

Velkommen tilbage efter en dejlig sommerpause.

Endelig blev sæsonen skudt i gang

Alle TSG-hold er nu godt i gang på tværs af vores 4 idrætsgrene. Inden sæsonstart har vi afholdt Store Legedag sammen med vores naboer i TGB, og vi var repræsenteret ved Foreningernes Dag på torvet i Nykøbing F. Tusind tak for opbakningen til alle, der deltog. Det betyder meget for fællesskabet med events, hvor vi samarbejder på tværs af foreningens idrætsgrene og sammen med andre foreninger.

Vi er kommet rigtig godt i gang med sæsonen, og vi har en fest rundt omkring i haller og sale. Mange af vores hold er fuldt bookede, og andre har plads til flere.

Kender du nogen?

En bedstemor der elsker at danse, en far eller mor der har brug for at røre sig, en nabo der savner fællesskab, så har vi stadig plads på vores voksenhold.

Der er pladser på seniordans, multimotion, mandags motion, jumping fitness, floorball, badminton og volleyball. Vi ses i TSG.

#IdrætKanBaresÅMeget

#SammenKanViMegetMere

INDHOLD

- Lollands Bank GymBoxen
- Family SafeZone
- Frivillighed
- Fredagsmotion i Torebyhallen
- Mini OCR Sydhavsørerne
- Kalender sæson 2024/25

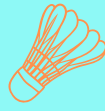
Vidste du at...

...TSG har en stor hoppepude 7 x 7 meter, som vi lejer ud.

Det koster **400 kr.** at leje hoppepuden en hel weekend

Kontakt Dorte Fabricius for booking.

Hoppepude



Lollands Bank GymBoxen

Tirsdag d. 27. august kunne vi endelig løfte sløret for en stor hemmelighed, som virkelig har været svær for os at holde på.

Vores hovedsponsor C.Palle er med Lolland Banks GymBoxen i gang med at opfylde vores største drøm.

Med GymBoxen har vi endelig udsigt til super gode gymnastikfaciliteter, som vi har drømt om i rigtig mange år.

Vi vil med GymBoxen få mulighed for at samle mange af vores gymnastikaktiviteter og styrke fællesskabet i foreningen. Vi glæder os.

Det forpligter

Vi har som spydspidsforening i projekt Fremtidens Idræt for Børn og Unge, forpligtet os til at udvikle os og at se fremad. Med projektet ser vi ind i en række foreningssamarbejder og vores håb er, at GymBoxen vil være med til at styrke gymnastikken på Lolland og Falster. At vi gennem samarbejder på tværs og ved sammen at drømme stort kan være med til at skabe nye muligheder.

Dialogmøde

Første møde med bygherre og gymnastikforeningerne i Guldborgsund blev holdt d. 18/9-2024. Der var en masse nysgerrige spørgsmål til projektet både omkring processen, byggeriet og mulighederne, når det står færdigt. Vi bygger broer, udforsker og skaber muligheder sammen til gymnastikken, gymnasterne, trænerne og foreningernes bedste.

FAKTA OM GYMBOXEN

Forventes færdig: Sæson 2026/27

Antal sale: 4

Indeholder:

- Stor hal til en masse spring.
- Sal med højt til loftet.
- 2 mindre sale til yoga, jump & dans m.m.
- Omklædning
- Køkken
- Opholdsrum



Følg [Lollandsbank Gymboxen](#) på Instagram



Følg [Lollandsbank Gymboxen](#) på Facebook



Fortsættes næste side

Lollands Bank GymBoxen

Næste Etape

Nu skal vi i gang med at finde midler til redskaber, der kan matche lokalerne. Drømme avler drømme, så vi drømmer større og har nedsat en fundraising gruppe. Udover gymnastikredskaber, drømmer vi om fede udendørs parkourarealer, beachvolleybaner, udendørstræningsfaciliteter, der også kan inspirere til leg og bevægelse.



#LollandsBankGymBoxen
#SammenkanViMegetMere



Family SafeZone Floorball

TSG Floorball har Danmarks første "Family Safe Zone", som er et Safe Zone tilbud, der inkluderer pårørende.

Family Safe Zone er et tilbud for veteraner og politifolk med familier. Tilbuddet er skabt i samarbejde mellem DIF Soldaterprojekt, veteranindsatsen i Guldborgsund Kommune og vores Floorballafdeling TSG Floorball Fighters.

