



Bredballe IF inviterer til

Idræt i dagtimerne Bredballe

Kirkebakkehallen, Kirkebakken 9, 7120 Vejle Ø

DGI



Bevæg dig for livet - hele livet.

Kom og vær med til idræt i dagtimerne i Kirkebakkehallen i Bredballe. Det er for alle, der har lyst til at være med. Der er ingen krav til udstyr eller fysik.

Hvad er idræt i dagtimerne?

Idræt i dagtimerne er et tilbud til dig, der har tid og lyst til, at være aktiv i dagtimerne sammen med andre. Her er plads til alle, uanset om du har dyrket idræt i flere år, eller er helt ny. Kom som du er og lad os få nogle hyggelige timer sammen. Vi har udstyr du kan låne, men du er også velkommen til selv at medbringe dit eget.

Hvor og hvornår mødes vi?

Vi starter fredag den 23. Februar kl. 11.30-13.00 i Kirkebakkehallen.

Program

11.30 Fællesopvarmning ca. 30 minutter.
12.00 Badminton, bowls, indendørs petanque mm.
13.00 Kaffe og hyggesnak.

Hvad kræver det?

Kom, som du er. Du behøver ikke noget særligt udstyr - eller at være i god form. Træningen er tilrettelagt så alle kan være med.

Det er muligt at klæde om i omklædningsrum i kælderen, men du er også velkommen til at komme omklædt.

Du kan have bare tæer eller tage indendørssko eller gymnastik sko på.

Hvad koster det?

De første 4 uger er gratis og efterfølgende koster det 250,- pr. halvår. Betaling foregår via www.bredballeif-gym.dk eller kontant til trænerne.

Hvem står bag?

Idræt i dagtimerne i Bredballe er blevet til i et samarbejde mellem DGI Sydøstjylland, Bredballe IF og Idræt i dagtimerne i Vejle kommune.

Spørgsmål

Har du spørgsmål er du velkommen til at kontakte Mette Hjuler på 20 33 23 80 eller pr. mail til formand.gymnastik@bredballe-if.dk

Vi glæder os til at se dig.



“

Hvis du bevæger dig sammen med andre, opnår du også en social gevinst og nye venskaber opstår.

Fakta

Ildræt i dagtimerne er ikke kun motion og sved på panden, det er også socialt samvær med kaffe og hyggensnak.



