



SPORT

GYMNASTIK



FORÅRSOPVISNING 2024

Det blev en SUPER dag - lørdag den 16. marts 2024 i Erritsø Idrætscenter, som var dagen for årets vel nok største højdepunkt i Gymnastikafdelingen - forårsopvisningen 2024.



Marts 2024 – 57. årgang
www.egif.dk

Få dit OK kort knyttet til sponsor kontrakten med
EGIF's venner og støt samtidig EGIF's ungdom

OK

SuperBrugsen

ERRITSØ BUTIKSTORV
76 20 38 00

blikfang optik

Erritsø Bygade 97 Tlf. 75929535
7000 Fredericia www.blikfang-optik.dk



Gardenia

v/ Lone Eriksen
Gl. Landevej 30
7000 Fredericia
www.gardeniabloomster.dk

ERRITSØ PIZZA & GRILL

Erritsø Bygade 107
7000 Fredericia

25888813

erritsopizzagrill@gmail.com



Erritsø - blikkenslageren Aps
BROADVEJ 11 • 7000 FREDERICIA



Michael S. Nielsen

Tlf. 20 64 38 94

www.erritsø-blikkenslageren.dk

Mail. erritsoblik@gmail.com

Speciale ventilation - Tag & Facade
rustfrit stål - Blikkenslagerarbejde

Grafisk knowhow i særklasse

- Professionelle tryksager
- Grafisk design og branding
- Skilte og bannere
- Messe og display

PR OFFSET

Nordre Ringvej 3 • 7000 Fredericia
T: 7593 0531 • www.proffset.dk

PJKØLETEKNIK

Alt i køleteknik og varmepumper

Blytækkervej 8, Erritsø, 7000 Fredericia, Tlf. 42 49 24 06



Gymnastik forårsopvisning 2024

AUTO-RESERVEDELE
til gamle og nye biler

MERE END
400.000
dele på lager

alt i
UDSTYR
til bilen

Noget for hele familien

– far og mor, storesøster og lillebror ... og bilen ...

CYKLER
til hele familien

AUTORESERVEDELE AUTOUDSTYR MOBILTILBEHØR CYKLER DÆK OG FÆLGE SCOOTER CAMPING MARINE

WWW.THANSEN.DK
KUNDESERVICE 31 31 31 31

thansen

REDAKTION

Kurt Hansen – Annoncer

Tlf. 75 94 29 50 – 22 15 21 50
Engtoften 10, 7000 Fredericia
E-mail: engtoften10@mail.dk

Ruth Hansen – Stof

Tlf. 50 48 11 52
Hækkelunden 40, 7000 Fredericia
Sendes direkte til:
e-mail: andershpd@mail.tele.dk

Deadline for stof til "April 2024" er søndag den 14. april, udkommer 1. maj

Øvrige deadlines 1. halvår 2024 er:
26. maj.

Ret til ændringer forbeholdes.

GYMNASTIK

JUBILARER I GYMNASTIKAFDELINGEN

25 ÅR



Lotte Rasmussen

25 ÅR



Lars Lærkedahl

40 ÅR



Arne Kragelund

Stort tillykke til alle 3



VIUFF & BILDE
ADVOKATFIRMA
VENDERSGADE 26 E
7000 FREDERICIA
T : 75 93 11 00
advokat@viuff-bilde.dk
www.viuff-bilde.dk

ADVOKAT
SÅMFUNDET



Fri BikeShop

Erritsø Bygade 100 · 7000 Fredericia · Tlf. 7594 2016
info7000@fribikeshop.dk · www.fribikeshop.dk

Denne annonce kan købes hos

Kurt Hansen.

Tlf. 22 15 21 50.

Mail: engtoften10@mail.dk

jens johan andersen a/s
rådgivende ingeniører, medlem af F.R.I.
miljø- og geoteknisk specialfirma

Strevelinsvej 6 • DK-7000 Fredericia



Tlf. 76 20 70 30

Erritsø
Tømmeren

Søren Hansen

Erritsø bygade 26, Erritsø - 7000 Fredericia
Telefon 75 94 17 46 - Biltelefon 51 20 86 01



FORÅRSOPVISNING 2024

Det blev en SUPER dag - lørdag den 16. marts 2024 i Erritsø Idrætscenter, som var dagen for årets vel nok største højdepunkt i Gymnastikafdelingen - forårsopvisningen 2024.

