



(Re)start to run.

(Her)vind de liefde voor hardlopen met een gratis loopcursus

Wil jij (weer) hardlopen? Maak dan gebruik van het volgende aanbod: Train vanaf donderdag 19 februari 2026 **gratis mee**, onder begeleiding van **gecertificeerde trainers**, en ontdek (weer) hoe leuk hardlopen is.

We werken toe naar het kunnen uitlopen van de Noorderhavenloop, op 17 mei 2026, je kunt dan kiezen voor de 5 of 10 km park run.

De eerste zes weken trainen we alleen op de baan, sportpark Ruyghweg, daarna komt er ook een weg/terreintraining op zaterdagochtend bij. De training begint om 18:30 uur en kan tot 20:00 uur duren.

Het allerbelangrijkste is: **je komt terecht in een gezellige, enthousiaste groep mensen met passie voor hardlopen.** Alle leeftijden en niveaus zijn

vertegenwoordigd, dus voor iedereen is plek, welk doel je ook hebt.

Doe je mee aan de **gratis** loopcursus? Trek sportkleding aan en neem een fles drinken mee.

Voor opgave en vragen mail naar Jan-Willem Schutte (Trainingscoördinator);

O.v.v. Naam en mobieltelefoonnummer, naar;

Trainingscoordinator1@noordkopatletiek.nl

Kan jij niet wachten om van start te gaan? Mail dan ook naar Jan-Willem en bespreek de mogelijkheden om direct mee te trainen?

