



Tilmelding til den nye sæson

Det går rigtig godt med træningen i SOS. I den forløbne sæson har vi været over 100 aktive deltagere på 13 hold rundt om i København - og vi har et fint samarbejde med Forebyggelses centrene på Østerbro, Nørrebro, Vesterbro og i Vanløse.

Sommertræningen foregår i år fra 18. juni til 8. august - se nærmere side 2.

Den nye sæson starter 13. august 2012 og løber til 13. januar 2013, med pause mellem jul og nytår.

Tilmeldingsskemaer vil blive udsendt til alle i begyndelsen af juli med frist for tilmelding og betaling 1. august.

Husk at nuværende deltagere på et hold har fortrinsret til at fortsætte på holdet, hvis tilmeldings- og betalingsfristen 1. august er overholdt.

Ellers vil pladsen gå til andre interesserede, da der er hold, som er meget eftertragtede.

Nyt hold på Østerbro

Der er oprettet et nyt hold på Forebyggelsescenter Østerbro med styrketræning om tirsdagen kl. 16.30 - 18.00 - og der er fortsat mulighed for ekstra hold på Østerbro mandag og onsdag kl. 20.00-21.30. I den kommende sæson vil mandagen blive tilbudt.

Farvel til Skt. Josef

Desværre har bestyrelsen set sig nødsaget til at nedlægge holdet på Skt. Josef, da det gennem flere sæsoner ikke har været muligt at samle et tilstrækkeligt antal motionister.

Vi beklager over for de deltagere, der har været glad for at træne på Skt. Josef og håber, I finder jer til rette på et af de andre hold.

Hjemmesiden i topform!

SOS' hjemmeside www.sosmotion.dk er nu ajourført takket være vores dygtige nye bestyrelsesmedlem Niels Holt. Niels er supergod til at tackle teknologien og har påtaget sig at være vores webmaster.

Fra hjemmesiden kan du sende beskeder og/eller spørgsmål til SOS' bestyrelse og instruktører - og fra den nye sæson vil man kunne ansøge direkte fra hjemmesiden om at blive tilmeldt et hold. Vi arbejder tillige på at udvide hjemmesiden med fotos og beskrivelse af instruktørerne og præsentation af bestyrelsen.

Vi er også glade for, at rigtig mange af Jer bruger vores e-mail sportogspas@hotmail.com, når I har noget på hjerte.