

Dagli' Brugsen
MEJDAL
Prins Buriavej 44 - 7500 Holstebro - Tlf. 97 42 11 17
DIT LOKALE INDKØBSSTED!
Åbent alle dage fra kl. 07.30-20.00.
DANKE SPIL FRISK BRØD FRA SEVEL BAGERI

STARK
Sammen bygger vi professionelt

SPECIAL~BUTIKKEN
TUSINDVIS AF PRODUKTER TIL PRIVATE OG ERHVERV HOLSTEBRO

MEJDAL BLIK v/ Jacob Andersen
ALT I BLIK & FAKADEBEKLÆDNING tlf. 6166 3621

RAINBOWPRO.DK
sound - lights - stage - special effects - programming - engineering



PROFIL OPTIK
ULSTED

KB KAJ BECH
Murer- og Entreprenørfirma



DME®
Dansk Miljø- & Energistyring A/S

Tlf.nr. 97 40 18 00
Ring gerne & bestil

arne hald
EL - DATA - TEKNIK
Sletten 47 B - 7500 Holstebro
Telefon 97 42 16 44 - ah@arnehald.dk
www.arnehald.dk

SCALA

ENERGI & HELSE

Mejdal-Halgård

MOTION



Gå en tur sammen med os.
3 - 5 eller 7 km.
Alle er meget velkommen.

Bliv medlem af Jog & Go, og få mere end 50 ture og oplevelser for 150 kr om året,

Velkommen til Jog & Go

Jog & Go er en frisk gåtur sammen med andre en gang om ugen. Vælg mellem en tur på 3, 5 eller 7 km. Der er hver gang friske motionsguider til at sikre et tempo, hvor alle kan være med. Ruterne er varierede, skifter hver gang, og så er der en kop kaffe efter turen. Sæsonen byder også på udflugter og sociale arrangementer. Du er velkommen til at komme og prøve, om det er noget for dig. Medlemskab koster kun 150 kr. om året inklusiv et motionskort, ekstra motionskort kan købes til 50 kr. På kortet kan du registrere din motion, og deltage i konkurrencer, efter hver periode, Kontingent betales på www.mejdalmotion.dk, hvor du også kan se vort program m.m.

Du kan også få stempler i motionskortet her.:

- Mejdal-Halgård Onsdagsklubben
- Mejdal-Halgård Gymnastik

I er også meget velkommen når løbeklubben arrangerer.:

- 23. maj - Tur til Tinkerdal Plantage
- 25. - 26. maj - Stafet for Livet.
- 6. juni - Søen Rundt
- Svømning i Mejrup hver torsdag i juli.
- 15. aug. - Biathlon
- 2. nov. - Vestjysk Halvmarathon



Vi mødes ved Mejdal-Hallen.:

Sommer: mandag kl. 19.00 fra 1. april til 30. september
Vinter : søndag kl. 10.00 6. oktober til 29. marts 2020

Kontakt:

Søren Rahbek 25570103 email: s.rahbek@get2net.dk
Jonna Sofie Mikkelsen 25365644 email: jonnamikkelsen@theilgaard.net



SPORT



Du får rabat hos

SPORT 24

når du viser dit
medlemskort

Du har arbejdet for
dine penge.
Nu skal de arbejde
for dig.

Renten er nu så lav, at vi synes, du skal overveje at investere.

Prøv vores beregner på vestjyskbank.dk/godinvestering og se hvor meget du kunne have låst ud af din opsparing.

Opsparingskonto eller investeringsløsning?
Det er kun dig, der kan afgøre det, men vi rådgiver dig gerne.

Velkommen i Vestjysk Bank.



