

Fra: bmi motionsudvalget <bmimotionsudvalget@gmail.com>
Sendt: 21. december 2016 19:41
Til: Carsten Kjærgaard
Emne: Løb-langt den 15 januar

Kære alle

Så er vi klar med den første løb-langt tur i 2017. Vi mødes ved Egelund-hallen søndag den 15. januar kl. 10.00.

Ruterne er på 12, 18 og 22 km. Ruterne er afmærket, og der er væskedepoter og chokolade undervejs. Der er mulighed for omklædning og bad.

Efter løbeturen er der boller, kage, te og kaffe. Alle er meget velkomne. Ingen tilmelding. Bare kom.

Vi har også inviteret Odder, Tranbjerg, Skanderborg og Hammel. De indbyder os til lignende løb-langt arrangementer de kommende måneder. Mere om det senere.

Vi glæder os til at se rigtig mange den 15. januar.

PS. Se ruterne på BMI's Facebook-side.

Venlig hilsen
Motionsudvalget.