

Nyhedsbrev Maj 2017.

Nyhedsbrev Maj 2017.

Til trods for at vi nu er kommet et godt stykke ind i foråret, har vi ikke set meget til sol og varme udover de sidste par dage.

Vi er efterhånden blevet rigtigt gode til at løbe i stærk vind og regnvejr. Om en måned står sommerperioden for døren, mon ikke vi så nok skal få masser af solrige dage at løbe i.

Ny sæson.

1 april 2017 startede den nye sæson for 2017/18, så hvis ikke du har tilmeldt dig denne, er det på tide at få det gjort hurtigst muligt.

Dette gøres via klubbens hjemmeside

https://www.conventus.dk/dataudv/www/holdoversigt3_iframe.php?forening_sid=2175&afdelingsid=32688&handelsbetingelser=1&reservationer=vis&skjul_nyt_medlem=0&skjul_allerede_medlem=0&vindue=popup&kolone1_width=50&kolone2_width=50&min_height=250

Efter dette skriv vil der kun blive udsendt informationer om arrangementer, samt sidste nyt fra klubben, til alle medlemmer som har tilmeldt sig den nye sæson. Ligeledes vil det også kun være medlemmer, som har tilmeldt sig den nye sæson, der kan tilmelde sig klubbens arrangementer.

Coopertest.

Torsdag den 18. maj kl. 18.15, afholder vi Coopertest for ALLE klubbens medlemmer på Stadion, Spraglehøj.

Coopertest er en løbetest/gangtest, hvor man bevæger sig så langt og så hurtigt som muligt i 12 min. Derefter finder man sit kondital med mulighed for at finde ud af, om det er godt eller måske endnu bedre.

Der vil senere på året være endnu en Coopertest. hvor man således kan

måle, om sommerens træning har "båret frugt".

Man skal ikke tilmelde sig testen, men man skal sørge for at have varmet op evt. sammen med sit hold – gerne i form af 1- 2 km's gang/løb - inden man møder op på stadion.

Sponsorer.

Sponsorudvalget har haft travlt med at få skaffet sponsorer til klubben for dette år, og udvalget har fået landet flotte aftaler med flg. sponsorer indtil videre:

Guld sponsorer:

Bjarne Nielsen (Ford Frederikssund), Danbolig, Jyllinge Fysioterapi

Sølv sponsorer:

Arbejdernes Landsbank, Rema 1000

Bronze sponsorer:

Gundsø Rengøringservice aps, Haircomplete, Jyllinge Fodklinik, Menstore, Unik Optik

Præmiesponsor til Jyllingeløbet:

Just Coffee, Jyllinge Apotek, Jyllinge Pizza, Jyllinge Ure & Guld, Løberen, Nordisk Cykler.

Udover ovennævnte forventes aftale også i hus med Kquickly samt flere gavesponsorer meget snart.

Vi opfordrer selvfølgelig til, at man støtter vores sponsorer – da de støtter os.

Hvis der er nogen, som kender nogle sponsorer, der kunne have lyst til at støtte klubben, er man velkommen til at kontakte: sponsorudvalget@jyllinge-loebeklub.dk

Rokade i bestyrelsen.

Som flere af jer måske har set i referatet fra dette års general forsamling, har Christina Chabert sagt ja til at indtræde som nyt bestyrelsesmedlem, da vores kasserer Kim Klokhøj ikke ønskede genvalg for endnu en periode. Kenni Strømberg Hansen overtager posten som klubbens kasserer efter Kim Klokhøj.

Bestyrelsens sammensætning ser herefter ud som følger:

- | | |
|---------------------|------------------------|
| • Formand | Jette Nymann |
| • Næstformand | Finn Petersen |
| • Kasserer | Kenni Strømberg Hansen |
| • Sekretær | Thorben Rasmussen |
| • Medlem 1 | Christina Chabert |
| • Medlem 2 | Kim Andersen |
| • Medlem 3 | Carsten Jørgensen |
| • Suppleant 1 | Berit Kristensen |
| • Suppleant 2 | Torben Bjørneboe |
| • Revisor | Dorthe Kruså |
| • Revisor suppleant | Helle Martinsen |

Nye træneruddannelser.

I klubbens bestyrelse fokuserer vi meget på uddannelse af vore trænere, som yder en fantastisk indsats hele året rundt. Vi vil derfor også i det nye år have stor fokus på vores trænere. En del af trænerne har deltaget i/skal have en række nye kurser, idet træneruddannelsen er ændret en smule.

Status på årets begyndertræning.

Vi har ca. 85 tilmeldte begyndere i år, fordelt på 6 løbehold og 2 gå-hold. Der er 23 frivillige trænere og motionister, der hjælper med at få gennemført programmet.

Vi er nu halvvejs gennem de 12 uger, som afsluttes lørdag den 10. juni. Herefter vil begynderne blive overført til motionistholdene. Der følger begyndertrænere med til alle hold. Og selvom vejret ikke har været det mest fantastiske i år – med mange regnvejrsdage – er humøret stadig højt og fremmødet stort.

