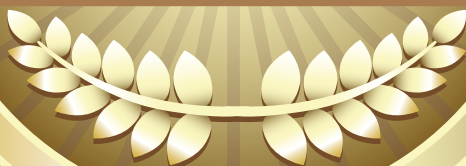




Østhallen, Nr. Nissum, Lemvig
29. oktober 2019

MESTERSKABER FOR VÆRESTEDER



Brugere af væresteder, sociale cafeer
og bosteder inviteres til en dejlig dag med fællesskab,
gode oplevelser, bevægelse og højt humør.

MESTERSKABET ER FOR ALLE

KFUMs Idrætsforbund vil give borgere i udsatte livssituationer en positiv dag med aktiviteter og konkurrencer. Vi mødes over idrætten.

Vi spiller sammen og mod hinanden, spiser sammen og oplever fællesskaber på tværs af VæreSteder. Det er ikke så vigtigt at man er god til noget, det er vigtigt at man er med, og at vi er sammen.

Etik og menneskesyn

KFUMs Idrætsforbund er arrangør, og mesterskabet vil finde sted i en inkluderende og rummelig atmosfære i overensstemmelse med forbundets kerneværdier.

KFUMs Idrætsforbund har arrangeret idrætsstævner for borgere i udsatte livssituationer siden 2004.



DAGENS FORLØB

Vi dyster I mange forskellige aktiviteter. Der er både mulighed for at få sved på panden, eller trænet hjernecellerne.

Når du ankommer, er det muligt at tilmelde sig til én individuel aktivitet og én holdaktivitet. Der er et max deltagerantal på de individuelle aktiviteter, når dette er nået, er der desværre ikke plads til flere, og vi opfordrer til man vælger en anden aktivitet.

I hold aktiviteterne er det muligt at tilmelde sig som VæreSted. Er I ikke nok, så kan du tilmelde dig et allstars hold, hvor vi samler deltagere fra forskellige VæreSteder, eller I kan invitere enkelte spillere med på jeres hold. I de fleste aktiviteter er I selv dommere og spiller efter de udstukne regler. Inden mesterskabet vil de tilmeldte VæreSteder få tilsendt et regelsæt, så vi er nogenlunde enige om reglerne inden vi mødes. I løbet af dagen er der også gode muligheder for at trække sig tilbage og nyde en kop kaffe, mens man spiller et spil for sjov eller taler med sidemanden.



OVERSIGT OVER AKTIVITETER PÅ DAGEN

INDIVIDUELLE AKTIVITETER

Tæppecurling:

Er inspireret af curling på is. Der spilles med "sten" med små hjul under. Man optjener point, ved at være tættest på midten i "huset".

Badminton:

Der spilles single, antal point og sæt besluttet efter, hvor stor tilslutningen er til turneringen.

Indendørs petanque:

Spille som almindeligt petanque, dog med speciel fremstillede kugler til indendørs brug.

Ludo:

Vi spiller på 4 eller 6 mands bræt, med én terning.

Yatzy:

Spilles med 5 terninger.

Bordcurling:

Brætspil hvor fingerfærdighed spiller en stor rolle. Point optjenes ved at være tættest på midten af "huset".

Stigegolf:

2 bolde på størrelse med golfbolde sidder sammen med en snor imellem. De kastes mod en "stige". Der optjenes point efter hvilke trin de lander på.

Bordtennis:

Der spilles single, antal point og sæt besluttet efter, hvor stor tilslutningen er til turneringen.

Backgammon:

Brætspil, som spilles 1 mod 1.

Kæmpe kryds og bolle:

Spilles som almindeligt kryds og bolle, men på en stor spilleplads, som ligger på gulvet.

Bob:

Man skal være et hold på 2 personer. Hver spiller har én side, hvor de må skyde fra.



HOLD AKTIVITETER

Fodbold:

Der må være 5 personer på banen. Der spilles med 1 over midten. Hvert hold må have max 3 udskiftere.

Floorball:

Vi spiller på tværs af en håndboldbane. Der må være 4 personer på banen ad gangen. Hvert hold må have max 2 udskiftere.

Høvdingebold:

Hvert hold er 6 personer inkl. 1 høvding. Når alle på holdet er "døde", bliver høvdinge fri, og har ét liv.

Kanonbold:

Der er 4 personer på hvert hold. Holdene står på hver deres baglinje. De skal med mindre bolde ramme den store bold, som starter på midten. Der er point når den triller ind over modstandernes linje.

Heppekor:

Der ligges vægt på udklædning, slagsang, opmuntrende tilråb og godt humør.

Præmier

Der er medaljer til 1., 2. og 3. pladsen. Vinderen modtager derudover også en pokal. Bedste heppekor vinder en flot pokal. Der er fælles præmieoverrækelse som afslutning på dagen. Alle deltagerne vil få udleveret en T-shirt, som minde om dagen.

Mad og drikke

KFUMs Idrætsforbund søger for forplejning hele mesterskabet. Der vil være et rundstykke om formiddagen, en varm frokost og vi slutter af med kaffe og kage. Der vil være fri adgang til vand og kaffe/te hele dagen.

Transport

VæreStedet skal selv arrangere transport til mesterskaberne.

Frivillige

Et elevhold fra Nr. Nissum efterskole vil være med hele dagen, og fungere som ansvarlige for aktiviteterne, være dommer i tvivlsspørgsmål og holde styr på resultaterne mv.

PROGRAM FOR DAGEN:

Der serveres kaffe/the og et rundstykke, ved et hyggeligt morgenbord fra 9:30-10:30

- 9:30-10:00 Ankomst
- 9:30-10:20 Tilmelding til aktiviteterne, både individuel og holddisciplin.
- 10:30 Turneringen for de individuelle aktiviteter går i gang
- 12:15 Frokost
- 13:15 Turneringen for holdaktiviteterne går i gang.
- 14:30 Præmieoverrækkelse samt kaffe og kage
- 15:00 Tak for i dag



Alkohol og rusmidler må ikke indtages på dagen.

Vi glæder og meget til at se jer.



PRAKTISK INFORMATION

Hvor:

Østhallen, Skolevænget 5, Nr. Nissum, 7620 Lemvig

Hvornår:

Tirsdag d. 29. oktober 2019 kl. 10:00-15:00

Tilmelding:

Senest d. 8. oktober her: <https://kfumid.nemtilmeld.dk/83/>

Pris:

Deltagergebyr: 400 kr.

GRATIS ved tilmelding inden 8. oktober til de første 250 deltagere.

Kontakt: Maja Tast
maja@kfumid.dk
Tlf. 40578180

**KFUMs Idrætsforbund samarbejder
med Landsforeningen af VæreSteder.**

**Vi har et fælles formål om at styrke
og udvikle idræt for socialt udsatte.**

