

KvartalsNyt

46. årgang nr. 2/2020

Den 1. august 2020

Sportsfesten 2020 er aflyst, men fortvivl ikke...!

Se mere info om arrangementet på side 7
De bedste hilsener
Sportsfestudvalget

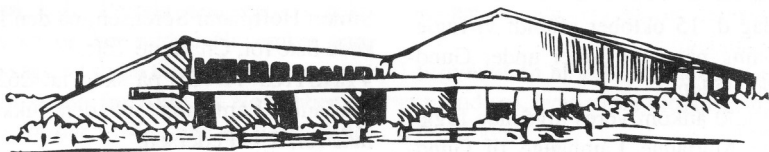
Picnic på Pladsen



Ta' din familie i hånden og vær med, når vi afholder

Gundsø's **STØRSTE** picnic

GUNDSØLILLEHALLEN



Selskabslokaler

Udlejningspriser:

Selskabslokaler inkl. Køkken Kr. 4.500,-

Pris for andelshavere i Gundsø Lillehallen

a.m.b.a. kr. 3.500,-

Andelsbevis kan købes ved henvendelse

til halinspektøren. Pris pr. andelsbevis kr. 100,-

Rengøring Kr. 500,-

Depositum Kr. 1.000,-

Udlejning af borde og stole

Bestilling: Halinspektøren - Tlf. 46 78 70 64

Gundsø Lillehallen email adresse: kontor@gundsølillehallen.dk

Gundsø Lillehallens hjemmeside: www.gundsoelillehallen



Formandens tanker

Normalt ville jeg kunne fortælle om hvordan vi har været på Roskilde Festival med boden Eat Beer! Jeg ville også normalt kunne fortælle om, at vi snart skal til årets Sportsfest i Ågerup!

Men det fik "Corona" sat en sørgelig stopper for.

Sidste år fik vi tæt på 350.000 kr. til GSG&IF for vores salg via boden Eat Beer samt Sportsfesten i Ågerup gav et overskud på ca 12.000 kr., endelig har Fitness haft lukket i godt 3 måneder som har givet små 100.000 i manglende kontingenter.

Vi har søgt DIF og DGI's corona-hjælpepulje om hjælp, til at dække vores tab/manglende indtjening, men da denne pulje blev overansøgt med over 300% i forhold til det som der var bevilget, så kan vi ikke forvente meget mere end 30% af vores tab fra denne pulje.

Vi har heldigvis en "sund" idrætsforening, så vi skal nok klare os, men helt sikkert vil det kunne mærkes.

Det positive er at vi er ved at få lukket op for alle sportsgrene igen, og vi har "høstet" en del erfaringer med at lave anden form for idræt, så som gymnastik/dans/yoga/Bootcamp via livestreaming.

Hal 2 projekt

Kommunen har behandlet vores ansøgning: Kort fortalt ser jeg det som positivt, at afgørelsen i første omgang blev:

Udvalget besluttede, at der skal udarbejdes et blokforslag til budgetforhandlingerne.

læs mere om dette og se vores ansøgning på: www.gsgif.dk

Vi påtænker at afholde generalforsamling i GSG&IF onsdag den 16. september 2020 kl. 19.30, Dagsordenen kan ses på www.gsgif.dk

I må derfor meget gerne afsætte datoen og tidspunktet. Du er også meget velkommen selv om du ikke er aktiv i GSG&IF. Jeg håber at se dig og din fa-



Formandens tanker

milie, gerne hvis i bestiller mad i hallen og spiser der først ☺

Vi vil meget gerne have din hjælp!

Hvis du ikke allerede er frivillig i GSG&IF, så kontakt mig gerne, du behøver på ingen måde at være i en bestyrelse eller være træner, ikke at du ikke meget gerne må være dette også, men vi vil meget gerne høre fra dig hvis du kan afse bare lidt tid til udvalgte opgaver, så som at hjælpe til de dage vi har events, juletræsfest, dommervagter i hallen, banko i hallen, Sportsfest, Eatbeer, Støt din sag eller andet som du har lyst til. - Kontakt os gerne hvis du har mulighed for at give en hånd med!

Fortsat rigtig GOD SOMMER!

Med venlig hilsen

Johnny Magnussen

Formand for GSG&IF

Gundsø Entreprenørforretning

v/ Autoriseret kloakmester Rene Vesterlyng
Bygningskonstruktør Jesper Vesterlyng



- Alt gravearbejde udføres med gravemaskine
- Jord-, vej- og kloakarbejde
- Støbning af fundamenter
- Udlejning af gravemaskiner og minigrave med fører
- Udlejning af pladevibrator og jordstamper
- Udlejning af højtryksrense
- Flisearbejde

46 78 75 85

Langbjerg 8 · 4000 Roskilde · Mobil 30 37 33 20

Mød Landsbyrådet til den alternative sportsfest - "Picnic på Pladsen" lørdag den 5. september



Her er 27 grunde til at støtte Landsbyrådet – har du brug for flere?

- SkaterPark på vej
- Ældreboliger på vej
- Fælles nyttehaver
- Flere cykelstier
- Juletræ på Butikstorvet
- Forskønnelse af butikstorv
- Nyhedsbrev til medlemmer
- Renovering af Strandparken
- Fællesspisning
- Bedre busforbindelser
- E-sport og andre aktiviteter for unge
- Ny asfalt
- Bedre legeredskaber på Impulsen
- Hundskov
- 4000nord = lokal erhvervsudvikling
- Borde og bænke
- Integrations via mad
- Indsamling af affald
- Hastighedsdæmning
- Bedre mobilforbindelser
- Sikring af Østrupkrydset
- Renovering af Kildemosesøen
- Kommentarer til kommunens planer
- Repair Café på vej
- Løbende nyheder og debat på Facebook
- Bredbånd til alle
- Spændende arrangementer



Støt op om arbejdet – bliv medlem!
www.aol.dk/bliv-medlem





DET GRØNNE UNIVERS



Ansigtsbehandling
Bryn og Vipper

Lash Lift
Voks

ECOOKING™
food for your skin

Jeg behandler med det danske økomærke ECOOKING og sælger ud over det lækre livstilsprodukter. Jeg er uddannet kosmetolog og har 15 års erfaring.

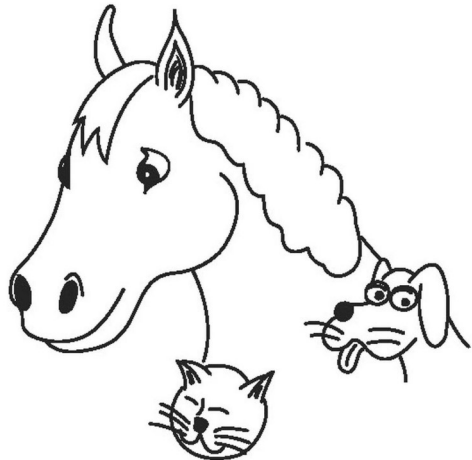
Læs mere eller book en tid på

www.detgronneunivers.dk
Det Grønne Univers - Tofteengen 52 - 4000 Roskilde - tlf. 4050 1447

Karina Larsens Dyrlægepraksis ApS

Din personlige dyrlæge
Behandling af hest, hund, kat og gnaver

Store Valbyvej 206
4000 Roskilde
Tlf. 42 40 90 61
www.friskedyr.dk



IAVC certificeret i kiropraktik til hest og hund

Picnic på Pladsen



Ta' din familie i hånden og vær med, når vi afholder

Gundsø's **STØRSTE** picnic

Lørdag
den 5. september
kl. 10-17

Arrangementet afholdes lørdag d. 5. september kl. 10-17 på sportspladsen i Ågerup. Så snør skoene til en rask gå tur, da dagen indledes med en rute rundt i lokalområdet.

