



## **RACERUNNING** >>> Vanaf voorjaar 2018 in Amersfoort

### **INFORMATIEBIJENKOMST MET WORKSHOP**

Donderdag 15 maart 2018 van 19.00 tot 20.15 uur (inloop vanaf 18.45 uur)

*Uitleg over de sport, een demonstratie door RaceRunning Nederland en de mogelijkheid om zelf een RaceRunner uit te proberen.*

### **TRAININGEN**

Elke week 1 uur vanaf eind maart tot en met eind juni 2018 op de atletiekbaan. De trainingsdag en het tijdstip maken we later bekend.

### **LOCATIE**

Atletiekbaan Schothorst, Schothorsterlaan 78, Amersfoort

Deelname aan de workshop en aan de trainingen in de periode maart tot en met juni 2018 is gratis. Meer informatie of aanmelden voor de workshop? Stuur dan een e-mail naar: [racerunning@avtriatlon.nl](mailto:racerunning@avtriatlon.nl)

*Meer weten over RaceRunning bij Atletiek Vereniging Triathlon? Bekijk ook de andere zijde >>>*

**A.V. TRIATHLON**  
**AMERSFOORT** 



# RACERUNNING >>>

## Ken jij het al: RaceRunning?

RaceRunning is een gloednieuw, paralympisch atletiekonderdeel. En vanaf maart 2018 gaan we bij Atletiek Vereniging Triathlon starten met een nieuwe RaceRunninggroep. Deze groep is geschikt voor kinderen en jongeren (vanaf ongeveer 6 jaar) met een lichamelijke beperking, die in het dagelijks leven (soms) een rollator of rolstoel gebruiken. RaceRunning zorgt ervoor dat nóg meer kinderen kunnen meedoen aan atletiek!



## Wat is RaceRunning?

Bij RaceRunning loop of ren je met een soort driewiel fiets zonder pedalen en met een borststeun.

## Informatiebijeenkomst met workshop: de feestelijke aftrap!

We beginnen met RaceRunning op donderdag 15 maart 2018. Een afvaardiging van RaceRunning Nederland komt dan naar de atletiekbaan om een presentatie en een workshop te geven. De workshop is bedoeld voor potentiële racerunners en hun familie, toekomstige trainers, alle enthousiaste leden van Atletiek Vereniging Triathlon en iedereen die meer wil weten over RaceRunning. Racerunners zijn aanwezig, die kun je dus direct al uitproberen!

## Trainingsperiode maart-juni 2018

Na de workshop gaan de échte trainingen van start. We gaan wekelijks 1 uur trainen op de atletiekbaan. Zo word je al snel handiger met de racerunner, je uithoudingsvermogen wordt beter en misschien ga je steeds een beetje sneller. De trainingsdag en het tijdstip maken we later bekend. In juni willen we met de RaceRunninggroep meedoen met de Hamersveldloop.

*Meer informatie of aanmelden voor de workshop? Bekijk ook de andere zijde >>>*