

LØB I VORBASSE

**LØB, POWER-WALK og
Walk n'Talk**

2019

Sæsonen starter den: tirsdag

2. april



- der er plads til alle!

Hvornår?

Vi mødes om tirsdagen kl. 18 ved indgangen til Vorbasse Fritidscenter

Efter der er gået/løbet er der frugt og vand

Der laves løbeprogrammer til flere niveauer:
begyndere

3 - 5 km

5 - 8 - 10 km

powerwalk

-kan også vælge niveauer

+ andre ønsker, hvis der er deltagere nok

Holdene bliver sat, når vi ser tilmeldingerne og ønskerne fra jer - og selvfølgelig kan man skifte hold undervejs gennem sæsonen.

Pris for hele sæsonen: 250 kr.

Du kan tilmelde dig online:
<http://vorbasse.dk/sport-fritid/udendoers-sport/loeb-i-vorbasse.html>

Har du spørgsmål ?



Mads T. Nielsen
tlf.nr.: 22 73 13 79
eller
mads-t-nielsen@stofanet.dk



Kom og løb eller gå sammen med andre - der er plads til alle!

Løb og gang er sjovere, når man er sammen med andre!

Løb kan faktisk godt være en social aktivitet!

I tidligere sæsoner er der lavet mange uforpligtigende aftaler på holdene om træning udover tirsdage.

I løbet af sæsonen aftales f.eks. fælleskørsel til løb andre steder.

**Sidst - men ikke mindst:
Løb og gang er en god måde at holde sig i form på.**