HOLME-OLSTRUP AMATØRTEATER

Toksværd Hallen

TOKSVÆRD BADMINTON

LUNDEBAKKE GYMNASTIKFORENING

TOKSVÆRD • OLSTRUP • TOF FODBOLD

NÆSTVED MOTORKLUB

IMPOCURL

Mini Fitness

På vegne af det lokale foreningsliv

VELKOMMEN TIL SÆSON 25/26

Skal din fritid være aktiv?

De frivillige klubber og idrætsforeninger er med til at skabe fællesskaber i vores lokalområde.

På hver deres måde danner de fantastiske rammer for det gode sociale samvær, mens de udfordrer medlemmerne med de forskellige aktiviteter, som de tilbyder.

Uanset om du er barnet, der skal udvikles motorisk eller socialt eller om du er den voksne, der skal trækkes op af sofaen eller udfordres, så har vi i Toksværd og Holme-Olstrup helt sikkert det rette tilbud til dig.

I denne folder finder du information om rigtig mange af de fantastiske tilbud, der findes i vores lokalområde. Vi er et meget aktivt lokalsamfund, som spænder vidt.

Om du foretrækker motion, konkurrence på topplan, samvær eller bare en aktiv fritid, har vi helt sikkert et tilbud til dig og din familie i den kommende sæson.



Det er vigtigt at holde sig i form hele livet.

Vi glæder os til at være aktive sammen med dig

Toksværd Hallen

Ønsker du at bevare et stærkt foreningsliv i Toksværd, hvor der både er plads til hold idrætten og til den enkelte?

Så støt op om Toksværd-hallen, som stadig er områdets egen hal og en vigtig brik i vores lokalsamfunds fritidsliv. Økonomisk uafhængig af Næstved Kommune og derfor, i højere grad end mange andre steder, i stand til at være en fleksibel og støttende enhed i det lokale foreningsliv.

Men for at bevare og fastholde denne frihed, er der behov for mange frivillige hænder.

Så derfor – Bliv medlem af hallen- Vi har brug for dig!

Der skal bruges mange frivillige hænder til at få dagligdagen til at fungere for områdets idrætsudøvere- unge som gamle, som vi alle ønsker at beholde i vores eget nærområde, da det er en vigtig del af vores lokalsamfunds identitet.

Du bestemmer selv i hvor høj grad, du ønsker at involvere dig:

- passivt betalende medlem
- hjælpe til med praktiske opgaver (vedligeholdelse, åbne og lukkevagter, praktiske arrangementer)
- eventuelt bliv medlem af bestyrelsen
- eller være idéskabende og kreativ i forhold til ny aktiviteter i hallen

Nye hænder og kræfter er nødvendige for også i fremtiden at bevare vores uafhængighed, hvor vi i høj grad kan bestemme selv, uden støtte og indblanding fra Næstved kommune.

Besøg vores hjemmeside for yderligere information og læs historien om, hvordan ildsjæle, ad frivillighedens vej, har skabt vores dejlige hal til gavn og glæde for brugere i alle aldre. **www.toksvaerdhallen.dk**

