

SPIL VANDPOLO



**Glad for holdsport med
bold og vand?**

**SÅ KOM OG VÆR MED
TIL AT UDFORDRE DIG
SELV!**

**Vandpolo minder meget om håndbold - bare i vand.
7 mand på hvert hold i vandet og to mål.**

**Vandpolo er en holdsport, der giver god fysisk træning uden de
sædvanlige overbelastningsskader.**

God genoptræning for knæ- og ledskader!

**Grib badebuksen/badedragten.
Eneste forudsætning er, at du kan svømme.
Spillet skal vi nok lære dig.**

Alle er velkomne også piger.

**Vi træner hver torsdag aften i svømmehallen i Vestjysk
Fritidscenter i Ulfborg kl. 19.00-20.00.**



Henvendelse til:

**Michael Christensen
61 77 87 96
michael@lokalhistorisk-
arkiv.dk**

PS! GRATIS TRÆNING FØRSTE MÅNED DU ER MED!!!!