

U kunt nog aansluiten bij de nieuwe opstapgroep!

Wat gaat u doen om uw conditie dit najaar te verbeteren? Zet deze keer uw goede voornemens om in daden en sluit alsnog aan bij de nieuwe opstapgroep van AVR'90!

Heeft u dat ook? Wilt u al langere tijd uw conditie verbeteren, maar blijft het steeds enkel bij goede voornemens? Dan biedt AVR'90 u nu de mogelijkheid om uw voornemens om te zetten in daden. Iedereen kan uitproberen of hardlopen iets voor hem/haar is. Dinsdag 16 september was de eerste training van de nieuwe opstapgroep. Er waren op die avond liefst 27 deelnemers aanwezig die allemaal vanuit het nulpunt beginnen met hardlopen. Volgende week is de laatste kans om nog aan te sluiten bij deze groep. De nieuwe opstapgroep traint iedere dinsdag onder leiding van Piet Wagemakers, die voorgaande jaren al velen enthousiast gemaakt heeft voor de loopsport. Ook op donderdag zijn de cursisten welkom op de baan van AVR'90. Ze worden dan als groep, volgens het schema van Piet, begeleid door een ervaren loper van onze vereniging. Grijp nu deze kans, sluit u alsnog aan bij de nieuwe opstapgroepen en kom op dinsdag 23 september gratis meetraineren. Als u besluit zich aan te sluiten bij de opstapgroep schrijft u zich op dinsdag 30 september in. Voor het cursusgeld van € 50,-- voor 13 weken trainen inclusief gratis koffie of thee na iedere training, hoeft u het niet te laten. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Anton Verpaalen via het mailadres opstarten@avr90.nl of telefoonnummer 06-51607529.