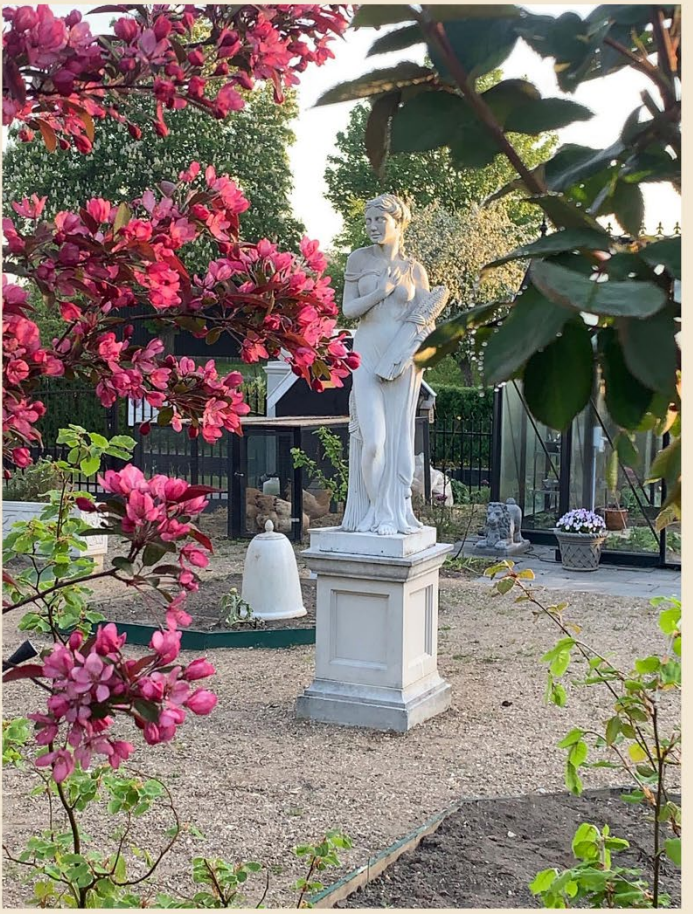
Personligt medlemskab koster 100,- pr. år pr. medlem, som kan betales på MobilePay 82430 eller indbetales på hallens konto i SJF Bank: 6070 2086764 Husk at opgive navn, adresse og e-mail.

Håber at høre fra dig.

Med venlig hilsen

Toksværd hallens bestyrelse v/ Steen Hvenegaard

HAVENS KUNST



Engelske vidundere til haven:
Krukker, fontæner, søjler, buster, statuer,
havemøbler, jernkunst til haven og haveredskaber.
Alt tåler at stå ude hele året rundt.

HAVENS KUNST
Ved Tina Thorsby

www.havenskunst.dk
Gødstrup Bygade 2, 4684 Holmegaard

HOLME-OLSTRUP



AMATØRTEATER

Et KÆMPE stort TAK til alle – publikum, sponsorer til lotteri og HOKS for den store opbakning og hjælp i forbindelse med opførelse af teaterstykket

"Panik før lukketid" d. 28. og 29. marts 2025

Dejligt at så mange ville bruge en aften/eftermiddag sammen med os i vores forsamlingshus – vi håber alle havde en god aften/eftermiddag.

Vores plan for 2025/2026 er at opføre et nyt stykke i april 2026 på scenen i Holme-Olstrup Kultur- og Forsamlingshus.

Har du/I lyst til at være med i en forening med dejligt kammeratskab og godt humør, så hold dig/jer ikke tilbage – Vi søger nye skuespillere, men kan også bruge hjælp til praktiske gøremål som f.eks. klargøring af kulisser, opsøge sponsorer, eller har du/I en musiker "gemt i maven" så meld dig/jer ind i vores dejlige forening.

Der vil være 4 læseprøver inden jul og så går vi på scenen efter jul og øver om tirsdagen. Derudover vil der være 2 søndag formiddage, hvor vi øver.

Der afholdes generalforsamling **tirsdag d. 28. oktober 2025 kl. 19.00** i forsamlingshuset, så mød endelig frem – Det er også muligt at følge os på vores Facebook side – Holme-Olstrup Amatørteater.

INTERESSERET? – kontakt Mette på telefon 50 50 60 28 eller send en SMS – eller skriv til os på vores mailadresse 4684teater@gmail.com

Mange sommerhilsener fra bestyrelsen for Holme-Olstrup Amatørteater.

HOLMEGAARD Massage



Jeg læser til Stress-angst og traumeterapeut og jeg glæder mig til at hjælpe dig af med fortiden

- Sugaring
- Hotstone Laser terapi
- Thai Yoga-massage
- Fysiurgisk massage
- Cupping
- Firma-massage

Holmegaard Massage
Dystedvej 13B
4684 Holmegaard
Tlf. 91551613
www.holmegaard-massage.dk

Psst! Er du morgenmenneske så åbner jeg kl. 5:15

Jeg tilbyder massage i mødre grupper, hvor der er tid til morforkælelse

Toksværd Badminton Klub

Sæsonplan 2025-2026

Det er både sundt og sjovt at spille badminton!
Lej derfor en bane eller deltag i fællestræning hos Toksværd Badminton Klub.

