



H. Familie

Juni - Juli - Augustus 2013

Beste leden,

B.B.B. Fitheidsgymnastiek

Tijdens deze BBB-lessen (benen-billen-buik) worden hoofdzakelijk spierversterkende oefeningen gegeven voor deze drie spiergroepen.

Elke maandag van 20.15 tot 21.15 uur in 'Zaal Laagland'.

op 3-10-17-24 juni en 2-9-16-23-30 september.

10 beurtenkaart leden: 30.00 € niet leden: 40.00 €

Info: Frieda Van Den Plas, Albert Dineurlaan 25a, tel. 03/289.90.26

Workshop cupcakes versieren op woensdag 12 juni om 19.30u.

Iedereen kent ze en voorwaar een ware hype. Prachtig versierd kleurrijk soms echte kunstwerkjes. Greet Behiels van Femma Filippus die ook het Schotense gebakje ontwierp komt het ons leren. In de prijs is alles inbegrepen: 4 grote en 4 kleine cupcakes, blad met uitleg, 300 gr suikerpasta, gebruik van kleurstoffen, tyloselijm, versiering, uitsteekvormpjes.

De lesgeefster bakt thuis op voorhand de cupcakes, meebrengen een doos om de versierde cakejes mee te nemen.

In 'Ons Huis' Villerslei 128 om 19.30u.

Inschrijven en betalen voor 7 juni bij: **Ingrid Helsen, Laaglandlei 138, tel. 03/ 658.16.32**

Leden 15€ niet-leden 18 €per persoon.

Ter info, voor de cupcakes is het minimum aantal deelnemers 8 à 10 personen.

Culturele kroegentocht op zaterdag 15 juni 2013 om 19.00u.

Graag willen wij u en uw partner uitnodigen voor een culturele kroegentocht te Antwerpen. Samenkomst om 19 uur aan de dienst voor toerisme Grote Markt 13, te Antwerpen.

De gids neemt ons mee op een 3 uur durende wandeling. Bij deze kroegentocht ligt de klemtoon iets minder op de geschiedenis van de cafés of het brouwproces. De belangrijkste bezienswaardigheden van de historische stadskern waarin je op de zwier gaat komen dan weer des te meer aan bod. Kortom, je ziet minder diep in het glas maar geniet meer van de omgeving. Het proeven betaald iedereen apart en is niet verplicht. Prijs per persoon 7€

Er mogen 20 mensen mee.

Inschrijven en betalen bij Ingrid Helsen, Laaglandlei 138, tel. 03/ 658.16.32 tot 4 juni.

Bloemschikken het jaar rond op woensdag 26 juni om 19.30u.

Onze nieuwe reeks bloemschikken start op woensdag 18 september, 16 oktober, 13 november en 11 december 2013.

Prijs voor 10 lessen: Leden : € 35,00 / Niet leden: € 65,00

Iedereen steeds welkom en het materiaal voor de eerste les wordt meegedeeld.

In 'Ons Huis' Villerslei 128 om 19.30u.

Ingrid Helsen, Laaglandlei 138, tel. 03/ 658.16.32

Vermelden wij nog dat FEMMA-leden bij elke activiteit verzekerd zijn onder de ledenpolis van FEMMA. Niet-leden kunnen zich hierop niet beroepen, maar zijn steeds welkom.

Namens de kern wensen wij jullie nog een deugddoende vakantie toe en tot in september!