

# KvartalsNyt

Marts 2021

På den anden side  
Fællesbladet

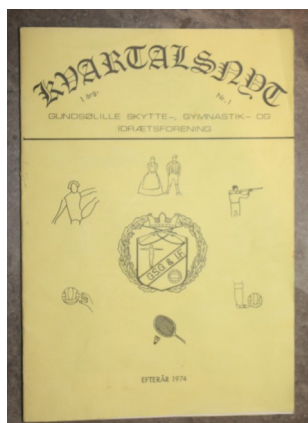


Gundsø Lille Skytte- og Idrætsforening har siden 1865 rådet over mange flotte faner. Den ældste, vi kender til, er anskaffet inden forrige århundredeskift (18??) og blev overdraget til Jyllinge Lokalmuseum (nuværende Roskilde museum), da dugen var for skrøbelig til brug. I dag har vi 4 faner i foreningen, hvoraf den ældste kan dateres til 1913. Den flotteste, som Karina her viser frem, er netop blevet renoveret, så den er klar til brug. Vores faneborg med plads til 3 faner kommer frem bl.a. ved gymnastikopvisning.

Hermed kan vi præsentere **Kvartalsnyt i nye klæder.**

For første gang i 46 år forlader vi A5 formatet og udgiver nu Kvartalsnyt på A4 og i samarbejde med Fællesbladet fra Gundsø syd.

Vi håber, at Idrætsforeningens mange trænere/ledere og medlemmer fortsat vil beskrive deres aktiviteter i foreningens rammer, så vi også der i gennem kan sprede kendskabet til foreningen. Jeg håber, bladet vil blive godt modtaget. På forhånd tak  
redaktør Per Lassen



Første udgave af Kvartalsnyt så dagens lys for 46 år siden i efteråret 1974. Den gang havde vi ca. 400 medlemmer, søgte større medhjælp fra forældrene og forsøgte at lokke flere med til generalforsamlingen. Kommunikationen kunne være bedre

**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

# Snavsede vinduer?

Få et fast abonnement på vinduespudsning,  
enten hver 4. 8. eller 12. uge.

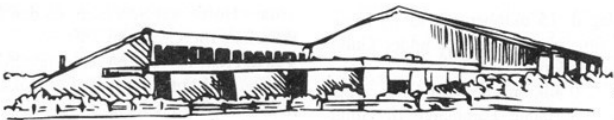
Så er dine vinduer aldrig rigtigt beskidte,  
du slipper for besværet og  
den dårlige samvittighed.



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**



## GUNDSØLLEHALLEN

### Selskabslokaler

#### Udlejningspriser:

Selskabslokaler inkl. Køkken	Kr. 4.500,-
Pris for andelshavere i Gundsøllehallen a.m.b.a.	Kr. 3.500,-
Andelsbevis kan købes ved henvendelse til halinspektøren. Pris pr. andelsbevis	Kr. 100,-
Depositum	Kr. 2.000,-
Udlejning af borde og stole	

Bestilling: Halinspektøren - Tlf. 23 74 70 64

Gundsøllehallen email adresse: kontor@gundsøllehallen.dk  
Gundsøllehallens hjemmeside: www.gundsoelillehallen





## Formandens tanker

Kære alle

Der hersker INGEN TVIVL om, at vi ALLE er trætte af Corona restriktioner.

Det sidste år har på ingen måde været sjovt for nogen, og Idrætsforeningen har bestemt også været udfordret.

Når det er sagt, så er det fantastisk at mærke hvordan I alle støtter op om vores Idrætsforening og ved at vi alle fortsat betaler kontingent, selv om der har været nedlukket og man reelt ikke p.t. føler man får noget for sit kontingent, så er det også min personlige anbefaling er at alle fastholder sine betalinger af kontingenter, som deres bidrag til vores herlige lille idrætsforening, fordi:

Normalt laver vi jo mange aktiviteter for at holde lave kontingenter i vores forening og for at sikre fremdrift, men Corona har sat en effektiv stopper for dette og derfor har vi desværre p.t. ikke andre indtægter end kontingenter til at opretholde vores omkostninger. For at sikre at der også er idræt, på samme niveau efter Corona, gør de frivillige alt hvad de kan for at opretholde det vi kender, men desværre er der fortsat driftsomkostninger som skal dækkes, men også for at sikre at vi som forening ikke går i stå

men kan fastholde vores "drømme" om at udvide hallen, få en kunststofbane, padel tennis bane eller andet som giver mening og som vi kan finde støtte og opbakning til.

Når det er sagt så er det selvfølgelig helt op til den enkelte selv at vurderer om man er interesseret i fortsat at betale kontingent og støtte op om fællesskabet.

### Nye tider, online møder, info fra seneste bestyrelsesmøde:

Vi har i år allerede afholde vores første FU og senere Bestyrelsesmøde via Teams, det var nyt for de fleste af os, men gik forbavsende godt.

### Udvidet samarbejde med G77

På bestyrelsesmødet havde vi inviteret G77 bestyrelsen, da vi gennem flere år har haft et tæt samarbejde omkring fælles hold i fodbold, og både GSG&IF samt G77 er meget interesseret i udvidet samarbejde og evt. sammenlægning hvor det giver mening, og på vores møde blev det foreløbigt aftalt at alle underafdelinger nu laver samarbejde med G77, der hvor det

giver god mening. I vil høre mere om dette fra de enkelte underafdelinger.

### Projekt Hal 2

I starten af 2020 havde Jens Larsen (formand fra Gundsø Lillehallen) og jeg møde med Claus Larsen og Poul Knopp fra kommunen og fik det indtryk, at der ville være en god mulighed for at vi kunne få en et øget driftstilskud, hvis vi selv kunne stå for finansieringen af en HAL 2, som Claus Larsen sagde til Poul Knopp på mødet "hvordan får vi sat det i gang?". Jens og jeg fik besked fra Poul Knopp at vi skulle indsende en ansøgning og gerne få lokalmiljøet med. Derfor fik vi i samarbejde med Landsbyrådet, Skolen, Kirken, Gundsø Lillehallen samt støtte fra G77 sendt et 3 siders oplæg til kommunen. Dette oplæg sendte vi ind 5. maj 2020 og fik vi besked retur med det samme, hvor Poul Knopp (som er Kultur- & Idrætschef) skrev:

*Jeres ansøgning vil efter planen blive behandlet på det næstkommende møde i Kultur- og Idrætsudvalget, den 3. juni.*

desværre hørte vi ikke fra kommunen og først da jeg rykkede for svar i november kom nedenstående svar:

*Tak for din mail. Byrådet har nu vedtaget budget for 2021 og dermed også prioriteret midler til anlæg i de næste år. Desværre blev der ikke prioriteret midler til udvidelse af driftstilskuddet til Gundsø Lillehallen.*

Det er derfor både min og Jens Larsen (formand fra Gundsø Lillehallen) holdning, at vi de næste par år ikke skal forvente nogen yderligere hjælp fra kommunens side, i forhold til de udfordringer vi har pladsmæssigt og da vi som idrætsforening er vokset de sidste 5 år fra ca 800 til ca 1300 medlemmer, og vi reelt hvert år må sige nej til hold og giver hold mindre træningstider, så ser vi

## 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

en nødvendighed i at vi handler nu som vi bedst muligt kan ud fra den økonomi vi selv har eller kan skaffe.

På bestyrelsesmødet deltog også Jesper Henriksen fra Spar Nord, som kunne belyse at det er nødvendigt, at kommunen giver tilsgavn om et øget driftstilskud såfremt vi skal låne til en Hal 2, hvor vi ville forvente at skulle låne omkring 20 millioner for at kunne få gennemført en Hal 2.

Ud fra ovenstående informationer aftalte vi at vi ud fra den økonomi som GSG&IF samt Gundsøllillehallen og evt. fonde, nye andelsbeviser sponsorer eller andet til sammen kan finde, vil vi undersøge følgende:

1.: Udbygning af nuværende Gundsøllillehal i stil med det som er lavet hvor klublokale samt Fitness er nu, men ned mod cykelstien.

Forventet ca. 200 kvm – anslået pris ca. 2,5 mill

2.: Kunststofbane der hvor grusbanen er

Dette skal dog laves med kommunens godkendelse da det er på deres grund.