vestjyskbank.dk/holstebro

vestjyskBANK

Mejdal Auto

Prins Buris Vej 24-26 | 7500 Holstebro



thrane teknik
& VVS ApS
Tlf. 20 92 90 80

Aut. VVS-Installatør
www.thrane-teknik.dk . thrane@thrane-teknik.dk

Rute	Km	Beskrivelse
L1	7,20	Fra Hallen til viadukten til Aflæggere, bag om skolen videre til Tingagervej, Y krydset og fårefennen. Videre til Egevej og skolestien og sidste stikvej til Slåenvej og retur til Hallen.
L2	7,59	Hallen ad Slåenvej til viadukten og stien langs banen til Spejderhuset. Sløjfen i skoven til Tujavej og søen. Videre ad Mejdal Søvej til Uhregård og fårefennen, videre til Y kryds og retur gennem Tingagervænget og Mejdalparken.
L3	6,78	Slåenvej til viadukten, følg stien helt ude langs banen til Ringvejen, via Kapselstien til Herningvej og Kildevej til Vasen og Svinget til Østerbrogade. Ad Grønlandsvej og Norgesvej til kolonihaverne og Stryget. Retur via Mejdal Søvej og Søbredden.
L4	6,75	Fra Hallen via Tjørnevej til Brynet, herfra Mejdalvej, Sveavej over åen via Grandbakken og Hulvejen og via Lunden retur til Mejdal Søvej via Uhregård og skråvejen til Søbredden og Hallen.
L5	7,60	Via Brynet til Mejdalvej, Norgesvej og Grønlandsvej til Svinget og bag om museet. Følg Sønderbrogade til Viborgvejskrydset og videre ad Enghavevej til Danmarksgade, ned gennem Anlægget og retur via Lunden, Mejdal Søvej og Søbredden.
L6	7,41	Hallen til Uhresøvej ad skråstien til højre til krattet og langs søen til Tvis Kloster, forsæt ad Tvis Møllevej til jagthytten og bag om søen og retur til Tvis Kloster følg Tingagervej, gå gennem Tingager Enge og Tingagervænget og retur via Mejdalparken.
L7	7,26	Hallen ad Slåenvej over viadukten og ad Under Rødtjørnen til Bøgeskoven. Tag sløjfen op på bakken til Herningvejskrydset. Tag den lille stil til parkeringspladsen og langs Vegen Å og Forsorghjemmet til Kapselstien og retur gennem skoven og skolestien.
L8	8,70	Søen Rundt via Uhresøvej og skråvejen til fårefennen, følg denne til Tvis Kloster og tag den store vej forbi Plejehjemmet til Parkvej og følg søen til Klintevej og via TV MidtVest til Ringvejen. Retur ad Mejdal Søvej og Egevej.
L9	7,27	Hallen via Søbredden til Mejdal Søvej og TV Midt Vest, ad Parkvej til Sletten og gennem skoven til TV Midt Vest og retur ad Mejdal Søvej og Egevej og skolestien til Hallen.
L10	7,85	Brynet til Spejderhytten til Kapselstien og Forsorghjemmet til Vegen Å, under Ringvejen og langs åen til hestefolden og retur langs stien til Ringvejen og skråvejen gennem skoven til Herningvek. Retur langs banen og viadukten til Slåenvej og hallen.
L11	7,31	Fra Hallen til Egevej og Mejdal Søvej til Stryget og via Svinget til stien bag Færch til Vegen Å. Gå mod Forsorghjemmet men drej til højre lige før viadukten og gå at den lille sti til Henringvej. Retur gennem Bøgeskoven og Under Rødtjørnen til Viadukten og Slåenvej.
L12	7,64	Fra hallen til Brynet via Tjørnevej, drej ind ved Anemonevej til Spejderhytten og videre til Herningvej. ad Herningvej til stien til Nybovej og Nybobakke, videre til Ny Skovlunde og følg stien til Ringvejen, og retur via skråvejen til Herningvej. Retur til Hallen via stien langs banen og viadukten til hallen.
L13	5,00	Cykeltur - Shelterpladsen ved Naturskolen, Nybovej. Her går vi naturruten.
L14	7,00	Cykeltur - til Skjernvej og tur i Vestre Plantage med kaffe & kage.
L15	5+	Cykeltur -Tvis Mølle, gåtur i det nye naturcenter - kaffe & kage

