

Start to run

Vul je vrije tijd sportief in



**Beginnersgroep
Van basis naar fit**

Vul je vrije tijd sportief in

Beginners

Trek je voor het eerst je loopschoenen aan? Dan is onze start-to-run-groep helemaal je ding. Het doel is om ongeoefende lopers stap voor stap te begeleiden naar het lopen van **5 kilometer**.

We verzamelen **twee keer per week** onder het professionele oog van **twee trainers**. Iedereen kan op zijn/haar eigen niveau evolueren.

Nog niet overtuigd?

Kom langs op 16 april. Tijdens de eerste loopsessie zijn alle nieuwsgierige lopers welkom om vrijblijvend onze start-to-run-groep uit te proberen.



Waar?

April - midden mei: piste Westveld (Nachtegaaldreef 16, St-Amandsberg)
Midden mei - juni: Damvalleimeer (Koedreef 1)

Wanneer?

10 weken lang van 16 april t.e.m. 20 juni
Elke dinsdag en donderdag om 19 uur

Prijs?

25 euro (5 euro met Uitpas met kansentarium)

Inschrijven?

www.destelbergen.be/sportactiviteiten

Meer info?

sport@destelbergen.be of 09 218 72 00

Ontdek onze looproutes op www.destelbergen.be/looproutes-destelbergen

#sportersbelevenmeer

destelbergen



stax