Det var dagen, som mange gymnaster – børn, unge og (for-)ældre – og ikke mindst instruktører, hjælpere og bestyrelse havde set frem til efter vintersæsonen mange træninger i vores gymnastiksale – og haller.

Fredag aften mødtes en god flok hjælpere for at slæbe store læs af redskaber til hal 1 fra vores forskellige træningssteder, og der blev stillet stole frem og pyntet festligt op, så vi kunne byde velkommen til publikum dagen efter. Opvisningen var programsat til start lørdag kl. 11.00, men allerede ved 10-tiden har hallen ved at blive godt fyldt, og vores frivillige parkeringsvagter havde travlt med at dirigere folk på plads på parkeringspladserne foran og rundt omkring hallen.

Opvisningen startede med festlig indmarch kl. 11 med holdene ind på gulvet, og en flot velkomsttale af Alberte - en af vores unge dygtige og engagerede instruktører.

Så tog formand Arne ordet for med pæne ord at hylde 2 jubilarer: Lotte Rasmussen og Lars Lærkedahl havde 25 års jubilæum i foreningens tjeneste. Umiddelbart efter var det dog Arnes tur til at blive fejret, da han i år kunne fejre sit 40 års jubilæum. Og publikum og gymnaster i hallen kvitterede med lange klapsalver.

Opvisningsprogrammet bød i år på 14 forskellige indslag, som således også viste den store alsidighed i gymnastikken - en skøn blanding af børn, unge og seniorer – turbo, fræs, leg, rytme, spring og line dance. Og i år gav yogaeholdene også en flot smagsprøve på de øvelser, de har arbejdet med hen over vinteren. Og Aktive seniorer fyldte hele gulvet og viste på fornemmeste vis hvorfor holdet hedder som det hedder.



GYMNASTIK

Igen i år kom instruktørholdet på gulvet, hvor Alberte Rose havde stået for samle instruktører og hjælpere til en festlig gang gymnastik og spændstige spring.

Vi havde besøg af 3 gæstehold: Først var det Frøkener og Fruer fra Ødsted og senere Øvede Piger fra Firehøje. Begge hold gav utrolig flotte opvisninger med ynde og spændstige rytmeserier. På begge hold har vi både nuværende og tidligere Erritsø gymnaster/instruktører.

Dagen blev sluttet af med det 3. gæstehold fra Ågård Efterskole, som med sine +130 elever gav et brag af en opvisning og en super afslutning på vores opvisningsdag. På Ågård's elevhold går der hele 6 elever fra Erritsø, så det var fedt at se dem give den gas på hjemmebane.

I løbet af dagen har der været omkring 600 betalende tilskuere, udover de mange gymnaster og børn under 17 år, som havde gratis entre.

Det var dejligt at se en fyldt hal og tusind tak for den store opbakning til alle tilskuere, instruktører og hjælpere og ikke mindst gymnasterne, som gjorde det til en fantastisk dag. Og tak til alle de frivillige redskabsslæbere, parkeringsvagter, kassepassere, fotograf m.fl. som fik det hele til at gå op i en højere enhed.

AFSLUTNINGSFEST FOR INSTRUKTØRER OG HJÆLPERE

Ingen vintersæson og flot opvisningsdag uden en velfortjent afslutningsfest for instruktører og hjælpere med påhæng.

Vi blev forkælet med lækker mad fra cafeteriet og havde en super hyggelig aften med mange både unge og ældre, hvor snakken og røverhistorierne gik til sent på aftenen.

Og i år havde vores ungeudvalg fundet på en rigtig god ide. Efter oprydning fra opvisning – så blev Hal 1 igen fyldt med sjove aktiviteter: menneskebordfodbold, sumobrydningsdragter, fodbold





dart og ikke mindst en meget urolig ro-deoty.



