

JOGGEN VOOR BEGINNERS & GEVORDERDEN

Gedurende tien weken werk je aan je fysieke conditie. Met een opbouwend loopprogramma en onder begeleiding van ervaren trainers merk je al snel een verbetering van je conditie. Week na week voel je je fitter en beter in je vel.

Beginners kunnen na tien weken vlot vijf kilometer afleggen.

Gevorderde lopers vormen een aparte groep en kunnen inschrijven voor acht of twaalf kilometer.

in samenwerking met



LOOPINITIATIE

maart - mei • 2020

JOGGEN VOOR BEGINNERS & GEVORDERDEN


meerhout.
mijn sportende gemeente

10 LOOPLESSEN

- eerste les: maandag 16 maart 2020
laatste les: maandag 18 mei 2020
- elke maandag van 19.00 - 20.00 uur
- atletiekpiste - gemeentelijk sportcentrum
Sportlaan, Meerhout

JOUW VOORDEEL

- Het belangrijkste voordeel is een betere gezondheid.
- Je ontvangt een attest van deelname. Sommige ziektefondsen betalen een deel of het geheel van je inschrijvingsgeld terug. Informeer je hiervoor bij je ziektefonds.
- Verzekering is inbegrepen.

KOSTPRIJS

Deelnemen kost 10 euro / deelnemer.

INFO

KWB
Roger Verheyen
M 0497 41 41 54
www.kwbmeerhoutcentrum.be

INSCHRIJVING

Inschrijven kan tot en met 9 maart 2020
via www.kwbmeerhoutcentrum.be
Je inschrijving is pas definitief na overschrijving van
10 euro op het rekeningnummer BE32 7875 5265 1702 met
mededeling 'Joggen 2020 + naam deelnemer'.

Naam:

Voornaam:

Adres:

Gemeente:

T/GSM:

E:

Geboortedatum:

Ziekte / Specifieke aandoening:

.....

.....

Geslacht:

man

vrouw

Ik schrijf mij in als:

beginner 5 km

gevorderde 8 km 12 km