

Nyhedsbrev

Nyt bookingsystem – nyt login

Vi er nu overgået til det nye bookingsystem, og du skulle gerne have modtaget en mail med dine nye loginoplysninger samt link til bookingsiden. Når du logger ind på din profil kan du både booke hold og baner, se dit medlemskab og rette betalingsoplysninger, selv forny medlemskab og sætte i bero. Det er også her du finder QR-koden, som skal bruges til fremmøde i fitness og i svømmehal. I mailen, hvor du har modtaget dette nyhedsbrev er der også vedhæftet vejledning til bookingsystemet. Husk, at du altid kan kontakte os ved spørgsmål.

Nyt bookingsystem – nyt omkring hold

På alle hold, der afvikles fra 1. april og frem, vil det være nødvendigt at tilmelde sig. Det gælder både fitnesshold og hold i svømmehallen, også babysvømning og vandgymnastik. Du kan tilmelde dig hold 14 dage frem, og indtil 2 timer før holdstart kan du afmelde dig online (kl. 20.00 dagen før for Morgenbike). Efter denne afmeldingsfrist kan du stadig afmelde dig, men det koster 20 kr./1 dag eller de brugte klip. Hvis du er tilmeldt et hold og ikke møder op, så koster det 45 kr./2 dage, så det er altid en fordel af få dig meldt fra, hvis du er forhindret. Hvis du tilmelder dig et hold med venteliste, kan du selv vælge hvor længe du vil blive på ventelisten, for at øge chancerne for at komme på holdet.

Gratis barselscafé

Torsdag d. 25/4 kl. 9.30-11.30 er der barselscafé, hvor alle barslende forældre kan komme og hygge med baby. Den første times tid er der arrangeret babysalmesang, hvor Lisbeth fra Tarm Kirke kommer. Derudover fylder vi salen med forskellige lege- og sanseredskaber til baby. Der er kaffe/the til de voksne, samt massagestol. Uforpligtigende forhåndstilmelding til christina@icit.dk.

Svømmeskole 2024

Torsdag d. 28/3 kl. 12.00 åbner tilmeldingen til dette års svømmeskoler i uge 27, 28 og 32. Tilmelding via www.tarm-skjernsvoemmeklub.dk. Der er plads til 40 børn pr. uge og tilmelding er efter først til mølle.

Det naturlige åndedræt

Søndag formiddag d. 21. april vil Karin guide dig til dit naturlige åndedræt og hjælpe dig til vejrtrækningsteknikker og til at finde ro i hverdagen. Inkl. udlevering af notater og en let forfriskning. Tilmelding online.

Wellness og tøsehygge

Den 3. maj kl. 20-22.00 er der ægte tøsehygge i svømmehallen for alle piger i 5.-7. klasse. Der vil være ansigtsmasker, just dance og alkoholfrie drinks og selvfølgelig tændt boblebad og sauna. Køb billet online.

Wellness for voksne

Torsdag den 30. maj planlægger vi wellness for voksne, hvor der vil være forskellige behandlere at vælge i mellem, hyggelig stemning, tændte bobler og forskellige andre aktiviteter – og selvfølgelig rig mulighed for afslapning og hygge.

Hold dig opdateret på vores hjemmeside www.icit.dk og følg med i hvad der sker i centeret på vores facebookside [Tarm Idrætscenter](https://www.facebook.com/Tarm-Idrætscenter).

