

Sponsor run-swim-run zaterdag 27 juni op de Grote Rietplas

Beste leden,

Op zaterdag 27 juni houden wij een grote sponsor run-swim-run bij de Grote Rietplas!

Bij de run-swim-run ga je steeds een stuk rennen en zwemmen, een leuke uitdaging! Deze oefening wordt ook vaak gebruikt voor het trainen van strandwachters.

Voor de sponsorloop zijn we op zoek naar sponsoren! Vraag je familie, vrienden en kennissen om je te sponsoren! Er kan gekozen worden voor een vaststaand bedrag voor deelname, of voor een bedrag per rondje. Een ronde houdt in 50 meter zwemmen en 100 meter rennen, een hele uitdaging dus.

Als je heel erg je best doet en de meeste rondes maakt, win jij misschien wel de zeer beroemde **run-swim-run kampioenbeker...**

Naast de run-swim-run kun je ook nog andere dingen doen op deze dag. Na het genieten van een lunch voor alle deelnemers van de run-swim-run, kan je samen met je vrienden en vriendinnen meedoen aan verschillende workshops van de reddingsbrigade, wij hebben namelijk na de run-swim-run een open dag bij de Grote Rietplas. Dit start om 13:30 uur.

Wat gaan we doen:

- Beachflags-competitie een favoriet spel onder de vele reddingsbrigadiers in heel Nederland;
- Cursus klos en reddingszak-werpen;
- Overleven met een zwemvest;
- Varen met de reddingsvlet;
- Roeien met de boot.

Waarvoor is het sponsorgeld?

Het ingezamelde geld is voor nieuw materiaal om beter te kunnen bewaken. Het wordt ook gebruikt om nieuw activiteiten te organiseren voor jou, in bijvoorbeeld openwater.

Wat is de planning?

De deelnemers voor de run-swim-run zijn verdeeld in 3 leeftijdscategorieën, verdeelt over drie rondes:

15 jaar en ouder zwemt van 11.00 – 11.30 uur.

10-15 jaar zwemt van 12.00 – 12.30 uur.

Tot 10 jaar 12.45 – 13.00 uur ouders mogen met deze leeftijdsgroep mee zwemmen en rennen voor motivatie en gezelligheid!

Aanmeld formulier run-swim-run 27 Juni

Gegevens kandidaat:

Naam:

Leeftijd:

Adres:

Veel succes met het verzamelen van sponsoren, en tot ziens op 27 juni!

