

**DER BRÆNDER
EN ILD I VÆRUM**



VÆRUM GF

- EN FORENING MED MERE END 100 ÅR PÅ BAGEN..!

KLUBBLAD 2025

www.vaerum.net



PRAKTISKE OPLYSNINGER:

Værum GF Klubhus

Ved Kirken 3, Værum, 8940 Randers SV

VÆRUM GF'S BESTYRELSE

Formand	Hans Jørgen Larsen - 41 16 46 02
Næstformand	Michael Jensen
Sekretær	Mathias Broch
Kasserer	Jacob Uhrskov Larsen
Bestyrelsesmedlem	Thomas Kortbek
	Shaan Blade
	Esben Christensen
	Michael Werner (Suppleant)
	Petrine Tønning Nørgaard (Suppleant)

AKTIVITETS ANSVARLIGE

VIP Tribune	Esben Christensen - 29 25 00 68
Mandehørm	Michael Jensen - 40 97 64 44
Gymnastik	Ulla H. Andersen - 26 80 84 11
Badminton	Petrine Nørgaard - 40 42 51 65
Krolf & Petanque	Leif Sørensen - 21 94 42 15
Krudtuglen	Frank Toft Sørensen - 23 26 96 04
Farmer Fitness	Lone Kortbek - 26 21 43 59
Børne & Junior Fræs	Kristina Laursen - 30 58 10 78 / Mie Bech Sørensen - 50 22 80 18
Damefodbold	Petrine Nørgaard - 40 42 51 65
Herrefodbold	Jan Iversen - 51 35 20 53
	Mads Iversen - 53 60 89 90
	Dennis V. Pedersen - 51 86 55 55
Old Boys Fodbold	Kasper Bugge Kristensen - 36 20 10 92
	Niels Jørgen Skjødt - 40 59 11 71

Formandens ord

2025-sæsonen er netop sparket i gang med velbesøgt Nytårsappel og efterfølgende træningssamlinger på kunststofbanen på Ulvehøj.

Efter en knap så vellykket forårssæson som desværre resulterede i en noget uventet og skuffende nedrykning for vores førstehold, kom gutterne fantastisk igen hen over efterårssæsonen, der resulterede i oprykning til Serie 4 og desuden en dejlig finalesejr i vores traditionsrige sommerturnering

Jan og Mads Iversen har sammen med Holdleder Steen "Kringle" Hendriksen fået godt "fat" i truppen og det har været fantastisk som formand at være vidne til at der om tirsdagen op mod den endelige oprykning og i de efterfølgende uger var mere en 20 til træning. Det er imponerende i en klub med 50 aktive spillere

Dennis Pedersen og Simon Johansen gør en kæmpe indsats for at få trådende til at hænge sammen på andeholdet i Serie 5 hvor gutterne har formået at gøre en god figur, med gode sejre og godt humør.

Spillerne ER i gang med træningen og vi håber på en god og konstruktiv opstart som fortsætter Værum GF's vision om at være en social klub med plads til alle der vil hygge sig, men også vinde fodboldkampe.

Vores Damefodbold hold fortsætter med træning hver mandag, og med Petrine Nørgaard og Jacob Uhrskov Larsen som drivkraft hygger vores damehold sig alt imens de udvikler deres



fodboldmæssige kunnen. Også her i 2025 forventer holdet at afvikle et par træningskampe mod andre damehold i lokalområdet.

Herrerne tager på træningstur til Malaga her i marts hvor spillere og leder selv har betalt for turen til "Finca Naundrup" hvor vi kan bo, spise og træne. Opholdet er med stor energi fra Michael Jensen og en del af spillerne også finansieret af fantastiske sponsorer. Tak til jer alle. Vi håber på godt vejr og at vi – som i 2023 – kan få truppen sammentømret via social hygge.

Som altid håber vi Værums borgere vil fortsætte med at støtte op omkring alle de spændende aktiviteter vores lille by stabler på benene, med kæmpestor hjælp fra alle vores frivillig – tak til jer!

Hansi



Hother Byg & Design

Løsningen til DIT hjem

www.hother-byg.dk

☎ 51516615

**Det er gratis
og nemt at
skifte til os**

Kig ind og hør, hvad vi kan
gøre for dig og din økonomi.

Vorup afdeling
Vandværksvej 4, Vorup
8940 Randers SV
Telefon 86 43 22 44
sparkron.dk



**SPAREKASSEN
KRONJYLLAND**



FL Automatic

Smede- og maskinværksted

- Pladevalsning
- Klip, stans, buk og profilvalsning
- Smedearbejde
- CNC drejning og fræsning
- Fremstilling af hydraulikslanger
- Salgsstativer
- Repr. og salg af landbrugsmaskiner
- Fremstilling af specialmaskiner
- Kiropraktisk udstyr og behandlingsborde
- Laser skærring

86 44 51 22

 **RANDERS BILGLAS**

Glud Vin
Discover Taste Enjoy

**Asferg
Smede & vvs**

Tlf: 86443344

Old Boys Fodboldtur

Værum GF's Old Boys spillere - som tæller spillere fra 30 til 65 år - spiller hvert år Old Boys (over 30) og +55 (det siger vist sig selv hvor gamle DE er)

Old Boys styres i fantastisk stil af Bugge og Kejser, mens +55 styres af Niels Jørgen Skjødt eller "Skjødt" i daglig tale.

