UITNODIGING

Beste atleten, trainers en geïnteresseerden,

op dinsdag 16 maart organiseren wij een voorlichtingsbijeenkomst. Graag nodigen we jullie van harte hiervoor uit!

Thema: BLESSUREPREVENTIE!
Een leven lang sporten zonder blessures: gezond verstand in een gezond lijf!
Presentatie: Marleen Frunt – van den Akker

Thema: WINNEN DOOR VOEDING
Voeding heeft een belangrijke invloed op het prestatievermogen van de sporter. Dit geldt zowel voor de midden lange als lange afstandsloper/loopster. Voor alle lopers/loopsters dus zinvol om te komen luisteren.
Presentatie: Anja van Geel

Aanvang 20.00 uur in Baan 9. We sluiten de avond om 22.00 uur af.