

SÆSON PROGRAM

2024-2025

Har du sport i årenerne, eller ønsker du bare mere socialt samvær? Så skynd dig at finde et hold i vores nye sæsonprogram - og tag din nabo med, vi har plads til alle.

OPSTART UGE 36

DAUGAARD
IDRÆT

www.daugaardidraet.dk

Badminton

U9-U11
U13-U15-U17
Senior træning

Tirsdag kl. 17.30 – 18.30
Tirsdag kl. 18.30 – 19.30
Tirsdag kl. 19.30 – 20.30

Book en bane

15+

Mandag kl. 19.00 – 20.00 / kl. 20.00 – 21.00
Torsdag kl. 18.00 – 19.00 / kl. 19.00 – 20.00 / kl. 20.00 – 21.00

Fodbold**Indendørs (opstart uge 43)**

U6/U7 (årgang 2018–2019)
U8/U9 (årgang 2015–2016)
U10/U11 (årgang 2012–2013)

Fredag kl. 15.30 – 16.30
Onsdag kl. 16.30 – 17.30
Torsdag kl. 17.00 – 18.00

Udendørs (opstart uge 33)

U6/U7 (årgang 2017–2018)
U8/U9 (årgang 2012–2012)
U10/U11 (årgang 2014–2015)
U13 (årgang 2012)

Onsdag kl. 16.15 – 17.15
Mandag kl. 16.30 – 17.30 / Onsdag kl. 16.30 – 17.30
Mandag kl. 16.45 – 17.45 / Onsdag kl. 16.45 – 17.45
Mandag kl. 17.00–18.00/ Onsdag kl. 17.00–18.00

Idræt i dagtimerne

Træning for voksne (indendørs)
Kroff (udendørs)

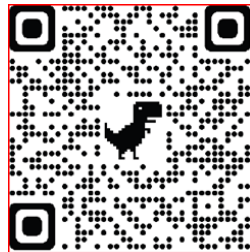
Onsdag kl. 10.00 – 12.00
Tirsdag kl. 10.00 – 12.00

E-sport

Nybegynder

Mandag kl. 16.00 – 18.00

Tilmelding via www.daugaardidraet.dk
eller scan QR-koden



HUSK FORENINGSKONTIGENT

Gymnastik**Forældre/barn**

Årgang 2021-2023

Mandag kl. 16.00 – 17.00 / Onsdag kl. 16.00 – 17.00

Familiehold m/forældre

4-8 år

Tirsdag kl. 17.00 – 18.15

Puslinge

Årgang 2020

Torsdag kl. 16.00 – 17.00

Hoptimister

Årgang anden halvdel af 2018-2019

Tirsdag kl. 16.00 – 17.15

Turbomyrer

Årgang 2017-2018

Onsdag kl. 17.00 – 18.15

Rytme Kidz

6-8 år

Mandag kl. 17.00 – 18.00

Minimix

Årgang 2015-2016

Torsdag kl. 17.00 – 18.15

Rytme stars

9-12 år

Mandag kl. 18.00 – 19.15

Springmix

Årgang 2010-2014

Onsdag kl. 18.15 – 19.45

Drengetons

9-14 år

Tirsdag kl. 18.15 – 19.30

Herretons

15+

Mandag kl. 20.30 – 21.00

Danse Fitness

15+

Torsdag kl. 19.30 – 21.45

Terapeutisk Powersport

15+

Tirsdag kl. 19.30 – 20.45

Yoga

15+

Torsdag kl. 18.15 – 19.30

CrossFitness.

15+.

Onsdag kl. 19.45 – 21.00

Puls, Power & Rundsving

Mixhold for voksne

Mandag kl. 19.15 – 20.30

HUSK FORENINGSKONTIGENT

Tilmelding/Foreningskontingent

I Daugård Idræt skal man købe et foreningskontingent, inden man kan tilmelde sig til holdene. Foreningskontingentet koster 150kr. pr. medlem for perioden 01-07-2024 til 30-06-2025. Prisen på de enkelte hold er således nedsat med det tilsvarende beløb som foreningskontingentet.

Det betyder, det bliver billigere at dyrke idræt, hvis du dyrker mere end end sportsgren.

Foreningskontingent er ikke påkrævet, når man tilmelder sig padel, tennis eller reserverer en badmintonbane til motionsbadminton. (Da en tilmelding jo gælder flere deltagere).

Banko

Velkommen til Banko i Daugård.
Vores traditionsrige Banko afholdes alle onsdage fra kl. 19.00
Dørene åbnes kl. 18.00 – alle er velkomne.

Fitness

Fitness, indoor cycling og simulatorcykler, kom og oplev Ørum Daugård Motion, som er et moderne fitnesscenter med kvalitetsmaskiner fra Cybex.
Der er maskiner til alle – lige fra nybegynderen til den meget erfarne.
Ørum Daugård Motion har udstyr til styrke-, konditions-, cirkel- og coretræning samt TRX og cykelsimulation.

Tennis

Foreningen råder over to tennisbaner.
Banen må kun bruges til tennisspil
De kan bookes gennem MATCHi.se.

Padel

Vi har en Padel bane ved siden af tennisbanerne. Den må kun bruges til padelspil. Medlemskaber kan købes via vores hjemmeside eller der kan bookes pr. time via MATCHi.se. Der kan lånes gratis bat og bolde.

Vinter Wellness

Vi har en helårs badebro ved Daugård Strand. Abonnement kan købes på hjemmesiden og pengene går til vedligehold samt etablering af sauna og fællesarealer.

**Tilmelding via www.daugaardidraet.dk
eller scan QR-koden**

