

Hardloopclub Engelen

start op **3 oktober as.** met een

Beginnerscursus



Een goede start maken met hardlopen onder professionele begeleiding?

Dat kan! Gedurende 12 trainingsweken krijg je op een ontspannen en gezellige manier looptraining van professionele trainers.

Iedereen kan op eigen niveau meedoen en aan het einde van de cursus kun je in eigen tempo 5 km hardlopen. Naast een goede trainingsopbouw wordt er ook aandacht besteed aan loopscholing, blessurepreventie, kleding en veiligheid.

Ook voor hardlopers die terug willen keren van een blessure is deze cursus uitermate geschikt. Aanmelden is heel eenvoudig; stuur een e-mail naar

info@hardloopclubengelen.nl

Loop jij straks ook de 5 km mee tijdens de Lichtjesloop op 14 december?

- ✓ Voor slechts € 70,- ontvang je naast 11 trainingen ook een trainingsschema, veiligheidshesje, gratis deelname aan de Lichtjesloop en een lidmaatschap tot 1 januari 2023 van hardloopclub Engelen inclusief het lidmaatschap van Atletiek Unie.

Start van de cursus:	Maandag 3 oktober
Verzamelpunt loopcursus:	Burggolf Haverleij Engelen
Trainingsavonden:	Maandag- en woensdagavond van 19:30 tot 20:45 uur
Informatieavond:	Maandagavond 26 september van 19:30 tot 21:00 uur
Locatie informatieavond:	Burggolf Haverleij te Engelen, Leunweg 40

Het inschrijfformulier kun je opvragen via onderstaand e-mailadres of via de website. Je aanmelding is compleet als wij het inschrijfformulier met machtiging voor de betaling hebben ontvangen (restitutie is na inschrijving niet mogelijk). Inschrijven kan tot 30 september, maar let op: het maximum aantal deelnemers bedraagt 20 en de snelste inschrijvers hebben voorrang!

Voor meer informatie en aanmelden voor de training en informatieavond, stuur je een e-mail naar info@hardloopclubengelen.nl

Kijk voor meer informatie over Hardloopclub Engelen op Facebook of www.hardloopclubengelen.nl

Hardloopclub Engelen is een club van ruim 70 enthousiaste loopliefhebbers. De club is in 1992 begonnen en uitgegroeid tot een officiële vereniging. Sinds april 1994 is de club aangesloten bij de Atletiekunie. Behalve de sportieve prestatie, die iedereen voor zichzelf bepaalt, is de sfeer bij ons erg belangrijk. Kortom: ontspannende inspanning.