



## **ÅRSBERETNING FOR HERRETRIMMEN 2016**

Hver onsdag mellom 1600 og 1900 er garderobes, dusj og badstue åpen for herretrimmere.

Deltagelsen er svært varierende, men som oftest er det mellom 5 og 10 godt voksne mannfolk, alle over 70 år.

Noen møter opp og legger i vei i lysløypa både lang og kort løype på kvelden mens andre møter opp for en god dusj med tilhørende badstue og hyggelig mannfolkprat.

Alle deltagere betaler kr 20,- for dusj og badstue.

Tor Erik Johansen  
Kontaktperson



## DAMETRIM – ÅRSRAPPORT 2016

Leder:	Arnhild Bjercke
Oppmann:	Kjellaug Halvorsen
Treningssted:	Sil-hytta Mandager fra kl 1700 - kl 1900
Badstuavgift:	Kr 20,- pr gang

Mandagstrimmen for damer lever fortsatt med samme antall som tidligere. Det meste vi har vært er 7 damer, men det er plass til langt flere. Det er forunderlig at ikke flere damer ønsker å gå tur med utgangspunkt i SIL-hytta. Når det ikke er snø, er det lysløypa som fungerer som trimsløyne. Imidlertid, når det er snø og is i lysløypa legges turene i området på Kurland, Lande og Opsund. Etter en times trimtur tar vi deilig dusj og badstue på SIL-hytta.

Det er tydelig at vi er den tapende part i forhold til helse- og treningsenter. Vi hadde gjerne sett at vi hadde flere trimvenner. Alder på oss som trimmer er i dag mellom 60 og 70 år, men vi hadde gjerne sett at flere damer i alle aldre hadde blitt med oss.

Sarpsborg 08.03.2017

Arnhild Bjercke (s)