



IDRÆTSFORENINGEN

Flyvestation Karup

22. MAJ 2019



IDRÆTSMEDDELELSE 20.

IFK HJEMMESIDE: www.ifkar.dmif.dk

Flyvestation Karup Trail løb 2019-II:

NYT TIDSPUNKT!

IFK Cross og Motion inviterer dig til Trail løb **tirsdag den 4. juni kl. 12.00** med efterfølgende social hygge og lækker grillmad 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 IFK "Hall of Fame"

Flotte 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 er mulig ved henvendelse til Mads Rahbek. Tilmeld dig på tlf. 72 81 16 02 eller FKO-F-NST104@mil.dk

Rute KMZ fil kan findes på IFK hjemmeside: www.ifkar.dmif.dk

Startgebyr inkl. grillmad og vand 50 kr. - Løbet er gratis for IFK medlemmer!

Hvis du er i tvivl om du er IFK medlem, så check din lønseddel. Hvis du betaler 20,17 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 31. maj til Rikke Søby Johnsen på: tlf. 72 84 07 04 eller e-mail: JMTO-OE-02@fiin.dk

IFK GOLF SPILLEDE 3. MATCH I HERNING.

IFK Golfudvalg valgte at lægge 3. IFK match på Herning Golfklubs bane torsdag den 17. MAJ.

Der var desværre "**kun**" mødt 20 forventningsfulde spillere op. Håber at vi ser mange flere næste gang. Resultatet blev:

A rækken: Nr. 1 Niels Søe Borup 36 point, Nr. 2 Søren Basse 35 point, Nr. 3 Lasse Søgaard 34 point, og Nr. 4 Knud Agis 32 point

B rækken: Nr. 1 Jan Møller Nielsen **37** point, Nr. 2 Hans Jørgen Schytte Rahbek 35 point, Nr. 3 Paul-Erik Sørensen 33 point, og Nr. 4 Poul K. Andersen 33 point.

Nærmest Hul 3: Jørn Berthelsen 3,64 m, Hul 12: Birgitte Berthelsen 1,81 m.

KOM – SÅ KARUP GOLFERE, VI SKAL VÆRE MANGE

Næste IFK 4. match spilles som Værnenes Match.

Flyvevåbnet mod de andre værn, spilles på Stensballegård Golfbane ved Horsens torsdag den 27. JUN.

GUN start kl. 10:00. Der er fælles velkomst kl. 09:30, hvor alle scorekort skal være afhentet.

Match - og greenfee inkl. Stableford + Biksemad med Spejlæg er 400 kr.

Tilmelding er bindende og foretages enkeltvis ved at overføre de 400 kr. til konto: 7644 – 7503533.

Derudover send mail til Kim khr69@live.dk afgiv DGU nr. Navn og mobilnummer, senest fredag den 14. JUN. HUSK nu også tilmelding i Golfboks. (Skriv Værnenets match i søgefeltet)

Læs hele indbydelsen på Golfudvalgets hjemmeside www.ifkgolf.dk

Hvis du vil vide mere. Kontakt Kim på 25 51 18 59 eller Lasse på 26 83 59 78.

Så har IFK løbere igen været ude og vise trøjen.

03. APR – Cross Island ½ marathon - Morten Kranker: 63 plads i tiden 2:02:12

27. APR – Silkeborg løbet 17,4km - Morten Kranker: 33 plads i tiden 1:33:38

30. APR – Stjerneløbet 2019 - Morten Kranker: 52 plads i tiden 58:13

04. MAJ – Julsø Ultra Trail 60km - Mads Rahbek: 4 plads i tiden 5:27

Flotte resultater. Godt løbet. IFK Cross & Motionsudvalg

HUSK

IFK MESTERSKABER I FLUGTSKYDNING

Husk IFK mesterskaberne i flugtskydning **onsdag den 22. maj** i perioden 14 - 18.

Alle kan deltage.

Der skydes i klasserne mester, A, B, jæger samt sporting.

IFK betaler patroner og skydekort. Så der er bestemt ikke nogen undskyldninger for ikke at møde op.

Eventuelle spørgsmål kan rettes til Tom Houmann på 21417373 eller Bjarne Larsen på 30401456.

HUSK

ALHEDELØBET 2019

Løbet er samtidig IFK Motionsmesterskab 2019☺

Onsdag d. 29. maj 2019 afvikles Alhedeløbet for 38. gang. Ruterne er 4,3 km, 7,1 km, 12,0 km og halvmaraton. 4,3 km ruten er lagt tæt på Frederiks by mens de 3 andre ruter er lagt i den forårsflotte Stendal/Havredal plantage som byder deltagerne velkommen med spændende Trail ruter i et afvekslende og kuperet terræn hvor du udfordres fysisk og teknisk.

HUSK, at **IFK** refunderer startgebyret, hvis du tilmelder dig som Idrætsforeningen Flyvestation Karup og løber i en **IFK** trøje.

Startsted og tid: Alhedehallerne i Frederiks - Trehusevej 7, 7470 Karup

Halvmarathon start kl. 18.30 - 4,3 km, 7,1 km og 12 km samlet start kl. 19.00

Startgebyr: Børn (0-15 år) 25 kr. Voksne 60 kr. Halvmaraton 100 kr.

Forhåndstilmelding: Til og med 26. maj på www.karupok.dk hvor du også kan finde mere info om løbet.

Ole Johnsen

ifk080851@hotmail.com

Fg. Sekretær 2990 4811