

GNISTEN ØSTER HORNUM

GYMNASTIK I ØSTER HORNUM HALLEN.

GNISTEN - Øster Hornum

Et godt tilbud til alle over 60 år...

Opstart for foråret:

MANDAG DEN 8. JANUAR 2024 KL. 9.30 I ØSTER HORNUM HALLEN

Gnisten, en motionsklub for seniorer, med gymnastik, styrketræning, forskellige boldspil og socialt samvær.

Alt under kyndig vejledning af vore dygtige instruktører.

Årskontingent 2024: Kr. 100,- og kr. 20,- pr. gang inkl. kaffe og brød.

Yderligere information på tlf. 2332 1861. Mail: gnisten99@outlook.dk

KOM OG VÆR MED! –

første gang er gratis for nye medlemmer

Følg os på Facebook: Gnisten Øster Hornum

PROGRAM FORÅR 2024



Mandag 08. januar

Mandag 15. januar

Mandag 22. januar

Mandag 29. januar

Mandag 05. februar

Mandag 12. februar

Mandag 19. februar (vinterferie)

Mandag 26. februar

Mandag 04. marts (generalforsamling. Gymnastik: 9.30 – 10.15)

Mandag 11. marts

Mandag 18. marts

Mandag 25. marts

Mandag 01. april (påskeferie)

Mandag 08. april

Mandag 15. april

Mandag 22. april

Mandag 29. april

Mandag 06. maj

Mandag 13. maj (Afslutning på forårs-sæsonen, vi mødes kl. 10,00 på katbakken, til forskellige aktiviteter. Vi slutter af med en gang grillmad.)

Opstart efterår 2024: mandag 2, september kl. 9.30. God sommer.