Træner i projektet Sara Aimi Christensen siger, "Family Safe Zone Floorball er et trygt og støttende miljø, hvor familier kan deltage i floorball-aktiviteter og blive en del af et stærkt fællesskab. Vi søger for, at træningsniveauet tilpasses den enkelte, så alle kan være med og have det sjovt." Træner Thomas Rasmussen supplerer, "Vi lægger stor vægt på det sociale fællesskab og søger for hyggelige pauser med kaffe, kage, sodavand og frugt, såvel som træningsøvelser og kamp ledelse."

Stor ros til Sara og Thomas for det lange seje træk med at få etableret Danmarks første Family Safe Zone.

#SammenkanViMegetMere



Frivillighed

TSG er en forening, der er baseret 100 % på frivillighed.

Hver eneste dag er vi en række frivillige, der arbejder for og brænder for foreningsliv og TSG. Vi er en stor forening med gang i rigtig mange ting. Vi er i bestyrelsen, i udvalg, i hallerne og mange andre steder. Det er fedt at være frivillig i TSG, og der er plads til flere.

Jo flere vi er, jo sjovere er det.

Vores trænere er også frivillige, og de stiller op til træning hver uge, fordi deres hjerter brænder for volleyball, gymnastik, floorball eller badminton. Når man melder sig selv eller sit barn til en idræt i TSG, bliver man en del af foreningslivet.

Her passer vi på hinanden, og vi gør det alle sammen så godt, vi kan. Vores trænere gør deres bedste for dig og dit barn, for trivsel og udvikling.

Hjælp os med at anerkende frivilligheden i foreningen. Giv hellere trænerne et smil og en High Five for meget end én for lidt.

Det betyder så meget for, at ilden kan fortsætte med at brænde hos trænerne og de frivillige.

#Smilsmitter



Frivillighed - indstilling af kandidater til prisfest

Indstilling af kandidater til de fire Fritidspriser 2024

Synes du, vi i TSG har kandidater til **årets ildsjæl**, **årets talent** eller **årets idrætspræstation** er det muligt at indstille kandidater nu. Fristen er 3. november.

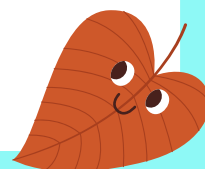
Alle kan indstille kandidater til følgende fire fritidspriser.

- Årets ildsjæl
- Årets idrætspræstation (enkeltperson eller hold)
- Årets forening
- Årets talent (ung person op til 25 år)



Priserne uddeles ved "Prisfest 2024" som afholdes fredag den 21. februar 2025 på Nykøbing F. Teater. Foruden æren, en vandrepokal og et diplom, følger en check på 5.000 kr. til hver af prismodtagerne.

Indstillinger til fritidspriserne skal indsendes på skema via link:
<https://selvbetjening.egki.dk/376/376-10092010235726>



Samarbejde med TGB - lokal forankring

NYHED



Vi hjælper hinanden i Toreby.

Vi har haft en lang indflyvning – men nu har samarbejdet fået vinger. Fredagsmotion i Torebyhallen bliver nyeste skud i vores samarbejde.

I løbet af året har vi samarbejdet om Sankt Hans, Foreningernes dag og Store Legedag. Vores Gym Stars har lavet opvisning til en fodboldkamp, og Parkourtrænerne trænede jubelscener med deltagerne i TGBs fodboldskole i sommers.

Fredagsmotion i Torebyhallen

Sammen med TGB starter vi efter efterårsferien to nye hold i Torebyhallen om fredagen. Det bliver rigtig god motion, som kan dyrkes sammen med familien, og det bliver med inspiration fra alle vores idrætsgrene, gymnastik, fodbold, floorball, volleyball, badminton, kryddret med pickleball, bordtennis, høvdingebold, cirkeltræning, leg og meget mere. Vi garanterer sved på panden og smil på læben.



Hold

- Kl. 16:30-18:00 Familie Fit Fredag – Multibold og Gym. For familier med skolebørn.
- Kl. 18:30-20:00 Fit Fredag – Multibold og Gym. For unge over 16 år og voksne.

Pris

- 200kr for ikke medlemmer
- 100kr for medlemmer af TSG eller TGB

Opstartsdato

Fredag d. 25. oktober, alle er velkomne, bare mød op i Torebyhallen.

Efter træning

Johnjohn's cafe holder åbent, så der er mulighed for en 3. halvleg.

