



Rörelseglädje

med IFK Umeå badminton



Bostaden
För ett bättre Umeå

VI ERBJUDER ÄVEN DETTA LÄSÅR
KOSTNADSFRIA AKTIVITETER FÖR
ALLA ÅLDERSGRUPPER

SÅ HÄR BÖRJAR DU i vår badmintonklubb!

Vi erbjuder träningar för alla oavsett ålder och tidigare erfarenhet. Dessa grupper kan man komma till för att prova träna med IFK Umeå.

Ålder ca 5-12 år: Sön 10.00-11.00

Ålder ca 7-12 år: Ons 17.30-18.30

Ålder ca 12-17 år: Lör 12.00-13.00

**Ålder ca 15-25 år: Må 19.30-21.00
samt ons kl 19.00-20.30**

Vuxna: Ons 18.30-19.30

Du hittar ledarna innan träningarna eller fråga Badmintonhallens personal om vilken hall gruppen tränar i.

Bestämmer man sig för att börja i en grupp är terminsavgiften för en träning per vecka:

10 år och yngre: 600 kr

11 år och äldre: 1000 kr

Plats:

Badmintonstadion

Frågor:

ifkumeabadminton@gmail.com



DROP IN (ALLA ÅLDRAR)

Du kan spela **badminton, bordtennis, minitenis** och **pickleball**. Racketar och bollar till alla aktiviteter kan du låna av oss.

Lör 14.00-16.00

Mån-Tors 15.00-16.00

Drop in på loven - se vår hemsida samt Umeå kommuns **"Händer på lovet"**.

TJEJBADMINTON, TISDAGAR ÅK 1-9

Gratis badmintonträning för tjejer, med tjejer som ledare. Efter träning bjuder vi på fika.

Tis 17.30-18.30

BARN OCH UNGDOM, LÖRDAGAR ÅK 1-9

Spela och träna badminton med ledare. Efter träning bjuder vi på fika.

Lör 13.00-14.00

BADMINTONKVÄLL, FREDAGAR ÅK 3-9

Fre 17.00-18.00. Efter träning bjuder vi på frukt eller glass.

**Alla aktiviteter ovan
är kostnadsfria**



Badmintonstadion

Du hittar oss här:

Badmintonstadion Bruksvägen 13 | 090-18 09 95

ifkumeabadminton@gmail.com

www.ifkumea.com

Instagram: #ifkumeabadminton