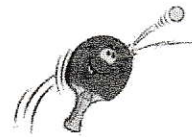


Bordtennis 60+



Har du lyst til at prøve at spille bordtennis, så har du nu muligheden.

Bordtennis er særligt godt, fordi det er mere skånsomt end mange andre sportsgrene. Det egner sig specielt godt til den ældre krop eller den ikke så trænede krop.

Selv om du ikke er toptrænnet, fungerer sporten også, fordi bordtennisbordet er af begrænset størrelse, modsat fx en tennisbane på motionsniveau.

Bordtennisbolden har en lethed og fart over sig – og du ved aldrig, hvor din modstander skyder bolden hen. Og dét tvinger dig til at bevare roen og overblikket, samt være hurtig på aftrækkeren for at ramme bolden.

De to ting i kombination er utroligt sundt for hjernen.

Nystartet Nexø Bordtennis Club inviterer alle 60+ til at møde op og høre lidt om sporten – og samtidig prøve om bordtennis er noget for dig.

Lånebat er til rådighed på stedet. Husk medbring indendørssko!

Spillested: Paradisbakkeskolen, Kong Gustafsvej 19, gymnastiksalen, indgang fra skolegården.

Spillestart: Mandag den 26. oktober 2020

Spilletid: Mandag fra 17.45 -19.00

Der er en gratis prøveperiode på 4 uger.

Årskontingent: 600,00kr.

Når man melder sig ind i klubben, udleveres til ejendom 1 stk. bordtennisbat, en spille t-shirt og en drikkedunk.

Der er mulighed for tilkøb af trænings/kamptøj.

Kontakt: Torben Finne Hansen, tlf. 29733770 eller

mail: torben.finne@outlook.dk