



H. Familie
September 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 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

Bloemschikken het jaar rond

Onze nieuwe reeks bloemschikken start op woensdag 18 september 2013.

Volgende datums zijn : 16 oktober - 13 november -11 december 2013

8 januari - 5 februari - 5 maart - 2 april - 28 mei - 25 juni 2014

Prijs voor 10 lessen : Leden : €35 - Niet-leden : €70

In 'Ons Huis' Villerslei 128 om 19.30 uur.

Info en inschrijven bij Ingrid Helsen-Didelez - Laaglandlei 138 - tel. 03/658.16.32

Koken met Susanne

We starten terug met ons koken op donderdag 10 oktober en op donderdag 5 december

Prijs leden : €3,5 - niet-leden : €7 Laat wel even weten of je komt!

Info en inschrijven bij Ingrid Helsen-Didelez - Laaglandlei 138 - tel. 03/658.16.32

Ontmoetingsfeest op vrijdag 11 oktober.

Op vrijdagavond 11 oktober om **19.00u stipt** gaan we weer gezellig ontmoeten in onze zaal 'Laagland'. We starten met een maaltijd en daarna is het weer tijd voor leuke ontspanning.

Let op vergeet je bord, bestek en kopje niet. Mannen mogen meekomen.

Leden: €12,00 / Niet leden: €17,00 Inschrijven en betalen voor 8 oktober bij uw kernlid

Of bij Marie Rose - Kuipersakkerstraat 65 - Tel: 03/ 288.59.38

Tweedehandsverkoop van speelgoed en kinderkleding

op zondag 13 oktober in Zaal Laagland, Laaglandlei 20/42

van 12.00 tot 16.30 u.

Prijs : Leden: €4 / Niet leden: €8

De prijzen gelden per tafel, sportraam, meegebracht rek of plaats op de rommelmarkt.

Info en inschrijven: Marie Rose: Kuipersakkerstraat 65, Tel: 03/ 288.59.38/GSM 0486 99 55 77.

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.