

Lindknud Gymnastik og Ungdomsforening



Vinterprogram 2010 / 11

Gymnastik 2010-2011

Så er vi i gymnastikudvalget igen klar til en ny sæson med masser af fart, sjov og glæde.

Igen i år er det lykkedes at finde trænere til alle hold, så derfor kan vi med glæde tilbyde de samme hold som sidste sæson.

Sæsonen starter i **uge 37**, og afsluttes med vores opvisning **lørdag d. 5. marts**.

Vi følger folkeskolens ferie og holder derfor også efterårsferie i uge 42, skolernes juleferie og vinterferie.

Vi er godt klar over, at fodboldsæsonen ikke er slut i uge 37, men vi har desværre ikke mulighed for at gøre det anderledes. Det er derfor helt okay, først at starte på gymnastik, når du er færdig med at spille fodbold.

Mandag

Forældre/Barn

1-3 år

Sted: Gymnastiksalen
Tid: 16.30-17.30
Leder: Gitte Nielsen og
Rikke Brink Larsen
Tlf: 26612902/20748379
Pris: 350,-

En hyggelig og aktiv stund for far/mor og barn.

Vi skal synge, lege, tumle og bruge bolde, lagner, faldskærm og alle redskaberne.

Vi glæder os til at se jer til en time med masser af sjov og udfordring.

Mandag

Step

Sted: Hallen
Tid: 18.00-19.15
Leder: Jane Damgaard Povlsen
Tlf: 75388073
Pris: 475,-

Step er i familie med Aerobic, vi arbejder med en let koreografi på én Step bæk.

Step giver en effektiv fedtforbrænding. Vi har styrketræning for maven og ryggen.

Vi afslutter med udstrækning for hele kroppen.

- Brug én aften på dig selv!

Tirsdag Krudtugler

3-4 år

Sted: Gymnastiksalen
Tid: 16.30-17.30
Leder: Majbrit Andersen
Hjælpetrænere:
Lise Knudsen, Lise Skaarup,
Helle Elsborg
Tlf: 23608159
Pris: 325,-

Hej friske piger og drenge!

Så er vi klar til at lave en masse spændende og sjov gymnastik.

Vi skal spille, synge, springe og lege både med og uden redskaber. Vi vil i år også prøve en smule rytmisk gymnastik. Vi håber du har lyst til komme og lege med os!

Tirsdag Tarzan Drenge

0.-2. kl.

Sted: Hallen
Tid: 15.30-16.45
Leder: Brian Holm
Hjælpetrænere:
Brendan Daley,
Christian Andersson
Tlf: 75388041
Pris: 325,-

Vi skal stå på hænder, lave ruller, vejr-møller, springe på airtrack og trampolin, lege og lave gymnastik til musik. Desuden vil vi tage på Drenglejr med dem, der har lyst til en weekend med masser af gymnastik og drøn på. Er det noget for dig, så kom til drengegygnastik i hallen, vi glæder os til at se jer.

Onsdag Tumlastik

0-1 år

Sted: Gymnastiksalen
Tid: 16.30-17.15
Leder: Lise Knudsen og Sara Petersen
Tlf: 30324468
Pris: 150,-
Kom og vær med!

Ta' den lille ny med og så laver vi gymnastik med både dig og dit barn... Holdet kører frem til jul. Derefter kan vi snakke om vi skal fortsætte i det nye år.

Onsdag Badut Pigerne

0.-2. kl.

Sted: Hallen
Tid: 17.15-18.30
Leder: Majbrit Andersen
Hjælpetrænere:
Helle Grønbæk,
Henriette Holm, Lene Hansen,
Lærke Nielsen
Tlf: 23608159
Pris: 325,-

Halloj piger!

Så er det nu det sker! Vi er igen i år klar til en masse rytmisk og spring gymnastik. Vi vil øve en masse forskellige rytmiske øvelser, forskellige spring og meget mere. Så vi kan lave en super opvisning til foråret. I vil også få et tilbud om at komme på bl.a. Pigelejr og Pigefræs.

