

## Foredrag - World Run II

Jesper Kenn Olsen vil til dette arrangement berette om hans fantastiske tur jorden rundt Nord-Syd-Nord. Danfoss har tidligere arrangeret et spændende foredrag hvor Jesper berettede om World Run I (Øst-Vest).

Jesper vil fortælle om de ekstreme udfordringer han har mødt på sin flere år lange tur igennem 5 kontinenter og flere tusinde kilometer. Hvor World Run I var på ca. 26000 km tilbagelagde han på World Run II ca. 37.000 km!

Der bliver selvfølgelig vist billeder og givet tips og idéer, der både kan bruges i den daglige træning og hvis du selv vil kaste dig ud i ekstreme løbeudfordringer i større eller mindre grad end Jespers. Nøgleord her er bl.a. motivation samt mentale redskaber eksempelvis til dage hvor træningen er lidt ”tung” eller til de længerevarende konkurrencer.

Foredraget finder sted:

**Søndag d. 18. august 2013 kl. 12 – 14:30**

i Vidar Motions klubhus, Sønderborg Stadion, Ringridervej 30, 6400 Sønderborg.

Indkørsel fra Ringridervej, parkering muligt helt oppe ved huset.

Under arrangementet serveres kage, kaffe og vand.

Gratis for medlemmer af Danfoss Marathon Club, øvrige skal betale 50 kr. (på dagen).

Tilmelding via [1992dmc.dk](http://1992dmc.dk) - **senest torsdag 10. august 2013.**



[www.worldrun.org](http://www.worldrun.org)