De tre er stærkt medvirkende til at vi kan holde benene i gang samtidigt med at vi hygger med god stemning på og udenfor banen.

Vi lover absolut INGEN træning, ligesom vi heller aldrig strækker ud. Men vi løber da en runde inden vi spiller vores forholdsvis mange mandags- og onsdagskampe fra april til oktober.

Om vinteren er der indendørs hyggefodbold i gymnastiksalen på Paderup Gymnasium hver onsdag – her har vi også juleafslutning med pakkeleg og blinkende lyskæder i omklædningsrummet.

Altid medbringes vores iøjnefaldende gule "medicintasker" – det specielle ved dem er at de kun indeholder kolde øl, så der er ikke plads til isposer, tape og kamfer.

Hvert år samler op mod 16-18 af de gamle til en 4 dages tur til en europæisk storklub.

Vi startede med en tur til Arsenal i 2010 og har nu været afsted 14 gange (kun afbrudt af Corona i 2020). Fantastiske turer der startes med rundstykker og en skarp hos Bjarne Balle inden turen går til lufthavnen eller med bus direkte til destinationen. I 2024 gik turen til "Gelbe Wand" i Dortmund. En fabelagtig oplevelse.

En fabelagtig tradition hvor alle hygger sig sammen på tværs af aldersgrupperne. Vi må konstatere at vi er gode sammen, for der har ALDRIG været det mindste skænderi på vores turer.

Hvis alt går efter planen, skal vi til Portugal her i efteråret – Vi glæder os allerede!!!

Er du over 30 år (eller over 55) og kunne tænke dig at spille bold på hyggeplan er du altid velkommen til at tage fat i os.

Kufferterne og deres indhold er en vigtig brik i den årlige indsamling til "Old Boys Turen" som

Skjødt - 40 59 11 71
Bugge - 36 20 10 92





Grant Thornton

Frederiksberg Kødforsyning



Smørrebrød • Pølseborde

Pålægssfade • Receptioner

Bøsbrovej 3B, 8940 Randers SV

86 42 98 41

Rytter-maskiner

Import

+45 86 44 55 77

www.ryttermaskiner.dk



KERTEMINDEVEJ 5 - 8940 RANDERS SV



TANJAK

Vi designer din frisure

Tlf 86 42 03 00

www.tanjak.brandshop.dk



Badminton

Lene Køppen, Morten Frost eller Anders Antonsen kommer du nok ikke til at møde, men VGF motionsbadminton på Langå Skole trives alligevel fortsat i bedste velgående.

Det er ikke så synligt i by- og foreningslivet, men vi er pt 18-20 motionister som benytter os af tilbuddet om badminton på Langå Skole, - og der er stadig få ledige tider.

Det koster 600 kr. inkl. medlemskab af Værum GF, for at have en badmintonbane i én time om ugen i en hel sæson.

Sæsonen er fra den 1. september til slut marts (der spilles ikke i skoleferier). Om du er til single eller double eller mix, så tag kontakt og lad os se om vi kan finde et tidspunkt der passer dig og din makker og/eller dit hold.

Spørgsmål om aktiviteten eller om ledige tider kan rettes til Petrine Nørgaard - 40 42 51 65



Cdp Freelance Aps

Stort eller småt - Cdp Freelance gør det godt..!

Carsten Dolberg Poulsen
Aut. Kloakmester
Entrepreneur & anlægsgartner

Diverse opgaver vedr. hus & have udføres
samt freelance opgaver for erhvervsdrivende

21 78 91 45
cdp.dolsen@gmail.com
CVRnr. 38790072

Gl. Landevej 8, Værum 8940 Randers SV

ikke desto mindre sandt. Det er virkelig noget

Stor tak til primus motor Michael Jensen. Slan

Vi glæder os til at komme i gang og atter være

takt træner teamet:

Mads Iversen - 53 60 89 90



Farmer fitness

Farmer Fitness er sjov træning i hyggelig atmosfære, hvor der er plads til både grin og "at arbejde i højeste gear" så der kommer sved på panden.

Vi træner hver torsdag kl. 18.45 - 19.45 i Værum Forsamlingshus, hvor vi også har alle vores medier.

Træningen er en god blanding af kondition og styrke samt stabilitetsøvelser for hele kroppen.

Niveauet er sat, så alle kan være med, men hvor alle stadigvæk bliver udfordret. Aldersspændet er fra 23-73 år.

