



Vi kör julaftonsträning/mys i hallen den 24 december, 08:00-10:00!

Vi bjuder på pepparkakor, glögg och saft och kanske... en liten julklapp.

- 06:00-08:00 - *Träning på banorna för dem som vill cykla*
- 08:00 - *Yoga med Maria/Anna-Karin*
- 08:00-10:00 - *Egen träning på banorna, styrkehörnet, höjdhoppsmattor, längdgroppar etc.*

Inbjudna är styrelsen, tränare, aktiva i alla åldrar, föräldrar och syskon.

Det är bara skönt att få lite motion före julmaten och julgodiset!

Varmt välkomna!

