



Training 18 augustus 2018

Op zaterdag 18 augustus zal er weer een training voor snelwandelaars plaatsvinden bij atletiekvereniging Generaal Michaëlis (av GM) in Best.

Sportpark Naastenbest, Gildelaan 2, 5684 EZ te Best, tel 0499 – 39 07 47.

www.avgm.nl

Deze training staat open voor alle snelwandelaars, maar is zeker ook geschikt voor de prestatiewandelaar die zijn of haar techniek wil verbeteren!

De training en organisatie is ook deze keer volledig in mijn handen. Deze training zal met name gericht zijn op de recordwedstrijden (25 augustus), de WK Masters in Malaga (4-16 september) en de NK 50 km op 7 oktober.

Het globale programma voor deze training is:

<i>09:30 – 09:45 uur</i>	<i>Ontvangst met koffie/thee.</i>
<i>10:00 – 11:45 uur</i>	<i>Ochtendtraining.</i>
<i>12:00 – 13:30 uur</i>	<i>Lunch.</i>
<i>13:45 – 15:45 uur</i>	<i>Middagtraining.</i>
<i>16:00 – 16:30 uur</i>	<i>Napraten en afsluiting.</i>

Voor slechts € 6,- kun je deelnemen aan deze training en zijn de kosten voor koffie/thee/fris (vooraf en achteraf) en de lunch (soep/broodjes/drinken) inbegrepen.

Voor nadere informatie over en aanmelding (graag uiterlijk 11 augustus) voor deze training kun je contact opnemen met Henk Plasman:

Telefoon : 06 – 10 98 06 74

email : henkplasman57@gmail.com