

FORTRÆNING til SYDBANK LØBET 2019 v/ Grindsted Motion

Grindsted Motions engagerede instruktører står igen klar til en gang fortræning forud for årets Sydbank løb, der afvikles lørdag den 5. oktober.

Træningen vil være rettet mod løbets 3 forskellige ruter (4,2 km, 10,0 km eller 21,1 km.) og

TILPASSET DELTAGERNES LØBEERFARING OG KONDI.
(eller mangel på samme –ALLE kan være med)

Det er GRATIS at deltage, det kræver INGEN TILMELDING, du møder bare op 5-10 minutter før start, så vi kan få deltagerne inddelt på de rigtige hold.

Denne tirsdag starter fortræningen på Torvet i Grindsted hos Sydbank, der efter løbet gi'r en IS TIL ALLE DELTAGERE.

Der er også små LODTRÆKNINGSPRÆMIER.

Så hvis har du ikke en præmie med hjem, har du i hvert fald fået lidt god motion, en is og hyggeligt samvær med en masse andre motions løbere.

Se mere på <https://www.grindstedmotion.dk/sydbankloebet/>

