

# Running&Co dag wordt Running&Co maand



Wegens coronaomstandigheden kan de Running&Co dag dit jaar niet fysiek georganiseerd worden, daarom organiseren we een Running&Co maand.

Samen met de start van de Running&Co maand wordt ook de start gegeven van de actie Run2Connect 2020.

## Activiteiten in het kader van de Running&Co maand:

- Zaterdag 07/11 10u-12u  
Interview met Bashir Abdi en start van de actie Run2Connect
- Dinsdag 10/11 20u-21u30  
Looptechnische oefeningen door David Evenepoel
- Zaterdag 14/11 10u-11u30  
Voeding voor afstandslopers door Karen Van Proeyen
- Dinsdag 17/11 20u-21u30  
Running-opleidingen anno 2020 door Paula Vanhoovels
- Maandag 23/11 20u-21u30  
Blessurepreventie voor afstandslopers door Andreas Catteau
- Donderdag 26/11 20u-21u30  
Coachingsvaardigheden voor loopbegeleiders door David Evenepoel

## [Info en inschrijving](#)

Meer info: Running&Co – 02/474 72 22 – [paula@atletiek.be](mailto:paula@atletiek.be)