



ReklameTryk.dk

UPDATE SUNDS IF



2024 - 3



VELKOMMEN TIL VINTERSÆSONEN

2024 - 2025

De lange lyse aftener er skiftet ud med tændte lysmaster ved Idrætscenter Sunds Vest. Det betyder også at vinteren og indendørs fodbolden banker på døren. Igen i år vil det være om fredagen at Multicenter Sunds omdannes til små fodboldbaner for klubbens U5 Mix til Senior, både herre og damer.

Der vil stadigvæk blive spillet en masse fodbold udendørs på vores to lysbaner, både træninger og kampe hen over vinteren. Ønsker du selv at tage et par venner og en bold under armen og gerne vil spille fodbold, så er vores multibane og fodtennisanlæg et oplagt sted. Her kan man nemlig selv tænde lysmasterne.

Vinteren er også lig med KUN FOR MÆND & KUN FOR KVINDER – to koncepter som indbyder til samvær, fællesskab og hygge på tværs af årgange. I KFM kan vi prale af at ældste medlem er fra 1941 og yngste medlem er fra 1994 – men andre ord, så er du også mere end velkommen.

Et andet fast indslag i wintersæsonen, er at klubbens frivillige trænere og ledere bliver inviteret til den årlige lederfest – første fredag i november – en aften, hvor klubben giver lidt tilbage for alt det frivillige arbejde der bliver lagt i klubben, både på banerne, men også i mødelokalerne.

Her i folderen kan du læse mere om aktiviteterne for KFM & KFK. Ligesom du kan finde de vinterlige træningstider for klubbens hold.

Vores gode samarbejde med ReklameTryk giver igen mulighed for at præsentere informationerne til alle i Sunds by med denne folder. Som altid vil vi henvise til vores hjemmeside: www.sundsif.dk, samt vores Facebookside Sunds IF. Her kan du finde nyttige informationer, holde dig opdateret omkring vores fodboldklub uanset om du er spiller, forældre, leder, fan eller samarbejdspartner.

FØLG OS PÅ

FACEBOOK



OG INSTAGRAM





SUNDS IDRÆTSFORENING

SUNDS IDRÆTSFORENING



Træningstider indendørs 2024/25

Afdeling	Årgang	Dag	Tid	Sted	Kontaktperson	Tlf. Nr.
U5 Mix	2020-21	Fredag	15:00-16:00	Multihallen	Mathias Riis	23444919
U6 Mix	2019	Torsdag	17:00-18:00	Skalmeje Salen	Mathias Riis	23444919
U7 Mix	2018	Fredag	16:00-17:00	Multihallen	Søren Holm	27828235
U8 Mix	2017	Fredag	16:30-17:30	Hal 1	Jimmy Riis	26462668
U9 Dr.	2016	Fredag	17:30-18:30	Hal 2	Kasper Nielsen	22750121
U9-10 Pi.	2015-16	Fredag	17:30-18:30	Multihallen	Heine Johansen	27347353
U10 Dr.	2015	Fredag	15:00-16:30	Hal 1	Daniel Just	40971622
U11 Dr.	2014	Torsdag	18:00-19:00	Ilskov Hallen	Kim Oldenburg	60189144
U11-13 Pi.	2012-14	Fredag	16:30-17:30	Hal 2	Lene Rømer	22265028
U12-13 Dr.	2012-13	Fredag	15:00-16:30	Hal 2	Tommy Lind Krogh	26786216
U14-15 Dr.	2010-11	Fredag	18:30-20:00	Hal 1 og 2	Anders Østergaard	25505026
U14-16 Pi.	2009-11	Fredag	17:30-18:30	Hal 1	Lars Christensen	27824661
U16-17 Dr.	2008-09	Fredag	20:00-21:30	Hal 1	Jakob Minds	22633732
U19-Senior	2007-	Fredag	20:00-21:30	Hal 2	Mikkel Lindkvist	24920392

Træningstider ude vinter 2024/25

Afdeling	Årgang	Dag	Tid	Kontaktperson	Tlf. Nr.
U8 Mix	2017	Onsdag	17:00-18:00	Jimmy Riis	26462668
U10 Dr.	2015	Onsdag	16:30-18:00	Daniel Just	40971622
U11 Dr.	2014	Tirsdag og Torsdag	16:30-18:00	Kim Oldenburg	60189144
U11-13 Pi.	2012-14	Tirsdag	17:00-18:30	Lene Rømer	22265028
U12-13 Dr.	2012-13	Onsdag	16:30-18:00	Tommy Lind Krogh	26786216
U14-15-16 Dr.	2009-11	Tirsdag	17:00-18:30	Anders Østergaard	25505026
U14-16 Pi.	2009-11	Mandag	17:30-19:00	Lars Christensen	27824661

Vil du være med?

