

## DYRK SAMMENHOLDET OG FÅ UNIKKE IDRÆTSOPLEVELSER

Er du vild med at være aktiv? Vil du møde nye venner – og hygge dig med dem, du allerede kender? Har du lyst til at blive rigere på oplevelser – både på og udenfor banen?

Så har vi stævnet til dig – og dine kolleger, venner og familie. Alt det kan du nemlig dyrke til Firmaidræt Open. Stævnet, hvor voksne fra hele landet hvert år mødes og idrætsfester. Og stævnet, hvor alle kan være med.

Vælg mellem en bred vifte af idrætter. Både dem, hvor du får pulsen op og sved på panden, og dem, der kræver et koncentreret sind og et skarpt fokus. Deltag i den idræt, du har dyrket i mange år, eller prøv noget helt nyt. Uanset, så får du smil på læben og rejser hjem med rygsækken fyldt af hyggelige minder.

Er det noget for dig? Så tag dine kolleger og venner under armen, og oplev glæden og sammenholdet ved idrætsstævner igen. Præcis som da du var barn. Og nu topper vi endda den hyggelige stævnestemning og -weekend med et brag af en aftenfest.

### Den store aftenfest – og den hyggelige nabofest

For der er intet Firmaidræt Open uden det sociale højdepunkt – nemlig den traditionsrige lørdagsfest. Mød nye venner på tværs af idrætter, nyd den lækre mad, skål over gode historier – og dans til rytmerne fra DJ Yes og livebandet Rave On, der sætter lyd på Den store aftenfest.

Er du mere til et afdæmpet lydniveau – men den samme lækre mad? Så er det Den hyggelige aftenfest, der foregår i lokalet ved siden af, du skal tage med til.

## BLIV 'ÅRETS FIRMAHOLD' – OG VIND KR. 10.000,-

Deltager din arbejdsplads i Firmaidræt Open? Er I gode til at dyrke sammenholdet både udenfor og på banen? Så kan I nu få papir på det – og vinde fede præmier.


Vi kårer nemlig for første gang det sejeste firma med det stærkeste sammenhold. Og vinderne løber med kr. 10.000,- til aktiviteter fra Dansk Firmaidrætsforbund, vandrepokalen – og den ærefulde titel som 'Årets firmahold'.

### Sådan deltager din arbejdsplads:

1. Angiv, hvilken arbejdsplads du deltager med, ved tilmeldingen.  
Jo flere I tilmelder, jo flere point får I.
2. Vind på banen til Firmaidræt Open.  
Jo flere kampe I vinder, jo flere point får I.

Vinderen kårer vi til den store fest lørdag aften.

Læs mere om konkurrencen på [www.firmaidraetopen.dk](http://www.firmaidraetopen.dk).

 Varm op med os på Facebook: [www.facebook.com/firmopen](http://www.facebook.com/firmopen)

Læs mere, og tilmeld dig og dine kolleger senest den 1. maj 2019 på

[www.firmaidraetopen.dk](http://www.firmaidraetopen.dk)



#firmaidrætopen

# IDRÆTSFEST FOR ALLE RAMMER AARHUS 24.-26. MAJ 2019

Dyrk sammenholdet og idrætten til årets hyggeligste, åbne idrætsstævne for voksne. Og tag dine kolleger og venner med.



Læs mere, og tilmeld dig og dine kolleger senest den 1. maj 2019 på

[www.firmaidraetopen.dk](http://www.firmaidraetopen.dk)

Samarbejdspartner

**AARHUS  
EVENTS**

Arrangører



ÅRHUS  
FIRMA SPORT



DANSK  
FIRMAIDRÆTS  
FORBUND

EARLY BIRD! Tilmeld dig senest den 1. marts – og spar 20 % på din aktivitetsdeltagelse!



FIRMAIDRÆT  
OPEN

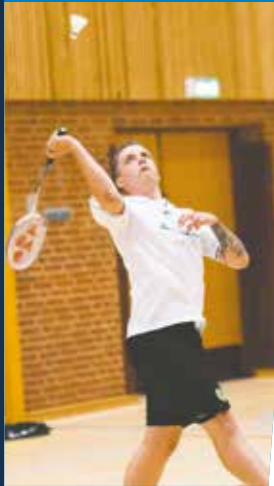


ÅRHUS  
FIRMA SPORT



DANSK  
FIRMAIDRÆTS  
FORBUND

## BADMINTON



Grib din ketsjer, og slå til fjerbolden i en kollegial dyst over nettet. Vær med, uanset om du svinger ketsjeren for mest hyggens skyld – eller for at vinde.

