

FRIVILLIGPORTALENS NYHEDSBREV UGE 08

19-02-2020

Denne udgave af Frivilligportalens Nyhedsbrev er sendt til aktivitetsledere og kontaktpersoner på motionsområdet i distrikt 01, 02 og 03.

God fornøjelse!

Kursus "Boldspil for ældre" i Brønderslev

Der er endnu ledige pladser på kurset i boldspil for ældre den 20. marts i Brønderslev.

Kom i gang med boldspil – det er sjovt, det er en god måde at træne på og det giver socialt fællesskab. Spillene kan tilpasses, så alle kan være med – også siddende på en stol.

Boldspil kan tilrettelægges som en selvstændig aktivitet, eller det kan kombineres med fx gymnastik og styrketræning.

Kurset er for både nye frivillige og frivillige, der allerede har en motionsaktivitet.

Har du spørgsmål til kurset eller til motionsområdet, så er du velkomne til at kontakte os.

Sundheds- og idrætskonsulent Tina Jensen, tj@aeldresagen.dk eller tlf.: 33 96 88 17

Sundheds- og idrætskonsulent Karin Schultz, kas@aeldresagen.dk eller tlf.: 33 96 86 46

Læs mere og tilmeld dig på [Frivilligportalen](#)