



Konditionsfrämjandet i Östnyland rf.



Konditionsfrämjandet i Östnyland rf.

c/o Karl-Magnus Lindfors
Drombomvägen 119
07880 LILJENDAL
050 384 1026
karlmagnuslindfors@gmail.com
kfostny.idrott.fi
FO 2116049-2

Medlemsbrev 1/2025/10.2.2025

Hej på er alla och God fortsättning på år 2025!

Hälsningar från ordförande

Jag börjar nu min period som föreningens ordförande. Jag har inte tidigare erfarenhet av ordförandeskap, men suttit med i föreningens styrelse i några år. För att föreningen skall fungera behövs det en styrelse och ordförande, men den viktigaste resursen är aktiva föreningsmedlemmar! Jag kom första gången i kontakt med föreningens verksamhet när jag deltog i en cykelresa till Dagö. Efter det har det blivit många fina resor, vandringsresor i Finland och i Europa, Spa-resor till Estland och cykelresor i Finland och Sverige. En mycket viktig del av föreningens verksamhet är det som sker på så att säga på hemmaplan, cykling, vandring, simning och alla andra motionsformer! Jag hoppas på att alla medlemmar aktivt deltar i föreningens verksamhet och också lockar nya medlemmar med! Tröskeln för att delta i vår motionsverksamhet får inte vara för hög!

Hälsningar från Anita!

Vårmöte tisdag 4.3.2025

Hjärtligt välkomna till föreningens vårmöte tisdagen den 4.3.25 kl. 18 på Neste Ankkurituuli, Västersvängen 3, 07900 Lovisa. På mötet behandlas stadgeenliga ärenden och vandringspokalerna för Allmän motion, Tusentraskare och Tusanplaskare delas ut. Kaffeservering.

Vandringar

Vandringar kommer att ordnas på våren beroende på väder och vind. Platser och tider meddelas på Facebook och i Nya Östis och Borgåbladet. **Välkomna med och vandra!**

Tisdagscyklingarna

Tisdagscyklingarna börjar igen i maj och pågår till mitten av september. Plats och tid meddelas senare på Facebook och i Nya Östis och Borgåbladet. **Välkomna med!**

Skid- och vandringsresor

Den planerade skidresan till Vuokatti har inhiherats på grund av lågt intresse. Däremot har intresset för vandringsresan till Molvenosjön i Italien 17.9-22.9.25 varit glädjande stort, i skrivande stund är alla 25 platser redan reserverade.

Medlemsavgiften 2025

Många av er har redan betalat sin medlemsavgift, tack för det! Det skickas ju inte ut något bankgiro för medlemsavgiften utan den **betalas på eget initiativ** så det är alla gånger inte alltid lätt att komma ihåg. Medlemsavgiften för vuxna födda 2006 eller tidigare är **15 €** per år och för barn födda 2007 eller senare **10 €** per år. Medlemsavgiften inbetalas på föreningens konto i Aktia, kontonummer **FI07 4050 1940 0187 15**. **Använd gärna referensnummer 1232 så blir bankens serviceavgift lite mindre.** Olycksfallsförsäkringen gäller endast för medlemmar i åldern 18 - 80 år som har betalat sin medlemsavgift.

Adressändringar

Kom ihåg att meddela om **e-post-, adress-, telefon-, eller andra ändringar** så hålls medlemsregistret à jour.

Anita Karlsson, ordförande
Gislomgatan 6, 07900 Lovisa
tel. 040 061 9567
karlssonanita5@gmail.com

Leena Lindfors, viceordförande
Drombomv. 119, 07880 Liljendal
tel. 0400 667 925
leenamaija12@gmail.com

Carita Ekström, kassör sekr.
Sandmovägen 21, 07880
Liljendal, tel. 050 347 0433
carita.ekstrom@pp.inet.fi