



Gudstjeneste i Låstrupkirke

Juleaften,

lørdag den 24. december kl. 14.15

v/ Bent Ole
m/kirkeradio

Borup IF familie julestævne: I år har vi prøvet at ændre lidt i konceptet. Vi har i år lavet en ny række, "familie-ungdomsrækken", så der i 2016 spilles i familie-børnerækken, familie-ungdomsrækken og i familierækken.

Stævnet starter kl. 8.30 og forventes færdig ca. kl.14.45

PROGRAM:

Borup IF fodbold - familie julestævne 2016

Puljeinddeling

Børnerækken:

Pulje 1:

Kurt er sejl
FC Skovgaard
Team Wuff

Pulje 2:

MÅÅÅL, så er vi da sikker på at få ét
Fam. Jensen
Casa Caos & Crew

Pulje 3:

Team United
Team Plougmand
Berg

Kl.	Kampnr.	Pulje	Under uret	
08.30	1	1	Kurt er sejl	- FC Skovgaard
08.38	2	2	MÅÅÅL, så er vi da sikker på at få ét	- Fam. Jensen
08.46	3	3	Team United	- Team Plougmand
08.54	4	1	Team Wuff	- Kurt er sejl
09.02	5	2	Casa Caos & Crew	- MÅÅÅL, så er vi da sikker på at få ét
09.10	6	3	Berg	- Team United
09.18	7	1	FC Skovgaard	- Team Wuff
09.26	8	2	Fam. Jensen	- Casa Caos & Crew
09.34	9	3	Team Plougmand	- Berg
Nye Puljer!				
09.42	10	A	Nr. 3 Pulje 1	- Nr. 3 Pulje 2
09.50	11	B	Nr. 2 Pulje 1	- Nr. 2 Pulje 2
09.58	12	C	Nr. 1 Pulje 1	- Nr. 1 Pulje 2
10.06	13	A	Nr. 3 Pulje 2	- Nr. 3 Pulje 3
10.14	14	B	Nr. 2 Pulje 2	- Nr. 2 Pulje 3
10.22	15	C	Nr. 1 Pulje 2	- Nr. 1 Pulje 3
10.30	16	A	Nr. 3 Pulje 3	- Nr. 3 Pulje 1
10.38	17	B	Nr. 2 Pulje 3	- Nr. 2 Pulje 1
10.46	18	C	Nr. 1 Pulje 3	- Nr. 1 Pulje 1
Præmieoverrækkelse i børnerækken				
11.06	19	4	Familie Møller Mortensen	- Team Nielsen
11.14	20	4	Fam. Jensen	- Hvem?
11.22	21	4	Hvem?	- Familie Møller Mortensen
11.30	22	4	Team Nielsen	- Fam. Jensen
11.38	23	4	Hvem?	- Team Nielsen
11.46	24	4	Familie Møller Mortensen	- Fam. Jensen
11.54	25	4	Nr. 3 Pulje 4	- Nr. 4 Pulje 4
12.02	26	4	Nr. 1 Pulje 4	- Nr. 2 Pulje 4
Præmieoverrækkelse i ungdomsrækken				

Puljeinddeling

Ungdomsrækken:

Pulje 4:

Familie Møller Mortensen
Team Nielsen
Fam. Jensen
Hvem?

Familierækken:

Pulje 5:

Lyngsøe's tropper
Familien Sørensen
Svenningsen-dynastiet
Try Harder
Team Thorsager
Familien Braad
Brobergs udvalgte