Det er frivilligt om man vil med, men vi håber selvfølgelig der er mange der vil med, for det er en super fed oplevelse!

Vi glæder os meget til en ny sæson og håber du har lyst til at komme.

Onsdag
Tempotøser
3.-4. kl.

Sted: Hallen
Tid: 16.00-17.15
Leder: Astrid Nielsen, Rikke Hansen
Hjælpetrænere:
Lykke Jensen
Tlf: 29908892
Pris: 325,-

Vi vil lave en masse sjov, spring og rytme. Vi skal lege nogle sjove lege og springe på redskaberne. Derudover vil vi eksperimentere med noget rytmisk, hvor vi bl.a. skal prøve funk, hip-hop, house, jazz ballet og meget meget mere. Det bliver en rigtig sjov og lærerig sæson.

Onsdag
Junior Piger
8. kl-18 år

Sted: Hallen
Tid: 19.00-20.15
Leder: Julie Magnussen og
Christina Holm
Tlf: 61544450/61288041
Pris: 675,-
(inkl. dragt og weekendtræning)

Vi er to friske piger, som er klar på at lave noget god, udfordrende og sjov gymnastik med jer. Vi skal arbejde med både den rytmiske gymnastik men også springe. I løbet af året laver vi en sjov ryste-sammen-weekend med drengene og en træningsweekend, så vi kan fyre en kanon opvisning af i marts.

Vi har fællestræning ca. en gang om måneden, og derudover træner vi hver onsdag fra kl. 19.00-20.15.

Vi glæder os til at se dig, det bliver godt!

Onsdag
Junior Dreng
8. kl-18 år

Sted: Hallen
Tid: 20.15-21.30
Leder: Esben Milter Nielsen og
Klaus Marquard Mathiasen
Tlf: 28766846/20869740
Pris: 675,-
(inkl. dragt og weekendtræning)

Så starter gymnastiksæsonen 10/11 endelig. Vi er to friske fyre, som er klar på at lave en masse spring, og derudover skal vi arbejde med drengerytmen. Vi vil udfordre jer og arbejde videre på de niveauer, som I befinder jer på.

I løbet af året laver vi en sjov ryste-sammen-weekend sammen med pigerne og en træningsweekend, så vi kan fyre en kanon opvisning af i marts.

Vi har fællestræning ca. en gang om måneden, og derudover træner vi hver onsdag fra kl. 20.15-21.30.

Vi glæder os til at se dig, det bliver vildt!

Torsdag Springfjædre

3.-4. Kl.

Sted: Hallen
Tid: 16.30-17.45
Leder: Jacob Holm og Lars Skaarup
Hjælpetrænere:
Nicolai Frederiksen
Tlf: 61338041
Pris: 325,-

Hej drenge! Nu er tiden kommet hvor vi igen skal lave en masse sjov gymnastik. Så kunne du tænke dig at komme og springe, lege og lave en masse andre sjove ting, så er dette hold lige noget for dig. Der er ingen krav om niveau. Du skal blot have lyst til at komme og have nogle sjove og lærerige træninger sammen med os og andre kammerater på din egen alder. Der bliver tilbudt drengelær i løbet af sæsonen. Vi håber du vil komme og have en masse sjov med os!

Vi glæder os til en spændende ny sæson med dig.

Torsdag Krummerne

5-6 år

Sted: Gymnastiksalen
Tid: 16.30-17.30
Leder: Lotte Sørensen
Hjælpetrænere:
Karoline Fynbo, Kirstine Brun,
Ditte Nielsen
Tlf: 27593791
Pris: 325,-

Dette hold vil komme til at have det rigtig sjovt med forskellige lege, redskabsbaner, sange, en lille serie til opvisning mm.

Vi glæder os rigtig meget til at møde jer alle sammen til nogle rigtig gode og sjove gymnastiktimer.

Torsdag Mini Junior

5.-7. kl.

Sted: Hallen
Tid: 17.30-19.00
Leder: Anne Olsen og Helle Olesen
Hjælpetrænere:
Malou Jensen
Tlf: 42364584/27828973
Pris: 650,- (inkl. dragt)

Hej Drenge og Piger.

