

Vorbasse KFUM Idrætsforening - sæson '17/18

Sæsonopstart :

Så er Vorbasse KFUM Idræt klar med en ny sæson. Her er hvad foreningen tilbyder af aktiviteter i sæson 2017/2018. For at se yderligere holdbeskrivelser og tilmelding se da de forskellige foreningers hjemmeside på www.vorbasse.dk/kfumonline

Læs også om vores tilbud om **CROSSIDRÆT**, som er et fleksibelt idræts tilbud, hvor man ikke er bundet til samme idræt på samme tid hver uge. Det kan være, dine arbejdstider er skiftende, det kan være du ønsker at prøve forskellige aktiviteter af, eller andet, som gør, at den traditionelle idræt ikke passer ind i din hverdag. Tilbuddet er henvendt til voksne.

Løb:

Vi løber/går fra Vorbasse Fritidscentret hver tirsdag fra kl. 18:00, der sluttes af med vand og frugt. Der vil være mulighed for individuel planlægning af løbeprogram, hvis det ønskes evt. træning til ½ maraton.

Løbeklubben tilbyder også **POWERWALKING** som er en skånsom—men effektiv træning! Friske instruktører står klar til at gøre træningen sjov, spændende og effektiv. Se mere på www.vorbasse.dk/kfumonline

Husk **LABRILØBET** den **18/8-17**, som afholdes sammen med "Owen avden".

Husk også **WALK-HALV-THON** den **13/8-17** kl. 11.00, læs mere om det på www.vorbasse.dk eller <https://www.facebook.com/groups/1769437813331249/?fref=ts>

Badminton:

Hold	Opstart	Træningstider	Trænere og hjælpe-trænere
Ungdom U10	Mandag d.04/09	Kl. 14.30-15.30 Hal 1	Peter Dollerup
Ungdom U12	Mandag d.04/09	Kl. 15.30-16.30 Hal 1	Peter Dollerup Henrik Gebka
Ungdom over 12 år	Mandag d.04/09	Kl. 17.00-18.00 Hal 1	Rene Christensen Henrik Gebka
For alle Bane 1-5	Mandag d.04/09	Kl. 18.30-19.30 Hal 1	
For alle Bane 1-5	Mandag d.04/09	Kl. 19.30-20.30 Hal 1	
For alle Bane 1-2 Bane 3-5 Fællesspil	Mandag d.04/09	Kl. 19.00-20.00 Hal 2	
For alle Bane 1-2 Bane 3-5 Fællesspil	Mandag d.04/09	Kl. 20.00-21.00 Hal 2	
For alle Bane 1-2 Bane 3-5 Fællesspil	Mandag d.04/09	Kl. 21.00-22.00 Hal 2	

Volley:

Hold	Opstart	Træningstider	Trænere og hjælpe-trænere
Senior og Junior (fra 8. klasse)	Ons. 6 /9 Kl. 19.00	Onsdag 19.00-21.00 Hal 2	Knud Skovbjerg Mikael Jacobsen Jeroen Schotemeijer

Hockey:

Hold	Opstart	Træningstider	Ansvarlig
Fra 28 år	uge 43	Ons. kl. 19.00-21.00 Hal 2	Thomas Hansen

Idræt om dagen:

Hold	Opstart	Træningstider	Trænere
For alle	Onsdag d. 13/9 kl. 9.30	Ons. 9.30-11.30 Hal 1, 2 og svømmehal	Ingrid, Kirsten, Maud, Ejgil, Ester og Emmy

Håndbold:

Hold	Opstart	Træningstider	Trænere og hjælpe-trænere
U-6 Mix Årgang 2011-2012	Torsdag d. 7/9 kl. 15:45	Tors. kl. 15:45-16:30 Hal 1	Bente Tofte Patrick Tofte Sandra
U-8 Mix Årgang 2009-2010	Torsdag d. 7/9 kl. 15:45	Tors. kl. 15:45-16:30 Hal 1	Bente Tofte Patrick Tofte Sandra
U-10 Piger Årgang 2007-2008	Torsdag d. 7/9 kl. 16:30	Tors. kl. 16:30-17:30 Hal 1	Gert Thomsen Gitte Thomsen
U-10 Dreng Årgang 2007-2008	Torsdag d. 7/9 kl. 16:30	Tors. kl. 16:30-17:30 Hal 1	Peter Vejen Thomsen Julie Vejen Thomsen
U-12 Piger Årgang 2005-2006	Torsdag d. 7/9 kl. 17:30	Tors. kl. 17:30-18:30 Hal 1	Gert Thomsen Gitte Thomsen
U-12 Dreng Årgang 2005-2006	Tirsdag d. 5/9 kl. 17:15	Tirs. kl. 17:15-18:45 Hal 2	Hanne Løvbjerg Kirsten Marie Povlsen
U-16 Piger Årgang 2001-2002	Tirsdag d. 17/8 kl. 17:30	Tirsdags tid findes Tors. kl. 17:30-19:15 Hal 2	Træner findes
U-18 Piger Årgang 2000-1999-1998		Holdet oprettes hvis der er nok spillere, som kontakter udvalget	
U-18 Dreng Årgang 2000-1999-1998	Tirsdag d. 15/8 kl. 18:30	Tirs. kl. 18:30-20:00 Hal 1 Tors. kl. 18:30-19:45 Hal 1	Mathias Jensen
Senior Damer Årgang 1998-senere	Tirsdag d. 15/8 kl. 19:15	Tirs. kl. 19:15-21:00 Hal 2 Tors. kl. 19:45-21:30 Hal 1	Stine Bo Blenker Lene Villumsen
Senior Herrer Årgang 1998-senere	Tirsdag d. 15/8 kl. 20:00	Tirs. kl. 20:00-21:30 Hal 1 Tors. kl. 19:15-21:00 Hal 2	Casper Høgh
Derudover har vi selvfølgelig vores forældre/barn håndbold, som spiller håndbold en lørdag i måneden, fra 10:00 – 11:00. Der vil komme mere om dette på www.vorbasse.dk/haandbold www.facebook.com/VorbasseKFUMHaandbold samt opslag i hallen.			