Der er en times træning med en lille vand-pause halvvejs og bagefter hygger vi os med en kort snak og en øl/vand for dem der er til det. Drikkevarer kan købes via MobilePay til favorable priser.

Alle 20 pladser på holdet er lige nu besat, men skriv til Lone, hvis du gerne vil skrives på venteliste eller hvis du har spørgsmål.

Lone Kortbek – 26 21 43 59

Støt lokalt

– det er sund fornuft

Randers afdeling, Østervold 31, 8900 Randers C, T 9657 5850



Sparekassen
DANMARK

Sund fornuft, der gi'r mening for dig

Værum Ørum Fælleshus (VØF)

I august 2022 afholdte vi X-møder i Værum by hvor vi fik borgernes input til hvad der skulle til for at DE ville finde det attraktivt at blive boende i Værum

Henover de 2½ år der er gået, har byens borgere og frivillige initiativgruppe ikke ligget på den lade side. Mange møder, konstruktive diskussioner og inspirationsture er blevet afholdt. Landsbypuljen har doneret 150.000 kr. til at få de store ideer ned i et prospekt oplæg og en video som byens borgere er blevet introduceret til. Med 100 fremmødte blev det på et stormøde besluttet at gå videre med dette oplæg som samler Aktivitetshus, nye omklædningsrum, gangstier, muligt krehus og mange andre faciliteter på området ved vores lokale samlingspunkt - Klubhuset og Stadion (inkl. større P-plads og mulig vending af træningsbane.

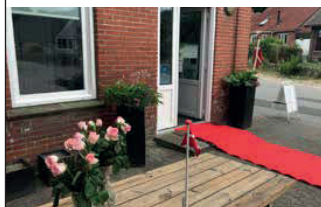
Forskellige projektgrupper har det seneste hal-

ve år arbejdet på vision, budget, priser, fondsmiddelsøgning, tidsplan og information mm

Senest har vi nu fået professionel støtte fra Simone Lundtoft, der med baggrund i en arkitekt uddannelse og erfaring inden for lignende projekter har givet os alle det sidste skub, så vi nu er fortrøstningsfulde for at kunne få en dialogen med f.eks. Randers Kommune og diverse lokale entreprenører.

Så vores projekt er stadig aktivt. der har gået noget tid, javist, men vi er fortrøstningsfulde for at kunne komme videre, og vil selvfølgelig holde alle borgere i Værum, Væth og Jebjerg opdaterede





Skal du holde fest, fødselsdag eller bryllup i **VÆRUM FORSAMLINGSKUS?**

Store lyse lokaler med plads til 100-120 personer, med service og forskellige bord muligheder. Moderne køkken-faciliteter m. stor opvaskemaskine, køl og frys.

Så skriv en mail med dine ønsker til:
Bestyrelsevf@gmail.com
Eller ring på 28295275.

Udlejningspris:

Weekend + helligdage (kl. 10-09)

1. døgn kr. 3000
Ekstra døgn ½ pris

Hverdage + søndage (man-tors + søn kl. 15-22)

7 timer kr. 750

Du finder Værum Forsamlingshus tæt på Randers og Langå - i centrum af byen:

Nørgårdsvej 30, 8940 Randers SV

Medlemmer af Værum Forsamlingshus har særlige priser ud over de viste.

Hos Mormor

Grillkyllinger - Plankebøf – Burger
Hjemmelavet bøfsandwich – Gøl pølser
Flæskkestegs burgere



Tlf: 93 10 60 02

Salg af Wrap-baller

**Presning og Wrap af
rund- og minibigballe**

Gruppensåning

**Alt øvrigt landbrugsarbejde
udføres**



Værum Maskinstation

v/ Torben Nørgaard
Nørgaardsvej 11 . Værum . 8940 Randers SV
torben@vaerummaskinstation.dk
Tlf. 40 32 51 65



**FESTMENUER · FEST- OG MØDELOKALER · MAD UD AF HUSET
TA'SELV BORD · FROKOSTMENUER · PLATTER · BUFFET**



**MESSINGVEJ 74 · 8940 RANDERS SV
TELEFON 86 44 76 30
(Priv. 86 44 56 51)**



VGF's Støtteforening

VGF's Støtteforening, i daglig tale "Støtten", har til formål at støtte Værum GF's aktiviteter for børn og unge i Værum.

Blandt andet støtter vi Krudtuglen og Baby- og Juniorfræs.

Vi har det daglige tilsyn med legepladsen ved klubhuset, og varetager vedligeholdelse af den.

Her kan vi faktisk prale af at have den eneste legeplads der er blevet kontrolleret af legepladsinspektøren UDEN at få en anmærkning. Det er vi ret stolte af. Tak til alle jer der er med til at benytte legepladsen og samtidig passe på den.