Jog & Go ruter og ansvarlige 2019

Dato	Dag	Kort	Mellem	Lang	Guider
24-feb	sø	K1	M1	L1	Søren - Ella - Arne S
03-mar	sø	K2	M2	L2	Jonna Sofie - June - Else
10-mar	sø	K3	M3	L3	Gert - Alice - Marie
17-mar	sø	K4	M4	L4	Tyge - Ulla - Søren
24-mar	sø	K5	M5	L5	Peder - Aase - Anette
31-mar	sø	K6	M6	L6	Søren - Ella - Arne S
01-apr	ma	K7	M7	L7	Jonna Sofie - June - Else
08-apr	ma	K8	M8	L8	Gert - Alice - Marie
15-apr	ma	K9	M9	L9	Tyge - Ulla - Søren
22-apr	ma	K10	M10	L10	Peder - Aase - Anette
29-apr	ma	Stoubæk Krat KK Tur			- Søren -
06-maj	ma	K11	M11	L11	Søren - Ella - Arne S
13-maj	ma	K12	M12	L12	Jonna Sofie - June - Else
20-maj	ma	K1	M1	L1	Gert - Alice - Marie
27-maj	ma	Ladywalk			- Jonna Sofie -
27-maj	ma	K2	M2	L2	Tyge - Ulla - Søren
03-jun	ma	K3	M3	L3	Peder - Aase - Anette
10-jun	ma	K4	M4	L4	Søren - Ella - Arne S
17-jun	ma	K5	M5	L5	Jonna Sofie - June - Else
24-jun	ma	Sommerafslutning			- Søren -
01-jul	ma	K6	M6	L6	Gert - Alice - Marie
08-jul	ma	K7	M7	L7	Tyge - Ulla - Søren
15-jul	ma	K8	M8	L8	Peder - Aase - Anette
22-jul	ma	K9	M9	L9	Søren - Ella - Arne S
29-jul	ma	K10	M10	L10	Jonna Sofie - June - Else
05-aug	ma	K11	M11	L11	Ella - - Marie
12-aug	ma	Ella's Have			Gert - Alice - Marie
19-aug	ma	K12	M12	L12	Tyge - Ulla - Søren
26-aug	ma	K1	M1	L1	Peder - Aase - Anette
02-sep	ma	K15+	M15+	L15+	- Søren -
09-sep	ma	K2	M2	L2	Søren - Ella - Arne S
16-sep	ma	K3	M3	L3	Jonna Sofie - June - Else
23-sep	ma	K4	M4	L4	Gert - Alice - Marie
30-sep	ma	K5	M5	L5	Tyge - Ulla - Søren
06-okt	sø	K6	M6	L6	Peder - Aase - Anette
13-okt	sø	K7	M7	L7	Søren - Ella - Arne S
20-okt	sø	K14+	M14+	L14+	- Søren -
27-okt	sø	K8	M8	L8	Jonna Sofie - June - Else
03-nov	sø	K9	M9	L9	Gert - Alice - Marie
10-nov	sø	K10	M10	L10	Tyge - Ulla - Søren
17-nov	sø	K11	M11	L11	Peder - Aase - Anette
24-nov	sø	K12	M12	L12	Søren - Ella - Arne S
01-dec	sø	Julefrokost			Gert - Søren
08-dec	sø	K1	M1	L1	Jonna Sofie - June - Else
15-dec	sø	K2	M2	L2	Gert - Alice - Marie
22-dec	sø	K3	M3	L3	Tyge - Ulla - Søren
29-dec	sø	K4	M4	L4	Peder - Aase - Anette
01-jan	on	Nytårsparole			- Søren -
05-jan	sø	K5	M5	L5	Søren - Ella - Arne S
12-jan	sø	K6	M6	L6	Jonna Sofie - June - Else
19-jan	sø	K7	M7	L7	Gert - Alice - Marie
26-jan	sø	K8	M8	L8	Tyge - Ulla - Søren
02-feb	sø	Råsted Hjertest			- Søren -
09-feb	sø	K9	M9	L9	Peder - Aase - Anette
16-feb	sø	K10	M10	L10	Søren - Ella - Arne S
23-feb	sø	K11	M11	L11	Jonna Sofie - June - Else
01-mar	sø	K12	M12	L12	Gert - Alice - Marie

Jog & Go ruter 2019		
Rute	Km	Beskrivelse
K1	3,62	Hallen via Mejdalparken igennem Tingagerparken til Tingager enge. Videre til hundeskoven og via Fårefennen og skråvejen til Søbredden og til Hallen.
K2	3,64	Hallen via Mejdalparken, via den nye sti ved Tingagerparken til Fårefennen og til Søen. Langs Søen til Uhregård.
K3	3,65	Hallen via Skolestien og Tjørnevej til Malurten og Bøgevej. Tværs gennem skoven til Skovbørnehaven og retur langs banen og viadukten.
K4	3,88	Hallen via skolestien og Tjørnevej til højre ad Brynet og ind i skoven og gå parallelt med Brynet til Spejderhuset, retur ned midt gennem skoven til fællesbebyggelsen, og Slaaenvej til Hallen.
K5	3,60	Fra Hallen via Slåenvej til Liden Kirstens vej og skolestien under banen, tag stien til Under Linden til Halgårdvej via Aflæggeren til Under Hvidtjørnen, følg denne til Under Rødtjørnen og Vester Halgårdvej og retur via viadukten til Hallen.
K6	3,01	Slåenvej til skolestien, videre til Uhresøvej og til Pr. Burisvej videre mod slugten hvor der drejes til højre ad stien som følges til Liden Kirstens vej og Slaaenvej til Hallen
K7	4,3	Hallen til viadukten overviadukten og via Under Rødtjørnen til Bøgeskoven, videre til Herningvejskrydset og ad den lille sti langs banen til viadukten og retur til Hallen.
K8	3,30	Hallen til Søbredden og Egevej, via Mejdal Søvej til Ranunkelvej, Birkevej til Pr. Burisvej og retur ad Bøgevej, Kabbelejevej og Brynet til Tjørnevej og Slåenvej retur til Hallen.
K9	3,06	Hallen via Mejdalparken til Liden Kirstensvej, følg stien bag buerne til Slåenvej til viadukten og skolestien til hallen.
K10	3,10	Hallen via Skolestien til Egevej, rundt om Uhresø til den nye sti ved Tinagervænget til Liden Kirstens Alle og Mejdalparken retur til Hallen
K11	3,89	Hallen til Slåenvej og Tjørnevej til Malurten, videre ad Bøgevej til Kabbelejevej og Skoven. Følg stien rundt i skoven og retur ad stien midt igennem skoven til Fællesbebyggelsen Retur ad skolestien.
K12	3,70	Ad Slåenvej via viadukten til Aflæggeren og bag om skolen og retur under banen. Retur via den sydøstlige hjørne af fodboldbanerne til Hallen.
K13	3,00	Cykeltur - Shelterpladsen ved Naturskolen, Nybovej. Her går vi naturruten.
K14	3,5	Cykeltur - til Skjærnevej og tur i Vestre Plantage med kaffe & kage.
K15	4,00	Cykeltur -Tvis Mølle, gåtur i det nye naturcenter - kaffe & kage

