



Trening høst 2026

Velkommen til trening torsdager fra kl. 18.00 til 19.00 i gymsalen på Rosendal skole. Husk ta med innesko og drikkeflaske.

Det blir IKKE trening følgende datoer:

- Torsdag 1 oktober, høstferie

Siste trening før jul blir torsdag 10. desember

Første trening etter jul blir torsdag 7. januar 2027

Minner om årets julebordstur til Smedsgården fra fredag 20. til 22 november. Det er en kjempehyggelig tur. Meld dere på. Mer info kommer.

Julefest på Samfunnshuset i Mjøndalen TORSDAG 17 desember, mer info kommer.

Se våre hjemmesider www.gripdagen.org

Håper å se dere på treningen

Hilsen Ole Christian