



Find din nye svømmehobby gratis i uge 3 til Swim Week. I uge 3 er der Swim Week i hele landet. Det betyder, at du kan prøve alle mulige aktiviteter i vand i en lang række svømmeklubber i hele Danmark - helt gratis.

Er du over 18 år, og har du aldrig fået lært at svømme, vil du bare prøve om svømning eller Aqua fitness er noget for dig, eller har du altid haft lyst til at prøve vandaerobic, men du har ikke fået gjort noget ved det, så har du chancen nu!

I uge 3 i 2018 åbner Svømmeklubben Sønderborg nemlig dørene til Swim Week, her kan du kvit og frit prøve svømmetræning af alle tænkelige slags. Uanset hvad dit niveau er, kan du være med, så har du lyst, tid og mod på det, er det bare med at dykke ned i listen og se, hvornår vi står klar til at byde dig velkommen i Humlehøj Hallen – helt gratis.

**Begynder voksen: !! OBS Til dette hold er tilmelding nødvendig på mail [salexieva@hotmail.com](mailto:salexieva@hotmail.com)**

mandag d. 15. januar kl. 20:00 – 21:00

**Voksen individuelt:**

mandag d. 15. januar kl. 21:00 – 22:00

onsdag d. 17. januar kl. 21:00 – 22:00

**Pensionist hold:**

mandag d. 15. januar kl. 14:00 – 15:00

**Daghold:**

mandag d. 15. januar kl. 14:00 – 15:00

**Aqua fitness:**

fredag d. 19. januar kl. 8:30 – 9:20

**Vandaerobic:**

onsdag d. 17. januar kl. 20:00 – 20:55

Træningen starter på de oplyste tidspunkter.

Vi glæder os til at byde dig velkommen i Humlehøj hallen, husk tilmelding til Begynder voksen på mailadressen ovenfor af hensyn til at der er et begrænset antal pladser på holdet.

På svømmeklubbens hjemmeside [www.sks-svoem.dk](http://www.sks-svoem.dk) kan du læse mere om de enkelte hold, og det er også her du efterfølgende kan tilmelde dig et fast svømmehold i foråret 2018.

Med venlig hilsen

Svømmeklubben Sønderborg