

RaceRunning – Kom og Prøv



Invitation til deltagelse i Kom og prøv dag for RaceRunning

Er du til fart, kan du lide at konkurrere – så læs nedenstående!!!

RaceRunning Danmark afholder Kom og Prøv dag samtidig med at medlemmer fra I.H. Aalborg, Randers Freja/Viborg, Vejle, Aabenraa, Sønderborg og Odense har fællestræning. Deriblandt også deltagelse af landsholdsløbere.

For nye som ikke ved hvad RaceRunning er, er kan det beskrives således:
RaceRunning er en innovativ idræt for handicappede med hæmmet balance.

En RaceRunner er en specialbygget 3-hjulet ”løbecykel” uden pedaler, hvorpå balancen ikke er et problem. Derfor er RaceRunning en oplagt sportsmulighed for blandt andre spastikere, gigtramte og amputerede.

Idrætten giver handicappede, der til daglig kun kan komme rundt i elektrisk kørestol, manuel kørestol eller gangrollator, mulighed for at bevæge sig rundt ved egen kraft og giver selv de sværest handicappede en følelse af at bevæge sig frit og løbe.

Vi stiller cykler til rådighed for afprøvning og derfor er det vigtigt at du ved tilmelding også skriver hvor høj du er, så vi har de rigtige cykler med.

Der vil også være mulighed for at købe mad og drikke til en pris af 50 kr. pr. person.
Fysisk landsholdstræner Susanne Ladefoged og klubtrænere fra Randers Freja og IH Aalborg står for træningen denne dag.

Sted: Atletikstadion Skovdalen
Søndre Skovvej 2 9000 Aalborg

Dato: 25. marts 2017

Tidspunkt: kl. 11.00 – 14.00

Tilmelding til Kom og Prøv den 25. marts 2017 til Susanne Ladefoged RaceRunning Danmark – mail susprivat@live.dk ***senest den 11. marts 2017.***

Navn: _____

Højde: _____

Betaling - 40 kr. tages med på dagen og afleveres til Susanne Ladefoged – Leder af RaceRunning i Randers – dog er det vigtigt at du ved tilmelding også skriver om du vil købe mad og drikke, så vi kan være sikre på at der er nok til alle.

Hvis du er forhindret i at deltage, men gerne vil vide noget om RaceRunning i dit nærområde, kan du kontakte cheflandstræner Mansoor Siddiqi – msi@dhif.dk – du kan også læse mere om RaceRunning på www.RaceRunning.dk, eller følg med på www.facebook.com/RaceRunning