



Inbjuder till

## **Introduktionskurs i canicross (löpning med hund)**

Tre tillfällen med start kl 18.00 den 2/4 sedan 9/4 och 14/4.

Plats meddelas innan kursstart.

Kostnad: 150 plus ev medlemsavgift

Ledare: Sofia Svalling

Denna kurs vänder sig till dig som är nyfiken på att springa med sin hund. Vi kommer gå igenom utrustning, träningsupplägg, lite ytligt om tävling och information om grönt kort (krävs för att få tävla).

Viss utrustning finns att låna. Meddela innan kursstart.

Alla kan delta oavsett kondition och vana.

Denna kurs kommer vara en förberedande kurs inför SBK kurs:

”Löp med hund”

Anmälan sker via mail till Sofia Svalling [svartisens@hotmail.com](mailto:svartisens@hotmail.com) senast 30/3. Betalning via pg 86 92 31-1. Märk betalningen med ditt namn och ”intro canicross”

Varmt välkomna!!