

## **Universitetets bedriftsidrettslag (UBIL) feirer 50-års jubileum og inviterer til idrettsdag 17. januar 2019!**

Vi inviterer deg og dine kollegaer til uhøytidelige konkurranser i noen av aktivitetene UBIL tilbyr torsdag, 17. januar på Studentsenteret. Vinnerne premieres og vi trekker ut kjekke premier blant alle deltakerne! Inngangen er gratis og garderobene kan benyttes.

Fra kl. 15.00 til 18.00 kan du delta i følgende aktiviteter:

### **Badminton turnering**

Badminton er en idrett som er mye mer fartsfylt og krevende enn du kanskje tror. Vi arrangerer en mini turnering avhengig av antall påmeldte.

### **Bordtennis turnering**

Bordtennis turneringen skal holdes i kjelleren til SV-bygget. Dette er noe alle kan være med på – klarer du å slå din kollega?

### **Fotball turnering**

Vi arrangerer en miniturnering i fotball (cageball) for mer eller mindre mixede lag. Et lag består av 3-4 spillere + innbytter, der rene damelag får lov å ha en spiller mer på banen. Det spilles på små baner og mål, og ballen skal være i spill (nesten) hele tiden. Alle lag er garantert 4 kamper (avhengig av antall påmeldte lag).

### **Innendørs-orientering**

Orienteringssporten flytter seg for anledningen fra dype skoger og regnfylte Bergensgater til tørre og varme Studentsenteret. Utstyrt med et kart over bygget skal det navigeres til postene som er gjemt over flere plan. Den raskeste vinner – og det er lite fare for å gå seg helt vill.

### **Skyting**

Skyting med UBIL finner stort sett sted i tilfluktsrommet i kjelleren i Åstveithallen. På idrettsdagen vil vi prøve å tilrettelegge for en liten skytekonkurranse i kjelleren i SV-bygget, rom 005. Skyt 5 skudd og oppnå maks 50 poeng.

### **Sykkel**

Sykkelgruppen møtes til vanlig utendørs, men nå skal universitetets råeste på spinning-sykkel kåres. Hvem klarer å sykle lengst på 10 minutter?

Få med deg noen kollegaer og meld deg på [her](#) senest 9. januar 2019! Deltakerantallet er begrenset og første man til mølla gjelder.

Sjekk ut alle idretter du kan være med i som UBIL-medlem [her](#).

## **REMINDER! The University of Bergen's sports club (UBIL) celebrates its 50-years anniversary and invites to a sports day January 17th 2019!**

We invite you and your colleagues to fun competitions in some of UBIL's activities on Thursday, January 17th at the student centre. The winners are awarded and there will be a draw of prizes among all the participants. Admission is free and you can use the changing rooms.

Between 15.00 and 18.00 you can participate in the following activities:

### **Badminton tournament**

Badminton is a sport that is faster and more demanding than you might think. We will arrange a mini tournament depending on the number of participants.

### **Table tennis tournament**

The table tennis tournament will take place in the basement of the SV building. Everyone can join in – can you beat your colleague?

### **Soccer tournament**

There will be a mini tournament in soccer (cageball) for more or less mixed teams. A team consists of 3-4 persons + subs, and women-only teams are allowed one more player out on the field. All teams are guaranteed 4 matches (depending on the number of registered teams).

### **Indoors-orienteering**

Orienteering moves from deep forests and rainy alleyways to the warm and dry student centre for the occasion. With a map of the building, you have to navigate to controls that are hidden over several floors. The fastest wins – with little risk to get completely lost.

### **Shooting**

Shooting with UBIL takes place mostly in the shelter in the basement of Åstveithallen. On the sports day we will organize a shooting competition in the basement of the SV building, room 005. Shoot 5 shots and achieve maximum 50 points.

### **Spinning**

UBIL's cycling group usually meets outdoors, but now the university's best on a spinning bike will be declared. Who comes furthest in 10 minutes?

So get some colleagues and register [here](#) until January 9<sup>th</sup> 2019! The number of participants is limited, so make sure to register early.

Check our web pages for all the sports you can do as an UBIL member [here](#) (Norwegian only).