



## GEVARIEERDE GROEPEN:

JEUGD

SENIOREN

MILA-TEAM

NORDIC WALKING

RUNNINGBLIND

*Kijk voor de  
trainingstijden en  
locatie op onze website*

## **SAMEN** hardlopen *is véél leuker!*

*Die rode wangen, dat frisse gezicht en dat gezonde lijf; ook jij kunt een hardloper zijn! Hardlopen is goed voor je conditie, je verbrandt massa's calorieën en je gaat je fitter voelen. Bovendien is het gewoon hartstikke leuk! Wil jij dat ook?*

**Train dan nu 3 keer GRATIS** mee bij Atletiek Helden.

*Ontmoet nieuwe hardloopmaatjes, werk samen met ervaren trainers naar een wedstrijd of doel, verleg je grenzen of hou je conditie op peil. Het kan allemaal bij Atletiek Helden. Het GRATIS meetraining geldt voor alle leeftijden en categorieën. Ook de jeugd kan spelenderwijs meetraining en wandelaars kunnen komen wandelen bij Nordic Walking. Kom meedoen, kom beleven, kom hardlopen!*

**Digitaal aanmelden!**



**WWW.ATLETIEKHELDEN.NL**