

Stamar tú?

*Kennir tú onkran sum stamar?
Hevur tú áhuga í evninum?*

McGuire teknikkurin hevur hjálpt nógvum.

Kunnandi fundur um McGuire skeiðið fyri stamarar, verður á hesum støðum:

MBF húsið, Tórshavn
Hósdagin 6. januar 2005 kl. 19⁰⁰

Klaksvíkar Sjómannsskúli, Klaksvík
Fríggjadagin 7. januar 2005 kl. 19⁰⁰

Øll við áhuga eru hjartaliga vælkomin.

Vegna fyrireikararnar
Jóhan Páll Joensen

Stuðla tilhøvinum hava:

www.sosialurin.fo

ÓGILIDISLÝSING Mortifikatión

Fráboðað er Føroya Lívs-trygging, at niðanfyri nevndu tryggingarskjøl eru burturblivin

14-595	Edmund E.J. Joensen
14-947	Páll Martin Vestergaard
14-1041	Gutti Petersen
14-4637	Georg Suðurgarð
14-4638	Georg Suðurgarð
14-6814	Heidi Petersen
14-22633	Jónsvein Nystrøm
14-600027	Elna Debess
14-843032	Andrias Sjóvará
14-870078	Heleen Sveinbjørg Arge

Tey, ið møguliga hava nevndu tryggingarskjøl í hendi, verða biðin at prógva ognarrætt sín áðrenn 6 mánaðir eru farnir. Prógvur eingin ognarrættin, áðrenn nevndu tíðarfreist, verða skjølini søgd ógildug og nýggj tryggingarskjøl útskrivað.

Tórshavn, tann 31. desember 2004

P/F FØROYA LÍVSTRYGGING

www.sosialurin.fo

www. **Sosialurin** .fo

Skeiðini byrja aftur 10. januar 2005

AEROBIC

Mánadag	Týsdag	Mikudag	Hósdag	Fríggjadag	Leygardag
		9.30-10.30 Trimmari Anja		17.00-17.30 skið iðkan Jákup	16.00-16.55 Aerobic/Trimmari Mix
18.00-18.55 Aerobic Anja			18.00-18.55 Boxercise/menn Saranja		
19.00-19.55 Stepp/styrki Rannvá F.	19.00-19.55 Trimmari Oddvør	19.00-19.55 Stepp/styrki Rannvá F.	19.00-19.55 Trim/Pilates Tórhalla		
20.00-20.45 Pilates Elsa Maria	20.00-20.55 Boxercise Saranja		20.00-20.55 Boxercise Ruth		

SPINNING

Mánadag	Týsdag	Mikudag	Hósdag	Fríggjadag	Leygardag
					15.00-16.00 Spinn/Trimm Mix
17.15-18.15 Spinn/Trimm Oluva	17.00-18.00 Spinn/Trimm Ingrid		17.15-18.15 Spinn/Trimm Oluva		
		18.00-19.00 Spinning Tórhalla			
19.00-20.00 Spinning Ann					

BALLET

Mánadag	Týsdag	Mikudag	Hósdag	Fríggjadag	Leygardag
	16.00-16.55 6-7 ár Ballet Gyða	16.00-16.55 12-13 ár Funky Hip Hop Gunn	16.00-16.55 8-14 ár Klassisk Ballet Marlin	16.00-17.15 15 og eldri klassisk Ballet Marlin	
16.45-17.45 10-11 ár Funky Hip Hop Gunn		17.00-17.55 14-15 ár Funky Hip Hop Rannvá Ø.			
	18.00-18.55 14 og eldri Funky Jazz Katya	18.00-18.55 16 og eldri Funky Hip Hop Rannvá Ø.			

TEL 311 311 • FAX 322 411 • YNDI@YNDI.FO • WWW.YNDI.FO

Bilur til sølu

Berlingo Multi Space Clim 1,6 Van

- Við tónaðum rútum
- Árg. August 2003
- Koyrt 8.700 km.

Selist fyri
110.000,- v/mvg.

Sp/f summardáin
Tlf. 229638 ella 457218

Internet Sosialur in

www.sosialurin.fo