

Månadsblad

April 2011

Aktiv
fritid
VÄSTERÅS STAD



Fiskeutflykt i maj

Söndag 15 maj ordnar fiskesektionen en fiskeutflykt för medlemmar i Aktiv Fritid. Familjen är också välkommen. Samlingsplats i Västerås kl 9. Vi åker med egna bilar till Kolbäcks-”gropen” några mil bort med inplanterad regnbåge, gädda, abborre m m. Kolbäcksgropen är trevligare än namnet säger. Det finns skärmskydd och grillplats. Möjlighet att låna kastspö och få instruktion.

Aktiv Fritid bjuder på fiskekortet som gäller för max 2 fiskar per person. Klicka [här](#) för att anmäla dig via hemsidan **senast tisdag 3 maj**. Anmäl endast de i familjen som tänker fiska. Begränsat antal. Kanske alla får plats men i första hand för de som inte var med till Kolbäcksgropen i oktober 2010.

Billigt tennisabonnemang

Aktiv Fritid har två fina utomhusbanor på Jakobsberg. Du får ej en bestämd tid i veckan. Du kan istället per telefon boka samma dag, någon eller några dagar innan du vill spela enligt ett visst system. Abonnemanget är personligt. Abonnemanget kostar för dig som medlem 250 kr. Klicka [här](#) för anmälan om abonnemang i sommar. Begränsat antal men troligen får alla medlemmar som vill, möjlighet att teckna abonnemang.

Jaktskytte på Stockkumla

För damer och herrar - även för nybörjare.

Hagelskytte på bl a lerduva: prova på 14 maj och 30 juli kl 12. Klubbmästerskap 30 juli kl 12.

Kulgevär på bl a figurer av älg: prova på 28 maj och 27 augusti kl 12. Klubbmästerskap 27 augusti kl 12.

Anmälan till ovanstående skytteaktiviteter – ring Birger Karlsson 398138.

Hälsojoggen börjar 12 maj

Delta minst 5 gånger varav minst 2 på hösten - **vinn presentkort, ett på 1000 kr, ett på 500 kr och ett på 250 kr**. Delta minst 8 gånger och vinn dessutom ett presentkort på 1000 kr, ett på 500 kr och ett på 250 kr. **Priser utlottas också varje gång.**

Vi träffas torsdagar våren 12/5, 19/5, 26/5, 9/6, 16/6. Hösten: 11/8, 18/8, 25/8, 1/9 och 8/9.

Gratis deltagande för medlemmar i Aktiv fritid Även närmaste familjen är välkommen.

Du får gemenskap o motion. Start vid parkeringen i Rocklundaskogen vid motionsspåret, innan du kommer till Villa Utsikten. Om du kommer med bil: Åk in från Arosvägen, åk under E18 och tag till vänster innan ABB Arena. Samling 17.50.

Uppvärmning till musik 18.15. Därefter gå eller jogga 2,5 km, 5 km eller 10 km. Gå gärna stavgång istället för att gå eller jogga - ett antal stavar lånas ut.

26 maj, 16 juni och två torsdagar i augusti-september får du endast stämplat för utlottning av stora presentkortet (stämplat kl 18 - 18.15). Dessa gånger blir det ingen uppvärmning till musik eller utlottning.

Friluftsliv & Kajak

21-22 maj

Mässa utomhus. Plats: kanothuset vid Björnöbron
Mässan handlar om. friluftsliv, kajak, hälsa m m
Många utställare deltar.

Se, testa, kläm och känn. Tips och goda råd.

Klicka på

<http://www7.idrottonline.se/templates/Workroom.aspx?id=47651>

för att läsa mer.

Fortsättning följer nedan

Golf

Klubbmästerskap 27 maj

Första start är 13.00 på Orresta GK. Slaggolf (par +5), en klass. Skänk gärna priser – säg till vid anmälan. Skänker alla ett pris så får alla ett pris. Startavgift 100 kr. Begränsat antal deltagare. **Bindande anmälan senast 11 maj.** Klicka [här](#) för anmälan.

RM i Golf

RM för kommunalt anställda spelas på Kalmar GK 1 - 2 september. Anmälan görs till mig Jens Persson senast 1 juni. På kvällen den 1 september är det även en bankett för alla deltagare.

För information om ovanstående golfaktiviteter - ring Jens Persson 39 10 53.

Vandraringens Cykel-Trim

Pågår till och med september. Finns för 50 kr att köpa på Turistbyrån och hos Sportson både i butiken på Hälla och på Bäckby. Består av en cykelkarta med 30 kontroller i Västerås och dess närhet inritade.

Vid varje kontroll ska fråga besvaras t ex: När restes runstenen? Visa 20 rätta svar på Aktiv Fritid´s kansli och få 50 kr tillbaks och delta i Vandraringens utlottning av bl a ett presentkort hos Sportson på 5000 kr.

Rabatt på cyklar hos Sportson

10 % rabatt på cyklar och tillbehör mot uppvisande av medlemskortet. Rabatten gäller på ordinarie priser. Gäller även på elassisterade cyklar - dock ej på Lifebike-cykeln. Bäckby Kokillgatan 7 tel 301001 och Hälla (i Siba-huset) tel 121233. Hemsida: www.sportson.se

Naturkompaniet

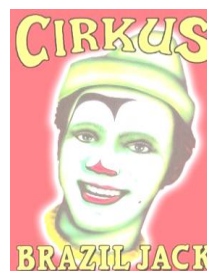
10 % rabatt på hela sortimentet mot uppvisande av medlemskortet. Gäller på ordinarie priser. Köpmangatan 6. Telefon 189980.

Squash

Squash-sektionen tränar söndagkvällar 20.00 – 21.00 på Bellevuestadion. Nybörjare och ”erfarna gamla rävar” är välkomna. Ring Bengt-Göran Aleson telefon 021 - 80 44 83 eller 070 – 579 44 83. Träningssuppehåll under sommarmånaderna. Sista träningstillfället för våren är den 31/5. Höstterminen börjar den 14/8. Välkomna.

För anmälan till korpspel under hösten ring kansliet eller Bengt-Göran.

Cirkus på Rocklunda 5 maj



Cirkus Brazil Jack erbjuder medlemmar med familjer hos Aktiv fritid rabatt till föreställningen i Västerås den 5 maj kl 19.00.

Rabatterat pris 120 kronor/biljett

Ordinarie pris: Vuxen 240 kronor, barn 2-12år 200 kronor.

För att utnyttja detta erbjudande lämnas värdekupong i cirkusens biljettkassa. För att komma till värdekupong som går att skriva ut på skrivare - klicka [här](#) .

Cirkuskassan är öppen en timme före föreställning. Kom och möt akrobater, clown, hästar, hundar!
www.cirkusbraziljack.se

Aktiv Fritids kansli finns på Mungatan 7. Telefon 39 15 23. Telefontid måndag 13-16, övriga vardagar 9-12. Lars Gustafsson tel 39 27 28. Fax 39 15 16.
Besökstid måndag 13-17, övriga vardagar 9-12.30 Hemsida: www.aktivfritid.org