



## Vordingborg Firma Sport

### Så er der gode muligheder for aktiviteter for vinteren 2022-2023

Vordingborg Firma Sport kan tilbyde nogle gode og aktive aktiviteter, som er for alle, man kan blandt andet gå til Motionsfloorball, se indbydelsen her på siden, så kan man også komme til badminton træning, se på denne side, så tilbyder vi skydning i Lundby, kik på hjemmesiden ([www.vfs.dk](http://www.vfs.dk)) så har I også mulighed for at gå til bowling i VordingBowl, se på hjemmesiden ([www.vfs.dk](http://www.vfs.dk)) så er der selvfølgelig også bridge, som starter på tirsdag i Vordingborg handicaps lokaler på Kastrup skole.

### Gåture sommer med gode naturskønne Sydsjælland

Den sidste måned i sommerperioden starter vi fra Aktivitetshuset Præstegårdsvej 11, Vordingborg, og det er stadigvæk med start kl. 10:00 og hver mandag og hver torsdag.

Vi slutter den 29. august hvor vi derefter spiller badminton om mandagen og gåture om torsdagen hele vinteren 2022-2023.

Læs mere på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/seniormotion-sommer>



### Tilmelding til badminton træning 2022-2023

Der vil i denne vintersæson være mulighed for at spille badminton i Iselingeallen hver mandag kl. 18:30-20:00 og der kan startes den 12. august 2022 der er pt. 4 baner til rådighed, man kan også komme til at spille i Vordingborg hallen hver fredag kl. 13:30-16:00 (man vælger selv starttidspunkt) med opstart 15 august 2022 og der har vi pt. 3 ledige baner.

Prisen for en bane er kr. 1300,- uanset antal deltagere på banen, vi skal blot have oplysninger på alle spillere, og husk så at man fjerner alt affald og fjerbolde efter sig samt sætter net og stolper på plads efter brug.

Tilmelding kan ske på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/badminton>



### Tilmelding til motionsfloorball 60+ 2022-2023

Så kan vi igen komme til motionsfloorball for ældre mænd og kvinder som godt kan lide lidt sjov motion og lidt sved på panden, ja så er floorball lige noget for dig, du kan komme til at spille i Vordingborg hallen hver mandag og hver onsdag kl. 13:30 til 15:00 og der er opstart den 5. september 2022. **(pt. tilmeldt 10 m/ker så der er plads til flere, kom bare)**

Prisen er kr. 200,- for 4 måneder, så vi kører igen efter nytår.

Vordingborg Firma Sport har alt hvad du skal bruge, der er bander, stave og bolde til rådighed, så du skal bare møde op i hallen omklædt i lidt behageligt træningstøj og et par gode indendørssko, så skal Lone og Kirsten nok sørge for at i får brugt noget energi, høj puls og sved på panden.

tilmelding på dette link: <https://www.vfs.dk/idraet-og-motion/motionsfloorball>



### Lidt om vores Aktivitetshus

Der er nu sat til salg skilt op på vores aktivitetshus Præstegårdsvej 11 Vordingborg, og det er Home i Vordingborg, der har været et par enkelt fremvisninger på huset, men uden resultat i nu, hvis I kender nogle som står lige og mangler nogle lokaler så fortæl blot er vi har måske lige det de står og mangler.

## Idræt - Motion – Samvær