Du vælger blot den rute, der passer dig og din familie bedst:

- Ca. 3 km Skovtursbingo
- Ca. 8 km Aktivitetsrute m/poster

Når I bliver sultne, går I tilbage på sportspladsen, hvor I vil få udleveret jeres forudbestilte picnicpose, der vil bestå af en lækker frokost tapas fra Gundsøllillehallen. Til børnene vil der være pakket børnevenlige lækkerier såsom kyllingespyd, pølsehorn, grøntsagstave. Det vil desværre ikke være muligt at købe mad på pladsen, så husk at bestille i forvejen.

Tilmelding sker via: <https://www.billetsalg.dk>

Søg blot på Picnic på pladsen på billetsalg.dk, så finder du nemt billetterne.

Tilmeldingsfristen er mandag d.24.august.

Pris for deltagelse u/picnicpose: 20kr. pr. person

Pris for deltagelse m/picnicpose: 125kr pr. voksen 50kr. pr. barn

Fadøl, vin, sodavand og slush ice kan købes på pladsen.
Overskuddet går ubeskåret til GSG&IF sportsfesten 2021.

Vi glæder os til at se jer og håber, at I vil støtte op om arrangementet.

De bedste hilsener
Sportsfestudvalget

Aktiv Mandag

Sommersæsonen har været delvis inaktiv. På grund af corona-epidemien besluttede vi at aflyse petanquespillet mandag formiddag.

Men nu vil spillerne i gang igen, så fra mandag d. 15. juni spilles der igen petanque mandag formiddag fra kl. 10 – 12.

Der spilles på banerne ved Gundsøllillehallen. Der spilles jo udenfor og der vil blive taget de nødvendige forholdsregler med afstand, afsprøjtning osv.

Vintersæsonen

I skrivende stund er det planlagt at vi starter:

Mandag d. 7. september med fælles spisning kl. 12.00

Derefter mødes vi hver mandag fra kl. 13.30 – 15.30

Birthe Olsen indleder med fælles gymnastik. Derefter kan vi vælge ind på følgende aktiviteter:

Badminton – Petanque – Billard – Bob – Floorball

Mellem aktiviteterne er der fælles kaffepause.

Det er altid sundt at få motion og at gøre det sammen – og ikke hver for sig, som vi i flere måneder har været henvist til.

AKTIV MANDAG vil meget gerne i gang med at være aktive igen. Når vi mø-

ÅGERUP Pizzeria

ÅBNINGSTIDER

Mandag - Fredag 12:00 - 22:00

Lørdag - Søndag & Helligdage Kl. 12:00 - 22:00

Højgårdsvej 6, ÅGERUP



46 78 23 18

Aktiv Mandag

des, vil vi naturligvis efterleve sundhedsreglerne, så vi kan passe på os selv og hinanden.

Nye medlemmer er meget velkomne til at komme og afprøve aktiviteterne og være med i fællesskabet nogle gange inden endelig tilmelding

Kontingent for vintersæsonen: 2 x 300 kr.

Hvis du vil vide mere, kan du kontakte: Judith Elmlund 40710695

Johannes Hansen 46787066



Hår for M/K

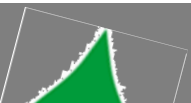


Salon Lise

Gelhøj 10 · St. Valby · 4000 Roskilde

Tlf. 46 78 74 74

Idræts-tanken



HOLDER DE LOKALE KØRENDE
IDRÆTS-TANKEN · ÅGERUP

Idræts-tanken er en lille støtteforening, der siden 1. januar 2015 har driftet Go'on tanken i Ågerup for på den måde at kunne skabe økonomiske støttemuligheder for projekter, anskaffelser og arrangementer i Idrætsforeningen. Vi har indtil nu støttet med mere end en kvart million!

Selvom vi i Idræts-tanken også kan se tydelig nedgang i salget af brændstof på Go'on tanken i Ågerup på grund af Coronaen, kan vi næsten fastholde samme niveau for hvor meget vi kan stille til rådighed til projekter og arrangementer i GSG&IF, som vi kan støtte i år, så håber vi bare, at idrætsforeningens afdelinger kommer med en masse spændende ansøgninger. Hele foreningen, afdelingerne, adhoc-udvalg og enkeltpersoner kan sende ansøgning til tanken@gsgif.dk, hvor vi hvert kvartal vurderer, hvilke ansøgninger, vi vil imødekomme. Skema til ansøgning findes på www.gsgif.dk.

Snavsede vinduer?



Få et fast abonnement på
vinduespudsning,
enten hver 4. 8. eller 12. uge.
Så er dine vinduer aldrig rigtigt
beskidte, du slipper for besværet og
den dårlige samvittighed.

Den lokale vinduespudser
- med mange faste kunder i området -
Kontakt os og få et tilbud.

Ring eller mail:

40264651 / renzana@live.dk

www.renzana.dk - 4000 Roskilde

Gymnastik

Tilmeldingen til en ny gymnastiksæson for 2020/2021 er allerede skudt i gang, og du kan på vores hjemmeside melde dig til et eller flere hold – alt efter energi og lyst.

Vi glæder os over, at mange af vores instruktører fortsætter i den kommende sæson, men også over at vi kan tilbyde flere nye tiltag, så husk endelig at følge med på vores Facebook side, Gundsøllille Gymnastik Gsgif.

Vi leder efter en instruktør eller en med gymnastik erfaring, der vil overtage vores seniorhold, som er et hold for m/k 60+, så kontakt os gerne hvis du vil høre mere. Vi kunne også godt tænke os at høre fra dig, hvis du kan undervise i yoga, kampsport eller rytmisk gymnastik til børn.

I disse usikre Coronatider følger vi naturligvis med i de udstukne retningslinier fra DGI, og krydser fingre og tæer for, at vi kan afholde sæsonen som forventet. Vi vil i hvert fald gøre vores bedste ved at sikre mulighed for afsprætning af udstyr og redskaber, og skulle der ske ændringer i vejledningen for afholdelse af hold, vil du kunne finde opslag på både Facebook og på



bp·jordvarme
Ren energi og klimastyring

Miljøvenlige og energibesparende jordvarmeanlæg

Salg, service og montering af:

- Jordvarmeanlæg
- Luft/vand varmepumper
- Luft/luft varmepumper

Vi tilbyder også salg og service af klimaanlæg, køle- og frostanlæg.

