

Deltag i ROYAL RUN – på cykel, i kørestol eller på kryk'stokke

I samarbejde med Amputationsforeningen arrangerer idrætsforeningen LAVIA træning og deltagelse i Royal Run, som finder sted den 10. juni 2019.

Hver mandag kl. 18-20 mødes vi i GMC på Hvidkildevej 64, hvor vi træner sammen til at deltage på **one-mile distancen** (1,609 km). Der vil være instruktører tilstede, som kan coache og rådgive i forbindelse med træningen.

For cyklisterne vil der blive etableret et afspærret cykelområde, hvor cykeltræningen kan foregå i ro og tryghed, så man kan blive klar til at deltage i Royal Run.

For deltagere i kørestol eller på kryk'stokke vil der blive arrangeret aktiviteter, der passer til den enkeltes formåen.

I forbindelse med træningen vil der være mulighed for at prøve de idrætter, som LAVIA tilbyder. I hele træningsperioden vil man gratis kunne benytte sig af alle LAVIAS idrætter. Se LAVIAS hjemmeside laviakbh.dk. På hjemmesiden kan man også følge med i Royal Run-træningen

Deltagelse i træning og selve Royal Run vil være gratis for medlemmer af Amputationsforeningen og for medlemmer af idrætsforeningen LAVIA. For alle andre er prisen 130 kr.

I forbindelse med deltagelsen får du følgende:

- Startnummer med chip til tidtagning
- Vand og frugt, når du kommer i mål
- Royal Run t-shirt
- Gratis foto af dig fra løbet

Tilmelding kan ske til:

Amputationsforeningen

Idrætsforeningen LAVIA

v/ Søren Sørensen, formand

soesoe1951@gmail.com

22644681

Læs mere om Royal Run på www.royalrun.dk