



Torben - Eva - Lone - Hanne - Finn

Bestyrelsen 2015/16:

Formand	Finn Kjærsgaard ingaogfinn@privat.dk	8649 4233 2129 0533
Næstformand	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
Bestyrelsesmedlem	Lone K. Sørensen lone.kiel@hotmail.com	8649 4606 2335 1524

Konto i Sparekassen Kronjylland: 9330-3305604185

Hjemmeside: www.motionogsamvaer.dk

150331

Motion og Samvær Assentoft

www.motionogsamvaer.dk

2015/16

26. sæson



**SPAREKASSEN
KRONJYLLAND**

Sponsor:

Assentoft Afdelingen

www.sparkron.dk

Hvad er motion og samvær?

Det er en forening for os unge, der er blevet lidt ældre.
Vi er ca. 120 medlemmer.
Gymnastikken foregår i et for os seniorer passende tempo.

Instruktør

Den 10. september får vi 2 nye ledere:

Bente Thomasen og Inger Markussen

De afløser Anna K. Nielsen, der har ledet gymnastikken for Motion og Samvær i 9 sæsoner.

Forårsudflugt 2015

Turen går i år til Randers Fjord Feriecenter
Torsdag den 30. april 2015 kl. 11 – 14.

Fra Feriecenteret skal vi på en guidet vandretur på ca. 5 Km langs Fjorden til Uggelhuse Marina.
Dernæst videre til den gamle landingsplads og tilbage igen.

Kontingent

Kun 150 kr. for hele sæsonen
- uanset hvornår indmeldelse sker!

Konto Sparekassen: 9330 – 3305604185.

Denne folder skal betragtes som indbydelse til den nye sæson 2015/16 for såvel nye som gamle medlemmer.

Datoer for motion og samvær:

Gymnastik: Torsdage kl. 10:00 - 11:00 i Assentofthallerne

Sæsonstart, uge 37 den 10. sept. 2015

Efterårsferie, uge 42 den 15. okt. 2015

Juleafslutning, uge 51 den 17. dec. 2015
(afholdes efter gymnastik)

Start efter juleferien, uge 1 den 7. jan. 2016

Vinterferie, uge 7 den 18. feb. 2016

Generalforsamling, uge 8 den 25. feb. 2016
(afholdes efter gymnastik)

Skærtorsdag, uge 12 den 24. marts 2016

Afslutning, uge 15 den 14. april 2016
(afholdes efter gymnastik - sidste motionsdag)

Velkommen til alle med godt humør i sæson 2015/16 😊

* * *

*** 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