

“Kirketur”

En anderledes spinningstime



Normalt tror man at spinning er højt bongomusik og masser af sved. Men så skulle i bare prøve spinningstimerne om formidagen kl. 10-11. Her har vi dejlig musik af Kim Larsen, Dr. Hook, Flemming Bamse Jørgensen og mange andre band, som har en takt, der passer til belastning og tempo.

Af og til leger vi også at vi kører ude i naturen, og så får vi endda en masse lærdom om de ting vi kører forbi.

Efter 50 minutter er en rigtig dejlig spinningstime desværre slut.

Dejlig musik har fulgt os på vejen, så vi helt glemmer, at det er vildt hårdt og livsforlængende. Til allersidst sætter det lige prikken over i'et, at få en kop kaffe og få vendt verdenssituationen.

På opfordring kan turen til de resterende kirker i oplandet måske komme på "spinningguidens" repertoire.

Se hele fortællingen med kort her