Christensen. Næste år fylder SIF så 90.



## Nyt fra Fitness-dansens verden

Om jeg begriber hvad der er sket med tiden, nu står julen for døren, og sæsonen er allerede halvt forbi. Men som man jo siger ”tiden går stærkt, når det går godt”.

Og ja, det går helt vildt godt på vores Fitness-dance hold, og det er en kæmpe fornøjelse at møde op hver mandag og onsdag i forsamlingshuset og bruge en masse energi med en flok veloplagte piger (HUSK NU, at I mænd også er velkomne).

I denne sæson prøvede jeg jo at lave et hold med Zumba® Mix, som består af 1½ time fordelt med alm. Zumba, Zumba Toning (vægte) og Zumba Sentao (styrketræning med stol), og det har vist sig at være en stor succes. Her oplever man nemlig både tempo og masser muskeltræning, så det er bare en super kombination.

Holdet om mandagen med 1 times alm. Zumba® er stadig et fantastisk hold og jeg skal love for at vi starter ugen med masser af sving, drej og sved og tempo.

*Fortsættes side 26*

Alle former for **MASKINSTATIONSARBEJDE** udføres

### Mønsted Maskinstation A/S

Kalkværksvej 2, Mønsted

8800 Viborg

tlf.: 86 64 60 74

Bil: 30 86 94 41 - 40 16 94 41

# Din aktive medspiller

**SPAREKASSEN  
KRONJYLLAND**

mere end penge

Stoholm afdeling · Vestergade 3 · 97 54 16 44 · sparkron.dk

På begge hold er der få ledige pladser, så kom endelig at danse med og få julemaden hurtig danset af, sammen med en flok super skønne piger. (Se mail eller telefonnummer til tilmelding under Masala Bhangra Workout).



Uha hvor har jeg glædet mig til at skulle præsentere Sparkær og omegn for Masala Bhangra. Og hvad pokker er da det, kan det spises eller hvad????

Masala = Krydderet Bhangra= Dans , så her er simpelthen tale om en ny og spændende Fitness, som stammer fra Indien. Derfor vil musikken også være i helt andre toner end vi danser til i Zumba. På 1 Masala Bhangra time vil man opleve en meget stor forbrænding, da vi er i bevægelse hele timen.

Masala Bhangra er for ALLE, uanset om man har danset før eller aldrig, og selv folk med dårlige knæ kan være med her, og undervisningen er simpel . Her bruger vi nemlig metoden med at starte forfra hver gang, man har påført dansen nye trin, hvilket gør, at man får mere udnyttelse af workouten, og kan få højere forbrænding.

I Masala Bhangra vil man opleve, at man med tiden vil få forbedret sin balance, tonet sine skuldre og resten af kroppen, en bedre udholdenhed og en større velvære.

Jeg vil først fra næste sæson starte et Masala Bhangra hold op, men i mellemtiden vil jeg holde øvedage på Sparkær Skole lørdage kl. 10-11, og her skal man være så hjertelig velkommen til at komme og være med. Da jeg som alle andre kan rende ind i at være forhindret en lørdag formiddag, vil jeg hver uge skrive på Facebook gruppen ”Gymnastik i Sparkær” og ”Dance-Fitness v/Anita Olesen” om vi danser. Har du ikke Facebook, så send mig endelig en besked og hør mig ad på 40283310 eller nit@energimail.dk.

Glæder mig til at se jer :-)

Rigtig glædelig jul. Husk at den nye sæson starter i uge 2, og vi skal nok finde plads til dig ;-)

- Anita



## Sparkær Smede & VVS A/S

*v/Poul Erik Jensen*

Smedevej 3 – Sparkær – 8800 Viborg  
86 64 50 31/23 82 70 11

## TANDLÆGERNE I STO HOLM v/Kjeld Tommerup

KONSULTATION

MAN - TORSDAG 8-18, FREDAG 8-16

TLF: 97 54 15 77 & 97 54 15 15



**Stedet,**

hvor en god fest  
bliver bedre.....

## Mønsted Turistbusser



Vi arrangerer ture og udflugter  
For alle slags grupper.

Vi har busser i forskellige størrelser fra 12 til 57 pers.

Nu også stor liftbus med plads til op til  
20 kørestole + ca. 22 personer.

Tlf. 86 64 52 44

## Førstehjælpskursus og hjertestarter

Lørdag d. 2. november er vi 7 personer, der har taget imod tilbuddet om et førstehjælpskursus. Anna-Marie Milbo, som er instruktør gennem Dansk Folkehjælp, står klar til at gennemgå og forklare førstehjælpens grundprincipper, hvilket hun ved hjælp af power-point gjorde på en let forståelig måde.

