

Hur många springer Du?

1 varv?

2 varv?

3 varv?

Eller kanske alla 8...

Så många gånger kommer vi nämligen att springa 10 kilometer lördagen den 13 november.

En landstäckande löparfest som i Kävlinge arrangeras av Train'in.

Oavsett om Du idag är nybörjare eller om Du springer regelbundet så är det en utmaning!

Med början kl 06.00 och därefter var tredje timme startar en ny 10 kilometersrunda tills vi sprungit 8 mil.

Du kan välja att delta i alla rundor eller i det antal som passar Dig.

Löpning kräver motivation och vad kan vara bättre drivkraft än att utmana sig själv samtidigt som man gör en insats för en god sak?

Överskottet från arrangemanget går oavkortat till Alzheimerföreningen.

För Dig som väljer att springa alla eller de flesta sträckorna ingår en "viloplats" på gymmet där man kan återhämta sig under pauserna. Det kommer att finnas frukost, lunch och middag så att deltagarna får den energi som behövs. Vill Du ha någon särskild sportdryck, powerbars eller liknande får Du ta med det själv. Givetvis står anläggningen till deltagarnas förfogande under dagen med gym, dusch och bastu.

Väljer Du att springa samtliga sträckor är anmälningsavgiften 500 kronor.

För Dig som väljer enstaka sträckor är kostnaden 100 kronor per sträcka.

Anmälan görs till anna@trainin.se. Du får ett bekräftelsemail med betalningsinfo.

Anmälan är giltig först när Din plats är betald. Inga startavgifter återbetalas.

Springer Du inte idag?

Ta chansen och häng på löpartrenden med oss på Train'in. Varje söndag i höst med start den 5 september kl 09.30 har vi ett pass för löpintresserade medlemmar. Med rätt träning och hjälp kan alla komma igång med att springa och träning i grupp gör det bara enklare! Och ännu roligare!

