



IDRÆTSFORENINGEN

Flyvestation Karup

30. NOV 2018



IDRÆTSMEDDELELSE 00.

IFK HJEMMESIDE: www.ifkar.dmif.dk

Flyvestation Karup Trail løb 3 ☺

IFK Cross og Motion inviterer dig til Trail løb den 11. december kl. 12.00 med efterfølgende social hygge og lækker suppe med brød og en vand. - Der løbes stafet i hold, men også individuelt. Et hold består af (op til) 3 mand m/k. Hvert hold løber 3 omgange på MTB sporet bag gymnastikhallen. - Ruten er ca. 6 km pr. omgang og velafmærket med kilometer skilte.

Hurtigste hold og kvinde/mand individuelt hædres i IFKs "Hall of Fame"

Flotte fighter/lodtrækningspræmier fra vores sponsor Racing Denmark.

Tilmeld jer som hold og hvis du ikke har et hold – finder vi et hold til dig. Bare kom og vær med!

Rute-gennemløb den 5. december kl. ca. 13.30. Guide: Mads Rahbek. Tilmeld dig senest kl.

9.00 på tlf. 728 11602 eller FKO-F-NST104@fiin.dk

Rute KMZ fil kan findes på IFKs hjemmeside: www.IFKAR.dk

Startgebyr inkl. grillfrokost 30 kr. - Løbet er gratis for IFK medlemmer!

Hvis du er i tvivl om du er IFK medlem, så check din lønseddel. Hvis du betaler 17,17 kr. til DMI, så er du IFK medlem. Medlemskab vil blive kontrolleret! Hvis du ikke er IFK medlem, men ønsker at blive det, skal du bare kontakte FES-SKYKAR03@fiin.dk

Tilmelding senest fredag den 7. december til Rikke Søby Johnsen på: tlf.

72840704 eller e-mail: JMTO-OE-02@fiin.dk

IFK MANGLER FOLK TIL FORSKELLIGE IDRÆTSUDVALG

Det er meget vigtigt at IFK har frivillige idrætsfolk i de mange udvalg som er i vores idrætsforening, således at udvalgene ikke bare køres af én M/K, og i perioder med ferie, afspadsering, kurser og barselsorlov mv. sker der ingenting.

Derfor søger vi hjælpere til nedenstående udvalg. Kontakt den nuværende formand og fortæl du ger vil hjælpe:

Badminton udvalget: Palle Munk 40 31 30 59

Fodbold udvalget: Jonas Stensdal Klitte 22 94 45 08

March udvalget: Jesper Michelsen 23 86 99 16

Floorball udvalg: Freddy Thuesen 61 74 08 50

Faldskærms udvalg: Simon Markussen 28 30 13 81

Ole Johnsen

ifk080851@hotmail.com

Fg. Sekretær 2990 4811