Gymnastik:

Hold	Opstart	Træningstider	Trænere og hjælpe-trænere
Mor/far/barn	Ons. 6/9 kl. 17.15	Onsdag kl. 17.15-18.00 Hal 1	Karla, Anja, Signe E
Puslinge	Tirs. 5/9. kl. 16.15	Tirsdag kl. 16.00 - 16.45 Hal 1	Louise, Marianne, Caroline, Ida K, Didde, Cathrine
0-1.kl	Ons. d. 6/9 kl. 16.30	Onsdag kl. 16.00 - 17.00 Hal 1	Ida S, Emma, Signe K, Sofie, Laura, Julie
2.kl ->	Tirs d. 5/9 kl. 17.15	Tirsdag kl. 16.30 - 17.30 Hal 1	Martin, Helle, Jonas, Emil, Anne, Cecilia, Mathilde
Damer	Onsdag d. 6/9 kl. 18.15	Onsdag kl. 18.15 - 19.30 Hal 1	Emmy
Pillates	Mand. 4/9 kl. 13.30	Mandag kl. 13.30 - 14.30 Grønt rum	Emmy
Yoga	Mand. 4/9 kl. 19.00	Mandag kl. 19.00 - 20.15 Grønt rum	Rita

Svømning:

Hold	Opstart	Træningstider	Trænere og hjælpe-trænere
Søstjerner Begyndere fra 6 år og op i det lille og store bassin efter behov	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl. 16.15-17.00 Vandtid: 30 min Kl. 16.30-17.00	Maria Askholm Max Kaps Laura Marie Josefine Cathrine E.
Delfiner *Bemærk adgangskrav	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl. 16.45-17.30 Vandtid: 30 min Kl. 17.00-17.30	Maria Askholm Max Kaps Anine Thao Cecilie Sofie Nadia
Hajer *Bemærk adgangskrav	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl.17.15-18.00 Vandtid: 30 min Kl. 17.30-18.00	Maria Askholm Louise Nielsen Laura Marie Josefine Cathrine E.
Guldfisk *Bemærk adgangskrav Fortsættere fra 6 år og op i det store bassin	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl. 17.45-18.30 Vandtid: 30 min Kl. 18.00-18.30	Maria Askholm Louise Nielsen Anine
Søheste *Begyndere 3-6 år med forældre i vandet ind til jul. Kun i det lille bassin	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl. 17.15-18.00 Vandtid: 30 min Kl. 17.30-18.00	Penille Dyhrberg Caroline Amalie Kathrine J.
Haletudser *Begyndere 3-6 år uden forældre i vandet	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl. 17.45-18.30 Vandtid: 30 min Kl. 18.00-18.30	Penille Dyhrberg Thao Cecilie Sofie Nadia
Frøer *Fortsættere 3-6 år	Mandag den 04.09.17	Mandage Kl. 18.15-19.00 Vandtid: 30 min Kl. 18.30-19.00	Marianne Hansen Caroline Amalie Kathrine J. Jaleesha
Familiesvømning	Tirsdag den 05.09.17	Tirsdage Kl. 16.45-17.45	Bjarne Hansen Rico Laustsen
Voksne – motion Du planlægger selv din træning	Tirsdag den 05.09.17	Tirsdage Kl. 18.15-19.00	Stig Straarup
Teen-Swim *Bemærk adgangskrav	Onsdag den 06.09.17	Onsdage Kl. 17.00-18.00	Emma Langvad Freja
Babysvømning 0-1 år, for de mindste babyer	Torsdag den 07.09.17	Torsdage Kl. 16.45-17.30	Bente Benné
Babysvømning 0-3 år, for de større babyer	Torsdag den 07.09.17	Torsdage Kl. 17.30-18.15	Bente Benné
Få det nu lært! Voksne med undervisning fra dybde 1,5 til den dybe ende.	Torsdag den 07.09.17	Torsdage Kl. 17.15-18.00	Dianna S. Vejgaard
Vandtilvænnning og bevægelse For voksne begyndere i den lave ende af bassinet.	Torsdag den 07.09.17	Torsdage Kl. 17.15-18.00	Marianne Hansen
Aqua Fitness	Torsdag den 07.09.17	Torsdage Kl. 18.00-19.00	Ina Birkelund Bente Tofte

Hal 1 = gl. hal & Hal 2 = ny hal

Der er 3 ugers prøvetid i hele Idrætsforeningen, hvor du kan få tilbagebetalt kontingentet, hvis du af forskellige årsager ikke kan fortsætte. Hvis du senere end de 3 uger må stoppe, med idrætten, må kontingentet betragtes som tilhørende Idrætsforeningen.

Ret til ændringer forbeholdes.