

Nyhedsbrev JLK oktober 2020

Efteråret er på sit højeste, dagene bliver kortere og kortere, og snart er det mørkt og koldt, når vi mødes til træning. Husk derfor refleksvest og evt. en lampe til de mørke træningsaftner.

For at sikre at alle motionister både kan ses i mørket og holde varmen, er klubben i gavehumør, og alle medlemmer kan se frem til en lille overraskelse, som kan hentes fra mandag den 26. oktober og den efterfølgende uge umiddelbart før træning på hhv. Spraglehøj, Løbebanen og Baunehøjskolen. Holdene kan måske lave en aftale med træneren eller en fra holdet, at de kommer på Spraglehøj og henter gaven, nu hvor vi skal til at mødes forskellige steder i Jyllinge. Se separat afsnit for neden.

Begyndertræning

Som noget nyt og selvfølgelig set i lyset af situationen som hele verden er i, måtte vi udsætte forårets begyndertræning her til efteråret. Vi er rigtig glade for, at det kunne lade sig gøre, og vi har budt 50 nye medlemmer velkommen til 12 ugers begyndertræning. Alle er glade, ved godt mod, og render derud af.

Afslutning af begyndertræning fejres som vanligt med fælles morgenmad for hele klubben den 28. november. Nærmere INFO følger.

Julefrokost

Da vi desværre ikke kan afholde Årets Julefest om vi plejer, men absolut ikke syntes, I skal snydes for Julefrokosten, vil det i år blive muligt at bestille en julefrokostpose hos Kvickly lørdag d. 14. november. Nærmere INFO følger snarest.

Glædelig jul

Traditionen tro ønsker vi glædelig jul med gløgg og æbleskiver torsdag d. 10. december efter træning. Afhængig af hvordan verden ser ud til den tid, regner vi med at det afholdes udendørs, og gløggen vil være ekstra varm i år.

Nytårsløb

31. december arrangerer vi som noget nyt et Nytårsløb, dog kun for medlemmer af klubben. Løbet har start kl. 09:00 og afholdes som Cannonball løb hvor du selv tager tid, og der vil være mulighed for at løbe 5, 10 eller 21 km og gå 5 km. Nærmere INFO følger omkring december.

Situationen ændrer sig endnu engang i Dk, det samme gør den i Jyllinge Løbeklub!

Så nåede vi dertil, hvor restriktionerne endnu engang må ændres i DK grundet den forsat hærgen af Covid -19. Det gør, at vi også i Jyllinge Løbeklub har måtte kigge på, hvordan gør vi, så vi forsat kan opretholde vores motion 3 gange om ugen, og især fortsætte vores begyndertræning som er så godt i gang og allerede er nået halvvejs, da vi jo kun må være 10 personer i hver gruppe?

Derfor har vi i bestyrelsen været nødsaget til at sprede alle klubbens hold rundt i Jyllinge og lavet nye forskellige mødesteder, så vi forsat kan komme ud på vejene og dyrke noget motion.

Vi håber, at I stadigvæk kan holde modet oppe og nyde samværet med jeres holdkammerater, selvom grupperne nu bliver mindre, og at vi nok må indse, at der kommer til at gå noget tid, før vi alle kan samles igen.

I vedhæftet dokument kan I se, hvor de forskellige hold skal til at mødes nu.

Vi har prøvet at gøre det sådan, at der hvor der indimellem er hold, hvor de ikke er så mange, og dermed løber med et andet hold, mødes nær hinanden, men stadigvæk med god afstand, så vi ikke opfattes som en større forsamling end de ti vi må være i en gruppe incl. En træner.

Så er vi godt klar over, at der er hold som er flere end ti fremmødte, og i dette tilfælde SKAL holdet dels op i to, og i de fleste tilfælde er der en træner til begge hold, og er dette ikke tilfældet, håber vi, at der en som vil hjælpe med en rute, så begge hold kan komme afsted. Dette er vendt med trænerne, og vil blive kigget på og delt op i morgen mandag, så vi helt sikkert fra på torsdag af, kan sige at vi kun er grupper a 10 personer.

Vi håber, at I vil støtte op om og forsat komme til træning trods ændringer og rokader, selvom vi skal holde afstand, og ikke må være særlig mange, så er det forsat vigtigt, at vi kommer ud at motionere og får luftet sjælen, og så skal vi nok passe på hinanden hver især, så vi også kan komme igennem denne trælse fase.

Men husk forsat på, at føler du dig sløj eller bliver ramt af corona, at du bliver hjemme som forskrifterne siger, og først kommer til træning når du er frisk igen.

Skoene på og ud i det blå, det er det der skaber klubliv i JLK.

Mange hilsener
Bestyrelsen