

# NYHEDSBREV

JANUAR 2025

NR. 1

# 2025

Kære medlemmer og frivillige

Med ønsket om, at I alle er kommet sikkert og hyggeligt ind i 2025 vil vi alle på kontoret sige rigtig godt nytår. Vi træder ind i et nyt og friskt år med masser af motivation og energi til at tage godt imod jer til anden del af sæsonen. Året 2024 var på mange måder et år vi husker med, for mange af os i hvert fald, for mange forandringer. 2025 vil også rumme en del fornyelser og ændringer, men på mange måder, kun på den lange bane, positive justeringer til det bedre for både jer og for os på kontoret. Vi forventer et år med fokus på effektivitet, opjustering af kvaliteten og stadig endnu højere og bedre service for alle jer. Sidste år blev et udmærket økonomisk år for os, men ikke helt nok til, at vi kan læne os tilbage og skrue fuldstændig op til, hvordan situationen så ud før, at krisen begyndte at kradse en anelse. Dog er vi fortrøstningsfulde og på rette vej og kan forhåbentlig snart atter opruste og udvikle frem for at afvikle og holde igen. Vi vil alle gerne sige tak for, at netop DU bidrager til, at vi kan bevare vores fantastiske tilbud og for at vi kan værne om de mange fællesskaber på kryds og tværs i idræt i dagtimerne, FUI, Bevæg dig glad, Lær at tackle og Bevæg din livsstil. Må 2025 være god ved os alle. Godt nytår og god bevægelses- og træningslyst.

De bedste nytårshilsener  
Kontoret & Kasper

## VANDGYMNASTIK

Tirsdage 7. februar - 24 Juni kl. 9  
Med Jane Løvetofte

Vi er glade for at kunne meddele, at vi igen starter et nyt vandgymnastikhold. Dette er en fantastisk mulighed for at komme i form, styrke musklerne og forbedre din fleksibilitet, alt imens du har det sjovt i vandet.

Træning i varmt vand er en alsidig trænings form, hvor du træner din kondition, bevægelighed, muskelstyrke og balance. Du kan også bruge varmtvandstræning til afspænding og smertelindring.

Pris: Du skal være medlem i perioden hvor vandgymnastik foregår.

Abonnement på vandgymnastik med almindeligt medlemskab.  
Prisen er 650,- for perioden februar-juni  
Kr. 100,- for armbåndet  
Kr. 550,- for 5 måneders vandgymnastik  
Plus dit almindelige medlemskab 190,- pr. måned i hele perioden.

Abonnement på vandgymnastik med personligt armbånd.  
Prisen er kr. 500,- for perioden februar-juni  
Kr. 100,- for armbåndet  
Kr. 400,- for 5 måneders vandgymnastik  
I perioden kan du ikke opsigte dit medlemskab på personligt armbånd.

Vi ser frem til at se både nye og kendte ansigter.

Tilmelding skal ske via kontoret eller gennem Kasper på tlf. 21165926 eller på mail [kt@iid7000.dk](mailto:kt@iid7000.dk)



## SE HER ! SE HER ! SE HER !



## PERSONLIGT ARMBÅND - FAST KORT BETALING

Kære medlemmer

Vi henleder til, at alle vores medlemmer med personligt armbånd overgår til fast kort betaling. Denne ændring vil hjælpe os med at lette vores administrative arbejde, og sikre at alle betalinger bliver håndteret mere effektivt.

Kom forbi kontoret, så sidder vi klar til at hjælpe dig. I den forbindelse, skal du huske din mobil, dine betalingskorts oplysninger og MitID.

Vi sætter stor pris på jeres forståelse. Hvis i skulle have spørgsmål, er I altid velkomne til at kontakte os.

## VI SØGER LIVREDDER

Vi søger livreddere som kan hjælpe os primært som afløser med mulighed som fast livredder på sigt, tirsdage og torsdage kl. 12-13. Har du ikke livredderprøven, så hjælper vi gerne med det. Krav for at være livredder hos Idræt i dagtimerne er en bestået bassin prøve. Er det noget for dig? Kontakt os enten på kontoret, eller på tlf. 75931621. Kasper tlf. 21165926 eller på mail [kt@iid7000.dk](mailto:kt@iid7000.dk)



## VI SØGER FRIVILLIGE TIL BADMINTON/BORDTENNIS

Vi søger nye frivillige til vores badminton/bordtennis hold. Vi har ingen krav om erfaring. Har du lyst til at være en del af holdet, og kunne dette have interesse. Kontakt os da gerne på kontoret.



## AFLYSNINGER

31/1 Badminton AFLYST

## ÆNDRINGER

21/1 Pump, puls og bevægelse i Hal 6

7/2 Badminton i Hal 2