Vores indtægter kommer dels fra kontingenter, og dels fra arrangementer som f.eks. Skt. Hans, som vi afholder hvert år den 23. juni oppe på vo-

res Skt. Hans plads med en fantastisk udsigt på Vestervangsstien

Alle, der har lyst til at støtte aktiviteter for børn og unge i Værum, kan melde sig ind i foreningen. Det koster 75 kr. pr. medlem om året år.

Send derfor gerne 75 kr. pr person, som ønsker at være medlem, til vores MobilePay nr. 896114, og skriv navn(e) og adresse i notefeltet. Herefter sender vi et indbetalingskort en gang om året.

Hvis man har spørgsmål, eller ikke ønsker at betale med MobilePay, kan man ringe eller skrive til formand Hanne.

Hanne Broch - 20 47 66 80

**Denne
annonceplads er
købt for at støtte en
GOD SAG, og sende
dig en hilsen fra**



NYBORGVEJ - 8940 RANDERS SV - TLF. 86 42 38 22



De unges ankomst

I Værum GF har vi over det seneste år oplevet at gennemsnitsalderen er blevet reduceret dramatisk, hvilket vi må indrømme var tiltrængt. Mange af de unge spillere er kommet til via deres kammerat Mathias, der selv er lokal og bor i byen. Det har givet VGF et ekstra pust at få Mathias med i truppen og via ham oplevet at en meget yngre generation er kommet til klubben.

Mathias udtaler:

"Vi er efterhånden en gruppe på 15-20 unge spillere, der er kommet til Værum GF, og vi er blevet taget fantastisk godt imod!

Fra første dag har vi følt os velkommen, og det har gjort det nemt for os alle hurtigt at falde til. I Værum GF er der uden tvivl en helt speciel atmosfære og holdånd, hvor alle bakker hinanden op – både på og uden for banen.

Trænerne med deres store erfaring og de øvrige spillere gør en kæmpe indsats for, at vi unge udvikler os, samtidig med at vi har det fedt sammen under de fede træningspas med både taktik, teknik og boldberøringer sammen med et godt grin. Bestyrelsen og de frivillige byder ind med en fantastisk opbakning og et stort stykke arbejde i klubben.

Alt fra baner, kridtstreger og de grillede pølser efter kampene, til arrangementer som træningslejr og

afslutningsfester. Det hele bærer præg af at de frivillige brænder for Værum GF, og det fede er at det smitter af på alle.

Noget af det bedste ved at være en del af klubben er, at vi altid har det sjovt – uanset om vi træner i Værum i sne og slud, eller om den står på træningslejr i Malaga i plus 30°.

Der er altid en god stemning, og vi deler en masse fede oplevelser både på og uden for banen."

I klubben er vi fantastisk glade for den energi de unge spillere byder ind med – og det er fedt at opleve at nogle af dem kommer en halv time før træningsstart, kun for at selvtræne og sparke læderet i kassen

Der er altid plads til flere – så hvis gerne høre mere om hvordan vi har det her i Værum GF, så tag fat i Mathias

Matias Broch – 42 33 05 02



kiropraktorerne.com



22 78 23 67 · 50 11 90 83
Nørgårdsvej 25, Randers



DIN KØRESKOLE

20 49 40 64

v/ René Kjær Sørensen



**RANDERS
KØLETEKNIK**

Installation, reparation og service af:

- Varmepumper
- Klimaanlæg
- Køle- og fryseanlæg
- EDB- og serverkøl
- Aircondition
- Jordvarmeanlæg mm.

Randers Køleteknik
Møllevangsvej 62
8940 Randers SV
www.randerskt.dk
info@randerskt.dk

86447131

Wall of Fame

I 50 år – siden 1974 - er der i Værum GF blevet overrakt først en, efterfølgende hele 3 pokaler i forbindelse med den traditionsrige afslutningsfest. De tre pokaler som vi har haft er:

- | | | | |
|------------------|-------------------|----------------------------|------------|
| • Sølvpokalen | Årets Sportsmand | Bestemmes til Afslutningen | Start 1974 |
| • Tinpokalen | Årets Idrætsleder | Bestemmes af Bestyrelsen | Start 1979 |
| • Messingpokalen | Årets Spiller | Bestemmes af Træner | Start 1991 |

Pokalerne har haft den skæbne at bliver overdraget til den dygtige spiller/leder til afslutningen, derefter stillet i kiosken, og meget senere blevet påført graving med årstal og navn, for et år efter at blive trukket ud af kiosken og overrakt igen.

Dvs. at ikke ret mange fik pokalerne med hjem, ligesom ikke ret mange så pokalen når de besøgte klubhuset

Det har vi nu lavet om på idet alle 135 årstal og navne ved hjælp af frivillig Bettina "Tulle" Helle-søe-Larsen er blevet overført til et Excel oversigt som efterfølgende er blevet sendt til et skilte firma som har fremstillet messingskilte med de rigtige årstal og navne

Vores "alt mulig mand" Kurt Thomassen – har fået fremstillet en flot mahogni plade, som nu er blevet påført alle skilte og efterfølgende hængt op i vores hyggelige klubhus som vores "Wall of Fame".

