

De "8 kastelen ridders".



In september 2007 is een aantal sportievelingen aan het hardlopen geslagen. Doel: na 3 maanden 5 km achtereen hardlopen.

Na deze 3 maanden was bij velen het enthousiasme zo groot dat in overleg met de technische leiding nog eens 3 maanden aan het trainingsprogramma werd toegevoegd en het doel werd bijgesteld: 10 km.

De 8 kastelenloop in Vorden moest het worden. Met een 10-tal lopers hebben we meegedaan. Voor een aantal was het flink afzien en een aantal anderen echter deed niet onder voor de meest ervaren lopers en zetten tijden van rond de 51 tot 55 minuten neer. De reacties na afloop waren dan ook zo positief, dat deze groep zeker volgend jaar weer van de partij zal zijn.

En dan te bedenken dat de meesten een half jaar geleden met moeite 2 rondjes op de baan konden lopen.

Train(st)ers: **bedankt!** Het virus heeft toegeslagen!

Jan (donderdagavondgroep De Bikkels)