

Beste Zwefilo-ers,

De datum voor het trainingsweekend in 2020 is bekend! Dit jaar vindt het trainingsweekend plaats van 3 t/m zondag 5 april.

Locatie

[Vakantiewoning de Boek & Goudvink](#)

Data

vrijdag 3 t/m zondag 5 april 2020

Kosten

De kosten voor het weekend komen op 135 euro PP all in.

Daarvoor krijg je:

- vrijdag zwemmen
- vrijdag avondeten
- zaterdag ontbijt
- zaterdag avondeten
- zondag ontbijt
- bedlinnen

Programma

Het programma zal er ongeveer als volgt uitzien:

Vrijdagmiddag: Zwemmen

Zaterdag: Lange fietstocht

Zondag ochtend: Lopen, fietsen of een combi-training

Nadat de aanmeldingen binnen zijn zal in overleg met de trainers een programma worden samengesteld zodat iedereen mee kan en op zijn eigen niveau (waarschijnlijk ontstaan er 3 groepen) lekker kan sporten. Hierdoor weet iedereen van te voren waar hij/zij aan toe is.

Aanmelden

Er is plaats voor maximaal 25 personen en het weekend gaat door bij minimaal 20 aanmeldingen. **vol is vol.**

Het trainingsweekend is in eerste instantie bedoeld voor leden van Zwefilo. Indien er na het verstrijken van de inschrijfperiode nog plekken over zijn, worden deze beschikbaar gesteld aan introducees.

Als je nog vragen heb dan kun een mail sturen naar trainingsweekend@zwefilo.nl. Jos zal dan z.s.m. contact met je opnemen om je vragen te beantwoorden.

Je kunt je opgeven door te mailen naar trainingsweekend@zwefilo.nl.

Leuk als je erbij bent!

Groeten,

Jos van de Pol
Rob Hof