



Vinding Ungdoms- og Idrætsforening

- hvor fritid får mening!

Nyhedsbrev – august 2016.

Har det ikke været en skøn OL-tid? Og sjovt at tænke på, at alle er startet i det små - også Pernille Blume og Viktor Axelsen – og alle de andre skønne fantastiske sportsfolk...

I det små... det kunne jo være i VUIF – så kom frisk til en ny sæson ☺

Det kan du læse lidt mere om her – og på vores hjemmeside www.vinding-uif.dk

Men først en rigtig nyhed d. 29.oktober!!!!

...nej – den nyhed skal vist vente til sidst i brevet...

Vi starter med lidt fra Senioridræt

Senioridrætten starter op igen efter ferien **torsdag d. 15. september** i Sørvad Kultur & Idrætscenter.

Vi mødes kl. 9.00 og starter med gymnastik. Der er også mulighed for bob, kortspil m.m.

Ca. kl. 10 er der fælles kaffe med brød. Vi **slutter af med en god historie** og sang.

Mød bare op og se, om det er noget for dig...

Yderligere oplysninger hos Inga Poulsgaard tlf. 97438585

Trehøjemestre i petanque

Petanqueklubben har ikke holdt ferie i år – og det er gået så godt, at vi nu har **Trehøjemestre** i petanque i Sørvad!

Vi spiller hver mandag fra kl. 09.30 og onsdag fra kl. 18.30, på banerne på det grønne område bag ved Sørvad Kultur & Idrætscenter. Vi har i år 2 hold med i turneringen, og desuden deltager vi i stævner i omliggende byer.

Har du lyst til at prøve at være med, så mød bare op. Vi kan hurtigt lære dig spillet, og vi har ekstra petanquekugler.

Henvendelse kan ske til formanden, Bent Sørensen tlf. 23208001.

Svømning for store og små

Mandag d. 19. september starter VUIF's **vintersvømning i Vildbjerg Svømmehal**.

Der vil være mulighed for fysisk udfoldelse i det store svømmebassin, varmtvandsbassinet på 34 grader, spabadet og vandruksjebanen. **Familiesvømning** hver mandag kl. 18.30 – 19.30 samt **voksensvømning** hver mandag kl. 19.30 – 20.30. Der svømmes til og med mandag den 20. marts.

Tilmelding kan ske via <http://vinding-uif.dk/index.php/online-betaling-tilmelding>.

Og en stor vifte af gymnastikhold...

Vi i gymnastikudvalget glæder os meget til den kommende sæson!

Opstart er i uge 38, undtagen rytme piger, som har opstart i uge 34. Vi mangler lige at få de sidste brikker på plads. **Holdoversigten vil blive lagt ind på hjemmesiden** snarest muligt.

Har du lyst til at være træner for pige fræs eller dreng fræs, må du meget gerne kontakte Michala på 25301174 eller aa.wittendorff@gmail.com

Og en masse fjerbold...

Opstart badminton for **dreng**: Tirsdag d. 30 august kl. 16.30-18.00

Opstart badminton **piger**: Fredag d. 2. september kl. 14.15-15.15

Opstart **miniton**: Fredag d. 2. September kl. 15.15-16.00

For alle drenge og piger som har lyst, er der Natminton i hallen fra fredag d. 16 september kl. 20.00 til lørdag d. 17 september kl. 08.00. Der kommer opslag i hallen.

Fitness når du har tid...

I SØRVAD FITNESS er vore veluddannede instruktører **klar til at hjælpe dig i gang** med træningen – både i fitness, indoor cycling og holdtræning. Ud over rygtræning kan vi også tilbyde træning med TRX kombineret med body-spinning, hvis det er det man ønsker.

Du kan deltage på holdene, når du har betalt indmeldelse og valgt et abonnement. SØRVAD FITNESS har åbent alle dage fra kl. 05.00 til 22.00.

Så tag en rask beslutning og gå i SØRVAD FITNESS – der er **rabat ved indmeldelse i september** måned. Se mere på Fitness' egen hjemmeside: www.sørvadfitness.dk

Open by Night

VUIF er selvfølgelig igen i år med til Open by Night ved Brugsen – så kom op og hør lidt mere.

Og **måske er der tipskupon som sidste år??**

Det er fredag d. 2. september kl. 19 – 22.

Har du prøvet at være med i et udvalg??

Måske er det lige noget for dig? Der er **rigtig mange gode oplevelser** ved det!

Til februar er der generalforsamling igen, med nye valg – så giv det lige en tanke...

Og nu til den helt nye nyhed!!!

Der er 80'er fest d. 29. oktober 😊😊

Det er et helt nyt tiltag i det gode samarbejde mellem SKI, KFUM Idræt og VUIF – fælles for hele byen – fest med 80'er stemning!

80'er mad, 80'er musik – og hvad hvis du tømmer klædeskabet???

Der kommer mere info forskellige steder – men **sæt kryds i kalenderen nu!**

Velkommen til en ny vintersæson – til mange sunde, sjove, gode timer!!!

Mange hilsner VUIF.