

MIDIS-info 3/2017



Helsinge Kyrkoby Ungdomsförening rf. informerar om sin verksamhet under höstterminen 2017. Nedan hittar ni evenemangskalendern. En mer detaljerad och uppdaterad version av kalendern hittar ni på föreningens hemsidor www.midgard.fi/evenemang.

Evenemangskalender

Datum	Kl.	Vad	Plats	Ansvarig/ sammankallare
september	10.00	Stretching – tisdagsgruppen (1 - 4/12) 5.9, 12.9, 19.9 och 26.9.17	Midgård	Carola Rundman
september	19.30	Stretching – torsdagsgruppen (1-4/12) 7.9, 14.9, 21.9 och 28.9.17	Midgård	Rita Niemi
24.09.17	11-18	HTU:s Bilorientering ("Finland 100 år")	Midgård	Tiina Nurmi-Kokko, Carola Rundman Poa Bäckström
26.09.17	14.00	Barn och ungdomsträff	Midgård	Victor Bergström. Atte Miettinen
oktober	10.00	Stretching – tisdagsgruppen (5-6/12) 24.10 och 31.10.17	Midgård	Carola Rundman
oktober	19.30	Stretching – torsdagsgruppen (5/12) 26.10.17	Midgård	Rita Niemi
08.10.17	15.00	Hösttalko	Midgård	styrelsen
28.10.17	18.00	HÖSTFEST	Midgård	Rita Niemi
30.10.17	19.00	Frågesport - HTU:s uttagning	Kervo	
november	18-19	Nybörjarkurs i yoga (1.11, 8.11, 15.11, 22.11 och 29.11.17)	Midgård	Rita Niemi
november	10.00	Stretching – tisdagsgruppen (7-10/12) 7.11, 14.11, 21.11 och 28.11.17	Midgård	Carola Rundman
november	19.30	Stretching – torsdagsgruppen (6-10/12) 2.11, 9.11, 16.11, 23.11 och 30.11.17	Midgård	Rita Niemi
december	10.00	Stretching – tisdagsgruppen (11-12/12) 5.12 och 12.12.17	Midgård	Carola Rundman
december	19.30	Stretching – torsdagsgruppen (11-12/12). 7.12 och 14.12.17	Midgård	Rita Niemi
10.12.17	16.00	JULFEST	Midgård	Berit Selenius
Måndagar	20-21	Badminton och sähly, vecka 34 - 50	Helsinge skola	Rasmus Björkvall
Tisdagar	17-18	Sähly för ungdomar, vecka 33 - 50	Helsinge skola	Mats Lehtinen

Ordförandens hälsning

Hej alla,

sommaren skrider mot sitt slut, skolan har börjat och semestrarna är firade. Dags att återgå till föreningsverksamhet.

Kommande hösttermins program kommer att bestå av gamla traditioner samt nya trender. Vi kommer att fortsätta med satsning på hälsofrämjande program. Evenemangen lämpar sig för alla åldersklasser.

Septembermötet kommer i år att vara annorlunda. Föreningen deltar i HTU bilorienteringen som körs i "Finland 100-år" -anda. Midgård kommer att vara en av rastplatserna på orienteringsrutten den 24.9. Orienteringen pågår från kl. 11.00 till 18.00. På Midgård har deltagarna möjlighet att bekanta sig med fotoutställning och det kommer att spelas videon om gamla motorsportevenemang i Finland. Under tiden serveras kaffe med dopp. Ni kan delta i bilorienteringen eller bara komma till Midgård för att träffa vänner och andra UF:are.

Midgårds fasad är nymålad i augusti, så det finns en orsak till att komma till Midgård. Vi får ge ett stort tack till Patrik Haldin som kordinerat det hela!

Det lönar sig att följa föreningens websida (www.midgard.fi) för uppdateringar av evenemang. Naturligtvis får man alltid ta kontakt med mig, sekreteraren eller övriga styrelsemedlemmar gällande ev. vidare upplysningar. Epost-adressen är som bekant midis@midgard.fi

Önskar er alla en god fortsättning på hösten.
Vi ses på Midgård!

Kristian Pennala

Kristian Pennala, kristian.pennala@saunalahti.fi, tfn 0400-490150

KOMMANDE PROGRAM

Stretchingen startar första veckan i september

Stretchingen på Midgård med Outi Huovinen fortsätter med tisdags- och torsdagsgrupperna. Det är 12 träffar a´ 1 timme per grupp och vi börjar första veckan i september och fortsätter till mitten av december. **OBS! Ingen stretching under veckorna 40 – 42 i oktober** då Outi är på resa.

Tisdagsgruppen kl. 10-11 är mellan den 5.9 – 12.12.17 och torsdagsgruppen kl.19.30-20.30 mellan den 7.9 – 14.12.17.

Innehållet i kurserna fortsättnen i samma stil, som tidigare. Dessutom får vi lära oss nya saker. Kolla närmare i Evenemangskalender på föreningens hemsidor ([Tisdagsgruppen](#) och [Torsdagsgruppen](#))

Pris: 120€ för föreningsmedlemmar och 300€ för icke-medlemmar. Anmäl er till midis@midgard.fi eller 050-4387024/Rita

Utrustning: "mjuka" byxor och långärmat. Strump- eller barfota. Ta med eget liggunderlag.



