



JYDSKE DRAGONREGIMENT'S IDRÆTSFORENING

Kasernevej 5
7500 Holstebro

Telefon til idrætskontoret: +45 96 130 268

E-post: jdri@mil.dk
www.jdri.dk

Idrætsinformation 07/2012

08-02-2012

Til
JDRI medlemmer.

Emne:

LØBE OG SVØMMETRÆNING.

10 JAN 2012 sender JDRI et tilbud ud, om hjælp til løbe og svømmetræning.

Vi er kommet rigtig godt i gang med såvel løbetræning som svømning.

Men der er stadig plads til at du også kan være med.

Vi løber ca. 4 km. Og vi gør det i flere hold, så der vil altid være et hold hvor du kan følge med. Og har du behov for at gå lidt, så gør vi det.

Vi har flyttet start tiden. Vi løber hver:

Tirsdag kl. 14.00 og torsdag kl. 13.00

Svømning er der ingen ændringer til.

Tirsdag og torsdag fra 07.15 – 08.15 i Holstebro badeland.

Tilmeld din enhed eller individuelt på FIIN: fsu-cfihb214 eller tlf: 50 85 71 58.

Kan du ikke svømme men har lyst til at lære det, kan vi også finde ud af det.
Træningen starter op tirsdag d. 24/1 og vil køre som et forsøg i 3 mdr.

Henning Juhl

Henning Juhl

Seniorsergent

Jydske Dragonregiment Idrætsforeningen