



Så er vi klar til en ny sæson

Fælles standerhejsning tirsdag den 2. april, kl.17.30.

Vi starter med en let gang motion og efterfølgende hygger vi os med lidt dejlig varm suppe.

Har du lyst til bare at komme forbi og se om Godthåb Trim er noget for dig, er du også meget velkommen.

Vi ses i Ridemandsmølle.

Løb

Igen i år har vi et hold, der passer til dig. Så hvis du vil op af sofaen og dyrke motion i stedet, eller er du allerede i form, kort og godt:

Vi er klar med et hold til dig.

Træning tirsdage og torsdage kl.17.30.

Cykling

I år har vi både MTB og landevej i sommerhalvåret. Så det bliver svært at finde en undskyldning for ikke at komme i gang med at cykle i Godthåb Trim.

Se træningstider på hjemmesiden.

Cirkeltræning

Cirkeltræning fortsætter i foråret, så der er fortsat mulighed for at få pulsen helt op.

Se træningstider på hjemmesiden.

Se mere på www.godtrim.dk og





Peter Pedal

Kom og vind 1 cykel! Fra onsdag den 17. april og de efterfølgende 9 onsdage cykler vi igen Peter Pedal.

Husk, jo flere gange du er med, jo større chance har du for at vinde 1 ny cykel til en værdi af kr. 3.500.

Det koster kr. 10,00 pr. gang og for hver gang du deltager får du et lod. Du kan i alt få 10 lodder i den afsluttende lodtrækning om 1 ny cykel.

Kanon mulighed for at få dyrket motion i dit helt eget tempo. Så tag familien med på en hyggelig cykeltur.

Tidspunkt: Onsdage kl. 17.30 fra Ridemandsmølle.
Første gang onsdag den 17. april.
Lodtrækning onsdag den 19. juni.

Kontingent 2013: Helår kr. 200, halvår kr. 150.
Kontingent for en hel husstand kan ikke overstige kr. 400 om året.
Kontingentet dækker både løb og cykling.
Cirkeltræning og øvrige aktiviteter betales efter fastsatte takster.

Se mere på www.godtrim.dk og

