

Go Run

Gå med og tag din første løbetur med IF Silkesind



Nyt motionstilbud fra IF Silkesind, hvor vi efter en god opvarmning bevæger os rundt på en rundstrækning på 1,6 km – først i rask gang og senere i løb, når man er klar til det. Der er plads til alle og der er fokus på fællesskabet og den gode oplevelse.

HVOR: Madpakkehuset på Odden (for enden af Hostrupsvej).

HVORNÅR: Onsdage Kl. 11-12

HVEM: Medlemmer af IF Silkesind - du møder bare op og husk væske og tøj efter vejret.

Instruktør: Camilla Niebuhr (Tlf. 30240858)

