

Nyhedsbrev DECEMBER 2015 fra Randers Freja Motion

Adventsløbet

Formand Knud udtaler: "En stor tak til alle løbsdeltagere, der trodsede vejret, og gav vi andre valuta for vores arbejde. Nu "bag" kulisserne hvor der var rigtig mange i sving lige fra den tidlige morgen ved godt 8 tiden, og til de sidste slukkede lyser kort før kl. 16. Dog mangler der noget oprydning i de kommende dage. Endnu engang en meget stor tak til alle jer trofaste hjælpere for uden jer, blev der ikke noget løb."

Resultater kan ses inde på www.jerestid.dk.

Laila Sørensen skriver om Adventsløbet:

Det er første gang jeg deltager i Adventsløbet på distancen 10 km. Var lidt skeptisk pga. af bakkerne, hvilket ikke lige er min stærke side, men det gik godt og jeg var tilfreds med tiden. Vejret bød på det hele - både sol, regn og blæst (læs modvind). Det var et godt tilrettelagt løb og dejlig at slutte af med velfortjent gløgg og æbleskiver.

Julefrokost 17. december

for alle R.F.M.er afholdes torsdag d. 17. december med start kl. 19.30 (Man kan tage en løbetur fra kl. 18.00) Festudvalget har sammensat en spændende menu, der ER bestilt. Se nærmere på seddel på opslagstavlen, hvor du også tilmelder dig, men HUSK betaling ind på klubbens konto, for at være endelig tilmeldt. Festudvalget kan allerede nu løfte sløret for, at der vil komme et lille festligt indslag.

Nytårsappellen

bliver som sædvanligt den første søndag i det nye år, og datoen er d. 3. januar 2016, hvor alle nuværende medlemmer og nye mulige medlemmer er hjertelig velkomne. Dagen bliver som tidligere år: En lille "sang" af formand Knud, og derefter en lille løbetur (evt. gåtur) efterfulgt af bad/omklædning. Og så er der kaffe og rundstykker ad libitum.

Generalforsamling

Den årlige generalforsamling afholdes torsdag d. 9. februar kl. 19.30 præcis, og man kan nå en løbetur først med start kl. 18.00. Generalforsamlingens dagsorden udsendes til alle nuværende medlemmer på mail i uge 53/01, ligesom denne også vil komme på opslagstavlen.

Rita skriver om klubfesten.

Så fik vi igen afholdt vores klubfest. Det blev som sædvanlig en succes. God mad og musik. Der var "lagt op" til at der skulle være underholdning. Det var jo d.6/11 hvor det var J-DAG. Og i den anledning fik vi fremskaffet juleøl til glæde for de fleste. De blev "serveret" kl 20:59 (ca) med musik og nisser. Efter maden blev der spillet op til dans som sluttede ca kl 01. Håber alle havde en god aften.

Massage

Så prøver vi lige igen med lidt massage. Til at få løsnet op eller alm velvære. Massøren kan komme tirsdag d. 15/12 fra kl 18:30 og søndag d 20/12 fra kl 9:30. Prisen er 150 kr for 30 min. Håber der er tilslutning til dette, da det før har været godt. Der er afskærmning. Tilmelding seddel vil komme på tavlen.

P.V.: Månedens tilbud:

Som bekendt stiger porto for breve sendt som A post til 19, 00 kr. pr. 1. januar. Det er jo en meget stor stigning. Derfor, sørg for at købe nogle billige frimærker inden porto stiger.

Træningstider jul og nytår

Se julens træningstider for jul og nytår på tavlen i klubhuset og på klubbens hjemmeside.

Redaktøren ønsker alle en glædelig jul og godt løbevejr, Flemming Kloster Poulsen, 2. december 2015