

## **KONKURRENCEUDVALGET INVITERER ... Alle Langgarvere !!**

**Til: Baneløb**

**Hvor: Selskov Stadion**

**Hvornår: torsdag d. 18.08.2022, første start kl. ca. 18.30**

Så indbyder vi igen klubbens medlemmer til baneløb.

For de rutinerede er det en hård træningsaften, for de mindre rutinerede er det en uforpligtende intro til konkurrence og træning på bane.

Der løbes følgende distancer: 400 m, 800 m, 1.500 m og 5.000 m.

Første start forventes at gå kl. ca. 18.30 så man kan nå at varme grundigt op.

INGEN tilmelding, mød blot frisk op, deltag i det du har lyst til ... og lunt træt hjem !!

P.u.v.

Heino