



Kennemer Loopgroep start beginnersgroep

Op **zondag 7 april 2019** start de Kennemer Loopgroep een nieuwe beginnersgroep. Wil je graag beginnen met hardlopen of ben je hersteld van een blessure en wil je het hardlopen weer oppakken? Dan is dit jouw kans!

Samen met andere beginnende lopers bouw je onder goede begeleiding jouw loopvermogen op. Dit gebeurt op een verantwoorde, rustige manier. Een ervaren trainster brengt jou in ongeveer drie maanden naar een niveau waarop je zonder problemen 5 kilometer kunt uitlopen. Na deze periode bekijk je samen naar welke groep je het beste kunt doorstromen. Bij de Kennemer Loopgroep train je twee keer in de week en de trainingen zijn zeer afwisselend. In het duingebied van Heemskerk krijg je de mooiste plekken in de omgeving te zien.

Er wordt getraind op zondagochtend van 8.30 tot 9.45 uur en op woensdagavond van 19.00 tot 20.15 uur vanaf parkeerplaats Geversduin in Heemskerk.

Ben je geïnteresseerd?

Meld je dan aan via ledenadministratie@kennemerloopgroep.nl of kijk op www.kennemerloopgroep.nl voor meer informatie. Je bent van harte welkom!

