

Lidköpings VSK arrangerar den 7 juni kl. 18-19 "Sverige på fötter" på Rådåsgården

Kom och Gå/lunka/löp med oss - Rörelse är världens bästa vaccin och medicin

"Sverige på fötter" är en manifestation som genomförs samtidigt på ett stort antal löparklubbar landet i samarbete med Svenska Friidrottsförbundet. Syftet är att visa glädjen i att röra sig ihop med andra samt vilka positiva hälsoeffekter man uppnår bara genom att bli lite svett i pannan ibland.

Detta är en kväll för dig som vill komma igång att röra på dig för att må lite bättre och samtidigt umgås med andra.

Vi i Lidköpings VSK vill berätta hur du kan komma igång att röra dig tillsammans med oss i Råda.

Vi kommer att gå ut och röra på oss tillsammans i ca 20 min så kom träningsklädd.

Varmt välkommen!