### Grundprincipperne er:

1. Stands ulykken 2. Giv livredende førstehjælp, som kan udtrykkes ved førstehjælpens ABC:

A: Airway – skab frie luftveje

B: Breathing – se, lyt, føl – er der normal vejrtrækning

C: Circulation – er der hjertelyd, er der blødning/forbrænding

### Næste skridt:

1. Tilkald hjælp – ring 1-1-2

2. Almindelig 1.hjælp

Undervisningen blev tilpasset vore egne ønsker, og vi fik en rigtig god snak om de forskellige situationer, der kan opstå under idrætsudøvelse.

Efter en lille sandwichpause havde vi forskellige øvelser. Det væsentligste var kunstigt åndedræt og hjertemassage, som vi prøvede på den medbragte dukke. Også forskellige forbindinger blev afprøvet.



Under disse øvelser kom snakken blandt andet til at handle lidt om en hjertestarter. Ikke mindst hvorfor vi ikke har en sådan her i Sparkær. Ingen er vel uenig i, at det vil være en rigtig god ide at sætte projekt ”fremskaffelse af hjertestarter” i gang, så til Jer, der brænder for det, er der ”bare” at sige: Kom ud af starthullerne og

få undersøgt, hvilke muligheder der er. Der melder sig selvfølgelig straks mange spørgsmål, hvor skal den placeres, hvem vil være ansvarlige, hvor kommer pengene fra, hvordan kommer vi i gang?

Man kan f. eks. starte med at kontakte andre byer, der har erhvervet sig apparatet, og høre hvordan man kan komme videre.

*Karen Ladefoged*



**GuldBageren**

Østergade 12, Stoholm Tlf. 97 54 10 46

*Førende leverandør af In-Car Entertainment systemer*



**SEC**

**SEC SCANDINAVIA AIS**  
tlf. 86 64 55 65    [www.sec-as.dk](http://www.sec-as.dk)

## Det sker på Nordstjernen

**Torsdag den 9. januar 2014 kl. 14.30:** Salg af tøj til herrer og damer (der sælges også undertøj). Damernes butik ved Dorthe Andersen.

**Mandag den 13. januar kl. 19.30:** Generalforsamling i Nordstjernens Venner. Dagsorden i følge vedtægter. På valg er Kirsten Jørgensen, Lillian Jørgensen, Vagn Stilling og Anna Sofie Stilling. De to sidstnævnte modtager ikke genvalg.

**Torsdag den 16. januar kl. 14.30:** Gudstjeneste ved Malene Dahl

**Torsdag den 6. februar kl. 14.30:** Musikalsk underholdning ved Henning Pedersen, Viborg.

**Torsdag den 13. februar kl. 14.30:** Gudstjeneste ved Inger Petterson.

**Torsdag den 13. marts kl. 14.30:** Salg af Norlog fodtøj og tøj fra Smartex.

**Torsdag den 6. marts kl. 14.30:** Gudstjeneste ved Malene Dahl

**Torsdag den 3. april kl. 14.30:** Underholdning ved humørsprederne fra Skive.

**Torsdag den 10. april kl. 14.30:** Gudstjeneste ved Malene Dahl

Nordstjernen/Nordstjernens Venner

---

## Generalforsamling i Sparkær IF er også for dig!

Det er langt fra et tilløbsstykke, når byens idrætsforening inviterer til generalforsamling. Det er de berømte "Tordenskjolds soldater", der møder frem.

Men hvorfor ikke lige bruge bare et par timer en gang om året for at høre om årets gang, og hvad der rører sig i foreningen. Alle har adgang, men kun medlemmer har stemmeret.

Og man behøver ikke blive hjemme, fordi man frygter at blive presset i en bestyrelse eller et udvalg. Efter hvad redaktionen erfarer, så har bestyrelse og udvalg gjort hjemmearbejdet og sikret sig kandidater til posterne. Men derfor kan der godt stilles nye forslag.

På valg til bestyrelsen den 26. februar er formand Ivan Bakholt, Erik Skov, Lene Nielsen og Palle Christensen. De to sidstnævnte genopstiller ikke.

