



SOMMERAKTIVITETER VI TRÆNER I MASKINER

TRÆNING I M-I-D I SOMMERPERIODEN 2020

- Vi træner i Hal 1 i Strib Fritids- og Aktivitetscenter
- Der er 7 romaskiner
- Der er en motionscykel
- Det er for M og K på samme tid
- Vi træner sammen men med afstand
- Vi hjælper hinanden med at overholde regler og retningslinjer vedr. Covid-19
- Der kan højst være 8 deltagere ad gangen, og det er derfor vigtigt, at du tilmelder dig på motionid.dk under Aktiviteter

TRÆNING I MASKINER

Fra den 23. juni 2020
træner vi i
romaskiner og på
motionscykel

**Max 8 deltagere ad
gangen**

Mænd og kvinder

Instruktører:

**Bente Svejgaard
Jens Vinther
Kitte Brodal
Poul Kamp**

MOTION I DAGTIMERNE

Ny Billeshavevej 1, Strib
5500 Middelfart

Tlf. : 40 335 336
E-mail: info@motionid.dk
www.motionid.dk