

Datum: Zondag 22 mei

Plaats: Locatie Zonhove, Nieuwstraat 70 te Son

Deze activiteit wordt georganiseerd door het team SWZ Zonhove als sponsoractiviteit voor de SamenLoop voor Hoop



10.30 – 11.00 uur
RUN voor kinderen en mensen met beperking



Wij nodigen alle kinderen tot 13 jaar en mensen met beperking uit om mee te lopen of te rijden. Ook de mascotte SAM is erbij!

Hoe werkt het?

- Schrijf je vooraf in per mail.
- Je kunt van te voren geld inzamelen via de sponsorkaart of zelf een actie bedenken. Minimale bedrag is €1,-
- Vanaf 09.30 uur kun je jezelf melden bij de organisatie en jouw ingezamelde geld inleveren. Het geld dat je verzameld hebt, mag je in een envelop doen. Schrijf hierop je naam en het bedrag!
- Om 10.25 uur beginnen we samen met SAM de mascotte aan de warming-up.
- Van 10.30 uur tot 11.00 uur loop (of rijd) je, samen met andere kinderen en mensen met een beperking, broertjes en zusjes, vriendjes en vriendinnetjes, clubgenootjes of buurtkinderen voor het goede doel over het parcours. Ouders en begeleiders hoeven niets te betalen.

Iedereen is natuurlijk welkom om te komen aanmoedigen!



11.30 – 12.30 uur
"RUN voor FUN"

Prestatieloop, voor iedereen boven de 12 jaar die het een leuke uitdaging vindt om zoveel mogelijk rondes (hard) te lopen in 1 uur !!

Hoe werkt het?

- Schrijf je vooraf in per mail.
- Vanaf 10.30 uur kun je jezelf melden bij de organisatie. Hier betaal je het inschrijfgeld van €5,-
- Om 11.25 uur beginnen we samen met SAM de mascotte aan de warming-up.
- Tijdens de Run voor Fun (11.30 - 12.30 uur) loop je zoveel mogelijk rondjes (van ca. 1 km) op het terrein SWZ Zonhove.

Wil je een goede voorbereiding?

Volg dan een loopclinic van Anne Rindt, een zeer inspirerende trainer van Eindhoven Atletiek. De loopclinics starten bij D'n Tref op terrein Zonhove.

Data en tijden loopclinics:

18 april : 16.45 uur tot 17.30 uur

9 mei : 16.45 uur tot 17.30 uur

Bijdrage: € 3,- per clinic (*dat ook ten goede komt aan Samenloop voor Hoop!*)

Geïnteresseerd? Meld je aub hiervoor ook vooraf per mail aan.

Dus doe mee en steun KWF kankerbestrijding!

Inschrijven: stuur een mail met je naam en leeftijd naar yvonne.adriaansen@swzzorg.nl

