

❄️❄️❄️ **AKTIVT NYTÅR** ❄️❄️❄️
❄️ med familie-tons og cross-gym ❄️

Har julen sat sine spor – og er der bare *lang* tid til aftenens fest og fornøjeligheder, så kom til

AKTIVT NYTÅR med gymnastikforeningen i
Mejdal Hallen mandag d. 31/12 fra kl. 10:00 - 12:00

I **hal B** kan familien dyrke fællesskabet og hinanden med **familie-tons**, hvor vi leger på redskabsbaner, udfordrer motorikken med bla. små-redskaber, samt andre aktiviteter efter fri fantasi. Vigtigst er dog, at vi har det sjovt på tværs af alder og køn.

I **hal A** står cross-teamet klar med funktionel træning for motionisten, pensionisten, familien og de træningstossede – uanset alder, køn og fysik. Her er der fart over feltet, god musik og øvelser der er simple og varierede. Så skal du i den helt rette nytårs-stemning – med god samvittighed, så kom til **cross-gym**.

Konceptet er enkelt:

Når der er betalt, har man frit råderum over både tid og aktivitet. Dvs. at man selv bestemmer om man vil bruge 1 time, en halv time eller fulde 2 timer i hallen denne formiddag. Man bestemmer også selv om det er på **familie-tons**, **cross-gym** eller **begge dele** man bruger tiden.

I løbet af formiddagen, vil gymnastikforeningen ønske

🍷 **GODT NYTÅR** 🍷 med bobler og lidt mundgodt.

Kantinen vil være åben, med salg af is, slik og drikkevarer.

Begge aktiviteter fungerer som
“DROP-IN AKTIVITETER”

PRIS:

Kr. 30,- pr. person

Kr. 50,- pr. familie – uanset antal.

Ingen forhåndstilmelding. Betaling på dagen - gerne på mobilepay.

Mobilepay: 38 658 – Mejdal-Halgård Gymnastik