

## Kan du hjælpe os?



## Styrk din krop - hele livet, Gribskov

Efter corona pausen skal vi nu i gang igen.

Vi savner/mangler frivillige som har lyst og mod til at blive underviser for selvhjulpne 60+.

Vi tilbyder uddannelse/kurser til ældregymnastik- og stavgangsinstruktør

Styrk din krop-hele livet er en forening med 160 medlemmer + 10 frivillige instruktører vi er et godt og velfungerende team, så kom glad - vi glæder os til at høre fra dig.

Se også vores hjemmeside: [www.styrkdinkropgribskov.dk](http://www.styrkdinkropgribskov.dk)

### Er du interesseret?

Kontakt: formand Susanne Dam 21766694

### Lidt mere om Styrk din Krop – hele livet.

Vi underviser i ældregymnastik i 6 lokalområder i Gribskov kommune, vi går stavgang i Valby Hegn 2 gange om ugen med instruktør og vi har 4 linedancehold i samarbejde med Gribskov Seniorcenter.

Foreningen har bestået i en årrække, og alle vores hold er velbesøgte.

Vi afholder instruktørmøder 2 gange om året, hvor der er rig mulighed for at idéudveksle.