



Nyhedsbrev – December 2019

Efter jul starter ungdomstræningen op **onsdag den 8. Januar kl 17.45 - 19.00.**

Vinterens træning vil i år foregå fra Idrætshøjskolen, Ørnebjergvej 28, 7100 Vejle – ved indgangen til kursuscentret.

Vi har fået lov at låne skolens indendørs faciliteter incl omklædningsrum. Træningen vil afhænge af trænerens humør den pågældende dag. Men typisk være en fælles opvarmning, herefter noget grundtræning/styrketræning/lege og sidst måske en gang fælles stikbold el. lign. Nogle gange vil det også være en løbetur udendørs.

De ældste kører deres eget styrketræningsprogram samme sted.

Da der nu er mulighed for at være inde, håber vi også at flere af de yngste har lyst til at være med.

Derudover skal du huske følgende til kalenderen i det nye år:

- Lørdagstræning i trekantklubberne stort set hver lørdag – følg med på hjemmesiden – den starter den 4/1 i Hastrup
- 17/1 – 19/1 U1 + U2 kursus – Følg med i O-service for tilmelding
- 2/2 – Banko/bowling – der kommer en indbydelse senere
- 21/2 – 23/2 U1 + U2 samt juniorkursus – følg med i O-service

Vi vil også gerne gøre opmærksom på et tilbud om eliteklasser på Novaskolen for 7. – 9. klasse, det kan du læse mere om på vores hjemmeside.

Til sidst vil alle ungdomstrænere gerne ønske alle en

Rigtig glædelig jul samt et godt nytår.

