



RANDERS STYRKE- & MOTIONSKLUB

# KLUBSTÆVNE 2026

## SQUAT, BÆNKPRES OG DØDLØFT

**ALLE ER VELKOMNE!**

DU BEHØVER **IKKE** VÆRE MEDLEM AF RSM  
FOR AT DELTAGE!



DELTAG I 3 KAMP  
ELLER VÆLG **ENKELT** DISCIPLIN  
– SQUAT, BÆNK ELLER DØDLØFT



UDFORDR DIG SELV  
UANSET ERFARINGSNIVEAU.  
HER ER PLADS TIL **ALLE!**

HAR DU LYST TIL AT PRØVE  
KRÆFTER MED **STYRKE**LØFT?

**HER ER DIN CHANCE!**



LØRDAG D. 23. MAJ 2026  
STÆVNESTART KL. 11.00



RANDERS STYRKE- & MOTIONSKLUB  
HØDERSVEJ 9 • 8920 RANDERS NV

UANSET OM DU  
VIL KÆMPE OM  
PLACERINGER  
ELLER PERSONLIGE  
PR'S – DU ER  
VELKOMMEN!

**TILMELD DIG PÅ [FJEREN.DK](https://fjeren.dk)**

VI GLÆDER OS TIL AT SE DIG!