Udover de enkelte priser koster det 100 kr. om året at være medlem af Toksværd Badminton Klub.

Prisen pr bane er 1800 kr. – dog koster en bane om søndagen kun 1000 kr.
Fællestræning Motionister & Turneringsspillere 1000 kr. med bolde.
Ældrebadminton 450 kr. med bolde.

Sæsonen starter den 18. august 2025 og slutter den 29. april 2026.
Ældrebadminton starter den 18. september 2025 og slutter den 29. april 2026

Vi har følgende tider:

Mandag kl. 17.40 til 19.20	Baneudlejning
Mandag kl. 19.20 til 22.40	Motionist Fællestræning
Tirsdag kl. 16.00 til 18.30	Ungdomstræning
Tirsdag kl. 18.30 til 20.10	Baneudlejning
Onsdag kl. 12.45 til 15.10	Ældrebadminton
Onsdag kl. 20.10 til 22.50	Fællestræning for Turneringsspillere
Torsdag kl.16.00 til 18.30	Ungdomstræning
Søndag kl. 09.50 til 10.40	Baneudlejning

Ungdomsafdelingen starter den 2. september. Det koster 650 kr. og der trænes 2 gange om ugen. Sæsonen for ungdom slutter den 31. marts 2026.

Besøg evt. klubbens hjemmeside: www.toksvaerdbadminton.dk



Mød også klubben på Facebook: Toksværd Badminton.
Eller tag kontakt til Torben Frank
Tlf. 26 23 34 13
torben.frank@stofanet.dk

Lundebakke Gymnastikforening

Nye hold i sæson 25/26

- **Funky fødder og mini moves**
  Holdet for de danseglade 4-7-årige
- **Damer med smil**
  Rytmisk gymnastik for voksne kvinder
- **Lørdags Jumping**
  Lørdagstræning for de morgenfriske

Tjek vores hjemmeside ud for yderligere information:

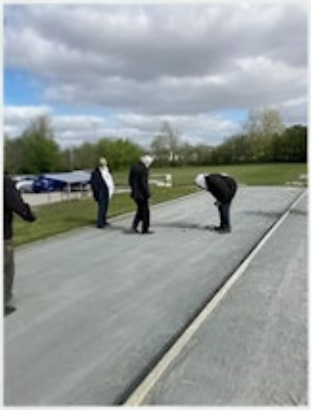
www.lundebakkegf.dk

Kom til Petanque hver onsdag kl.10 - 12

ved Toksværd Klubhus, Gormsvej 26.

- **Alle er velkomne, nye som øvede.**
- **Ingen tilmelding, bare kom.**





- **Vi vil rigtig gerne have flere spillere.**
- **Håber vi ses ☺**







Toksværd Olstrup Fodbold
- mere end bare en fodboldklub

Ønsker dit barn eller du selv at spille fodbold, så er Toksværd Olstrup klubben for dig. Vi er en breddeklub, hvor der er plads til alle. Vi har ungdomshold i mange årgange og 3 seniorhold, så der skal nok være et hold, der passer til dig.
Fodbold er en sjov holdsport, hvor gode venskaber skabes. Vores ønske er at skabe en klub, som giver alle gode oplevelser både på og udenfor banen.
Synes du, det lyder spændende, så besøg vores hjemmeside www.T-O-F.dk for mere info.
Ønsker du at støtte vores klub, så kan du læse mere om vores OK-sponsoraftale på www.T-O-F.dk
Fodbold kan spilles af alle aldre og niveauer. Så kom ud på banen og nyd det!

TOKSVÆRD OLSTRUP FODBOLD

Velkommen til

Holme-Olstrup

Kultur- og Forsamlingshus

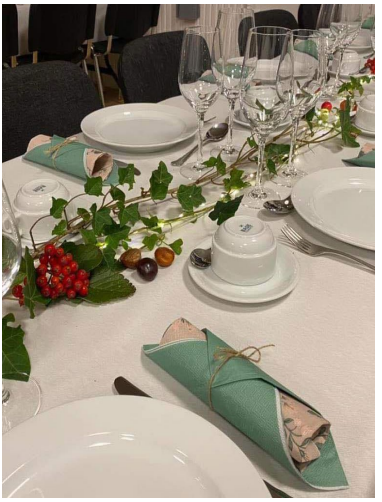
Huset er et nøgle-hus med nyistandsatte lokaler med plads op til 150 personer.

