



NYHEDSMAIL

Idræt i dagtimerne



Nyhedsmail fra IFA (Idræt for alle) 15. maj 2024

[View this email in your browser](#)

Træning i skoven



Skoven står i fuldt flor lige nu og danner derfor den perfekte ramme til vores aktivitet: "Træning i skoven." Kom og vær med til pulstræning i smukke omgivelser. Vores instruktør Krista står klar til at tage godt imod dig og vil sørge for, at du får sved på panden og får blæst lungerne godt igennem med frisk luft.

Det eneste du skal medbringe er havehandsker og nogle skridsikre sko.

Tid og sted: Tirsdage kl. 13.00-14.15 i Søndermarksskoven ved Granhytten bagved Søndermarksskolen (Rød træhytte) ved siden af P-pladsen.

Nye t-shirts



Så er der landet nye t-shirts på kontoret. Kig forbi, hvis du skal have frisket garderoben op med nogle nye farver.

Pris: Dame- og herremodel, 100 kr./stk.

Sommerfest



Onsdag den 12. juni

Kom og vær med til vores hyggelige sommerfest på Albuen, hvor vi forhåbentlig får dejligt solskinsvejr. Vi skal have det sjovt og hyggeligt med små lege og spil, så medbring noget tøj du kan bevæge dig i og en trøje til at tage på bagefter.

Efterfølgende vil der blive serveret grillmad og salat. Kiosken er også åben, hvor der vil være mulighed for at købe drikkevarer (vand, sodavand, juice og saft). Desuden kan der købes kaffe og kringler til 25 kr. pr. person.

Medbring: Service (glas, bestik og tallerken) og evt. drikkevarer.

Sted: Albuen, Tirsbæk Strandvej

Tid: kl. 8.30 – ca. 14.30. Vi starter dagen med at deltage i morgengymnastikken.

Pris: 100 kr. for medlemmer (120 kr. for gæster) inkl. mad.

Tilmelding: På kontoret eller til lotte@iidvejle.dk senest den 5. juni

Sejlads på Vejle Fjord



Onsdag den 19. juni er vi endnu engang inviteret ned i Sejlklubben Neptun Vejle. Der sejles en tur ud langs vores skønne Vejle Fjord, hvor du får set Vejle fra vandkanten. Båden vil blive sejlet af en erfaren sejler fra sejlklubben Neptun, men du har også selv mulighed for at afprøve dine egne evner på en båd, hvis du har lyst. Du kan læse mere om arrangementer [her](#).

Tid: onsdag den 19. juni kl. 9.00-15.00

Sted: Sejlklubben Neptun, Stævnen 53, 7100 Vejle

Pris: 100,- inkl. et rundstykke og en kop kaffe, 2 luksus håndmadder og bådleje (medbring selv drikkevarer).

Tilmelding: På kontoret eller på lotte@iidvejle.dk inden den 14. juni.

Rabat i DGI-huset



Som noget nyt kan du nu, som medlem hos Idræt i dagtimerne, få rabat på udvalgte varer i DGI-husets Cafe Nordic. Se nedenstående priser:

Bagel 39 kr. (normalpris 49 kr.)

Toast 18 kr. (normalpris 25 kr.)

1/2 l sodavand 25 kr. (normalpris 27 kr.)

Kande kaffe/the 35 kr. (normalpris 55 kr.)

Rabatten gives ved fremvisning af gyldigt medlemskort.

Gratis gåture for alle



Se alle gåture for 2. kvartal af 2024 [her](#).
Turene er på ca. 5 km og vi går hver torsdag kl. 12.00 med forskellige startsteder og guider.
Du kan også finde en oversigt over andre gåfællesskaber via linket [her](#).

Aflysninger



HUSK du kan holde dig opdateret på vores aflysninger [her](#).



Facebook



Hjemmeside



Email

Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51 F, 7100 Vejle

Kontortid: kl. 10-12, torsdag kl. 9-13

Tlf.: 75 72 05 11, Email: info@iidvejle.dk

Hjemmeside: www.iidvejle.dk

[unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)