

Motion og Samvær

Assentoft



Torben - Eva - Lone - Hanne - Finn

Bestyrelsen 2013/14:

Formand	Finn Kjærsgaard ingaogfinn@privat.dk	8649 4233 2129 0533
Næstfmd.	Torben Folmer Bech bech@intercon.dk	4063 6599
Kasserer	Eva Larsen eva.assentoft@gmail.com	3062 8864
Sekretær	Hanne N. Krogh bhkrogh@fiberflex.dk	8649 4971 2943 6042
Bestmedl.	Lone K. Sørensen lone.kiel@hotmail.com	8649 4606 2335 1524

Konto Sparekassen: 9330-3305604185

Hjemmeside: www.motionogsamvaer.dk



SPAREKASSEN KRONJYLLAND

Sæson 2013/14

Sparekassen Kronjylland
Assentoft Afdelingen
er sponsor for dette program

Hvad er motion og samvær?

Det er en forening for os unge, der er blevet lidt ældre.

Vi er ca. 150 medlemmer.

Gymnastikken foregår i et for os seniorer passende tempo.

Vi er heldige endnu engang!

Gymnastikken ledes på 8. sæson af uddannet instruktør

Anna K. Nielsen

som modtog Randers Kommunes Sundhedspris i 2009.

Måske er det derfor, vi i denne sæson kunne byde

12 nye medlemmer velkommen.

Kontingent

Kun 150 kr. for hele sæsonen

- uanset hvornår indmeldelse sker!

Konto Sparekassen: 9330 – 3305604185.

Forårsudflugt

Vi har en udflugt, der i år går til Nationalpark Mols Bjerge:

Torsdag den 30. maj 2013—kl.13:00 til kl. 18:00

Afgang fra Essenbæk Kirkes parkeringsplads

Denne folder skal betragtes som indbydelse til den nye sæson 2013/14 for såvel nye som gamle medlemmer.

Datoer for motion og samvær:

(Alle aktiviteter er på torsdage kl. 10:00 - 11:00
i Assentofthallerne)

Sæsonstart, den 12. sept. 2013

Efterårsferie, uge 42 (den 17. okt. 2013)

Juleafslutning, den 12. dec. 2013

Start efter juleferien, den 9. jan. 2014

Vinterferie, uge 7 (13. feb. 2014)

Generalforsamling, den 20. feb. 2014 efter gymnastik

Sidste motionsdag og afslutning, den 10. april 2014

Vi genoptager samvær efter gymnastik

**Velkommen til alle med godt humør i
sæson 2013/14**

* * *

*** Som medlem af Motion og Samvær ***
opnår du rabat i SIF Fitness

Nyheder og ændringer kan ses på tavlen, der hænger i hal B,
samt på hjemmesiden: www.motionogsamvaer.dk