

Vil du med på en løbetur eller cykeltur rundt om Sønder sø eller en lille rask gå- eller løbetur langs klostersonen. Så foregår det til IK OLYMPIA's MOTIONSDAG, LØRDAG den 13. maj 2023.

Gruppe 1 – start kl. 9.30 (evt kl. 10.00?)

21,2 km løb om Sønder Sø

Eller ca. 3 times aktivitet som gang, cykling eller andet.

Gruppe 2 – starter kl. 11.00

Ca. 10 km løb

Eller ca. 1 ½ times aktivitet som gang, cykling eller andet.

Gruppe 3 starter kl. 11.30

Ca. 5 km løb

Eller ca. 1 times aktivitet som gang, cykling eller andet.

Kl. 13.00: Efter et velfortjent bad er der smørrebrød á 28,00 kr. (egenbetaling) i Sportscafeen.

Øl, vand og evt. en lille snaps købes i Sportscafeen.

Bestillingsseddel på smørrebrød findes i klubben.

Tilmelding til deltagelse SKAL skrives på liste i klubben,

senest 4/5-2023.

Husk at oplyse, hvilken gruppe du vil starte i.