

We walk and run i uge 41

I et samarbejde med DGI skal vi være med til at hele Danmark går og løber

[Kom og vær med så vi sammen kan GÅ eller LØBE en masse kilometer. Måske kan vi sammenlagt gå og løbe til Peterskirken i Rom \(ca. 2.000 km\) eller måske endda længere? Det lyder måske som mange kilometer - men sammen kan vi rigtig meget!](#)

Hvordan

Alle deltagere noterer antallet af tilbagelagte KM i skemaet der udleveres ved mødestedet.

Senest mandag i uge 43 - afleveres skemaet på biblioteket (i kassen mærket: We walk and run) eller til en af kontaktpersonerne. Efterfølgende vil alle kilometer blive lagt sammen og resultatet offentliggøres.

Hvis du ikke har mulighed for at deltage i nævnte tidsrum, har du rig mulighed for at gå eller løbe på andre tidspunkter.

Hvor

Fast mødested alle dage er på Aarupskolens parkeringsplads.

Du kan tage afsæt i de ruter vi foreslår eller finde din egen rute - alt afhængig af, hvad der passer dig. Hvis du er helt tosset med én eller flere af "vores" ruter, er du velkommen til at gå eller løbe ruten mere end én gang om dagen.

Det vigtigste er dog, at du noterer det antal km, som du har gået eller løbet, så alle kilometer kan komme med i det samlede regnskab.

De forudbestemte ruter, som vi foreslår og som danner grundlag for vores fælles gå- og løbeture på de nævnte tidspunkter, er de såkaldte "Aarup-stier". Vi koncentrerer os om følgende 3 ruter: RØD på 3,5 km, GRØN på 5 km og BLÅ på 8 km.

Ruterne kan ses på Assens Kommunes hjemmeside:

<https://www.assens.dk/media/1568/folder-stierne-i-aarup.pdf>, og udleveres på mødestedet.

Hvad koster det

Deltagelse er helt GRATIS og har du ikke selv en refleks-vest, er der mulighed for at låne en på mødestedet.

Hvornår

Mødetid: mandag til fredag kl. 17.00 - lørdag og søndag kl. 10.00 på Aarupskolens P-plads. Tilmelding ikke nødvendig.

Hvem er kontaktpersoner: Gitte Jensen tlf. 22251026 og Inge Thorup tlf. 60561354

Arrangeret af Aarup løbeklub og Sund i Aarup.