Se mere på vores hjemmesider:

www.bpjordvarme.dk og www.bpcool.dk



bp Køleanlæg

Store Valbyvej 230, St. Valby, 4000 Roskilde
Telefon: 70 20 10 29

Gymnastik

vores hjemmeside.

Hvis du har brug for yderligere input eller har spørgsmål i forbindelse med at starte op i den nye sæson er du velkommen til at kontakte Kathrin eller Karin.

Overordnet kan vi i hvert fald konstatere, at det var et noget anderledes halvår vi fik afsluttet, end vi alle sammen havde regnet med. Desværre blev det ikke til en opvisning med mulighed for at vise alle de spændende ting, vi havde gået og arbejdet med i sæsonen. I stedet fik vi afprøvet de tekniske muligheder for "hjemmeundervisning", hvor flere af vores fantastiske trænere stillede op. Vi håber naturligvis ikke at dette bliver nødvendigt for den kommende sæson – men nu ved vi, at muligheden eksisterer.

Vi glæder os alle til at byde jer velkomne til sæson 2020/2021.

Gymnastikforeningens bestyrelse



2pluXX

Formstøbte høreværn til jagt, skydning, motorcykler, industriarbejde, flyrejser, svømmepropper til "øreborn" m.m.
Fra kr. 550,00
Se mere på www.skytteudstyr.com eller kontakt 2pluXX på **4119 2007**

Skytteudstyr.com, Brøndbakken 3, Herringløse, 4000 Roskilde

Fitness

Udendørs Fitness starter efter sommerferien.

Bootcamp, som hidtil har holdt til hos Gymnastik holder flyttedag og bliver til Udendørs Fitness. Trænerne er de samme: Christina Hirsbak og Morten Rasmussen.

Træningen består primært af styrke- og pulsøvelser ved brug af kropsvægt eller yderlige vægte efter behov. Derudover inspiration fra både crossfit og HIT træning. Niveaue og øvelser bliver tilpasset, så alle kan være med uanset dagsformen. Vi starter med ét hold tirsdage kl. 19.30 - 20.30. Vi træner i al slags vejr.

Træningen tager normalt udgangspunkt i området omkring Gundsøllillehallen og skolen. Vi laver dog også udflugter i lokalområdet til f.eks. Grusgraven ved Himmelev Skov, Bolund eller Salvadparken, som byder på mange variationsmuligheder og naturoplevelser.

Lige nu arbejdes med to muligheder for at udnytte tilbuddet om Udendørs fitness:

- Tillæg til eksisterende Fitness abonnement for Udendørs træning.
- Separat tilmelding til Udendørs holdet uden adgang til Fitness.

Normalt Fitness abonnement fortsætter selvfølgelig uændret.

Dvs. du kan mod beskeden merpris pr. måned kombinere dit eksisterende Fitness abonnement, så du kan træne med udendørs når det passer dig.

Kom frisk ☑ Vi starter (igen) tirsdag den 24. august. kl. 19.30 ved Gundsøllillehallen. Og de første tre gange kan du være med gratis.

Har du spørgsmål i mellemtiden, er du velkommen til at kontakte trænerne direkte:

Christina Hirsbak, Tlf. 51929981
Morten Rasmussen, Tlf. 29877066



Fitness



ÅGERUPVEJ 14, TLF. 22202941

GÅRDBUTIK (1/3 - 1/11)

Åbent alle dage fra
kl. 8-19



4000 NORD

ERHVERVSNETVÆRK

Dit lokale erhvervsnetværk hedder 4000NORD og vi består af lokale erhvervsdrivende og virksomheder fra landsbyerne nordøst for Roskilde: Gerdrup, Gundsøllille, Gundsømagle, Herringeløse, Hvedstrup, Kirkerup, Lille- og Store Valby, Tågerup, Østrup, Østrup Holmene og Ågerup.

4000NORD's formål er at skabe en ramme om erhvervsrelaterede netværksaktiviteter, så du som erhvervsdrivende bliver klogere og samtidig lærer andre lokale selvstændige og virksomheder bedre at kende. Vi vil gerne synliggøre de forskellige kompetencer, produkter og services, som Erhvervsnetværket 4000NORD omfatter og at hjælpe hinanden og få mere ud af hinandens ressourcer, viden og produkter.

Har du selvstændig virksomhed og vil være med, det er **gratis**, så send en mail til tovholder: broby@steenbroby.dk

Vi arrangerer jævnligt spændende workshops og foredrag, som du vil blive inviteret med til når du melder dig ind.

Læs mere på Erhvervsnetværkets website

www.4000NORD.dk

Tilmeld din virksomhed allerede i dag og opret dig i den Lokale Leverandør Database

Tennis

Vi har i tennisafdelingen oplevet en fantastisk medlemstilgang i år. Fra sidste års ca. 25 medlemmer til næsten 50 medlemmer i år. Det er dejligt at banerne bliver benyttet.

Et par sjove medlemsfakta:

Vi har 3 juniorer, men også 3 medlemmer, der er født før 1940!

28 medlemmer er over 60 år

14 medlemmer er mellem 40 og 60 år

2 medlemmer er mellem 30 og 40 år

Vi vil i de kommende sæsoner arbejde på at få flere yngre medlemmer og har søsat forskellige tiltag som skal hjælpe os i den retning.



ANDERS GØRICKE A/S

HERRINGLØSE

TRÆPILLER

Svenske 6 og 8 mm træpiller i 16 kg sække - stablet på paller eller i løs vægt

BØGE - ELLER EGEBRÆNDE

Savet og flækket træ. Stablet på palle med 2. 1 stablede rummeter med tophat.

Mobil/SMS +45 21212197

Tennis

Vores nye facebook side: <https://www.facebook.com/GundsoelilleTennis/> skulle gerne hjælpe os med at tiltrække nye medlemmer men også bruges kommunikere mere effektivt internt i klubben, bl.a. omkring aktiviteter, træning, sociale arrangementer og kommende turneringer. Du er velkommen til at følge eller like siden.

Klubben har haft en ugentlig træning som har været samlingspunktet i klubben. Det er nu blevet så attraktivt at deltage i træningen at vi har udvidet træningstiderne og antallet af træninger. Vores faste træner Peter Karlsen er også træner i Roskilde Tennis Klub og gør en super indsats som gør at alle får lyst til at komme hver gang.

Vi træner torsdag:
17:30 - 19:00 - Begyndere
19:00 - 20:30 - Øvede

Har du lyst til at komme og prøve tennis, er det en god mulighed at dukke op til begynder træning og du er meget velkommen. Vi holder sommerferie pause i ugerne 29-31 og starter træning op i uge 32 igen.

Vi har introduceret et online bookingsystem, så medlemmerne i ro og mag kan booke sig ind hjemmefra enten via computer eller telefon/tablet. Det er baseret på Conventus som er vores eksisterende medlems system i GSG&IF og som medlemmerne allerede er brugere af. Læs mere her: <https://www.gsgif.dk/tennisbooking>

Et par af vores begyndere har velvilligt sagt ja til stå for planlægningen af et arrangement i september, hvor vi skal have vores første klubturnering i mange år. Det bliver fantastisk!

Kom og vær med på rejsen, vi har det sjovt i tennis.

