

**SPINNING**



# JUMPING, ZUMBA OG YOGA EVENT

**TIL FORDEL FOR LF-INDSAMLINGEN**

Søndag d. 5. maj kl. 10.00 – 14.00 i Ravensborghallen

**Cykel incl. ryttere:.....kr.1.400.-**

**Cykel uden ryttere:.....kr.1.000.-**

**Rytter: En time.....kr. 100.-**

Tilmelding til event koordinator: Søren Hansen Ravensborg Motionscenter Tlf. 20 77 02 75

**ZUMBA En time kr. 100.-**

**JUMPING En time kr. 100.-**

**YOGA En time kr. 100.-**

**Nærmer info om instruktører m.v.  
til disse 3 aktiviteter følger.....**

Kære netværk

Inde for de seneste to år har jeg mistet begge mine forældre, mistet min bedste kammerater gennem 30 år. Hustruen til endnu af mine gode kammerater blev kun 47 år inden kræften tog fat og nu har to dejlige børn mistede deres mor til denne modbydelige sygdom. Min gode ven og kollega gennem mange år har netop været gennem et langt forløb hvor kræften havde trukket ham helt ud på kanten, men han holdt fast og er nu tilbage efter at have kigget døden i øjerne.

Fælles for os alle, er at de og jeg som pårørende har været igennem en om noget mindre kamp, men en kamp hvor følelser og tanker har drønet rundt dag og nat, jeg er taknemmelig fordi jeg har min kone og mine søskende at dele smerten med og at mine venner også har haft deres familier at græde sammen med.

Men det er ikke altid nok at græde sammen med familien og derfor er det en fantastisk oplevelse at LF-indsamlingen årligt samler penge ind til kræftens bekæmpelse, vel og mærke penge som forbliver på Lolland Falster og er øremærket til at hjælpe lokale kræftpatienter og pårørende.

En lokal forankret indsamling som jeg nu bliver en del af og dermed går mere aktivt ind i kampen om den grimme sygdom som tog begge mine forældre og venner alt for tidligt.

Vil du hjælpe os med at samle et bidrag sammen til LF-indsamlingen vil det gøre os lykkelige og varme vores hjerter.

Indsamlingen sker i tæt samarbejde mellem Extra Posten og Ravensborg Motionscenter indoor Bike.

Kærlig hilsen Søren Navne