### Deltag i:

- Individuel og doubler: Mesterrække samt A-, B- og C-række
- Single (herre- og damerække), Double (herre-, dame- og mixrække).

## DART



Præcision, et koncentreret sind – og en skarp kastearm. Har du det? Så er du klar til at sætte dine kolleger til vægs i vores dartturnering.

### Deltag i:

- Doubleturnering (blandet herre-, dame- og mixrække (lørdag))
- Singleturnering (herre- og damerække) (søndag)

## HÅNDBOLD



Hurtige kontraløb, intense kampe, god stemning og masser af plads til at dyrke sammenholdet – både på og udenfor banen. Vil du være en del af det? Så saml et håndboldhold, og meld jer på banen.

### Deltag i:

- Rækker: Dame (15+) Herre (15+), Mixrække (15+ og 40+), Oldgirls (30+) og Oldboys (30+).

## STRANDBOLD



Tag med til vores helt nye strandbold-turnering. Vi har taget tre boldspil – og flyttet dem ud i sandet ved det flotte Beach Park Aarhus.

### Deltag i:

- En sjov mix-turnering der kombinerer tre boldspil, der alle spilles på sand: fodbold (3 mod 3), høvdingebold (6 mod 6) og beachvolley (3 mod 3).
- En turnering, hvor alle kan være med. Holdet består af 6-9 spillere.

## BILLARD



Har du en rolig hånd og et præcist øjemål? Så tag din kø og din billard-buddy med til det grønne bord. Der er plads til dig, uanset om du spiller mest for hyggens skyld – eller for at blive mester.

### Deltag i:

- Handicaptturnering

## FODBOLD



Saml dit hold, øv sparketeknikkerne, og meld jer på de grønne græsbaner til vores fodboldturnering på plænerne ved ÅFS Centret.

### Deltag i:

- 5-mands: Oldboys 32+
- 7-mands: Herre (15+), Mix (15+), Super Oldboys (40+)

## PETANQUE



Kast grisen, indstil dit indre sigtekort – og kast. Vores hyggelige petanque-turnering er en kæmpe deltagermagnet. Men vi har altid plads til flere. Så kom med, og nyd mange hyggelige timer på grusbanerne, hvor vi spiller efter det Schweiziske stigesystem.

### Deltag i:

- Single (fredag)
- Double (lørdag)
- Triple (søndag)

## FUNZONE



Slå dig løs i vores helt nye Funzone, når du har en pause i kampprogrammet – eller tag din familie og dine venner med derhen, hvis de har lyst til sjov underholdning, når de ikke har travlt med at heppe på dig.

Vores Funzone er åben – og gratis – for alle. Og du kan endda deltage i små, sjove konkurrencer.

## DANS MED MARIANNE EIHILT



Giv den gas til dansefest med Marianne Eihilt, der i mange år har underholdt danskerne og lært de kendte at danse i TV2-programmet Vild med Dans.

### Deltag i:

- Et par festlige dansetimer, hvor Marianne Eihilt fører dig igennem 3 årtier i dansens univers; 70'ernes discotrin, 80'ernes popfest og moderne og funky dans til nutidens store musikalske hits.

## GOLF



Sving golfkøllen på banerne ved Aarhus Aadal Golf Club – uanset om du er toprutineret og har DGU-kort eller om du spiller for sjov (og måske for første gang?).

### Deltag i:

- Individuel match (DGU-kort) (lørdag)
- Parmatch (DGU-kort) (søndag)
- Golf for sjov-match (uden DGU-kort)

## SKYDNING



Indstil sigtekornet, hold fokus – og nyd hyggelige stunder på de indendørs skydebaner ved Skytternes Hus i Aarhus.

### Deltag i:

- Pistol (pistol, luftpistol og grovpistol) 15 meter
- Riffel (riffel, luftriffel) 15 meter.

## AFTENFEST



Lækker mad • DJ og liveband • Gang i dansegulvet

Læs mere, og tilmeld dig og dine kolleger senest den 1. maj på

[www.firmaidraetopen.dk](http://www.firmaidraetopen.dk)

DYRK SAMMENHOLDET

Læs mere, og tilmeld dig og dine kolleger senest den 1. maj på

[www.firmaidraetopen.dk](http://www.firmaidraetopen.dk)

DYRK SAMMENHOLDET