



Vinding Ungdoms- og Idrætsforening

- hvor fritid får mening!

Nyhedsbrev – november 2016.

Efterår – godt gang i motionen – og snart december, bl.a. med **det hyggelige familiebanko...**
mere om det senere 😊
Først lidt andet...

80'er fest udsat

80'er festen – planlagt i fællesskab af SKI, KFUM Idræt og VUIF - der skulle have været d. 29. okt.
måtte desværre aflyses på grund af for få tilmeldte...
MEN der er allerede fastsat en **NY dato – d. 30. september 2017** – til en NY fest 😊

Petanque fortsætter i vinter

Da vi nu går vinteren i møde, har vi besluttet ikke at spille petanque onsdag aften mere, før vi igen starter det op til foråret.

Vi spiller udendørs på vore baner bag ved SKI, når vejret tillader det. Det foregår hver **mandag formiddag fra kl. 09.30**, og hvis vi ikke spiller ude, rykker vi ind i SKI, hvor vi har mulighed for at dyrke vor sport, selv i dårligt vejr.

God fodboldsæson

Fodboldsæsonen er sluttet for i år – men vi **har haft en god sæson!**

Vi har fået lidt flere piger i klubben, trænerposterne er "næsten" besat, forældrehjælp fungerer... Klubsamarbejdet med Ørnhøj er skudt godt i gang – alt i alt en god sæson.

Nu skal man jo ikke gå rundt og prale, men lidt går vist an... Vi vil gerne ønske tillykke til vores seniorherrer, med den flotte oprykning til serie 3 – det er så flot gået!! Vi ved at holdet sætter stor pris på den opbakning, de har fået fra mange trofaste tilskuere!

Vi glæder os til sæsonen går i gang igen til foråret!

Gang i fitness

"**Rigtige Mænd**" og "**Rigtige Kvinder**" har vi mange af, i alle aldre, i Sørvad Fitness. Rigtig mange har købt abonnement her i efteråret og træner flittigt i centeret. Om formiddagen er det overvejende seniorer, som hygger sig og får sved på panden, senere er det alle andre, som enten træner i fitness eller er med på hold. Vi har dog plads til mange flere, så gå ind og se/tilmeld dig på vores hjemmeside: www.soervadfitness.dk

Vi kan tilbyde holdtræning i: **Indoor Cycling, Rygtræning, TRX/Bodyspinning, TRX og Kettlebell**. Vi har nogle super dygtige instruktører, som er klar til at tage imod dig. KOM op af sofaen og kom igang i Sørvad Fitness, vi glæder os til at se **dig**. Har du behov for at vide mere er du altid velkommen til at kontakte os.

Sæt kryds for gymnastikopvisning

Gymnastiksæsonen er startet, og en masse **friske og glade gymnaster** er i gang med at forbedre deres gymnastiske evner og ikke mindst få en masse motion.

Den årlige gymnastikopvisning ligger i denne sæson **søndag d. 19. marts 2017**, så sæt allerede nu et kryds i kalenderen ☺

Og nu til familiebanko...

Søndag d. 18. december kl. 14 – der har vi det store børne- og familiebanko!

Og samme aften kl. 19 er der julebanko – og der er rigtig mange store og flotte præmier til begge arrangementer!!

Det bliver hyggeligt – **kom og bliv juleglad** ☺

Sørvadløb 2017

Vi kan allerede nu fortælle at **næste års Sørvadløb** bliver torsdag d. **1. juni kl. 18.30!**

Du er velkommen – uanset om du er løber, travler eller hepper ☺

Generalforsamling

Onsdag d. 22. februar har vi generalforsamling igen!

Vi har stadig brug for hjælp i udvalgene – kunne det være noget for **DIG???**

Men der er ingen der bliver valgt til noget, hvis man ikke selv siger ja – så du kan ganske roligt møde op til et par hyggelige timer ☺

God vintersæson til alle – hilsen VUIF.