Anslået pris ca. 2,65 mill. (ud fra tidligere modtaget tilbud)

3.: Padel Tennis– (meget afhængig af hvad vi ønsker kan laves fra 200.000 kr.)

Ovenstående rækkefølge er ud fra, at vi dækker først og fremmes størst behov og vi kan samle mere økonomi ved at få udviklet Fitness og Gymnastik med hold.

Kunststofbane, vil også give endnu mere mulighed for at få fodbold ud af hallen og indtjening ved at leje ud til Jyllinge og Himmelev som begge også "skriger" efter ledige tider på kunststofbaner, specielt om vinteren.

Padel Tennis er ny sportsgren som har enormt tiltrækning.

Vores plan er nu, at der skal laves en arbejdsgruppe til hvert enkelt projekt, og det vil derefter være denne arbejdsgruppe som skal komme med oplæg til bestyrelsen ud fra deres undersøgelser, i forhold til potentielt medlems antal, økonomi, hvem som står for det løbende osv.

### **Vi vil meget gerne have dig med i en arbejdsgruppe:**

Vi håber meget at DU gerne vil være en del af en af ovenstående arbejdsgrupper, vi startede Fitness på samme måde og ved hvilken succes det kan blive hvis vi er mange som deltager i arbejdsgrupperne. På den måde

kan få sat dit "præg" på hvordan de enkelte projekter udvikles. Er du interesseret bedes du henvende dig til mig på mail: [for-mand@gsgif.dk](mailto:for-<u>mand@gsgif.dk</u>)

Endelig vil jeg nævne, at du også i dette bland kan læse om hvordan lokale projekter bliver til noget hvis den/de rette ildsjæle sætter i gang.

Thor Birgisson vil beskrive hvordan han har sikret at vi "forhåbentligt" allerede til sommer kan spille Disc Golf på bane i de grønne områder omkring Lindebjergskolen og Gundsøllillehallen.

Godt arbejde Thor! – og tak til Idræts-tanken og Kommunen for at støtte op om dette projekt!

Sportsfesten "kribler" også for at få lov til at holde fest i år, og de har virkelig mange nye ideer i tankerne, så vi krydser fingre for at vi kan være sammen alle sammen senere på året.

Men indtil vi ved mere om situationen – STAY SAFE og GOD SOMMER.

Med venlig hilsen

Johnny Magnussen

Formand for GSG&IF



## Klinik for Fodterapi

Besøg din lokale fodterapeut:

Statsaut. Fodterapeut

Lene Pedersen

Dyssevej 22, Ågerup

Tidsbestilling: **2258 3377**

eller på [www.FodterapiForDig.dk](http://www.FodterapiForDig.dk)



**Fødder for livet - hele livet**

Støt vore  
Annoncører  
De støtter os



## Støtteforeninger

### GIV

GIV, Gundsøllille Idrætsforenings Venner har i mange år hjulpet Idrætsforeningens afdelinger med økonomisk støtte, man primært tjener via afholdelse af bankospil i vintersæsonen. Grundet Corona har der jo ikke været de store indtjeningsmuligheder i denne sæson, men man håber at komme stærkt igen til efteråret.

## Idræts-tanken

Idræts-tanken, der støtter projekter og anskaffelser i idrætsforeningen, driver og passer GO'ON tanken i Ågerup, har naturligvis også mærket Coronaen. Omsætningen på tanken er faldet med 17% og det påvirker da også vores indtjening, men vi er meget glade for at vi her ved årsskiftet kunne støtte et fodbold-arrangement, gymnastiks anskaffelse af nye springbrædder samt idrætsforeningens sidste nye aktivitet: anlæggelse af bane til DiscGolf.

Vi vil takke vores mange trofaste kunder, der med køb af benzin og diesel i Ågerup, giver os mulighed for at støtte mange spændende aktiviteter og anskaffelser i GSG&IF

Bestyrelsen  
Idræts-tanken



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

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



Støt op om arbejdet – bliv medlem!  
[www.aanol.dk/bliv-medlem](http://www.aanol.dk/bliv-medlem)  
Kom til Generalforsamling 27. april kl. 19.00



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](mailto: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](http://www.4000NORD.dk)

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

## Disc golf

Disc Golf? Det lyder som noget fjollet man laver til polterabend, gør det ikke?

Det troede jeg også det var, lige indtil jeg prøvede det og fandt ud af at det er en ekstremt teknisk sport der kan gå fra hyggeplan til super-teknik nørderi på meget kort tid.

Havfrisbees kan man ikke bruge, men i stedet nogle vidt forskellige Drivers, Mid-range og Puttere, der alle flyver forskelligt, og så får man også gået mange skridt uden egentlig at lægge mærke til det. Kort sagt: Det er den perfekte sport til dem der ikke kan lide sport. Men bestemt også for sportfanatikere som mig.

Kommunen har lige netop givet grønt lys for etableringen af en Disc Golf bane i de grønne områder omkring Lindebjergskolen og Gundsøllehallen.

Banen bliver på 9 huller(kurve) og bliver lavet som en rekreativ bane, dvs. på begynder/let øvet niveau så alle fra 4-99år kan spille den. Vi har haft skoleledelsen



med ind over projektet for at udnytte nogle af deres grønne områder også, så vi også kan trække de unge ind i en sport de kan dyrke udendørs og på tværs af aldersgrupper, hele året rundt.

Der bliver selvfølgelig taget højde for øvrige aktiviteter ss fodbold, og banen bliver lagt således, at den ikke generer andre sportsudøvere i området.

Disc Golf har været den absolut mest voksende sport i 2020 da den er uden fælles kontaktflader, udendørs og med god afstand og tilgangen af spillere har været utrolig stor.

Thor, der i forvejen underviser i Yoga i GSGIF, har derfor taget initiativet til opførelsen af banen, og den forventes at stå klar i løbet af foråret.

Han har allieret sig med Danmarks mesteren i Disc Golf, Martin Spliid, som hjælper med professionelt bandedesign og anskaffelse af materialer.

Kurve mm. bliver i høj kvalitet af det finske mærke Latitude64.

Idrætstanken har givet et generøst sponsorat til projektet og der vil blive trykket specielt lavede discs med GSG Disc Golf logo, som medlemmer vil kunne låne til træning.

Der bliver derfor etableret en Disc Golf afdeling i GSGIF med ugentlig træning, også om vinteren, og det er med stor glæde at vi nu kan løfte sløret for projektet der har været nogle måneder undervejs.

Vi håber på at mange melder sig ind i klubben for at have mulighed for at få vejledning og være med til den ugentlige træning, og på sigt er det planen at lave en "putting-liga" kun for medlemmer, som løber henover vinteren hvor vi kan træne indendørs.

**2pluxx**

Formstøbte høreværn til jagt, skydning, motorcykler, industriarbejde, flyrejser, svømmepropper til "øreborn" m.m.  
Fra kr. 550,00  
Se mere på [www.skytteudstyr.com](http://www.skytteudstyr.com) eller kontakt 2pluxx på 4119 2007

