

A woman with short grey hair and glasses is captured in a dynamic pose on an indoor pickleball court. She is wearing a black athletic tank top with a small logo on the chest and black shorts. She is leaning forward, holding a black and white pickleball paddle with a green ball on it. The background shows a white net and a light-colored wall. The overall scene is bright and active.

Bredballe IF inviterer til

Idræt om Dagen

Onsdage kl. 10.00-11.30.
Opstart d. 21/2 i
Bredballe Idrætscenter

DGI

Kom og vær med til Idræt om dagen

Det er for alle, der har lyst til at være aktive. Der er ingen krav til udstyr eller fysik, og du kommer til at prøve forskellige aktiviteter både kendte og nye.

Hvad er idræt om dagen?

Idræt om dagen er et tilbud til dig, der har tid og lyst til at være aktiv om dagen sammen med andre. Kom med og lad os få nogle hyggelige timer sammen. Vi har udstyret, så du skal bare have idrættstøj/tøj til at bevæge sig i samt et par sko til indendørs brug.

Hvor og hvornår mødes vi?

Bredballe Idrætscenter, Hældagervej 157, 7120 Vejle Ø.

Der er opstart d. 21.02.2024 kl. 10-11.30. Fra kl. 11.30 er der kaffe i cafeteriet.

Program:

Fælles start med let opvarmning af kroppen

Forskellige aktiviteter:

- Pickleball
- Bowls
- New Age Kurling
- Indendørs krolf
- Badminton
- Padel
- Fitnesscenter
- Naturtræning / gåtur.





Hvad kræver det?

Kom som du er! Her er plads til alle uanset niveau.

Du behøver ikke noget særligt udstyr eller at være i super topform.

Træningen er tilrettelagt, så alle kan være med.

Hvad koster det?

Kontingentet koster 150 kr. inkl. kaffe for perioden d. 21/3-17/5-2024.


Fra d. 21/2 til d. 21/3 er du velkommen til at komme i hallen og prøve, inden du tilmelder dig.

Kontakt for mere info

Kontakt Mette Hjuler på enten mail eller telefon:

Mail: mette.hjuler@bredballe-if.dk

Tlf.nr.: 40 55 71 20.



Vi glæder os til at se dig.
Idræt om dagen - Bredballe IF.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte:
Mette Hjuler tlf.: 40 55 71 20.

DGI