



FIRMAIDRÆTTEN Fredericia

#Dyrk
sammenholdet

#Kollegamotion

#Firmaidræt



www.fffif.dk



FIRMAIDRÆTTEN FREDERICA

Dyrk sammenholdet

Fredericia Fag og Firmaidrætsforbund inviterer alle virksomheder, arbejdspladser, kollegaer, venner, familier eller kort fortalt alle byens borger til at dyrke sammenholdet, med idræt motion og samvær ved en af vores mange aktiviteter og events der udbydes året rundt.

Se udvalget af vores mange aktiviteter og events på de efterfølgende sider, hvor vi kort beskriver sæsoner, datoer og ikke mindst vores kontaktperson for den enkelte aktivitet, hvis du / I har fået lyst til at hører mere eller er klar til at deltage.

Læs mere om os på www.fffif.dk, følg os på de sociale medier #fredericiafffif, #ladiesmudrace.

Kollegamotion

Vi kommer gerne ud til din virksomhed med Kollegamotion. Kontakt os for at hører om mulighederne. Få besøg af en af vores konsulenter fra Dansk Firmaidrætsforbund.

For mere info kontakt vores formand:

Karl Gustav Sørensen, fredericia@fffif.dk - 23 44 49 73

Medlem af:



DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND

FIRMAIDRÆT

aktiviteter for alle



www.fffif.dk



FODBOLD

Sæson

Ude turnering - april - september

Inde turnering - oktober - marts

Tilmelding

Der tages løbende nye hold med



Spillested

Hannerup og Fredericia Idrætscenter



Ib Østergaard

ib@funmatic.dk - 40 19 58 76



BADMINTON

Sæson

September - maj

Tilmelding

Baner kan løbende lejes



Spillested

Fredericia Idrætscenter og skolehaller



Karen Sørensen

khkp@post.tele.dk - 41 68 86 53



BORDTENNIS

Sæson

Oktober - april

Tirsdage kl. 19.00 -20.00

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med



Spillested

Fredericia Idrætscenter



Karl Gustav Sørensen

fredericia@fffif.dk - 23 44 49 73



PETANQUE

Sæson

Sommer: April - september

Vinter: Oktober - marts (*søndage*)

Stævne: Fredericia Åben august

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med



Spillested

Hannerup



Lars Bolgan Ginnerup

tarupautolak@gmail.com - 31 33 82 22



NATURGOLF

Sæson

Sommer: April - september

Vinter: Oktober - marts (*søndage*)

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med



Spillested

Hannerup



Bent Jensen

bendixsenior@gmail.com - 22 89 83 49



KROLF

Sæson

Sommer: April - september

Vinter: Oktober - marts (*søndage*)

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med



Spillested

Hannerup



Karen Sørensen

khkp@post.tele.dk - 41 68 86 53



BILLARD

Sæson

September - december.
Januar - april.

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med



Spillested

Fredericia Billardklub



Jimmy Lavrsen

jimmy@lavrsen.cloud - 40 68 44 79



BOWLING

Sæson

Events i september - december,
januar - april.

Tilmelding

Der kan tilmeldes gennem hele året



Spillested

Lillebælt Bowling



Bo Østergaard

boostergaard75@gmail.com - 22 25 88 55



KEGLER

Sæson

Lej baner september - april

Tilmelding

Der kan tilmeldes gennem hele året



Spillested

Fredericia Idrætscenter



Lone Sandberg

Lone-sandberg@live.dk - 40 86 42 40



SKYDNING

Sæson

September - april | mandage kl. 18.00

April - september

Sommerskydning 50m kl. 18.00

Stævne: Flere året igennem

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med



Vi skyder i Fredericia Idrætscenter og Middelfart (sommer)



Erik Wang Petersen - 50 94 32 32

willumsensvaenget3@gmail.com



SVØMNING

Sæson

September - marts

Lørdage kl. 10.00 - 12.00

Køb billetter

Der sælges løbende billetter



Vi svømmer i

Fredericia Idrætscenter



Karl Gustav Sørensen

fredericia@fffif.dk - 23 44 49 73



LINEDANCE

Sæson

September - maj

Onsdage - flere hold

Tilmelding - Bare mød frem



Vi danser i

Klubhuset i Hannerup



Maja Overgaard

maja.o@live.dk - 20 78 90 96



WHIST

Sæson

September - april
Mandage lige uger

Tilmelding

Der tages løbende nye deltagere med

Vi spiller i

Klubhuset Hannerup



Jørgen Mosbæk

j.mosbaek@stribnet.dk - 93 88 28 66



Løb – Gå Motion Cykling og Gymnastik med MK01

Motionsklubben MK01 tilbyder, som samarbejdspartner med Firmaidrætten, deltagelse i klubbens aktiviteter.

Læs mere herom på www.mk01.dk.



www.mk01.dk

Løb

Onsdage kl. 18:00 - Fredage kl. 16:00
og Søndage kl. 09:30

Gå Motion

Onsdage kl. 18:00 - Søndage kl. 09:30

Cykling

Tirsdage kl. 17:00 april til august

Gymnastik

Tirsdage kl. 17:00 september til marts



Bike & Run 'N Walk
DANMARKS SJØVESTE STAFET
FREDERICIA

Tirsdag den 20. maj 2025
kl. 18.00
Fredericia Messecenter

Saml dit dream team og erobér ruten!

Holdindsats: Saml et hold på 3-9 personer.

5 spændende runder: Afvekslende mellem løb/gang og cykling.

Fleksibel distance: Vælg mellem forskellige distancer på både sti, asfalt og MTB-spor.

Sjov for alle: Uanset om du er hardcore atlet eller bare vil have en sjov dag med vennerne, er der noget for alle.



facebook.com/FredericiaFFIF
www.bikeandrunwalk.dk

Arrangører



FREDERICIA FAG- OG
FIRMAIDRÆTSFORBUND

MUD RACE DARK EDITION

LADIES 
MUD RACE
MIX 
MUD RACE



FREDERICIA **4. MARTS 2025**
KL. 1900

LADIESMUDRACE.DK

KIDS MUD RACE FREDERICA



21. JUNI 2025
KL. 1300

KIDSMUDRACE.DK

MUD RACE FREDERICA

**LADIES
MUD RACE**



**MIX
MUD RACE**



LADIESMUDRACE.DK

FREDERICA

**06. SEPTEMBER 2025
KL. 1100**





ARBEJDSPLADSERNES MOTIONSUGE

Er krydset sat i uge 41 til motion og sjov med kollegerne?

Kom i gang – lad os mødes og tale om, hvordan

Arbejdspladsernes motionsuge er en oplagt anledning for virksomheder og organisationer til at styrke fællesskabet og trivslen blandt medarbejdere.

Gratis motion hele ugen!

KONTAKT OS

Dorte Toft Skov

Koordinator for idræt, kost og kollegamotion

Mobil : 24 76 74 76 - E-mail: dts@iid7000.dk

