

Stouby løber 2012



Nu starter vi igen op med fælles løbetræning, frem til Stouby-løbet

Opstart: mandag d. 2. april kl. 17.00 fra Stouby multihus.

Herefter mødes vi hver mandag kl. 17:00, samme sted

Vores instruktører har i løbet af vinteren været på løbeinstruktør kursus og kan nu tilbyde grundig vejledning og guidning i kunsten at løbe.

Alle kan deltage - gamle og unge - tykke og smalle - øvede og nybegyndere

Kom og løb med!

Har du en nøglebrik til motionscentret?

Det sker af og til at medlemmerne ikke kan komme ind i motionscentret.

Det kan være fordi nøglebrikken ikke virker.

Det kan skyldes manglende opdatering!

For at opdatere nøglebrikken skal du én gang imellem holde nøglebrikken på magneten nede ved hoveddøren til Multihuset. Nøglebrikken skal holdes på indtil lyset lyser grønt, så virker nøglebrikken igen; o)

Oplever du fortsat problemer er du velkommen til at sende en mail. info@stoubymotion.dk

Motionslokalet er åbent for medlemmer

alle ugens 7 dage fra kl. 5 til kl. 23.

Nyt fra Indoor Cycling

Vi har haft den store fornøjelse, at flere har taget imod vores tilbud om en intro time til Indoor Cycling, og en del er nu faste deltagere i vores timer.

Gik du glip af dette tilbud, så fortvivl ikke. Har du lyst til at prøve en uforpligtende time i Indoor Cycling, så kan vi sagtens finde ud af det – højst sandsynligt på vores Cycling 1 torsdagshold fra kl. 17-18

Skriv en mail til cycling@stoubymotion.dk, så finder vi ud af noget.