

LÖPARKVÄLLAR

Häng med på Göteborgsvarvet

Löparkvällar i Borås!

Start från Borås Arena, Ryavallen

tisdagar kl. 18.00

DATUM	TRÄNINGSFORM
4 sep	Fartlek
11 sep	Långa intervaller
18 sep	Backträning
25 sep	Mixade intervaller
2 okt	Korta intervaller
9 okt	Hitta ditt varvstempo

Kostnadsfritt!

Gemensam löpning i grupper efter nivå. Ingen föranmälan, ingen avgift.

Vi bjuder på sportdryck och banan efter passet. Välkommen!

Mer information hittar du på www.goteborgsvarvet.se

**GÖTEBORGS
VARVET**