

## Kolding Motion

### Nyt fra DIN løbeklub Kolding Motion

Kære KM'ere.

Juni 2023.

#### Sommer er kommet med sol, varme - og klubfest.

Vi fik en skøn lørdag med sjov under løbeturen og pandekager med tilbehør i haven bagefter. Vejret kan vi ikke klage over, og festhumøret var bare i top. Tak til alle, der tog del i løjerne.

#### Næste fest er vores julefrokost.

Er der nogen af jer, som har gode ideer, eller bare har lyst til at være en del af Festudvalget? Så tag fat i Jørgen P på [kasserer@koldingmotion.dk](mailto:kasserer@koldingmotion.dk); han er bestyrelsens ankermand på opgaven. Der er allerede et par stykker, der gerne vil give et bidrag, OG der er plads til flere - kom frisk!

#### Kolding Half.

Tak til alle jer, som var med til at gøre vores deltagelse i Kolding Half til en stor og minderig dag i Kolding Motion.

Fedt at se de mange pink-farvede trøjer og vores nye pavillon være synlige på havnen. Vejret var med os, og det har bekræftet os i, at "Samling omkring løb" er en fantastisk aktivitet.

#### Fortæl om Kolding Motion.

Vi har trykt postkort, som fortæller om vores forening. Vil DU hjælpe med til at dele den gode historie? Så tag nogle stykker – de ligger i Siverummet på kortkommoden – og del dem ud til løbeinteresserede. Et nyt medlem er en mere til at løbe i flok.

#### Intervaltræning?

Husk det er på Sportsanlægget i Seest, hver onsdag klokken 17. Mads Nygaard er klar til at inspirere jer til at I giver den gas.

#### Lørdagsbuffet.

Det er den første lørdag i måneden; næste gang er **den 1. juli**. Det er stadig gratis for klubbens medlemmer; kræver blot at du kommer omklædt efter træningen.

#### Har du en ide til en aktivitet om lørdagen?

Noget andet end de lange løbeture fra Bøgelund? Løb på en anderledes måde, hvor vi alle kan være med – uanset hastighed og distance. Så tag fat i Henrik, en af vores suppleanter i bestyrelsen. Fang ham på 2224 3949.

#### Mangler du løbetøj? Så kig ind på Y-design og se de gode tilbud til KM-priser.

Du finder vores [indkøbsside her](#).

#### **HUSK. Kolding Motion er en forening, med frivillige indsatser på masser af områder.**

Tag positivt imod de tilbud, som KM giver til dig som medlem.

Kan du ikke deltage i et arrangement, så kommer der noget andet, der passer til dig.

Alle, der er frivillige, lever af den glæde og begejstring, som modtagerne viser for deres indsats.

Sportslig hilsen  
Bestyrelsen Kolding Motion.  
Jan Lundsgaard.