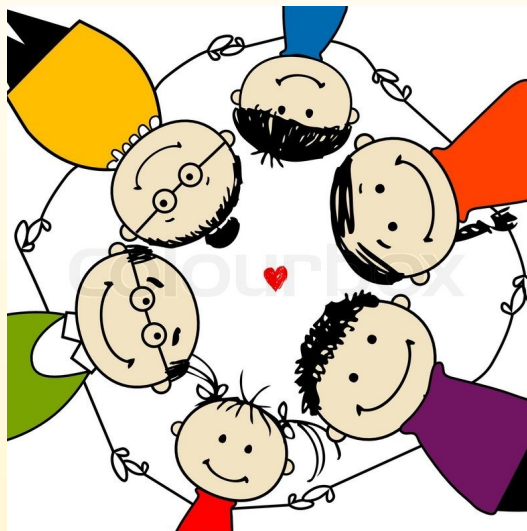


Alle aktiviteter foregår i



Haugårdsvej 17  
Vammen  
8830 Tjele



Motion har ingen alder

Tina Skau: 2858 4036  
E-mail: [tinas.nielsen@agrsci.dk](mailto:tinas.nielsen@agrsci.dk)

## Vammen Idrætsforening



Vammen  
Idrætsforening  
2014-15

Sæson 2016 - 2017

## **GYMNASTIK**

### Mandage

Seniorgymnastik

Start mandag 3. oktober

Kl. 11.00 - 12.00

Pris: 575 kr.

Ingrid Bach: 9854 4309

Far-mor-barn gymnastik:

Start 12. september

Kl. 16.30 - 17.30

Pris: 200 kr. pr barn og

200 kr. pr forælder - max 600 kr.

Tina Skau Nielsen:

2858 4036

Multi træning for voksne

Start: 19. september

Kl. 18.30 - 19.30

Pris: 575 kr.

Birthe Houbak: 2160 2401

## **TAEKWONDO**

### **DESVÆRRE AFLYST**

## **BADMINTON**

Voksne (30 spilleuger á 2 timer)

Start 6. september

Kl. 19.00 - 21.00

Pris: 575 kr. pr. person

Jan Køster: 4044 5542

## **TEEN-FITNESS**

### Tirsdays

Start 4. oktober

Kl. 17.00 - 18.00

Pris: 300 kr.

Martin Balthzersen: 4165 9218

Lajla Wöhliche: 4083 1006

## **FITNESS - holdtræning for fitness**

### medlemmer

### Onsdage

Start 5. oktober

Kl. 18.00 - 19.00

Birthe Houbak: 2160 2401

Søren Torp

## **SPINNING**

### Torsdays

Start 6. oktober

Kl. 18.00 - 19.00

Frank Høgsholdt: 4010 8834

### Lørdage

Start 8. oktober

Magda Nielsen: 40 68 36 60

Pris: 575 kr. for begge hold

## **KOMBITILBUD:**

**Fitness (1 år) + spinning +  
gymnastik: 1600 kr.**

## **GYMNASTIK**

### Torsdays

Start for alle hold: 15. september

Krudtuglerne, børnehavebørn,  
3½-6 år.

Kl. 15.00 - 16.00

Pris: 300 kr. inkl. T-shirt

Maj-Britt Sørensen 2292 0526

Rikke, Cecilie, Lukas, Tina

Turboholdet, 0. - 1. klasse

Kl. 16.00 - 17.00

Pris: 300 kr. inkl. T-shirt

Tina Meldgaard 8669 0083

Joan, Maj-Britt

Vammen mini-junior, gymnastik og  
spring fra 2. klasse

Kl. 16.15 - 18.00

Pris: 400 kr. inkl. T-shirt

Elisabeth Faber, Emil Køster

Joan, Katrine

## **BADMINTON**

Fredage - Børne-ungehold

### **DESVÆRRE AFLYST**