Så mellem mad og drikke blev der leget, kæmpet og konkurreret løs på de forskellige aktiviteter. Der blev grinet utrolig meget både hos tilskuere og aktører

Efter dette punktum på vintersæsonen er vi nu i fuld gang med planlægningen af næste sæsons gymnastiktilbud. Inden da kan du hoppe på et af vores sommergymnastik hold – se program her i bladet.

JUBILARER

Som nævnt tidligere kunne gymnastikforeningen i år fejre 3 jubilarer: Lotte Rasmussen og Lars Lærkedahl med 25 års jubilæum. Lotte har været en trofast instruktør gennem alle årene mens Lars har fordelt indsatsen på instruktør- og bestyrelsesarbejde hen over årene. Og så et flot 40 års.

Arne har været instruktør på rigtig mange springhold gennem tiden. Både blande spring og pigehold, men særligt rene drenge springhold, hvor rigtig mange drenge har tonset løs oppe på Lyng/Højmosen. Og der hang Arne så meget fast, at holdet skiftede navn til Arnes Drenge i midt nullerne. Arnes Drenge kørte løs helt frem ti 2018. Parallelt med dette har Arne også været instruktør for de store drenge – altså de helt store – det hold som vi kender som Herreholdet – det hold kører nu på ca. 20. sæson.

Se billeder på side 4.

Og ikke nok med instruktørgerningen, så har Arne jo også siddet med i bestyrelsen siden 2001 og de sidste 22 år som formand. Arne har været utrolig aktiv i foreningen gennem alle årene og vi takker for det store engagement. Stort tillykke til Arne med 40 års jubilæum i EGIF gymnastikafdelingen.

Lars L.



SOMMERYMNASTIK 2024

Det er stadig muligt at melde sig til vores sommerhold, hvor de første startede op for 3 uger siden. Holdene er åbne for alle, bemærk dog at der er begrænsning på antal deltagere for nogle af holdene.

Hold	Tid og sted	Instruktør	Fra-til	Kontingent
Line Dance	Mandag kl. 18.30-20.00, EIC hal3	Mette V, Anette,	18/3-3/6 Uge 12-23, ekskl. 14, 21	300,- (10 gange)
Yoga (max 32)	Tirsdag kl. 18.00-19.30, EIC hal 3	Magdalena	26/3-4/6 Uge 13-23, ekskl. 15	300,- (10 gange)
Fusionsgym- nastik	Onsdag kl. 16.30-18.00, EIC hal3	Mette B	20/3-17/4 Uge 12-16	150,- (5 gange)
Yoga (max 32)	Onsdag kl. 18.00-19.00, EIC hal 3	Lene	20/3-22/5 Uge 12-21	250,- (10 gange)
Yoga for mænd (max 32)	Onsdag kl. 19.00-20.00, EIC hal 3	Lene	20/3-22/5 Uge 12-21	250,- (10 gange)
Yoga (max 20)	Torsdag kl. 16.00-17.00, EIC hal 3	Lotte N	21/3-6/6 Uge 12-23, ekskl. 13, 19	250,- (10 gange)
Pilates (max 20)	Torsdag kl. 17.00-18.00, EIC hal 3	Lotte N	21/3-6/6 Uge 12-23, ekskl. 13, 19	250,- (10 gange)
Svedbanken	Torsdag kl. 19.00-20.00, EIC hal 3	Lars J	21/3-2/5 Uge 12-18, ekskl. 13	150,- (6 gange)
Sommerflo- rball fra 17 år	Torsdag kl. 20.00-21.30, EIC hal 2	Thomas	21/3-6/6 Uge 12-23, ekskl. 13, 19	300,- (10 gange)
Spring fra 2. klasse	Lørdag kl. 10.15 - 11.15, Kirstinebjerghallen	Noah	23/3-25/5 Uge 12-21	250,- (10 gange)

Bemærk forskellige start- og slutdatoer efter vintersæsonen og uger uden træning pga helligdage. Tilmelding sker via vores on-line system på www.egif-gymnastik.dk



UDVIKLING AF KLUBBENSTRÆNERE

I EGIF Fodbold ønsker vi at tilbyde vores spillere og trænere de bedste vilkår. På den måde, er der gode chancer for at spillerne udvikler sig bedst muligt.

