IDRÆTSFORENINGEN
Flyvestation Karup

01. MAJ 2023

IDRÆTSMEDDELELSE 14.

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

DMI MESTERSKABER I FLUGTSKYDNING

UPS, jeg glemte at give datoerne. Det er den 7. og 8. JUN 2023. Kom ud og træn, så får I også besked der. *SE IM nr. 13*.

IFK GOLFUDVALG HAR AFVIKLET FØRSTE MATCH I VIBORG

IFK Golfudvalg ved Kim Rasmussen og Lasse Krogh Søgaard har den 27. APR afviklet den første match i **IFK** Golfturnering i Viborg Golfklub, med 37 deltagere. Endelig er der nu også kommet en Dame række, da hele 7 deltagere var med denne gang. Men vi kan sagtens bruge mange flere. Så kom bare frit frem. Resultaterne var på det jævne, da en stærk vind og lave temperaturer gjorde det lidt vanskelig for spillerne. Resultaterne i de 3 grupper var som følger:

A Gruppe (10)	**B Gruppen (20)**	**Dame Gruppen (7)**
Nr. 1 Jesper Juul Jensen 36 point	Martin Olesen 33 point	Gurli Jørgensen 33 point
Nr. 2 Kim Rasmussen 35 point	Jan Møller Nielsen 32 point	Vita Fløe 33 point
Nr. 3 Jacob Byrknes 33 point	Poul-Erik Sørensen 31 point	Lis Arvidsen 32 point
Nr. 4 Jørgen V. Jarsskov 32 point	Peter Mouritzen 31 point	Maria Hjortstrøm 30 point
Nr. 5 Lasse Søgaard 30 point	Hans J. Skytte Rahbek 30 point	Birgitte Berthelsen 22 point

Øvrige resultater kan læses på Golfboks eller på www.ifkgolf.dk. Næste match er den 26. MAJ på Hammel Golfbane. Tilmelding er åben.

DMI Cross Country forbundsmesterskab samt IFK Cross mesterskab 2023



Den 28. april blev DMI Cross Country forbundsmesterskab og IFK Cross mesterskab 2023 afholdt af Dragonregimentet i Holstebro.

Det var derfor en velkendte og særdeles glimrende rute i skoven bag kaserne, vi skulle gen-besøge. Vejret kunne ikke være bedre og **IFK** stillede i år med hele 9 deltagere i stort alle herre klasser (bortset fra VPL) og også i Kvinder Senior A. Dejligt at have nogle af vores løbepiger med. Og der er plads til flere.

IFK har stolte traditioner til DMI, så forventningerne var tårnhøje – og blev i den grad indfriet.
Der blev virkelig løbet stærkt og alle gav den fuld gas.

Denne IM har 2 sider

Resultat DMI Cross Country mesterskab:
Herre Senior A (9,6km):
2 plads: Anders Bonde i tiden 33:41 (IFK-mesterskab: 1 plads Herre Senior A)
5 plads: Frederik Madsen i tiden 34:35 (IFK-mesterskab: 2 plads Herre Senior A)
Herre Yngre Oldboys (4,8km):
1 plads: Ole Kristensen i tiden 18:05 (IFK-mesterskab: 1 plads Herre Yngre Oldboys)
Herre Ældre Oldboys (4,8km):
1 plads: Kim Hansen i tiden 17:46 (IFK-mesterskab: 1 plads Herre Ældre Oldboys)
2 plads: Jan Torp i tiden 19:04 (IFK-mesterskab: 2 plads Herre Ældre Oldboys)
Herre Master (4,8km):
1 plads: Mads Rahbek i tiden 20:20 (IFK-mesterskab: 1 plads Herre Master)
Herre Grand Master (4,8km):
2 plads: Steen Kirkedal Christoffersen i tiden 22:54 (IFK-mesterskab: 1 plads Herre Grand Master)
Kvinder Senior A (9,6km):
3 plads: Annie Bremer i tiden 49:44 (IFK-mesterskab: 1 plads Kvinder Senior A)
4 plads: Nicoline Søndergaard i tiden 1:00:17 (IFK-mesterskab: 2 plads Kvinder Senior A)

Stafet:
Herre Senior A+B
2 plads: Frederik Madsen/ Ole Kristensen i tiden 16:47
Herre Yngre Oldboys/ Ældre Oldboys
1 plads: Kim Hansen/ Jan Torp i tiden 18:12
Herre Master/ Grand Master
1 plads: Mads Rahbek/Steen Christoffersen i tiden 21:02
Kvinder Senior A
5 plads: Annie Bremer/ Nicoline Søndergaard i tiden 26:35

Totalt set betyder det at IFK løb sig til 10 præmier/podiepladser med 9 deltagere.
ET HELT IGENNEM IMPONERENDE RESULTAT
Det er en stolt holdleder der ønsker et kæmpestort tillykke med resultaterne og siger tusind tak for indsatsen og det hyggelige samvær.
Og til dig der ikke var med i år, er der kun at sige: Der er også plads til dig og vi håber at se dig til næste år.

Venlig hilsen
Mads Rahbek
IFK Cross & Motionsudvalg
728 11602

HVAD SKER DER, HVAD ER DER LIGE FOR ALLE JER MEDLEMMER.

IFK O-Løbsudvalg arrangerer stadig O-Løb hver tirsdag, nu med mange deltagere, **SE** IFK hjemmeside under O-Løbsudvalget. Her finder du kalender med løbs - og startsteder.

IFK Flugtskydningsudvalg. HUSK træning på Grove Flugtskydningscenter den 3. 10., og 17. maj, samt IFK-mesterskaber den 24. maj **SE IM nr. 13.**

IFK Fodboldudvalg mangler stadig fodboldspillere i alle klasser til DMI-stævne i ÅLB den 12. MAJ **SE IM nr. 11**

IFK Cross og Motionsudvalg: HUSK Alhedeløbet. Den 11. MAJ med NY startsted på Stendalsvej 23, Karup. Også med MTB. **SE IM nr. 12**

IFK TRI-og Duathlon Udvalg: HUSK tilmelding til DMI-mesterskabet den 18. MAJ, senest den 10. MAJ, **SE IM nr. 12**

IFK GOLFUDVALG: 1. match i Viborg er afviklet, 2. match er 26. maj i Hammel, tilmelding er åben. **SE www.ifkgolf.dk**

23. og 24, JUN kommer der DMI orienteringsbiathlon, så følg med i idrætsmeddelelserne.

Sekretær Ole Johnsen 2990 4811, ifk080851@hotmail.com