



Vidar Motion
Sønderborg

Til nye medlemmer

Vidar Motion er en løbeklub for motionister der hygger sig, og samtidig gør noget for at bevare velværet.

Vidar Motion har ca. 150 medlemmer hvoraf den yngste er omkring 30 år og det ældste aktive medlem er 70 år.

I Vidar Motion udveksler vi erfaringer med hensyn til løbesko, tøj, og eventuelt træningsmetoder.



Julestjerneløbet 2003

Hvor og hvornår?

I sommerhalvåret (sommertid) er der fællesløb hver tirsdag og torsdag kl. 18.00 fra Sønderborg Stadion og løber ture på 8 km, 10 km og 12 km i Sønderskoven. Efter løbet er der mulighed for bad og tid til en snak.

I vinterhalvåret (vintertid) er der fællesløb hver tirsdag og torsdag kl. 18.00 fra Sønderborg Stadion. Ruterne er udvalgt efter om der er gadebelysning. Der løbes forskellige ruter hvoraf den længste er på ca. 13 km. Efter løbet er der mulighed for bad og tid til en snak.

Både sommer og vinter er der søndag formiddag længere løbeture som udgår fra Sønderborg Stadion kl. 9.30. Distancer op til 25 km.

Arrangementer

Der arrangeres fællesture til f.eks. Hamborg-, H.C Andersen marathon og Århus 1900 stafetten. Vidar Motion er ligeledes arrangør af Alsløbet.

Samarbejde

I Vidar Motion samarbejder vi med

- Danfoss Maraton klub
- Løbeklubben i Guderup
- Broager løbeklub, BUI-motion
- Sønderborg Triathlon Klub

om de forskellige arrangementer, idet vi deltager i hinandens træningsløb, og løb i udlandet, hvor vi arrangerer fælles transport.

Tilmelding

Skulle du have lyst til at blive medlem af Vidar Motion, kan du tilmelde dig på vores hjemmeside eller bare møde op til vores træning.

Årskontingen i Vidar Motion er kr. 150,-

Alle er hjertelig velkommen

