



Serie 3

lørdag den 6. oktober

Kl. 13.30

Borup - Skive IK (2)

Kampsponsor:

Murer- og byggefirma
Tonny Hermansen
Viborg 20 33 33 32



Til alle der gæster Borup Stadion tilbydes gratis kaffe / the i kantinens åbningstid

denne måneds kaffe-sponsor:



Mål aktier:

I dag udtrækkes der i pausen præmier på mål aktierne.

1. Adidas fritidstrøje

sponsoreret af:
Tømremester Jørgen Nielsen



Støt vore sponsorer – de støtter os

2. Gavekort Marcus, Viborg

: værdi 100kr

sponsoreret af:
Marcus butikken, Viborg



Støt vore sponsorer – de støtter os

3. 3 billetter – Viborg Stadion 1. division søndag den 21. oktober 13.45
VFF – Silkeborg

4. 3 billetter – Viborg Stadion 1. division søndag den 21. oktober 13.45

I lørdagens pulje trækkes der lod som ovenstående:

Mål aktie indehaverne nyder desuden den fordel, at de ikke skal betale entré på kr. 20,- til hjemmekampene.

Vil du vide mere kontakt Morten Nielsen eller Kenni Elkjær har på stadion i dag.

Nyhed for mænd kom med til mande Yoga

Yoga er et supplement til din træning.

- Du får mere kontrol, dynamik, energi og mere bevægelighed.
- Du forbedrer din sport og træner din balance.
- Yoga gør at du minimerer eller undgår skader i din sport, øger din smidighed og du har fokus på begge sider af kroppen.

Er du ung eller ældre og føler du dig lidt stiv, med ømme muskler efter cykel turen, fodbold kampen, eller er du bare lidt stiv i kroppen. Så prøv at komme med til yoga kun for mænd og få kroppen strakt godt igennem og få smidigheden tilbage. Du skal nok få sved på panden og gang i hele kroppen under de forskellige øvelser.

Alle kan deltage uanset alder, eller smidighed.
Det drejer sig kun om lysten til at deltage :-)

Det foregår på Kulturcenter Værestedet med en gratis prøve time

Vi starter onsdag den 24. oktober fra kl. 19.45 til kl. ca. 20.50

Vi har 5 gange i første omgang.

Prisen er 400 kr. Kan betales både kontant og med mobil pay.

Tilmelding eller yderlig info:

Ring eller SMS, på 2984 7323

Til Sundstrup Zoneterapi og Yoga
instruktør Tove Frederiksen



Sundstrup Zoneterapi
v/ Tove Frederiksen

Balance i krop og sind