



Kom je ook bij ons sporten?

Doe jij ook mee aan Frame Running?

In september'24 start er weer een reeks Framerun trainingen bij AV Trias in Heiloo. AV Trias zorgt voor een passende Framerunner.

Op maandag 2 september gaan de najaars-trainingen van start. Van 17.15u tot 18.00u leer en oefen je met loopspelletjes, parcourtjes, uithoudingsvermogen en snelheid. Er wordt gekeken naar ieders niveau en wensen. Plezier staat voorop!

Vind je het leuk om alvast een impressie te krijgen van de trainingen?

Via YouTube kan je ons opzoeken;
Frame Running AV Trias Heiloo 2021



- Adres: Het Maalwater 1, 1852 RH Heiloo
Wanneer: Maandag van 17.15u – 18.00u
Trainingen worden gegeven van maandag 2 september t/m maandag 21 oktober. In totaal worden er 8 trainingen aangeboden.
- Wie: Kinderen en volwassenen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking die niet zonder hulpmiddel kunnen hardlopen.
- Aanmelden: Via atletiekheiloo@hotmail.com
Meer info: www.avtrias.nl onder het kopje baanatletiek en vervolgens Framerunners
- Kosten: €50,-
Het gebruik van een Framerunner is inbegrepen.

Meld je op tijd aan!