



## Ny sæson af Ørnehøj holdtræning

Efteråret banker på, og golfsæsonen lakker mod enden. Det betyder også, at vi igen kan byde Ørnehøj-holdene velkommen hos THIMMS – og vi glæder os!

Mange af jer har tidligere været med – og I ved, hvor meget det giver at holde kroppen stærk og aktiv i pausen fra banen. Træningen er målrettet golfens bevægelser og hjælper jer med at holde formen ved lige, forebygge skader og stå endnu bedre rustet, når foråret kommer.

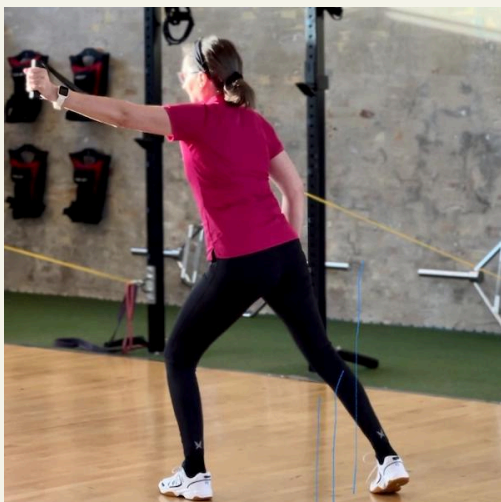
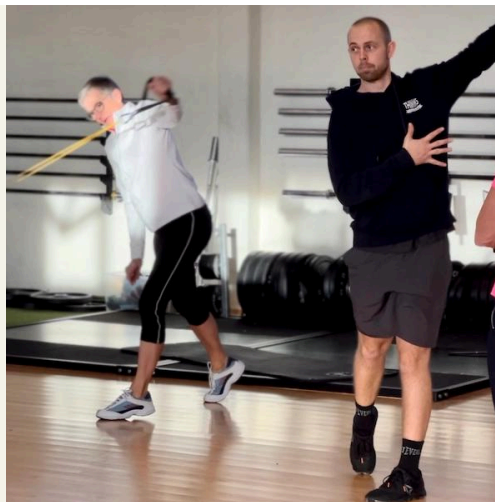
Vi er stolte af samarbejdet med Ørnehøj Golfklub, som gør det muligt at tilbyde jer de lukkede hold til en særlig pris – kun for klubbens medlemmer.

[Gå til tilmelding](#)

## Formiddag

Vi tilbyder to mixhold (både herrer og damer) fra uge 42. Maksimalt 8 pladser på dette hold. Først til mølle.

[Gå til tilmelding](#)



## Aften

Vi tilbyder to mixhold (både herrer og damer) fra uge 42. Maksimalt 8 pladser på dette hold. Først til mølle.

[Gå til tilmelding](#)

### Mixhold 1 - formiddag

Uge 42-49

Mandag og onsdag kl. 11.00-12.00

[Tilmeld](#)

### Mixhold 2 - aften

Uge 42-49

Tirsdag og torsdag kl. 17.00-18.00

[Tilmeld](#)

#### THIMMS - TRÆNING FOR LIVET

Gørtlervej 9a  
9000 Aalborg

Du får denne e-mail, fordi du har vist interesse for THIMMS - enten via vores hjemmeside eller i forbindelse med et køb.

