

MOTION i dagtimerne

IDRÆT OG MOTION FOR ALLE

1. årgang – 3. udgave

August 2019

Nyhedsbrev

MOTION i Dagtimerne

Ny Billeshavevej 1, Strib

5500 Middelfart

Tlf.: 40 335 336

E-mail: info@motionid.dk

WWW : motionid.dk

Sæson 2019 / 2020 er lige om hjørnet

Nu er det tid til at tage gode beslutninger

Hvert år ved denne tid er mange mennesker i gang med at overveje, hvilke aktiviteter de skal bruge tid på i det kommende vinterhalvår.

Vi der arbejder frivilligt i MOTION i Dagtimerne håber meget, at rigtig mange vil beslutte sig til at dyrke motion i vores forening, og, at vi kan fortsætte det gode samarbejde, der er kernen i vores succes.

Vi starter tirsdag den 3. september 2019

MOTION i Dagtimerne er på knap seks år vokset fra ingenting til nu at have ca. 200 medlemmer og flere end 25 forskellige aktiviteter - og vi vokser stadig.

Vi har ikke ambitioner om at blive kæmpestor, men om at vokse i takt med det behov og de muligheder, der viser sig med tiden. Vi vil fortsat gerne være med til at få flere, der ikke pt. er motionsaktive, i gang med at dyrke motion, og vi vil gerne tilbyde vores fantastiske faciliteter i Strib Fritids- og Aktivitetscenter til alle, der har mulighed for at dyrke motion i dagtimerne.

Derfor skal vores opfordring lyde: "Tag din partner, ven, nabo, familiemedlem, eller hvem du nu synes, kan have gavn af vores tilbud om fysisk træning og socialt samvær, under armen og kom til en uforpligtende snak en tirsdag eller torsdag formiddag".

Vi viser gerne rundt, fortæller om vores tilbud, og besvarer alle spørgsmål, der må komme.

Nye interesserede kan deltage gratis tre gange, før de melder sig ind og betaler kontingent.

Se programmet på motionid.dk eller få et trykt eksemplar i SFA.

Indhold:

Tid til gode beslutninger	1
Kontingent	2
Tilbageblik på sommeren	2
Den nye sæson	2
Stabile sponsorer	2



Motion er en medicin, der kan behandle flere sygdomme på samme tid – og uden bivirkninger, hvis vi følger den anbefalede dosis.

Kontingent

Det er fortsat meget billigt at være medlem hos MOTION i Dagtimerne, og du har stadig mulighed for at spare kr. 100,- hvis du vælger at betale for en hel sæson på én gang.

Vi vil sætte stor pris på, at du betaler kontingent via vores hjemmeside, og du skal blot gå ind på www.motionid.dk, klik på "Bliv medlem" og klik på "Tilmeld" længere nede på siden. Det er vigtigt, at du følger vejledningen på siden.

Et lille tilbageblik på sommeren

Vores forsøg med at lave sommeraktiviteter blev en succes! Ud af seks forskellige aktiviteter blev de fire gennemført og det synes vi er rigtig flot. Udendørs Step, Yogabaseret udstrækning, Cykling og Lillebæltsvandring, og ja, vandring er faktisk stadig i gang.

Tusind tak til de frivillige, der påtog sig opgaverne med at stå for alt det praktiske. I det omfang det har været muligt, har vi lagt billeder derfra på vores Facebookside. Har du ikke besøgt dén endnu, vil vi gerne opfordre dig til det, og til at dele den, så vi kan få flere gjort opmærksomme på MOTION i Dagtimerne.

Og et kig ind i den nye sæson

Der er meget at glæde sig til i den kommende sæson. Mindst én ny aktivitet kommer til i efteråret - Pickleball. Den 24. september kommer Stine fra DGI og introducerer det nye spil for os, og vi håber, at mange får lyst til at prøve det af. Pickleball er et spil der ligner tennis, lyder som bordtennis og spilles på en badmintonbane. Kom og prøv det!

Når det er tid til en pause og det sociale samvær skal dyrkes, er der fremover mulighed for at købe en kop kaffe/te og en bolle med smør til i alt kr. 25,- i cafeteriet.

Ved fællesspisningerne vil der fremover blive tilbudt en varm ret bestående af god gammeldags dansk mad lavet i eget køkken. Prisen er kr. 55,- pr. person. Det vil være en ny ret hver måned, og der vil fortsat være mulighed for smørrebrød.

Stabile sponsorer

MOTION i Dagtimerne ville ikke kunne tilbyde det vi kan, hvis ikke vi havde nogle gode sponsorer. Og vi er rigtig glade for, at nogle vælger at støtte os år efter år.

Igen i år har Middelfart Sparekasse i Strib sagt ja tak til at være sponsor for beklædning til alle vores frivillige hjælpere. Udover at gøre det behageligt for vores frivillige, er det også med til at gøre dem synlige i de røde trøjer med vores logo på.

Det er også lykkedes endnu engang at opnå tilskud fra Nordea Fonden, der har bevilliget penge til en ny romaskine. Dermed har vi nu seks romaskiner, og vi vil gerne skaffe endnu flere, så vi kan fortsætte med at tilbyde rospinning i fremtiden. Kender du en, der gerne vil være sponsor, så giv os et praj.

