



Aktivitetsaften 2011

Du kan også være med til Zumba!

I uge 43 er træningen på voksenholdene (undtagen Hop Shop) flyttet til onsdag den 26. oktober i Karlslundehallerne

Du kan opleve en anderledes aktivitetsaften og hyggeligt samvær med andre gymnaster. I pausen afholdes den årlige generalforsamling.

Det er helt GRATIS

Udover voksenholdene er forældre til børnegymnasterne, unge medlemmer, instruktører og hjælpere **samt andre interesserede** meget velkomne til at deltage.

Aftenens program for Alle:

Kl. 17.30 Besøg af Zumba Shoppen, du får mulighed for at købe smart trænings-/Zumba tøj.

**Kl. 18.30 Zumba for alle
Og for de, der vil noget andet – kan man opleve boksetræning i motionscentret.**

Program kun for medlemmer af gymnastikafdelingen:

Kl. 19.30 Generalforsamling med lidt spiseligt samt vand.
Dagsorden ifølge vedtægterne.

Kl. 20.30 Aktiv hygge, du får både få pulsen op og en god udstrækning.

Kl. 21.15 Kaffe og sødt

Vi forventer og håber naturligvis, at alle voksengymnasterne kan komme til denne fælles hyggaften.

Af hensyn til aftenens traktement ønskes tilmelding senest fredag den 21. oktober 2011 til Peter Roslev

Tilmelding på mail til: sek@karlslunde-if.dk i emnefelt skriv **Gymnastikaften 2011**

Tilmelding på telefon: 23 28 20 07

Vi ses – det bliver rigtig sjovt og hyggeligt 😊

Tilbud på HopShop kort kr. 175,- KUN denne aften!