-hp



**FORD FIESTA**

FRA **116.960 KR.**

FRA **1.395 KR./MD**

**Drømmer du om en FORD FIESTA?**

Så er det nu, du skal slå til. Vi har nemlig sat prisen ned, så du nu kan få en spritny Ford Fiesta for kun 116.960 kr. eller finansieret via Ford Credit fra kun 1.395 kr./md.\*. Lyder det godt? Så kom forbi og prøv en tur – men vent ikke for længe, priserne er kun sat ned for en periode.

ford.dk



\*) Ford Fiesta Trend 1.25 (60 hk). Finansieret via Ford Credit: 120.640 kr. inkl. levering (3.690 kr.) 24% udbetaling, 1.395 kr./md., løbetid 84 mdr., variabel debitor rente 4,99%, AOP 7,51%, samlede kreditomkostninger 25.540 kr. Samlet beløb der skal betales tilbage 117.180 kr. Ford Credits forretningsbetingelser og kreditvurderingskrav er gældende. Bilen skal kaskoforsikres. Ford Credit forbeholder sig ret til at bede om yderligere information i form af eksempelvis årsopgørelse fra SKAT.

Bilen er vist med ekstraudstyr. Gældende for biler produceret før 30/6-2012. CO<sub>2</sub> 127 g/km, brændstofføkonomi 18,2 km/l.

Energiklasse **A**

Tilbuddet gælder indtil 30/6-2012



**Katkjærvej 3**  
**7800 Skive**  
**Tlf. 97 51 40 00**  
**www.gr-biler.dk**




**Tømmerfirma  
Henning Plüger**

Falkevej 5  
8800 Viborg  
Tlf.: 86 62 09 83  
Mobil: 40 34 89 83  
Privat: 86 64 56 60

Husk **ONLINE**  
tidsbestilling!



**DYRLÆGE**  
**Maria Kirial**  
*Tid til livet med dyr*

---

**Tlf.: 9754 2444**  
Vestergade 23A • 7850 Stoholm  
**www.mariakirial.dk**



## CrossGym® 7 rammer Sparkær

Og hvad er det så for en størrelse? Ja, bruger man diverse søgemaskiner, så får man dette svar:

*”CrossGym® 7 er et styrke- og konditionsprogram, der er velegnet til både mænd og kvinder. Det bygger på principper fra forskellige træningsformer og giver mulighed for træning med høj intensitet. Det betyder, at kredsløb og muskulatur bliver udfordret hver gang med stor variation, høj musik og godt humør.”*



Men vi er også gået den direkte vej og spurgt manden, der lige pludselig kan se sig selv som gymnastikinstruktør for en stor flok piger, kvinder og mænd. Det er Morten Brøndum, der her fortæller, hvordan det hele startede, og hvorfor det lige var ham, der blev instruktør:

”Det startede med, at Anita (Olesen, red.) ringede og spurgte, om jeg var interesseret i noget, der hed CrossGym. Ja, det var jeg da, for jeg havde prøvet det en enkelt gang i Viborg, så jeg

sagde, at jeg godt ville med på et hold, hvis det blev til noget.

Men hendes ærinde var mere end det, for hun og gymnastikudvalget var ude efter en instruktør, så efter lidt snak, så er det altså endt med, at jeg sagde ja, og det er bare super godt.

Mine interesser var i forvejen løb og træning, så det passer fint sammen. Jeg skal løbe min første ½ maraton ved Kalkmineløbet i maj, og jeg er også begyndt at svømme og satser på en ¼ ironmann til sommer i Silkeborg.

Løb, svømning og cykling er rigtig godt – det forebygger skader. Og så er det altså noget sjovere, end at trampe i maskiner i et motionscenter, mener Morten Brøndum.

Inden han gik i gang med holdet på Sparkær Skole, var han igennem et kursusforløb gennem DGI Midtjylland, og der er mere uddannelse på vej.

Efter et par prøveomgange, var han spændt på, hvor mange, der for alvor ville i gang, em her er han blevet meget positivt overrasket. Et sted mellem 26-29 er nu meldt til holdet, og det er et blandet hold.





*Herover en del af det store hold efter en træningsaften.*

”Det havde jeg også håbet på, men jeg var godt nok lidt ”nervøs”, da de første 12 tilmeldinger var kvinder. Men det har rettet sig, og nu er vi en skøn blanding af helt unge til min egen far og Ryan Pedersen i den tunge ende aldersmæssigt. Men alle kan være med, for vi tilpasser øvelserne, så alle får noget ud af det.

Jeg inddrager også deltagerne i øvelserne ved, at vi lige bruger 5 min. bagefter og snakker om, hvad deltagerne gerne vil have med af øvelser”, slutter Morten Brøndum.

Endnu et flot tiltag fra gymnastikudvalget, der for alvor har gang i mange former for motion for alle aldre i Sparkær og omegn.