En aften i marts har en gruppe af klubbens børne- og ungdomstrænere været samlet til et internt trænerkursus med fokus på at træne både a-, b- og c-spillere i en samlet gruppe.

Med andre ord så man som træner kan stå endnu bedre rustet til at træne alle spillere i en samlet flok, og hvor alle spillere til samme træningspas bliver udfordret. Både de mest og mindst øvede.

DBU-instruktør (og tidligere spiller og træner i EGIF) Kristian Overgaard gennemførte træning med klubbens U11 drenge suppleret af et par U12 piger og delte efterfølgende ud af teori og overvejelser omkring princippet for træningen.



En stor tak til deltagende spillere, trænere og ikke mindst Kristian Overgaard - alle var med til at bidrage til en rigtig spændende og lærerig aften.

ÅRETS TRÆNER/LEDER I EGIF FODBOLD

I forbindelse med årets generalforsamling blev Jesper Langelund hædret som årets træner/leder for EGIF Fodbold.

Jesper har de seneste år været træner omkring klubbens hold i årgangene 2013 og 2014 og ydermere været en særdeles aktiv hjælper til såvel EGIF Cup og Føtex Cup, arbejdsdage, diverse arrangementer og i forbindelse med løsning af andre frivillige opgaver.



Et stort tillykke til Jesper Langelund med hæderen.

Karsten P.

STOR HÆDER

Ved årets generalforsamling for EGIF's hovedbestyrelse, fik vi lov til at fremhæve en fantastisk person fra fodboldafdelingen, som igennem en længere årrække har ydet en stor indsats for klubben. Vi fik overrasket Gitte Schouborg og hun fik overrakt årets lederpris i EGIF.

Vi ønsker hermed Gitte et stort tillykke med prisen og hvor er vi glade, når det er en af vores egne som vi kan få lov til at fremhæve på denne her måde.

FODBOLD



Ud over en flot buket, fik hun også overrakt en flot gave (vase) og et håndskrevet kort fra Flemming Fænø. Lederprisen 2024, som er skænket af Flemming Fænø, blev på hovedgeneralforsamlingen overrakt til Gitte af hovedformand Torben Krogh og Mads J. Hansen fra EGIF Fodbold.

Vores indstilling lyder således:

Vi indstiller hermed Gitte Schouborg til at modtage årets lederpris 2024.

Gitte begyndte sin involvering som frivillig leder i EGIF Fodbold tilbage i sommeren 2015, hvor hun som holdleder var med til at varetage alt det praktiske omkring årgang 2009.

Blandt de mange opgaver var planlægning af aktiviteter uden for banen såsom stævnedeltagelse, forældrekontakt, holdtilmelding m.v. og holdlederopgaver i forbindelse med kampe.

Sidenhen udviklede involveringen sig hurtigt og Gitte har i fodboldafdelingen gennem årene varetaget rigtig mange opgaver såvel store som små. Hun er altid gået forrest og upåagtet opgaven og er gået til dem med frisk humør, imødekommenhed og stor energi.

Blandt de mange opgaver Gitte igennem årene har påtaget sig, kan nævnes:

Medansvarlig for Børne & Ungdoms/ Aktivitetsudvalget - herunder planlægning af klubarrangementer såsom jule & sommerafslutninger.

Samtidig har hun stået som ansvarlig for at skaffe frivillige til de forskellige arrangementer såsom: Sjøv Lørdag, dilettant og OK Benzin, hvor hun også ofte selv har stillet op.

Desuden har Gitte gennem 6 år (fra 2017 til og med 2022) været skoleleder for DBU's fodboldskole til glæde for både de mange børn, fodboldklubben og EIC hver sommer, som har udviklet sig fra at være en sommeraktivitet for knap 100 børn, til helt op over 190 aktive børn, som der bruger deres første uge af skolernes sommerferie i vores klub. En ufattelig bedrift, som vi virkelig er stolte over.