Så er vi igen klar til at starte Mini Junior op. Vi skal lave en masse sjovt gymnastik og selvfølgelig også en masse spring.

Vi skal også igen til Skibelund efterskole og bruge deres nye springsal et par gange.

Kom og vær med til en fed sæson, vi glæder os til at se jer.



Velkommen til BADMINTON sæsonen 10/11

BØRN OG UNGE

De første to træningsaftener er der mulighed for at prøve om badminton er noget for dig. Vi har ketsjer du kan låne, så kom og prøv om badminton er noget for dig. Der er igen i år mulighed for at komme ud til individuelle stævner og spille jævnbyrdige kampe.



Træningstid:

Mandag

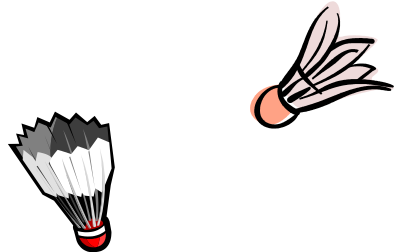
0. kl. – 5. kl. fra 16.30 til 17.30

6. kl. – 9. kl. fra 17.30 til 18.30

Opstart mandag

den 20. september 2010

Kontingent: kr. 275,00 pr. person



MOTIONSSPILLERE

Der vil i år igen være mulighed for at spille motionsbadminton i hallen.

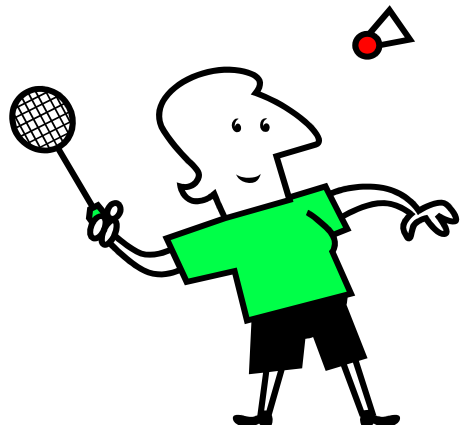
Torsdag fra kl. 19.00 til 21.00

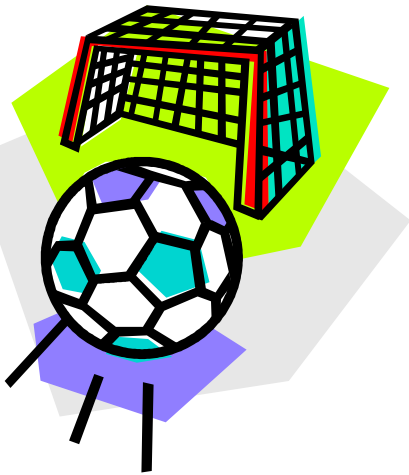
Fredag fra kl. 18.00 til 21.00

Opstart i uge 38.

Kontingent: kr. 900,00 pr. bane.

Bestilling af baner, til Bjarne Tarp på
tlf. 75 38 81 39





8

Håndbold

I vinter vil der igen være damehåndbold på programmet. Børneholdene holder pauser i vinter og så er vi klar igen til sommer.

Damer:

I løbet af vinteren deltager vi i DGI turnering. Der bliver ingen træning i hallen. Dette skal dog ikke forhindre nye spillere i at komme. Alle der har lyst til at være med til damehåndbold skal bare kontakte Randi Andersen tlf. 7538 8227

Venlig hilsen
Håndbold/danseudvalget

Svømning

Så starter vi igen på en ny sæson med familiesvømning.

Vi svømmer om søndagen fra kl. 17.45 til 18.45 i Vejen Idrætscenter.

Sæsonen starter den 26. september 2010 og vi slutter den 3. april 2011.

Vi vil gerne opfordre bedsteforældrene til at komme med familien i svømmehallen, for vi har en hyggelig stund, når vi er der.

Kontingent:

Enlige	200,- kr.
Par	325,- kr.
Familier max. 3 pers.	500,- kr.
Familier over 3 pers.	600,- kr.
Bedsteforældre (pr.pers.)	145,- kr.
Gæster pr. gang	15,- kr.

