



1. DE BOLDERLOOP

Beste Bolder(hard)lopers,

Op **19 november 2016 zal de ABC Bolderloop in Sliedrecht** weer gelopen worden. Evenals vorig jaar hebben wij **Verstegen accountants en adviseurs** bereid gevonden deze loop weer te sponsoren en hopen wij u (weer) aan de start te mogen verwelkomen op het terrein van de Merwebolder aan de Touwbaan. Noteert u de datum alvast.

Vorig jaar namen bijna 180 lopers aan de trimloop deel. De afstanden zijn dit jaar opnieuw 4 km, 6km en 10 km. Voor de eerst aankomende drie lopers per afstand en per geslacht m/v zijn weer prijzen beschikbaar.

De inschrijfgelden worden dit jaar opnieuw aan een goed doel voor de Merwebolder besteed. **We hopen weer de nodige bedragen bijeen te kunnen brengen en daarmee cliënten van de Merwebolder te kunnen helpen aan fitness- en krachtapparatuur op de afdeling beweging.**

Voor dit jaar hopen we uiteraard op een nog hoger aantal deelnemers. Dus schrijf jezelf zo snel mogelijk in en schroom niet om lopers in jullie omgeving uit te nodigen hetzelfde te doen. Voor de kosten hoeft je het niet te laten. Het inschrijfgeld bedraagt € 5,00. (meer mag natuurlijk!)

Inschrijven voor de Bolderloop zelf kan weer via het e-mailadres: secretaris@trimclubabc.nl. We zien de inschrijvingen graag binnen stromen.

De start is om 10.30 uur. Inschrijven kan ook nog op de dag zelf vanaf 09.30 uur tot 10.15 uur. Voor een foto-impressie van afgelopen jaar en actueel nieuws, zie onze website www.trimclubabc.nl.

De Bolderloop is er niet alleen voor de geofefende lopers. Trimclub ABC organiseert voor startende lopers loopcursussen, waarin je voorbereid wordt om op 19 november de ABC Bolderloop op een goede manier mee te kunnen lopen.

De ABC Bolderloop wil de gezelligste loop van de Alblasserwaard en omstreken zijn. Dit manifesteert zich o.a. door de bekende pannenkoek na afloop in het gezellige restaurant van de Merwebolder. Douche- en kleedgelegenheid zijn aanwezig.

We hebben voor dit jaar mooi weer besteld! Succes met de voorbereiding en graag (opnieuw) tot ziens bij de ABC Bolderloop.

Met sportieve groet, Bestuur en Sportactiviteitencommissie Trimclub ABC