Gitte har ydermere været en aktiv del af fodboldafdelingens bestyrelse gennem 3 år undervejs og har i nyere tid, været en af de få kvinder i bestyrelsen. Hvilket vi er meget glade for og stadig efterspørger.

Den seneste årrække har Gitte også været en stor del af arrangørkredsen for fodboldafdelingens to store stævner. Henholdsvis det indendørs EGIF Cup og det store udendørs Føtex Cup (det tidligere Fætter BR-cup).



Stævnerne har gennem de seneste år gennemgået den nødvendige udvikling og er i dag med til at samle flere tusind mennesker i EIC og på EGIF's anlæg.

andre EGIF Fodbold vil være en meget værdig modtager af EGIF's lederpris 2024.

Vi er ikke i tvivl om, at Gitte efter mange års frivilligt virke for blandt

*EGIF Fodbold
Mads Jakobsen Hansen, Formand
EGIF Fodbold*

Gå-Fodbold Walking Football Motions- og hyggebold

Vi starter op igen, 9. april og herefter hver tirsdag 17.00-18.00, her har du mulighed for at udbygge de sociale fællesskaber, før, under og efter træningen.

Gå fodbold foregår i fællesskab med andre ligestillet kvinder og mænd, som er mellem 50 – 80 år.

Gå-fodbold foregår i selskab med andre, hvor du får pulsen op og ned, hvilke er sundt for kroppen.

Du er velkommen til at deltage og få dine Gå-ben rørt og få masser GRATIS frisk luft.

Det er **gratis** at afprøve Gå-Fodbold et par gange. Du bliver overrasket. Det er ikke, som du tror. Det er sjovere.



Du kan se video, foto og læse mere om GÅ-fodbold på vores hjemmeside www.egif-fodbold.dk

Har du spørgsmål er du velkommen til at kontakte Finn 2985 1470 eller finnpsen@youmail.dk

RUGBY

SENIOR Træningskamp med udviklingspotentiale

For godt 12 år siden iværksatte den daværende bestyrelse med formand Kurt Due Petersen i spidsen et arbejde, der, med hjælp fra det daværende Fredericia Idrætslederakademi, mandede ud i vores klubhåndbog.

Håndbogen er et strategisk værktøj, en række funktionsbeskrivelser for afdelingens daglige drift, og en række politikker, vi er fælles om at overholde og håndhæve. Alt sammen er grundlagt på vores fælles værdier i rugby: Passion, sammenhold, respekt, disciplin og fair play, samt på vores klubmotto 'Venskab uden Kendskab'.

Klubhåndbogen og dens løbende anvendelse har lagt grunden til et talentudviklingsarbejde, vi i de seneste tre sæsoner har oplevet den foreløbige kulmination af: Tre flotte Danmarksmesterskaber på stribe til vores talentfulde U14 – U16-årgang. Nu er årgangen rykket op som U16 – U18 og trænes fortsat af tidligere landsholdsspillere, Morten 'Conny' Jørgensen.

EGIF v Hamburger Rugby-Club: 21 - 58. Points for EGIF: Thor Steendahl 6. Michael Friis Larsen, Per Søndergaard og Isi KeLi hver 5.

GENERALFORSAMLING

Lørdag den 9. marts afholdt vi generalforsamling. Vi må have fundet det rigtige koncept, for lige som i fjor var klubhuset fyldt med medlemmer i alle aldre. Dirigent var tidligere formand for svømmeafdelingen, tidligere formand for hovedbestyrelsen, æresmedlem i EGIF, Lars Bøgebjerg.

Vi startede med fælles varmt måltid tilberedt af Gitte Guldager. Endnu engang tak, Gitte.

Efter formandsberetning og godkendelse af årsregnskab var det tid til valg til bestyrelse og udvalg. To ledige pladser i bestyrelsen og posten som suppleant blev besat. Det samme gjorde alle pladser i udvalgene.

