

"det sker" På Kulturcenter Værestedet

Da der stadig er ønsker om mindfulness og yoga

prøver vi om der er nok tilmeldinger til Ekstra kursus på 3 gange 12 - 19 - 26. Maj

Absolut sidste chance for et lille kursus hvor du både har muligheden for at lære mindfulness, men også får chancen for at prøve yoga.

Om du har været med før.. eller er nybegynder har ingen betydning.. alle kan være med..bare mød op. Prisen er 250 el 300 kr..alt afhængig af antal tilmeldinger.

Mange forårshilsner fra Sundstrup Zoneterapi
/ ved Tove Frederiksen Tlf. 86697323 eller 29847323

OBS Nyhedstilbud: Skåne yoga med start første uge i September :-)

For mænd som kvinder

Har du selv lyst.. Eller kender nogen der måske kunne tænke sig at være med, er her en fantastisk mulighed, for på en meget skånsom måde at holde dig i gang, hvis du har problemer og fysiske begrænsninger.

Der vil blive taget hensyn til den enkelte deltager.

Øvelserne vil indeholde mange stræk, det vil foregå på en langsom og skånsom måde, så kroppen får tid og kan følge med. De gode stræk vil styrke og hjælpe kroppen, så den kan forblive smidig og stærk.

Hvis kroppen er blevet lidt små stiv og svag vil den igen kunne få det bedre med disse øvelser.

Der er ingen hurtige bevægelser, hop el lignende.

Alle øvelserne bliver lavet på el ved vores måtte på gulvet, eller hvis man har behov på en stol.

Hver gang vil vi også lave åndedræts øvelser sammen, som styrker hjerte, lunger og kredsløb.

Håber i har lyst til at være med og gerne sige det videre til dem der ikke ser vores nyhedsbrev :-)

Med håbet om et dejligt forår og sommer:-)

Med venlig hilsen Tove Frederiksen

Sundstrup Zoneterapi Tlf: 86697323 el 29847323

Sommerudflugten fra Kulturcenter Værestedet

onsdag den 10. juni er udsat til september måned

FØLG MED – der vil komme opslag senere.

Forsamlingshuset i Focus

Sæt **X** i kalenderen

Søndag den 31 maj holder vi i Låstrup Forsamlingshus indvielse af den nye gårdhave, det nye køkken, samt forsinket 100 års jubilæum. - fra kl. 11 til 15 er der åbent hus, samt lidt godt til ganen.

Vi vil denne dag gerne vise billeder fra forsamlingshuset gennem tiden.

!! Så er der nogen der ligger inden med nogle billeder som vi kan bruge, så kontakt en fra bestyrelsen.

FØLG MED - der vil komme opslag senere.

Lørdag den 2. maj kl. 10.00 i Låstrup Kirke

var en stor dag for disse 7 konfirmander, forældre, familie og venner.

De ønskes hermed stort tillykke med dagen og alle gode ønsker for fremtiden.



Bagerst fra venstre: Præstens vikar: Herbert Wilson – Jonas Hauris Hansen – Magnus Nielsen - Johan Nielsen – Jacob Gram Hauris Svendsen

Foran fra venstre: Julie Bach Møller - Amalie Vestergaard - Mie Lyngsøe Lund

Foto: Kurt Elkjær du kan også se foto i A3 format PDF fil på www.borupif.dk under fanen referater fra Låstrup eller [her](#)