

BEDSTED UNGDOMS OG
IDRÆTSFORENING

JUMPING FITNESS
VOKSNE FORÅR 2021

TIRSDAG KL. 16.30 – 17.20

ONSDAG KL. 17.30 – 18.20 og KL. 18.40 – 19.30

TIRSDAG
KL. 16.30-17.20
ONSDAG
KL. 17.30-18.20
KL. 18.40-19.30

Multihallen ved
Bedsted Friskole
Syrenvej 3B,
6240 Løgumkloster

DEN 1.1.2021
KAN DU TILMELDE
DIG EN NY SÆSON
JUMPING FITNESS

- > **Start den 12.1**
- > **OBS!! I uge 7 er**
der ingen Jumping
fitness.

TILBUD

NÅEDE DU IKKE AT FÅ
EN PLADS KAN DU
MÅSKE VÆRE HELDIG
AT KØBE EN PLADS
VED AFBUD - DET ER
FØRST TIL MØLLE
PRINCIPPET.
FØLG MED PÅ
FACEBOOK:
JUMPING FITNESS
BEDSTED-BUIF

Har du lyst til at hoppe, grine og bevæge dig til god musik samtidig med at du sveder og har det sjovt?
SÅ er Jumping fitness lige noget for dig.

Jumping fitness er træning på en lille trampolin, det er meget skånsom for både knæ og ryg men samtidig også effektivt og energisk.

Der er plads til 8 deltagere. (pga. restriktioner)
Alle er velkommen – ung som gammel.
Vi har det sjovt sammen, her er der plads til alle.
Instruktør: Rikke - Lene - Linda



Prisen er 350 for 10 gange eller 40 kr. pr. gang ved køb af en ledig plads/trampolin som betales i hallen kontant eller MobilePay.

Tilmelding sker på BUIF's hjemmeside under fanen tilmelding

Max kropsvægt 120 kg.
HUSK: Indendørssko, håndklæde og vand.

!!! Er man forhindret i at deltage til Jumping fitness melder man afbud på Facebook på Jumping Fitness BEDSTED - BUIF, så andre kan få glæde af ledige trampoliner
Ledige trampoliner og informationer som vedr. Jumping fitness vil blive slået op der.

Vel Mødt
BUIF

Vi følger sundhedsstyrelsen anbefalinger i forhold til Corona