

Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg inviterer til

Royal Run - fællestræning

Træningerne finder sted:

- Lørdag den 5. maj
- Lørdag den 12. maj

Sted: Skovdalen, Sønderskovvej 2, 9000 Aalborg

Begge dage træner vi fra kl. 11.00 - 12.00

Royal Run er en invitation til alle om at løbe med, når hele Kongeriget med Kronprinsen i spidsen omdanner gaderne i Danmarks fem største byer til en stor løbefest i anledning af Kronprinsens 50 års fødselsdag.

I den forbindelse vil Idrætsforeningen for Handicappede i Aalborg gerne indbyde til fælles træning. Distancerne der skal trænes op til er "one mile" eller 10 km, så derfor opfordrer vi til at man møder op til begge træninger.

Vi håber, at rigtig mange af klubbens medlemmer har lyst til at deltage og støtte op om denne store begivenhed.

Vi glæder os til at træne sammen med dig!



Tilmelding til selve Royal Run

Du skal tilmelde dig via www.royalrun.dk. Under oplysninger om klub/hold, **skal du huske at skrive »I.H. Aalborg«**. Dette er meget vigtigt, da de tager hensyn til os omkring start.

Tilmeldingen skal du selv betale, men klubben giver en t-shirt til alle, der stiller op under I.H. Aalborg.

Husk at give kontoret besked på: kontakt@ihaalborg.dk, når du har tilmeldt dig, med info om din t-shirt størrelse.



Billedet tilhører Royal Run • Fotograf: Lars Møller

