

REMA 1000
Meget mere discount!

DME[®]
Dansk Miljø- & Energistyring A/S

SCALA Vestjyllands
største
filmudbud

KB KAJ BECH
Murer- og Entreprenørfirma

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

SPECIAL~BUTIKKEN
TUSINDVIS AF PRODUKTER TIL PRIVATE OG ERHVERV HOLSTEBRO

**ENERGI
& HELSE**

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

STARK
Sammen bygger vi professionelt

arne hald

EL - DATA - TEKNIK

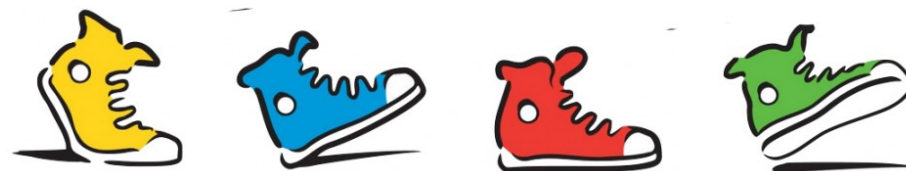
Sletten 47 B - 7500 Holstebro
Telefon 97 42 16 44 - ah@arnehald.dk
www.arnehald.dk



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

VESTJYLLAND
FORSIKRING

Mejdal-Halgård
MOTION



Jog & Go
2020



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

Velkommen til Jog & Go

Kom og vær med, når vi går en tur, en gang om ugen. Vælg mellem en tur på 3, 5 eller 7 km. Der er hver gang friske motionsguider der hjælper med finde 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 incl. 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.:

- 16. - 17. maj - Stafet for Livet.
- 23. maj - Tur til Husby Klit Plantage
- 11. juni - Family Run
- Svømning i Mejrup hver torsdag i juli.
- 18. aug. - Biathlon
- 7. nov. - Vestjysk Halvmarathon



Vi mødes ved Mejdal-Hallen.:

Sommer: mandag kl. 19.00 fra 1. april til 28. september

Vinter : søndag kl. 10.00 4. oktober til 28. marts 2021

Kontakt:

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



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	7,80	Hallen til viadukten langs banen og skråt gennem skoven til Pr. Burisvej og den lille sti til søen. Under Ringvejen og til Lunden, drej til venstre mod Poppelalle og gå ad stien til Agerbækvej, gå mod Ringvejen og under denne. Følg Parkvej til Søjparken mod søen. Følg stien til Klintevej og retur langs søen og Mejdal Søvej og Rønnebærvej og skolestien til Hallen
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 sti til parkeringspladsen og langs Vegen Å og Forsorgshjemmet 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 Forsorgshjemmet 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 Forsorgshjemmet 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 Skjervevej og tur i Vestre Plantage med kaffe & kage.
L15	4,00	Cykeltur -Tvis Mølle, gåtur i det nye naturcenter - kaffe & kage