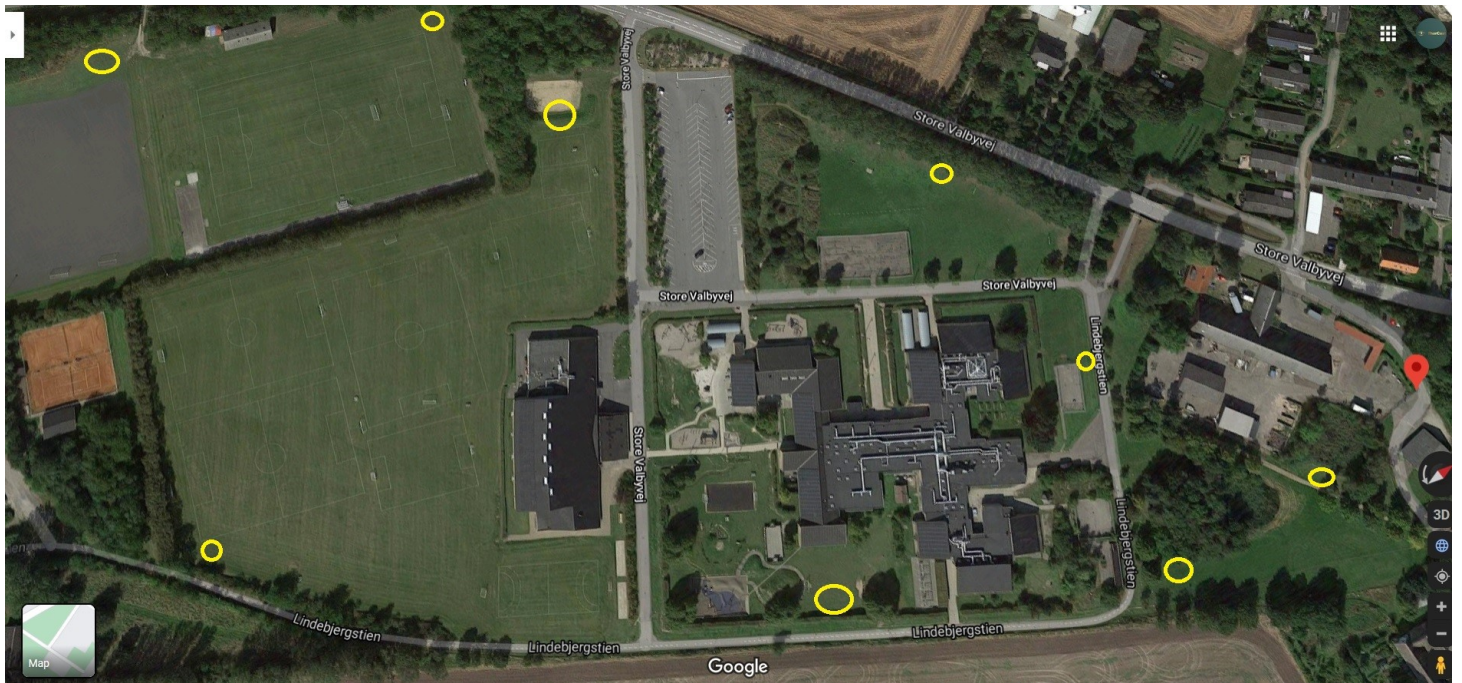
Skytteudstyr.com, Brøndbakken 3, Herringløse, 4000 Roskilde



I den forbindelse anskaffer vi special designede putting-kurve som er transportable og kan nemt pakkes sammen.

Vi håber at i tager godt imod den nye sport i lokalområdet, og hvis man er nysgerrig så kan man skrive til Thor for at høre nærmere på [gsgdiscgolf@gmail.com](mailto:gsgdiscgolf@gmail.com)

På vegne af Gundsøllille Disc Golf  
Thor Birgisson



**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](http://www.RMDL.dk)

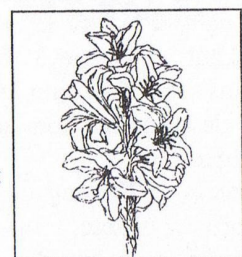


## "Klinik "KROP OG SIND"

"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





# Gymnastik

En hilsen fra Coach N.

Der er ingen tvivl om at corona har sat sine spor i sindet på mange mennesker. For foreningslivet har året været ganske anderledes og stillet store krav til nytænkning.

Først under første nedlukning i foråret. Så under restriktionerne i sæsonstarten med afstandskrav og sprit og senere med færre deltagere på holdene og endelig nedlukning nummer to i december.

I dansesalen betød det undervejs at jeg om torsdagen havde fornøjelsen af 5 hold i træk. Jeg må indrømme at selvom jeg elsker at danse, så begyndte mine ben at protestere. Men når man er instruktør for så mange skønne danseglade mennesker og får en masse god energi af fællesskabet og samtidig oplever at få tilkendegivelser om, hvor meget dansen betyder for de enkelte medlemmer, så går jeg rigtigt langt for at prøve at skabe nogle rammer. No excuses - just dance!

Taknemmeligheden som udvises af vores medlemmer og forståelsen for situationen er simpelthen utrolig.

Når taknemmelig, forståelse og danseglæde mødes, så er der kun een ting at gøre for mig, når alt

lukkes ned. Det er at gå online! Jeg gjorde det i foråret og nu gør jeg det igen.

Det er en sjov og pudsigt ting i starten. Man står alene hjemme på stuegulvet og danser derud af. Man lukker en masse fremmede mennesker ind i sin stue!

Men igen har feedback 'en været fantastisk. Jeg har valgt at lade mine videoer gå live, ganske gratis og frit tilgængeligt til alle. Nogle steder vælger man at lukke af således det kun er medlemmer der kan medvirke. Men jeg tænker at som situationen er lige nu, så har vi alle brug for et skud energi.

De frivillige foreningers evne til at mobilisere folket og facilitere glæde, er det ansvar vi tager på os når krisen er værst.

Det er en hård tid - der kommer desværre flere og flere meldinger om mistrivsel især blandt de unge men også fra flere voksne. Man savner det fysiske fællesskab - det er være sammen om noget, det at skabe noget sammen og det at sætte sig et mål og opnå det.

Min værste frygt i denne tid er ligegyldigheden. "Det kan da være lige meget det hele, vi er jo lukket ned" - tanken. Den må ikke sejre - det er nemlig ikke ligegyldigt.

Det betyder noget at vi holder os i gang og om vi får nogle positive påvirkninger i vores hverdag. Det er med det in mente, at jeg går live. Så må familien leve med at farmand danser rundt i stuen.

Men når jeg kan se at tallet for dem der følger med er på mellem 20 til 60 hver gang, så skubber det også til min energi og glæde. Ikke alle fra lokalområdet - der er sågar også deltagere fra Bornholm, Hjørring og København med. Det er sjovt og anderledes. Jeg har valgt også at dele livesessions fra andre i U-Turn Dance Studio. Det giver flere muligheder for at få bevæget sig. Og min anbefaling skal være at man melder sig til gruppen "Danmark træner hjemme" på Facebook, hvor der er rigtig mange gode træningsvideoer og livesessions.

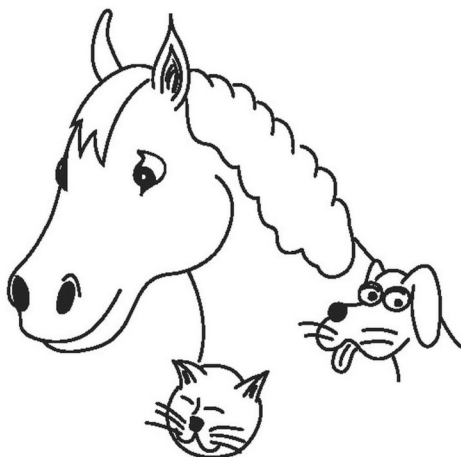
Og til alle jer der tænker. Det kræver for meget, jeg har ikke noget udstyr mv. Så kast jer alligevel ud i det - folk er taknemmelige.



## 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



# Gymnastik

Herhjemme skubber jeg lidt til stuemøblerne. Sætter min telefon op på strygebrættet. Og kobler noget musik på anlægget fra min tablet eller en anden kilde.

Så er det bare at trykke på live. Og hvis man vil holde det lidt for sig selv, så nøjes med at gøre det via Gundsøllille Gymnastiks facebookside.

Det er simpelthen utroligt så givende det er.

Jeg håber vi danses ved hjemme i stuerne. Og så glæder jeg mig meget til vi igen kan mødes og danse sammen.

## 90 års fødselsdag

I oktober sidste år rundede Johannes Hansen et skarpt hjørne, da han kunne fejre 90 års fødselsdag. Johannes er vel kendt af alle i GSG&IF, hvor han igennem en menneskealder har passet mange hverv som hovedkasserer i mere end 25 år, fodboldstræner for et utal af børn, kasserer og medstifter af Aktiv Mandag, aktiv badmintonspiller og meget mere. Derfor deltog vi da også med fanen sammen med repr. fra bestyrelse og hatteholdet i morgensang på den festlige dag.

De bedste hilsner  
Coach N



## ÅGERUP Pizzeria

### ÅBNINGSTIDER

Mandag - Fredag 12:00 - 22:00

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

Højgårdsvej 6, ÅGERUP



# 46 78 23 18



# Håndbold

Man kan sige meget om corona – og vi må bare konstatere at håndboldsæsonen 20/21 har været HELT anderledes end vi er vant til. Der har nemlig nærmest ikke været noget håndbold. U13 pigerne nåede lige at komme lidt i gang med turneringen i efteråret, før det hele lukkede ned – igen. Al aktivitet i hallen har sidenhen været lagt på is og vi har alle måtte ty til hjemmetræning (øhm...). Vi er mange der synes, at det slet ikke er lige så sjovt, som at rende rundt i hallen og lege med en bold og hygge sig med holdkammeraterne. Vi SAVNER at komme tilbage og dyrke vores favoritsport og nyde livet i hallen!

