

Hej alle gardere, aspiranter og forældre

En ny træningssæson står for døren i Varde Garden, og instruktørerne har været samlet for at planlægge den kommende sæson. I sommerferien fik de uniformerede udleveret en træningskalender, og af den fremgår det tydeligt hvornår der er marchtræning og hvornår der øves musik m.m. Er der spørgsmål til kalenderen er I velkomne til at kontakte os, og ret til overraskelser forbeholdes :)

Vi starter sæsonen med at gøre klar til fest og kulturugen, hvor vi er på banen af flere omgange. Ved nogle af disse lejligheder skal aspiranterne være med, og vi skal alle lave stomp. Derfor skal **alle aspiranter deltage i gardens træning på Skolevej mandag d. 22 august, tirsdag d. 30.august samt mandag d. 5.september, alle gange fra kl. 19-20.** Her sætter vi tingene sammen så alle ved hvad de skal spille på og hvornår.

Hvornår optræder vi så i kulturugen:

Ved åbningen fredag d. 2. september vil vi lave lidt stomp omkring kl. 15.00 for at sætte fokus på at Varde Garden også er andet end at gå i rækker og tie stille. Camilla Hansen og Eli er i samarbejde med BJ tovholdere på dette projekt, og håber at rigtig mange af både aspiranter og gardere vil komme og give en hånd med denne dag, hvor der også ved hjælp af flyers og plakater skal gøres reklame for vores fødselsdagskoncert/tattoo/ optagelse af nye medlemmer.

Ved kulturnatten fredag d. 9. september hvor vi går gennem byen a'2 gange og hvor vi vil underholde på torvet med stomp.

Ved Gardens fødseldagskoncert lørdag d. 10. september, hvor vi denne gang vil holde det på Kong Svends Plads hvor der er plads til at vise elementer fra det nye tattoo, vores DM-program fra "den frie" som udvides med at aspiranterne deltager i vores stomp og hvor der bliver mulighed for at høre noget af vores musik. Denne dag optager vi også nye medlemmer, og husk at du stadig får 200,- for hver aspirant du finder!! Koncerten starter kl. 14.30 og der er plads til alle jeres familiemedlemmer, naboer, kammerater og venner.

Nye instruktører:

Af den medfølgende instruktørliste fremgår det at vi har fået et par nye instruktører. Mens Winnie er på barsel varetager **Michelle Bremland** hendes opgaver, og **Henrik Sørensen** er ny aspirantinstruktør i 4. deling.

Tom er fortsat instruktør for 4. deling, men har i øjeblikket rejse-arbejde, og vil derfor ikke kunne være tilstede hver gang. De gange Tom er forhindret er der fællestræning eller tamburkorpsstræning.

Aspirantweekend:

alle aspiranter bedes sætte et stort X i kalender d. 12 +13 november, mere herom senere.

Workshop:

instruktørerne arbejder på at lave en workshop her i Varde d.3+4+5 februar, hvor vi forventer at 3-5 andre gardere vil være med til at lave træning med proff. undervisere, hvor vi kan få nye teknikker og inspiration, så tag på skiferie ugen før eller efter :):).

Resultater/ udtalelser fra DM: Vi har fået fine udtalelser med fra Randers. Dorte og Camilla H gennemgår listerne mandag d. 22. august.

Temadag i efteråret.

Instruktørerne har planer om at invitere til en temadag hvor der bliver en snert af lidt wellness. Vi vil sætte kroppen i fokus, og få et oplæg om afspænding hvor vi kan lære lidt om hvordan vi slapper af selv om vi fx skal stå ret, så vi forhindrer muskelspændinger m.m. Vi vil samme dag forsøge at finde ud af hvor mange ressourcer kroppen bruger når vi fx spiller og marcherer i 60 minutter, og få et oplæg om hvordan vi så bærer os ad med at tilføre kroppen det den har brug for. Invitation følger. Indtil da har vi en særlig bøn:

Det er vigtigt at garderne både har fået noget at spise men især også noget at drikke inden vi skal optræde uanset om det er på små eller store ture. Det er hårdt at gå i optog og ”være på”, og vi har i den sidste tid oplevet at flere bliver dårlige. Vi giver dem mulighed for at få noget at drikke, og har også vand med på turene, men det er faktisk for sent. Det optimale er at depoterne er fyldt op hjemmefra, så kære forældre - gør jeres børn en tjeneste og ”tving” dem til at indtage et eller andet før en gardertur.

**Mange sensommerhilsner fra instruktørerne
Bjarne J og Dorte**