

## Foreningsoverblik Møldrup, Klejtrup og Bjerregrav

### **Møldrup**

<b>Sport</b>	<b>Forening</b>	<b>Kontakt</b>	<b>Sted og tid</b>
<i>Badminton</i>	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Hanne Kristensen: 22362862 Ida Skov Lauridsen: 29436761 Richard Dalsgaards-Kristensen: 60542535 Mail: <a href="mailto:badminton@mtif.dk">badminton@mtif.dk</a>	Møldrup hallen Torsdag 17:30-19:00
<i>BMX</i>	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Annette Sloth Bøgelund Telefon: 30487271 Mail: <a href="mailto:bm@mtif.dk">bm@mtif.dk</a>	Nybovænget 41, Møldrup Mandag og torsdag 18:00- 19:30
<i>Bueskydning</i> (For hele familien)	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Lasse Mikkelsen Telefon: 26702187 Mail: <a href="mailto:bueskydning@mtif.dk">bueskydning@mtif.dk</a>	Møldrup hallen Lørdage eller søndage For tider - tjek Facebook siden: MTIF Bueskydning
<i>Fitness (*)</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup		
<i>*Barsels Café</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Den gamle byrådssal på Revlingen Tirsdag 09:30-11:00
<i>*Cirkeltræning</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Møldrup Hallen Tirsdag 18:30-19:30
<i>*Cross Box</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Gymnastiksalen Møldrup skole Tirsdag 19:45-21:00
<i>*Indoor Cycling</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Møldrup Hallen Tirsdag 19:00-20:00 Søndag 09:00-10:00
<i>*Mamma Fit</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Møldrup Hallen Onsdag 09:30-10:30
<i>*Modne Damer (Gym, Yoga, Afspænding)</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Kulturcenteret i Møldrup Tirsdag 16:30-17:50
<i>*Puls og styrke</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Gymnastiksalen Møldrup skole Torsdag 18:00-19:00
<i>*Sjov motion for senior m/k</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Den gamle byrådssal på Revlingen Onsdag 09:30-11:00
<i>*Yoga for damer</i>	Gymnastikforenin gen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Kulturcenteret i Møldrup Mandag 18:15-19:30

<i>*Yoga for mænd</i>	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Kulturcenteret i Møldrup Mandag 19:45-20:45
<i>*Yoga og afspænding</i>	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Kulturcenteret i Møldrup Tirsdag 10:30-11:45
<i>Fodbold Ungdom:</i> U6/7 piger (årgang 15/16) U9/10 piger (årgang 12/13) U7 drenge (årgang 15) U8 drenge (årgang 14) U9 drenge (årgang 13) U10 drenge (årgang 12) U11 drenge (årgang 11) U12 drenge (årgang 10) U13 drenge (årgang 09) U14/15/16 drenge (årgang 06/07/08)	BMK	Mail: <a href="mailto:bmk90@bmk90.dk">bmk90@bmk90.dk</a>	Møldrup stadion For træningstider tjek hjemmesiden: <a href="http://Traningstider-&lt;br/&gt;www.bmk90.dk">Traningstider - www.bmk90.dk</a>
<i>Fodbold</i> Dame senior	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Stine Larsen Telefon: 61656370 Mail: <a href="mailto:stineroselarsen@hotmail.com">stineroselarsen@hotmail.com</a>	Møldrup Stadion Torsdag 18:30-20:00
<i>Fodbold</i> Herre senior	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Anders Pedersen Telefon: 53702149 Mail: <a href="mailto:fodbold@mtif.dk">fodbold@mtif.dk</a>	Møldrup Stadion Tirsdag og torsdag 19:00-20:30
<i>Håndbold</i> Herre og dame senior U13 drenge Trille/trolle (2-6 år)	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Tanni Pedersen: 30749691 Simone Mogensen: 61726653 Sanne Mogensen: 53833880 Silja Bonde: 30264668 Mail: <a href="mailto:haandbold@mtif.dk">haandbold@mtif.dk</a>	Møldrup hallen Onsdage: Trille/Trolle: 16:15-17:00 U13 drenge: 17:30-19:00 Dame senior: 19:00-21:00 Herre senior: 21:00-22:00
<i>Petanque</i>	MTIF - Møldrup Tostrup Idræts Forening	Kevin Ruben Trier Pedersen Mail: <a href="mailto:kevin_pedersen_4@hotmail.com">kevin_pedersen_4@hotmail.com</a>	Blue Balls Arena v/ Møldrup hallen Torsdag 19:00
<i>Skydning</i>	Møldrup Skytteforening	Bent Nielsen Telefon: 86691708 Mail: <a href="mailto:moeldrup.skytte@gmail.com">moeldrup.skytte@gmail.com</a>	I kælderen under Møldrup hallen Mandag og torsdag 19:00
<i>Spejder</i> Bæverne (Børnehave-1. klasse) Ulve (2.-3. klasse) Juniorspejder (4.-5. klasse) Spejdertrop (6.-7. klasse) Senior (9. klasse - 17 år)	Møldrup Spejderne (KFUM Spejderne)	Lene Kristensen Telefon: 24852603 Mail: <a href="mailto:leneogklaus@gmail.com">leneogklaus@gmail.com</a>	Ahornvej 42, 9632 Møldrup Tidspunkter kan findes på: <a href="http://Enheder   Møldrup&lt;br/&gt;Spejderne (gruppesite.dk)">Enheder   Møldrup Spejderne (gruppesite.dk)</a>

