

OPSTART af

Nye løbe og gang hold

Start **27 marts kl. 18.15** ved hallen med kort info før træning.

20 ugers trænings program

Træning hver **tirsdag kl. 18.30**,

Torsdag kl. 18.30 Og søndag kl. 10.30

Torsdag og søndag kan man ikke altid forvente trænere.

Hold: gang

5km

10km

15km

21km

Pris : 1 års medlemskab af Bolderslev løb og motion for 150kr.

Der vil være løbende arrangementer samt et fælles afslutnings løb.

Bolderslev løb og motion - BVU