IDRÆTSFORENINGEN
Flyvestation Karup
04. JAN 2019

IDRÆTSMEDDELELSE 01.

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

RIGTIG GODT NYT SPORTSÅR TIL ALLE

Så starter det nye år, efter den megen gode mad og måske lidt for mange våde vare, og der er også nok mange der ikke har fået sig rørt – sååå måske er der et par kilo der skal væk.

TIRSDAGS ORIENTERINGSLØB

Den nye liste over Tirsdags Orienteringsløb ligger på hjemmesiden, og vi starter allerede på tirsdag den 08. JAN i Sdr. Resen Naturpark, afmærkning fra Flaskecentralen i Fårbæk.

Glædelig løbe(h)jul og godt nyt-løbe-år☺

2018 slutter lidt trist for IFK Cross & Motionsudvalget idet vi er nødsaget til at aflyse 3. afdeling af IFK Trailløbs serien pga. manglende tilmeldinger. Dette tror vi primært er kommet af at rigtig mange har skiftet stabsnumre og derfor ikke længere får Idrætsmeddelelserne. Det håber vi på der nu er rette op på. MEN hvis du kender nogen eller hører at nogen ikke får IFK Idrætsmeddelelserne, og gerne vil have dem, så bed dem om at sende en mail til Ole Johnsen på **ifk080851@hotmail.com** **opgiv navn og MA nummer, eller civil mailadresse, så er du med igen.**

Resultater for IFK Trailløb 2018:

Herre:
1. plads med 40 point: Kim Hansen
2. plads med 36 point: Jan Torp
3. plads med 32 point: Mads Rahbek

Damer:
1. plads med 40 point: Rikke Søby Johnsen
2. plads med 36 point: Irene Nielsen

Vinderne vil blive hædret i "Hall of fame" på vores hjemmeside: **www.ifkar.dmif.dk**
Her kan du også se alle individuelle placeringer og point.
Vi takker også vores sponsor Racing Denmark for alle de lækre præmier som blev uddelt som lodtrækningspræmier blandt deltagerne.

I 2019 glæder vi os i IFK Cross & Motionsudvalget til at tilbyde dig masser af dejlige og fede løbeoplevelser.

IFK Trailløb:
I 2019 bliver der kun 2 Trailløb som afvikles således:
- Suppe-trailløb den 7. feb. Start kl. 11. Mere information tilgår.
- Grill-trailløb den 12. sep. Start kl. 11. Mere information tilgår.

IFK Cross Mesterskab afvikles i forbindelse med DMI Cross Mesterskab. Arrangør er Ålborg Kaserners Idrætsforening og det afholdes den 28 mar. Mere information tilgårJ
IFK Motions Mesterskab afvikles i forbindelse med Alhedeløbet den 29. maj. Mere information tilgår.

Hertil kommer nogle super fede løb arrangeret af Racing Denmark, som igen i 2019 er sponsor for IFK Trailløbene.
- Paradise Trail den 7. apr. 6, 12 og 18 km. Mere information tilgår.
- Sky Trail den 23. jun. 7, 14, 21 og 42 km. Mere information tilgår.
- Dark Trail den 3. nov. 6, 12 og 18 km i mørke. Mere information tilgår.

Denne IM har 2 sider

Endelig støtter IFK også i 2019 med op til 100 kr. af startgebyr til alle andre løbeevents, bare du er IFK medlem, stiller op for IFK og løber i en af vores lækre løbetrøjer. Løbetrøjer kan købes for 100 kr/stk, ved henvendelse til udvalgsformand Mads Rahbek **FKO-F-NST104@fiin.dk**, 728-11602

Du ønskes glædelig jul og et fantastisk nytår af IFK C&M udvalget, med håbet om at vi ses derude.

??ER DU MEDLEM AF IFK??

Dyrker du, og evt. din bedre halvdel orienteringsløb, motionsløb, golf, håndbold, fodbold, badminton, skydning, flugtskydning, sortkrudtskydning, triathlon, duathlon, bueskydning, biathlon orientering, mil 5 kamp, feltsport, terrænsport, cykling, MTB, faldskærmsspring, fægtning, march, floorball eller volleyball. –

Ja undskyld vi spørger, men vi vil så gerne have mange flere medlemmer i vores militære idrætsforening IFK. For den formidable pris af 17,17 kr. i måneden, kan du blive medlem, (også den bedre halvdel derhjemme) og dette kontingent kan du/l få mange igen, hvis du dyrker en sportsgren under vores regi. Det får du, da vi støtter med tilskud til startgebyr til de ovennævnte idrætter. Det eneste vi (IFK) kræver, er, at du stiller op for IFK.
Kan du på dit løntræk se at du betaler et beløb til DMI, er det ikke sikkert at det er IFK du betaler til – MED MINDRE beløbet er 17,17 kr. – De 17 øre er lig med, at det er IFK du betaler til, for vi er den 17' idrætsforeningen under DMI. Tjek vores hjemmeside www.ifkar.dmif.dk – her står hvordan du bliver medlem. Ellers kontakt IFK kasserer Uffe Dam på fes-sokar03, eller mobil 41 99 66 29, eller undertegnede.

MEDLEMSKONTINGENT TIL IFK for øvrige 2019

Hjemsendt personel, og/eller personel der gerne vil være med i IFK betaler via BANK OVERFØRSEL For personer under 60 år er det 220 kr. og er man over 60 år er det 110 kr. pr. år. Pengene overføres som sagt via bankoverførsel (ej giro) til konto: 7644-1004033. Betal inden den 01. FEB 2019.

Ole Johnsen
ifk080851@hotmail.com
Fg. Sekretær 2990 4811