

Kolding Motion

Nyt fra DIN løbeklub Kolding Motion

Kære KM'ere.

Oktober 2022.

Den mørke tid er kommet.

Vintertiden banker på i weekenden, og på mandag løber vi alle med refleksveste eller jakker, som giver synlighed.

Mangler du en vest, så tag fat i Lene F. inden vi løber. Hun sælger dem til 55 kroner stykket.

Yoga er rykket indendørs.

Vores ihærdige yoga-træner Susanne har flyttet træningen til klublokalet. Der er "dækket op" med måtter og gode instruktioner hver mandag og onsdag klokken 16.30. og HUSK – det koster 0 kroner.

Du er som medlem velkommen til at deltage. Men pas på – det er stærkt vanedannende.

Fitness i Pro.

Kolding Motion har en aftale med Pro Republic på Vejlevej i Kolding. Læs mere om den på hjemmesiden under Links.

Eller [tryk her](#).

Sportslig hilsen

Bestyrelsen Kolding Motion.

Jan Lundsgaard.