

## Kultur og Idrætshuset Aale-Hjortsvang Minihal



Columna kl. 18.00 – 18.55

Gymnastikken begynder torsdag  
d. 5. september og slutter d. 10. april

Der er ingen gymnastik:

d. 17. okt. Efterårsferie

d. 13. feb. Vinterferie

d. 19. dec. sidste gang inden jul

d. 9. jan, opstart efter juleferien

### Tilmelding

Prisen er 750 kr. for hele sæsonen,  
Dog er der en rabat på 100 kr. til nye  
medlemmer.

### Betaling til konto nummer:

**0877 – 3223368807 -Husk at anføre navn**

### Praktiske oplysninger

- ❖ Der vil blive anvendt håndvægte, elastikker og body bars og (bolde, som kan købes for 20 kr.)
- ❖ Der er liggeunderlag til rådighed, HUSK stort håndklæde til afdækning af måtte. Eller medbring egen måtte.
- ❖ Tag en vandflaske med.
- ❖ For at sikre deltagerne det bedst mulige udbytte af træningen, vil der i løbet af sæsonen flere gange være en hjælpetræner til rådighed i gymnastiktimen.

### Instruktør i 2024-2025

Kirsten Hovmøller  
Randi Sørensen

### Bestyrelsen 2023 - 2024

Kirsten Kristensen (formand)  
Betty Ellebæk (kasserer)  
Helle Hudecek (sekretær)  
Tove Vonsild  
Anette Bergstrøm

Nærmere oplysninger hos:

Kirsten Kristensen tlf. 20 87 02 30  
Helle Hudecek tlf. 25 67 00 02

### HUSK

Vi afholder  
generalforsamling efter  
gymnastikken torsdag  
d. 3. okt. 2024 kl. 19.15