

Andrarums IF

Aktuellt

2018-11-19 20:38:41

SÅŕndagsIÅŕpning

2018-11-02 10:10:06

Insändare: Ingela Thoresson

Justerare: Ingela Thoresson

SÅŕndagen den 18 nov kl.10,00 HemlÅŕngtan Samling vid klubbstugan dÅŕ vi gemensamt kÅŕ till Kronovallsslott eller klosteret, springer tillbaka.<p>

SÅŕndagen den 25 nov kl.10,00 FjÅŕrilsleden Samling vid DrakamÅŕllan.<p>

LÅŕpning efter deltagarnas ÅŕnskemÅŕ.

RullskidtrÅŕning

2018-10-17 08:50:21

Insändare: Christian Glantz

Nu drar rullskidtrÅŕningarna i gÅŕng pÅŕ riktigt! FrÅŕn och med torsdag v. 42 kommer Oskar Henriksson att hÅŕlla i rullskidtrÅŕningarna. TrÅŕningen bÅŕrjar kl 18.30 vid klubbstugan. Kom i hÅŕg hjÅŕlm, pannlampa och reflexvÅŕst. Fika efterÅŕt. Har du frÅŕgor eller vill IÅŕna utrustning kontakta Lise Svensson, 070-9581120. Varmt vÅŕlkomna!
/Skidsektionen

si-pinnar

2018-10-10 17:15:13

Insändare: Ingela Thoresson

Andrarums IF sÅŕljer bÅŕttre begagnade till reducerat pris 275kr inkl. senilsnÅŕre. Kan fÅŕs pÅŕ trÅŕningen och betalas via faktura eller swisch, sÅŕg till mig/Ingela:) Vill man bestÅŕmma nummer fÅŕg och kapacitet finns de att bestÅŕlla pÅŕ sortidentshemsida frÅŕn 350kr. Kanske julklapp.

Kommentarer om Åŕrets KulturTramp

2018-10-08 17:58:13

Insändare: Christian Glantz

I filen nedan kan ni IÅŕsa om hur Åŕrets KulturTramp upplevts frÅŕn bÅŕde arrangÅŕr och deltagare.

<p></p>

KulturTrampet2018.pdf

Å–sterlenbadet.

2018-10-01 20:23:52

Insändare: Heide Persson

Justerare: Ingela Thoresson

Andrarums IF IÅ–nar Å–sterlenbadet i Tomelila fÅ–r bad,simning hopp och lek varje onsdag 19.30 - 21 00.

Det gÅ–r bra att komma innan och duscha, basta och byta om sÅ– att man Å–r klar att hoppa i 19.30.

Detta Å–r efter de ordinarie Å–ppettiderna sÅ– entredÅ–rren Å–r IÅ–st. AIFs badvakt Å–ppnar dÅ–rren fram till kl. 19.45 sÅ– vill ni bada Å–r det bra att komma innan dess.

Badandet ingÅ–r naturligtvis i medlemsavgiften.

<p>VÅ–komna.

Sista nattcupen fÅ–r 2018!

2018-09-26 16:14:00

Insändare: Ingela Thoresson

Justerare: Ingela Thoresson

Tisdag 20 nov kl.18,30 i klubbstugan Nattcupen<p> Nattcupen Å–r en klubbtrÅ–ning dÅ–r man springer och stÅ–mplar pÅ– sÅ– mÅ–nga kontroller som mÅ–jligt inom 30 min. Man behÅ–ver inte vara tillbaka bara ha stÅ–mplat inom tiden. Man fÅ–r bara stÅ–mpla EN gÅ–ng pÅ– varje kontroll. Det finns en grÅ–nvariant= kontrollerna fÅ–r tas i vilken ordning man vill och en svartvariant= kontrollerna ska tas varannan pÅ– 30-talet och varannan pÅ– 40-talet. Det finns nÅ–gra klurigare kontroller som ger bonus poÅ–ng -se PM vid varje tillfÅ–lle vad som gÅ–ller fÅ–r dessa. Nattcupen Å–r 6 tisdagar i rad och de 4 bÅ–sta poÅ–ngen rÅ–knas samman fÅ–r att sedan ha tÅ–rtkalas med prisutdelning.

PM nattcupen 2018

<p>Onsdagar Bad/simning/lek Å–sterlenbadet i Tomelilla<p>

<p>Torsdagar 22 nov rullskidstrÅ–ningen vid klubbstugan. Ombytta och klara att trÅ–na kl.18,30. HjÅ–lm och reflexvÅ–st obligatoriskt. FrÅ–gor om utrustning kontakta Lise.<p>

Torsdagar 22nov kl.18,30 vid klubbstugan. LÅ–ptrÅ–ning efter deltagarnas Å–nskemÅ–l intervaller eller IÅ–nglÅ–p. <p>Dusch och fika i klubbstugan efter trÅ–ningen. <p>

VÅ–komna

OCAD

2018-09-23 16:18:45

Insändare: Ingela Thoresson

Fredrik Nilsson kommer en IÅ–rdag i November och utbildar i OCAD sÅ– att vi kan fÅ– flera som kan detta till bÅ–de trÅ–ning och tÅ–vling. Å–r du intresserad att delta? HÅ–r av dig till Ingela.

<p></p>

DM Stafett pÅ¥ HallandsÅ¥sen

<p></p>

Barn- och ungdomstrÅning vid klubbstugan

<p></p>

Åsterlens 3-kvÅllars

<p></p>

Fler bilder hittar ni i Bildarkivet

<p></p>

<a href="http://clk.tradedoubler.com/click?p=23365&a=2176386&g=20751698&EPI=11271
&url=https://www.svenskaspel.se/grasroten/forening/372-andrarums-if"
target="_blank">

<p></p>