Nu hænger den i – altid opdateret – i klubhuset hvor alle kan se hvem der fik pokal og anerkendelse de seneste mange år.

Et tydeligt bevis på at der hele tiden er stor aktivitet i klubben og at mange mennesker gennem tiderne har hjulpet og supporteret Værum GF.

Håber I alle vil tage jer tid til at studere vores Wall of Fame nøje – måske er der en I kender blandt de mange der har gjort en indsats for klubben på en eller anden måde



Lokaldysten

I 2024 afholdte vi i september den anden "Lokaldysten" i Værum regi med stor succes.

Med stor støtte fra DGI og Randers Kommune og endnu vigtigere med stor opbakning fra byens borgere, samledes vi ca. 100 friske beboere fra Værum og omegn, hvor vi alle prøvede at svare på spørgsmålet: "Hvor mange kilometer kan I gå, løbe og cykle tilsammen på 2 timer i jeres lokalsamfund?"

Ja det er, hvad Lokaldysten i al sin enkelthed handler om. Og vi er gode i Værum.

Ved hjælp af frivillige (Vi kan godt bruge et par stykker mere) havde vi en dejlig dag i det fantastiske vejr.

Børn og voksne i alle aldre mødte op og gik, løb og cyklede på de planlagte ruter med udgangspunkt i klubhuset på Værum Stadion. De

farvede armbånd blev samlet sammen i spande på stadion og efterfølgende talt op af DGI's og Kommunens repræsentanter, for at indgå i konkurrencen om at blive den by der kunne vinde førstepræmien på 10.000 kr.

Desværre strakte vores indsats igen "kun" til en andenplads, men vi er klar igen i år og håber på jeres opbakning den 31. august fra 13.00 til 15.00 hvor Værum bu samlet går, løber og cykler for at vinde førstepræmien.

Vel du gerne vide mere eller har du overskud til at hjælpe i timerne op i mod og efter arrangementet så tag fat i Thomas, der er primus motor på Lokaldysten

Thomas Kortbek – 22 94 90 98





EFFEKTIV FILTRERING AF MIKROPLASTIK

Værum Blikkenslager Forretning

V/Jens Pedersen
Nørgårdsvej 29, Værum

Blik · Zink ·
Kobber · Aluminium · Skiffer

Blikkenslager

Tlf: 23 64 14 17

En sikker forbindelse.

Vi har de gode tilbud til dig.

Email: vaerumblik@gmail.com

"SAVFØREREN"

Tømrerfirma

v/ Bjarne Balle



24 45 09 69

savfoereren@mail.dk



MSJ

MONTAGE

+45 40 97 64 44

www.msjmontage.dk

Frivillige

– Uden dem fandtes Værum GF ikke

Jeg tror ikke der er mange, der i det daglige tænker på hvor mange frivillige der hjælper til i Værum GF-regi over et helt år.

Lige fra de fantastiske folk, der hjælper i Bestyrelsen, til dem der hjælper med at stable det ene efter det andet arrangement på benene, så har alle en vigtig rolle, i at få Værum til at fremstå som - det vi faktisk er kendt for mange steder i nabobyer og kommuner – en by med en utrolig energi og et stort fællesskab. Det kan vi kun præstere fordi I frivillige hjælper os

Vi har tilflyttere der finder Værum på nettet og betages af det de læser om vores frivillighed.

Frivillighed er mange ting. Som nævnt er der bestyrelsen, men vi har også frivillige der med stor energi driver alle de aktiviteter, vi hvert år smider i "Værum Kalenderen".

Hver gang sker det via fællesskab og godt humør. Vi er gode til at arrangere morgenbrød og kaffe eller en pølse på grillen sammen med en vand eller øl. Hyggen er i højsædet

Vi vil ikke remse de mange frivillige op, af frygt for at glemme nogen, men vi planlægger at afholde en "Hjælperfest", hvor vi påregner at mødes, få lidt at spise og drikke og "fejre" os selv.

Mere info følger

Mange af vores frivillige "knokler" mange timer om året – og tusind tak for det, men husk også at du kan være frivillig ved at hjælpe kun 2 timer om året, til et enkelt arrangement eller lignende, så tøv ikke med at tage fat i nogen af os hvis du vil høre mere.

Hansi - 41 16 46 02



Mandehørm

i samarbejde med Sparekassen Kronjylland

Mandehørm i 2025 bliver lørdag den 21. juni og afvikles altid på en lørdag mens der spilles fodbold.

Hele eftermiddagen spilles der 2-3 fodboldkampe, med VIP-pølser på grillen, og kolde øl i det – forhåbentlige – gode vejr.

