



Werk aan je gezondheid,
start met joggen!

Neem deel aan **START to RUN**
bij Vilvoorde Atletiekclub

In 10 weken 5km joggen op eigen tempo

In 11 weken van 5
naar 10 km en 15 km

Onder begeleiding van
ervaren jogbegeleiders.

Op woensdag en vrijdag

telkens tussen 18u. en 19u.30

Eerste sessie op **woensdag 14 maart** (10-15km)
woensdag 21 maart (5
km)

Info: www.kvac.be

Yvette De Schutter - vac@val.be - 0498/45 64 23

