

MOTION i dagtimerne

IDRÆT OG MOTION FOR ALLE

Nyhedsbrev

1. årgang – 1. udgave

April 2019

MOTION i Dagtimerne

Ny Billeshavevej 1, Strib

5500 Middelfart

Tlf. 40 335 336

E-mail: info@motionid.dk

WWW : motionid.dk

- Det allerførste i MOTION i Dagtimerne

Velkommen som læser af MOTION i Dagtimernes nyhedsbrev!

At skrive et nyhedsbrev er ikke nødvendigvis nogen stor opgave i en forening, hvor der sker meget. Det tager dog lidt tid, og det er vores hensigt, at indholdet skal være relevant for dig som læser.

Et nyhedsbrev udkommer ofte med faste intervaller, ugentligt, månedligt, kvartalsvis eller måske årligt.

MOTION i Dagtimerne tilstræber at udsende nyhedsbrev, når vi har noget på hjerte, som vi synes, alle medlemmer af vores forening bør have kendskab til på samme tid, og som udgangspunkt bliver det uden faste intervaller.

Vi håber, at du vil synes om at modtage brevene fremover. Skulle det vise sig, at du ikke ønsker det, vil vi bede dig give os besked, så vi kan slette dig fra vores liste med modtagere. Slettes du af listen, kan det imidlertid betyde, at du går glip af anden relevant information.

Sæson 2018-2019 nærmer sig sin afslutning

I de første fem år af MOTION i Dagtimernes historie har vores sæson startet 1. september og sluttet 31. maj hvert år.

Her ved slutningen af sæson 2018-2019 vil vi særligt gøre opmærksom på to aktiviteter, som er helt nye for os.

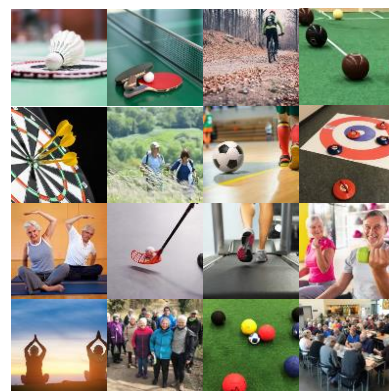
1. Vi tilbyder aktiviteten FODBOLD i en form, som vi kalder "små-bold". Det starter den 25. april.
2. Vi tilbyder aktiviteten CYKLING med start den 4. juni.

Du kan læse mere om begge tilbud længere nede i dette nyhedsbrev.

Indhold

Side

Velkommen til Nyhedsbrevet	1
Sæson 2018-2019 går på hæld	1
Sommeraktiviteter	2



HUSK disse datoer:

Den 25. april

"små-bold" – se mere på næste side

Den 30. april

Fællesspisning

- Det er her, du kan høre mere om cykling i M-i-D

Den 28. maj

Forårsaflutning / fællesspisning

- Det er her, du kan sige på gensyn til alle de frivillige og alle de andre medlemmer af M-i-D

Den 4. juni

Cykling – se mere på næste side

Motion er en medicin, der kan behandle flere sygdomme på samme tid – og uden bivirkninger, hvis vi følger den anbefalede dosis.

Sommeraktiviteter i MOTION i Dagtimerne...

Fodbold i MOTION i Dagtimerne fra den 25. april.2019

Vi kalder det "Små-bold" – en slags fodbold.
Der spilles med en let fodbold, på små mål og i almindelige gummisko / kondisko.
Det er for M og K og tacklinger er ikke tilladt – hverken med eller uden bold.



Hvis vejret tillader det, spilles der udendørs fra den 25. april. Ved dårligt vejr spiller vi indendørs i HAL 2. Det gælder indtil den 30. maj. Det er hver torsdag kl. 11:00 – 12:00 i perioden frem til 31. maj.

I sommerperioden vil vi spille udendørs ved SFA.
Der vil være åbent til omklædning og toiletter.
Tidspunktet aftales nærmere i slutningen af maj måned.

Tovholdere på små-bold:

Bo Hermansen
Ulrik Aagaard Rasmussen
Jan Nielsen

Cykling i MOTION i Dagtimerne fra den 4. juni 2019

Vil du være med til at cykle i sommerperioden?

Kom tirsdag den 30. april og hør mere om aktiviteten.

Claus Moser, vores nye frivillige træner og turleder, kommer og fortæller, hvordan cykling i MOTION i Dagtimerne kommer til at forløbe.

Under fællesspisningen den 30. april giver Claus en grundig information om, hvordan han som træner vil kunne hjælpe deltagerne godt i gang og sikkert i mål med cykling – også dem som ikke er vant til at cykle langt.

Claus har stor erfaring med at være træner i cykling og du kan få svar på de spørgsmål, du må have.



Flere aktiviteter i sommerperioden?

Hvis du har lyst til anden motion end de to ovenfor nævnte former i perioden imellem den 1. juni og den 31. august, vil vi gerne høre om det.

Kontakt Lars Mørk snarest muligt og oplys, hvad du gerne vil, og hvordan du selv vil bidrage til, at det kan lykkes.

