

Sæsonafslutning NIMF 2020/2021



Kære alle

Så lakker det mod enden for en sæson, som vi aldrig håber gentager sig.

Det har på alle måder været en sæson, der har udfordret os alle sammen på tålmodighed, men også åbnet nye muligheder.

I den seneste (og igangværende) nedlukning har vi været rigtig glade for at kunne tilbyde online-træning på enkelte hold, nemlig Yoga v/Brit Davodi og Friske Piger "stram op" v/Inge-Lise Olsen. Vi har indtryk af, at det har været en succes, så STOR TAK både til instruktørerne, der var friske på idéen, og vores medlemmer, der bakkede op og benyttede sig af muligheden. Begge hold slutter ultimo marts.

Så snart det var muligt, startede de unge på Jump Romp v/Sille Andersen og Clara Skovbølling udendørs træning. Stormarkskolen har stillet skolegården til rådighed. Der har været god opbakning. Holdet kører april måned med, så der er lidt kompensation for den manglende træning.

Generalforsamling:

Generalforsamlingen er, jf. annoncering i dagspressen, udsat på ubestemt tid. Så snart det bliver muligt at afholde en generalforsamling, kommer der information om dato.

Forårs og sommersæsonen:

Forårs- og sommersæsonen starter op lige rundt om hjørnet med:

Naturtræning: v/Birgitte Fog Larsen. Mødested: Svingelen, Nakskov

Hold 1 start 6. april kl. 9.30

Hold 2 start 6. april kl. 11.00

Sidste træning er den 22. juni 2021.

Cykling for alle – mødested Løjtoftevej 22 (v. Sukkermuseet), Nakskov.

Der cykles mellem 20 og 30 kilometer i et tempo, hvor alle kan være med – og der er pauser undervejs.

Start 12. april 2021, kl. 18.30.

Sidste træning er den 27. september 2021.

Løbeklubben mødes ved Lienlund hver mandag og onsdag. Start kl. 17.15 for dem, der løber langt og kl. 18 for alle andre. Der er både løbehold og gå-hold.

Vil du læse mere, tjek Facebook "Løbeklubben NIMF".

Tilmelding til de forskellige hold enten på vores hjemmeside www.nimf.dk eller ved fremmøde.

Vi glæder os til at se jer 😊

Den kommende sæson:

Vi har i et stykke tid være i gang med at planlægge sæson 2021/22. Program annonceres som sædvanlig i august i Ugeavisen, på vores hjemmeside og på NIMF Facebookside.

Efterlysning trænere!

Effekt:

Vi mangler en instruktør på vores hold "Effekt" fra sæson 2021/22. På "Effekt" arbejdes der med intensiv muskeltræning for hele kroppen. Holdet er åbent for alle m/k mellem 15 og 100 år. Der lægges vægt på øvelser, der giver øget forbrænding, styrker kropsbevidsthed og holdning uden konditionstræning.

Vi kunne tænke os en instruktør med relevant baggrund, f.eks. fysioterapeut, sportsmassør eller lignende, eller også har du mange års erfaring fra lignende træning. Vi tilbyder naturligvis relevante kurser.

Børnehold:

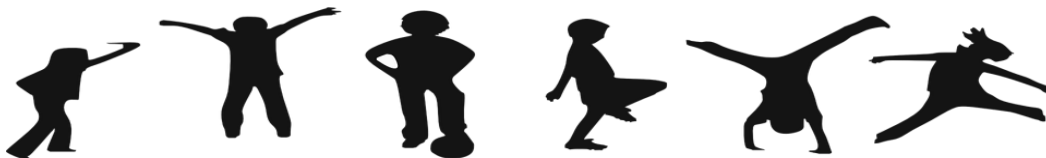
Vi kunne rigtig godt tænke os at starte flere børnehold op, f.eks. med streetfunk, hiphop eller contemporary.

Voksenhold:

Vi er friske på f.eks. ballroom-fitness eller anden sjov motion for voksne.

Har du lyst, eller kender du en, der kunne tænke sig at være instruktør, så hører vi det meget gerne.

Kontakt NIMF' formand Jonna Pedersen - Mobil: 21737153 for nærmere information.



Vi håber at se rigtig mange af jer på vores forårs-/sommerhold – og vi glæder os til at se jer igen i efteråret til en frisk start.

Tak for opbakningen og ønsket om en god sommer til alle fra NIMF bestyrelse.