



Joggen voor beginners

Blanco Jogging Vereniging Beernem met atletiek kern RCG

Een sociaal open sportvereniging!

Joggen dé uithoudingssport bij uitstek. Een gezonde en goedkope sport in open lucht. Wij willen de motor zijn om u op een ontspannen, aangename en gezonde manier te laten sporten.

Op **26 maart 2012** start bij ons de cursus “Joggen voor beginners” in het kader van het “Start to Run®”-project van de Vlaamse Atletiekliga.

De lessen gaan door te **Beernem** in het Bloemendalepark. Samenkomst voorzien in het clubhuis ter **Bargelaan 12** (binnenkoer Politie Het Houtsche) en dit telkens op maandag om 18u45 (trainers staan ook ter beschikking op woensdag en vrijdag).

De lessen worden op maandag gegeven door **Anna Claeys, gebrevetteerd jogbegeleider**. Op woensdag en vrijdag is het mogelijk dat een gediplomeerd atletiektrainer u met raad en daad bijstaat.

Na de cursus (12 of 14 weken) kunnen alle deelnemers vlot 5 km lopen, ja ook u!

Inschrijvingen kunnen gebeuren **voor de eerste les** van 26 maart 2012 of **bij voorbaat via de jogverantwoordelijke** Roland De Bois, 't Hof 22, 8730 St Joris – Beernem, telefoon 050780023 of per mail roland.de.bois@telenet.be. De prijs voor de 12 of 14 weken cursus bedraagt € 20,00.

Zeker de moeite om te proberen!



BJV Beernem
met atletiek kern RCG

't Hof 22

8730 Beernem

Telefoon: 050-780023

E-mail: BJV305@telenet.be

Website

<http://users.telenet.be/BJV-Beernem/>

Sportblog

<http://bjvbeernem.sportblog.be/>