Man tilmelder sig ved at troppe op den første aften i svømmehallen og skrive sig selv og familien på en liste, der ligger i omklædningsrummet. Så får man senere et girokort på kontingentet udleveret.

Svømmeudvalget består af:

Gitte & Mette Marie

Vi håber at se ċ



Moderne pardans

Vi håber at mange igen i år vil bakke om pardans for voksne.

Opstart den 21. september 2010 i Lindknud Hallen Kl. 19.00.

Instruktør: Kitty og Kaj Winther

Igen i år satser vi to på hold, et begynder hold og et hold for øvede.

Den første aften mødes vi kl. 19.00 og danser fælles.

Vi håber på følgende tider fremover, men endelige tider aftales ved opstart, afhængig af antal tilmeldte par.

Begynderholdet danser fra kl. 19.00 til 20.15

Øvet hold danser fra kl. 19.45 til 21.00

Vi danser fælles fra kl. 19.45 til 20.15

Vi skal danse 10 gange og holder fri i uge 42.

Pris pr. par: 650 kroner

Tilmelding til Randi: 75388227 senest den 14. september 2010.

Venlig hilsen
Håndbold/danseudvalget



Dans for sjov

I år er der dans for sjov for børn fra 4 år og op.

Opstart den 21. september 2010 i skolens gymnastiksal fra kl. 17.45 til 18.45

Instruktør: Susanne Schöneberg

Der danses hver tirsdag fra kl. 17.45 til 18.45

Vi skal danse og have det rigtig sjovt, vi glæder os til at se rigtig mange danseglade børn. Så mød op den 21. september.

Pris for hele sæsonen : 275 kroner

Vi holder fri i uge 42 + uge 7.

Venlig hilsen
Håndbold/danseudvalget.

Indendørs fodbold 2010/2011

Så er det igen tid til indendørs fodbold, sæsonen starter i uge 43. Der vil igen i år være fodboldturneringer i følgende rækker:

Senior
Oldboys
Oldboys 40+

Prisen for at deltage er 550,00 kr. pr. hold, og holdene skal tilmeldes ved Kim Rehmeier på tlf: 30115640, eller Tommy Nielsen på tlf: 30111038,

senest d. 10. oktober 2010.

Der vil selvfølgelig også være børnefodbold til vinter. Hvilke hold og tiderne vil komme senere i Lokalbladet, i skolen samt i Brugsen. Men som udgangspunkt er der ikke ændret i tiderne siden sidste år.



Brørup sparekasse-Cup 2011

Brørup sparekasse-cup er fastlagt fra fredag d. 28. januar til søndag d. 30. januar 2011.

Fredag og lørdag spiller damer, mix, senior, oldboys.

Søndag afvikles DGI s minihalstævne. Det er et stævne for de små rækker, og var en stor succes sidste år med over 30 hold tilmeldt.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte fodboldudvalget.

Vi ses.

Hilsen

Fodboldudvalget

LGU KONTAKTLISTE 2010 / 2011

Hovedbestyrelse

Jan Erik Hansen	vinkelvej16@nrdc.dk	formand
Jan Olsen	hygum@olsen.mail.dk	næstformand
Michael L. N. Nielsen	lgu_michael@yahoo.dk	kasserer
Maria Eugster Klug	mek@jlbr.dk	hjelpekasserer
Pia Frederiksen	pjf@email.dk	medlem
Lene Hansen	lenehansen@mail-online.dk	sekretær
Anette Fynbo		suppleant
Betina Kaspersen	betina.bjerge.kaspersen@slb.regionsyddanmark.dk	suppleant

