

# Udspring for børn & unge



**AGF-udspring starter nye hold januar 2009 i Lyseng Svømmehal**

Familieholdet er for de mindste på ca. 3 år, hvor mor og far er med.

Begynderholdene henvender sig til børn der ikke har sprunget før, men som gerne vil lære det! Det kræver som min. at man kan svømme ind til kanten.

Der er også det vildt sjove "BOMBE" hold, hvor det går ud på at lave de største bomber.

#### **Generelt om træningen på udspringsholdene:**

Træningen foregår som en kombination af leg, spring fra kant og spring fra 1m, 3m og 5m vipperne. I slutningen af træningen vil der være mulighed for fri leg.

Vi har dygtige undervisere og der er mulighed for at låne korkbælte og svømmevinger.

Se alle de forskellige hold på

# [www.agf-udspring.dk](http://www.agf-udspring.dk)

Sponsor:

**Køb legetøj og børnetøj hos Anja Banja**



**Anja Banja**

Rosenvangs Alle 249  
8270 Højbjerg  
Tlf. 86100550

Butikken ligger på Højbjerg Torv.  
Der er parkering lige ved døren og vi står klar til at give dig en god service.

Vi forhandler børnetøj i str. 0-12 år  
Holly's, Katvig, Jackpot, Cottonfield,  
Trousers, Ticket to Heaven, Cupcake,  
Phister & Philina, Smallstuff & Minymo

Se vores udvalg af legetøj på  
[www.anjabanja.dk](http://www.anjabanja.dk)

