

KOM OG VÆR MED I FÆLLESSKABET

### **SÆSONOVERSIGT**

<i>Tirsdag d. 5/9-17</i>	<i>Gymnastik begynder</i>
<i>Uge 42</i>	<i>Efterårsferie</i>
<i>Uge 50</i>	<i>Juleafslutning</i>
<i>Uge 2</i>	<i>Holdene begynder igen efter nytår</i>
<i>Uge 7</i>	<i>Vinterferie</i>
<i>Søndag d. 4/3-18</i>	<i>Opvisning kl. 15.00</i>

### **BESTYRELSEN**

<i>Formand:</i>	<i>Ashley Sepstrup</i>	<i>20786549</i>
<i>Kasserer:</i>	<i>Birte Rydholt</i>	<i>22866969</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Iben Lösckke Christensen</i>	<i>26943618</i>
<i>Medlem:</i>	<i>Karina Hjort</i>	<i>20890538</i>
<i>Medlem:</i>	<i>Jytte Birkedal</i>	<i>26356268</i>



*Haunstrup Gymnastikforening*

**Sæson 2017-2018**

*Opstart tirsdag d. 5. september*

## SÆSONPROGRAM

Hold	Dag/Tid	Leder	Beskrivelse	Pris
Familieidræt	Tirsdag 16.45-17.30	Ingen træner	Sjov, hygge og leg for små børn og deres familie med diverse gymnastikredskaber.	100 kr
Seniormotion for mænd og kvinder	Tirsdag 17.30-18.30	Birte Rydholt Og Helle Clemmesen	Seniormotion er bevægelsestræning for både kvinder og mænd. Træningen er sammensat af forskellige øvelser med fokus på at forbedre balance, smidighed og styrke i hele kroppen. Hver træningstime afsluttes med ca. 10 min. afspænding. Alle har mulighed for og er velkomne til at deltage.	350 kr.
Puslinge 3 år- før skole	Onsdag 16.40-17.40	Mille Fjord Line Bækgaard Haunstrup Og Theresa Erni Feldborg	Hygge, leg og gymnastik til musik for piger og drenge fra 3 år og op til før skole.	300 kr
Bl. Børn. Før skole og op efter.	Onsdag 17.50-18.50	Julie Højlund Nanna Højlund	For både drenge og piger der er vilde med at lege med gymnastikredskaber og spil. Mulighed for dans hvis der er interesse for det	300 kr
Kom i form	Onsdag 19.00-20.30		Få pulsen op og hele kroppen trænet igennem, mens du har det sjovt med stepbænke, bolde, vægte og andre redskaber.	200 kr

### Vedrørende betaling:

Kontingentet betales senest tirsdag d. 19.09.2017 via bankoverførsel til kontonr. 9600 6060 210 797. Husk at notere navn og hold på overførslen. Der udleveres en seddel til udfyldelse med navn, personnummer samt det hold man går på. Sedlen afleveres til træneren. Hvis samme person går på 2 forskellige hold gives der kr. 50 i rabat på den samlede pris.

### Praktiske oplysninger:

Der skal være min. 5 deltagere før et hold kan oprettes. Omklædning for børneholdene foregår i klubhusets omklædningsrum – indgang ved klubhuset. Vi opfordrer forældrene til at sørge for at børnene er ved klubhuset max. 10 min før mødetid, da lederne gerne vil have ro til deres hold. Du har mulighed for nedsættelse af kontingent hvis du hjælper med servering i MCH – kr. 100 pr. servering. Kontakt: [Karinahjort@me.com](mailto:Karinahjort@me.com)