



## Årsberetning Kom i Form

Kom i Form er kommet godt igang med god og spændende instruktion af Gretha Andersen.

Der er tilmeldt 30 personer og vi har et stabilt fremmøde på ca. 20 personer, hver onsdag fra kl. 16-17.

Den faste træning består af almindelig opvarmning, derefter arbejdes med vægte, øvelser på gulv og der afsluttes med udstrækning. Alt ledsages af god musik.

Der har været ganske få aflysninger, pga. andet arrangement i hallen.

Vi har to gange haft fornøjelse af "gæsteinstruktør", som Gretha har sørget for. Det har været sjovt og hyggeligt, at prøve noget der er lidt anderledes.

Sæsonen fortsætter april måned ud.

Med venlig hilsen

Lise Madsen