

Medlemstallet er fordoblet

En forening for unge, der er blevet lidt ældre

Motion & Samvær, Assentoft er en forening for unge, der er blevet lidt ældre, og den drives af entusiastiske, modne gymnastikudøvere.

Siden 1989 har foreningen haft én times gymnastik i Assentoft Hallerne hver uge i vinterhalvåret, og hele 100 medlemmer mødtes igen til motion efter sommerhalvårets pause for en måned siden. Nye deltagere kan også følge med, idet gymnastikken foregår i et for seniorer passende tempo.

"Foreningen blev op-



De strømmer til motion og samvær i Assentoft

rettet som et tilbud for førtidspensionister, arbejdsledige, efterlønnere og pensionister. Dengang med et halvt hundrede medlemmer," siger næst-

formand Torben Folmer Bech.

I dag er medlemstallet fordoblet, og tilbuddet er for alle seniorer.

Økonomien må beteg-

nes som et lavbudget-arrangement, idet medlemsskabet for hele sæsonen kun koster 200 kroner, hvilket skyldes den kommunale støtte.

Gymnastikken bliver ledet af to instruktører, Bente Thomasen og Inger Markussen, der underviser på skift.

Der sker noget på gul-

vet. Alle er med, og pauserne er få.

Instruktørerne har headset på, så deres instruktioner nemt høres i hele hallen. Det hele foregår til musik – melodier med en rytme, der er tilpasset de enkelte øvelser.

Ud over gymnastikken oplever deltagerne også den livsglæde og det sammenhold, der er blandt de ældre, der mødes i hallen.

Hvert år er der en heldags udflugt, f.eks. til Hjerl Hede eller øen Egholm i Limfjorden. Til næste år går turen i sporet på de to tv-succes'er "Badehotellet" og "Gutterne på kutterne".