Rute	Km	Beskrivelse
M1	5,02	Mejdalparken til Tingagerparken via Tingagervej til Y krydset og fårefennen retur til Egevej og skolestien til viadukten og Slåenvej til hallen
M2	5,35	Slåenvej til viadukten og langs banen til Spejderhytten. Tag sløjfen i skoven til Tjuavej og via den lille sti til søen og retur langs søen til camping og Mejdal Søvej. Fra Uhregård tages den lille skråvej tilbage via Søbredden til Hallen.
M3	5,76	Fra hallen til Brynet og videre til Kapselstien og Forsorgshjemmet. Over viadukten og stien direkte til parkeringspladsen. Gå over Ringvejen og tag skråstien til Herningvej. Herfra retur til Hallen via den lille sti helt tæt på banen.
M4	5,56	Hallen til sidste Slåenvej, Tjørnevej og Brynet, Kryds Ringvejen og gå ad Jeppe Åkjærvej til Steen Blichersvej og ned gennem kolonihaverne og Stryget. Via Camping, Mejdal Søvej og Egevej og Skolestien til Hallen.
M5	5,58	Til viadukten og fællesbebyggelsen. Ned midt gennem skoven til Børnehaven og Ringvejen og følg denne til 100m vest for Herningvej, til højre ad den lille sti til Forsorgshjemmet, Skovgården, Dalgasvej og retur ad Mejdalvej til Brynet, Tjørnevej og Slåenvej til Hallen.
M6	5,1	Fra Hallen via Slåenvej til Liden Kirstens Alle og under banen, bag om skolen til Halgårdvej ad Under Hvidtjørnen til Bøgeskoven og retur via Under Rødtjørnen til viadukten og Hallen.
M7	5,95	Slåenvej og Tjørnevej til Brynet. Gennem skoven til Herningsvej, følg Herningvej og tag stien til Nybovej og Nybo Bakke. Følg vejen forbi Tang Biler til rundkørslen. Herfra via Aflæggeren til viadukten og retur.
M8	5,39	Ad Slåenvej til Liden Kirstens Alle, tag stien bag om buerne til Pr. Burisvej. Tag skråstien til Tingagerparken, videre til Y krydset og gennem fårefennen tag stien ned til slugten ved Barba følg søen til Uhregård. Retur via Uhresø, Egevej og Skolestien.
M9	5,00	Hallen til Viadukten over banen og ad Under Hvidtjørn til Bøgeskoven og via sløjfen i Bøgeskoven til Herningvejs krydset. Via Spejderhytten til den lille sti parallelt med Brynet til Tjørnevej og retur ad skolestien til Hallen
M10	5,25	Fra Hallen via Mejdalparken til den nye sti ved Tingagerparken, herfra til fårefennen og til Y-krydset og ad den lille sti bag om skoven, lige før Tingagervej drejes til venstre til søen. Følg søen til krattet gå gennem krattet og tag skråvejen tilbage til Uhresøvej og Hallen.
M11	5,70	Fra hallen via viadukten til skolestien og under banen retur til Liden Kirstens Alle. Herfra ad stien til Tingagerparken. Tage lågen til fårefennen og gå langs søen til Uhregård. Retur via Uhresø, Egevej og Søbredden.
M12	5,04	Fra Hallen via Mejdalparken til skråstien til Tingagerparken rundt i Tingagerparken og ad Halgårdvej til skolen og bagom denne. Tag Under Linden til banen og følg stien under og retur via Liden Kirstens Alle og stien til petanquebanerne og Hallen.
M13	5,00	Cykeltur - Shelterpladsen ved Naturskolen, Nybovej. Her går vi naturruten.
M14	5,00	Cykeltur - til Skjærnevej og tur i Vestre Plantage med kaffe & kage.
M15	5+	Cykeltur -Tvis Mølle, gåtur i det nye naturcenter - kaffe & kage