Udvalg

Kim Rehmeier	kim.rehmeier@hotmail.dk	Formand, fodbold
Tommy Nielsen	tomcha@mail.tele.dk	fodbold
Henrik Andersen	henrik2.andersen@hotmail.dk	fodbold
Bjarne Tarp	tarp@os.dk	formand, badminton
Randi H. Andersen	kidholmvej@mail.dk	form., håndbold/dans
Vita Tarp	tarp@os.dk	håndbold / dans
Heidi Pedersen	tullepige2008@live.dk	håndbold / dans
Alex Didriksen	Didriksen@yahoo.dk	håndbold / dans
Bente Nissen		håndbold / dans
Heidi Bock	heidibock71@gmail.com	håndbold / dans
Peter Frandsen	viftrup@nrdc.dk	formand, byfest
Tommy Olsen	hama@nrdc.dk	byfest
Kasper Høgh	hoghsauto@nrdc.dk	byfest
Louise Petersson	lulup@ofir.dk	byfest
Alex Didriksen	Didriksen@yahoo.dk	håndbold / dans
Pia Frederiksen	pjf@email.dk	Ungdomsklubben
Rikke Jensen	rikke6650@sol.dk	Ungdomsklubben
Gitte Nielsen	gitteoggregers@soevanggaard.dk	formand, svømning
Mette-Marie Nielsen	bakkebo4@yahoo.dk	svømning
Karen Marie Olsen	hygum@olsen.mail.dk	Form, møder, gymnastik
Rikke Brink Larsen	rikke.brink@hotmail.com	sekretær, gymnastik
Jette Olesen	madsogjette@mail.dk	Kursus/presse, gymna.
Lise H. Knudsen	vb1a@hotmail.com	Madmor, lokaler, gymna.
Katrine Hansen	køtzze_8@hotmail.com	redskaber, musik, sikkerhed, gymnastik
Karina Sørensen	jkj@nrdc.dk	bibliotek, trøjer, nøgler, gymnastik
Gitte Nielsen	gitte_nielsen33@hotmail.com	gymnastik
Heidi Keller	hogp@nrdc.dk	gymnastik

LGU KONTAKTLISTE 2010 / 2011

Hovedbestyrelse

Jan Erik Hansen	Vinkelvej 16	75388234	20949676
Jan Olsen	Lindknudvej 35	75388237	40283885
Michael L. N. Nielsen	Læborgvej 60	75388914	40876530
Maria Eugster Klug	Debelvej 8	75388352	
Pia Frederiksen	Okslundvej 36	58167272	25757309
Lene Hansen	Okslundvej 4		28709472
Anette Fynbo	Vittrup Baunevej 19	75388085	31125144
Betina Kaspersen	Adsbølvej 17	75388008	51241436

Udvalg

Alex Didriksen	Hovborgvej 19		30264726
Bente Nissen	Hovborgvej 46	75388999	23824033
Bjarne Tarp	Knudsmіндеvej 9	75388139	24643619
Gitte Nielsen	Læborgvej 47	75388188	
Gitte Nielsen	Hyldelundvej 3		26612902
Heidi Bock	Knudsmіндеvej 15		22902932
Heidi Keller	Bækkevej 6		23267190
Heidi Pedersen	Okslundvej 37		61363875
Henrik Andersen	Vittrup Baunevej 17		23324389
Jette Olesen	Nørbøllingvej 2		21825577
Karen Marie Olsen	Lindknudvej 35	75388237	29261282
Karina Sørensen	Lindknudvej 39		51295838
Kasper Høgh	Vinkelvej 1		41951122
Katrine Hansen	Nørrevænget 1		61780708
Kim Rehmeier	Vinkelvej		30115640
Lise H. Knudsen	Vittrup Baunevej 1a	75381997	30324468
Louise Petersson	Kløvervej 21A		23234951
Mette-Marie Nielsen	Læborgvej 60	75388914	40876530
Peter Frandsen	Bækkevej 6	75388754	
Pia Frederiksen	Okslundvej 36	58167272	50787075
Randi H. Andersen	Kidholmvej 4	75388227	51515564
Rikke Brink Larsen	Vinkelvej 6		20748379
Rikke Jensen	Okslundvej 38		28314498
Tommy Nielsen	Okslundvej 12		30111038
Tommy Olsen	Erhvervsvej 1	75388241	28100414
Vita Tarp	Knudsmіндеvej 9	75388139	23344519