



BOOTCAMP 2019

10 lessen, elke dinsdagavond, gedurende de maanden april, mei en juni 2019

In het mooie Gieterbos werken aan je conditie? Onder professionele begeleiding van Jan Vreugdenhil biedt LoopgroepGieten haar leden, introducees en nieuwe leden de Bootcamp 2019 aan. Een prachtige bootcamp in de buitenlucht, gericht op sterkere spieren en je core stability! Doe jij ook mee? Je bent van harte welkom.

Geen lid van LoopgroepGieten en toch graag meedoen? LoopgroepGieten biedt een introductieaanbieding.

Wat:	10 bootcamp sessies van 1,5 uur.
Wanneer:	Vanaf dinsdag 16 april 2019, tijdstip 19.30 uur.
Waar:	't Hemelriekje, verzamelen op het terras van restaurant Restaurant 't Hemelriekje, Houtvester Jansenweg 1, 9462 TB Gasselte. De bootcamp vindt plaats rondom de meren, op het strand, het veld en in het bos.
Kosten:	Voor leden van Loopgroep Gieten: € 30 (10 lessen) Voor niet-leden: € 50 (10 lessen)
	Aanmelden via mail: secretariaat@loopgroepgieten.nl



Meedoen met de bootcamp én lid worden van LoopgroepGieten?

We bieden een speciale introductieaanbieding: 10 lessen Bootcamp én ruim 52 hardlooptrainingen tot en met 31 december 2019 voor € 100.

Aanmelden kan via <http://www.loopgroepgieten.nl/aanmeldformulier/> (geef hierbij aan dat je ook meedoet met de bootcamp) Uiteraard lid van LoopgroepGieten worden zonder mee te doen aan de bootcamp is ook mogelijk. Informeer gerust naar de mogelijkheden. Hardlopen, geschikt voor alle niveaus. Je bent van harte welkom!

Voor meer informatie: Ad van Beilen (06-22711147) / Jan Vreugdenhil (06-55716008) of via de website van LoopgroepGieten www.loopgroepgieten.nl, of via secretariaat@loopgroepgieten.nl