



## Lördagsträning på Graal!!!!

Vi kör från och med 16/3 igång ett litet test med gemensam lördagsträning! 10,00 från Graalstugan är det som gäller. Kom med löpskor eller MTB-cykel. Distans/långpass är grundplanen, men det är inte ristat i sten. Har du en annan träningsplan? Kom förbi och värm upp med oss!!! Även ICKE medlemmar är hjärtligt välkomna!!!!

Frågor Tomas 070-4802981