GSG&IF

Gymnastik

Vi byder velkommen til
sæsonen 2019/2020



Minifræs**2-4 år med mor og far****Onsdage****kl. 17.00-18.00 i Gundsøllillehallen****Sæson:****19. august 2020 til 28. april 2021****Instruktør:****Pernille Treue/Lise Petersen****Pris:****550 kr / familie**

Så er vi klar til endnu en sæson, hvor du kan løbe, hoppe, trille, lege, synge og bruge hele kroppen. Vi vil gennem lege og redskabsbaner styrke motorikken, mens vi tilbringer en hyggelig time sammen. Forældre deltager omklædt og aktivt.

Ramasjang**4-6 år****Onsdage****kl. 16.30-17.30 i Gundsøllillehallen****Sæson:****19. august 2020 til 28. april 2021****Instruktør:****Lise Petersen****Pris:****550 kr / familie**

Alle sammen lad os så komme i gang - er I klar til fart over feltet i en time hver eneste onsdag? Vi skal lege, hoppe, springe, løbe, spille bold, danse til høj musik og have det sjovt sammen.

En times gymnastik, hvor vi er klar til at lege, hoppe og springe sammen med dig. Vi vil finde redskaberne frem og styrke motorikken, så du bliver helt klar til at rykke op til de små springere. Vi vil bede forældrene om at møde 10 min før og være behjælpelig med at stille bane op.

Husk gymnastiktøj, gymnastiksko/tæer, det lange hår væk fra øjnene og godt humør.

Max 30 børn på holdet, så skynd dig at få din mor/ far til at melde dig til.

Spring**0. - 3. kl.****Mandage****kl. 16.00-17.00 i Gundsøllillehallen****Sæson:****17. august 2020 til 26. april 2021****Instruktører:****Pernille & Franz Treue samt Lene
Gottrup + hjælpetrænere****Pris:****600 kr**

Synes du at springgymnastik lige er sagen? Har du lyst til fællesskab, engagerede trænere og sjove udfordringer? Så kom og vær med til at lege, løbe og springe sammen med os.

Mandage kl. 16.30-18.00 i selskabslokalet og Gundsøllehallen

Sæson: 17. august 2020 til 26. april 2021

Instruktører: Ágúst Troest og Lene Gottrup

Pris: 600 kr

Klar til en ny springsæson?

Vi er helt klar - kom og vær med til at udfordre din krop i spring, styrke og balance. Vi lægger vægt på fællesskab, differentieret træning og et godt læringsmiljø - derfor deler vi os ofte op i mindre grupper, så alle får sprunget så meget som muligt uanset niveau. Vi er allerede igang med at se på datoer til en springweekend - mere om det når vi ses til august!

Vi glæder os til at se jer - til at grine, lege og få lært jer en masse spring!

Tirsdage kl. 15.15-16.00 i selskabslokalet

Sæson: 18. august 2020 til 27. april 2021

Instruktør: Bella og Lily

Pris: 550 kr

Vi glæder os så meget til den nye sæson og til at møde jer alle. Undervisningen vil indeholde masser af sjove lege og danse og vi skal lære forskellige koreografier i løbet af året.

I år byder de små dansere på en ny træner, Lily, som selv har danset siden hun var 6 år, både i Gundsølle, hos U Turn Dance Studio, og fra den nye sæson hos Vejlebo Dance Studio. Lily elsker at danse, og glæder sig til at møde Jer. Bella tager hul på hendes 3 sæson som træner hos Gundsølle Gymnastik, og har selv danset de sidste 5 år, både hos Reinhardt, U Turn Dance Studio og lokalt i Gundsølle, også Bella elsker at danse, og glæder sig til at se både nye og tidligere deltagere på holdet til august.

MTV/Showdance**Fra 2.-3. klasse****Tirsdage****kl. 16.00 -16.55 i selskabslokalet****Sæson:****18. august 2020 til 27. april 2021****Instruktør:****Ophelia Willey****Pris:****700 kr**

Dansegenren på holdet vil være Showdance/MTV. Der vil være fokus på koreografier som skal opvises til sæsonafslutningen.

Det bliver et hold med masser af træning og dans, men selvfølgelig sjov og spas.

Jeg har i mange år stået på diverse scener både i Musicalverden og som sanger i band. Derfor har jeg masser af danse erfaring fra scenen samt fra danseuddannelse og de forskellige performance uddannelser jeg har gået på

Jeg glæder mig meget til at møde jer

MTV/Showdance**Fra 4. klasse****Onsdage****kl. 15.15 -16.10 i selskabslokalet****Sæson:****19. august 2020 til 28. april 2021****Instruktør:****Barbara****Pris:****700 kr**

Mit navn er Barbara. Til dagligt arbejder jeg som pædagog i en klub, og ved siden af læser jeg på Roskilde universitet, hvor jeg afslutter min kandidat til september. Dans har altid fulgt mig, trods jeg har haft øvrige ting at tage mig til.

Jeg har danset siden jeg var 3 år. I dag er jeg 25, og har derfor en del erfaring med dans. Jeg har danset en masse forskellige genre. Alt fra jazzballet, showdance, disco, hip hop, girly Dance, standard og latin m.m og jeg underviser primært i disco, showdance/jazz og girly.

Derfor vil i hos mig, have mulighed for at prøve flere forskellige stilarter af. Jeg elsker at undervise, og kan garantere god stemning og godt humør på mit hold. Jeg glæder mig til at møde jer, og danse en masse med jer!

Senior fitness

Torsdage kl. 10.00-11.15 i selskabslokalet
Sæson: 20. august 2020 til 29. april 2021
Instruktør:
Pris: 500 kr

Seniorfitness er et sjovt motionshold for både mænd og kvinder fra 60 år eller over.

Det gør ikke noget om du aldrig har dyrket motion eller har gjort det i mange år – dette hyggelige hold er til dig. Start nu! Det er aldrig for sent

Blid bevægelse

Tirsdage kl. 17.00 – 18.00 i selskabslokalet (max 16 personer)
Sæson: 18. august 2020 til 27. april 2021
Instruktør: Lene Byriel
Pris: 500 kr

Har du smerter, gamle skader, stress, livsstilssygdomme, overvægt - eller trænger du bare til at komme stille og roligt i gang med at bevæge dig. Vores helt nye hold BLID BEVÆGELSE er for dig, der har lyst til en time med supernemme, skånsomme men effektive øvelser, hvor vi blidt mobiliserer og vækker kroppens led og muskler.

Alle kan være med, og du kan fx bruge timen som rehabilitering, opvarmning eller "mindfulness i bevægelse". Du får færre smerter, større bevægelighed, mere ro på nervesystemet - og en øget lyst til at komme i gang med at bevæge dig. Og ja - vi hygger og griner også undervejs.

Yoga

Mandage	kl. 19.35-20.45 i selskabslokalet (max 20 personer)
Sæson:	24. august 2020 til 26. april 2021
Instruktør:	Lærke Apelon
Pris:	850 kr

Mit navn er Lærke Apelon. Jeg er uddannet asthanga yoga underviser, men i foreningsyoga giver det mening at undervise lidt bredere for at give en god basis og forståelse. Alle er velkommen på holdet.

