



## Vattenfalls IF Trollhättan - aktiviteter för hösten 2023

### Friluft

Kontaktperson: Fredrik Persson, tel. 0703-678293

#### Klassiker:

Vattenfall IF Trollhättan anordnar en **KLASSIKER** där ca 10 grenar ingår. Utskick kommer inför varje gren.

#### Gruppträning:

Fredagar kl 16:00 - 16:45. Cirkelträning med redskap på Arena Älvhögsborg. Alla är välkomna oavsett erfarenhet! En rolig gruppträning där hela kroppen får jobba!

#### Plats:

Älvhögsborg

#### Kostnad:

400 kr per termin

#### Kontaktperson:

Petra Lönn tel 070-399 15 14

### Lagsport

Kontaktperson: Haris Besic, tel. 070-2936818

#### Fotboll:

Inomhusträningar under hösten/vintern, dagar och tider ej klart ännu. Kontakta Haris för info om du är intresserad av att vara med.

Eventuellt vara med på en utomhuscup i oktober (om vi får tillräckligt med spelare) samt en inomhus cup i slutet av året.

#### Rinkbandy:

Återkom vid intresse, vi behöver spelare för att få ihop ett lag till årets seriespel!

### Racket

Kontaktperson: Niklas Kolvered, 0725-087238

#### Tennis, dubbel :

Inomhus, söndagar kl 18:00 - 21:00

(Möjlighet till singelspel finns. Den aktive får själv ordna med dessa bokningar hos tennisklubben och föreningen ger ett ekonomiskt bidrag för hallhyran.)

#### Plats:

Tennishallen Vänersborg

#### Kostnad:

20kr/spelad timme

#### Badminton:

Medlemmar får på egen hand administrera träning och boka tid.

#### Bordtennis:

Ett bordtennisbord finns i gymmet på Gripenkontoret och kan nyttjas fritt av did som är medlem i VIF-T.

#### Padel:

Intresset för Padel är stort hos Vattenfallanställda i Trollhättan och VIF-T. Eldsjäl sökes inom föreningen som vill organisera någon spelform (typ seriespel) för våra medlemmar. Ta kontakt om du vill ta på dig en samordnande roll för Padel.

### Skidor

Kontaktperson: Caroline Odalgård, 0722-325828

Har du tips och idéer, kontakta oss!

### Löpning

Kontaktperson: Patric Linder 070-5560759

Tips och ideer mottages tacksamt.

## Golf

Kontaktperson: Marie Carlander, 070-5466897

VIF-T golfsektion bjuder in alla golfare till "Masters" där även Bästbolls finalerna är planerade att spelas. Vara-Bjertorp GK den 29:e september, första start 10:00. Brukligt är att Bästbolls finalerna går ut sist. Vi som inte spelar Bästbolls final spelar poängbogey. Anmälan skickas till [marie.carlander@vattenfall.com](mailto:marie.carlander@vattenfall.com) så snart som möjligt men senast 22 september.

## Kultur

Kontaktperson: Thomas Andersson, 0730926704 (Erik Bergfelt, 0767-768203)

Har du tips och idéer så hör av dig. Efter den lyckade vinprovningen som ägde rum i mitten av sep kommer det absolut bli fler aktiviteter.

## Foto

Kontaktperson: Hans Larsson, 072-7300477

Planerar en fotoutflykt med höst-tema i oktober och ev någon mer träff under hösten. Inga förkunskaper krävs eller speciell fotoutrustning, bara ett intresse för någon form av fotografering. Kontakta Hans vid intresse eller för mer information.

## Gymmet Gripen

Kontaktperson: Jonas Sandbäck, 076-1025320

Årsavgift 400kr, använd gärna Friskvårdsbidraget.

Cirkelpass tisdagar och torsdagar kl 11:15. Begränsat antal deltagare. Anmäl intresse till Yasser Akram, [yasser.akram@vattenfall.com](mailto:yasser.akram@vattenfall.com)

## Säffle

Kontaktperson: Felix Björnerås, 0702-068947

Har du tips och idéer på aktiviteter? Hör gärna av dig!

## Borås

Kontaktperson: Sofia Svensson, tel, 073-0787915

Har du tips och idéer på aktiviteter? Hör gärna av dig!

## Skytte

Kontaktperson: Leif Olofsson, tel. 070-6627873

Serie på hemmaplan med luftpistol säsongen 2023-2024. Deltagaranmälan senast 15 oktober.

## Kommande VM

**Kommande VM 2024:** Skid-VM i Sundsvall, 22-23:e mars  
Golf-VM i Motala, 5-7 september 2024  
Inomhus-VM i Uppsala, 8-9:e november 2024  
Separat inbjudan med information som kommer längre fram.

## Övrigt

Inspirationsträff på Älvhögsborg i Trollhättan **26 september kl.17-18**, fri träning, bad och relax efteråt.

Kom ihåg att använda ert friskvårdsbidrag och använd det gärna för våra aktiviteter!

Läs mer om VIF-T på vår hemsida

[www.korpen.se/vattenfallforbund/](http://www.korpen.se/vattenfallforbund/)