

Forårs sæsonen 2021

Corona/ covid-19 situationen har i anden del af efterårs sæsonen fuldstændig ændret Jeres muligheder for at motionere jævnligt for mange af jer. Vi forventer ikke at restriktionerne for at samles i grupper større end 10 ophæves foreløbig.

Tilmelding næste periode fra januar til juni.

Seneste indbetalingsdato er sat til 27. november 2020, indbetalingsdatoen vil være den gældende, hvis vi skal sortere fra i tilfælde af overtegning på de enkelte hold.

I skal også være opmærksomme på, at muligheden for at motionere/ svømme på flexetid sandsynligvis vil fortsætte også i forårssæsonen, hvor restriktionerne kan blive ophævet og så anvendt igen, helt afhængig af smittetrykket i Danmark.

Motionsholdene.

Deltagerantallet på de forskellige motions hold er meget varieret og man må derfor melde sig på det hold, man altid har gået på, således vi kan være klar til normale tider.

Grupperne må ikke blandes, det betyder i praksis, du kan ikke stå i den ene gruppe til motion og bagefter spille bold sammen med nogen fra de andre grupper.

Vi må være 4x10 i hver sin ende af hallen, inkl. instruktøren. Hver gruppe forbliver samlet både ved ind- og udgang. Der undervises 45. min, så er der 15 minutter til at bytte hold.

Mandage

kl. 9.00 til 9.45

Skift af hold

10.00 til 10.45

Skift af hold

11.00 til 12.00

Boldspil m.m.

Tirsdage

9.00 til 9.45

Skift af hold

10.00 til 10.45

Skift af hold

11.00 til 11.45

Torsdage

9.00 til 9.45

Skift af hold

10.00 til 10.45

Skift af hold

11.00 til 11.45

Undervisere.

Mandage, Malene

Tirsdage, Mona og Merete

Torsdage, Merete

Hold 7 Sal E kl. 9.00 kører som hidtil med maks. 19 på holdet.

Veteransport i TIK

Stolehold, Ryghold, yogahold og Bootcamp.

Her har vi fra de nye forsamlings tiltag blev udsendt den 23. oktober, delt holdene op, så man møder op hver anden gang og det vil fortsætte så længe forsamlings forbud er i kraft.

Bowls

Fortsætter som hidtil, medmindre der tilmelder sig flere, så holdet evt. skal deles op.

Bowling

Want2Bowl har lukket, men der er lavet en ny aftale med **CELILIES CAFE - BOWLING I CITY 2**, som ligger i underetagen og er et helt nyt koncept, der spilles onsdag og fredag og der er plads til flere spillere begge dage.

Bootcamp og bordtennis

På begge disse hold har deltagerene selv delt sig op, dette fortsætter så længe vi har restriktioner.

Minitennis og volley

Fortsætter som hidtil med opdeling, så længe der er restriktioner.

Svømning og vandgymnastik

Her har vi også delt holdene op og det vil ligeledes fortsætte, så længe forbuddet er i kraft.

Varmt vand

Her er holdene ikke over 10 personer, så vi fortsætter som hidtil.

Fitness

Her skal man overholde reglerne for fitness centre og huske at bruge mundbind til og fra omklædningsrummet.

Udendørs aktiviteter

Fortsætter som hidtil under hensyntagen til de til enhver tid gældende regler for forsamlinger.

Med venlig hilsen

Bestyrelsen i Veteransport