Vi bevæger kroppen for at påvirke sindet.

Yoga er altså for det hele menneske. Vi går i detaljer med alle områder af kroppen, og kommer ud i krogende og får bevæget, strakt og iltet alle celler i kroppen. Vi arbejder også detaljeret med sindet, guider opmærksomheden rundt i kroppen og mærker efter.

Yoga fører den voksne krop tilbage til et sundt udgangspunkt, som da vi var børn, uden skævheder, spændinger, pres og stress. Vi vil søge ro, nærvær og harmoni ved at fokusere på åndedrættet. Når man trækker vejret dybt og roligt, så tror nervesystemet på det og gearer ned.

Vinyasa Yoga

Onsdage	kl. 19.15-20.25 i selskabslokalet (max 20 personer)
Sæson:	19. august 2020 til 28. april 2021
Instruktør:	Thor Birgisson
Pris:	850 kr

Vinyasa er et fysisk krævende yoga hvor der er både fokus på styrke og smidighed. Denne type yoga er til dem der ikke gider ligge stille en hel time og gerne vil udfordres lidt på det fysiske, mens der stadig er plads til de lange stræk i slutningen af klassen.

Vi starter altid med en kort meditation eller en vejrtrækningsøvelse for at komme ned i fart efter en travl hverdag, og slutter af med en afspænding(Savasana).

Niveauet er Let øvet men begyndere kan godt følge med efter de har været der et par gange.

Vi ses på måtten, med et smil på læben

Zumba (16 år og op)

Onsdage kl. 18.00 – 19.00 i selskabslokalet

Sæson: 19. august 2020 til 26. maj 2021

Instruktør: Malene Lundberg

Pris: 850 kr

Kan du lide at røre dig og få sved på panden til masser af gode rytmer? Så er zumba lige noget for dig. Vi vil blande mange forskellige latinamerikanske stil- arter og putte lidt fitness ind, så vi rigtig kan få rørt musklerne.

Du behøver ikke at have danset før. Alle er velkomne og alle kan være med

Latin Funkers

Torsdage kl. 17.30 – 18.30 i selskabslokalet

Sæson: 20. august 2020 til 29. april 2021

Instruktør: Nicolai Lomholt

Pris: 850 kr

Latinfunkers er det nye dansehold. Udtrykket vil være de latinske rytmer sammensat med moderne dans og svedige moves. Holdet er for alle, men vi tager det roligt i starten og derfor vil det også være det perfekte valg for nybegyndere. Selvom vi tager det rolig, så skal tempoet og pulsen op. Så timen vil bære præg af god musik, højt humør og meget grunddans, bygget op om klassiske latinsk inspirerede danse såsom Salsa, Mambo, Cha Cha Cha, Rumba mv. Efterhånden som sæsonen skrider frem, vil vi udfordre mere og mere på koreografierne så vi til opvisningen kan fremvise 3 danse af forskellig karakter.

Timen er båret af lyst og grin og her kan vi alle lave fejl. Så hvis du har lyst til at være en del af team glade dansere i Gundsøllille, så kom og giv den gas på Latinfunkers.

Dance Funkers

Torsdage kl. 18.30 – 19.30 i selskabslokalet

Sæson: 20. august 2020 til 29. april 2021

Instruktør: Nicolai Lomholt

Pris: 850 kr

Holdet er for alle. Dog skal man være opmærksom på at kompleksiteten vil være større end på latinfunkers. Vi kommer også til at arbejde med mange forskellige stilarter som udover latin også tæller hip hop, funk mv. Holdet udvikler sig hele tiden og i år sættes baren yderligere op. Til opvisningen skal der laves 6 - 7 minutters samlet koreografi i et godt højt tempo, med spring imellem de forskellige stilarter. Så timerne her vil bære lidt mere præg af sammensætning af en samlet koreografi men stadigvæk vil vi danse med sved og fest i lokalet - fuldstændigt som vi plejer. Jeg glæder mig til at danse med jer.

Puls og styrke

Mandage kl. 18.00-19.30 i selskabslokalet

Sæson: 17. august 2020 til 14. juni 2021

Instruktør: Thea L. Kaarslev

Pris: 900 kr

Puls og Styrke - Effektiv træning for kvinder og mænd – ung som ældre.

På dette hold får du, som overskriften indikerer, både trænet din kondition og dine muskler. Men vi har også altid behagelig og velfortjent smidighedstræning på programmet i form af en god omgang udstrækning. Ud over decideret konditions- og styrketræning munter vi

os med små aerobicserier, som vi langsomt bygger op og udvikler hen over sæsonen. Aerobicserierne har varierende intensitet, og kan både være udfordrende for konditionen og koordinationen. Indimellem inddrager vi stepbænken i aerobicserierne. Og indimellem snupper vi en hel lektion med kun styrketræning, så hele kroppen bliver udfordret. Men som regel har vi lidt af det hele på programmet, så der burde være lidt for en hver smag. Det hele udføres til energigivende musik. Så velkommen til en ny sæson, hvor du kan forkæle din krop med et velfortjent energi-boost.



Klinik for Fodterapi

Besøg din lokale fodterapeut:

Statsaut. Fodterapeut

Lene Pedersen

Dyssevej 22, Ågerup

Tidsbestilling: **2258 3377**

eller på www.FodterapiForDig.dk



Fødder for livet - hele livet

Håndbold

Håndboldsæsonen 2019/2020 sluttede noget brat for alle, håndboldturneringerne blev ikke spillet færdig, den planlagte supersøndag/hyggesøndag i hallen blev aflyst, C-stævner for U7 – U8 blev aflyst og et planlagt HRØ kursus i hallen blev også aflyst.

Så blev der åbnet lidt op den 11. maj der betød, at vi kunne starte med at træne håndbold udendørs, hvilket man/vi ikke har gjort i mange år, men det har være meget hyggeligt samt vi var super heldige med vejret.

Den næste åbning kom den 8. juni, hvor vi kunne komme ind i hallen og dribble med boldene igen, vi fik 3 gange træning indendørs inden sommerferien stod for døren.

Vi udfører alle entreprenøropgaver indenfor:

- Jord, kloak og beton
- Støbning af grunde
- Nybyggeri / tilbygninger
- Alle former for belægningsarbejde
- Fugtsikring af kældre
- Forsikringsskader
- Udlejning af rendegraver/minigraver med fører

Autoriseret kloakmester

Evers Enterprise Aps

Tlf: 46787666 - Mobil: 27283666

Gundsøllillevej 5, Ågerup, 4000 Roskilde
email: kim-evers@mail.dk - web: www.kim-evers.dk



Håndbold

Nu skal vi se fremad og den nye sæson starter tirsdag den 11. og onsdag den 12. august.

Trænere og træningstider er som oplyst nedenfor.

