



IDRÆTSFORENINGEN

Flyvestation Karup

02. MAR 2025



IDRÆTSMEDDELELSE 08.

IFK HJEMMESIDE: www.ifkar.dmif.dk,



100 KM CHALLENGE 2025 – er du klar igen i år??!!

For 5. år i træk inviterer Helicopter Wing dig og din familie til 100 KM CHALLENGE 2025! Udfordringen er simpel: Du skal tilbagelægge 100 km på max 31 dage - dvs. 3,2 km om dagen i gennemsnit. Du bestemmer selv, om du vil gå, cykle eller løbe for at komme i mål. Vigtigst er at komme ud og bevæge sig – gerne i fællesskab med andre! Som deltager i 100 KM CHALLENGE gør du en forskel for de danske veteraner! Alt overskud fra Challenge går hvert år til et dansk initiativ, veteranprojekt eller forening, der gør en forskel for soldater, der har været udsendt. Følg med på Facebook, hvor årets veteranprojekt offentliggøres i marts 2025

Som IFK/medlem får du tilskud til at deltage i 100 KM CHALLENGE!

Gem din kvittering, når du har tilmeldt dig. Log/registrér dine kilometer på *Din Side* på Sportstiming. Når du har nået de 100 km, tager du et screendump af dit resultat, som du sender til formanden for IFK, samt dit kontonummer. Herefter refunderes 100 kr. af startgebyret.

IFK GOLFUDVALG HAR FØLGENDE INFO

Kære alle IFK golfere: Så er IFK Golfudvalg klar med datoerne for den kommende sæson. Det spilles på følgende datoer: 2/5 - 30/5 - 20/6 - 11/7 - 22/9
Baner vil blive opdateret løbende efterhånden som vi får lavet aftaler med de enkelte klubber.

Værnernes Match er *tentativt* planlagt til 16/5. Ændring af dato kan forekomme.

Husk også Forbundsmesterskabet den 1.- 2. september i Esbjerg.

Ovennævnte vil inden længe også fremgå af www.ifkgolf.dk.

Vi ser frem til at starte sæsonen op og håber på lige så stor opbakning i år som sidste år.

Vil du med på IFK Golfudvalg liste for info om golf så kontakt lasses247@gmail.dk

Sekretær
Ole Johnsen
2990 4811

ifk080851@hotmail.com