

Tag gerne børnene med

KVINDERS OG MÆND'S MOTIONS DAG 2022

Den 18. juni kl. 9.30-12.00
I Ry Hallerne



Hvad

Tag kollegaerne eller venner med, når Skanderborg Firmaidræt inviterer til Kvinders og Mænds Motionsdag. En dag med mulighed for at prøve forskellige aktiviteter med fokus på bevægelse, fællesskab, puls og masser af sjov.

Aktiviteter til mænd

Indoor Biking
Mini Adventure Race 2-mandshold. Tag din makker med - ellers teamer vi dig op med en anden holdkammerat.

Aktiviteter til kvinder

Mountain Bike - begynder/let øvet med instruktør
HIIT - høj puls og højt humør

Aktiviteter for børnene

De små børn: Tons og tummel i hallen
De lidt større: Opgaveløb og sved på panden
Gamerne: Vi gamer i Ry eSports lokaler med instruktør

Vi slutter af med drikke og sandwich fra Ry Hallerne

Hvornår?

Den 18. juni kl. 9.30-12.00

Hvor?

Aktiviteterne finder sted i Ry Hallerne
Thorsvej 32 A, 8680 Ry

Pris?

100 kr. pr. person
200 kr. pr. familie

Tilmelding

Tilmeld dig og læs mere om motionsdagen på vores hjemmeside:

www.skanderborgfirmaidraet.dk

Vi glæder os til at se dig!



SKANDERBORG
FIRMAIDRÆT