



Trim – Årsprogram 2019

Vi går/løber - mandag – onsdag – lørdag

Mandag: kl. 16:30 - gå/løbe – kl. 17:30 Løb m. Linda

Onsdag: kl. 16:30 - gå/løbe – kl. 17:30 Løb m. Linda

Lørdag: kl. 07:30 - gående - kl. 08:00 Løb

Søndag: kl. 10:00 - Søndagsfodbold



Lørdag morgen er der morgenkaffe efter motionen, for dem der har lyst.

Januar:

06. Nytårsmarch

14. Besøg af Julie Fauerholt Pedersen

Løbekonsulent i DGI - Nytårsløjer

Februar:

09. Afdelingsgeneralforsamling ca. kl. 9:00

11. Middag



Marts:

09. Kursus i løbestil/løbeteknik

11. Middag

27. Red Liv med Hjerteforeningen

April:

08. Middag

14. Cykeltur til

Glavendrupstenen

Maj:

12. Cykeltur Korup Halvmarathon

13. Middag

27. Ladywalk

30. Eventyrløb

DGI kursus - Hvordan bruger vi vores nye Fitnessmaskiner udenfor?

Nærmere info senere

Juni:

12. Grillaften

28-30. Hærvejsmarch



Juli:

Vi går og løber, men ingen aktiviteter derudover.

August:

18. Ø-Tur – Svelmø, se info i Bøllebladet, Skallebølle Portalen & FB

September:

09. Middag

Oktober:

14. Middag

November:

11. Middag

29. Julefrokost

December:

09. Gløgg og æbleskiver

2020:

05. Januar - Nytårsmarch

Ret til ændringer forbeholdes.

Velkommen til Trim