

Kom til Løb med DGI i Struer

Løb med DGI er et tilbud til både begyndere og erfarne løbere om fælles løbetræning i Struer.

Har du lyst til at deltage, så kom til informationsmøde torsdag den 17. september 2009 kl. 18.30 i AK Kilens klubhus bag Struer hallerne.

Du kan også komme til første træningsaften torsdag den 24. september kl. 18.30. Vi mødes foran Struer hallen. Tilmelding via nedenstående link.

Træningen er individuelt tilpasset og bliver ledet af 24 lokale hjælpetrænere, som har været på kursus i DGI.

Løb med DGI er støttet af Nordea-fonden og omfatter:

- Tilrettelagt træning i 30 uger
- Fælles opvarmning
- Løbeprogrammer med udgangspunkt i den enkeltes niveau
- Lokale hjælpetrænere, der guider løberne i mindre grupper
- Deltagelse i Løb med DGI koster 150 kr. for 30 uger.
- Følg med her på hjemmesiden www.loebmeddgi.dk

Spørgsmål:
Karsten Moesgaard
Mobil: 2785 0118
Mail: KMK@bang-olufsen.dk

Tilmelding:
www.dgi.dk/Udover/loebmeddgi/jylland/struer.aspx



LØB MED DGI
SUNDHED • UDFORDRING • FÆLLESSKAB