



Rudalens IF bjuder in till *Prova på-* **BORDTENNIS** på sommarlovet!

Kom och spela bordtennis med oss på sommarlovet! Vi kör lite olika boll- och racketövningar som kräver fokus, blandat med fysiska rörelselekar som höjer pulsen! Vi bjuder på ett lättare mellanmål i anslutning till varje pass.

När: 16-17 augusti 2021

Var: Lilla Hallen, Frölunda Kulturhus, Västra Frölunda (hållplats: Frölunda Torg)

Hur: Prova-på-bordtennis-pass planeras enligt nedan. Aktiviteten är kostnadsfri.

	Måndag 16 augusti	Tisdag 17 augusti
KI 10.00-12.00	Pass 1: 7-12 år	Pass 4: 7-12 år
KI 13:30-15:30	Pass 2: 13-16 år	Pass 5: 13-16 år
KI 15:30-16:30	Pass 3: Drop-in (alla åldrar)	Pass 6: Drop-in (alla åldrar)

Du kan välja att delta på ett eller flera pass. Föranmälan krävs (dock ej till drop-in-passen) och görs till kontakt@rudalensif.se senast 2021-08-09. I anmälan skall följande uppgifter anges: *namn, födelsedatum, telefonnummer, e-post, mobilnummer till vårdnadshavare samt vilket/vilka pass du vill delta på.*

Det är begränsat antal deltagare per pass (gäller även drop-in-passen), så skynda dig att anmäla dig!

Utrustning: Medtag kläder och skor för inomhusidrott. Kom ombytt, då vi p g a Covid-19 inte räknar med att ha tillgång till omklädningsrum. Bordtennisracket och bollar finns att låna.

Tillgänglighet: Lokalen är tillgänglig med rullstol. Hiss finns, men nyckel krävs tyvärr, så meddela ev rörelsenedsättning vid anmälan. RWC finns i huset, men inte i direkt anslutning till hallen.

Har du frågor om aktiviteten är du välkommen att kontakta Elisabet Stadler på telefon 072-246 65 15 eller via e-post kontakt@rudalensif.se

Välkommen!

Om Rudalens IF: Föreningen bedriver tränings-, läger- och tävlingsverksamhet inom bordtennis för alla åldrar, men med tonvikt på barn och ungdom, såväl tjejer som killar, samt pensionärer. Föreningen har knappt 100 aktiva medlemmar och verkar i Västra Frölunda. Föreningen verkar för fysisk aktivitet och hälsa för alla, från motionär till elit, och verkar för inkludering och mångfald. Verksamheten riktar sig även till personer med fysisk eller intellektuell funktionsnedsättning.

Rudalens IF
tel 072-2466515
kontakt@rudalensif.se
rudalensif.se

Instagram: rudalensif
Facebook: Rudalens IF

Vi hoppas att aktiviteten kan genomföras som planerat, men lämnar ändå en reservation för att den kan komma att ställas in, om den inte är förenlig med myndigheternas rekommendationer ang Covid-19