

Det tilbyder vi:

I 2015 tilbyder vi løbe/gåhold for nybegyndere samt holdtræning for løbere der vil kunne løbe 5km, 10km eller halvmaraton, samt city/skov-fitness for alle. Der er ingen forventninger om at du kan løbe når du møder op – bare du har lyst med dig.

Træningsugen:

- Torsdag er der tovholdere for alle.
- Tirsdag og søndag mødes vi lidt mere frit og løber en tur i grupper.
- Tirsdag i lige uger + torsdag i ulige uger tilbydes city/skov-fitness.

Hen over året er der:

- Forskellige arrangementer med løberelevante emner.
- Udflugtsture med løb på andre spændende steder.
- Sidste torsdag i hver måned mødes vi i klubhuset til hygge og en snak efter løb.

Træningstider:

Torsdag kl. 19.00 med tovholder

Tirsdag kl. 17.30

Søndag kl. 10.00

Mødested: Klubhuset Stadionvej

Kom når du kan - du behøver ikke at kunne deltage hver gang for at være en del af Aarup løbeklub.

Kontakt:

aaruploebeklub@gmail.com

Inge tlf. 21 77 97 15

Ingi tlf. 23 27 92 64

Kurt tlf. 40 14 17 95

Gitte tlf. 22 25 10 26



Aarup løbeklub er en klub for alle - uanset løbeerfaring og niveau

Aarup løbeklub 2015

loebeklub.aarupboldklub.dk



Stemningsbilleder



Kontingent 2015:

Personer over 14 år: 300 kr.

Børn til og med 14 år: 100 kr.

(børn løber kun ifølge med forældre)

Overførsel til kontnr.:

6880 6026370

Husk at skrive navn på overførslen

Til nye medlemmer udleveres en
refleksvest ved tilmelding

Sponsorer:

- Markussen Sport
- Jan Lund biler



Aarup løbeklub – indmeldelse

Navn: _____

Adresse: _____ Postnr.: _____ By: _____

Tlf: _____

E-mail: _____

Fødselsdag og år _____

For medlemmer under 18 år kræves underskrift af forældre ved indmeldelse

Dato ____ / ____ 20__

Underskrift: _____