



## Vordingborg Firma Sport

### Så er der badminton for seniorer i dagtimerne

Vi kan nu tilbyde badminton for 60+ eller personer som kan hver mandag formiddag kl. 10:00. Alle der kunne tænke sig at få lidt god motion og et smil på læbe kan komme ned i Vordingborg Hallen, Skoleparken 1, Vordingborg, kik ind og få en prøvetime og prøv om det er noget for dig, det er ren motion og det med om vi overholder alle regler glemmer vi lidt, det er kun for sjov, i kan se mere på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/seniormotion-vinter>



### Gåture vinter i smukke naturskønne Sydsjælland for seniorer

Ud over at spiller badminton så kan vi også tilbyde gåture, det gør vi hver torsdag kl. 10:00 og vi går ca. 5 km. på ca. 1 time, i oktober måned går vi fra Præstegårdsvej 11, Vordingborg og fra 3. oktober går vi fra Vordingborg Hallen, Skoleparken 1, Vordingborg. Se evt. mere her: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/seniormotion-vinter>



### Tilmelding til badminton træning 2022-2023

Der er stadigvæk ledige baner i Iselingehallen hver mandag kl. 18:30-20:00 og ligeledes i Vordingborg hallen hver fredag kl. 13:30-16:00, har dette interesse så kan i tilmelde jer på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/badminton>



### Bowling Nedrykket 300 serie 22-10-2022

Så er det tid til opstart af bowlingstævner for vinteren 2022, og vi ligger ud med et Nedrykket 300 serie stævne den 22. Oktober kl. 14:00-17:00, man kan tilmelde sig for 1, 2, eller 3 starter, hver start vare 1 time og man spiller 3 serier per start, vi giver lidt rabat ved køb af 3 starter.

Læs mere om stævnet og om tilmelding på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/bowling/nedrykket-300-serie-22-10-22>

Bowling er for alle og næsten alle kan spille Bowling, skal vi ses



### Tilmelding til motionsfloorball 60+ 2022-2023

Så er der godt gang i motionsfloorball i Vordingborg hallen og det er hver mandag og onsdag kl. 13:30-15:00, der lige nu tilmeldt 14 deltagere men Lone og Kirsten siger at der er plads til flere, så skulle det vække jeres interesse så kik ned i hallen, så kunne der jo være i også gerne ville prøve denne sjove og motiverende aktivitet, man blive hurtig bidt af det.

Tilmelding og mere om aktiviteten på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/motionsfloorball>



### Lidt om vores Aktivitetshus

Hvis alt flasker sig, så tror vi at huset er solgt, men vi har ikke skrevet under på nogen købsaftale i nu, der er lige et par småting der skal falde på plads først, men efter vores oplysninger er der en køber der vil overtage bygningerne per 1. november 2022.