

LÖPTRÄNING

“Night Trail Run”

PÅ STIGAR OCH I SKOG

TISDAGAR 18:00

ALMBY IK:s KLUBBSTUGA, LJUNGVÄGEN 16

Löpning på stigar och i skog kallas ”Trail running” eller ”Off-trail Run” och vi springer i mindre grupper utifrån egen förmåga. I gruppen finns minst en van orienterare och alla i gruppen får en egen karta.

Frågor: trailrun@almbyik.se, Info: www.almbyik.se

Kostnad: 40kr/gång (inkl karta),
Medlemmar i Almby IK deltar utan kostnad