**Skovshoved Idrætsforening. Senior i SIF – *aktivt samvær***

**Program for 2018 i SIF på Krøyersvej 5A om onsdagen:**

* **Kl 11-13**: Aktiviteter - Pilates (kl. 12.15), badminton, tennis, motionsrum, skydning, bordtennis.
* **Fra kl. 13**: Smørrebrød m.m., vand, øl, vin, kaffe, kage købes i restaurant Siffen.
* Socialt samvær med hyggesnak og spil (fx billard, bordtennis, kort- og brætspil).
* **Kl. 16:** Senior i SIF lukker.

 Datoer for særlige arrangementer

|  |  |
| --- | --- |
|  *3. jan.* ***2018*** |   **Forårs sæsonen starter.** |
|  *7. marts*  |  Kl. 14.00 Årligt **medlemsmøde** i Senior i SIF. |
|  *2. maj* |  **Skovshoveds historie.** Kl. 14.00v/ foredragsholder Peter SIF Nielsen |
|  *6. juni* |  **Forårs sæson afslutning.**Kl. 12.30 Årets frokost i Siffen.  Stegte ål hvis muligt og musik v/ Kim Preuthun *Tilmelding nødvendig.*  |
|  *5. september* |  **Efterårs sæsonen starter.** |
|  *26. september* |  **Demensforedrag** v/ demenskoordinator  Maj-Britt Joost fra Gentofte Kommune**.** Kl. 13.45. Symptomer og inspiration til hjælp. |
|  *24. oktober* |  **Udflugt til Navergården i Helsingør.** Med historiefortælling og frokost i Naverhulen. Samlet busafgang fra SIF kl. 10.00. *Tilmelding nødvendig. Max. 45.* |
|  *28. november* |  **Sidste gymnastik- og skydedag i efteråret.** |
|  *5. december*  |  **Juleafslutning – Tak for i år.** Kl. 12.30 Stor Julefrokost i Siffen.Evt. med bankospil. *Tilmelding nødvendig.* |
|  *12., 19. og 26. dec.* |  **Senior i SIF holder LUKKET.**  |
|  *2. januar* ***2019*** |  ***Forårs sæsonen 2019 starter.*** |