



## **Royal Run-løbetræning med Holte Tennisklub**

**Holte Tennisklub** inviterer til **Royal Run**-træning

*I anledning af Kronprinsens Royal Run inviterer **Holte Tennisklub** alle interesserede til at komme med til en uformel og uforpligtende løbe- eller gangtræning under kyndig vejledning af løbetræner, Eva Schultz, DGI.*

Savner du lidt mere bevægelse i hverdagen? Eller måske har du lyst til at være en del af et sjovt og hyggeligt løbefællesskab? Uanset hvad din motivation er, og uanset hvad dit fysiske udgangspunkt er, så er der mulighed for at komme i gang hos **Holte Tennisklub**.

Anledningen til de nye træningsforløb er Kronprinsens **Royal Run**, som løber af stablen 2. pinsedag i Aarhus, Aalborg og København/Frederiksberg. **Royal Run** er nemlig for alle, og man kan både vælge at løbe eller gå på korte og længere distancer.

Man behøver dog ikke være tilmeldt Royal Run eller være medlem af tennisklubben for at deltage i **Holte Tennisklubs** træningsforløb, men træningen afvikles i tråd med budskaberne i **Royal Run**. Derfor er der plads til både nybegyndere og den erfarne løber, fortæller klubbens sportschef, Lucas Hjorth:

”Det kræver ikke det mindste at møde op til vores træning - om man aldrig har løbet før, eller om man er erfaren løber, så er vi klar til at byde velkommen,” fortæller sportschef Lucas Hjorth og fortsætter:

”Vi synes, det er fantastisk, at **Royal Run** appellerer så bredt og motiverer mange nye til at snøre kondiskoene og begynde at gå eller løbe. Det vil vi selvfølgelig gerne bakke op om, og vi håber at se mange nye ansigter til vores træningsforløb, og vi har været så heldige at DGI har bakket op om projektet ved at stille en erfaren løbetræner som Eva til rådighed.”

**Holte Tennisklub** indleder træningsforløbene mandag d. 18. marts kl. 18 ved Rundforbi Tennishal, og alle, medlemmer som ikke-medlemmer af klubben, er velkomne til at kigge forbi.

### Fakta:

- **Tid:** Træningen finder sted alle mandage kl. 18 fra 18. marts til og med 3. juni 2019  
NB. Dog er træningen d. 8. april rykket til 11. april kl. 17.

- **Sted:**

marts og april:

**Tennishallen,**  
Rundforbi Tennishal,  
Rundforbivej 140,  
2850 Nærum  
(IKKE Rundforbihallen v. svømmehallen)

maj og juni:

**Klubhuset,**  
Carlsmindevej 26,  
2840 Holte

- **Kontaktinformation:** [sportschef@holtetennisklub.dk](mailto:sportschef@holtetennisklub.dk)