

## Genåbning for nye deltagere "trækker ud"

Koloritten er i denne sæson startet op på forsigtig vis ved kun at tilbyde opstart på holdene med deltagerne fra sidste sæson.

Vi har længe gerne villet åbne op for de mange andre, som har forhørt sig om også at komme i gang på holdene. Men restriktionerne er blevet strammet op flere gange – og vi holder os til det sikre – og åbner endnu ikke **generelt** op.

## NYHED. Vi åbner for Træningsstart:

Dog åbner vi nu op for "Træningsstart" ved fysioterapeut for jer, som har behov for at komme i gang med træning ved redskaber i vores træningslokaler.

**TILMELDING til Træningsstart kan ske fra: Fredag 13. nov. kl. 9.00**

Læs mere: <https://aktiv.herning.dk/koloritten/traeningsstart-og-fri-traening>

Når du har tilmeldt dig "Træningsstart" kontaktes du efterfølgende pr. tlf. angående opstart og her aftales dato og forløb nærmere.

Tilbud om opstart sker i tilmeldings rækkefølge – dvs. efter "Først til mølle" princippet.

Træningsstart foregår onsdage kl. 8.30 eller 9.30 – og du går på dette hold få/flere gange afhængig af dit behov. Herefter sluses du ud på et 'Fri træningshold' på nærmere aftalt tidspunkt.

## Der er stadig åbent for tilmelding til flg. hold.

"Gå med os" mandag kl. 13.00

"Gå med os" onsdag kl. 9.30

"Gåtur i Løvbakkerne" tirsdag kl. 10.

Ved flere end 10 deltagere - deles holdene i op i mindre grupper:

Læs mere: <https://aktiv.herning.dk/koloritten/traening-krop-og-bevaegelse>

*Med venlig hilsen*

*Koloritten*

*Allis Lunde*

*Linda Nielsen*

