

Nyhedsbrev APRIL 2015 fra Randers Freja Motion

Fladbro løbet søndag d. 3. maj.

Nyt: Klubben sørger for SANDWICH til R. F. M.'s deltagere – selvfølgelig gratis. Du tilmelder dig løbet på rød seddel og krydser af, om du vil have sandwich efter løbet. Klubben opstiller pavilloner eller det store telt alt efter deltagerantal. Er du allerede tilmeldt på rød seddel, krydser du lige af til sandwich. Husk tilmeldingsfrist senest 19.04. kl. 11.30

Hinnerup løbet torsdag d. 11. juni.

Også til dette løb er der nyt – her tilbyder vi også gratis SANDWICH til alle R. F. M.'s deltagere. Du tilmelder dig på rød seddel og krydser af, om du vil have sandwich efter løbet. I Hinnerup byder vi kun på stående taffel på torvet lige ved start-/målområdet. Husk tilmeldingsfristen d. 3. juni kl. 11.30.

Andre løb

Webmaster Thorkild har opdateret hjemmesiden med alle de små sjove løb i nærheden af Randers. Se her: <http://www.frejamotion.dk/> Vælg menuen 'medlemssider'.

Genbrugssport - har du sportstøj i overskud?

Randers Kommune vil styrke indsatsen over for idrætssvage borgere. Bl.a. ved at indsamle idrætstøj til brug for borgere, som ikke selv har midler til at anskaffe tøjet. R.F.M. bakker op om projektet. Derfor bliver der opstillet en flyttekasse i klublokalet, hvor medlemmer kan lægge deres overskudstøj til projekt Genbrugstøj. Læs mere om genbrugssport på <https://fritid.randers.dk/FrontEnd.aspx?id=133274>

Sækkevogn efterlyses

Klubbens(John's) sækkevogn er bortkommet, da den p.t. har forladt sin normale garage i containeren. Har du lånt/set den, eller er du vidende om dens ophold, giver du lige besked til John eller Knud. Sækkevognen vil helst have sin plads i R. F. M. containeren.

Hjertestarter

P.V. har ansøgning inde hos Tryk Fonden om penge til en hjertestarter og håber vi kan komme i betragtning. Indtil der kommer en afklaring, kan det oplyses, at der i nærheden af klubhuset findes 5 – 6 hjertestartere og lige efter påske, kommer der liste med adresser m.v. på disse op på opslagstavlen.

Grøn koncert i Randers 17. juli

R. F. M. har været med i en lodtrækning om ret til formidling af salg af billetter – max. 100 stk. Vi blev en af de heldige. R.F.M. skal få folk til at gå på online (gronkoncert.billetten.dk/randers) og købe deres billet – gerne flere og på siden til højre i menuen angive forening Randers Freja Motion. For hver købt billet får R.F.M. 100 kr. Købet skal foretages i april måned. Beløbet skal bruges i klubben til noget socialt.

ID-armbånd.

Her er et godt tilbud til R. F. M. medlemmer. Køb et ID-armbånd og få alle dine personlige data påført. Det er et armbånd i en ny grøn farve og du må vælge 1 stk. ekstra rem i valgfri farve. Klubbens pris til dig er KUN 125 kr. Du skriver dig på listen, og lidt senere får du en seddel, hvorpå du skal anføre dine personlige data. Når denne liste afleveres til Knud betaler du de 125 kr. Sidste frist for bestilling er torsdag d. 14. april.

En af PVs

"Da jeg på min fødselsdag forleden onsdag kørte ned til motionsklubben, var der stillet et skilt op på vejen med teksten træfældning (udtales træf-ældning). Jeg kunne ikke lade være med at spekulere. Mon der hentydes til, at onsdagssneglene er et træf for personer, hvor ældningen er startet og at jeg nu, hvor jeg blev 68, tilhørte denne gruppe? Senere på dagen var der nogle af onsdagssneglene, der gjorde mig opmærksom på, at det betød noget helt andet. Noget med at fælde træer."

*God påske med gode ture ude på ruterne mens alting springer ud
Flemming Kloster Poulsen, 1. april 2015.*