



EKSEMPEL på dagsprogram

### Lørdag

- 07.45 Morgenmad
- 08.30 Træning
- 09.45 Forfriskning
- 10.00 Træning
- 12.00 Middagsmad
- 13.00 Battle / Springcenter
- 15.00 Stor forfriskning
- 15.40 Afgang Vojens Svømmehal
- 17.00 Frøs Arena - skøjter
- 18.30 Retur til skolen
- 19.00 Aftensmad
- 20.00 Dreng/Pige kampe
- 21.30 Instruktørkamp
- 22.30 På værelserne
- 23.00 Lys slukket

**FÅ EN KANON  
OPLEVELSE**  
SAMMEN MED ANDRE U-13 SPILLERE  
I DIN EFTERÅRSFERIE!

VI SES PÅ  
Vojens Gymnastik- & Idrætsefterskole!

**VGIE**



**U13 TRÆF 2024**



**Dansk  
Håndbold**

Syd

# U13-TRÆF 2024

I efterårsferien fra fredag d. 11. til d. 13. oktober

**VGIE**  
Vojens Gymnastik- & Idrætsefterskole

## TID:

Fredag den 11. oktober kl. 17.00 til søndag den 13. oktober kl. 15.00.

## STED:

Vojens Gymnastik- & Idrætsefterskole.

## AKTIVITETER:

Håndbold i "alle" afskygninger, konkurrencer, turneringer  
- masser af fælles aktiviteter!

## PRIS:

Dækker træning, kampe, forplejning, besøg i svømmehal, skøjtehal, diplom og en lækker t-shirt specialdesignet til træffet. Du indkvarteres på elevværelser.

**KUN 595,-**

## TILMELDING:

For spillerne sker det gennem deres forening, der tilmelder samlet online, senest mandag den 7. oktober 2024 - kl.10.00 via [www.danskhåndbold.dk/danskhåndbold-syd/](http://www.danskhåndbold.dk/danskhåndbold-syd/) -> aktiviteter

## PRAKTISKE OPLYSNINGER:

Medbring dyne, hovedpude + lagen, håndbold, idrætstøj til både indendørs og udendørs træning samt svømmetøj. Husk cykelhjelme hvis du skal med i skøjtehallen.

## SPØRGSMÅL:

DanskHåndbold Syd  
Rikke Kastrup Moritz Sørensen  
Mail: [rkms@danskhåndbold.dk](mailto:rkms@danskhåndbold.dk)  
Tlf. 70274747

Hilsen DanskHåndbold Syd og VGIE

## KÆRE DELTAGERE...

Kom og vær med til et par fede dage på Vojens Gymnastik- & Idrætsefterskole. Vi skal spille håndbold i lange baner, lave bål, i svømmehallen, springe trampolin, lave sjov på skøjter i Frøs-Arena og meget, meget mere... Medbring gerne dine egne skøjter. Vi starter fredag kl. 17.00, hvor vi fortæller om programmet og indkvarterer. Søndag slutter vi af med turnering på blandede hold. Her er dine forældre velkomne til at kigge på. Den kører fra kl. 13.00-15.00, hvor der er officiel afslutning på weekenden. I dette tidsrum kan forældre også få en kop kaffe og/eller en rundvisning på resten af skolen. Vi glæder os til at se dig til U-13 træf.

Med venlig hilsen  
DANSKHÅNDBOLD SYD

Få de fedeste  
oplevelser for kun

**595,-**