Så stor takt til Fie Bøgh, Helle Ullerup og Anne Holm Sørensen for jeres store arbejde i bestyrelsen. Og velkommen og endnu engang tillykke til de nye be-





styrelsesmedlemmer Henrik Jørgensen 'Fjuter' og Kenneth Nielsen 'Achmed', samt Kenneth Holm som suppleant.

Under eventuelt trådte medlemmer af ungebestyrelsen for første gang frem for forsamlingen. Formand for ungebestyrelsen og U18-holdkaptajn, Lauge Jørgensen, fortalte stolt om ungebestyrelsens arbejde og planer siden opstarten i december 2023. Kenneth Holm, U12-U14 træner og fast mand på førsteholdet, tog i fjor initiativ til dannelsen af vores ungebestyrelse. Det skete efter inspiration fra CSR i København, en klub Kenneth spillede for en overgang.



Kammeratskabsprisen, Årets skulderklap, gik i år til Thor Lütje Hansen. Kruset med indgraveret navn, titel og år modtog han under stort bifald for sit kæmpe arbejde som U6 – U8 træner, senioransvarlig, og fast mand på førsteholdet. Det var 24. gang at vi overrakte Årets Skulderklap.

UNGDOM BOOTCAMP

Ungdomsansvarlig og næstformand Jan 'Bubsi' Nielsen tog nok engang initiativ til årets første bootcamp for vores yngste medlemmer, U8 til U14 drenge og piger, samt deres trænere. Det foregik i weekenden 16. – 17. marts, hvor vejrguderne virkelig var med os: Sol, næsten vindstille og små ti varmegrader. Bootcamps bliver arrangeret for, at alle kan være med. Med den tilgang bliver der sørget for sportslige aktiviteter,



men i lige så høj grad opbygning af kammeratskab. Så ud over masser af socialt samvær var der formiddags rugbytræning efterfulgt af fælles frokostpause i klubhuset. Dernæst mere rugbytræning, hvorefter der var tid til en tur i EICs svømmehal.

TALENTCENTER VEST

I samme ånd af udvikling blev der samtidig afholdt første talentsamling for U18-talenter fra klubber vest for Storebælt. En række af vores egne talenter var med. Flere gange om året skal de samles og udvikle deres rugbyfærdigheder. Samlingerne har fået benævnelsen 'Talentcenter Vest', hvilket markerer et vigtigt skridt i struktureringen af talentudviklingen i dansk rugby. Der findes også et Talentcenter Øst, beliggende i København. Planen er, at der i løbet af sæsonen skal spilles Cross Boarder kampe, hvor tyske og svenske hold inviteres med. Mere om dette i kommende numre af SPORT.

Valget af vores rugbyfaciliteter som værtssted for denne første U18-talentsamling er ingen tilfældighed. Beliggenheden centralt i landet kombineret med fremragende faciliteter gjorde EGIF Rugby til det ideelle sted for de unge talenters træning.

LANDSHOLDSSAMLING

Syv-mands varianten af rugby, kaldet Sevens, er på det olympiske program. Ny landstræner for Danmarks herre Sevens er engelske Andrew Kalen Daish. Han havde samme weekend indkaldt

landets bedste Sevens herrespillere til årets første træningssamling. Og valget faldt på vores baner, klubhus og faciliteter, hvilket vi er glade for. At dømme efter tilbage meldinger fra trænerstab og Dansk Rugby Union og klubber var det en succes.

Om aftenen var der fælles spising for landshold, U18-talenter og bootcamp-børnene. Kammeratskab og venskaber på tværs af aldre og rugbyerfaring blev opbygget. Så uanset om man er landsholdsspiller eller helt ny i rugby-sporten, var dette et udtryk for de værdier, rugby er bygget op omkring: Passion, Sammenhold, Respekt, Disciplin og Fairplay.

Weekendens aktiviteter afspejler det voksende fokus på rugby i Danmark og vigtigheden af at investere i fremtidige generationer af spillere. Ved at samle både etablerede landsholdsspillere og unge talenter giver det en unik mulighed for erfaringsudveksling, som er afgørende for sportens udvikling.

