



skab din egen skønne energi,
spark til endofinerne
.... og få smil på læben

i Parkhallen

efterår 2018



MOTIONSUDVALGET

Kolding september 2018

Kolding Firma Idræt indbyder hermed til

SPEED BIKE efterår 2018

*Efter vi har taget cyklerne i hallen,
er timen krydret med god musik og højt humør,
og er udfordrende uanset om du er begynder, let øvet eller øvet*

Lektioner á 50 min.

Sko: Du kan køre i dine kondisko eller cykelsko med Lock

Sæson: 22/10 - 10/12 - 2018 = 8 gange.

Pris: Kr. 220,- (for medlemmer)

Sted/tid: Parkhallen, minihallen, kl. 17,15

Tilmelding: Senest torsdag den 11/10-2018



Tlf.: 75 53 33 22

mail: kfi@koldingfirmaidraet.dk

Ring på
75 53 33 22

*Et godt nummer til motion og sjov,
tillige med kollegialt samvær*

[illegible]

A photograph of two men on stationary bikes in a gym. The man on the left is wearing a green t-shirt and black shorts, giving a thumbs up. The man on the right is wearing a black t-shirt and black shorts, smiling. A soccer goal is in the background. The text "SPEED BIKE" is overlaid in large, teal, outlined letters at the bottom.

A person is riding a speed bike, wearing a black and white racing suit and a red and white helmet. The bike is black and silver. The background is a blurred indoor setting.

SPEED BIKE



Ordet "Spinning" viser sig at
være varemærke-beskyttet,
og vi kan derfor ikke bruge
ordet mere.

I stedet har vi valgt at bruge
ordet SPEED BIKE,
som dækker det samme.

