



Vordingborg Firma Sport

Godt Nytår og velkommen ind i 2020

Vordingborg Firma Sport håber at alle er kommet godt ind i det nye år, håber at i er friske til at dyrke en masse gode aktiviteter sammen med gode arbejdskolleger/venner. Vordingborg Firma Sport kan tilbyde en del gode aktiviteter, som vi håber i vil benytte i løbet af 2020. Følg os på www.facebook.com/vfs.dk



Bowlingstævne som Nedrykket 300 serie 25 januar 2020

Bowlingafdelingen afholder stævne som nedrykket 300, hvad er så dette for et stævne, jo man spiller 3 serier per start, og så gælder om at få så mange kegler som muligt, det kan man så få ved at man fra de 3 serier fører den bedste runde ned i en 4 serie, således at hvis du laver en strike i første serie og første runde så flytter man denne strike ned, hvis du så også laver en strike i 2 serie i runde 4 så flytter man også den ned i 4 serie, til slut tæller man så 4 serie sammen og det er den som er præmiegivende. Sidste fris for tilmelding er 18/1-2020 på dette link: <http://www.vfs.dk/idraet-og-motion/bowling/nedrykket-300-serie-25-1-20> her kan du også læse mere om stævnet.



Badminton træning 2019-2020

Der er stadig ledige baner i Iselingehallen på mandage kl. 17:00-18:30, der er ligeledes et par ledige baner i Vordingborg hallen hver fredag mellem kl. 14:00 og 16:30. Er dette noget for dig så besøg dette link: <http://www.vfs.dk/idraet-og-motion/badminton/tilmelding-badminton-traening> på vores hjemmeside www.vfs.dk



Seniormotion badminton/gåture, for alle med fritid om formiddagen

Seniormotion holder juleferie og starter op igen med gåtur den 2. januar kl. 10:00 fra Aktivitetshuset, Præstegårdsvej 11, Vordingborg, badminton starter op mandag den 6. januar kl. 10:00 i Vordingborg hallen, nye er hjertelig velkommen der er plads til flere.

Læs mere på dette link: <http://www.vfs.dk/idraet-og-motion/seniormotion/seniormotion-badmintongang>

Bike and Runstafetten i Vordingborg Firma Sport 17-06-2020

Sæt allerede nu kryds i kalenderen hvis i skulle have lyst til at deltage i Bike and Runstafetten, som i år afholdes onsdag den 17 juni 2020 kl. 18:00.

Start og mål bliver ved Langebækhallen, og et stafethold skal bestå af 5 personer som skal løbe 3 x 5 km og cykle 2 x 13,6 km, der er mulighed for at nogle kan nøjes med at løbe 2,5 km eller måske løbe 7,5 km, løberuten er nemlig kun 2,5 km og skal gennemløbes 6 gange.

Læs mere og tilmelding på dette link: <https://www.firmaidraet.dk/events/arrangementer/bike-run-stafetten-vordingborg/>

