



Kæmpernes Sommerskema juli 2018

Alle faste aktiviteter lukker ned i juli - Skemaet gælder fra søndag d. 1/7 til og med tirsdag d. 31/7

Mandag	Tirsdag 3. 10. 17. 24. og 31. juli	Onsdag 4. 11. 18. og 25. juli	Torsdag 5. 12. 19. og 26. juli	Fredag 6. 13. 20. og 27. juli	Søndag 1. 8. 15. 22. og 29. juli
Fitness OBS! kun d. 2/7 herefter ferie til d. 6/8. Hørsholmsgade Kl. 15-17 Hjemmevejlederne	Fitness Hørsholmsgade Kl. 9.30-13.00 Otto i uge 30 Grzegorz og Christine	Fitness Hørsholmsgade Kl. 9.30-13.00 Otto i uge 30 Grzegorz og Christine	Cykeltur 10 km.* Valby Kl. 14 Mødested: Ny Ellebjerg Station, Carl Jacobsens Vej 19, 2500 Valby.	Fitness Hørsholmsgade Kl. 13-15.30 Otto i uge 30 Grzegorz og Christine	Fitness Hørsholmsgade Kl. 13-15 Niels Toksvig
D. 2/7 Yoga på Amager Fælled Kl. 11-13 Vi mødes på DR-Byens Metro st. kl. 11. Medbring gerne egen måtte/tæppe. Aflyses ved regn	Træffetid i Det Gule Hus Kl. 13-15 Christine & Ulla	Træffetid i Det Gule Hus Kl. 13-15 Christine & Ulla	Cykeltur 10 km.* Bispebjerg Kl. 14 Mødested: Bispebjerg Station, Tagensvej 147, 2400 Kbh. NV.	Basket/Fodbold Udendørs i Hans Tavsens Park Kl. 13-14.30 Morten Jansson	
D. 9/7 Sommerhygge på Amager Strand Havespil, volley og afslapning Kl. 13-17 Mødested: Beachvolley- banerne ved Amager Strandvej 182. Aflyses ved regn	Cykeltur 10 km.* Frederiksberg Kl. 14 Mødested: DPC, Nimbusparken 24, 2000 Frederiksberg	Bordtennis Hørsholmsgade Kl. 19-20.30 Morten Jansson	Fitness Hørsholmsgade Kl. 15-17 Otto i uge 30 Grzegorz og Christine	Sæsonstart d. 1. august 2018 OBS! Enkelte hold starter senere. Det nye skema kommer ud i uge 29/30.	
D. 16/7 Vandretur i Dyrehaven m. picnic Vi mødes på Klampenborg St. kl. 11 – husk tilmelding. Hold øje med særskilte opslag for de enkelte ture	* En del af projekt 100 km. for Mental Sundhed. Cyklistforbundet står for de 3 cykelture.				

HUSK AT BETALE KONTINGENT I LØBET AF AUGUST MÅNED (senest d. 31/8)

Du kan dog allerede betale dit kontingent inden sæsonstart.

Kom forbi i træffetiden, vi har åbent i hele juli måned.

Du kan også betale via MobilePay til 22852 – tilføj besked ”kontingent 2. halvår 2018”.

Obs. Du skal være medlem eller have oprettet en profil i vores medlemssystem først. Ellers kan vi ikke registrere din betaling.