

Løb Langt-serien starter
Søndag 5. februar 2017 kl. 10

Hvor: Guderup Løbeklub: Gammel Guderup 31, 6430 Nordborg
(Aktivitetscenteret)

Træningen er for alle.
Der løbes i tempogrupper.
Tempoet vælges ved tilmelding.

Der vil være 3 forskellige ruter.
Ca. 7, 12 & 22 km.

Kort før dagen vil ruterne kunne ses her: www.runglk.dk



Løbet er åbent for
alle. Også dig, der
ikke løber i klub.

"Kom bar´do"

Tilmelding her: [Tilmelding til løb Langt](#)



**Vi er klar med væskedepoter
Og en vand efter træningen.**

Venlig hilsen

