

Nyhedsbrev - September



Kommende events



Disko i svømmehallen for børn

Fredag d. 9. oktober kl. 19.00-21.00 vil der være diskoly og en masse sjove legeredskaber for børn i 3.-6. klasse. Der kan max være 50 personer, så køb billet på webshoppen eller i kiosken.

Yogaweekend d. 10.-11. oktober

Nyd en weekend med 5 forskellige yogaformer, lækker mad og mulighed for saunagus og wellness. Køb på vores webshop.



Gratis SUP Yoga åbent hus d. 30. oktober

Skriv til christina@icit.dk eller 50 86 93 00 og meld dig på enten Hold 1 kl. 16.45-17.15, Hold 2 kl. 17.30-18.00 og Hold 3 kl. 18.15-18.45.

Efterårsferie i uge 42

Vi har arrangeret et væld af aktiviteter og gode tilbud i uge 42!

Aktivitetsspas

Køb et aktivitetsspas i efterårsferien for kun 95 kr. pr. person.

Aktivitetspasset giver adgang til både svømmehal og aktiviteter i hallerne mandag til fredag i uge 42. Se de forskellige aktiviteter på vores hjemmeside.

Gratis ekstra træningshold

I løbet af efterårsferien er der arrangeret flere gratis træningshold. Holdene er for alle, og enkelte er forbeholdt jer, der ikke har medlemskab enten til fitness generelt eller til holdtræninger. Se mere om holdene på vores hjemmeside.

Gode tilbud til Padel og måling af biologisk alder

Lej Padelbanen i 1 time inkl. lån af bat og bolde (max 4 personer) – kun 125 kr. Prisen gælder mandag-fredag i efterårsferien, hvis du ringer og booker banen.

Få en vejning, der måler din fedtprocent, muskelmasse og biologiske alder og meget mere for kun 35 kr. – det er under halv pris!

Ændrede åbningstider i efterårsferien

UGE 42	SVØMMEHAL			FITNESS
	Morgen	Middag	Aften	
Lørdag		9.00-14.00		8.00-16.30
Søndag		11.00-15.00		9.00-21.00
Mandag	6.00-8.00	10.00-16.00	18.00-20.00	6.00-21.00
Tirsdag		10.00-16.00		8.00-21.00
Onsdag	6.00-8.00	10.00-16.00	18.00-20.00	6.00-21.00
Torsdag		10.00-16.00		8.00-21.00
Fredag	6.00-8.00	10.00-16.00		6.00-21.00
Lørdag		8.00-14.00		8.00-16.30
Søndag		11.00-15.00		9.00-21.00

Hold dig opdateret på vores hjemmeside www.icit.dk og følg med i hvad der sker i centeret på vores facebookside Tarm Idrætscenter.