## Klejtrup

Sport	Forening	Kontakt	Sted og tid
<i>Badminton</i> Motionsbadminton (uden træner)	Klejtrup Idrætsforening	Hans Brøndum Telefon: 22484743 Mail: <a href="mailto:hansbroendum@gmail.com">hansbroendum@gmail.com</a>	Klejtrup hallen
<i>Crossgym</i> (For alle) (Minimums alder 16 år)	Klejtrup Idrætsforening	Astrid Kusk Bork Telefon: 25142216 Mail: <a href="mailto:astridkuskbork@gmail.com">astridkuskbork@gmail.com</a>	Klejtrup hallen (hal 3) Torsdag 18:30-19:25
<i>Dart</i> (For alle)	Klejtrup Idrætsforening	Jim Uldahl Nielsen Telefon: 51242493	Klejtrup hallen Mødelokalet ved siden af cafeteriaet Torsdag 19:00
<i>Familiesvømning</i>	Klejtrup Idrætsforening	Hans Brøndum Telefon: 22484743 Mail: <a href="mailto:hansbroendum@gmail.com">hansbroendum@gmail.com</a>	Skals svømmehal Én søndag om måneden Tjek hjemmesiden for datoer: <a href="#">Familiesvømning - Klejtrup Idrætsforening</a>
<i>Familiefloorball</i> (For alle fra 0. klasse og opefter)	Klejtrup Idrætsforening	Hans Brøndum Telefon: 22484743 Mail: <a href="mailto:hansbroendum@gmail.com">hansbroendum@gmail.com</a> Carsten Kjær Telefon: 23900115	Klejtrup hallen (hal 1) Lørdag 09:30-11:30
<i>Floorball - (Motionsfloorball)</i> For alle mænd og kvinder (Minimums alder 18 år)	Klejtrup Idrætsforening	Hans Brøndum Telefon: 22484743 Mail: <a href="mailto:hansbroendum@gmail.com">hansbroendum@gmail.com</a>	Klejtrup hallen (hal 1) Onsdag 18:30-20:30
<i>Fodbold Ungdom:</i> U15 piger (årgang 06/07/08) U9 drenge (årgang 13) U13 drenge (årgang 09) U14/15/16 drenge (årgang 06/07/08)	BMK	Mail: <a href="mailto:bmk90@bmk90.dk">bmk90@bmk90.dk</a>	Klejtrup stadion For træningstider tjek hjemmesiden: <a href="#">Træningstider - www.bmk90.dk</a>
<i>Gymnastik (*)</i>	Klejtrup Idrætsforening		
<i>*Tumlinge 1-2 år</i>	Klejtrup Idrætsforening	Gitte Høgh Telefon: 22857310	Klejtrup hallen (hal 1) Onsdag 16:30-17:25
<i>*Rollinger 3 år</i>	Klejtrup Idrætsforening	Trine Haack Telefon: 61465588	Klejtrup hallen (hal 2) Onsdag 16:30-17:25
<i>*Puslinge 4-5 år</i>	Klejtrup Idrætsforening	Christina Taul Telefon: 60104772	Klejtrup hallen (hal 1 OG 2) Onsdag 17:30-18:25
<i>*Forældrebar 3.-7. klasse</i>	Klejtrup Idrætsforening	Palle Villumsen Telefon: 20106499	Klejtrup hallen (hal 2) Mandag 16:30-17:25
<i>*Kinopperne 0.-1. klasse</i>	Klejtrup Idrætsforening	Palle Villumsen Telefon: 20106499 Henriette Kousgaard Telefon: 28708998	Klejtrup hallen (hal 1 OG 2) Torsdag 16:30-17:25

