

IFS JAMMERBUGT...

...er en idrætsforening med plads til ALLE. Nogle af vores medlemmer kan være ramt af stress, angst, ADHD, ASF (autisme spektrum forstyrrelser), social fobi mm., men det kan også være folk der bare er ensomme og mangler nogle trygge rammer og et fællesskab hvor der er plads til alle. Det kan også være folk som ikke trives i "normale" idrætsforeninger, men som stadig har lyst til at træne. Uanset hvem du er...

...VI HAR PLADS TIL DIG



HVAD LAVER VI?

Vi mødes hver **mandag fra kl. 13.30 til kl. 15.30** og **torsdag fra kl. 15.30 til kl. 17** i motionscenteret på Ulveskovskolen i Birkelse, hvor vi styrketræner, spiller bordtennis, hygger med socialt samvær mm.

Som noget nyt vil det være muligt at komme til varmtvandssvømning i DGI huset hver **tirsdag fra kl. 13-14**.

Om **onsdagen fra kl. 14 til kl. 16** spiller vi badminton, petanque og tæppecurling, hygger med socialt samvær mm. i Birkelse Hallen.

Fredag kl. 14 til kl. 15.30 er det muligt at benytte Birkelse Hallen til fri træning.

HVAD KOSTER DET?

- Utroligt men sandt, så koster det kun 300 kr. for 6 måneders medlemskab.
Dét er kun 50 kr. pr. måned!



VI HÅBER, AT DU
HAR LYST TIL AT
VÆRE MED!



Find os på Facebook:

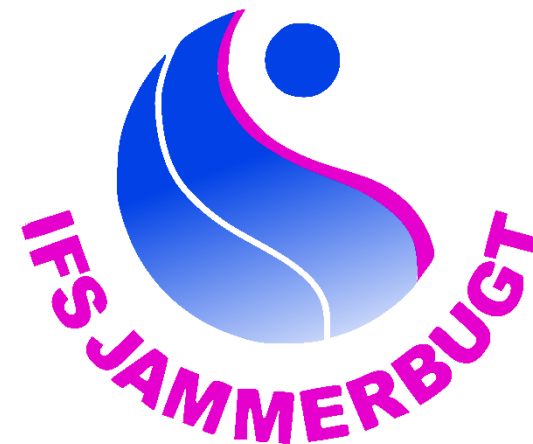
IFS Jammerbugt

Kontakt vores idrætskoordinator:

Emil Malthe Laugesen
mail: eml@jammerbugt.dk

Eller vores formand:

Ann Emborg
mail: IFS.AnnEmborg@gmail.com
mobil: 22 31 43 13



Idræt For Sindet

... Samvær for sjælen