

Medlemsinfo 5 juni 2017

Sommarträning utomhus

Vår uteträning har kört igång på några av våra orter och framöver startar de andra upp efterhand. På hemsidan finns alla orter, dagar och tider där du kan träna med oss utomhus gratis under sommaren.

Vi inviger uteträningen på CIP (Centrala idrottsplatsen i Lund) **måndag 12 juni kl 18:30** med passet **Tillsammans** där ett gäng ledare från Lund och Lomma bjuder in till härlig rörelseglädje och energi i ett 60 minuters långt jympapass!

Sommarperiod i schemat

From måndag 26 juni går vi över till sommarschema i Friskishuset vilket innebär att en del pass vilar, en del pass får ändrade tider mm. I onlineschemat på hemsidan ser du dagsaktuellt schema och kan även se vecka för vecka vad du kan välja mellan.

Öppettiderna i receptionen förändras också mellan vecka 26 – 33, se hemsidan. Slussen öppen som vanligt hela sommaren för träning i gymmet med undantag för midsommarhelgen då vi stänger 18:00 på midsommarafton (fredag 23/6).

Friskispodden

Inspiration, tips och fördjupning. I Friskispodden kan du lyssna på sköna samtal om träning i allmänhet och Friskis&Svettis i synnerhet. Du hittar podden bla i Itunes och på andra ställe där du hittar poddar.

Höststart

Höstschemat i Friskishuset startar måndag 21 augusti
Höstschemat i skollokalerna startar måndag 28 augusti.

Vi önskar dig en riktigt skön sommar!

