

Fjordklyngen inviterede i lørdags til en dag på Borup Hede for hele familien!



INDVIELSE AF NYT STISYSTEM PÅ BORUP HEDE!

Lørdag den 12. august 2017

Læs referat fra dagen på www.borupif.dk eller [her](#)

ULBJERG - LYNDERUP - LÅSTRUP KIRKER

TORS DAG D. 17. AUGUST KL. 17.00

Ordination af Hannah Kortnum Mogensen i Viborg Domkirke

Alle er velkomne. Ønskes der transport til Viborg -

Kontakt Børge Nørris tlf. 8669 6191 - senest mandag d. 14. august.



Hannah Kortnum Mogensen

SØNDAG D. 20. AUGUST KL. 10.30

Indsættes Hannah Kortnum Mogensen i Ulbjerg Kirke

Efterfølgende frokost i forsamlingshuset. Hvor vi byder vores nye præst velkommen.

SØNDAG D. 27. AUGUST

Gudstjeneste

Låstrup Kirke kl. 10.30

Lynderup Kirke kl. 19.00

VM SJÆGTESEJLADS 2017



VIL DU MED??

Vi arrangerer fælleskørsel til Hjarbæk

Lørdag d. 19. August.

Vi kører kl. 10.30 fra skolegården og regner med at vende snuden hjemad ved 15-tiden ●

Der kan købes pølser, øl, vand, kaffe og kage på havnen.

Tilmelding hos Tilde på kontoret 8669 4510 senest fredag kl. 12.00

på Kulturcenter Værestedet



Efterårets Yoga og Mindfulness

Morgen Yoga

starter tirsdag den 19. September fra kl. 8.30 til 9.45

I alt 10 gange.. Pris 700 kr. som gerne betales kontant

Vi vil starte dagen med stille og rolige stræk og Mindfull Yoga.

Der vil være mest fokus på yoga formen Yin som er en meget rolig yoga form.

Alle der har lyst kan være med. Det er ikke nødvendigt at være hverken smidig el stærk..

Det handler om at vil gøre noget godt for sig selv.

Yoga med Mindfulness

starter onsdag den 20. september fra kl. 17.30 til 19.00.

Tiden kan rykkes lidt hvis der er problemer med arbejdstiden. - Det aftaler vi :-)

I alt 10 gange.. Pris 800 kr. som gerne betales kontant

I de halvanden time vi er i gang vil man lære hvad Mindfulness er, og mærker på egen krop, hvor rolig og nærværende man vil føle sig, når tanker kommer på afstand, under de forskellige øvelser, som vi hver eneste gang træner.

Selv om man før har været med kan det varmt anbefales, da der også vil være nye øvelser :-)

Vi laver yoga i en time. Yoga formen vil være en blanding mellem yin yoga og Hata yoga.

Vi får hele kroppen strakt igennem og kredsløbet i gang.. Så varmen skal nok også komme

Yoga giver en masse styrke, smidighed og en god evne til at holde balancen i både krop og sjæl.

Så kom og deltag på en af holdene og bliv rolig i kroppen og glad i sindet. Husk løst tøj, samt et lille tæppe..

Underlag findes på Værestedet, hvis ikke man medbringer sit eget.

Tilmelding til Yoga og Mindfulness Instruktør

Tove Frederiksen

v/ Sundstrup Zoneterapi på tlf. 2984 7323

Sæt **X** i kalenderen

HØSTFEST - i Låstrup forsamlingshus

Lørdag d. 23. september 2017 - **Kl. 18.00**

Tag naboen, vennerne eller medarbejderne under armen og deltag i denne traditionsrige fest..

MENU: Vi starter med Sild, derefter smørrebrød, kaffe og småkager.

Drikkevarer medbringes.

Der opstilles bar hvor der er mulighed for at købe drikkevarer.

Efter vi har hørt årets høsttale og sunget et par høstsange spilles op til dans.



DJ Per Stisen sørger for at stemningen bliver i top.....

Hele programmet er klar i næste nyhedsbrev!



Den smukke indgangsportal til Vejlebakken...