Her kan du/I holde konference/møde eller fest. Det eneste du/I skal sørge for er maden og bordopdækning.

Priser for leje af lokaler i
Holme-Olstrup Kultur- & Forsamlingshus:

Udlejning lille sal 40-50 personer:
Hverdag uden køkken i 3 timer kr. 400 Herefter kr. 100 pr. time, fredag senest til kl. 13.00.
Hverdag, inkl. køkken kr. 1000.
Fredag, lørdag, søndag og helligdage til fest, inkl. køkken kr. 1.950 for 1 dag.

Ekstra dag i forbindelse med fest m.m. kr. 650.





Udlejning store sal 130 personer:
Der må højst være 150 personer, inkl. personale i hele huset.

Hverdag uden køkken i 3 timer kr. 850 herefter kr. 200 pr. time, fredag senest til kl. 13.00
Hverdag inkl. køkken kr. 1.950
Fredag, lørdag, søndag og helligdage til fest, inkl. køkken kr. 3.600 for 1 dag.

Ekstra dag i forbindelse med fest m.m. kr. 1.200

Brug af køkken, ekstra dag, i forbindelse med fest kr. 750

Leje af storskærm i store sal kr. 200

Generel info:
Der opkræves kr. 1.000 i depositum forud for lejen til dækning af eventuelle skader og ituslået service. Ituslået service afregnes til dagspris.

*Der udlejes **ikke** til ungdomsfester uden specialaftale, som indebærer et aftalt antal "voksne" tilstede under hele festen. Depositum herfor er kr. 6.000.*



Der må ikke overnattes i huset

Se mere, på vores hjemmeside www.hohuset.dk/priser/
eller kontakt Keld Christoffersen på telefon 93 94 43 86
eller mail til kasserer@hohuset.dk og få en fremvisning af huset.

Øvrige arrangementer:
Begravelseskaffe/Generalforsamlinger mm. ring til Gitte på telefon 20 81 23 32 eller mail til naestformand@hof-hoks.dk
se www.hof-hoks.dk/begravelser/

HOLDOVERSIGT – GYM

Holdnavn	Alder	Tid
Formiddagsmotion for alle *	Voksne/Senior	Mandag 8:45-9:45
Ældremotion ¤	Senior	Mandag 10:30-11:30
SMART – Hold hjernen frisk *	Voksne/Senior	Mandag 10:00-11:00
Gulvfræserne med sidevogn	0-2 år	Mandag 16:15-17:15
Krudtugler med vedhæng	3-5 år	Mandag 17:15-18:15
Jumping Fitness (mandag)	Unge/Voksne	Mandag 17:30-18:30
Styrk dig fit * ¤	Unge/Voksne	Mandag 18:30-19:30
Bowls * ¤	Senior	Tirsdag 9:30-11:30
Jumping Fitness (tirsdag)	Unge/Voksne	Tirsdag 17:00-18:00
Damer med smil * ¤	Voksne	Tirsdag 17:45-18:45
Formiddagsmotion for alle *	Voksne/Senior	Onsdag 8:45-9:45
Yoga for øvede	Voksne	Onsdag 10:00-11:15
Springspirer	6-12 år	Onsdag 16:15-17:30
Jumping Fitness (onsdag)	Unge/Voksne	Onsdag 17:00-18:00
LB Juniormix	8-18 år	Onsdag 17:20-19:10
Just Gym Dance * ¤	Unge/Voksne	Onsdag 18:30-19:30
Stjernemix	4-7 år	Torsdag 16:30-17:30
Motion og styrke for voksne * ¤	Unge/Voksne	Torsdag 19:30-20:45
Lørdags Jumping	Unge/Voksne	Lørdag 8:20-9:20
Børne Jumping	7-12 år	Lørdag 9:30-10:30
Funky fødder og mini moves	4-7 år	Lørdag 9:30-10:30
Fleksibel løsning = Alle *-hold kan benyttes hele sæsonen = 1100 kr.		
Ret til ændringer forbeholdes - Tjek		