Tirsdag:

- * kl. 16.00-17.00: U5-U8 Susanne Grøndahl +
- * U9D Daniel Kinsella– U9P Simon Hansen
- * kl. 17-18:30: U13P Pernille Sørensen
- * kl. 18:30-20:00: U15D Christina Berg +
- * U17P Camilla Offendal
- * kl. 20:00-22:00: DS Camilla Offendal

*

Onsdag:

- * kl. 18:00-19:00: U11 Mix Andreas Stausholm
- * kl. 19:00-20:30: U15D Berg + U17P Camilla Offendal
- * kl. 20:30-21:30 OG Susanne Grøndahl

*

Søndag: Babyhåndbold Pernille Larsen (datoer vil blive oplyst på FB og i hallen)

Torsdag: Fysisk træning frem til efterårsferien

Håndboldkaravanen 2020

Vi har igen i år ansøgt om håndboldkaravanen via HRØ, hvor Lindebjergskolen har tilmeldt klasserne fra 0. til 6. klasse.

Idræt ind i skolen

Vi vil igen i år arbejde på at deltage i Idræt ind i skolen, hvor Margrethe Skolen har tilkendegivet at de gerne vil deltage.

Stævner ungdom

Der undersøges om mulighed for at deltage i et opstartsstævne for ungdomsspillerne fra U9 til U17.



Klinik for smådyr og heste

**Dyreklinik v.
Dyrlæge Lars Rasmussen
Ågerupvej 10 * 4000 Roskilde * 4035 7008**

Din lokale dyrlæge

Klinikken tilbyder:

- **Vaccination og sundhedsordning***
- **Avanceret billeddiagnostik, bla CT & MRI**
- **Kirurgi**
- **Kiropraktik**
- **Akupunktur herunder guldimplantation mod gigt**
- **Vagtordning**
- **Rabat på foder til hunde og katte**

*Hos VEQuine kan du tegne en sundhedsordning for dine dyr fra 139 kr. pr måned. Med denne unikke ordning sikrer du dit dyr bedst muligt mod unødige sundhedsproblemer. Læs mere på www.VEquine.dk.

Certificeret i akupunktur og kiropraktik og fagdyrlæge i sygdomme for heste.

Du kan se mere om hvad klinikken tilbyder på www.VEquine.dk og på facebookside 'VEquine'

Fitness

Genåbning af Fitness

Efter 3 måneders nedlukning kunne Fitness nu igen slå dørende op. Regeringen valgte den 6. juni 2020 at inkludere fitnesscentre i fase 3 i genåbningen af Danmark. For Fitness betød det, at Fitness kunne genåbne den 9. juni 2020. Vi har taget alle muligt forholdsregler for at sikre, at alle medlemmer kan føle sig trygge, når de træner.

Et trygt træningsmiljø

Vi har implementeret flere forskellige tiltag for at leve op til myndighedernes krav, men det kræver en fælles indsats at sikre dig en tryk træningsoplevelse. Derfor beder vi dig om at overholde nedenstående anbefalinger, når du træner i Fitness.

Hvad gør vi i Fitness?

Vi har ved hoveddøren opsat et skilt, som informerer om, hvor mange personer (15 personer pr. rum) der må træne i Fitness ad gangen. Baseret på vores erfaring med kapacitet, er det ikke et problem at overholde retningslinjerne.

Vi henstiller til, at der altid er en ledig maskine mellem jer, så der er mindst 2 meters afstand i mellem de, der træner.

Vi stiller desinfektionsmiddel til rådighed, så alle kan afspritte maskiner, håndvægt mv., både før, under og efter træning for at mindske risiko for smittespredning.

Vi har fjernet vores yogamåtter. I må dog gerne have sig jeres egen yogamåtte med, men den skal med hjem igen efter endt træning.

Vi holder os hele tiden opdateret på anbefalingerne fra myndighederne og følger dem.

Sådan træner du trygt i Fitness:

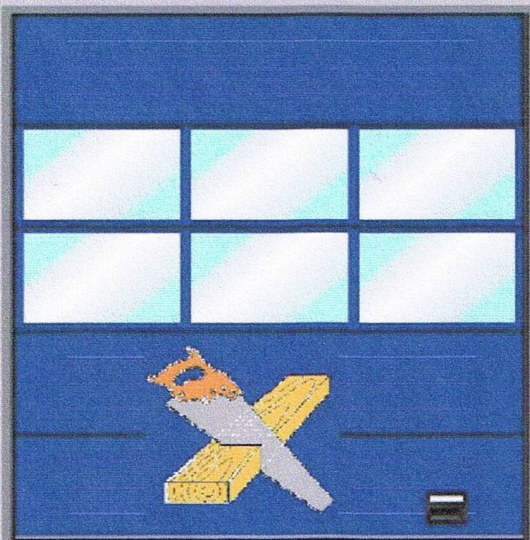
Bliv hjemme, hvis du har symptomer, hvis du er sårbar eller på anden vis i risikogruppen.

Medbring et håndklæde til din træning.

Medbring fyldt drikkedunk hjemmefra til din træning.

P.M. Port og Byg

- Salg og montage af industri og garageporte.
- Service og reparationer af gamle porte udføres.
- Tømrrer og snedkerarbejde udføres.
- Udlejning af brændeflækker.
- Opbevaring af campingvogne.
- Udlejning af festtelt med eller uden gulv
vi har også borde, stole samt service



v/ Tømrrermester Per Müller

Slæggerupvej 212, Ågerup, 4000 Roskilde
Telefon 20 96 91 26

Fitness

Ved indgangen er der et bord med desinfektionsmiddel.

Alle maskiner, håndvægte mv. skal desinficeres, inden du bruger dem. Så er du sikker på, at maskinen, håndvægten mv. er så ren, som du fo-retrækker.

Alle maskiner, håndvægte mv. skal desinficeres, når du er færdig med at bruger dem.

Begræns fysisk kontakt. Undgå håndtryk, kram og hold fornuftig afstand til de andre personer.

Årsmøde i Fitness

Vi nåede at afholde årsmøde for Fitness inden COVID-19 lukkede hele samfundet og fitness ned. Årsmødet blev afholdt den 11. februar 2020 i klublokalet i Gundsøllehallen og forløb i god ro og orden.

Den nye bestyrelse består af:

- Formand Poul Lamhauge (genvalgt)
- Kasserer Jens Larsen (genvalgt)
- Sekretær Bo Hansen (ikke på valg)
- Menigt medlem Alan Valentin (ikke på valg)
- Menigt medlem Kristina Grøndahl Larsen (valgt i stedet for Adam Hansen)

Holdtræning for eleverne i 8. og 9. klasse på Lindebjergskolen

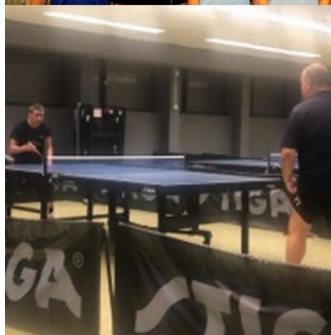
Vi har valgt at forsætte successen med holdtræningen for elever, der går i 8. – 9. klasse på Lindebjergskolen. Eleverne har mulighed for at træne sammen med en uddannet instruktør 2 gange om ugen. Træningen foregår på følgende dage og tidsrum:

Mandage kl 15.30 – 17.00

Onsdage kl 17.00 – 18.30

Hvis du ikke allerede har tilmeldt dig holdtræningen, så har du mulighed for at gøre det. Du tilmelder dig ved at tilmelde dig kontingentet "Fitness 8. – 9. klasse". Det koster DKK 50,- om måneden.

