



Funrunnertje juli 2024

Hallo leden,

Trainen tijdens de zomervakantie

In de zomerperiode gaan de trainingen alle dagen gewoon door. Behalve op dinsdag, woensdag en donderdag in de 4-daagseweek. Dus géén trainingen op 16, 17 en 18 juli.

Mochten er door vakantie weinig leden aan een training deelnemen, dan kan het zijn dat groepen worden samengevoegd. Maar er wordt door de trainers altijd rekening gehouden met je niveau.

Beginnerscursus najaar

Direct na de zomervakantie starten we meteen met een beginnerscursus. Alle leden mogen daaraan gaan meedoen. Het is fijn om langzaam en verantwoord weer op te starten onder de juiste begeleiding van de trainers. De trainingen vinden plaats op dinsdagavond (20:00 uur) en zaterdagochtend (9:30 uur). De eerste training is op zaterdag 24 augustus 2024. Wil je hieraan deelnemen dan kun je dit doorgeven aan de ledenadministratie via info@nijmeegsefunrunners.nl.

Proef extra wandeltraining

Gezien het animo voor de wandeltrainingen, zal in het najaar een proef van circa 3 maanden worden gestart om wekelijks – naast de woensdag- en zaterdagochtend - ook op zondagochtend (om 9:30 uur) een wandeltraining te verzorgen. Deze trainingen op zondag worden afwisselend door Nolly en Franka gegeven. De eerste zondagochtendwandeling zal zijn op 29 september 2024. Eind december zal er geëvalueerd worden en zullen we dit aan jullie terugkoppelen.

Het bestuur wenst iedereen een zonnige, relaxte, sportieve en vooral fijne vakantie !