NASTIK

Sæsonstart uge 35

Sted	Instruktører	Bemærkninger
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Dorthe	
Toksværd Klubhus	Jette	
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Mette	
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Dennis	Med forældre
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Dennis	Med forældre
Toksværd Gymnastiksal	Sara	
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Sussi	
Toksværd Hallen	Iver	
Toksværd Gymnastiksal	Fie	
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Mette/Joy/Sussi	Rytmisk gymnastik
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Dorthe	
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Sanne	Max 12 gymnaster
Toksværd Hallen	Jesper/Stine/Lea	
Toksværd Gymnastiksal	Carina	
Toksværd Hallen	Helle/Lea/Hannah	Spring og rytme
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Sussi	
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Anne	Opstart uge 36
Toksværd Hallen	Maria	
Toksværd Gymnastiksal	Sara/Karen	Lørdag i ulige uger
Toksværd Gymnastiksal	Fie	Lørdag i ulige uger
Holme-Olstrup Idrætsanlæg	Dorthe	
¤ = Opstart i uge 37		
www.lundebakkegf.dk ved sæsonstart		

Lundebakke Gymnastikforening

Det er SMART at holde hjernen frisk.

Uanset hvilken alder du har, skal hjernen holdes i gang og regelmæssigt udfordres, så nye forbindelser skabes. Hvis du vil skærpe dine sanser og blive bedre til at huske, er



"SMART -Hold hjernen frisk"



holdet for dig. Vi træner balance, koordination og koncentration gennem øvelser, som gradvis tilpasses og bliver sværere alt efter hvad man kan. Vi griner med hinanden og SMART træning kan tilpasses, så alle har mulighed for at følge med.

Er Jumping lige noget for dig og har du en travl hverdag, så er der gode nyheder:

Vi tilbyder nu Lørdags Jumping.

Træningen foregår i Toksværd i ulige uger.

Tjek vores hjemmeside for mere information

www.Lundebakkegf.dk

IMPOCURL

Mini Fitness

PRAKTISK INFO

ADRESSE:
Toksværd Bygade 43A
4684 Holmegaard

PARKERING/INDGANG:
Ad Klokkergårdsvej

ÅBNINGSTIDER:
Alle ugens dage kl. 6-22.
(Børn u/16 år kun ifølge med en voksen.)

MEDLEMSKAB:
Medlemskabet er personligt, og må ikke overdrages til andre.

PRISER:
Pr. mdr. kr. 149,-
For 6 mdr. kr. 799,-
For 12 mdr. kr. 1.499,-
Oprettelse kr. 150,-

BETALING:
Skal ske d. 1. i hver måned til vores konto i Nykredit:
8117 - 1542510

IND-/UDMELDELSE:
Mail: impocurl@gmail.com
Efter aftale eller personligt fremmøde hos:
Impocurl ApS
Kildemarksvej 90A
4700 Næstved
(Mandag-torsdag kl. 9.30-16.
Fredag kl. 9.30-17)

VELKOMMEN

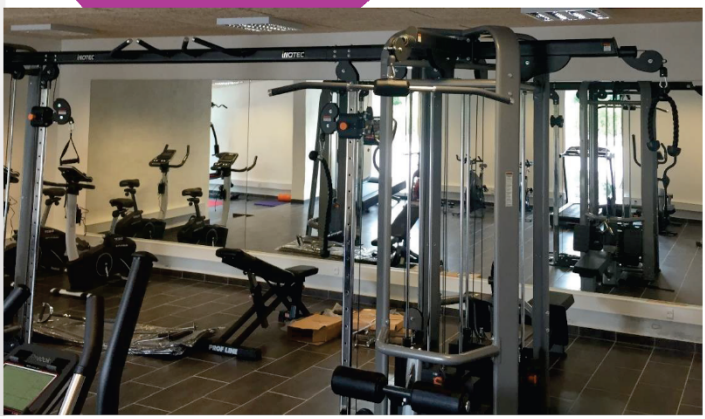
Vi byder dig velkommen til Impocurl Mini Fitness Center, og håber, du får stor glæde af dit medlemskab.