		Mail: <a href="mailto:ninjawomen@hotmail.com">ninjawomen@hotmail.com</a>	
<i>*Micropower 2.-3. klasse</i>	Klejtrup Idrætsforening	Grethe Frøslev Telefon: 24489080	Klejtrup hallen (hal 3 og så hal 2) Onsdag 18:00-19:15
<i>*Minijunior 4.-5. klasse</i>	Klejtrup Idrætsforening	Hans Brøndum Telefon: 22484743 Mail: <a href="mailto:hansbroendum@gmail.com">hansbroendum@gmail.com</a>	Klejtrup hallen (hal 3 og så hal 2) Torsdag 17:00-18:10
<i>*Junior rytme 6. klasse - 20 år</i>	Klejtrup Idrætsforening	Grethe Frøslev Telefon: 24489080	Klejtrup hallen (hal 1) Torsdag 18:15-19:40
<i>*Junior spring 6. klasse - 20 år</i>	Klejtrup Idrætsforening	Grethe Frøslev Telefon: 24489080	Klejtrup hallen (hal 2) Torsdag 18:15-19:40
<i>*Senioraktiviteter</i>	Klejtrup Idrætsforening	Palle Villumsen Telefon: 20106499 Hanne Knudsen Telefon: 28965403	Klejtrup hallen (hal 1 og 2) Mandag 09:30-10:30
<i>Holdtræning KUN for kvinder (Minimums alder 18 år)</i>	Klejtrup Idrætsforening	Gitte Høgh Telefon: 22857310 Henriette Kousgaard Telefon: 28708998 Mail: <a href="mailto:ninjawomen@hotmail.com">ninjawomen@hotmail.com</a> Grethe Frøslev Telefon: 24489080	Klejtrup hallen (hal 3) Torsdag 20:00-21:15
<i>Håndbold - dame</i>	Klejtrup Idrætsforening	Rie Madsen Telefon: 21659915	Klejtrup hallen Torsdag 19:45
<i>Motionscenter (Minimums alder 14 år)</i>	Klejtrup Idrætsforening	Mikkel Sass Telefon: 40781274 Janni Brusgaard Telefon: 28348447	Klejtrup hallen Søndag - fredag 06:00-21:45 Lørdag 06:00-16:45
<i>Selvforsvar (Minimums alder 9 år)</i>	Klejtrup Idrætsforening	Henriette Kousgaard Telefon: 28708998 Mail: <a href="mailto:ninjawomen@hotmail.com">ninjawomen@hotmail.com</a>	Klejtrup hallen
<i>Spejder</i> Bæverne (Børnehave-1. klasse) Ulvne (2.-4. klasse) Spejderne (5.-7. klasse) Seniorerne (8.-10. klasse) Rovere (minimum 17 år)	Spejderne i Klejtrup (KFUM Spejderne)	Kontakt via Facebook: <a href="#">Spejderne i Klejtrup   Facebook</a>	Viborgvej 39B, 9500 Hobro Tidspunkter kan findes på: <a href="#">Klejtrup   Midtjyske Distrikt (gruppesite.dk)</a>
<i>Taekwondo (Minimums alder 9 år)</i>	Klejtrup Idrætsforening	Dan Telefon: 61779424	Klejtrup hallen Mandag 16:00-17:15
<i>Tennis (Gratis for alle) (Uden instruktør)</i>	Klejtrup Idrætsforening	Hans Brøndum Telefon: 22484743 Mail: <a href="mailto:hansbroendum@gmail.com">hansbroendum@gmail.com</a>	Tennisbanerne ca. 400m fra Klejtrup hallen
<i>Trampolin Fit (Minimums alder 12 år)</i>	Klejtrup Idrætsforening	Mette Nannberg Telefon: 60951914 Kamilla Boesen Telefon: 29442253	Klejtrup hallen (hal 3) Tirsdag 17:30-18:25