Bordtennis



Bordtennis

Dette indlæg blev skrevet mandag den 8. juni, dagen hvor hallerne fik lov at åbne for indendørs sport igen. Så NU er der håb om at vi igen kan komme til at spille bordtennis!

Lige som alle andre blev også bordtennis ramt af alle aflysningerne. Ingen klubmesterskaber eller sæsonafslutninger, ingen Roskilde festival eller sportsfest; det har virkelig været et trist forår, og det er svært at finde noget sjovt at skrive om.

Men så prøver vi noget andet, og du kan nu deltage i en lille konkurrence:

Her er en række fotos "fra gamle dage". Hvor mange af personerne kan du genkende? Og hvor mange kan du huske navnet på? Det eneste, du kan være sikker på er, at alle er fra lokalområdet, og ingen af personerne på billederne ser ud i dag, som de gjorde da billederne blev taget.

Hvis du kan kende færre end 5, er det ikke godt. Kan du mellem 5 og 10, er du godt med! Og HVIS du kan kende mere end 10, er du lokalmester og måske får du et års gratis abonnement på Kvartalsnyt :-)

Bordtennissæsonen starter først tirsdag den 8. september: Unge op til 14 spiller kl. 18.30 – 20 og unge/senior fra 14 og op spiller fra kl. 20 – 22. Alle er velkomne til et par gratis prøveaftener, bare duk op!

Venlig hilsen,
Den Gamle Formand
Johannes Michelsen



Et billede fra en tid, hvor den gamle formand var knap så gammel

FRISØR & STYLIST

RUBERG

STYLE

KILDEMOSEVEJ 29, ÅGERUP
4000 ROSKILDE

TLF: 46 78 23 01



- Hvor trykker skoen?

Professionel hjælp til:

- Livskriser
- Børn og unges udvikling

Samtale – Terapi – Rådgivning

Hersegade 18, 2., 4000 Roskilde
www.psykolog-jacobstein.dk
Medl. Dansk Psykologforening ♥



**Psykolog
Jacob Stein**
Cand.psych.aut.
Tlf. 6131 1515



Vil du også være med?

Kom og prøv en aften med os. Du er velkommen til at møde op eller kontakte en af lederne for at høre mere om, hvad vi laver.

Vi holder til i spejderhytterne på Hestemarken, Gundsøllinge:

Familiespejder (3-6 årige)(lige uger)	Søndag kl. 10.00-12.00
Bævere (0.-1. kl.):	Mandag kl. 17.00-18.30
Ulve (2.-3. kl.):	Mandag kl. 18.00-19.30
Junior (4.-6. kl.):	Mandag kl. 18.00-20.00
Trop/Spejdere (7.-9. kl.):	Mandag kl. 18.00-20.00
Senior (9-10. kl.):	Mandag kl. 18.30-20.30
Rovere og Ledere (Over 17 år):	Mandag kl. 18.30-20.30

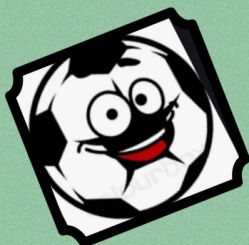
Møderne er baseret på en blanding af spejderarbejde, leg og hygge. Vi tager på weekendture mindst et par gange om året, hvor der er muligt for at prøve kræfter med mange dele af spejderarbejdet.

Kontakt: Bævere:	Ole	tlf. 21327317
Ulve:	Jens	tlf. 30681466
Junior+Spejdere	Jeanette	tlf. 51829084
	Henrik	tlf. 23867233

**NYHED –
FAMILIESPEJDER: 3-6 ÅRIGE MED MOR OG/ELLER FAR – HVER SØNDAG I LIGE UGER FRA KL. 10.00-.1200**

Læs mere på <http://bolundgruppe.dk/> eller find os på Facebook - Bolund Gruppe

Fodbold



Gundsølille **Fodbold**



*Kom og vær med, nyt
fodboldhold starter.*

*Årgang
2014-2015*



*Fodboldtræningen
starter d. 20 august
kl: 16.00-17.00*

*Ved spørgsmål
kontakt trænerne.*



*Vibeke
Osterberg
22242211*

*Katrine
Sørensen
30248086*

*Cecilie
Wydojnik
60176931*



*D. 18Maj
2020*

PIC•COLLAGE

Wibholm Aut. El-installatør



Wibholm Aut. El-Installatør startede op i 2013. Vi er idag 3 ansatte -Marius som er i lære som elektriker, samt Find og Peter.

Virksomheden ejes og drives af Peter Wibholm som er den autoriserede El-installatør i virksomheden. For os er kvaliteten, det gode håndværk og den personlige service det vigtigste.

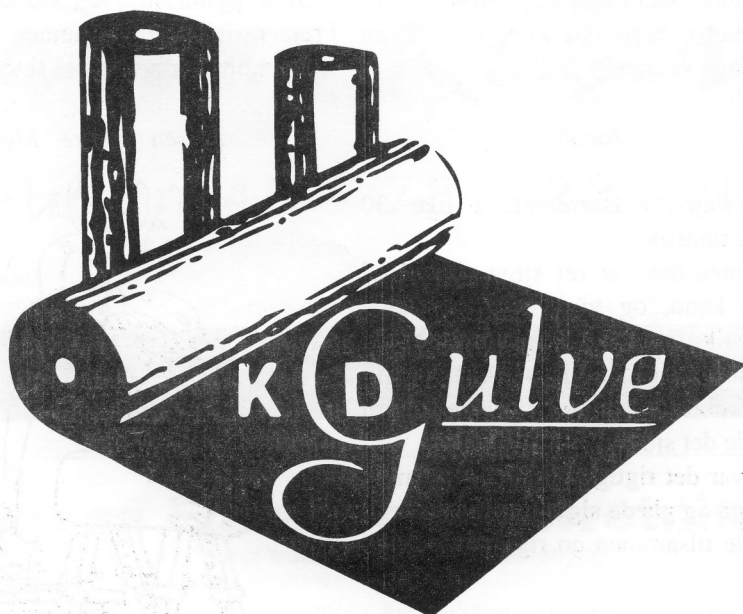
Private.

Alle typer el-entrepriser udføres. Skal du bygge nyt hus, nyt køkken eller måske bare have et par nye lamper i haven, gives gerne et uforpligtende tilbud på el-arbejdet. -al el-arbejde laves!

Erhverv.

Har din virksomhed brug for en seriøs el-installatør som er løsningsorienteret og servicemindet, så henvend dig til **Wibholm Aut. El-Installatør** og få et uforpligtende tilbud.