Paul Erik

HOVEDBESTYRELSEN



DILETTANT 2024 "Kampen om den kolde hane"



Så er årets forestillinger vel overstået. 10 stk. blev det til i år. Vi har haft ca. 800 mennesker igennem og det gør det dermed til Danmarks største dilettant.

TAK

EGIF vil her gerne sige tak til alle der har deltaget. Det være sig skuespillerne og de frivillige hjælpere der har passet køkkenet og sørget for at gæsterne fik en god oplevelse.

Og en særlig tak til Michael Kristensen som har været instruktør for dilettant.

Vi vil også gerne takke de sponsorer som har bidraget med deres støtte til arrangementet.

Kentaur
RSM Revision
Advokatgruppen
Byens Brød
Zoffmann Optik
Andresens VVS
Autohuset Vestergaard.
Middelfart Sparekasse
Nielsen & Rasmussen
NH Billund
EWII
Hansen El
BT Gulve & Gardiner
Clinique Body Guide
Gardenia
Stark
Malerfirmaet S.Å.Hansen & sønner.

Miami
Pro-Print
Studie 31 v/ Herluf Nørskov.
Carlsberg.

Overskuddet bruges til ungdomsarbejde i de enkelte afdelinger.

GENERALFORSAMLING

Referat, omtale af årets leder samt afsked med Kurt Hansen omtales i april udgave af Sport.

Torben K.

EGIF AKTIVE SENIORER

GENERALFORSAMLING

110 deltog ved vores generalforsamling. Det er vist rekord for afdelingerne i EGIF.

Beretning og regnskab blev godkendt, og der var genvalg på alle pladser.

DILETTANT

AKTIVE SENIORER har været hjælpere på flere forestillinger. Det er en hyggelig tradition, som vi gerne deltager i. Hvis vi er heldige, kan vi se en smule af forestillingen, ellers kan vi jo høre latter og klapsalver, så det har været en succes.



OPVISNING

Vi deltog med over 60 "aktivister" ved gymnastikafdelingens forårsopvisning. Det var en dejlig oplevelse. Birthes musik og øvelser giver en masse glæde, og vi var rigtig stolte af vores indsats.

Agård Efterskole skulle ind efter os, og de var fantastiske supportere, aldrig har vi fået så meget bifald. Det var også en kæmpeoplevelse at se deres opvisning. Det er nogle skønne unge mennesker.



AFSLUTNING

Vintersæsonen er ved at være slut, vi holder afslutning med aktiviteter og spising tirsdag d. 30. april.

UDFLUGT OG REJSE

Den årlige udflugt går til Odense tirsdag d. 7 maj. Der allerede næsten udsolgt, så skal I med, skal I skynde jer at tilmelde.

Rejsen til Harzen er også næsten udsolgt. Der er lige nu et enkelt- og et

dobbeltværelse tilbage. Det er dejligt med den store interesse for vores arrangementer. Begge tilbud blev revet væk første dag, de blev udbudt.

EGIF Aktive Seniorer

UDENDØRS SOMMERAKTIVITETER

START TIRSDAG DEN 14. MAJ 2024 KL. 9.30

CYKLING – PETANQUE – KROLF – NATURFITNESS - GÅTURE

Mødested ved fodboldbanerne bag Erritsø Idrætcenter.

Sæsonkontingent 2024 kr. 100 for alle deltagere,
opkræves via mail/MobilePay 1.5.

Deltagelse er gratis – ingen faste instruktører.

ERRITSØ IDRÆTSCENTER

NY HOLDSAL

EIC Fitness er glade for at kunne præsentere vores nye holdsal, yoga-studiet. Med den voksende efterspørgsel på forskellige træningsformer og vores ønske om at imødekomme medlemmernes behov bedst muligt, har vi udvidet vores fitnesscenter med en ekstra holdsal. Denne udvidelse har længe været et ønske fra vores side, og med muligheden for at overtage lokalet fra E-sport, blev det en realitet.

