



Arbejdspladsernes motionsdag for borgere og personale fra Skanderborg Fællesskaberne

Fredag d. 11/10 kl. 10-11

afholder Skanderborg Fællesskaberne motionsdag ved Pav. 4/FLOK.

Vi skal sammen ud og gå/løbe på en rute rundt om Skanderborg Aktivitetscenter og FLOK.

Kom forbi og få luft til hovedet og rødme i kinderne.

Borgere og personale deltager på samme hold. Man vælger selv, hvor mange deltagere der er på et hold. Vi opfordrer dog til at lave så mange hold som muligt.

Man går en afmærket rute, og efter hver runde holdet tilbagelægger, lægger man en bordtennis bold i holdets spand. På den måde kan vi se, hvor mange runder alle hold har gået.

Holdet med flest rundet vinder selvfølgelig en flot præmie.

Man behøver ikke at tilmelde sig på forhånd, men man skal have samlet sit hold, inden man møder op. Når man møder op, skriver man holdet på en liste, så vi kan se, hvem der deltager.

Der vil være frugt og juice til alle deltagere.

Vi håber at se rigtig mange af jer fredag d. 11 oktober til en festlig dag.