

START 2 RUN

Start to Run®: joggen voor beginners van 0 naar 5 km in 10 weken

SGOLA Boechout start met een nieuwe reeks Start 2 Run 0 - 5 km. Na 10 weken kan je 5 km aan één stuk lopen zonder te wandelen. In principe kan iedereen dit doel bereiken!

Start: Dinsdag 18 April 2017 om 20:00 uur op het SNEPPENBOS,
Vremdesesteeweg 224 - 2530 Boechout

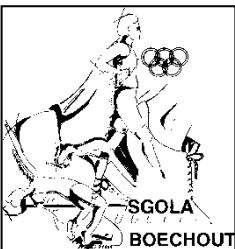
Trainingen: Elke dinsdag en donderdag om 20:00 uur.
Start 2 Run zal gegeven worden door Patrick Vleminckx,
gediplomeerd jogbegeleider van de Vlaamse trainerschool en
runningtherapeut.

Inschrijven: tijdens de eerste training of op www.sgola.be

Prijs: € 30 voor de ganse reeks

Meer info? Per e-mail naar sgol@val.be

Heb je de eerste training gemist? Neem dan contact op om te kijken of je nog kan aansluiten. Sommige mutualiteiten betalen het inschrijvingsgeld (gedeeltelijk) terug als je je brevet haalt!



Organisatie:

SGOLA Boechout vzw

Aangesloten bij K.B.A.B. - V.A.L. - Stamnummer 217

Secretariaat: Thys Annick

E-mail: sgol@val.be