Kl.	Kampnr.	Pulje	Under uret	
12.16	27	5	Lyngsøe's tropper	- Familien Sørensen
12.23	28	5	Svenningsen-dynastiet	- Try Harder
12.30	29	5	Team Thorsager	- Familien Braad
12.37	30	5	Brobergs udvalgte	- Lyngsøe's tropper
12.44	31	5	Try Harder	- Familien Sørensen
12.51	32	5	Familien Braad	- Svenningsen-dynastiet
12.58	33	5	Brobergs udvalgte	- Team Thorsager
13.05	34	5	Lyngsøe's tropper	- Try Harder
13.12	35	5	Familien Sørensen	- Familien Braad
13.19	36	5	Svenningsen-dynastiet	- Brobergs udvalgte
13.26	37	5	Team Thorsager	- Lyngsøe's tropper
13.33	38	5	Try Harder	- Familien Braad
13.40	39	5	Familien Sørensen	- Svenningsen-dynastiet
13.47	40	5	Familien Braad	- Brobergs udvalgte
13.54	41	5	Team Thorsager	- Try Harder
14.01	42	5	Lyngsøe's tropper	- Svenningsen-dynastiet
14.08	43	5	Brobergs udvalgte	- Familien Sørensen
14.15	44	5	Svenningsen-dynastiet	- Team Thorsager
14.22	45	5	Familien Braad	- Lyngsøe's tropper
14.29	46	5	Try Harder	- Brobergs udvalgte
14.36	47	5	Familien Sørensen	- Team Thorsager
Præmieoverrækkelse i familierækken				

Tak til sponsorer for Borup IF's julestævne 2016

Borup IF takker for dit sponsorat ved julestævnet i Skals Hallen 2. juledag.

Dit sponsorat betyder at Borup IF igen i 2016 har mulighed for at afvikle et stævne med mange spændende kampe.

Holdene består af fortrinsvis lokale spillere, og er et stævne, hvor der med bl.a. dit sponsorat er mange fine og spændende præmier at kæmpe om.

Du kan se sponsorlisten bagerst i programmet eller på [dette link](#)

Programmet bliver omdelt ved på stævnedagen i Skals Hallen, samt offentliggjort på www.borupif.dk samt facebook

Yoga og Mindfulness på

START - Mandag den 2. januar fra 10.00 til 11.30

- med let og skånsom yoga hvor alle kan deltage.
Der vil være mindfulness de sidste 30 minutter.
mulighed for 6 gange for 500 kr. eller 10 gange for 700 kr.

START - Tirsdag den 3. januar fra 17.15 til 18.45

- med Mindfulness og Yoga.
Hvor vi starter med Mindfulness og slutter med yoga.
Mulighed for at deltage 6 gange for 500 kr. eller 10 gange for 700 kr.



Hvis man ønsker at deltage enkelte gange koster det 85 kr. pr gang

Alle må deltage på kryds og tværs alt efter hvad dag der passer bedst.

Hvis man har mulighed er det tilladt at komme både mandag og tirsdag til samme pris.

Husk at medbringe et tæppe, til vores afslappende øvelse til sidst :-)

Hvis du gerne vil deltage, vil jeg gerne høre fra dig på

TLF: 2984 7323 el. 8669 7323



Mange julehilsner fra Sundstrup Zoneterapi

ved Tove Frederiksen

Krop og Sind i balance :-)

136 er inviteret til medhjælperfest i Borups klubhus

Sædvanen tro starter Borup IF året med, at bestyrelsen inviterer til medhjælperfest i starten af januar



I indbydelsen står: Borup Idrætsforening vil gerne påskønne dit arbejde i Borup Idrætsforening ved at afholde en medhjælperfest i klubhuset.

Uden det store frivillige korps af medhjælpere ville Borup Idrætsforening ikke have mulighed for at tilbyde de gode rammer, der i dag kendetegner vores klub. Det nyder både vores aktive medlemmer og gæster godt af.

Har du været én af de mange frivillige og skulle du ikke have modtaget indbydelsen bedes du henvende til Borup Idrætsforening info@borupif.dk eller Morten Nielsen.

Fjordklyngens MTB-Teknikspor er klar

Så er MTB-teknikbanen klar til teknikkurset!

På to weekender har vi forvandlet den lille skov ved Værestedet i Låstrup til en køreklar teknikbane med mange seje forhindringer: Op- og nedkørsler, drops, bumps, step-ups m.m.

