



PROGRAM 2019-2020



BADMINTON

Motion

Lej en badminton bane fra den 26/8 til den 17/4 for kun kr. 1.600,- for en HEL sæson!

Mandag er der baner fra kl. 19.00-21.00
Onsdag er der baner fra kl. 18.00-21.00
Fredag er der baner fra kl. 18.00-19.00

Ungdom

Ungdomsbadminton starter den 4/9 til den 3/4 for kun kr. 350,- for en HEL sæson!

U7 til U11:
Onsdag fra kl. 16.00-17.00
Fredag fra kl. 16.30-17.30

U13 til U19 :
Onsdag fra kl. 17.00-18.00
Fredag fra kl. 16.30-17.30

Med venlig hilsen Badmintonudvalget
Martin Christensen
Tlf. 9896 5003
Mobil 4084 5003

HÅNDBOLD

U7-U9 drenge og piger
Torsdag kl. 16.15-17.15 i hallen
(start torsdag den 17/10)

U11 drenge og piger
Torsdag kl. 17.15-18.15 i hallen
(start den 5/9)

U13/U15 drenge
Mandag 16.45-17.45
Torsdag 18.00-19.15
(start den 5/9)

Dame serie 1 & 3
Tirsdag og torsdag kl. 19.30-21.00
Sæson starter 13/8

Med venlig hilsen Håndboldudvalget
Tina Svanholm, tlf. 3054 0912

Hallen har ledige timer, som man kan leje.
Kontakt Søren Pedersen på
spedersen29@outlook.dk eller mobil 21290506
for yderligere oplysninger.

GYMNASTIK

HOLD	ALDER	DAG
Forældre/Barn	0-3/4 år	Tirsdag 16.30-17.30
Puslinge	3/4-6 år	Onsdag 16.30-17.30
Springløpper	0 kl.-3. kl.	Tirsdag 16.00-17.15
ASIF Mix	4. kl.- opefter	Tirsdag 17.15-19.15
Forældre/barn fitness dans	4 år - opefter	Mandag 17.30-18.15
Fitness dans (start uge 34)	Kvinder	Mandag 18.30-19.45 onsdag 18.45-20.00
Cirkel- og styrketræning	Kvinder	Tirsdag 17.45-18.45
Motionsdamer/ -herrer	M/K	Torsdag 17.30-19.00
Motions Herrer (start uge 38)	Herrer	Torsdag 19.30-21.00
Bowls	M/K	Mandag 19.45-21.15
Hockey	Herrer	Onsdag 20.00-21.00

Tilmelding og betaling på
www.asifgymnastik.klub-modul.dk

Sæson 2019/2020 starter uge 36

Med venlig hilsen Gymnastikudvalget
Susanne Kjemtrup Jensen

PETANGUE OG KROKET

Kom hen på banerne og få en snak med os – det er helt uforpligtende.

Petanque spiller hver tirsdag kl. 14.00.
Er der spørgsmål til petanque, ring til Bente Muhlig tlf. 98965167.

Krokot spiller hele året.
Sommer: tirsdag kl. 18.15 og fredag kl. 13.00.

Vinter: Onsdag og fredag kl. 13.00.
Er der spørgsmål om krokot, ring til Susanne K. Jensen, tlf. 98965034

Bemærk:

Springløpper og ASIF Mix træner i Astrup-Sønderkovhallen.
Alle andre hold træner i gymnastiksalen på Astrup-Sønderkov Friskole.