IDRÆTSFORENINGEN
Flyvestation Karup

13. MAR 2023

IDRÆTSMEDDELELSE 08.

IFK HJEMMESIDE: **www.ifkar.dmif.dk,**

Dansk Militært Idrætsforbund (DMI) og Aalborg Kaserners Idrætsforening (AKIF) indbyder til forbundsmesterskaber i udendørs fodbold:

fredag d. 12. maj 2023

Rækker:
- Senior B. (7 mands) Forbundsmester. Gerne mere end et hold.
- Oldboys (5 mands) Gerne mere end et hold.
- Veteraner (5 Mands).
- Mix række (5 mands, (3 kvinder, 2 mænd). Gerne flere hold.

Antal deltager:
- Et hold i 7-mandsrækken må bestå af op til 12 spillere samt en holdleder
- Et hold i 5-mandsrækken må bestå af op til 8 spillere samt en holdleder
- Et hold i mix-rækken må bestå af 8 spiller (5 kvinder og 3 mænd)

Alderskriterier:

Række	Fra det år, hvor man fylder	Dispensation
Senior	Også værnepligtige	Ingen
Oldboys	27 år (fra årgang 96)	Ingen
Veteran	45 år (fra årgang 78)	En fra årgang 79
Mix-række	Også værnepligtige piger	Ingen

Spilleregler: Link til spilleregler for udendørs fodbold: https://dmif.dk/om-dmi/bestemmelser – under kapitel 16.

Tilmelding til Jonas Steendal Klitte på mail: stensdalklitte@gmail.com mobil: 2991 6497

HJÆLP – HJÆLP – HÆLP

Lørdag den 25. MAR kl. 1000 – 1400 skal IFK gerne have den Discgolfbane op og stå vi har planlagt og indkøbt. Derfor har vi et meget stort ønske om at få dig og dig og gerne dig til at komme og hjælpe med at grave og støbe disse stolper ned. Også gerne værnepligtige der ikke tager hjem i weekenden. Der gives lidt til ganen. Tilmelding til FM Simon Rewers i tjenestetiden 728 11724 – I fritiden på 6133 2980

DHL STAFET 2023 I ÅRHUS

VED GODT VI ER TIDLIG UDE – MEN NU ER DER FOLK DER ER BEGYNDT AT SPØRGE!
Forsvaret stiller op til en hyggelig aften i Aarhus mindepark torsdag den 24. august.
Der kan vælges mellem 5 km stafetløb eller 5 km samlet march.
Du får: Forsvarets eftertragtede motions T-shirt i en lys grå i år, transport til mindeparken og hjem igen, plads i teltet, madkasse og en øl, vin eller sodavand samt en hyggelig aften med 4-500 af dine kollegaer.
Du skal gå ind på SharePoint siden Forsvarets DHL Stafet Aarhus - Startside (fiin.dk) og finde alt den information du har brug for og melde dig på listen, find meget gerne 4 andre du vil løbe/gå med og så bare mød op med godt humør.
Det plejer at være så hyggeligt, at du da også skal med.

Sekretær Ole Johnsen 2990 4811, ifk080851@hotmail.com