



Årsberättelse för Fristad GoIF motion 24/25

Under verksamhetsåret har föreningen märkt ett ökat intresse för motions-sektionen, roligt!

Under ledning av Trupti Patel Eriksson har föreningen bedrivit boxdance samt box med handskar och mitsar på tisdagar och torsdagar i danssalen i Fristadshallen.

Spinningen har bedrivits i vår lokal i Asklandahallen på söndagar av Christine Säll och Soile Johansson, och det finns 14 cyklar. Även en del lag har kört spinning-pass under året.

Fristad GoIF motions-sektion