Hvis du ønsker information og gennemgang af de enkelte maskiner, kan du kontakte Impocurl ApS på mail: impocurl@gmail.com.

Dokumentation for medlemskab skal medbringes ved hver træning, og forevises ved forlangende.

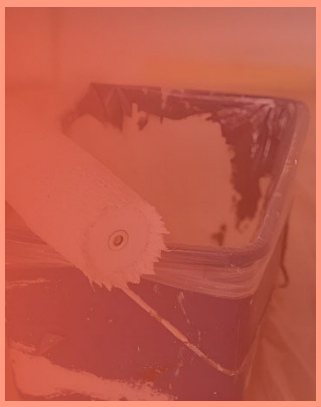
Tænk på din næste....
HUSK altid at aftørre maskiner efter brug med fremsat væske og klude.

GOD FORNØJELSE



MALERMESTER COLLER

Maler der garanterer professionelt kvalitetsarbejde



- 10 års erfaring lyver ikke
- Vi tager os tid til vores kunder
- Vi er fleksible efter dine ønsker
- Kontakt os for uforpligtende tilbud

Tlf.: 22342410

nicole@malermestercoller.dk

Dystedvej 45A, 4684 Holmegaard

HOT – HOLME-OLSTRUP TOKSVÆRD LOKALRÅD

HOT, det kalder vi os selv i daglig tale!
Det er en forkortelse for Holme-Olstrup Toksværd lokalråd.
Du kan finde os på vores hjemmeside: https://www.maerkhot.dk/
Man kan også finde os på Facebook på https://www.facebook.com/hotlokalraad/

Når der er nyt, så udsender vi en nyhedsmail, som udkommer løbende. Du kan tilmelde dig til nyhedsbrevet på vores hjemmeside.

Så kan man spørge sig selv om, hvad laver et lokalråd?
I formålsparagraffen står der, at vores formål er at virke for områdets særlige interesser. Vi kan være bindeled mellem de offentlige myndigheder og borgerne. Vi skal være med til at skabe det størst mulige samarbejde om, at få løst lokale opgaver og udfordringer. Tit bliver vi hørt af kommunen i forhold til skolestruktur, trafikforhold, miljø, lokalplaner med mere. Sidst har vi udarbejdet et høringssvar om Energiparken Fensmark.

Sidst men ikke mindst, så har vi mulighed for at hjælpe med at skaffe penge til forskellige projekter i vores lokalområde. Vi kan søge midler i fællespuljen for lokalråd til lokale aktiviteter for de lokale borgere.

Vil du vide mere, så kontakt **HOT** på 51 23 56 82 eller formanden@lokalraad-hot.dk

Passivt medlem – vi har brug for dig

Lundebakke Gymnastikforening har brug for din støtte!
Hvis du gerne vil støtte Lundebakke Gymnastikforening uden at være aktiv udøvende, så kan du blive passivt medlem.
Hvis du er tilmeldt et hold, er du allerede medlem.
Det passive medlemskab er for dig, som ønsker at bevare tilknytningen til Lundebakke Gymnastikforening, uden at deltage i træningstimerne.

Dine fordele som passivt medlem af Lundebakke Gymnastikforening:

- Du kan deltage i generalforsamlingen og har stemmeret
- Du støtter foreningen og de frivillige kræfter.

Et passivt medlemskab koster 50 kroner pr. år. Beløbet kan indsættes på vores konto 6070 4518806 i SJF Bank eller mobile pay 345670.

Tak for din støtte til Lundebakke Gymnastikforening.



DANMARKSMESTERSKAB MOTOCROSS

2025



Foto: BJ Photo

21. sept. Næstved Nisseringen

Gambakkevej 14, 4684 Holmegaard

FASTLANE MX MASTERS

Start kl. 11.00

Sponsoreret af danske motocrossforhandlere

www.DMmotocross.dk · facebook.com/dmmotocross

Næstved Bordtennis

OPSTART UGE 33



Vi har hold til alle! Se træningstider på:

Naestved-bordtennis.dk

Vi træner i Mærk Næstved Hallen, Toksværd Bygade 43.

