

Mette Jochimsen
A.D.Jørgensensgade 7
6300 Gråsten
☎ 28901279
✉ mettejochimsen@hotmail.dk



INVITATION TIL SOCIALLØB

Ifm. Torvedage i Gråsten inviterer GIG løb og motion til
Socialt fællesløb i og omkring skoven.

FREDAG 1. AUG. 2014

Mødested: Torvet i Gråsten

Der vil ikke være tidtagning men fartholdere så alle kan være med.
Ca. 6 eller 12 km rute i flotte omgivelser i skoven og langs vandet.

Byens handlende har sponsoreret lodtrækningspræmier.

Tilmelding ikke nødvendig, bare mød op, men gerne i god tid.
Pris: 50kr inkl. lidt forplejning efter løbet

Info om løbet:

12 km starter kl. 17.45

Tempogrupper: 5:30, 6:00 og 6:30 min/km

6 km starter kl. 18.15

Tempogrupper: 5:00, 6:00 og 7:00 min/km

Med venlig hilsen
GIG Løb og Motion