Kvinder og børn er velkomne om eftermiddagen hvor vores velassorterede kiosk også er åben, men når det sidste fløjt er lydt og klokken nærmer sig 18, bliver børn og kvinder gelejdet til udgangen.

NU er det endeligt at mandehørmene tager over.

Her vil der være rigeligt af kød og tilbehør, og øllene bliver selvfølgelig hentet i en lind strøm fra køletraileren – det vil sige, at ingen kommer til hverken at sulte eller tørste.

Mellem 50 og 60 mænd plejer at tilmelde sig arrangementet, der naturligt bliver holdt i vores hyggelige klubhus og aftenen emmer af snak fra gamle dage, sjove historier og vittigheder

En god social dag, som efterhånden er blevet en fast tradition, som de færreste mænd i byen vil gå glip af.

Vi håber meget på at se dig, din nabo og venner fra byen og "gamle" fodboldspillere som igenem årene har været en del af Værum GF

Er du mand og interesseret så kontakt Michael:

Michael Jensen - 40 97 64 44



Junior Fræs (TikTok/YouTube danse)

Vi står klar til at puste "Airtracken" op og frem med spejlene for alle de yngre gymnaster hver 3. søndag i Værum Forsamlingshus kl. 10.45!

Vores junior fræs hold er det perfekte sted for børn og unge, der ønsker sjov og energifyldt aktiviteter i form af springgymnastik, akrobatik og megaseje TikTok/YouTube danse plus en masse sjov og ballade samlet ét sted.

Når klokken slår 10.45, åbner vi dørene til en time med underholdning og læring. Det er et hold der ikke kun får pulsen op, men også skaber et smittende smil på alles læber.

Vores fokus er ikke kun på sjov og leg, men også på at lære forskellige gymnastik elementer og dansestilarter. Vi guider de unge gymnaster igennem spændende teknikker og bevægelser, så de kan udvikle deres gymnastiske og dansefærdigheder på en sjov og interaktiv måde.

Junior Fræs er åbent for alle, uanset erfaring eller færdigheder. Vi skaber et inkluderende miljø, hvor hver enkelt deltager føler sig velkommen og støttet. Så uanset om det er første gang eller du har prøvet noget lignende før, er der plads til alle på vores hold!

Vi er et lille men rigtig friskt hold fra 1.kl og op-efter, der ser frem til endnu en sæson fyldt med bevægelse, grin, fællesskab og ikke mindst masser af dans.

Hvis du har børn i denne aldersgruppe, så skynd dig at kontakte vores nye instruktør Mie.

Mie Beck Sørensen - 50 22 80 18

REMA 1000
Vorup

Jærggade 8
8940 Randers SV
Tlf. 25 38 30 58



- vi holder byen kørende



Renommé-Tag^{APS}

Tlf. 20 64 96 88





SPAREKASSEN DJURSLAND

**Advokatfirmaet
Egsgaard**

Tlf. 86 68 44 22

Nørregade 8F, 8850 Bjerringbro · www.egsgaard.dk



Petanque

Petanque en dejlig friluftssaktivitet, som samler 10-15 af byens seniorer, der trodser vejr-guderne og møder op – også når vejret ikke viser sig fra sin allerbedste side (selv i sne- og regnvejr).

Der spilles petanque hver tirsdag kl. 13.00 på anlægget ved Værum Klubhus

Værum GF råder over to sæt petanquekugler som kvit og frit kan lånes, hvis nogen ønsker at være med og hygge sig med et spil eller to.

Der bliver selvfølgelig konkurreret i dybeste alvor, men ellers er formålet at få en god snak og noget frisk luft efterfulgt af varm kop kaffe og (måske) en lille dram.

Værum GF har et senior kontingent på 100 kr. om året, som dækker over aktiviteter som Petanque & Krolf.

Har du lyst til at prøve kræfter med petanque, kigger du bare forbi eller du kan ringe til Leif.

Leif Sørensen - 21 94 42 15

Krolf

Krolf spilles på området ved Værum Klubhus og fodboldbanerne. Her har vi vores tre krolfbaner. Alle baner er med 12 huller og bruges året rundt.

Der spilles krolf hver tirsdag kl. 14.30 og hver torsdag kl. 10.00.

Krolf er et spil, som er en mellemting mellem golf og krocket. Man spiller med hårde plastkugler ligesom man kender det fra Krocket, men i stedet for at skulle skyde kuglen mellem stålbuer, skal kuglen trilles i hul med færrest mulige slag – præcis som i golf.

Har du lyst til at få en gåtur banen rundt og samtidig have muligheden for en snak med dine naboer fra byen, er der fast mødetid to gange om ugen.

Mellem 25-30 seniorer møder op – og der spilles i alt slags vejr skulle vi hilse og sige.

VGF har et seniorkontingent på 100 kr. om året, som dækker over aktiviteter som Petanque og Krolf.

