

Sport, beleef en geniet.....



Wil je ook graag **hardlopen**, maar het komt er maar niet van ??

Ben je al begonnen, maar de klad zit erin? Worden je spieren stijf en gaat je buik hangen?

Kom gezellig in een groep trainen (75 min.)

Doe eens mee met een **hardloopclinic** en ervaar hoe leuk het kan zijn. We gaan werken aan conditie, loopscholing, lenigheid en rompspieroefeningen.

**Dit alles om er voor te zorgen dat je je fit gaat voelen
en om
trainen leuk te maken.**

Jong ,oud, beginner of gevorderd , geen probleem.

Lijkt het je leuk meld je aan bij info@klasinaseinstra.nl / 06 12 88 90 25

Iedere donderdag vanaf 13 maart start 19.30 uur kosten € 36,= achter 't Dorpshuis Luxwoude (10 lessen 13, 20, 27 maart 3, 10, 17, 24 april en 8, 15, 22 mei)

Sport, beleef en geniet !



www.klasinaseinstra.nl

