

# Veflinge Gymnastik og Idrætsforening

## Gymnastikafdelingen



Nyhedsbrev nr. 1-2012

17. januar 2012

## Tillykke!

Du er med fra starten som modtager af VGIF gymnastikafdelingens nyhedsbrev. Du modtager den fordi du selv har bedt om at få den og kan til enhver tid afmelde den igen ved at klikke på linket i følgeskrivelsen. Du kan også finde et link til nyhedsbrevet på vores hjemmeside [www.vgif.dk](http://www.vgif.dk) - Gymnastikafdelingen.

God læselyst!

## Vi har hele 2 helt nye og dugfriske aktiviteter!

### Løbetræning

Mandag d. 6. februar 2012 kl. 17.30 fra Veflingehallen.

Andy og Stephanie byder alle velkommen til løbetræningen som vil være for både dem som gerne vil starte med at løbe og de som allerede er godt i gang og bruger det som fast del af deres træning.



Mød op ved hallen eller tilmeld dig på e-mail.  
Adressen er: [tilmelding@vgif.dk](mailto:tilmelding@vgif.dk)

Kontingentet er kun kr. 200 og inkluderer tilmeldingsgebyr til Bogensløbet den 9. juni 2012 på 5 km.  
Se nærmere på [www.vgif.dk](http://www.vgif.dk)

### Karatetræning

Er du mellem 12 og 18 år kan du komme til karatetræning på Veflinge skole.

Christian Enggård er træner og underviser i Shotokan karate.  
Træningen starter den 6. februar 2012 kl. 18:30 - 19:30.  
Sidste gang er mandag den 19. marts 2012.



Det er gratis at deltage her i foråret.

### Parkour!

Børnene er godt i gang, men der er plads til flere. Hvis du er mellem 13 og 18 år, og har lyst til at lege med, så er det gratis at deltage i resten af sæsonen.

Træning foregår i gymnastiksalen:

Mandag kl. 17:30 - 18:30

Fredag kl. 15:30 - 17:00

### Gymnastikopvisning

Så nærmer gymnastikopvisningen sig med raske skridt.

Den foregår søndag d. 25. marts 2012 kl. 13:00. Der er generalprøve fredag d. 23. marts. Instruktørerne giver besked om, hvornår holdene skal være klar til generalprøven..



### Generalforsamling

Onsdag den 25. januar 2012 kl. 19:30

i Veflingehallens Cafeteria.

Mød op og bliv orienteret om hvilke spændende ting der rører sig i foreningen.

PS. Du bliver ikke valgt til bestyrelsen med mindre du gerne vil deltage!

Besøg vores hjemmeside på [www.vgif.dk](http://www.vgif.dk) der findes mange gode informationer om foreningen både gymnastik og de øvrige afdelinger. Under gymnastik finder du også et menupunkt, hvor du kan til- og afmelding af vores nyhedsbrev.

Redaktionen:

Anne Margrethe Dalskov Mob 26181919 [amdalskov@mail.dk](mailto:amdalskov@mail.dk) Bjarne Sund Laursen. Mob 27100300

[bjarne@oberlix.dk](mailto:bjarne@oberlix.dk)