

## GYMNASTIK

### FORMAND

FREDERIKKE BUNDGAARD  
FORMAND-GYM@IDOM-RAASTED.DK

### KASSER

LUIZA BØGGILD RASMUSSEN  
KASSERER-GYM@IDOM-RAASTED.DK

### BESTYRELSESMEDLEM

INA HOLM BERTELSEN  
MADS MUNKSGAARD  
MAJA HØEGH REFSTRUP  
CHARLOTTE TEJLMAND

## FITNESS

### FORMAND

HELLE SKOV JESPERSEN  
FORMAND-FIT@IDOM-RAASTED.DK

### KASSER

JAKOB THORIUS  
KASSERER-FIT@IDOM-RAASTED.DK

### BESTYRELSESMEDLEM

LILIAN JENSEN  
JESPER DAMSGAARD



# FÆLLESSKAB

- SAMMEN ER VI STÆRKEST -

ØNSKET FOR IDOM-RÅSTED IDRÆTSFORENING ER, AT DER ALTID ER MANGE AKTIVE MEDLEMMER. DERVED BLIVER SPORTEN ENDNU SJOVERE.

MÅLET ER, AT IDRÆTSFORENINGEN ER SYNLIG I PLEXUS, OG AT SPORTEN STÅR SAMMEN OM AT UDVIKLE OG FORNY SIG KONTINUERLIGT.

## BADMINTON

### FORMAND

H. P. HOLMGAARD  
FORMAND-BAD@IDOM-RAASTED.DK

## HÅNDBOLD

### FORMAND

MORTEN ENEVOLDSEN  
FORMAND-HÅND@IDOM-RAASTED.DK

### NÆSTFORMAND

MARIA BILGRAV

### KASSER

ANNIKA NORDESTGAARD  
KASSERER-HÅND@IDOM-RAASTED.DK

### BESTYRELSESMEDLEM

STEPHANIE DALGAARD

## HOVEDBESTYRELSEN

### FORMAND

HELLE MADSEN  
FORMAND-IRIF@IDOM-RAASTED.DK

### NÆSTFORMAND

MADS BERTELSEN

### KASSER

HENRIETTE MOSELUND KAPPEL  
KASSERER-IRIF@IDOM-RAASTED.DK

### BESTYRELSESMEDLEM

FREDERIKKE BUNDGAARD  
HELLE SKOV JESPERSEN  
JAKOB THORIUS  
STINE JENSEN  
MORTEN ENEVOLDSEN  
ANNIKA NORDESTGAARD  
H. P. HOLMGAARD  
TRINE MADSEN  
JONFINN

## FODBOLD

### FORMAND

MADS BERTELSEN  
FORMAND-FOD@IDOM-RAASTED.DK

### KASSER

STINE JESEN  
KASSERER-FOD@IDOM-RAASTED.DK

### BESTYRELSESMEDLEM

DANNY DÅSBJERG

STYRKE FÆLLESSKABET I  
IDOM-RÅSTED IDRÆTSFORENING

DER ER PLADS TIL ALLE OG HØJT TIL  
LOFTET I IDRÆTSFORENINGEN

IDRÆTSFORENINGEN VIL VÆRE EN  
MEDSPILLER I LOKAL SAMFUNDET

STYRKE SAMARBEJDET MELLEM  
IDRÆTSFORENING OG INSTITUTIONER  
I IDOM-RÅSTED

## IDRÆTSFORENINGEN ØNSKER AT:

VÆRE MED TIL AT DANNE  
FÆLLESSKAB

ALLE BLIVER I FYSISK GOD FORM

UDVIKLKE DET MOTORISKE

DER KNYTTE BÅND MED ANDRE  
MENNESKER, MÅSKE FOR LIVET

ALLE BLIVER SOCIALT ENGAGERET

ALLE LÆRER AT FUNGERE I GRUPPER

ALLE LÆRER, HVAD DET VIL SIGE, AT  
VÆRE AFHÆNGIGE AF ANDRE

ALLE LÆRER, AT BIDRAGE MED INPUT,  
HVER ISÆR

ALLE LÆRER AT TAGE ANSVAR

ALLE KAN UDVIKLE LEDERANSVAR  
PÅ FRIVILLIG BASIS

FAMILIEN FÅR NOGET FÆLLES  
AT GÅ OP I



## AKTIVITETER

### GYMNASTIK

SPRINGGYMNASTIK  
SENIORGYMNASTIK  
YOGA  
MOR/FAR - BARN  
FORÅRSOPVISNING

### FODBOLD

FC FRI  
BØRNEHOLD  
SAMARBEJDE MED  
FC MIDTJYLLAND

### HÅNDBOLD

DAMEHOLD  
HERREHOLD  
BØRNEHOLD  
HÅNDBOLDKARAVANE  
SAMARBEJDE MED  
TTH HOLSTEBRO

### FITNESS

MANDAGSHOLD KVINDER  
TRX HOLDTRÆNING  
SENIORHOLD  
HYG OG SVED  
STYRK DIN KROP  
STRANDKLAR FOR MÆND  
INDIVIDUET TRÆNINGSPAS

### ANDRE AKTIVITETER

ROLLATOR GÅ SAMMEN TURE  
WALK AND TALK  
PETANQUE  
KROLF  
BOBSPIL  
BORDTENNIS  
VOLLEYBALL

### BADMINTON

BØRNEHOLD  
SENIORHOLD