Skulle du have lyst til at være med, så tage fat i eller kig endelig forbi for at blive inspireret. (vi kan nemt have dig med)

Leif Sørensen - 21 94 42 15

Krudtuglen

Der er Krudtugle-aftener i ulige uger fra kl. 18.30 i Værum GF's klubhus med start den 10.09.25

Krudtuglen er mødested for alle børn og unge i Værum og omegn. Der samles lige nu ca. 10 børn hver anden onsdag i vinterhalvåret, når der er mødeaften i klubhuset og på tværs af skole og klasser kan de lokale børn mødes og lære hinanden at kende gennem Krudtuglens aktiviteter.

Krudtuglen drives af 5-6 ildsjæle, der hver gang står for aktiviteterne i det summende klubhus. Der spilles spil og laves kreative aktiviteter, heriblandt bolsjekogning og græskarskæring. Sæsonen slutter gerne af med en tur i svømmehallen.

Mobiltelefoner og tablets er no-go, når man er til klubaften, for vi fokuserer på hygge og nærvær.

Der kan købes snolder m.m. i kiosken. Og det koster 75,- kr. pr. halv-sæson at deltage i Krudtuglen.

Hvis du vil vide mere om Krudtuglen så kontakt Sif på mobil eller på Facebook

Sif Rønne - 24 43 68 63



Baby Fræs

Babyfræs er for børn fra 0 til 5 år og deres forældre. Nøgleordene er hyggeligt samvær hvor børnene får mulighed for at bevæge sig og have det sjovt sammen med andre børn i samme alder

Vi starter med fælles goddag sang, hvorefter de helt små samles til Baby-rytmik, hvor man gennem leg, musik og bevægelse stimulerer babys sanser. Gennem disse forskellige lege, skabes der et unikt samvær mellem forældre og barn.

At stimulere babys sanser har betydning for babys motorik, indlæring, balance og selvopfattelse senere hen.

Forældrene får et indblik i, hvordan du som mor eller far kan støtte op om dit lille barns udvikling.

De større børn får lov til at boltre sig på en forhindringsbane, hvor de udfordres på balance, motorik og sanser.

Det er dog ikke kun børnene der hygger sig, når vi mødes. Der er altid en masse snak og grin mellem forældrene.

Oftentimes er der en der har hjemmebag med, som nydes med en kop kaffe. Flere af forældrene har givet deres børn små madpakker med, hvilket gør det ekstra hyggeligt.

Ovenstående viser at der er plads til alle på vores Babyfræs hold.

Vi forventer at forældrene deltager aktivt med deres børn og at man hjælper til med oprydning og rengøring efter Babyfræs

Vi mødes den 3. søndag i måneden fra september til april fra kl. 8.30-10.30.

Hvis du har spørgsmål eller gerne vil have noget uddybet, så tag fat i Kristina

Kristina Broch Laursen - 30 58 10 78



Sparekassen Djursland Cup

– Værum GF's Sommerturnering

Værum GF har siden 2014 været vært ved sommerturneringen Sparekassen Djursland Cup,

Turneringen – der i år er den ellefte i rækken - spilles fra lørdag i uge 30 og hele uge 31 og den er efterhånden blevet utrolig eftertragtet, især af de nærmeste naboklubber, idet kampene er god træning ovenpå sommerferien op mod opstart af efterårssæsonen som starter umiddelbart efter (Hvis DBU vil det således)

Vi er – igen stolte af – at de lokale gutter fra Værum GF med nye træner og holdlederstab vandt finalen 2024 efter en god kamp mod ærkerivalerne fra Vorup FB. Alliancen vandt kampen om 3. pladsen

Det er efterhånden ret eftertragtet at deltage og de 6 hold der deltager i det indeværende år får tilbudt at deltage igen året efter. Så vi er faktisk i den heldige situation at der er flere hold der ønsker at deltage, så der nu er venteliste til Sparekassen Djursland Cup i Værum GF.

Og nu lades der op til nogle fantastiske dage, hvor vi håber 6 hold møder op og spiller drabelige kampe, men også nogle dage hvor vi ved at alle spillerne fra kommunen kan mødes og hygge sig, og nyde en kold øl sammen bagefter.

Så hold øje med kampprogrammet og smut en tur hen på stadion og vær med til en god fodboldoplevelse.

En stor tak til Sparekassen Djursland for at være vores økonomisk medspiller.



Motionsgymnastik "Stram op"

– for kvinder og mænd

Stram-op er et motions- og muskeltræningshold for voksne m/k der ønsker en synlig og sund toning af kroppen, og finder sted i gymnastiksalen på Langå Skole.

Vi arbejder med styrketræning for mave/ryg, baller og lår, og træner nakke og skuldre til en bedre bevægelighed, ligesom træning af balance og kondition også er en del af aktiviteterne.

Vi træner en lille time hver onsdag fra 19.05 til 19.55. Der er 5-10 minutter opvarmning ca. 30 minutters træning efterfulgt af afspænding/udstrækning.