*-hp*

**Støt vore annoncører  
- de støtter os!**

**Sparkær IF - Enrico Dalgas Vej 3A, Sparkær - 86 64 54 77*****Bestyrelsen***

Form. Ivan Tiphede Bakholdt, Nyvænget 3	2244 1112
Næstform. Erik Skov, Langgade 27	2045 3756
Sekretær Ulla Bøge, Bakkelyvej 4	2843 5811
Kasserer Karen Ladefoged, Kjærgårdsvej 7	3057 7053
Lene Nielsen, Langgade 29	2674 9060
Mona Vistisen, Fusagervej 1	6135 1006
Palle Christensen, Kirkestien 8, Kvorning	4292 5609

***Seniorudvalg***

Formand Daniel Brøns, Rahbechsvej 23	2815 5705
Ulla Bøge, Bakkelyvej 4	2843 5811
Kristian Roesgaard, Vestervænget 12B, 7800 Skive	2619 5395
Michelle Brøns,	2814 5705

***Ungdomsudvalg***

Formand Lene Nielsen, Langgade 29	2674 9060
Louise Mahs, Rahbechsvej 8	2679 6681
Helle Kristensen, Enrico Dalgas Vej 2	3125 8143

***Gymnastik/Fjendsløb***

Formand Mona Vistisen, Fusagervej 1	6135 1006
Anni Hougaard, Højvej 6	2944 7588
Lene Nielsen, Langgade 29	2674 9060
Anita Olesen, Højvej 1	4028 3310
Karen Ladefoged, Kjærgårdsvej 7, (kun Fjendsløb)	3053 7053
Lone Bach Sørensen, Bækkegårdsvej 1, (kun Fjendsløb)	4014 8725

***Badminton***

Formand Ole Andersen, Mosegårdsvej 3	3054 8952
Bjarne Gade, Mosegårdsvej 13	8664 5859

***Tennis***

Formand Erich Weller, Nyvænget 1	5059 0090
Jørn Tidemann, Rahbechsvej 2	2556 3149

***Billingeparken***

Mogens Frederiksen, Bækkegårdsvej 36	4036 9858
Per Pedersen, Gravhøjvej 13	2021 9168

***Sponsorudvalg/annoncer***

Mogens Frederiksen, Bækkegårdsvej 36	4036 9858
Torben Andersen, Kjærgårdsvej 1	2097 0081

***Østfjendshallen***

Mogens Pedersen, Gravhøjvej 15	2971 1596
Kaj Skov Pedersen, Bækkegårdsvej 27	4054 5625

***Samarbejdsudvalget***

Hans Jørgen Pedersen, Østervang 13	4026 1933
------------------------------------	-----------

## Mønsted radio/tv & El-installation

**Kenneth Refsgård**  
40 19 86 46

Mail:  
kenneth@moenstedradiotv.dk

Udfører alt arbejde  
indenfor TV & antenne

- Salg og opsætning af radio/TV-produkter
- Reparation og service på radio/TV-produkter
- Udfører alle former for antennearbejde
- Salg og opsætning af parabolere
- Forhandler af Viasat og Boxer



Ring og få et  
uforbindende tilbud.

**Kim Andersen**  
22 41 90 30

Mail:  
kim@monsted-elinstallation.dk

Udfører alle former  
for el-installationer.

- Alm. husinstallationer
- IHC-installationer
- Industri-installationer
- Landbrugs-installationer
- Varmegenvindings-anlæg
- Centralstøvsuger-anlæg
- Alarm-installationer
- Data/Tele

Blegevej 42 . Mønsted - 86 64 66 46

KICKSTART DIT BOLIGSALG MED EN GRATIS  
**SALGS- OG MARKEDSVURDERING™**  
FRA ESTATE TORSTEN NIELSEN



Scan koden med din iPad, iPhone eller Android telefon, hvorefter vi kontakter dig for at aftale tid for en gratis Salgs- og Markedsvurdering™



**Estate Torsten Nielsen**

STATSAUT. EJENDOMSMÆGLER MDE

Vestergade 11, 7850 Stoholm  
Tlf. 86 64 51 00





Øl og vand fra det lokale bryggeri



Til dig der kan smage forskel.



Hancock er et lille uafhængigt bryggeri, hvis målsætning er at fremstille kvalitetsprodukter. Vi sætter en ære i at anvende gamle metoder, og i at fremstille produkter der skiller sig ud fra mængden. For at opnå dette bruges ingen kunstige enzymer, øllet gæres ved lav temperatur, lagres op til et år ved frysepunktet inden det tappes, og vi tilsætter ikke vand inden tapningen. Ligeledes anvendes verdens fineste humle, den Tjekkiske Saazer, til alle øltyper.

- SMAG FORSKELLEN!

[WWW.HANCOCK.DK](http://WWW.HANCOCK.DK)