



H/F Carl Nielsens Minde
Gladsaxe Møllevvej 75
2860 Søborg
Tlf. 39 67 53 54
www.hf-cnm.dk
bestyrelsen@hf-cnm.dk

Gratis arrangementer på Festpladsen i juni

Kom til Stille Groove dans med høretelefoner for voksne på
Festpladsen søndag d. 9. juni kl. 11-12

Vi hører alle den samme musik i høretelefonerne, mens vi bliver instrueret i simple dansetrin.
Høretelefonerne lånes af læreren og dansen er tilrettelagt så alle kan være med.

Arrangementet er gratis og aflyses ved vedvarende regn.

Kom til yoga for voksne på *Festpladsen søndag d. 16. juni fra kl. 10-11*

Alle kan være med når vi bliver instrueret i rolige stræk og måske også får pulsen lidt op. Medbring gerne egen måtte.

Arrangementet er gratis og aflyses ved vedvarende regn.

Kom og hør kolonihavens eget kor "KoloKoret" på *Festpladsen onsdag d. 19. juni kl. 18:30*

Koret både øver sig og synger allerede indøvede sange. Alle er også velkomne til at synge lidt med og koret giver en kop te eller kaffe.

Arrangementet aflyses ved vedvarende regn.

Kom til Qi Gong for voksne på *Festpladsen søndag d. 23. juni kl. 10-11*

Vi skal træne langsomme og rolige øvelser hvor alle kan være med. Øvelserne bidrager til et roligere åndedræt, en bedre balance og en smidigere krop.

Arrangementet er gratis og aflyses ved vedvarende regn.

Gratis arrangementer på Festpladsen i august og september

Kom til Stille Groove dans med høretelefoner for voksne på *Festpladsen søndag d. 18. august kl. 10-11*

Vi hører alle den samme musik i høretelefonerne, mens vi bliver instrueret i simple dansetrin.
Høretelefonerne lånes af læreren og dansen er tilrettelagt så alle kan være med.

Arrangementet er gratis og aflyses ved vedvarende regn.

Kom til yoga for voksne på *Festpladsen søndag d. 1. september fra kl. 10-11*

Alle kan være med når vi bliver instrueret i rolige stræk og måske også får pulsen lidt op. Medbring gerne egen måtte.

Arrangementet er gratis og aflyses ved vedvarende regn.

Vi ses! Hilsen Arrangementsgruppen