Har du lyst til at spille fodbold, kan du altid møde op til en træning eller ringe til kontaktpersonen for din årgang.

Opstart for ungdom i uge 43

Nye medlemmer indmelder sig her:
www.sundsif.dk/om-klubben/indmeldelse/

Et aktivt fællesskab for kvinder over 32 år



KFK VIP CLUB

KUN FOR KVINDER



SÅ ER VI KLAR TIL AT TAGE HUL PÅ EN NY SÆSON I KFK!

Mindst én gang om måneden har vi et oplysende og underholdende oplæg eller oplevelse på programmet, hvortil vi nyder lidt lækker mad. Disse arrangementer er med egenbetaling. Kom og deltag, de gange du kan og har lyst og vær med til at styrke og nyde et skønt samvær for både krop og sjæl.

KFK er for dig over 32 år, som har lyst til at mødes til ugentlige gåture med snak og socialt samvær. Gåturene starter oftest kl. 18 med mødested ved klubhuset, Sunds IF. Efter gåturen hygger vi os med kaffe/te i klubhuset, bob eller de planlagte arrangementer.

- / Datoer for gåture og bobturneringer oplyses i programmet i DBU's Kampklar.
- / Bindende tilmelding til arrangementer foregår via DBU's Kampklar – du kan følge klubbens anvisninger på www.sundsif.dk.
- / Betaling v. tilmelding på MobilePay 206812. Der åbnes for tilmelding på kampklar 3 uger før arrangementerne.
- / **Bliv medlem af KFK VIP club**
Kr. 250 pr. sæson inkl. Julefrokost (ekskl. drikkevarer)

PROGRAM

Onsdag d. 23/10-2024	Opstart med Breathwork v. Betty Klaris
Onsdag d. 13/11-2024	Tur ud af huset til Søstrene Lopper
Onsdag d. 27/11-2024	Ideer til smukke juledekorationer v. Lotte Henriksen
Onsdag d. 4/12-2024	Zumba v. Annette Sollie og derefter lækker julefrokost
Onsdag d. 8/1-2025	Nytårskur med foredrag 'Tanker kan gøre dig syg' v. coach Gitte Hedegaard
Torsdag d. 30/1-2025	Fælles spisning og foredrag med KFM hos Kyocera
Onsdag d. 5/2-2025	Portvinssmagning med Casa De Kristina
Onsdag d. 26/2-2025	Oplæg om knogleskørhed v. farmakonom og tidl. Bestyrelsesmedlem i Oseoporoseforeningen Helle Nielsen
Onsdag d. 5/3-2025	Virksomhedsbesøg
Onsdag d. 26/3-2025	Virksomhedsbesøg
Onsdag d. 7/5-2025	Sæsonafslutning

Kun for mænd motion og hygge...

BLIV MEDLEM AF
KFM VIP-CLUB
Kr. 250,- pr. sæson
inkl. julefrokostmenu

Sunds IF er klar til 22. vintersæson med hygge, fodbold/bob og samvær for mænd over 30 år.

På torsdage fra 24. oktober 2024 til 27. marts 2025 er der mulighed for at få dystet ude med en gang fodbold og indenfor kan du få afprøvet dine færdigheder med det klassiske bobspil. Efterfølgende er der evaluering af fodbold- og bobspillet. Her starter vi kl. 19.00.

På almindelige torsdage sørger vores huskokke for en bid brød mod mindre betaling.

På udvalgte torsdage er der særlige arrangementer med særskilt tilmelding og betaling. Her starter vi som udgangspunkt kl. 18.00, hvis andet ikke er oplyst. Du kan læse nærmere på foreningens hjemmeside og i DBU Appen Fodbold, hvis du allerede er medlem.

PROGRAM

24/10 Officiel opstart i klubhuset med info om vinterens program

14/11 Vinsmagning med besøg hos Tovino Slotsvine i Sunds



28/11 Tidligere fysioterapeut og massør for herrelandsholdet Allan Poulsen kommer på besøg



19/12 Julefrokost – danske egnsretter 8,0

09/01 Nytårskur med besøg af Simon Dupont fra Arktisk redningstjeneste

30/01 Foredrag på Kyocera

27/02 Generalforsamling i Sunds IF

13/03 Grillaften med XL Byg i Sunds

27/03 Afterparty i klubhuset – med tema "oktoberfest"



Ret til ændringer forbeholdes