

# **Nijmegen op weg naar de Marikenloop!**

**Vanaf 12 maart kun je op verschillende ochtenden en avonden trainen in Nijmegen. Je staat dan op 26 mei goed getraind aan de start van de Marikenloop.**

Het maakt niet uit of je jaren inactief bent geweest of dat je al veel hardloop ervaring hebt. Voor ieder niveau zijn er trainingen op maat. Je leert in een groep hardlopen op een verantwoorde manier.

## **Wat houdt het in:**

- 11 interval trainingen op dinsdag of donderdag avond, vrijdag of zaterdagochtend in Nijmegen.
- 1 duurloopje op zaterdag 20 april Hatertse vennen
- 1 x parcours Marikenloop verkennen op zaterdag 11 mei
- Begeleiding op de dag van de Marikenloop op zondag 26 mei

*Kosten 95 euro,  
Aanmelden via [www.hardloopclinic.com](http://www.hardloopclinic.com)*