



Program

”Hornslet i bevægelse”

22. januar kl. 10–15.00

Der er nok at glæde sig til, for både for store og små, på messen i Hornslet...

Opvisninger

- Kl. 10.00 Sundhedsmessen åbnes ved Jesper Mathiesen
- Kl. 10.30 Opvisning v/Syddjurs Karateklub
- Kl. 11.00 Opvisning v/HIF Gymnastik
- Kl. 11.30 Opvisning v/Bekker Dans
- Kl. 12.00 Opvisning v/Syddjurs Karateklub
- Kl. 12.30 Zumbaopvisning v/Syddjurs Ungdomsskole
- Kl. 13.00 Opvisning v/HIF Gymnastik
- Kl. 13.30 Opvisning v/Bekker Dans
- Kl. 14.00 Udtrækning af vinder i fantasidyr og cykeldyst konkurrencen
- Kl. 15.00 Tak for i dag. Sundhedsmessen lukker.

Foredrag

- Kl. 11.00 Superskrumperen Margrethe, kendt fra ”By på skrump” fortæller *”Hvordan bevarer jeg motivationen, og hvorfor kom det så vidt?”*
- Kl. 12.00 Sundhedskonsulent Helene Kirkegaard fortæller *”Små skridt til vægttab der holder”*
- Kl. 13.00 Hornslet fysioterapi fortæller *”Træning når man er kronisk syg?”*

Meget mere

Udover spændende foredrag og opvisninger byder messen på mange andre spændende aktiviteter...

- Hornslet Motionscenter holder ”åbent hus” og tilbyder prøvesessioner i spinning
- HIF Fodbold, Håndbold, Badminton og Motion byder på forskellige aktiviteter og Minisport tilbyder Legeområde for de mindste af messens gæster
- Vores lokale politikere, Ninna Thomsen og Jesper Mathiesen skal dyste på en cykel-simulator, - Hvem når først toppen af Alp´d´Huez?
- Bokseklubben byder på hårdtslående aktion
- Hornslet hallerne tilbyder sund, lækker og billig frokost til hele familien
- Kom og mød din lokale patientforening, vi får blandt andet besøg af Kræftens bekæmpelse, Hjerteforeningen, Gigtforeningen, Osteoporoseforeningen og Hjernesagen
- Ungdomsskolen indbyder til en god omgang sumobrydning
- Lokale sundhedsaktører stiller op med vejledning og prøvebehandlinger. Du kan møde Hud og fodplejeklinikken, Hornslet fysioterapi, Hornslet Outdoor sports, Rodskov gymnastik og havkajak, Hornslet Apotek, Hornslet Distriktråd, Naturmedicinsk klinik, Petanque, Syddjurs Kommunes Sundhedsteam, Ernæringsvejleder Annette Johannesen, Hornslet cykelklub og Lyd og krop.