Den første weekend knoklede 22 frivillige med at bane vejen gennem skoven med hakker, fræser, motorsave, buskryddere og andet værktøj. Denne weekend lagde vi sidste hånd på sporet og byggede de forhindringer, som kursisterne skal lære at forcere i løbet af kurset, efterhånden som teknikken bliver indøvet. Forhindringerne er af forskellige sværhedsgrader, så der er udfordringer til alle.

Lodsejer Svend Mogensen har fulgt interesseret med i projektet fra sidelinjen, da han lige har fået nyt knæ. I søndags præsterede han at gå hele ruten på krykker og snakke med os alle.

Svend er glad for, at skoven bliver brugt, og at der nu er liv i den. Nu er det lige pludselig sjovt at gå tur i skoven, og det vil han benytte sig af, siger han. Ikke mindst er skoven blevet et nyt trækplaster for familien og børnebørnene.

På de vedhæftede billeder ses nogle af de mange frivillige, der har hjulpet med projektet. Hjelpeinstruktør på kurset, Line Møller, ses i færd med at afprøve en af forhindringerne bestående af tre drops.

Vi har allerede mange tilmeldte til de to kurser, der starter op efter nytår. Man kan stadig nå at tilmelde sig på <http://fjordklyngen.dk/MTB-kursus/>, men man skal nok ikke tøve for længe. På nuværende tidspunkt er der 10 pladser tilbage.

[Se fotos fra begge arbejdsdage på dette link.](#)



Line Bach Møller afprøver nogle af forhindringerne, mens de frivillige Tonny Svendsen og Søren Bach Møller nyder at være kommet til ende på det store arbejde, som det har været at anlægge sporet i skoven i Låstrup. Heldigvis har frivillige fra alle Fjordklyngens byer deltaget i arbejdet, så det har kunnet klares på 2 dage.

[Se også beskrivelsen af den første arbejdsdag på dette link.](#)

MTB Teknikkursus

Er du til MTB, vil du mere?

Fjordklyngen afvikler et fantastisk teknikkursus i MTB på Værestedet, startstedet for det meget omtalte 60 km MTB spor i Fjordklyngen.

Kurset består af 3 kursusgange. Efterfølgende er der mulighed for at deltage i et mountainbike orienteringsløb sponsoreret af Fjordklyngen.

Instruktører:

Niels Taarsted: En erfaren MTB rytter og underviser fra Viborg, udbyder af MTB kurser og -træning. Har været træner for de bedste MTB ryttere fra Viborg, samt i særlige kombinationer af Spinning og TRX styrketræning.

Line Møller: Adventure instruktør fra Oure Højskole. Hjælpeinstruktør på teknikkurset.

Jørn Svendsen: Rutineret planlægger af mange MTB orienteringsløb, bl.a. vintercup-løbene. Mange alm. orienteringsløb både i klubber og i militæret.

Program:

Kl. 9.15 er der rundstykker, kaffe, te mm. og masser af morgenhygge

Kl. 10.00 alle sidder i sadlerne, klar til dagens undervisning.

Kl. 13.00 slut for dagens teknik-træning, muligheder for køb af øl og vand

Datoer:

Hold 1: 8. januar, 12. februar og 5. marts

Hold 2: 15. januar, 19. februar og 12. marts

Orienteringsløb begge hold: 26. marts

Pris: 600 kr. pr. deltager incl. morgenmad.

Tilmelding:

Til fjordklyngenmtb@gmail.com med angivelse af navn, tlf.nr. og ønsket hold nr.

Tilmeldingsfrist 26/12 2016. Højst 15 deltagere pr. hold.

Først til mølle princippet.

Betaling:

Beløbet indbetales på konto nr: 9261 4190004428 med angivelse af navn og mærket "MTB" senest d. 31/12 2016.

Sted: Kulturcenter Værestedet, Låstrupvej 38, 8832 Skals

Yderligere info: fjordklyngen.dk/MTB-kursus eller 20166079 (Hans Kurt)

Medbring: Mountainbike samt udstyr, der passer til vejret og tre timers undervisning. Det bliver ikke +stillestående undervisning. Husk at tjekke vejrudsigten.

Se mere på fjordklyngens hjemmeside <http://fjordklyngen.dk/mtb-kursus/>

