



INBJUDAN TILL UTEGYMPA PÅ TRÄDGÅRDSTORP



Bakgrund: Det står nu klart att Alfahallen inte kommer att öppna för aktiviteter under de närmaste veckorna. I skrivande stund vet vi därför inte när tisdagsgympan i hallen kan köra igång igen. Då tisdagsgympan utan jämförelse är klubbens "mesta" aktivitet har styrelsen utarbetat ett alternativ med utegympa på Trädgårdstorp under hösten. **Men det krävs** att tillräckligt många ALP-are anmäler sig (ca 15 pers) för att ett genomförande ska vara möjligt. Utegympan är också ett gratisarrangemang.

Tid: Tisdagar kl 10.00 – 12.00, med start tisdagen den 1 september och sedan tills vidare så länge vädret tillåter. Av de två timmarna avsätts en timme till gympa med Kiki Görander som instruktör och en timme avsätts till fika och social samvaro, allt med distans. Om vädret medför att vi måste ställa in, så får deltagare som anmält sig (se nedan) ett mejl om detta senast en timme innan start.

Plats: Botkyrka Hembygdsgård i Tullinge, Trädgårdstorp, med adress Trädgårdstorpsvägen 52, gympan sker på en fin gräsmatta. **Transporter:** Det finns gott om P-platser för bil. Busslinjer som går till hållplatsen Trädgårdstorp från Tullinge station: 723 mot Tullinge kyrka, 722 mot Huddinge sjukhus. **Toaletter:** Vi har tillgång till huvudbyggnadens, Logen, entré där toaletter finns.

Fika med tillbehör: Utomhus och medtages av var och en. Det är gott om plats på gräsmattan (filt kan behövas) och det finns även speciella bord (kvarnhjul) som kan användas.

Träningsmatta: Är ett måste! Klubben lånar mattor från Alfahallen och delar ut dessa till deltagarna vid Trädgårdstorp. När utegympan avslutas återlämnas mattorna rengjorda. Resp deltagare ansvarar alltså för transport till och från utegympan samt rengöring om det behövs mellan gympatillfällena. Den som vill använda egen träningsmatta kan ange detta på anmälan.

Anmälan: Det är helt nödvändigt med anmälan för att klubben ska få grepp om hur stor gruppen blir och om det räcker för ett genomförande. Ange din mejladress och telefonnr så att du kommer med i gruppen som kan nås med information, t ex vid inställd utegympa. Vi uppberar: **Anmälan är obligatorisk och lämnas senast fredagen den 28 augusti 2020 till: Sven-Olof Rask, tel 0707819017 eller mejl svenolof.rask@gmail.com.**

OBS! Om vi inte får ihop tillräckligt med deltagare (ca 15 pers) måste vi tyvärr ställa in utegympan. Styrelsen anser att arrangemanget har många plusvärden i dessa tider och hoppas att ni passar på att få igång kropparna igen!

Välkomna!
Tumba 2020-08-21
Styrelsen

