



HELLERUP
FÆGTE-KLUB

STIFTET 1944

Søndagstræning for børnefægtere 5-12 år på kårde – Juuuubi!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Kære fægtebørn

Søndag d. 21. februar kl. 10-14 holder klubben
ekstratræning for børnekårdefægterne:

Vi skal have det sjovt, øve os, lære noget om løbeangrebet "Fleche",
lave en minikonkurrence på kårde.

Program:

10.00-10.30 Opvarmningslege. Bingoløb og andre ting.

10.30-11.00 Handlebane med benarbejde.

11.00-12.00 Øvelser med krydsskridt og fleche.

12.00-12.30 Frokost

12.30-13.30 Mini-konkurrence med præmier til alle.

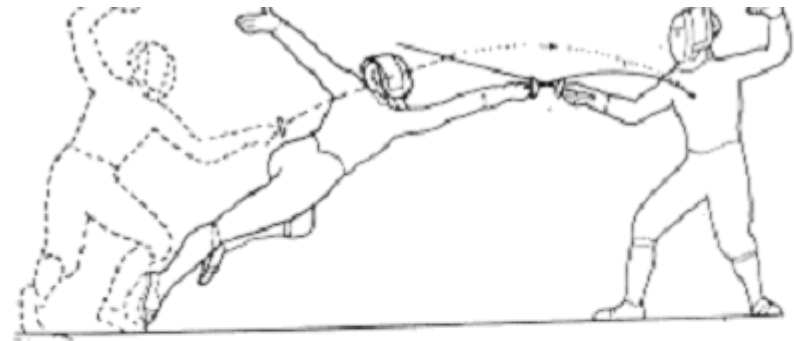
13.30-14.00 Finale, leg og kage (hvis nogen har taget kage med....)

14.00 Tak for i dag og farveller.

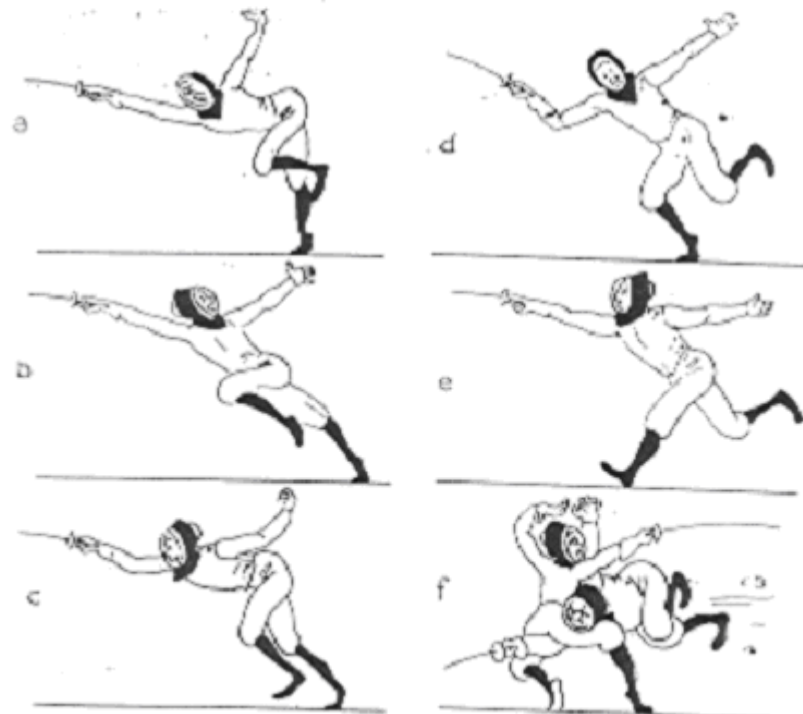
Tilmelding: På sedlen i klubben eller til mig på 50536314 /
martin_wiuff@hotmail.com.

Hvem tager kage med?

VI SES d. 21.02. kl 10. Hilsen Martin, børnetræner.



Korrekt



Förkert