Det nye yoga-lokale er blevet omhyggeligt indrettet med fokus på atmosfære og komfort. Med en ankomstterminal, stemningsbelysning i loftet, varme jordfarver på væggene og nye yoga-måtter skaber vi de bedste rammer for vores medlemmer.

Vi har allerede en række yoga-hold på ugens skema i yoga-studiet, herunder aftener og formiddage, for at imødekomme forskellige tidsplaner. Men vi ser også potentiale i at udnytte lokalet til andre holdtyper end yoga, såsom f.eks. CoreFit, TRX eller endda små,

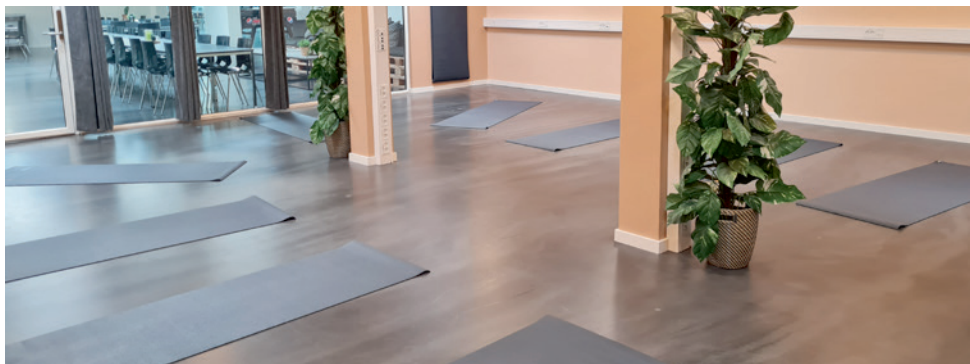
individuelle træningsforløb som bootcamp og personlig træning.

Samtidig har vi udvidet vores eksisterende multisal med flere spændende hold, herunder vores populære DanceFit-hold, som nu både kører mandag og torsdag aften, StepFit om onsdagen og Jumping Fitness hver tirsdag. Vi ønsker at sikre, at vores medlemmer altid har et bredt udvalg af træningsmuligheder at vælge imellem.

Som en ekstra bonus introducerer vi nu også PopUp-træninger, hvor vores medlemmer får mulighed for at deltage i deres favorithold mere end én gang om ugen. Dette giver en større fleksibilitet og mulighed for variation i træningen.

Vi glæder os over at kunne tilbyde disse nye faciliteter og træningsmuligheder og ser frem til at fortsætte med at understøtte vores medlemmers sundheds- og fitnessmål på bedste vis.

Morten M.





ERRITSØ IDRÆTSCENTER

3 HALLER
MØDELOKALER & CAFÉ



SVØMMEHAL
E-SPORTS FACILITETER



EIC FITNESS

- HYGGELIG ATMOFÆRE
- NYT FITNESSUDSTYR
- 25 LÆKRE BIKECYKLER
- ALSIDIG HOLDPLAN



TLF. 7594 2220
WWW.EIC.DK

Lillebælt Tagservice



Få et GRATIS uforbindende tilbud - på vores webside

www.tagpap.com

Mobil: 20 15 59 90 · mail: tagpap@tagpap.com



Bedemand
Lene Mønster
5191 1919

Ole Ramers Vej 12, Fredericia
www.bedemandlenemoenster.dk

Lene Mønster
exam. bedemand



Carina Nielsen
bedemand

Fælles Om. Økonomien



Tilfredse kunder
og godt omdømme



Personlig
rådgiver



Vi støtter
lokalt

midspar.dk/7000



MIDDELFART
SPAREKASSE
Fredericia



R.A. Ussing & Søn A/S

Snedker - & Tømrerforretning

Sønderskovvej 5 - 7000 Fredericia
Telefon 75 94 20 78



Vi har et stort udvalg af miljørigtige biler



ŠKODA



Škoda Kodiaq



Škoda Octavia



Škoda Kamiq

Fredericia Auto-Service A/S

Vesterballevej 9B - 7000 Fredericia - Telefon 75 92 42 44 - www.fredericia-autoservice.dk

