

MOTION i dagtimerne

IDRÆT OG MOTION FOR ALLE

3. årgang – 9. udgave

August 2021

Nyhedsbrev

Ny sæson 2021 – 2022 med alt godt

Vi glæder os til en ny sæson, hvor alt igen er muligt!

Ja vi gør!

Når vi mødes igen til motion og hyggeligt samvær, fra torsdag den 2. september 2021, bliver det med en helt ny fornemmelse af frihed til at kunne gøre alt det, vi så gerne vil, når vi mødes.

Når det er sagt, vil vi naturligvis fortsat have fokus på hygiejne og behørig afstand til hinanden, og vi prioriterer højt, at det skal være trygt og rart at være medlem af MOTION i Dagtimerne.

Vi er meget tilfredse trods de svære betingelser

Det har været en forsommer med begrænset deltagertal, men vi har alligevel været 40-50 personer til indendørs træning hver gang til og med juli måned – i juli dog kun om tirsdagen. Og ved sommerafslutningen, der var et grillarrangement med levende musik den 27. juli, var vi hele 40 deltagere – det er vi meget tilfredse med. Tusind tak for god opbakning.

Udendørs motion har også været en succes

Hold Hjernen Frisk har haft rigtig fin tilslutning hele forsommeren og Huskeholdet har også haft stor succes med udendørs træning.

Lidt udfordringer har der dog været – men vi har klaret dem

Vi er blevet udfordret lidt med hensyn til instruktører, da Dorte har valgt at ophøre med Step og Lisbeth med Yogabaseret udstrækning. Begge instruktører har bidraget enormt til vores succes med de to aktiviteter, og vi vil komme til at savne dem i den nye sæson.

Intet er dog så umuligt, at der ikke kan findes løsninger, og vi tager hatten af for alle de positive medlemmer, der har bidraget til at holde de to aktiviteter i gang lidt på skift. Tusind tak for det!

Små forandringer indendørs i den nye sæson

Som det vil fremgå af den nye aktivitetsoversigt og tilmeldingsblokkene på motionid.dk, vil der fremover være SMART Training fra kl. 8.30-9.30 om torsdagen med start den 16. september. Step kl. 9.30-10.00 tirsdag og torsdag, starter torsdag den 2. september, og ét hold med Yogabaseret udstrækning om torsdagen kl. 10-11 starter ligeledes torsdag den 2. september. Alle øvrige tider for aktiviteterne er uændrede.

MOTION i Dagtimerne

Ny Billeshavevej 1, Strib
5500 Middelfart

Tlf.: 40 335 336

E-mail: info@motionid.dk

WWW: motionid.dk

Indhold Side

Vi glæder os til en nye sæson . . . 1	
Vi er meget tilfredse 1	
Små forandringer indendørs . . 1	
Udendørs startdatoer 2	
Fællesskabet og det sociale . . 2	
Generalforsamling 2	
Nye muligheder udendørs . . . 2	
Kontingent og tilmelding 2	
Husk nøglebrikken 2	



Vi værdsætter:

- Indendørs motion
- Udendørs motion
- Fællesskab
- Socialt samvær
- Fællesspisninger

TIRSDAG		TORS DAG	
KL.	INDHOLD	KL.	INDHOLD
8.30	UDENDØRS TRÆNING	8.30	SMART TRAINING
9.30	STEP	9.30	SMART TRAINING
10.00	YOGABASERET UDSTRÆKNING	10.00	YOGABASERET UDSTRÆKNING
11.00	YOGABASERET UDSTRÆKNING	11.00	YOGABASERET UDSTRÆKNING
12.00	YOGABASERET UDSTRÆKNING	12.00	YOGABASERET UDSTRÆKNING

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

Jytte Skovlund har takket ja til instruktøropgaven i Yogabaseret udstrækning, og det er vi rigtig glade for.

Vi har aftalt, at Step indtil videre køres med fælles hjælp af garvede deltagere fra holdet, og dukker der en person op, som vil påtage sig at være fast instruktør, så tager vi en snak om det.

Udendørs start for Hold Hjernen Frisk og Huskeholdet

Huskeholdet starter torsdag den 2. september kl. 11 i Staurby Skov og Hold Hjernen Frisk starter mandag den 6. september kl. 10.00 samme sted.

Fællesskabet, det sociale samvær og de gode grin

Vi glæder os til at se alle vores fantastiske frivillige hjælpere og gode medlemmer igen, og håber, at I har lyst og er trygge nok til at møde frem, når vi starter op. Vi skal have det sjovt med motion som tidligere.

Generalforsamling den 28. september kl. 13.00

Som tidligere annonceret er vores generalforsamling udsat, og nu skal den afholdes. Det bliver, som tidligere år, i forlængelse af vores fællesspisning, og vi ser frem til en stor tilslutning. Der skal i år vælges to nye medlemmer til bestyrelsen, en kasserer og et menigt medlem. Bestyrelsen har fundet mulige kandidater til begge poster, og andre er selvfølgelig velkomne med forslag.

Nye muligheder for udendørs motion ved SFA

Vi har fået tilladelsen og afventer nu, at en entreprenør skal gå i gang med etableringen af vores nye udendørs multibane og motionsområde ved SFA. Vi glæder os til at tilbyde mange af vores aktiviteter under åben himmel og give helt nye oplevelser til dem, der har lyst til det. Vi forventer at være klar med etape 1 i løbet af september – start oktober.

Kontingent og tilmelding til hold

Kontingent for efteråret eller for hele sæsonen kan betales nu.

Husk at der er kr. 100, - at spare ved at betale for en hel sæson på en gang.

Som skrevet herover håber vi, at rigtig mange er klar igen til at fortsætte som aktive medlemmer og få glæde af de mange aktiviteter i MOTION i Dagtimerne, og at flere nye vil komme til. Når du har betalt kontingent for efteråret eller hele sæson 2021 - 2022, har du mulighed for at deltage i alle vores aktiviteter. Prøvemedlemmer kan deltage gratis 3 gange.

Kontingent betales via vores hjemmeside: motionid.dk.

Har du brug for hjælp til det, så kontakt Lars fra bestyrelsen.

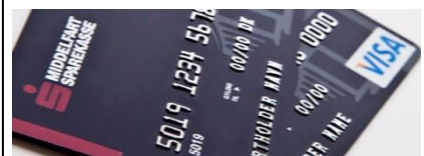
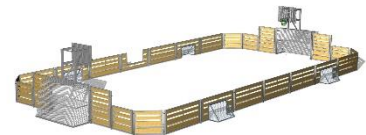
Tak fordi du vælger MOTION i Dagtimerne.

Meddel venligst ændringer i dine kontaktoplysninger

Send gerne besked til info@motionid.dk eller via vores hjemmeside motionid.dk, når du får ny adresse, nyt tlf.nr. eller e-mailadresse. Derved kan vi sikre, at du får al den information og de invitationer, vi sender ud.

Husk venligst at scanne nøglebrikken, når du ankommer

Vores adgangssystem er stadig meget vigtigt. Husk derfor at scanne din nøglebrik, hver gang du ankommer til motion.



MobilePay

