

”Stafet for livet”



Hou Fitness deltager igen i år med holdet ”Hou Fitness” til ”Stafet for livet” d. **20. og 21. juni 2015** til fordel for kampen mod kræften!

Vores hold kan bestå af 15 – 20 motionister fra Hou Fitness. Vi kan deltage som gående eller løbende – blot skal der i 24 timer hele tiden være én i gang fra holdet. Du bestemmer selv, hvor mange timer du vil deltage i stafetten. Ruterne – omkring Spektrum - er 1355 m., 1600 m. og 3500 m. For hver omgang vi gennemfører, donerer Hou Fitness penge til Kræftens bekæmpelse.

Stafetten starter d. 20. juni kl. 11 ved Spektrum i Odder – og slutter samme sted den 21. juni. Du kan læse mere om stafetten på www.stafetforlivet.dk/stafet/odder. Det koster 100 kr. at deltage. ”Stafet for livet” er et døgn med aktiviteter, underholdning og oplysning, der skal give håb og støtte til alle, der er berørt af sygdommen. Vær med til at fejre livet!

Der bliver mulighed for fælles træning i maj og juni, det får du besked om senere af mig.

Jeg bliver igen i år holdkaptajn for holdet, så du skal først tilmelde dig til mig.

Hvis du har lyst til at deltage, så meld tilbage til mig på facebook eller til winther_helle@hotmail.com eller på mobil 21742058. Der er også et tilmeldingsark på opslagstavlen i Fitness. Jeg har brug for

din mailadresse, så jeg kan koordinere, informere og guide dig videre. Du vil høre fra mig!

De bedste fithilsener fra Helle Winther