



Vi er glade for nu at kunne præsentere samarbejdet mellem

Thorax Århus og Århus Skiklub

Thorax Århus er et nyt 'mini' træningscenter, opstået i forbindelse med 'Spartan Mentality Crossfit'.

Hvad kan vi tilbyde?

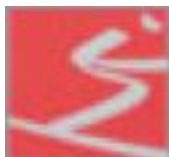
- Træning som med sikkerhed vil slå benene væk under dig!
- Et 'mini' center som byder på 3 Thorax Trainere, 3 spinning cykler og derudover alt relevant styrke udstyr, bl.a. bolde, ribber, elastikker og måtter.
- Fri adgang til træning i tidsrummet 06.00-22.00
- Fælles træning, kun for Skiklubbens medlemmer. Hver tirsdag i tidsrummet 19.00-20.00 + 20.00-21.00. Træningen vil blive ledet af Henri Ruul - tidligere professionel langrandsløber for det estiske landshold.
- Månedligt medlemskab af Thorax Århus til **kun** 150 kr./mdr. (normale medlemmer betaler 200 kr.).

Praktisk:

- Thorax Århus slår dørene op mandag d. 5. nov. Der vil her være mulighed for, komme og melde sig ind, og få en introduktion til forholdene.
- Første fælles træning for skiklubben vil være d. 6. nov.
- Indmeldelse kan ske alle dage efter kl. 15.30.

Yderligere spørgsmål kan rettes til Mie Dohn på miedohn@gmail.com

Læs mere på facebooksiderne: [århus skiklub](#) og [Thorax Århus](#)



Århus Skiklub

Thorax Århus v.

Bryggervej 14, Risskov

