

LÖPTRÄNING

Välkommen till Karlbystugan

ONSDAGAR

26 februari – 26 mars

18:15-19:15

(På grund av renovering har vi begränsat med utrymme för dusch och ombyte, vi får turas om)

Vi löp/intervalltränar i elljusspåret! Var och en jobbar efter egen förmåga och kondition vilket innebär att alla kan vara med!

Ingen anmälan behövs.

Kläder efter väder, tänk gärna flera lager.

Kaffe och smörgås erbjuds efter avslutad träning.

Vid snöig väderlek så att vi kan lägga skidspår, kommer löp/intervallträningen att ställas in, men man är då välkommen att pröva våra fina skidspår istället!

Har du frågor?

Hör av dig till Kenth Karlsson, 070-378 69 65

Gunnebo.ok@gmail.com