Jog & Go ruter og ansvarlige 2020					
Dato	Dag	Kort	Mellem	Lang	Guider
23-feb	sø	K1	M1	L1	Søren - Aase - Arne S
01-mar	sø	K2	M2	L2	Jonna Sofie - Tyge - Else
08-mar	sø	K3	M3	L3	Arne B - Ella - Marie
15-mar	sø	K4	M4	L4	Gert - June - Anette
22-mar	sø	K5	M5	L5	Peder - Alice - Ulla
29-mar	sø	K6	M6	L6	Søren - Villy - Arne S
30-mar	ma	K7	M7	L7	Jonna Sofie - Aase - Else
06-apr	ma	K8	M8	L8	Arne B - Tyge - Marie
13-apr	ma	K9	M9	L9	Gert - Ella - Anette
20-apr	ma	K10	M10	L10	Peder - June - Ulla
27-apr	ma	Hjertestien Holstebro start TV Midt/Vest KK			- Søren -
04-maj	ma	K11	M11	L11	Villy - Alice - Arne S
11-maj	ma	K12	M12	L12	Søren - Villy - Else
16-maj	lø	Stafet for Livet			- Løberne -
17-maj	sø	Stafet for Livet			- Løberne -
18-maj	ma	K1	M1	L1	Jonna Sofie - Aase - Marie
25-maj	ma	K2	M2	L2	Arne B - Tyge - Anette
25-maj	ma	Ladywalk			- Jonna Sofie -
26-maj	ti	Husby Klit klubtur afg. 18:30			- Løberne -
01-jun	ma	K3	M3	L3	Gert - Ella - Ulla
08-jun	ma	K4	M4	L4	Peder - June - Alice
11-jun	to	Family Run			- Løberne -
15-jun	ma	K5	M5	L5	Søren - Alice - Arne S
22-jun	ma	K6	M6	L6	Jonna Sofie - Villy - Else
29-jun	ma	K7	M7	L7	Arne B - Aase - Marie
30-jun	ti	Sommerafslutning			- Løberne -
02-jul	to	Sommersvømning Mejrup hver torsdag i juli			- Løberne -
06-jul	ma	K8	M8	L8	Gert - Tyge - Anette
13-jul	ma	K9 *	M9 *	L9 *	Peder - Ella - Ulla
20-jul	ma	K10	M10	L10	Aase - June - Arne S
27-jul	ma	K11	M11	L11	Søren - Alice - Else
03-aug	ma	Tur til Nr Vosborg med KK			- Søren -
10-aug	ma	K1	M1	L1	Jonna Sofie - Villy - Marie
17-aug	ma	K2	M2	L2	Arne B - Aase - Anette
18-aug	ti	Baitlon i Ulfborg			- Løberne -
24-aug	ma	Ellas Have			- Ella -
31-aug	ma	K3	M3	L3	Gert - Tyge - Ulla
07-sep	ma	K4	M4	L4	Peder - Ella - Arne S
14-sep	ma	K5	M5	L5	Søren - June - Else
21-sep	ma	K6	M6	L6	Jonna Sofie - Alice - Marie
28-sep	ma	K7 *	M7 *	L7 *	Arne B - Villy - Ulla
04-okt	sø	K8	M8	L8	Gert - Aase - Anette
11-okt	sø	K15+	M15+	L15+	Peder - Tyge - Arne S
18-okt	sø	K9	M9	L9	Tyge - Ella - Else
25-okt	sø	K10	M10	L10	Søren - June - Marie
01-nov	sø	K11	M11	L11	Jonna Sofie - Alice - Anette
07-nov	lø	Vestjysk Halvmarathon			- Løberne -
08-nov	sø	K12	M12	L12	Arne B - Villy - Ulla
15-nov	sø	K1	M1	L1	Gert - Aase - Alice
22-nov	sø	K2	M2	L2	Peder - Tyge - Arne S
29-nov	sø	K3	M3	L3	Søren - Ella - Else
06-dec	sø	Julefrokost			- Søren -
13-dec	sø	K4	M4	L4	Jonna Sofie - June - Marie
20-dec	sø	K5	M5	L5	Arne B - Alice - Anette
27-dec	sø	K6	M6	L6	Gert - Villy - Ulla
01-jan	fr	Nytårsparole			
03-jan	sø	K7	M7	L7	Peder - Aase - Arne S
10-jan	sø	K8	M8	L8	- Søren -
17-jan	sø	K9	M9	L9	Søren - Tyge - Else
24-jan	sø	K10	M10	L10	Jonna Sofie - Ella - Marie
31-jan	sø	K11	M11	L11	Arne B - June - Ulla
07-feb	sø	K12	M12	L12	Gert - Alice - Anette
14-feb	sø	Sir Lyngbjerg KK			- Søren -
21-feb	sø	K1	M1	L1	Peder - Villy - Arne S
28-feb	sø	K	M	L	Søren - Aase - Else
07-mar	sø	K3	M3	L3	Jonna Sofie - Tyge - Marie
14-mar	sø	K4	M4	L4	Arne B - Ella - Ulla

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 Herningsvej. 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 fårefennenog 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 viadukte 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