

## Medlemsinfo 9 oktober 2017

### Vi rekryterar gruppträningsledare

**Söndag 22 oktober** är det dags för höstens rekryteringsdag för gruppträningsledare. Du som skulle vilja vara den där som leder, peppar, puschar och inspirerar andra är varmt välkommen att testa hur det känns att stå där i mitten. Kontakta träningsansvarig Jeanette Hellberg för att få veta mer om hur det går till, vad som händer om du blir antagen mm.

Vi söker gruppträningsledare till vår verksamhet i skollokalerna och i Friskishuset, mer detaljer om i vilka träningsformer får du av Jeanette.

*jeanette@lund.friskissvettis.se*

### Vi rekryterar gymtränare

Känner du dig hemma i gymmiljön och har bra teknik? Gillar du liv & rörelse och mötet mellan människor i både små och stora grupper? Kan du inspirera, entusiasmera och förmedla träningsglädje? Vi söker dig som vill utbilda dig till gymtränare och bli en del i vårt gymgäng. Kontakta träningsansvarig Jeanette Hellberg för att få veta mer om hur det går till mm.

*jeanette@lund.friskissvettis.se*

### Yoga of Hope

**Lördag 18 november** anordnas Yoga of Hope för att samla in pengar till kampen mot barncancer. Vi på Friskis Lund vill förstås gärna vara med och bidra och erbjuder därför fem olika yogapass under dagen.

Vill du vara med?

Läs mer på hemsidan om tider, vilken sorts yogapass du kan välja mellan och hur du anmäler dig mm.

### Vandringar med friluftsgruppen

Vår aktiva Friluftsgrupp bjuder in till flera härliga vandringar under hösten där du är varmt välkommen att följa med!

Nästa sköna runda går av stapeln **lördag 21 oktober** och blir en 13 km lång tur i Kävlinge med omnejd.

Läs mer på hemsidan under "nyheter" alternativt under fliken träningen där du hittar Friluftsgruppens egen sida med alla höstens vandringar.