

Nyhedsbrev oktober 2022

Efter en formidabel lækker sommer, hvor mange RTM-ér har deltaget i stævner og løb over hele landet, og ikke mindst Røde kro Løbet.

Vi fik kåret flere klubmester i løbet af sommeren:
På halvmaraton ved Aabenraa Bjergmaraton Lene & Lasse,
På 10km ved Røde kro løbet Helle & Lasse,
På 6km ved Røde kro løbet Henriette & Hans,



Vi går nu de mørke tider i møde!

Det betyder ikke at vi lægger os på sofaen! Mandagsrulleturen bliver afløst af MTB, og vi håber der er flere som har lyst til at fortsætte den succes vi har om mandagen!
Vi vil også her tilbyde flere hold, så alle kan være med.



Cross turneringen starter som sædvanligt op i oktober 30 RTM-er er på start strengen, og i år er turneringen udvidet med en afdeling, så vi får lidt mere for gebyret... Det er en super sjov/hård/social/fed vintertræning, har du aldrig prøvet det, så tøv endelig ikke med at få det prøvet af.



Juleafslutningen bliver i år en smule anderledes, dog med hygge og løb i højsædet, det er også her vi hylder vores trofaste frivillige, så mød gerne op, og vis dem din støtte.

Nærmere info tilgår.



Som altid har vi flere tiltag hen over julen!

Væk Mæ Spæk.

Champagne Galoppen som klubben arrangerer for 9 gang.

Nytårsløbet d. 1/1 kl. 13 fra Rise kirke

Det er kanon dejligt lige at få løbet den sidste julesul af sig.... !



I november starter vi op på spinning, der kommer tilmelding på Facebook.

I januar, februar, marts tilbyder vi igen Yoga, også her vil der komme tilmelding via Facebook.

I bestyrelse og udvalg arbejdes der på mange opgaver hen over året, og flere medlemmer udfører også træner, livredder, event opgaver.

Men vi kunne godt bruge et par stykker mere, så har du lyst til at være med til at forme klubben, så tøv endelig ikke med at joine os.

