

NYHEDSBREV RUCK September 2009

Kære Ruck medlem

Her har du første udgave af vores nyhedsbrev. Vi vil som noget nyt udsende nyhedsbreve pr. mail ca. hver 2. måned.

Har du ideer til, hvad der skal stå i nyhedsbrevet så sig til.

SÆSSONSTART

Lørdag den 5. september 2009 starter vi på sæsonen 2009/2010 kl. 10.00. Vi glæder os til at se en masse nye og gamle medlemmer til unicykeltræning.

Træningstiden fortsætter med at være hver lørdag fra kl. 10-12 (til kl.13, hvis der er nogen, der vil spille mere hockey).

FEDLØB

Lørdag den 5. september 2009 er der også Fedløb, som arrangeres af FLUCK (Fakse Ladeplads Unicykel Klub). Løbet starter kl. 11.00 ved P-plads på Feddet camping, Feddet 12, 4640 Fakse.

Deltagergebyr er 30.00 kr. Husk beskyttelsesudstyr som er et krav for deltagelse.

Maiken deltager ved løbet. Hvis nogen har behov for kørelejlighed, så kontakt Maiken senest torsdag aften på 28 81 68 27.

ÅLØB

Lørdag den 12. september 2009 er der Åløb. Løbet arrangeres af os, og derfor er der **ikke** almindelig klubtræning den dag.

Løber starter som noget nyt kl.10.00 ved Ringsted Å lige bag Brugsen i Høm. Det er valgfrit, om man kører 3 eller 6 km. Efter løbet vil der være præmieoverrækkelse på parkeringspladsen på Havemøllevej, når alle deltagere er kommet i mål. Diplomer eftersendes. Der vil ikke være noget ekstratræning og hygge på skolen. Vi regner med at være færdige senest kl. 13.00.

Hvis der er nogle forældre, som har mulighed for at hjælpe, vil det være rigtig godt. Jo flere hjælpere, jo bedre og mere sikkert et løb kan vi afholde.

JUNIORFORUM

Juniorforum er et landsdækkende trænings/hygge arrangement for alle, som minimum har level 4. Juniorforum afholdes af klubberne med støtte fra DGI.

Næste Juniorforum afholdes på Gilleleje Skole, Parkvej, 3250 Gilleleje i tidsrummet 25. september 2009 kl. 19:00 til 27. september 2009 kl. 12:00.

Tilmeldingsfrist er 20. september 2009. Vi har endnu ikke modtaget oplysning om pris m.v., men du kan allerede nu give Maiken besked, hvis hun skal tilmelde dig.

Hvis du selv vil stå for tilmelding så hold øje med www.unicykling.dk

Hjælp. Vi har brug for, at mindst én voksen deltager på weekenden –ellers må vores unge ikke komme med. Maiken kan ikke deltage denne gang, så skynd Jer at give besked, hvis I som forældre har mulighed for at være med på weekenden. Klubben betaler naturligvis for deltagelsen.

TAK FOR SIDST

I weekenden 29.-30. august 2009 holdt vi Hygge Marthon. Der var 4 deltagere fra RUCK og 7 deltagere fra HUCK (Haslev Unicykel Klub).

Alle gennemførte de mål de havde sat sig (22 km. eller 48 km.). Selv Jacob, som startede med at vælte og få skader, kom igen og gennemførte løbet **–rigtig flot Jacob!**

Lørdag eftermiddag og søndag formiddag tog de fleste unge cyklister ud til skater-ramperne i Roskilde. Her er absolut udfordring for alle, og det var rigtig sjovt.

Det var en rigtig hyggelig weekend.

Vi glæder os til den nye sæson.

Unihilsner

Maiken og Klaus