

VIBY I BEVÆGELSE

Motion, Hygge, Frisk luft, Mad, Oplevelser, Bevægelse, Samvær

Viby Idrætsforening inviterer til VIBY I BEVÆGELSE

Et arrangement for hele familien.

Her er chancen for at prøve en masse forskellige motionsformer.

Prøv Håndbold, Gymnastik, Fodbold, Fitness, Disc Golf, Løb, Walk’n’Talk, Badminton

Derudover vil der være madboder, musik, god stemning, lodtrækningspræmier og en mulighed for at hygge med venner og familie.

Tidspunkt	Hal område 1	Hal område 2	Hal område 3	Fodboldbane	Discgolf	Løb	Walk’n’Talk	Outdoor Fitness
10.00	Senior Mix	Leg på redskaber	Forældre/barn	Børnehavebold 3-5 årige		Begynderløb for voksne	Walk’n’Talk for alle	Outdoor Fitness
10.30	Puls og Styrke	Leg på redskaber			Prøv kræfter med Disc Golf	Begynderløb for teenagere		
11.00	Yoga	Leg på redskaber	Jump4Fun	Gå Fodbold 60+	Prøv at putte for børn	Orienteringsløb for alle	Walk’n’Talk 60+	
11.30	Badminton	Leg på redskaber	Mini Spring			Begynderløb for voksne		
12.00	Badminton	Leg på redskaber	Stram op	Fodbold/Fodbold dart 6-9 årige	Første hul, Disc Golf for teenagere	Orienteringsløb for alle	Familie Walk’n’Talk	Outdoor Fitness
12.30	Badminton		Springmix voksne		Disc Golf for voksne	Trailløb for teenagere		
13.00	Badminton	Leg på redskaber	Springmix teenager	Fodbold/Fodbold dart 10-12 årige	Disc Golf for voksne		Walk’n’Talk 60+	
13.30	Håndbold	Leg på redskaber			Disc Golf for familier	Socialt løb for voksne		
14.00	Håndbold	Leg på redskaber	Cirkeltræning			Socialt løb 60+	Walk’n’Talk for alle	
14.30	Håndbold	Leg på redskaber	Fit for Life		Disc Golf for 60+	Begynderløb for voksne		

Børn med forældre
Børn
Unge
Voksne
Senior
Alle aldersgrupper



VIBY I BEVÆGELSE
Søndag d. 8. Maj
Kl. 10 til 15
Ved Dåstrup Hallen

