



Kristian - Finn - Hanne - Eva - Torben - Erik

**Bestyrelsen 2018/19:**

Formand	Finn Kjærsgaard <a href="mailto:ingaogfinn@privat.dk">ingaogfinn@privat.dk</a>	8649 4233 2129 0533
Næstformand	Torben Folmer Bech <a href="mailto:bech@intercon.dk">bech@intercon.dk</a>	4063 6599
Kasserer	Erik Jørgensen <a href="mailto:ellaerik601@gmail.com">ellaerik601@gmail.com</a>	2532 6294
Sekretær	Hanne N. Krogh <a href="mailto:hanne.nedergaard.krogh@gmail.com">hanne.nedergaard.krogh@gmail.com</a>	2943 6042
Bestyrelsesmedlem	Eva Larsen <a href="mailto:eva.assentoft@gmail.com">eva.assentoft@gmail.com</a>	3062 8864
Suppleant	Kristian Egelund <a href="mailto:skegelund@gmail.com">skegelund@gmail.com</a>	2479 8599

**Kom med til BOWLS - det «skæve» kuglespil**

Fra onsdag den 3. oktober spiller vi hver uge fra kl. 10:30 til 12:00.

Alle er velkomne til at møde op og have nogle hyggelige timer i godt selskab.

Ingen tilmelding - det er gratis at deltage.

180819

# Motion og Samvær Assentoft

[www.motionogsamvaer.dk](http://www.motionogsamvaer.dk)

2018/19

29. sæson



Sponsor:  
Assentoft Afdelingen

[www.sparkron.dk](http://www.sparkron.dk)

**SPAREKASSEN  
KRONJYLLAND**

## Velkommen til sæson 2018/19

Vi indbyder hermed til den nye sæson til såvel nye som tidligere medlemmer af Motion og Samvær

Vi er ca. 110 medlemmer og gymnastikken foregår i et for os seniorer passende tempo under ledelse af:

### Instruktørerne



*Bente Thomassen* og *Inger Markussen*  
- der underviser på skift.

\* \* \*

### Kontingent

Gymnastiksæsonen går fra september til april.

Kun 200 kr. for hele sæsonen - uanset hvornår i perioden indmeldelse sker! - Husk at skrive dit navn, når du indbetaler til:

**SPAREKASSEN  
KRONJYLLAND** konto: 9330-3305604185 eller MobilePay nr. 21582

Ved betaling med MobilePay betales der 75 øre ekstra til gebyr.

\* \* \*

### Forårsudflugt 2019 i sporet på:

**De to TV-succes'er "Badehotellet" og "Gutterne på kutterne".**

Ved Slettestrand skal vi se værftet for Han Herred Havbåde. Vi kører forbi Svinklovene, som lægger natur til udendørsoplevelserne i "Badehotellet". Derfra til Thorupstrand og "Gutterne på Kutterne". Datoen er endnu ikke fastlagt.

## Datoer for Motion og Samvær:

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

Sæsonstart, uge 37 den 13. sept. 2018

Efterårsferie, uge 42 den 18. okt. 2018

Juleafslutning, uge 50 den 13. dec. 2018  
(afholdes efter gymnastik)

Start efter juleferien, uge 1 den 3. jan. 2019

Vinterferie, uge 7 den 14. feb. 2019

Generalforsamling, uge 8 den 21. feb. 2019  
(afholdes efter gymnastik)

Afslutning, uge 14 den 4. april 2019  
(afholdes efter gymnastik - sidste motionsdag)

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

### Nyheder og ændringer

Du bliver informeret via e-mails. Hvis du ikke er tilmeldt kan informationerne ses på opslagstavlen i hal B samt på hjemmesiden:

[www.motionogsamvaer.dk](http://www.motionogsamvaer.dk)

\* \* \*

**Velkommen til alle med godt humør**

**i sæson 2018/19 😊**