Bestyrelsesmøderne har, som med så mange andre møder, foregået online og vi glæder os i bestyrelsen til, at vi igen kan mødes ansigt til ansigt og se hinanden i øjnene. Vi kunne godt bruge et par virkelig engagerede medlemmer af bestyrelsen – gerne forældre til nogle af de børn der spiller - der har ambitioner på klubbens og ungdomsholdenes vegne. Vi er egentligt nok i bestyrelsen men vi kunne virkelig godt bruge medlemmer med nye ideer og med masser af drivkraft.

Derudover er der flere hold, der

efter sommerferien savner træner. Du kan, som engageret forælder, sagtens være træner for et børnehold evt. sammen med en anden forælder. Der er så meget inspiration at hente på nettet med øvelser og træningspas og derudover findes der en del trænerkurser, som du kan komme på via klubben. Der er træning 1 gang om ugen og der vil en gang imellem være kampe - og frekvensen af disse vil afhænge af hvilket alderstrin og niveau du træner. Det er sjovt at være træner og tage del i børnenes udvikling og ikke mindst være en del af hal-livet i Gundsøllille.

## Ildræt ind i skolen:

Ildræt ind i skolen løb af staben i foråret på Magretheskolen. Vi lavede vores egen lille håndbold"karavane" med 0. og 1. samt 6. klasserne. Vibeke og Grøndahl gennemførte desuden endnu en gang håndboldkaravanen på Lindebjergskolen i september måned. Dette trækker næsten altid et par nye unge spillere til klubben, hvilket det også gjorde i 2020.

Stævner, cup'er og håndboldskoler har der ikke været noget af pga. corona.

## Bestyrelsen:

Formand:

Næstformand: Vibeke Kløve

Kasserer: Susanne Grøndahl

Sekretær: Oliver Deleuran

Bestyrelsesmedlemmer: Pernille Sørensen, Louise von Gersdorff Jørgensen

**Hvis vi kommer i gang inden sommerferien, ser træningstiderne således ud:**

## Tirsdag:

U5-U8 drenge/piger Kl. 16-17

U9 piger og drenge Kl. 16-17.15

U13 piger Kl. 17.15-18.45

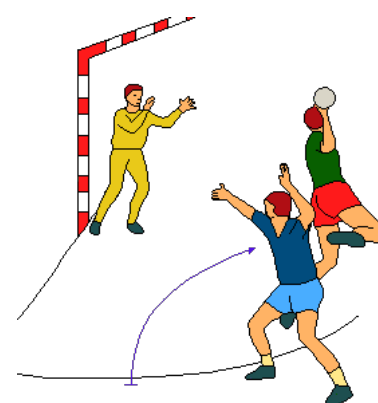
U17 piger Er blevet lagt sammen med Dame Senior og træner med OG onsdag

Damer kval. + S2Kl. 19-21.30

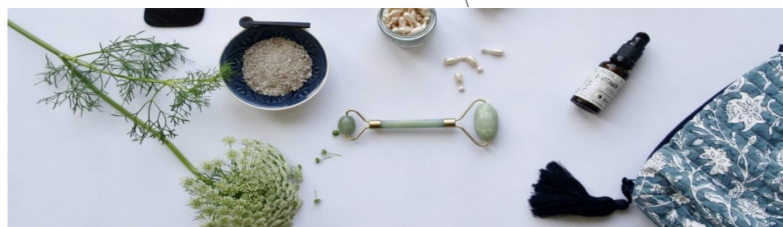
## Onsdag:

U11 mix Kl. 18-19

Old girls + U17 Kl. 19.00-20.30



## DET GRØNNE UNIVERS



Ansichtsbehandling  
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



# Håndbold

## Status på holdene og trænerne ser således ud:

**Babyhåndbold:** Pernille Hviid Larsen har med sikker hånd sørget for at tilslutningen før corona var blevet stor til babyhåndbold. Vi håber snart det kan komme i gang igen.

**U5-8 mix:** Kristine og Susanne Grøndahl

**U9P:** Simon Hansen er træner for dette hold på 2. år men stopper efter denne sæson. Truppen kunne godt bruge tilgang af et par friske piger der godt kan lide at spille bold.

**U9D:** Daniel Kinsella har trænet drengene men stopper efter denne sæson. Han spiller selv håndbold i Himmelev og har fået tilbudt at træne U15 drengene der – og det har han takket ja til.

**U11 mix:** Her er der liv og glade dage. Andreas Stausholm har formået at tiltrække U11 spiller og de

har det rigtigt sjovt til træning. Andreas fortsætter som træner til næste sæson.

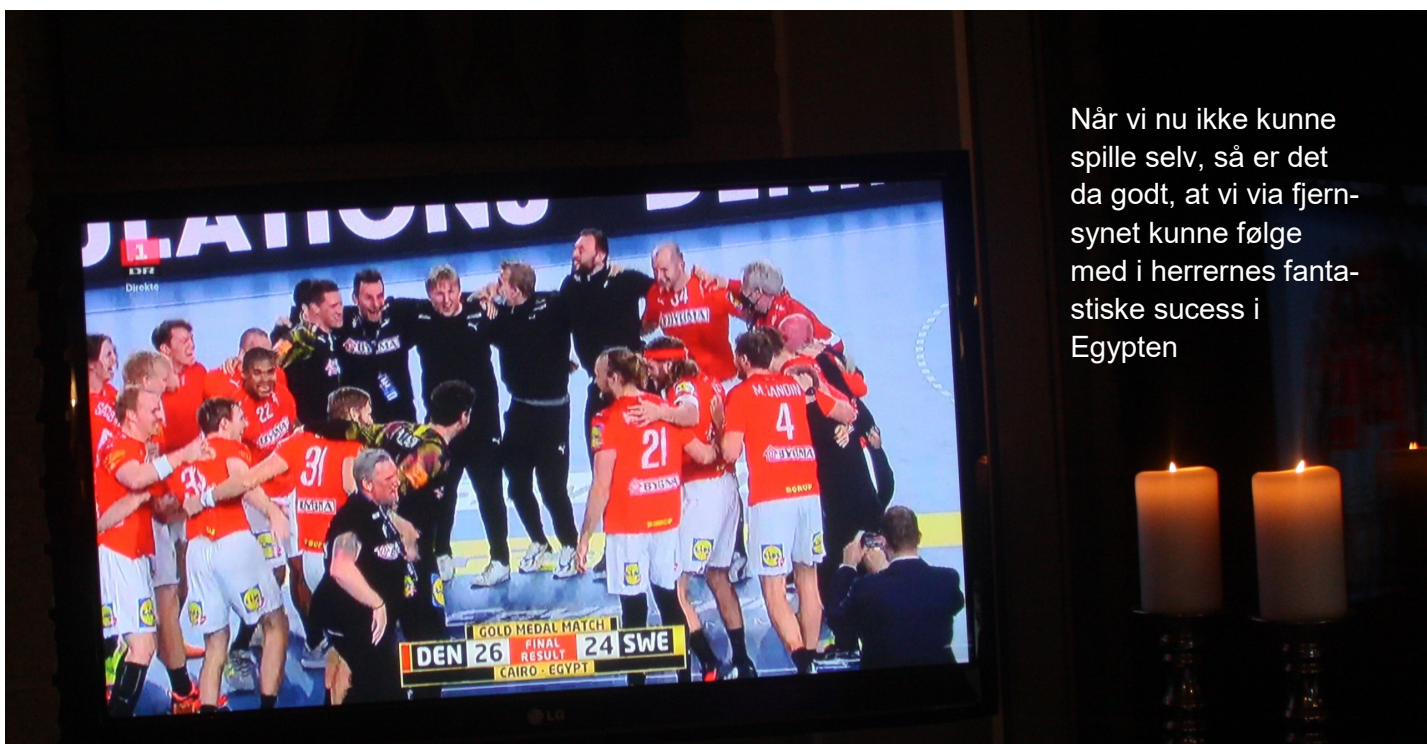
**U13P:** Pernille Sørensen har på egen hånd i denne sæson trænet U13 pigerne. Sammenholdet er blevet rigtigt godt og pigerne hygges sig sammen. Pernille fortsætter som træner.

