

# LÖPARKVÄLLAR

---

**Häng med på Göteborgsvarvet**

**Löparkvällar i Trollhättan!**

**Start från Folkets park entré**

**tisdagar kl. 18.00**

DATUM	TRÄNINGSFORM
4 sep	Fartlek
11 sep	Långa intervaller
18 sep	Backträning
25 sep	Mixade intervaller
2 okt	Korta intervaller
9 okt	Hitta ditt varvstempo

**Kostnadsfritt!**

**Gemensam löpning i grupper efter nivå. Ingen föranmälan, ingen avgift.**

**Vi bjuder på sportdryck och banan efter passet. Välkommen!**

**Mer information hittar du på [www.goteborgsvarvet.se](http://www.goteborgsvarvet.se)**

**GÖTEBORGS  
VARVET**