De fleste kan deltage på dette m/k hold, hvor vi træner til musik og altid holder en munter tone.

En gang om året arrangerer vi med en gæsteunderviser, om muligt.

Tilmelding ved fremmøde.

Prisen (inkl. medlemskab af Værum GF) er steget en lille smule til 375 kr. for hele sæsonen - Fra første onsdag i september til sidste onsdag i april. Der er ingen træning i Skolernes ferier ej heller i uge 50 & 51. (Start: 3/9 2025 - slut: 29/4 2026)

Hvis du har spørgsmål eller bare vil høre lidt mere – så tag fat i Ulla der er vores erfarne instruktør med DGI-grunduddannelse i Motionsgymnastik, Step-styrke, Senior gymnastik, effekt/nakke/skuldre/ryg. Ulla har undervist i motionsgymnastik siden 2006.

Ulla H. Andersen – 26 80 84 11



Damefodbold

Værum GF's Damehold har nu efterhånden 3 år på bagen, og er allerede i fuld gang igen med den nye sæson.

I foråret spillede vi en venskabskamp mod Vorup FB og sidst på sommeren mod Stevnstrups damehold. Det var to fantastiske kampe, med fantastisk energi, godt modspil og store grin.

Gennem efteråret og vinteren har mandagstræningen forsat været en succes.

Til de hårde vintermåneder, har vi været utrolig glad for kunstgræsbanen på Ulvehøj. Vi er fortsat et hold med plads til alle - med eller uden erfaring. I dag mødes vi kvinder i alderen fra 18 år til 56 år. Vi nyder hinandens selskab og får i fællesskab sved på panden og et smil på læben.

Vi ser alle frem til flere gode trænings-pas i det nye år og forhåbentlig får vi planlagt en eller flere venskabskampe.

Jacob Larsen er fortsat træner på holdet og grundet hans store arrangement, har holdet igen, rykket sig det sidste år. Vi er fortsat et hold med fokus på fællesskab og sjov motion, men det er altid sjovt at se fremskridt på det fodboldmæssige.

Kunne DU have lyst til en prøvetræning, så tøv ikke med at tage fat i en fra holdet. Eller ting til Petrine. Vi kan ALTID bruge en medspiller mere.

Petrine Nørgaard – 40 42 51 65



Julehygge i Værum

Hvert år den første søndag i advent, kommer julen til Værum

Ideen til julehygge kom i efteråret 1999, hvor vi fik tilbudt nogle juletræer af smeden i Værum. Han havde en lille plantage som skulle fælles – træerne var vores, men vi skulle selv fælde dem.

Igen viste Værum sig fra den bedste side når vi snakker frivillig hjælp – en flok kørte ud og fik træerne fældet og bragt hjem til klubhuset

Så skulle vi jo lave en forretning ud af den, så første søndag i advent 1999 solgte vi juletræer for første gang – vi lavede lidt hygge med æbleskiver og julegløgg og solgte juletræer – det blev starten på en rigtig god tradition, som har tilpasset sig hen ad vejen, men tidspunktet er fast – altid den første søndag i advent.

De sidste mange år har programmet ligget nogenlunde fast:

Vi sælge juletræer – laver klubhuset til julestue, hvor der sælges julegløgg, æbleskiver, pølser, brød m m, julemanden afleverer godteposer til børnene, vi går i kirke til en god lille gudstjeneste og til slut går vi i anlægget og tænder byens "store" juletræ, synger et par julesange og ønsker hinanden god søndag.

Overskuddet på denne dag, bruges til at holde byens hjertestarter vedlige.

Hjertestarteren hænger tørt og godt i kirkegårdsbygningen, og der er et skilt så alle kan finde den.

*Hilsen fra Værum G F, Støtten
og Værum Menighedsråd.*



TAK

Tak til VGF's sponsorer
for støtten i sæsonen 2025



Hovedsponsorer: XL Byg, Vorup

Advokatfirmaet Egsgaard
Asferg VVS
Auto-El Specialist
BP Autoteknik
Cdp Freelance
Din Køreskole
FL Automatic, Haslund
Frederiksberg Kødforsyning, Vorup
Glud Vin
Grant Thornton
Hos Anne Marie, Randers
Hos Mormor
Hother Byg & Design
Kiropraktorerne.com
Kolind Bogtrykkeri I/S
MSJ Montage
Randers Bilglas
Randers Køleteknik

Rema 1000
Renommé-Tag
Rytter Maskiner
"Savføreren", Værum
Sparekassen Danmark
Sparekassen Djursland
Sparekassen Kronjylland
Tanja K
Techras
Værum Blikkeslager
Værum Forsamlingshus
Værum Maskinstation,
v/Torben Nørgaard

Happy Dog, Værum
MK træfældning
Royal Unibrew A/S

Støt VGF's sponsorer - de støtter os!