**U17P:** Der er pt ikke noget U17 hold men da en del friske piger kommer hjem fra efterskole til sommer, så vil der højst sandsynligt blive et U17 hold efter sommerferien og pigerne vil gerne have en træner. Hvis der ikke er nok til et hold, bliver U17 pigerne sluset ind i seniortruppen som med glæde vil spille sammen med dem.

**DS:** Camilla Offendal har på 2. år været træner for kvaldamerne og til træning også for serie 2. Hun stopper efter denne sæson og damerne leder derfor efter en ny kompetent træner. Som holdet ser ud lige nu, er der både et 1. og et 2. hold. Dog er der mangel på målmænd på begge hold. Bo Pe-

dersen har i denne sæson været træner for 2. holdet og vil gerne fortsætte et år mere. Pernille Hviid Larsen har været hjælpetræner for 1. holdet.

OG: Susanne Grøndahl



Når vi nu ikke kunne spille selv, så er det da godt, at vi via fjernsynet kunne følge med i herrernes fantastiske succes i Egypten

# Gymnastik

Det er en vanskelig situation at lave indlæg til et kvartalsnyt, når vi alle er udelukket fra at kunne gøre det, som er grundlaget i foreningen, nemlig at hoppe, springe, danse, svede, grine og le sammen med gode venner og dejlige bekendtskaber. Vi savner jer!

Kampgejsten holder vi dog i live – og det er fantastisk, hvad den digitale verden giver mulighed for med livestreaming af eksempelvis dansetræning, hvor alle kan deltage.

Desuden har vi brugt den ufrivillige pause til at få investeret i nyt udstyr til springholdene, som kan glæde sig til blandt andet nye springbræt, træplint samt Flik Flak træner. En stor hjælp til indkøbene har været Støtteforeningen Idrætstanken, som har bevilget 13.000 kroner til dette formål – tusind tak!

Vi er meget bevidste om den begrænsede træning alle har haft indtil videre i denne sæson, og med den eksisterende usikkerhed omkring genåbning af vores aktiviteter samt forsamlingsstørrelser, er målet om en opvisning den 18. april ikke realistisk.

I stedet arbejder vi på, at når vi forhåbentligt snart får lov til at mødes igen, så forsætter vi træningen så langt frem mod sommerferien som muligt. Og hvis det kan lade sig gøre, så vil vi lægge en afslutning/"lille opvisning" ind i slutningen af maj el-

ler starten af juni – måske endda udendørs. Alt afhænger naturligvis af anbefalinger fra myndighederne, så følg med på Facebook og hjemmesiden.

Når dette kvartalsnyt udgives, håber vi, at alle hold har fået lov til at starte lige så stille op igen i hallen – naturligvis under de samme vigtige retningslinier som tidligere:

Hænder skal som minimum sprittes af ved opstart og afslutning af træning.

De forskellige hold må IKKE blandes med hinanden. Det vil sige, at hvis et hold ikke har afsluttet sin træning og har forladt hallen/selskabslokalet, må de andre vente med at komme ind

Benyt skiltningen for ind- og udgang, så sammenblanding mellem hold minimeres

På nær Minifræs og Ramasjang frarådes det, at forældre til børnehold opholder sig i hallen i træningstiden

Hvis man udviser symptomer

på sygdom som forkølelse eller hoste, skal man undlade at komme til træning. Hvis det fra trænerens side vurderes, at man udviser symptomer på sygdom, bliver man sendt hjem. For børn er det trænerens ansvar at tage kontakt til forældre og aftale afhentnings-/

hjemsendingsdetaljer

Ved træningsopstart vil der blive lavet afkrydsningsliste over alle deltagere, for at sikre at vi har oplysninger til brug for opsporing ved eventuel smittespredning

Ved træningsafslutning har deltagerne sammen med trænerne ansvar for at rengøre alle anvendte redskaber, så de er klar til næste hold

På glædeligt gensyn!

Gymnastikforeningens bestyrelse

## Hår for M/K



# Salon Lise

Gelhøj 10 · St. Valby · 4000 Roskilde

**Tlf. 46 78 74 74**



# Fastelavn er mit navn

Heller ikke fastelavn kunne vi få holdt i år, så vi kan ikke vise en masse billeder fra den normalt meget festlige eftermiddag.

I stedet har vi kigget i arkivet og fundet lidt billeder frem fra årene 2000-2002. Det siges jo, at mange unge vender tilbage til området,

når de selv har egen familie, så måske har vi et godt billede af dig, da du var 20 år yngre?

2000



2001



2002





# Bordtennis

**Her er et øjebliksbillede fra en sport, som er lagt totalt i dvale.**

Så undskyld os hvis vi har lidt selvmedlidenhed! Vi ved dog godt, at vi ikke er de eneste i Verden som er ramt – og at vi på så mange andre områder er højt privilegerede og ikke har grund til nogen form for beklagelser!

Efter nedlukningen sidste forår regnede bordtennisafdelingen med, at vi igen kunne få "normale tilstande" i løbet af efteråret 2020. Som vi nu alle ved, var det HELT forkert: Vi

blev igen lukket i december måned og har ikke fået lov at spille siden.

**Alle** de normale aktiviteter, både de sportslige og de sociale, er droppet – som hos så mange andre idrætter. Og nu hvor jeg skriver dette indlæg den 8. 2. 21, ved ingen, hvornår vi får lov at spille igen, og vi kan end ikke afholde det sædvanlige afdelingsmøde (for at genvælge afdelingsudvalget).

Dette foto illustrerer ret godt den øjeblikkelige oplevelse af livet i bordtennisafdelingen. Her er i DEN grad øde og tomt!

(Og ja, jeg indrømmer det straks: Fotoet er genbrugt fra et tidligere nummer af Kvartalsnyt) :-)



Men til gengæld tænker jeg på, at NÅR eller HVIS vi igen i løbet af foråret får lov til at mødes i Gundsøllillehallen, så vil vi forlænge sæsonen så længe, det er muligt. Det vil sige, at den normale sæsonafslutning i midten af april sættes ud af kraft, så vi fortsætter med at træne sommeren igennem – alle dem, som kan, vil og må, naturligvis – indtil hallen lukker for at afholde sommerferie.

På den måde håber jeg, at medlemmerne kan få lidt mere ud af det kontingent, som de har betalt.

Imens venter vi på varmere tider, på foråret og på åbning af hallen. Og på, at vi igen kan nyde et syn som dette:



Jeg vil hurtigst muligt melde ud på Gundsøllille Bordtennis' facebook-side og på GSG&IF's hjemmeside, når der er nyt om genoptagelse af bordtennis.

Venlig hilsen,

Den Gamle Formand  
Johannes Michelsen

**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

## Vi udfører alle entreprenøropgaver indenfor:

- Jord, kloak og betøn
- 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

# Fitness

## Bevæg dig for livet

Gundsøllille Fitness er medlem af "Bevæg dig for livet", som arbejder på at styrke og udvikle fitness i foreningerne gennem sparring, rådgivning og uddannelse. Organisationen tilbyder blandt andet en række basisuddannelser målrettet vores fitnessinstruktører samt en stribe kurser af kortere og længere varighed, som bygger videre på det, vores instruktører allerede har lært.

### FITNESS TRYDAY

Vi skulle have afviklet det landdækkende ÅBEN HUS "Fitness Tryday" den anden søndag i januar, men dette satte COVID-19 desværre en stopper for. Arrangementet "Fitness Tryday" er som følge af COVID-19 flyttet til den sidste søndag i august, hvor vi håber at kunne afholde "Fitness Tryday" og give fitness-smagsprøver til alle, både medlemmer og ikke-medlemmer.

"Fitness Tryday" bliver holdt søndag den 29. august 2021. Sæt kryds i kalenderen allerede nu!

### SAMARBEJDSPARTNER

Gundsøllille Fitness er medlem af "DGI", som arbejder på at styrke og udvikle motion og breddeidræt i foreningerne gennem sparring, rådgivning og uddannelse. Organisationen tilbyder blandt andet en række basisuddannelser målrettet vores fitnessinstruktører samt en stribe kurser af kortere og længere varighed, som bygger videre på det, vores instruktører allerede har lært. Vi hjælpe løbende DGI med at afholde en række spændende kurser.

