Medlemsinfo

Vecko brev
V.39 2022

Medlemsinfo via mejl.

Önskemål om att få medlemsbrevet via mejl kommer snart att infrias.
Arbete pågår med att ta fram en mobilanpassad layout och vi har en ambition att komma ut med första nyhetsbrevet fredag 7 oktober. Vid första utskicket kommer du enkelt kunna anmäla om du inte vill ha dessa brev.



Energieffektiviseringsarbete pågår

I tider då priset för el stiger försöker vi energieffektivisera våra anläggningar så mycket det går.
Vår ambition är att behålla bastun för allas bekvämlighet. Samtidigt anstränger vi oss lite extra för att stänga ner den då den inte används.
Be receptionen sätta igång bastun om du vill basta efter din träning. Då hettar vi upp den medan du tränar, så att det är varmt när du är klar.



Tema – Spin distans BACKE

Måndagar kl.19.15 i Kyrkbyn fram till vecka 44.
Ett distanspass där det går uppför!
Att cykla uppför Mont Ventoux är en återkommande etapp i Tour de France.
Tillsammans med fransk musik i olika stilar, och backen på bildskärmen, tar vi oss upp till toppen.
Passet är 90 minuter inklusive uppvärmning och nedvarvning. Varmt välkommen!



Vi ses på träningsgolvet!