



RgF

Randers gymnastiske Forening

GLÆDE · FÆLLESSKAB · MOD · ÅBNHED · KVALITET

## Information til seniorer, maj/juni 2023.

Kære seniorer.

Efter seniorudvalget møde d. 31. maj har vi følgende nyt til jer:

- Vi har fået mange positive tilbagemeldinger vores tur til Fur. Det er rart for os, der har arbejdet med turen, at høre, at deltagerne har haft positivt udbytte af dagen.

- Og så nærmer sommerferie sig, men inden da har vi endnu et arrangement, nemlig cykeltur til Mellerup. Der er 25 tilmeldte, og vi mødes i Foreningshuset onsdag d. 14. juni kl. 14.45. Der er igen i år pitstop ved Støvringgård, hvor der vil være en forfriskning. Arne har grillerne klar kl. 17.30, så husk endelig kød/fisk, eller hvad I vil spise.

- Der er nu planlagt en tur til Kongenshus Mindepark tirsdag d. 29. august, hvor vi får en rundvisning på området og information om baggrunden for mindeparken, nemlig hedens opdyrkning. Vi håber, at lyngen stadig på dette tidspunkt står i fuldt flor.

Transport skal foregå i privatbiler (evt. samkørsel). Efter rundvisningen er planen fællesspisning på Kongens Bro Kro.

Tilmeldingsliste bliver snarest lagt i seniorbakken. Tilmeldingsfristen er 14. august.

Turen gennemføres ved mindst 10 deltagere, og der vil være plads til max. 25 deltagere.

Pris for deltagelse er kr. 60,-.

- **Husk:** Hvis du vil med på en spændende aktivitetsdag på Hadsten Højskole tirsdag d. 14. november, skal du **senest d. 23. juni forhåndstilmelde dig på [markussen8920@gmail.com](mailto:markussen8920@gmail.com)**. Ønsker du flere oplysninger om denne højskoledag, så se "information til seniorer, april 2023" eller kontakt Inger Markussen på tlf. 29273021.

- Torsdag d. 31. august holder vi "Åbent hus-arrangement" i Foreningshuset for potentielt nye medlemmer, som start på sæson 2023-24. Kender du personer, der ser sig om efter motionsmuligheder, så oplys dem om arrangementet, hvor de kan få information om mulighederne i RgF.

- Orientér dig i holdplanerne på nettet om træningsmuligheder sommeren over. Der vil løbende være aflysning af hold.

Hilsen og ønske om en rigtig god sommer til jer alle.  
Seniorudvalget (Birgit, Lisbeth, Bent, Ruth).