



## Fløng-Hedehusene Idræt

Fløng-Hedehusene Idræt er Byens Idrætsforening med i alt 9 afdelinger. De 9 afdelinger præsenteres på de næste sider. Har du spørgsmål – så ret endelig henvendelse til de afdelinger du og din familie ønsker oplysninger om.

---

**Velkommen til 2640  
og til FHI Idræt**

---

[www.fhidraet.dk](http://www.fhidraet.dk)

FHI har eller forsøger at have et tilbud til alle der søger idrætten.

## FODBOLD

**Fløng-Hedehusene Fodbold er den lokale fodboldklub med plads til alle.** Vi har fodbold til mange aldersgrupper fra Boldleg for de mindste (2-4 år) over ungdoms-hold til seniorhold og fodboldfitness for damer. I FHF spiller vi fodbold for at vinde og vægter også det sociale, som en holdsport kan tilbyde.

**Se mere på [fhfodbold.dk](http://fhfodbold.dk)**

## BADMINTON

Har du lyst til at spille badminton har FH-Badminton mulighed for at tilbyde timer både i Flønghallen og Hedehushallen – mandage og onsdage for seniorer. For ungdom har vi et samarbejde med Taastrup Elite Badminton, her trænes mandag og onsdag eftermiddage i Flønghallen.

**Se mere på [www.fh-badminton.dk](http://www.fh-badminton.dk).**



## BILLARD

**Billard er en sport for alle uanset alder og niveau.**

Vi deltager i både eksterne og interne turneringer og tilbyder i vores hyggelige lokale under Hedehushallen både kegle- og carambole billard.

**Kontakt:** Formand Torben Hansen – Tlf.: 24909090

**Turneringsleder/Kasserer:** Kim Hald – Tlf.: 20969642



## SENIORMOTION

**Velkommen til Seniorsmotion i Fløng**

Vi er et tilbud om at dyrke motion og socialt samvær.

Vores medlemmer er typisk voksne mennesker af begge køn, som har forladt arbejdsmarkedet. Det er vigtigt at motionere hele livet – og det skal også gerne være både sjovt og hyggeligt. Derfor er det sociale samvær højt prioriteret på alle hold.

Ud over den ugentlige motion, arrangerer festudvalget sammenkomster på tværs af alle hold.

Det koster 150 kroner årligt at være medlem. Så kan alle være med!

Se mere om de enkelte hold, og se også hvad Festudvalget står for.

**Se mere på [www.seniormotionifloeng.dk](http://www.seniormotionifloeng.dk)**



## BORDTENNIS

**Bordtennis er den mindste afdeling i Fløng-Hedehusene Idræt.**

**Så der er plads til mange flere...** Så har du lyst til at spille, så kom og prøv/se om det skulle være noget for dig, vi hygger men spiller for at vinde..!

**Spilletider:** Vi spiller fra august til juni måned, tirsdag og torsdag kl. 18.00 til 21.00

**Spillested:** Den Gamle gymnastiksal på Fløng Skole.

**Kontakt person:** Peder Helt, Mobil: 20 46 67 01

Mail: [pederhelt@gmail.com](mailto:pederhelt@gmail.com)

## KONDI

**Løb, vandring og power walk i Fløng kondi – socialt fællesskab og arrangementer.**

**Klubhus:** Fløng Byvej 24 – ved siden af svømmehallen i Fløng **Træning:** Tirsdag og torsdag kl. 18.00.

Lørdage: Hedehusgården kl. 9.00

**[www.flongkondi.dk](http://www.flongkondi.dk)**

**Facebook:** Løb i Fløng kondi åben gruppe.

**Kontakt:** [flongkondi@tunenet.dk](mailto:flongkondi@tunenet.dk) – eller tlf. 6170 1698



## SVØMNING

**FHISK er en klub, der fokuserer på at lære børn at svømme – med fokus på det sociale.**

De store talenter, som dukker op hos FHISK, kan træne målrettet hos STT som er samarbejdsklubben.

FHISK har en lang tradition som DGI-klub, og denne tradition ønskes bevaret. **Se mere på [www.fhisk.dk](http://www.fhisk.dk)**



## HÅNDBOLD

**Fløng-Hedehusene Håndbold tilbyder boldleg/ håndbold for 2 årige og opefter.**

Vi træner primært i Flønghallen og Hedehushallen. Vi lægger vægt på håndbold spillet, men afholder også fælles aktiviteter såsom landsholds-kampe på storskærm og fællestur til kamp med København Håndbold.

Flere oplysninger kan fås på vores Facebook side eller vores hjemmeside **[www.fhh90.dk](http://www.fhh90.dk)**

## GYMNASTIK

**FHI Gymnastik har gymnastik for alle med flest tilbud til børn.**

Vi træner i festsalen på Fløng skole. Der afholdes hvert år i april forårsopvisning i Fløng Hallen og alle er meget velkomne.

**Læs mere her: [www.fhigymnastik.dk](http://www.fhigymnastik.dk)**