

## Nyhedsbrev JLK oktober 2020

Efteråret er på sit højeste, dagene bliver kortere og kortere, og snart er det mørkt og koldt når vi mødes til træning. Husk derfor refleksvest og evt. en lampe til de mørke træningsaftner.

For at sikre at alle motionister både kan ses i mørket og holde varmen er klubben i gavehumør og alle medlemmer kan se frem til en lille overraskelse som kan hentes fra mandag den 26. oktober og de efterfølgende træningsdage umiddelbart før træning på hhv. Spraglehøj, Løbebanen og Baunehøjskolen.

### Begyndertræning

Som noget nyt og selvfølgelig set i lyset af situationen som hele verden er i, måtte vi udsætte forårets begyndertræning her til efteråret. Vi er rigtig glade for at det kunne lade sig gøre, og vi har budt 50 nye medlemmer velkommen til 12 ugers begyndertræning. Alle er glade, ved godt mod, og render derud af.

Afslutning af begyndertræning fejres som vanligt med fælles morgenmad for hele klubben den 28. november.

### Julefrokost

Da vi desværre ikke kan afholde Årets Julefrokost som vi plejer, men absolut ikke syntes, I skal snydes for den, vil vi i år afholde "Den virtuelle julefrokost"

Datoen er reserveret og I har jo allerede har sat kryds i kalenderen lørdag d. 14. november, så reserver eftermiddagen til hyggelig virtuel samvær lidt mad og drikke.

Nærmere INFO følger med invitationen.

### Glædelig jul

Traditionen tro ønsker vi glædelig jul med gløgg og æbleskiver torsdag d. 10. december efter træning. Afhængig af hvordan verden ser ud til den tid regner vi med at det afholdes udendørs og gløggen vil være ekstra varm i år.

### Nytårsløb

31. december arrangerer vi som noget nyt et Nytårsløb dog kun for medlemmer af klubben. Løbet har start kl. 09:00 og afholdes som Cannonball løb hvor du selv tager tid, og der vil være mulighed for at løbe 5, 10 eller 21 km og gå 5 km. Nærmere INFO følger omkring december.

Coronaen her er stadigvæk, og det vil den nok være noget tid endnu. Trods flere restriktioner og forhold der skal overholdes, er vi så glade for at vi kan holde klubben åben og komme ud at motionere. Men det er ikke helt som det plejer at være – Vi har desværre måttet annullere mange af vore planlagte arrangementer, vi må mødes 3 forskellige steder for at vi overholder grænsen på

50 personer, og vi spritter og holder afstand. Men det afholder os ikke fra at hygge og grine når vi mødes til træning, og det skal vi fortsætte med.

Skoene på og ud i det blå, det er det der skaber klub liv i JLK.