



JULEMOTION FOR ET GODT FORMÅL



Firmaidræt Hillerød er altid parat til at påtage sig et socialt ansvar. Vore jule- og nytårsaktiviteter har derfor været en mulighed for at bidrage til samfundet, idet vore instruktører altid meget velvilligt har stillet sig til rådighed for "den gode sags tjeneste" – og i år ingen undtagelse.

MANDAG 19. DEC	Merete Hytting	Jule yoga	10:00 - 11:00
MANDAG 19. DEC	Kjeld Myhre	Jule spin 1	18:40 - 20:00
ONSDAG 21. DEC	Lene V. Pedersen	Nisses spin	10:00 - 10:55
ONSDAG 21. DEC	Kjeld Myhre	Jule spin 2	15:40 - 17:00
TORSDAG 22. DEC	Jette Blok	Jule yoga & Meditation	17:00 - 18:00
SØNDAG 25. DEC	Kjeld Myhre	Spin flæsket væk	10:00 - 11:30
MANDAG 26. DEC	Per Brøndum	Jule videospin	10:00 - 11:00
TIRSDAG 27. DEC	Helge Andersen	Nytårs spin 1	10:00 - 11:00
TIRSDAG 27. DEC	Helge Andersen	Nytårs spin 2	11:10 - 12:10
ONSDAG 28. DEC	Lene & Michael	Nytårs Cirkeltræning	10:00 - 11:00
ONSDAG 28. DEC	Ulla Taylor	Nytårs Zumba	17:00 - 18:00

Hillerød har mange gode sportsfaciliteter, men der mangler faciliteter til gadeidræt – og derfor har en gruppe frivillige stiftet foreningen "Multipark Hillerød" med det formål i første omgang, at skaffe midler til et forprojekt, hvor Multiparken i Helsingør helt klart er forbilledet.

En multipark med plads til både skatere, rulleskøjtere, løbehjul, BMX m.m. vil være et stort aktiv for Hillerøds mange unge, der måske ikke finder sig til rette på en fodboldbane eller motionscykel.

Overskuddet af dette års jule- og nytårsaktiviteter vil derfor ubeskåret gå til foreningen Multipark Hillerøds bestræbelser på at etablere en sådan bane.

Du kan derfor ved at deltage i et eller flere af vore events både få lettet din samvittighed i dobbelt forstand – dels fordi du støtter en god sag, men også fordi du samtidig får mulighed for at motionere den gode jule- og nytårsmad væk.

Meld dig allerede nu til de mange gode tilbud på hjemmesiden www.firmaidræt-hillerød.dk
Der er åbne for alle – så tag bare din nabo eller gode veninde med.



**FIRMAIDRÆT
HILLERØD**

Milnersvej 35D • 3400 Hillerød
Tlf. 48 26 73 20
www.firmaidræt-hillerød.dk