

Specialvarvet 2023



Träningsstillfällen

Under träningsstillfällena kommer vi att genomföra en lättare löpning av det som kommer att vara Specialvarvet-banan. Under passet kommer vi att köra en uppvärmning, testa på hur man hämtar upp vätska under löpningen, se banan och lite andra överraskningar längs vägen!

När: 18 & 25 april, 17.00–18.00

Vart: Slottsskogen, mötesplats Björngårdsvillan

Kostnad: Gratis

Loppet

Specialvarvet är ett lopp för alla, anpassat för barn, unga och vuxna med funktionsvariation. Det finns två banor att välja mellan, 3,3 kilometer och 2,1 kilometer. Alla, oavsett ålder, kan snöra på sig skorna och vara med. Loppets fokus är delaktighet och glädje!

När: 12 maj

Vart: Slottsskogen

After Run

Vi erbjuder en After Run för att fira de som deltagit i varvet. Under denna fest kommer vi att ha DJ på plats, vi kommer dansa, sjunga, hänga och fira! Det är en kostnadsfri tillställning, med begränsat antal platser så anmäl dig via Passalens hemsida redan idag!

Plats: Frilagret, Herulins Plats 1

När: 12 maj, 16.00–20.00

Kostnad: Gratis



Läs mer och anmäl dig här!