Tæpper - Linoleum - Vinyl Gulvafslibning



Himmelev Bygade 52 - 54A · 4000 Roskilde

Telefon 46 37 35 34

-medlem af



og

Gulvbranchens
Vådromskontrol



Klinik "KROP OG SIND"

"Krop og Sind" tilbyder massage, træningsforslag og samtaler til dig, som døjer med smerter eller ubehag - eller "bare" en af de dejligste kropslige oplevelser, du kan få: En helkroppsmassage med velduftende olier. Specialer: Piskesmæld, skulder - ryg - lændeproblemer.

Klinikken drives af en professionel terapeut og massør med ca. 20 års erfaring.

Rekvirér brochure eller bestil tid hos:
Johannes Michelsen, sygeplejerske
Søager 7 · St. Valby · tlf. 3042 2885



Guldæblet er en Rudolf Steiner børnehave og vuggestue, beliggende i smukke landlige omgivelser nord for Roskilde i Ågerup,

Vi har plads til 26 børnehavebørn og 12 vuggestuebørn.
Vi er 8 faste voksne.

Vores pædagogik bygger på Rudolf Steiners menneskesyn og pædagogik, hvor vi værner om barnets naturlige væsen og lader barnet leve i en verden af fantasi og eventyr.

Besøg vores hjemmeside <http://guldæblet.dk/> eller ring for at aftale et besøg på 46782369

med venlig hilsen Guldæblets personale.

Badminton

Spil på faste tider mandag

Du kan leje baner, hvis I er to eller fire m/k'er som gerne vil spille fast sammen en hel sæson.

Baner udlejes på timebasis, i perioderne *mandage kl. 19.00 – 21.00*.

Priser for hele sæsonen :

Singlebane **pr. spiller** : kr. 950,- excl. bolde (kontingent 500 + samlet baneleje 900)

Doublebane **pr. spiller**: kr. 725,- excl. bolde (kontingent 500 + samlet baneleje 900)

*Den nye sæson starter **mandag d. 17 august kl. 19.00***

Spil og træning for børn og unge under 25 år

Børn og unge spiller *mandage kl. 18.00 – 19.00. (start d. 17.august)*

Pris for hele sæsonen med træning og spil for børn og unge : : **kr. 200,- incl bolde***

Har du spørgsmål om badminton, tilmelding og spil i Gundsøllillehallen, kan du skrive en mail til fjerbold.gsgif@gmail.com



Herringløse Dyreklinik

Behandling af alle mindre husdyr i moderne og veludstyret klinik

Mulighed for aftenkonsultation og lørdag formiddag
Konsultation efter aftale

Se www.herringloesedyreklinik.dk
for tilbud, kurser og arrangementer

Skolegyden 3, 4000 Roskilde Tlf. 29790609



Roskilde Mobil Dyrlæge

Din dyrlæge hos dig

Dyrlæge Charlotte Løwert tilbyder
behandling af din hund og kat
i hjemmets trygge rammer.

Ring og bestil tid til hjemmebesøg
tel: 25 35 28 28

Se mere på www.RMDL.dk



Skal der fejres?

GSG&IF råder over 20 flag-
stænger med flag og spyd, ca.
3,5 m.

De kan lejes for 50 kr. pr. stk.,
når foreningen ikke selv bruger
dem.

Henvendelse til Poul
tlf.28120037 eller mail:
fiepoul@gmail.com



Tal med en bank, der forstår dig

Spar Nord Roskilde
Københavnsvej 65
Telefon 46 35 51 00
sparnord.dk



spar nord

Bestyrelsen i GSG&IF

		Telefon:	Email:
Formand	Johnny Magnussen	2970 0000	formand@gsgif.dk
Næstformand	Anne Hossy	2962 8619	Hossy-vange@privat.dk
Kasserer	Susanne Grøndahl	2927 3045	sg.krica@hotmail.com
Sekretær	Karina Hou Larsen	2615 5461	Karina@gsgif.dk
Udv. Medlem	Bo Michael Hansen	5325 5525	bonypost@gmail.com
Aktiv mandag	Fmd. Judith Elmlund Kass. Johannes Hansen	4071 0695 4678 7066	judith@elmlund.dk johannes_hansen@mail.tele.dk
Badminton	Fmd. Bo Michael Hansen Kass. Joe Pedersen	5325 5525 2013 8524	bonypost@gmail.com joe@flemming.net
Bordtennis	Fmd. Johannes Michelsen Kass. Vagn R. Hansen	3042 2885 3011 0668	johannesmi@yahoo.com vagn.r.hansen@gmail.com
Fitness	Fmd. Poul Lamhauge Kass. Jens Larsen	4119 2007 2575 4884	poul@lamhauge.dk jl.trade@hotmail.com
Fodbold	Fmd. Nicolaj Pergi Kass. Dorte Grøndal	4028 3750	formand@gundsolille.dk kasserer@gundsolille.dk
Gymnastik	Fmd. Kathrin Kaiser	2749 2303	k.kaiser04@outlook.com
Håndbold	Fmd. Simone Ilsøe Kass. Susanne Grøndahl	2639 8770 2927 3045	simoneilsøe@yahoo.dk sg.krica@hotmail.com
Skydning	Fmd. Poul Lamhauge Kass. Morten Peter Rasmussen	4119 2007 2987 7066	poul@lamhauge.dk mprasmussen@gmail.com
Tennis	Fmd. Jesper Birk Østergaard Kass. Gurli Vittrup	2551 8721 2019 8065	jesperoestergaard@gmail.com gurli.vittrup@gmail.com
Materialeforv. og leje af flag	Poul Nielsen	2812 0037	fiepoul@gmail.com
Fanebærere	Palle Jensen Vagn R. Hansen	2010 1186 3011 0668	pallekrantzjensen@gmail.com vagn.r.hansen@gmail.com
Sportsfest	Ragna Hjelmgaard	2629 8112	sportsfest@gsgif.dk
Festivaludvalg Eat Beer	Henriette Krüger Per B. Lassen	6118 8069 5146 5170	hk.henriettekruger@gmail.com eatbeer@gsgif.dk
GIVs bestyrelse	Fmd. Jette Palmquist Kass. Ole Kristoffersen	4678 2033	jpok@digmail.dk
Ildræts-tankens bestyrelse	Fmd. Lars Dannow Kass. Hanne Egholm	6120 0413 4021 0411	lars@dannow..dk hanne.egholm@outlook.dk
Gundsøllillehallen	Store Valbyvej 248A, 4000 Roskilde	4678 7064 2374 7064	kontor@gundsoelillehallen.dk www.gundsoelillehallen.dk
Kvartalsnyt	Per B. Lassen	5146 5170	kvartalsnyt@gsgif.dk
Oplag	1700		

Kvartalsnyt udkommer næste gang den 1. november 2020
Deadline for indlæg er d. 1. oktober til kvartalsnyt@gsgif.dk

TANK HOS GO'ON I ÅGERUP

OG STØT GUNDSØLILLE SG & IF

GO'ON I
ÅGERUP DRIVES
AF IDRÆTS-TANKEN,
SOM ER EN STØTTE-
FORENING FOR
GUNDSØLILLE
SG & IF

Go'on

GO'ON ÅGERUP
GUNDSØLILLEVEJ 7, ÅGERUP
4000 ROSKILDE

HOLDER DE LOKALE KØRENDE