Yoga (Minimums alder 16 år)	Klejtrup Idrætsforening	Astrid Kusk Bork Telefon: 25142216 Mail: <a href="mailto:astridkuskbork@gmail.com">astridkuskbork@gmail.com</a>	Klejtrup hallen (hal 3) Mandag 18:30-19:25
--------------------------------	----------------------------	---	---

## Bjerregrav

Sport	Forening	Kontakt	Sted og tid
<i>Fitness (*)</i>	Gymnastikforeningen Møldrup		
<i>*Cross Dance</i>	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Bjerregrav Friskole Onsdag 18:00-19:00
<i>*Yoga for alle</i> (Minimums alder 16 år)	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Bjerregrav Friskole Onsdag 19:15-20:15
<i>Fodbold Ungdom:</i> U9/10 piger (årgang 12/13) U13 piger (årgang 09) U7 drenge (årgang 15) U8 drenge (årgang 14) U10 drenge (årgang 12) U11 drenge (årgang 11) U12 drenge (årgang 10)	BMK	Mail: <a href="mailto:bmk90@bmk90.dk">bmk90@bmk90.dk</a>	Bjerregrav stadion For træningstider tjek hjemmesiden: <a href="http://www.bmk90.dk">Træningstider - www.bmk90.dk</a>
<i>Fodbold</i> Herre og damer senior	Hersom-Bjerregrav Idrætsforening (HBI)	Telefon: 86691505 Mail: <a href="mailto:mail@h-b-i.dk">mail@h-b-i.dk</a>	Bjerregrav Stadion For træningstider kontakt Hersom-Bjerregrav Idrætsforening
<i>Gymnastik - Forældre barn 1-3 år</i>	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Bjerregrav Friskole Mandag 17:00-18:00
<i>Gymnastik - Puslinge 3-5 år</i>	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Bjerregrav Friskole Onsdag 16:45-17:45
<i>Gymnastik - Spring/Rope/Rytme 4.-9. klasse</i>	Gymnastikforeningen Møldrup	Lone Hauris Telefon: 22363146 Mail: <a href="mailto:lone@talsnedkeriet.dk">lone@talsnedkeriet.dk</a>	Bjerregrav Friskole Torsdag 17:00-18:15

## Andre steder

Sport	Forening	Kontakt	Sted og tid
<i>Ridning</i> (Skals)	Rideklubben Birken	Telefon: 86694440 Mail: <a href="mailto:info@rideklubbenbirken.dk">info@rideklubbenbirken.dk</a>	Herredsvejen 3, 8832 Skals
<i>Ridning</i> (Tjele)	Vasehus Rideklub	Telefon: 26180084 Mail: <a href="mailto:bogholderi@vasehusrideklub.dk">bogholderi@vasehusrideklub.dk</a>	Erikstrupvej 16, 8830 Tjele

<i>Svømning</i> (Skals)	Skals Gymnastik Forening	Mail: <a href="mailto:Viggovandglad@gmail.com">Viggovandglad@gmail.com</a>	Skals Svømmehal For information om hold og tidspunkter gå ind på: <a href="#">Svømning   Skals Gymnastikforening</a> ( <a href="http://skalsgf.dk">skalsgf.dk</a> )
<i>Spejder</i> (Hvam)	KFUM Spejderne	Anders Nielsen: 21758476	Torsdag: 17.30 - 19.00 - Bævere og Ulve (5 år - 3 kl.) 18.45 - 20.30 - Spejder (4 kl. - 7 kl.) Hvamvej 101, 9620 Aalestrup, den gamle Skole
<i>Gymnastik</i> (Hvam)	KVIK	Lena Amstrup: 40898322	Tirsdag: 16.45 - 17.45 (4 - 7 år) Hvamvej 101, 9620 Aalestrup, den gamle Skole (gymnastiksalen)