Septembermöte – HTU´s bilorientering sö den 24.9.2017

”Finland 100-år” till ära arrangerar HTU en bilorientering söndagen den 24.9.2017. Vår förening har också lovat delta och detta faller in på samma dag som vårt septembermöte är planerat.

Det blir alltså bilorientering på Midgård kl 11-18 och inget månadsmöte kl.18. Vi bjuder på följande program åt alla föreningsmedlemmar samt ”indropparna” från bilorienteringen:

- gamla filmer från motorsporttävlingar
- kaffe med dopp
- fotoutställning
- presentering av föreningen samt dess evenemang
- snabblotteri
- program för barn

Det behövs många att hjälpa till den 24.9. **Frivilliga hjälpredor kan anmäla sig till Carola Rundman carola.rundman@elisanet.fi eller 050-5849082.**

Hösttalko söndagen den 8.10.2017

Välkomna på hösttalko till Midgård söndagen den 8.10.2017 kl. 15. Arrangörerna bjuder på tilltugg + dricka.

HÖSTFEST på Midgård lö den 28.10.2017

Föreningen arrangerar en höstfest på Midgård lördagen den 28.10.17 kl 18 för föreningsmedlemmar och deras vänner. Boka datumet i era kalendrar. Närmare info om festen får ni senare i månadsskiftet september/oktober. Väl mött på Midgård!



Yoga i november

Nybörjarkurs (5 ggr) i yoga på onsdagar kl 18-19 på Midgård i november. Datumen är 1., 8., 15., 22. och 29.11.17. Vi börjar från grunderna och går vidare enligt deltagarnas nivå. (Utrustning: se stretching)

Kurspris 50€ för medlemmar och 80€ för icke-medlemmar. Anmäl er till midis@midgard.fi eller 050-4387024/Rita (senast den 24.10.2017).

Barn och ungdomskväll ti den 26.9.17

Föreningen arrangerade öppet hus för barn och ungdomar på Midgård i medlet på mars 2017. Ca 20 nöjda barn deltog och repris har önskats, så vi tar det på nytt! Följande träff är tisdagen den 26.9.17. Victor och Atte tar över vid Kyrkoby skolas eftis kl 14 och specialprogrammet kommer att ske på Midgård. Närmare

information fås i medlet av september via Kyrkoby Skolas eftis. Ifall du har några frågor, kontakta Victor Bergström (viguu.bergstrom@gmail.com).

NSU:s Frågesport 2017 – deltagare efterlyses!

NSU arrangerar årligen den nyländska frågesportsfinalen under hösten. Före finalen ordnas uttagningar av lokalförbunden på 6 olika orter i samarbete med NSU. I år är HTU:s uttagningstävling den 30.10.17 kl 19 i Kervo.



I fjol deltog vår förening med 2 lag – ett i ungdomsklassen och ett i allmänna klassen. Laget i allmänna klassen avancerade till final och blev 4:e i finalen. Vi vill föra traditionen vidare och delta, så **vänligen anmäl er intresse till midis@midgard.fi eller till någon av styrelsemedlemmarna**. Vi önskar att vi fick ihop 2 lag i år också. Gärna flera! Lagen består av 3 medlemmar/lag.

Ingen linedans på hösterminen 2017

Linedansen håller paus på höstterminen pga för få deltagare på våren. Vänligen anmäl ert eventuella intresse för linedansen, så vi vet om vi skall ordna linedans på vårterminen. Kontaktperson Carola Rundman (carola.rundman@elisanet.fi).

Återkommande program: Salsturer i Helsinge skola

Föreningens salsturer i Helsinge skola för vårterminen 2017 fortsätter t.o.m. mitten av maj 2017:

- Måndagsturen är kl. 20-21. Badminton och sähly. Kontaktperson Rasmus Björkvall, rasmus.bjorkvall@kolumbus.fi.
- Tisdagar kl. 17-18 för ungdomar. På programmet sähly. Kontaktpersoner är Jens och Mats Lehtinen (jens_lehtinen@hotmail.com, mats.lehtinen91@gmail.com)

Övrigt

- "100 km svenska stigar i Helsingfors med omnejd" fortsätter ända in till oktober. Mera info på www.nos.fi
- Outi Huovinen arrangerar två specialkurser på Midgård. För bägge nedanstående kurser anmäl er direkt till Outi (outi.h.huovinen@gmail.com)
 - Yoga workshop den 10.9. klo 18-20. Pris 20€
 - Kursen "hur stärker man bäckenmusklerna" hålls på Midgård sö den 17.9.17 kl 16-18.30 och kostar 30€ per person. HKUF föreningsmedlemmar får rabatt och betalar 25€/pers.
- Kyrkoby-Tolkby Marthakrets ordnar basar på Bagarstugan sö den 15.10.17 kl. 11.15 - 13.
- NSU Aftongala 2017 14.10.2017 i Lovisa. Se närmare info på www.nsu.fi