

# Træn op til Aalborg halvmarathon 2019

Har du altid drømt om at løbe et halvmarathon, eller forbedre din nuværende tid? DGI Huset Nordkraft vil hjælpe dig, med at gøre din drøm til virkelighed.

Kom til info-møde den 13. januar 2019 kl. 12.00 i DGI Huset Nordkraft og hør mere om træningsforløbet.

På info-mødet vil du møde din løbetræner og se hvem du skal løbe sammen med. Forløbet er for alle, dog med et minimums krav om at du kan løbe 3 km på under 25 minutter.

Træningspakken indeholder følgende:

40 niveauopdelt træninger med løbetræner - Opstart mandag den 21. januar 2018 kl. 16.30.

1 foredrag om kost og skader.

Vejledning om løbesko og løbetøj

Bodyage test før/efter

1 startnummer til Aalborg halvmarathon løbet d. 12. maj 2019.

Pris for hele forløbet kr. 1199,- . Vi løber hver mandag og onsdag kl. 16.30-17.30.

Grib denne unikke mulighed for at udfordre din nabo, kollega, ven/veninde.