#SammenkanViMegetMere

#IdrætKanBareSåMeget



Mini OCR – Sydhavsøerne



135 deltagere løb med ved første udgave af Mini OCR Sydhavsøerne.

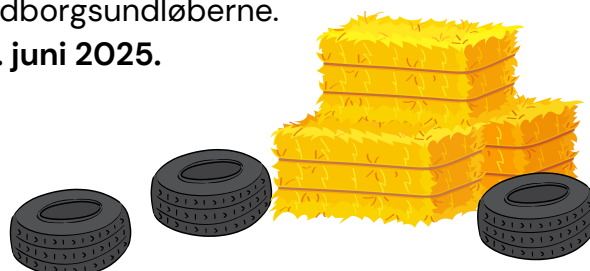
Vi havde balancebomme, hulahopringe og vores farvestrålende faldskærm med på ruten, og der var store halmballer og en masse dæk. Svømmeklubben SYD havde stand up padelboards med i søen, tennisklubberne havde bolde og net med, som også skulle passeres, og Guldborgsund løberne guidede os godt igennem. Det var en sand idrætsfest med smil og røde kinder.

En af vores "Seje gymnaster" tog ruten 3 gange, fordi det var sjovt, og fordi der lige skulle løbes mod til at komme igennem søen.



Vi gentager løbet næste år sammen med Svømmeklubben SYD, Nykøbing F. Tennisklub, Idestrup-Væggerløse Tennisklub og Guldborgsundløberne. Så sæt allerede nu kryds i kalenderen **Søndag d. 22. juni 2025.**

#SammenkanViMegetMere



Kalender sæson 2024/25

Datoer som kendes på nuværende tidspunkt

OKTOBER

- 6. OKTOBER MOTIONSBINGO KL 13, HAMBORGSKOVEN
- 25. OKTOBER FØRSTE TRÆNING FIT FREDAG

NOVEMBER

- 2. NOVEMBER FAMILIETRÆNING I TOREBYHALLEN 9:30-11:00
- 30. NOVEMBER FAMILIETRÆNING I TOREBYHALLEN 9:30-11:00

DECEMBER

JANUAR

- 4. JANUAR FAMILIETRÆNING I TOREBYHALLEN 9:30-11:00
- 5. JANUAR MOTIONSBINGO KL. 13, HAMBORGSKOVEN
- 24. JANUAR LEGEJUNGLEN

FEBRUAR

- 1. FEBRUAR FAMILIETRÆNING I TOREBYHALLEN 9:30-11:00 (FASTELAVN)
- 21. FEBRUAR PRISFEST 2024, NYKØBING F. TEATER
- 22. FEBRUAR FAMILIETRÆNING I TOREBYHALLEN 9:30-11:00

MARTS

- 22. MARTS OPVISNING I TOREBYHALLEN

APRIL

- KLUBMESTERSKAB BADMINTON
- UGE 15 OPSTART SOMMERSÆSON

MAJ

- 24. MAJ DM SPORTS ACRO, NYKØBING F. HALLERNE

JUNI

- 22. JUNI MINI OCR SYDHAVØERNE



KONTAKT - FIND OS

VI BESTRÆBER OS PÅ ...

at levere et højt og effektivt serviceniveau. Har du spørgsmål er du altid velkommen til at kontakte os.

Vær forberedt på, at der kan være lidt svartid, da vi også går på arbejde.

Kontaktoplysninger på både trænere og bestyrelse kan du finde på www.tsg-toreby.dk eller du kan skrive til os.

Formand Dorte Fabricius formand@tsg-toreby.dk

Næstformand Cindie Kaare næstformand@tsg-toreby.dk

Følg os



TSG/ Toreby Sundby Gymnastikforening



torebysundbygymnastikforening

Medlemsfordele og støttemuligheder

TSG- Støttemedlemsskab

Som noget nyt har vi på opfordring af medlemmer åbnet op for, at du kan støtte sporten i TSG via et støttemedlemsskab til en af de 4 afdelinger.

Flügger farver

Spar 20% og støt foreningen med 5% af købsbeløbet Oplys nr. FA535269 ved handel i både fysisk og webbutik

OK benzin

Vælg Toreby Sundby Gymnastikforening, når du tanker

Guldborgsund blomster

Oplys navnet TSG Toreby Sundby Gymnastikforening – så støtter du foreningen

