

Løb og motion i Aadum



Så er vi klar til en ny sæson!

Opstart tirsdag d. 20. marts kl. 19

Vi løber og motionerer på flere niveauer

- ⇒ Fra gang til powerwalk
- ⇒ Lær-at-løbe
- ⇒ 5 km
- ⇒ 10 km - øvede løbere

Hver tirsdag kl. 19.00

Hver søndag kl. 13.00

Mødested: Aadum Hallen, Tøstrupvej 26A, Aadum

Kontingent for hele 2012 dækker:

Løb i 2012

En ugentlig time v/Aadum Spin fra okt.-dec.

Fra oktober løber vi fælles hver søndag.

Børn under 12 år - skal løbe med en voksen.

Voksen: kr. 300. Børn til og med 7. klasse: kr. 150

Kom og vær med! Vi ses i løbeskoene!