

**Löpning Högbo Bruk**

Nu dammar vi av vårt löpläger som har legat i garderoben ett antal år. Trafikverkets Fritidsförbund inbjuder till en löparhelg i Högbo utanför Sandviken Ett bra sätt att börja löparsäsongen på. Ni som aldrig sprungit förr eller bara sprungit lite grann, eller vill lära er lite om grunderna. Oavsett om man är nybörjare eller har sprungit tidigare så är man välkommen. En helg där focus komma ligga på löpteknik.

Maxantal deltagare: 20 st

**När och Var:** 24-26/5 (från em. till lunch) Platsen är Högbo Bruk. Vi kommer att bo på brukshotellet. Allt detta till ett pris av 3 100: -/person. I priset ingår logi (singel) och mat.

Anmälan sker till: Jan-Olov Kull [jan-olov.kull@trafikverket.se](mailto:jan-olov.kull@trafikverket.se) 070 515 48 10  
Anmälan får göras först den 6 mars.

Deltagaravgiften sätts in på Fritidsförbundet Pg 15 29 45-2.

Exakta tider och program kommer meddelas till de som anmäler sig.

**Sista anmälningsdag är 12 april**Avbokningsregler se[**www.trvff.se**](http://www.trvff.se)Resebidrag utgår till denna aktivitet

(samtidigt kommer vi genomföra ett MTB läger)

C:\Documents and Settings\Kull\Lokala inställningar\Temporary Internet Files\Content.IE5\I63OXXD0\MCj03316990000[1].wmf