

Yoga og Mindfulness på Kulturcenter Værestedet



Instruktør Tove Frederiksen indbyder igen til yoga og mindfulness på Kulturcenter Værestedet i Låstrup.

Formiddags yoga:

Første gang tirsdag den 10. september, hvor der er formiddags-yoga fra kl. 8.30 til 9.45. 😊. 10 gange koster 750,- kroner

Yoga/mindfulness

Første gang onsdag den 11. september kl. 17.15 til 18.45. 10 gange koster 850,- kroner

Yoga for mænd

Første gang onsdag den 11. september kl. 19.00 til 20.15. 10 gange koster 800,- kroner.

Holdene er for unge, ældre og midt imellem. Alle kan være med 😊, hvis bare lysten er der 🙏

Sommerhilsen 🌸 og Tilmelding til Instruktør Tove Frederiksen på Tlf 29847323.



Tove Frederiksen
Sundstrup Zoneterapi

4 nye omgange Strandyoga i Sundstrup i august måned.



Tove Frederiksen oplyser, at det har været en “sand fornøjelse” 🧘🏻‍♀️
at undervise til strand yoga i Sundstrup 🙏.

Da det har været et stort ønske, at dette tilbud fortsætter efter
sommerferien tilbydes:

Morgen strand yoga igen efter sommerferien 😎 fra 6.00 til 7.00
Det sker i august måned. 4 onsdage, første gang den 7/8 pris 300
kr 🌟

Pga planlægning er bindende tilmelding snarest 🙏 på tlf. 29847324

Varm sommerhilsen fra Tove 🌸

Naturens Dag på Kulturcenter Værestedet



Nyt tiltag i Fjordklyngen, når Kulturcenter Værestedet arrangerer "Naturens dag" den anden weekend i september.

Søndag den 8. september 2019 kl. 10 - 15 afholder Kulturcenter Værestedet for første gang Naturens Dag. Det sker sammen med en gruppe lokale foreninger, hvor de i fællesskab inviterer både børn og voksne ud i naturen i et par timer.

Naturens Dag er Danmarks Naturfredningsforenings og Friluftsrådets mærkedag for naturoplevelser. Formålet er at åbne naturen for børn og voksne. I år er temaet "Mærk Naturen".

Blandt mange andre står børneklubben, jægere, mountainbikere klar med mange spændende aktiviteter. Der bliver blandt andet mulighed for guidede cykelture, bålmad og yoga i det fri. Der vil blive rig mulighed for at gå på oplevelse i naturen rundt i lokalområdet, sjove aktiviteter, hvor sanserne aktiveres, for både store og små og mulighed for at købe kaffe og kage.

Hvor:

Kulturcenter Værestedet
Låstrupvej 38
8832 Skals

Kontakt:

Daglig leder Tilde Munkholm
kulturcenter.laastруп@gmail.com
86 69 45 10/ 61 33 45 11

Velkommen til lotterispil i Låstrup Forsamlingshus.

Lotterispil hver fredag kl.19.00
Året rundt.

3. KVARTAL 2019



[Klik på billedet for at se nyhedsbrevet 3. kvartal](#)

Vigtige datoer til kryds i kalenderen:

Fjends Cup i Sparkær Borup IF – Sparkær IF	25. juli
Lotterispil med Skals Murer & Entreprenørforretning som kaffesponsor	26. juli
Fjends Cup i Sparkær Borup IF – Ravnsbjerg/Løgstrup G&IF	27. juli
Fjends Cup i Sparkær Borup IF – Mønsted IF	30. juli
Høstfest i Nr.Rind Forsamlingshus	10. august
Gadefest Vejlebakken	10. august
Lotterispil med Skals Installationsforretning som kaffesponsor	16. august
Tangsafari Fjordklyngen	17. august
Lotterispil med Bonus "tussen" løs – Sundstrup Zoneterapi er sponsor	30. august
Naturens Dag - Kulturcenter Værestedet	8. september
Gourmet-svampetur i Flensborg Plantage v. Fjordklyngen	14. september
Høstfest i Låstrup Forsamlingshus	21. september
Lotterispil med Meny Kaffe som kaffesponsor	27. september
4. halvleg i Borup Idrætsforening	27. september
Havedag i Anlægget i Nr.Rind og ved forsamlingshuset	6. oktober
Livestream Værestedet "På rumkrydstogt ud i solsystemet"	8. oktober
Livestream Værestedet "Snedige bakterier"	22. oktober
Livestream Værestedet "Viden om vand"	29. oktober
Livestream Værestedet "Mennesker i klimaets brændpunkter"	5. november
Fællesspisning i Nr.Rind Forsamlingshus	9. november
Erling Rask Trio besøger Låstrup Forsamlingshus	9. november
Livestream Værestedet "Hvordan is og vand dannede Danmark"	12. november
Afslutningsfest Borup Idrætsforening og SUB 09	16. november
Livestream Værestedet "Forædling af mennesket – Før og nu"	19. november
Livestream Værestedet "Luften vi indånder"	26. november
Juletræstænding i krydset i Nr.Rind	1. december

Juletræstænding i Enghaven i Låstrup	1. december
Generalforsamling i Nr.Rind & Lynderup Borgerforening	20. januar
Generalforsamling Låstrup – Nr.Rind Vandværk	20. februar

Nyhedsmail til Borup Idrætsforenings medlemmer og borgere i Låstrup og Nr.Rind

Nyhedsmailen udgives som udgangspunkt ugentligt mandag morgen. Informationer til nyhedsmailen sendes hurtigst muligt til Lastrup@outlook.dk Opslag forsøges udgivet 2 uger i træk lige op til arrangementet. Inden da er det muligt at få et arrangement nævnt i rubrikken "Vigtige datoer til kryds i kalenderen".

Informationer om arrangementer og initiativer med interesse for borgerne i Nr.Rind og Låstrup og medlemmerne i Borup Idrætsforening kan optages i nyhedsmailen. Herunder også åbent hus-arrangementer, generalforsamlinger, kurser, omtaler mv.

