GÅ PÅ WEEKEND MED FREDAGS-HOLDSPIL

Dyrk sammenholdet med dine kolleger og kammerater, inden weekenden rammer. Til fredags-holdspil får du et par timers sjov motion og sved på panden.

Holdspil på banen

Vi spiller motionsfloorball (hockey, du ved), fodtennis (yep, det er sjovt!), skumtennis, badminton og andre holdspil som eksempelvis pickleball. Du og kollegerne behøver ikke samle et helt fodboldhold – er I bare et par stykker, så har I et hold, og vi sætter jer i gang.

Dag og tid

Fredag efter fyraften – kl. 16.00-18.00.

Sted

Hallen på Tommerup Efterskole.

3. halvleg

Der er naturligvis en 3. halvleg (hygge/forplejning) efter fredags-holdspil og bad.

Tilmeld dig/jer

Ring eller send en sms til Jan Knudsen på tlf. 40 45 78 60.

Pris

Et medlemskab i Højfyn Action og Firmamotion koster kr. 100 per år. Når du er medlem, kan du frit deltage i alle vores aktiviteter.

Kollegamotion – inspiration og idéer

Få besøg af os på din arbejdsplads og få et indspark med inspiration og idéer til, hvordan I kan skabe bevægelse i arbejdstiden og gøre arbejdsdagen sjovere med aktive pauser.
Ring eller sms til Jan Knudsen på tlf. 40 45 78 60.

Følg os på Facebook:
Højfyn Action og FirmaMotion

www.hoejfynactionogmotion.dk

HAM