

# Trim din golfform

Opstart  
4. okt.  
2019



Succesen starter nu sin 5. sæson. Tilbuddet er til dig, der ønsker at holde formen ved lige hen over vinteren til den nye golfsæson.

*Trim din golfform* har fokus på stabiliserende styrkeøvelser, smidighed og kondition. Alle kan være med.

**Tid:** Hver fredag kl. 11.45-13.15

**Sted:** Vindinghallen, Nygårdsvej 10, 7100 Vejle

Derudover har du mulighed for at få fif til optimering af dine golfteknikker. Tilbuddet er åbent for alle - også ikke-golfspillere.

Holdet varetages af Idræt i dagtimernes instruktør Amanda Tofveson Pedersen og golftræner Rasmus Baun.

Vi slutter af i cafeteriet med hygge.

Kom og få en hyggelig, sjov og alternativ golfoplevelse.

Pris for ½-årskort: 735 kr. Med kortet har du desuden adgang til alle IFA's øvrige aktiviteter - se program på hjemmesiden.

Hvis du ikke har prøvet dette tilbud før, er de 2 første gange gratis - du møder bare op.



## Idræt i dagtimerne