

Træning i naturen



Ulla Bertelsen har i flere år - og med stor succes - været instruktør for det hold, der træner i naturen.

Nu er hun blevet efterløønner med mod på at give endnu flere mulighed for at træne udendørs.

Derfor har hun oprettet et begynderhold, som mødes til opvarmning ved Hou Hallen onsdag kl. 11.00 og træner i naturen til kl. 12.30.

Alle medlemmer af HOIF Fitness kan deltage.

Du er også velkommen til at møde op til en prøvetime.

10.01.2019/Tove Bjerre