

Pilates-træning

Fra og med torsdag den 8. december 2011 er der fælles træning for begge Pilates-hold. Træningen foregår stadig i Gymnastikcentret ved Idrætsparken; men tidspunktet er rykket og forlænget således der fremover trænes kl. 17.30-18.45.

Vel mødt & på gensyn
Rie og Joan

PS! Ovenstående får også indflydelse på damemotion, som fra og med samme torsdag træner fra 19.00 til 20.30.