

Nyhedsbrev udsendt 30. januar 2022



Bortfald af corona restriktionerne

Fra 1. februar bortfalder corona-restriktionerne. Det gælder naturligvis også i fitness. Holdtræningen med TorsdagsSenior, TRX, Indoor Cycling og Kettlebell begynder igen straks efter 1. februar. Se nærmere om tidspunkter og tilmelding under de enkelte [aktiviteter på hjemmesiden](#).

Som overalt i samfundet anbefales det stadig at have stor fokus på hygiejne og afspritning. Vi har derfor gjort vores sprit-stationer permanente. Brug sprit-stationerne og husk de kendte råd om afstand og hensyn. Husk at medlemmet ved siden af dig måske har grunde til at være ekstra forsigtig.

Tid til instruktion?

Har du behov for input til at komme videre med din fitness? Du kan aftale en snak med en af vores instruktører. Det gælder både nye og nuværende medlemmer. Skriv til [Medlemsservice](#) og lidt om dit ønske, så finder vi en instruktør til dig.

Foreningsaften 1. og 2. februar

Her kan du kikke ind og snakke med frivillige fra foreningen. Alle medlemmer og interesserede er velkomne. Kik gerne ind med forslag eller spørgsmål. [Læs mere](#).

Generalforsamling

Vi har booket fredag 25. marts til årets ordinære generalforsamling. Nærmere information og dagsorden kommer i begyndelsen af marts.

Højbjerg-Lyseng Foreningsfitness

www.hlff.dk www.hoejbjerg-lyseng-foreningsfitness.dk