KOM TIL ÅBEN HUS

# FITNESS TRYDAY

Søndag den 29. August 2021

**I GUNDSØLILLE HALLEN**

[www.gsgif.dk/fitness](http://www.gsgif.dk/fitness)



### 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, Gundsøllille:

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

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



## Udendørs Fitness

"Udendørs Fitness" er et tilbud til dig der gerne vil træne under åben himmel og bruge naturen i din træning. "Udendørs Fitness" tilbydes som holdtræning med uddannede instruktører. Du vil derfor altid have en instruktør at sparre med i din træning.

### **HVORFOR "UDENDØRS FITNESS"?**

Træning og frisk luft er naturlige partnere og en universel formel til at føle sig godt tilpas. Du kan forbedre din

kondition i fitnesscenteret, hvis du er dedikeret, men du vil sommetider opleve at føle dig indelukket og uoplagt til at træne. "Udendørs Fitness" giver dig mulighed for at træne i et frisk nyt rum, mens du indtager naturen omkring dig. Nøglen til at forbedre din kondition er at holde dine træning spændende

### **HVORDAN FOREGÅR TRÆNINGEN?**

Træningen vil være en kombination af styrke- og pulstræning. Øvelserne vil primært være ved brug af egen kropsvægt eller lette vægte efter behov. Vi kombinerer også træningen med øvelser fra crossfit og HIT træ-

ning. Så vi lover dig, at det bliver ikke en kedelig træningstime.

Øvelserne tilrettelægges til deltagerens niveau, så alle kan være med uanset alder og dagsform.

Træningen vil også omfatte udflugter i lokalområdet til f.eks. Grusgraven ved Himmelev Skov, Bolund eller Salvadparken.

### **SKAL JEG TILMELDE MIG HVER GANG JEG ØNSKER AT TRÆNE?**

Tilmelding er ikke nødvendigt, du møder bare op uden for hallen. Her vil du blive mødt af instruktørerne

# Garageporte Industriporte

Til private, landbrug og industri

## Port og Byg

Slæggerupvej 207, 4000 Roskilde

Telefon 20 96 91 26  
PortogByg@gmail.com



Salg og montage af  
industri og garageporte  
Service og reparationer af  
gamle porte udføres  
Tømmer- og  
snedkerarbejde udføres

## Fitness

### **KURSER**

Følgende DGI kurser er foreløbig programsat til at blive afviklet i Gundsøllille-hallen:

7. – 9. maj 2021 :

FitnessInstruktør (40 timer),  
modul 1

7. – 11. juni 2021 :

FitnessInstruktør (40 timer),  
modul 2

18. september 2021 :

Tekniktræning

INSTRUKTØRER I  
GSG&IF FITNESS

Alle vores instruktører har gennemgået DGI's grunduddannelse til fitnessinstruktør på 40 timer.



# Fitness

## TRÆN SAMMEN MED ANDRE!

At træne sammen med en ven, kæreste, kollega eller andre gør det nemmere at komme ud af døren og fastholde de gode træningsvaner. Vi har fem gode grunde til, hvorfor du bør prøve vores holdtræning:

Er sjovt og motiverende at træne sammen med andre

Giver større fremgang

Giver variation

Er for alle, uanset niveau

Er godt for kroppen – undgå skader

Tilmelding er ikke nødvendigt. Du møder bare op 10 min før træningen.

### **HOLDTRÆNING**

Vi tilbyder lige nu følgende hold:

#### **Unge Fitness**

For elever i 8. og 9. klasse, uanset alder

*Instruktør:* Tine/Patrick

*Tidspunkt:* Mandag, kl 15.30-17.30

*Sted:* Fitnesslokalerne

#### **Udendørs Fitness**

For alle over 15 år, uanset niveau

*Instruktør:* Morten og Christina

*Tidspunkt:* Tirsdag, kl 19.30-20.30

*Sted:* Hallens udenomsarealer

#### **Unge Fitness**

For elever i 8. og 9. klasse, uanset alder

*Instruktør:* Thomas

*Tidspunkt:* Onsdag, kl 17.00-18.30

*Sted:* Fitnesslokalerne



# Wibholm

## Aut. El-installatør



**Wibholm Aut. El-Installatør** startede op i 2013. Vi er i dag 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.

Lille Valbyvej 4C | 4000 Roskilde | Tlf 20 61 20 69 | [www.wibholmel.dk](http://www.wibholmel.dk)



# Unge Fitness

"Unge Fitness" er et tilbud til dig i 8. og 9. klasse. "Unge Fitness" tilbydes som holdtræning med uddannede instruktører. Du vil derfor altid have en instruktør at sparre med i din træning. Med et Ung Fitness abonnement får du ingen dørkode.

## HVORFOR "UNGE FITNESS"?

Et "Unge Fitness" abonnement giver adgang til 2 gange ugentlig fitness-træning under opsyn af en instruktør, som står klar til at hjælpe og vejlede dig under din træning.

Træningen er lavet med henblik på en komplet helkrops styrke- / muskeltræning. Træningen foregår med egen kropsvægt og lette vægte. Træningen tilpasses den enkeltes niveau. Vi har plads til alle, både piger og

drengene. En træning kunne være sammensat som følgende:

Opvarmning med øvelser, hvor vi lærer at varme musklerne op  
Øvelser til styrke, hvor vi lærer at lave øvelser for arme, mave, bryst, ryg og ben  
Nedvarmning med øvelser hvor vi lærer at strække musklerne, og øge vores smidighed

Det er nemt at komme i gang. Du betaler for dit abonnement på vores hjemmeside, herefter er det blot at møde op til træningen uden for fitnesslokalet 5 min inden jeres træning går i gang. Husk indendørssko.

Du kan deltage i "Unge Fitness", så længe at du går i 8. og 9. klasse. Hvis du er over 15 år, så er Unge Fitness en del af dit almindelige medlemskab. Du møder derfor bare op til træningen uden for fitnesslokalet og venter sammen med dine klassekammerater.

## SKAL JEG TILMELDE MIG HVER GANG JEG ØNSKER AT TRÆNE?

Tilmelding er ikke nødvendigt, du møder bare op uden for fitnesslokalet. Her vil I blive lukket ind af instruktøren.



## 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](http://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](http://www.VEquine.dk) og på facebook siden 'VEQuine'

# Fitness

## Medlemsskaber

### **FRI TRÆNING PLUS HOLD - HVAD FÅR DU?**

Hvis du vælger et af vores "Fri træning plus hold" medlemskaber, så får du følgende med i dit medlemskab:

Fri træning inden for vores åbningstider

Fri deltagelse på vores hold

Udlevering af dørkode

Få gratis hjælp til din træning af vores uddannede instruktører

### **HOLD - HVAD FÅR DU?**

Hvis du vælger et af vores "Hold" medlemskaber, så får du følgende med i dit medlemskab:

Deltagelse på vores hold for "Unge Fitness" eller "Udendørs Fitness" afhængig af dit medlemskab

Ingen udlevering af dørkode

### **BLIV MEDLEM**

Du bliver medlem ved at gå ind på [www.gsg&if.dk/fitness](http://www.gsg&if.dk/fitness). Inden du kan vælge dit medlemskab, så skal du have en medlemsprofil. Du kan **GRATIS** oprette en medlemsprofil inden på vores hjemmeside, hvis du ikke

allerede har en medlemsprofil.

Træn billigt hele året rundt  
Priser fra DKK 50,-  
Ingen binding

### **FRI TRÆNING PLUS HOLD**

#### **Fri træning plus hold (25 – 67 år)**

For dig der er mellem 25 og 67 år

Pris: DKK 125,- pr. måned

#### **Fri træning plus hold (15 – 24 år)**

For dig der er mellem 15 og 24 år

Pris: DKK 75,- pr. måned (Halv pris!)

#### **Fri træning plus hold (pensionist)**

For dig der er gået på pension

Pris: DKK 75,- pr. måned (Halv pris!)

