



IDRÆTSFORENINGEN

Flyvestation Karup

29. APR 2025



IDRÆTSMEDDELELSE 13.

IFK HJEMMESIDE: www.ifkar.dmif.dk,

Træning IFK Flugtskydning 2025

Træning forgår på flugtskydningscenter Karup grovevej 37c 7470 Karup

Det er på onsdage den 14/5 – 21/5 – 28/5 de 3 første skydninger er fra kl. 18 – 20.30

Vi håber på i år at se mange nye flugtskytter, bl.a. alle med jagttegn fra Brandstationen.

Den 04/6 holder vi IFK-mesterskab det er fra kl. 14-17.

Vi vil gerne hurtigst mulig have besked om folk vil med til DMI ang. Tilmelding om værelser og spisning. I år skal vi skyde på Varde flugtskydningsbane med Varde kasserne som afholder dette mesterskab. Det bliver afholdt de 11-12 juni.

Vi glæder os til nogle hyggelige dage med god skydning.

M.v.h. Niklas 6160 6758 og Jan 2521 0749

ALHEDELØBET 2025 – Træning til ROYAL RUN – 100 km Challenge

Torsdag den 15. maj 2025 KOM OG LØB/GÅ IGENNEM DEN FORÅRS KLÆDTE ALHEDESKOV.

LØBSINFORMATION/INDBYDELSE Startsted/stævneplads: Stendalsvej 23, Karup. Der løbes på skovstier i et kuperet terræn og ruten er på 4,22 km som kan/skal løbes flere gange. (se distancer) Forvent at du bliver udfordret på alle måder. Der er tidtagning med chip.

Distancer: MTB- halvmaraton samlet start kl. 17:30= 5 omgange Halvmaraton samlet start kl. 18.30= 5 omgange - 12,7 km samlet start kl. 18.40= 3 omgange 8,5 km samlet start kl. 18:50 2 omgange - 4,22 km samlet start kl. 19:00= 1 omgang

Stævnekontor: Fra P-plads vil der være skilte som viser vej til eventvogn som er stævnekontor og her udleveres chip og indskrives eftertilmeldinger.

Tilmelding følg dette link Eftertilmelding på dagen indtil kl.18:15 + kr.10,- Ungdom kr. 50,- Voksne kr. 100,-

TILMELDING AF HOLD KAN SKE TIL: larskopp@live.com

Bad og omklædning: Der er mulighed for bad og omklædning i Alhedehallen

HVIS DU tilmelder dig som **IFK-Løber** betaler **IFK** dit startgebyr. Kræver at du er medlem af **IFK**. **Send kopi af resultatliste og kontonummer til fko-f-npt104@mil.dk, så kommer pengene tilbage.**

OPRÅB TL ALLE UDVALGSFORMÆND

Har I noget til en Idrætsmeddelelse så skriv til undertegnede.

Sekretær
Ole Johnsen
2990 4811

ifk080851@hotmail.com