



Marathon-spinning.

Lørdag d. 2. Dec. 2017 vil der være spinningamarathon.

Kære alle spinnere - Alle os der er helt tosset med at spinne!!!
Vi starter kl 9.00 og cykler til kl. 12.00; Vi tester grundformen INDEN
julesulet for alvor sætter sig.

Det vil være juice, müslibar og andet energiholdigt under de 3 timer og
derefter er der mulighed for et bad. Det plejer at været ordentligt
hyggeligt og sjovt.... Brian, Palle og Anne trykker den af!!

Kl 13.00 er der smørrebrød og en tår at drikke hjemme hos Brian på
Tranevej i Fuglebjerg. Dette koster 80kr pr. Person – ALT inklusive! Dette
kan betales kontant eller via mobilepay: 23402955

Vi håber på en hyggelig dag og hvis man ikke ønsker at spinne denne dag,
men blot være med til en hyggelig frokost, så kan man tilmelde sig
alligevel. GØR DET !!!!



Tilmelding til spin som vi plejer på nettet,
tilmelding til frokost hos Brian senest d. 26.11.17
Kærlig spinning-hilsen fra Anne & Brian