### **HOLD**

#### **Hold 8. og 9. klasse**

For dig der går i 8. eller 9. klasse og er under 15 år

Pris: DKK 50,- pr. måned

Træning: Træn op til 2 gange om ugen

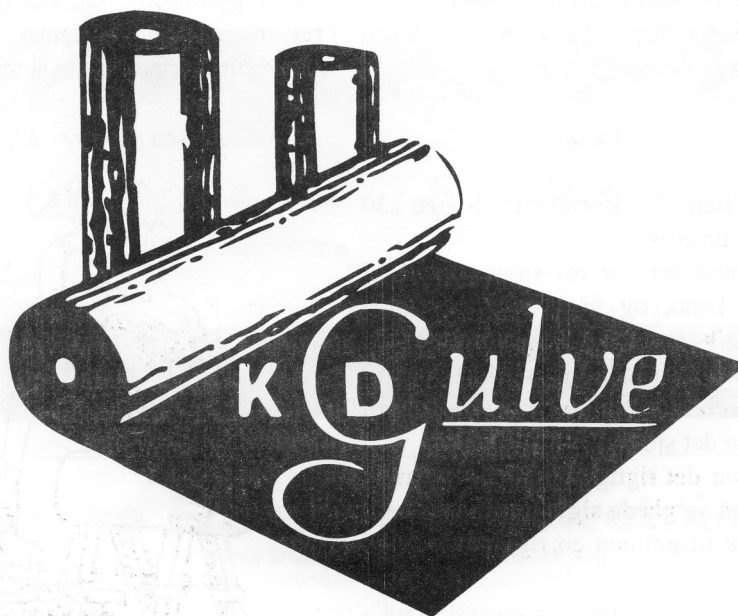
#### **Hold Udendørs Fitness**

For dig der kun ønsker at deltage i "Udendørs Fitness"

Pris: DKK 50,- pr. måned

Træning: Træn 1 gang om ugen

## Tæpper - Linoleum - Vinyl Gulvafslibning



Himmelev Bygade 52 - 54A · 4000 Roskilde

**Telefon 46 37 35 34**

-medlem af



og

Gulvbranchens  
Vådromskontrol





# Gundsøllille Skydning

Traditionen tro, blev der afholdt "Gundsøllille MEGALink Open" i 3. weekend af januar i Gundsøllille Hallen. "Gundsøllille MEGALink Open" er et internationalt stævne for danske skytter, hvor resultaterne tæller med i udtagelsen til EM. Stævnet var et 3 dages skydestævne i 10 meter luftpistol og -riffel.

I år var stævnet kun åben for landets absolut bedste Herre & Dame skytter, på grund af COVID-19. I tidligere år deltog også vores unge junior skytter. Vi håber, at de kan få mulighed for at deltage til næste år.

Stævnet blev afviklet med stor succes og i god COVID-19 stil. I alt deltog 16 skytter fordelt på 13 klubber. Gundsøllille Skydning var flot repræsenteret af Hans Christian Laubel.

## Resultater – Dag 1

Medaljetagerne i *Pistol* Day 1:

Guld: Frederik Larsen

Sølv: Jonas Kofoed Hansen

Bronze: Michelle Leth Wehage

Medaljetagerne i *Riffel* Day 1:

Guld: Rikke Mæng Ibsen

Sølv: Nicklas Kildehøj

Bronze: Steffen H Olsen

## Resultater – Dag 2

Medaljetagerne i *Pistol* Day 2:

Guld: Jonas Kofoed Hansen

Sølv: Frederik Larsen

Bronze: Michelle Leth Wehage

Medaljetagerne i *Riffel* Day 2:

Guld: Steffen H Olsen

Sølv: Rikke Mæng Ibsen

Bronze: Stine Holtze Nielsen

## Resultater – Dag 3

Medaljetagerne i *Pistol* Day 3:

Guld: Frederik Larsen

Sølv: Jonas Kofoed Hansen

Bronze: Michelle Leth Wehage

Medaljetagerne i *Riffel* Day 3:

Guld: Rikke Mæng Ibsen

Sølv: Nicklas Kildehøj

Bronze: Niels H Overgaard

Normalt deltager over 100 skytter, så det var kun med økonomisk støtte fra DIF / DSKYU at stævnet kunne lade sig gøre.



Se alle resultater på [mlres.dk](http://mlres.dk)



# Gundsøllille Skydning

## Vil du gå til skydning?

Vi tilbyder lige nu følgende kontingenter:

Kontingent med lejet våben  
Børn  
Pris: DKK 500,- for sæsonen

Voksen  
Pris: DKK 700,- for sæsonen

Kontingent med eget våben  
Børn  
Pris: DKK 600,- for sæsonen

Voksen  
Pris: DKK 600,- for sæsonen

Det med småt  
Sæsonen løber fra perioden august til april.  
Mulighed for at få en prøveskydning om tirsdagen kl 17:00. Læs mere under Træningstider på vores hjemmeside.

### BLIV MEDLEM

Du bliver medlem ved at gå ind på [www.gsg&if.dk](http://www.gsg&if.dk)/skydning. Inden du kan vælge dit medlemskab, så skal du have en medlemsprofil. Du kan GRATIS oprette en medlemsprofil inden på vores hjemmeside, hvis du ikke allerede har en medlemsprofil.



### Træningstider

Vi træner i kælderen under Gundsøllillehallen, St. Valbyvej 248 Gundsøllille, 4000 Roskilde.

### Tirsdage

Træning mellem kl 17:00 – 19:00.

Instruktion tirsdage kl 17:00 i kælderen i vintersæsonen (kun afbrudt af afbrudt af efterårs- jule- og vinterferie)

Åben for medlemmer der selv har våben. (gevær & pistol), og voksne der ønsker at prøve pistolskydning.

### Onsdage

Reserveret til divisionskydning og medlemmer der selv har nøgle.

### Øvrige tidspunkter:

Skytter der selv har våben og ammunition kan få en nøgle til skydebanen.

Foreningen deltager i forskellige stævner der er i DSKyU og Sjællands Skytte Forbund, og deltager i DSKyU divisionsturneringer, hvor vi har tilmeldt flere hold.

Vi deltager selvfølgelig i Sjællandsmesterskaberne og de Danske Mesterskaber, og hjælper med tilmelding og transport, både for Ungdom (Børn & Juniorer), og voksne, for både pistol og riffelskytter

Vi glæder os til at se nye, som gamle medlemmer i vores hyggelige lokaler under Gundsøllillehallen.

FRISØR & STYLIST

RUBERG

STYLE

KILDEMOSEVEJ 29, ÅGERUP  
4000 ROSKILDE

TLF: 46 78 23 01



**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](http://www.bpjordvarme.dk) og [www.bpcool.dk](http://www.bpcool.dk)



**bp Køleanlæg**

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



# Gundsøllehallen

Gundsøllehallen har jo desværre også været lukket for aktivitet grundet Covid 19, men intet er jo så dårligt, at det ikke er godt for noget. Vi har i perioden fået shinet lidt op i selskabsafdelingen. Køkkenet er blevet renoveret lidt. Vægge, lofter samt døre er blevet malet, så der ser efterhånden rigtig fint ud. Vi har også besluttet, at der skal laves helt ny belysning i Selskabslokalerne, det forventes udført i sommerferien.

I skrivende stund er turen ved at nå til Spillergangen, her skal dørene ligeledes have en tur, de har jo snart nogle år på bagen.

Af lidt større og kommende projekter står renovering af omklædningsrummene for tur. Vi har indhentet priser på at få belagt vægge og gulve med vinyl samt at få monteret et BWT anlæg i vores fyrrum, så det bliver nemmere at holde omklædningen og toiletterne rene og ikke mindst fri for kalk. Det er et omfattende arbejde, som vi selvfølgelig vil udføre, så det er til absolut minimal gene for eventuelle brugere af faciliteterne. Vi ved jo ikke pt., hvornår der bliver

åbnet for indendørs aktivitet, så det kan jo godt være lidt svært at planlægge. Det er ikke sikkert, at det hele kan blive udført i sommerferien, så derfor kan en mulighed være, at man eksempelvis laver et herrer og et dame omklædning ad gangen, men nu må vi se.

I cafeteriet har vi sendt Berit (køkkenschefen) hjem, men vi håber og tror på, at vi snart kan åbne igen, så hun kan komme ned og svinge grydeskeerne igen, de trænger til det, og hun savner det rigtig meget. Vi har selvfølgelig snakket om evt. Take Away under nedlukningen, men vi har ikke været overbevist om, at det ville kunne løbe rundt for os rent økonomisk, så derfor.

