



PRESSEMEDDELELSE

Randers, den 10. oktober 2013

Spring – dans – parkour for de unge i efterårsferien

Torsdag aften inviterer Randers gymnastiske Forening (RgF) alle unge til den fedeste ungdomsevent i RgF's topmoderne gymnastik- og bevægelseshus.

Der bliver lidt for enhver smag og til enhver stil. RgF instruktør Christian Skibsted er et absolut koreografisk geni og vil byde dig indenfor i et bevægelsesunivers med smagsprøver fra den spændende danseverden. Men det slutter ikke her, for der skal også fyres op på dansegulvet med disco mama nr. 1 Gitte Nielsen, der serverer fede disco og retro rytmer.

Er du ikke dansetypen, men mere til den grænseoverskridende idræt, så kan parkour helt sikkert være med til at flytte dine grænser både fysisk og mentalt. Parkour er nemlig den ultimative bevægelseskunst, der udfordrer dig på balance, muskelstyrke, smidighed og kondition.

Sidst men ikke mindst er der mulighed for at springe i RgF's splinternye og topmoderne springcenter. Der er 4 stortrampoliner med springgrave, 25 meter fasttrack, tumblingbane og meget mere. Du finder det ikke bedre andre steder i Danmark, i hvert fald ikke, hvis du spørger gymnastikkonsulent Vinie Andreassen. "Vi er meget stolte over vores nye facilitet, der er et absolut mekka for alle med springgymnastik som interesse. Derfor vil vi gerne invitere inden for og vise de mange nye muligheder inden for springgymnastik i Randers", siger Vinie Andreassen.

Eventen finder sted på Østre Boulevard 29 og starter kl. 18. Besøg Facebook gruppen RgF Youth og læs mere om eventen.

Yderligere information kan fås ved at kontakte gymnastikkonsulent Vinie Amstrup Andreassen, 2510 5045 / vinie@rgf.dk
Billederne er fra faciliteten men ved andre arrangementer.

