



A.C. LYRA vzw

www.aclyra.com



START2RUN

Verantwoord (leren) joggen

Een cursus onder begeleiding van gediplomeerde en gemotiveerde trainers

Vanaf 12 september 2022 leren we je 5 km joggen in 12 weken.

Inschrijven:

Tijdens de trainingen van AC Lyra op de atletiekpiste.

Kostprijs €20

Trainingen:

Maandag en woensdagavond om 20.00u op de atletiekpiste Netestadion (aan CC 'De Mol')

Aarschotsesteenweg te LIER

Einddoel: 5km op onze eerste Natuurlopen van Lier (26-11-2022)

Ook 55 plussers zijn welkom

Alle info bij Rony Becquet 0478-59.43.93 rony.becquet@aclyra.com

VU: AC Lyra vzw, De Heyderstraat 23/3, 2500 Lier – Niet op de openbare weg gooien

