



## Vordingborg Firma Sport

### Vordingborg Firma Sport nyhedsbrev maj 2023

Vi har i skrivende stund ikke ret mange aktiviteter at tilbyde jer, Floorball er lige stoppet og starter igen til september, bowling, bridge, skydning, badminton er også gået på sommerferie.

Så vores tilbud lige nu er gåture hver mandag og torsdag kl. 10:00.

Vi har desværre heller ikke fået solgt vores Aktivitetshus, der bliver ved med at dukke nye problemer op mellem bank og køber, så desværre er alt stadigvæk usikkert, øv



### Gå en tur i det smukke Sydsjælland for seniorer

Vi er nogle stykker som går nogle gode ture hver mandag og hver torsdag, vi starter kl. 10:00 og vi er færdige ca. 1 time senere, når vi er færdige med turen, drikker vi en kop kaffe.

Startsted i maj måned er Præstegårdsvej 11, og i juni måned starter vi P. pladsen ved den gamle losseplads i Sydhavnen, vi giver besked om startsteder løbende.

Læs mere om gåturene og priser på dette link: [Seniormotion sommer \(vfs.dk\)](https://www.vfs.dk/nyheder/seniormotion-sommer)



### Bike and Runstafetten er tilbage, onsdag den 7. juni 2023 kl. 18:00

Efter et par års pause på grund af Corona, vender vi nu tilbage med Bike and Runstafetten, det bliver igen med start og mål ved Langebæk hallen.

Et hold består af 5 M/Ker hvoraf 2 skal cykle 13,6 km og 3 skal løbe hver 5 km (2 X 2,5km) det skulle så blive til 42,2 km svarende til et Marathon distance.

Prisen for et hold bliver kr. 545,- + gebyr kr. 20,-

Tilmelding på dette link: <https://www.sportstiming.dk/event/12069>

Hvis du har tid og lyst kan vi godt bruge dig denne aften, til at hjælpe med vejvisning/tidtagning, kontakt til Ingolf Petersen mail: [formand@vfs.dk](mailto:formand@vfs.dk) eller mobil/sms 4081 0844



### Firmaidræt Open bowling i VordingBowl, Vordingborg

Dyrk bowling til Firmaidræt Open lørdag den 3. juni 2023 kl. 13:00-17:00.

Tag med til en hyggelig bowling turnering hvor vi spiller single med mulighed for også at deltage i 2 mandshold, vi spiller 6 serier hvor vi først spiller 3 serier og holder en pause på 1 time og så igen spiller vi 3 serier. Prisen for at deltage er kr. 275,- og hvis man vil deltage i 2 mandshold, koster det kr. 30,- per hold som går til præmier.

**Sidste frist for tilmelding er 12. maj kl. 23:59**

Læs og tilmelding på dette link: <https://www.firmaidraet.dk/events/arrangementer/firmaidraet-open/firmaidraet-open-bowling-vordingborg/>



# Idræt - Motion – Samvær