Husk endelig at hjælpe med til at tage godt imod de nye motionister når disse i juni sluses ud til motionistholdene.

Marathon træning.

Vi har i år haft lavet et samarbejde med Copenhagen Marathon om at arrangere Marathon fællestræning her i Jyllinge. Alle uanset klubtilknytning har været velkomne, og vi har haft fornøjelsen af at have gæster fra Ølstykke. Veksø. Ågerup. Roskilde m.fl. så vi har været ca. 20 løbere fordelt

på 3 hold, der hver lørdag morgen har taget nogle lange ture. Vi startede med 16 km en kold januar dag i isslag, og 17 uger senere er vi nået op på den længste tur på 30 km, hvorefter der trappes ned inden CPH Marathon den 21. maj.

Link til løbskalenderen på vores hjemmeside.

Flere medlemmer har spurgt til, om ikke vi har en oversigt over forskellige løb, som finder sted, og selvfølgelig har vi da det. Denne er at finde på vores hjemmeside sammen med andre nyttige links via flg. link: <http://jyllinge-loebeklub.dk/pages/nyttige-links.php>

Berlin Halvmaraton 2017.

I år var der flere medlemmer fra forskellige hold som deltog på en tur til Berlin Halvmaraton, bl.a. medlemmer som først startede til løb for 1 år siden.

Danmark var den 2. største repræsentantgruppe med omk. 3000 deltagere, efter Tyskland som selvfølgelig kom med de fleste løbere. Alle klubben løbere gennemførte løbet.

Skovtur.

Løbeklubbens årlige skovtur afholdes den 20. maj. Motionister og begyndere mødes i Ganløse Ore og nyder en tur i forårsskoven. Imens dækkes der op til morgenbuffet som klubben sponserer.

Der er som altid tale om et rigtig hyggeligt arrangement i godt samvær. Så sæt endelig X i kalenderen allerede nu.

Stafet for Livet 2017 i Roskilde - vi er selvfølgelig med igen!

Stafet For Livet er et døgn med aktiviteter, underholdning og oplysning, der giver håb og støtte til alle, der er berørt af kræft. På stafetten står vi sammen i kampen mod kræft og fejrer livet.

Stafetten holdes i gang af de mange holddeltagere, der går eller løber på banen gennem hele stafetten. Jo flere hold, jo stærkere indsats. Og alle kan være med. Et hold kan f.eks. bestå af familie, venner, naboer og kolleger. Sammen får I en meningsfuld oplevelse og mærker fællesskabet ved at øre

en forskel for mennesker berørt af kræft.

Vi har de seneste par år stillet med et talstærkt hold til Stafet for Livet i Roskilde, og alle der har deltaget de sidste par år har fået masser af positive, rørende og livsbekræftende oplevelser med hjem, samtidigt med at der bliver motioneret og hygget til den helt store guldmedalje!

Planlægningen af dette års Stafet for Livet i Roskilde er i gang, og vi håber igen at se rigtig mange medlemmer sammen med familie og venner til dette arrangement i den gode sags tjeneste.

Arrangementet finder sted i Roskilde bypark fra den 10. juni kl. 10.00 til den 11. juni kl. 10.00

Klubben har oprettet sit eget hold på

<http://www.stafetforlivet.dk/stafet/roskilde/tilmeldte-hold/hold/7127> Her kan I allerede nu tilmelde jer og læse mere om arrangementet.

Jyllingeløbet.

Traditionen tro afholder klubben igen i år Jyllingeløbet, som vil finde sted den 18. juni.

Jyllingeløbet er selvfølgelig et løb for alle. Der vil igen i år være en 5 km rute for walkere samt 5 km og 10 km ruter for børn og voksenløbere. Vi håber selvfølgelig at se mange medlemmer, samt at lokale og udefra kommende vil bakke op om vores motionsløb, således at vi alle får en hyggelig formiddag i dejlige omgivelser. Mere information herom følger inden længe.

Kommende arrangementer.

Klubbens forskellige udvalg er i fuld gang med at arrangere arrangementer for det kommende år, og vi kan derfor oplyse følgende datoer for kommende arrangementer i 2017

18/5-2017 Coopertest

20/5-2017 Skovtur

10-11/6-2017 Stafet for livet i Roskilde

18/6-2017 Jyllingeløbet

12/8-2017 Sommerfest

18/11-2017 Julefrokost

Frivillige søges.

Husk at klubben er drevet 100% af frivillige, og at vi derfor altid har brug for frivillige til udvalgsopgaver eller ad hoc opgaver i forbindelse med arrangementer. Så tøv endelig ikke med at tage fat i klubbens bestyrelse, hvis du skulle have lyst til at give en hjælpende hånd i klubben.

Må forår, sol og sommer snart smile til os alle ;-)

**De bedste forårs-hilsener fra
Bestyrelsen**