## Udvidelse af Gundsøllehallen.

Bestyrelsen har valgt at satse på et noget mindre projekt mht. udvidelse. Der er gennem de sidste 2-3 år kommet rigtig mange gode og konstruktive ideer på bordet, men vi må nok sande, at det helt store byggeprojekt ikke er realistisk. Det er en kombination af

økonomi samt ændringen i behov og adfærd inden for sportens verden. På baggrund af behovsanalyser mm, kan vi ikke argumentere for en decideret 20 x 40 hal (hal 2)

I dagens DK er der mere brug for mindre og mere intime rum, her tænker man bl.a. dans, yoga, små gymnastik hold samt ældre motion og ikke mindst rum til indskolingsklasser, de vil gerne have trykke rammer. Så med de tanker i baghovedet kunne en løsning være, at udvide i forlængelse af de nuværende klublokaler/fitness lokaler og så helt ned til enden af hallen (mod cykelstien) måske længere og endda måske i 2 etager. Vi håber meget at kunne komme med noget mere konkret om ikke før så i næste nummer af Kvartalsnyt.

Vi håber snart at kunne se Jer alle sammen igen til idræt i Gundsøllehallen, om det bliver med eller uden mundbind, må tiden vise.

Med venlig hilsen

Jens Ole Villumsen  
Halinspektør

4000 ROSKILDE  
*Søgaard*  *Gartneri*

ÅGERUPVEJ 14, TLF. 22202941

**GÅRDBUTIK (1/3 - 1/11)**

Åbent alle dage fra  
kl. 8-19

Vi håber, det snart bliver muligt at nyde Berits gode mad enten i cafeteriet eller taget med hjem!



# Gundsølliefodbold.



**Hej Fodboldspillere og forældre**

**Desværre har 2020 og starten af 2021 ikke været som vi forventede, meget har været aflyst eller udsat. Alt lige fra Hollandstur, stævner, kampe osv.**

**På trods af corona har der også været positive ting i 2020.**

**Vi har startet et nyt ungdomshold op, fået 5 nye trænere til klubben, og u14 blev puljevinder i deres første 11 mands sæson. Så det var positivt.**

**Nu venter vi så på at Mette F snart giver os lov til at gøre det vi alle elsker nemlig at spille noget fodbold.**

**Vi glæder os til at se jer på anlægget igen.**

**Med venlig hilsen Nicolaj  
Gundsøllie fodbold**





## Aktiv Mandag

Aktiv Mandag har haft en ualmindelig in-aktiv sæson.

Vi startede vintersæsonen 7. september 2020, men allerede efter tre mandage, måtte vi aflyse indtil videre, og vi holder stadig lukket. I skrivende stund er det forventeligt, at vi må slutte vintersæsonen uden at kunne mødes igen.

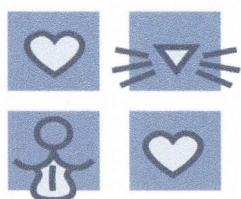
Vi kan nu tænke tilbage på alt det, vi har manglet alle de mange mandage i vintersæsonen:

- \* Det fælles hyggelige samvær med hinanden.
- \* Den fælles gymnastik, hvor vi med sved på panden og pulsen op, skulle have fået alle led og muskler arbejdet godt igennem.
- \* Diverse boldspil, som vi altid

går ivrigt op i, og hvor hver kamp spilles for at vindes, men hovedreglen er ”**Tab og vind med samme sind**”.

- \* Kaffepausen hvor vi får snakket, grinet og sunget.

Der bliver noget at indhente, når vi mødes igen, om ikke før, så når vintersæsonen forhåbentlig starter **mandag d. 6. september 2021.**



### 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](http://www.herringloesedyreklinik.dk)  
for tilbud, kurser og arrangementer

**Skolegyden 3, 4000 Roskilde Tlf. 29790609**

Dog - forårets petanquesæson, der starter **mandag d. 3. maj kl. 10.00**, - kan måske komme i gang.

De af jer, der plejer at spille petanque, hører fra os til den tid.

Nye medlemmer, der er interesseret i at være med, kan kontakte Robert Sørensen på tlf.: 61 59 08 77

Kontingent for sommersæsonen 230 kr.

Hvis du vil vide mere, kan du kontakte: Judith Elmlund tlf. 40 71 06 95

## INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

Torsdag den 25. Marts 2021 kl. 19.30

i klublokalerne, Gundsøllehallen

(Er der forsamlingsforbud afholdes generalforsamlingen virtuelt – send mail til [formand@gsgif.dk](mailto:formand@gsgif.dk) hvis du vil deltage)

### Dagsorden:

Valg af dirigent

Valg af referent

Beretning om foreningens virksomhed

Forelæggelse og godkendelse af det reviderede regnskab for det forløbne år.

Behandling af indkomne forslag;

Forslag om ændring af vedtægternes **§14:**

### **§14**

Afdelingernes organisation

**Stk.1** Den enkelte afdeling fastsætter selv sin forretningsorden, der til enhver tid skal respektere nærværende GSG&IF vedtægter.

**Stk.2** Den enkelte afdeling ledes af et afdelingsudvalg bestående af en afdelingsformand, en medlemsansvarlig og 1 medlem, til div opgaver, der alle vælges på årsmødet. Afdelingsformanden vælges for 1 år, øvrige for 2 år.

Herudover kan de enkelte afdelinger beslutte at vælge yderligere medlemmer til udvalget, ligeledes for 2 år ad gangen

**Stk.3** Medlemsansvarlig vælges i lige år, alm medlem i ulige år

**Stk.4** Afdelingsudvalget er bemyndiget til at nedsætte nødvendige underudvalg.

**Stk.5** Afdelingsudvalget er ansvarlig for udarbejdelse af et årsbudget, herunder fastlæggelse af kontingent. Budgettet skal godkendes af foreningens bestyrelse.

**Stk 6** Afdelingsudvalget er ansvarlig for, at det af foreningen godkendte budget overholdes, og at udvalgets økonomiske dispositioner i øvrigt er i overensstemmelse med retningslinjerne herom i foreningens forretningsorden, jf. § 11, stk.1.

**Stk.7** Afdelingsudvalget ansætter trænere og fastsætter træningstider.

Træningstider fastsættes i nødvendigt omfang i samarbejde med bestyrelsen

**Stk.8** GSG&IFs forretnings udvalg (FU) er ansvarlig samt fastsætter og udbetaler godtgørelser til træner/ledere i samarbejde med de enkelte afdelings formænd.

*(nævrende vedtægter kan findes på hjemmesiden GSG&IF.DK)*

Godkendelse af budget for det kommende år

(fortsættes næste side)



# Bestyrelsen

## Valg af

Formand (hvert år)	Johnny Magnussen modtager genvalg
Næstformand (kun i lige år)	Anne Hossy
Kasserer (kun i lige år)	Susanne Grøndahl
Sekretær (ulige år)	Karina Hou Larsen, modtager genvalg
Bestyrelsesmedlem (ulige år)	Bo Michael Hansen, modtager genvalg
Bestyrelsessuppleant	Morten Rasmussen
Bestyrelsessuppleant	Penelope Andersen

## Valg af

Revisor (ulige år)	Niels Sørensen
Revisor (lige år)	Peter Harmsen, modtager genvalg
1 revisorsuppleant	Lene Gottrup Barfod, modtager genvalg

## Valg af

Fanebærere (hvert år)	Vagn og Palle på valg, modtager genvalg
Fanebærer suppleant	åben

## Eventuelt

Store Valby den 10. februar 2021

Karina Hou Larsen

Sekretær GSG&IF

Obs: Forslag der skal tages op på generalforsamlingen skal være bestyrelsen i hænde senest 3 uger før afholdelse af generalforsamlingen.



**Guldæblet** er en Rudolf Steiner børnehaven 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://guldaeblet.dk/> eller ring for at aftale et besøg på 46782369

med venlig hilsen Guldæblets personale.

# Bestyrelsen

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

**Kvartalsnyt udkommer næste gang primo august 2021**

**Deadline for indlæg er d. 15. juni til kvartalsnyt@gsgif.dk**

## Skal der fejres?

GSG&IF råder over 20 flagstænger 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](mailto:fiepoul@gmail.com)



**Tal med en bank, der forstår dig**

Spar Nord Roskilde  
Københavnsvej 65  
Telefon 46 35 51 00  
[sparnord.dk](http://sparnord.dk)



**spar Nord**