

Kolding Motion

Nyt fra DIN løbeklub Kolding Motion

Kære KM'ere.

November 2023.

Den årlige julefrokost blev en succes – fyldt med god stemning, masser af glade mennesker og i tilgift god mad og drikke.

Festudvalget overraskede med Line-dance, så der var mulighed for at få gang i bentøjet.

Julehygge med gløgg og æbleskiver.

Vi holder fast traditionen med samling efter en løbetur. Dato og tid kommer, når detaljerne er på plads.

OK-aftale.

Der er startet stille op og vi har pt. 7 aktive kort. For hver liter brændstof du tanker, giver OK 5 øre til Kolding Motion.

Bruger du OK-app'en, giver OK 10 ører pr liter. Hvis du ikke er tilmeldt og gerne vil bidrage - så tag fat i Jette Larsen fra bestyrelsen.

Kursus i Hjertestarter.

Vi planlægger et eller flere kurser i starten af det nye år.

Har du lyst til at blive dus med vores Hjertestarter, eller skal du have genopfrisket din viden?

Så er du velkommen – vi giver besked, når datoer er på plads.

Nye løberuter – vil du tegne en?

Verden står ikke stille, og vi vil gerne have inspiration til nye løberuter.

På vores hjemmeside er der genvej til et tegneværktøj, hvor du kan lave en rute.

Du kan også se det under "Træning & Træningsprogrammer".

Hvis du opretter en konto, kan du gemme din rute og derefter sende linket til Løbsudvalget.

Så tegner de ruten færdig og får den trykt.

Væske på lørdagsturen.

Året er ved at rinde ud, og snart skal vi fordele opgaven med udsætning af væske i 2024.

Det er en fælles opgave, som alle kan byde ind på. 😊

Det gavner både dig og dine klubkammerater, uanset om du løber langt eller korter lørdagsturen af.

Hvis du er i tvivl om, hvad det indebærer, så tag fat i en af os fra bestyrelsen eller en af dine klubkammerater.

Skiftetid i bestyrelse og udvalg.

Den 26. februar 2024 er der generalforsamling. Der vil være ledige stole i både bestyrelsen og udvalg.

Vi har øjne og ører åbne for at spotte aktive KM'ere, der kan være med til at holde dampen oppe i klubben.

Vi arbejder efter det gode danske foreningsprincip – frivillighed til fælles bedste.

Har du lyst og energi til at give nogle timer hen over året? Så ræk ud til én i bestyrelsen og hør, hvilke opgaver der venter.

Måske har DU netop de kompetencer, vi mangler.

LørdagsBuffet.

Husk der er buffet lørdag den 2. december efter løbeturen. Kom omklædt og hyg dig med klubkammeraterne.

Sportslig hilsen

Bestyrelsen Kolding Motion.

Jan Lundsgaard