

Tirsdagstræning/ungdomstræning i februar

3 af de 4 tirsdage i februar afvikles vinterens anden afdeling af NightChamp. Her er der igen mulighed for at komme ud at løbe natløb – med eller uden skygge.

NightChamp-serien/februars træning følger denne plan:

6. februar: NightChamp i Ølsted Kærskov

13. februar: NightChamp i Rold

20. februar: Almindelig tirsdagstræning

27. februar: NightChamp finale i Dallerup (Den anden del af Ølsted)

Der er i hele februar **fast** mødetid i klubhuset kl. 17⁴⁵, så vi kan være klar til at køre mod skoven ca. kl 18.

Dagene med NightChamp er programmet herefter:

Omklædning og pandelamperne på

Afgang til skoven sammen med skygger og arrangører.

Efter løbet kører vi tilbage til klubhuset for at komme i bad og evt. få lidt at spise.

Vi håber at se rigtig mange, der bakker op om natløbsarrangementet.

Husk løbetøj, overtrækstøj, løbesko og pandelampe (din egen eller mors/fars). Du kan dog som sædvanlig låne pandelampe i klubben, hvis du ikke har nogen.

Tim, Kim og Henrik (samt diverse hjælpere)