



## **Biking i Scala New Life**

Kravet for at træne, er at man er aktivt eller passivt medlem af NBC. Det vil sige at man kan også deltage, som forælder sammen med sit barn, hvis man har tegnet passivt medlemskab.

Man være tilmeldt som aktiv/passivt medlem, på NBC hjemmeside, da det er denne der bliver brugt til at se om man er berettiget til træningen.

Træningen foregår i Scala New Life lokaler i Jernbanegade Næstved. Der er træning hver torsdag fra 1830-1930. Der er ikke tilmelding, man møder bare op. Der er adgang til omklædning og bad i forbindelse med træningen.

Træningen er sat op ved at der trænes efter Watt tal, så alle kan være med. Cyklerne er toppen af poppen, med så gode justeringsmuligheder, at selv de mindste kan træne med.