

Idræt i dagtimerne

NYHEDSBREV Oktober - December 2016 Idræt for psykisk sårbare

Betaling med SWIPP eller MobilePay

Nu er det muligt at betale kontingent og arrangementer med MobilePay eller SWIPP. Når en af disse betalingsmetoder benyttes, er det dog vigtigt at sige det til din IFS-instruktør, så de er klar over hvad der kommer betaling for.

Her kan du betale med



Her kan du betale med



Fitnessboksning tilbage på programmet

Efter en pause på sommerprogrammet, vender fitnessboksning tilbage. Det sker fra 5. oktober, hvor vi kl. 10.00 starter op i bokseklubben Wedalas lokaler i Spinderihallerne.



Kontingentstigning

Pr. 1. januar vil der være en lille kontingentstigning. De nye priser er som følger:

IFS:	
Klippekort (5 klip):	Kr. 110
Halvårskort:	Kr. 330
Årskort:	Kr. 550

HUSK det stadig er gratis for følgere/kontaktpersoner at deltage i aktiviteterne sammen med et gyldigt medlem af IFS.

Aflysninger

Svømning	18. okt.	
Træningscenter	2. dec.	
	6. januar*	

*Vi laver cirkeltræning i hal 4C

Eventuelle akutte aflysninger vil fremgå af hjemmesiden og på opslag ved aktiviteten.

På www.iidvejle.dk finder du altid de nyeste opdateringer på arrangementer, eventuelle aflysninger m.v.



Mød os på facebook:
Du kan "Synes godt om os" på:

www.facebook.com/vejleifs

Juleferien i IFS

Sidste aktivitetsdag før jul, ligger 22. december. Efter juleferien starter aktiviteterne igen mandag d. 2/1-2017.



Idræt i dagtimerne

FORSIDE | IDRÆT FOR ALLE | IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE | IDRÆT I STORKOMMUNE | HVEM ER VI | BETALING

Det er nu muligt at betale kontingent på nettet.

Gå ind på vores hjemmeside www.iidvejle.dk og klik på "BETALING"*.

Du kan stadig betale hos din instruktør eller på kontoret, som du plejer og vi hjælper naturligvis også gerne med betaling via vores hjemmeside.

*Dog skal nye medlemmer betale hos instruktøren eller på kontoret den første gang.



Idræt i dagtimerne

Arrangementer for psykisk sårbare Oktober - December 2016



Mandag 10/10:

10 km cykeltur

I forbindelse med 'Verdens mentale sundhedsdag', vil flere forskellige IFS-foreninger arrangere en 10 km cykeltur. Dette vil vi selvfølgelig også gerne støtte op om her i Vejle, og derfor er der nu mulighed for at komme med på denne tur.

Du behøver ikke at have en cykel, da du kan låne en af os. Så kom med ud og sæt fokus på 'Verdens mentale sundhedsdag'.

Sted: Vi mødes ved DGI-Huset, indgang Nord

Tid: 10.00- ca. 11.30. **Tilmelding:** Senest 3/10 til din instruktør.



Mandag 10/10:

Sindets dag

Skuespiller Flemming Enevold kommer og holder sit foredrag "Rejsen mod livsglæde".

Sted: Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51, 7100 Vejle

Tid: kl. 19.00 – 21.00

Pris: Det er gratis at deltage

Tilmelding: Kan ske hos din IFS-instruktør senest 3/10.



Onsdag 26/10 og 2/11

Indendørs skydning

Der er kyndige instruktører fra Vejle Skytteforening til stede under træningen, så du får bedst mulig hjælp og vejledning om skydning.

Sted: Vejle Skytteforenings indendørs skydebaner

Nørremarksvej 157, 7120 Vejle. Bus nr. 8 mod Hældagerskolen

Tid: 13.30 – 15.00

Pris: 25 kr. pr. gang for aktive medlemmer. Gæster 50 kr.

Tilmelding: Skal ske hos din IFS-instruktør.



Torsdag 17/11

Fællesmøde og valg til 2 bestyrelser

Idræt i dagtimerne: 2 brugerrepræsentanter + 2 suppleanter på valg.

Støtteforeningen: 1 brugerrepræsentant + 1 suppleant på valg.

Sted: Sundhedshus Vejle, lokale 002 (Ved siden af Sundhedshusets reception)

Tid: kl. 11.45-13.45



Fredag 2/12

Julehygge

Vi starter med en række sjove lege i hallen. Herefter skal vi have klassisk julefrokostmenu, med sild, ribbensteg og meget andet. Desserten består af risalamande.

Sted: DGI-Husets hal 3. (Spising i Frekvensen)

Tid: 9.00 – 14.30

Pris: 150 kr. for aktive medlemmer. Gæster 175 kr.

Tilmelding: Til din IFS-instruktør senest 25. november.