For nærmere info,

kontakt Søren Lund på tlf. 21143361

Holme-Olstrup Tennisklub



Holme-Olstrup Tennisklub kan du finde på Stationsvej 49. Her har vi to røde grusbaner, et aflukke med en spillemur samt et lille hyggeligt klubhus.

Klubbens sæson går fra 1. maj frem til den sidste søndag i efterårsferien, hvor klubben lukker ned.
Der er altid gratis træning med klubbens træner, når sæsonen går i gang.

Så spiller vi hver tirsdag en turnering, hvor alle kan være med. Det er alle klubbens medlemmer, som deltager, og vi kalder dette for HYGGETURNERINGEN. Her spiller vi alle med godt humør og slutter altid af med en kop kaffe…

Nu læser du om vores tennisklub sent på sæsonen,
og du / I har måske lyst til at være medlemmer allerede nu.
Derfor har vi en speciel pris for opstart, hvor vi tager dig i hånden, og får sat dig i gang med at spille tennis, og det sammen med andre, hvis man ønsker dette!

- **Ring 51 23 56 82 og tal med Søren**

Læs om os på vores hjemmeside https://www.holmeolstruptennis.dk/
eller på Facebook på https://www.facebook.com/HolmeOlstrupTennisklub/

Renova – Maskinudlejning mm.

- Service samt reparation af havemaskiner
- Salg af nye maskiner – havetraktorer, frontrider, rotorklipper, robotter, fræsere, kædesave, buskryddere m.m.
- Udlejning af flismaskiner, brændeflækker samt diverse havemaskiner

Kom ned i butikken og få et godt tilbud

Adressen er Koglevej 2, 4760 Vordingborg

Tlf.: 5537 4550



STIHL

Husqvarna

SÆSON 25/26











KOM OG VÆR MED TIL

Smagsprøve-dagen

Søndag den 24. august 2025 kl. 10-12 i Toksværd Hallen

Vi kickstarter den kommende sæson med en smagsprøve-dag, hvor du kan komme og prøve kræfter med flere af foreningens børne- og voksenhold.

Vores instruktører vil på skift præsentere flere af vores hold hvor du vil få mulighed for at være med. Tjek vores facebook/instagram og hjemmeside for at se hvilke hold du kan møde.
Vi glæder os til at se jer!

Tilmelding er ikke nødvendig.

LUNDEBAKKE GYMNASTIKFORENING

Lundebakke Gymnastikforening

Et af vores nye hold i år hedder "Damer med smil"

Holdet er til dig, som elsker rytmisk gymnastik og glædes ved at være sammen med andre med samme interesse.

Vi sørger for at øvelserne passer til alle niveauer af erfaring og form.

Træningen foregår i Holme-Olstrup tirsdag aften.

Et andet af vores nye hold i år hedder "Funky fødder og mini moves"

Er du mellem 4 og 7 år?

Har du lyst til at synge og danse, så du bliver helt glad i låget?

Så er dette hold helt sikkert lige noget for dig.

Træningen foregår i Holme-Olstrup lørdag formiddag.

Se mere info på vores hjemmeside.

www.Lundebakkegf.dk



FORENINGSLIV FOR ALLE BØRN OG UNGE

Medlemstallene i de danske foreninger er stigende*, og det kan vi også mærke lokalt. Men vi vil gerne have endnu flere børn og unge i vores foreninger. Vi mener, at foreningsliv bør være for alle, uanset økonomiske forhold. Der er forskellige økonomiske støttemuligheder til børn, som foreningen kan vejlede jer i. Kontakt kassereren i jeres forening hvis I ønsker at vide mere om mulighederne.

---

*KILDE, CENTRALT FORENINGSREGISTER

FORENINGERNE I TOKSVÆRD OG HOLME-OLSTRUP

MOSSE'S BYG APS

Tømrermester Rasmus Mosvang

Hjælpen er nær…hvis uheldet er ude!



- **Aut. glarmesterarbejde udføres**
- **Døgnservice**
- **Forsikringsskader**
- **Løser dine problemer hurtigt og effektivt**

GLArmester Sørensen ApS

www.glarmestersoerensen.dk

kenneth@sorensen.dk – Tlf. 26 14 90 39