



5 september	Runners Evergem Halve Marathon
5/6 september	Antwerp Sprint Orienteering Meeting
6 september	Spartacus: Battle of Thor - Genk
6 september	Fortloop - Puurs
11 september	Memorial Van Damme - Brussel
12 september	Workshop trainen met hartslagmeter - Brecht
12 september	HavenRun - Antwerpen
13 september	Flanders Fields Marathon - Nieuwpoort-leper
13 september	Bollekesloop - Berchem
13 september	Titan Run - Nijlen
20 september	Kookworkshop: Koken voor sporters - A'pen
25 september	Night Run - Deurne
26 september	Trail des Hautes Fagnes - Xhoffraix
28 september	Marathon van Oostende
4 oktober	Brussels Marathon
4 oktober	Spartacus: Race Against Nature - Averbode
11 oktober	HBvL Dwars door Hasselt
12 oktober	Kermisloop - Putte Grens
17 oktober	Industrial Night Run - Beringen
17 oktober	Workshop: Beweeganalyse - Nottebohm Brecht
24 oktober	Workshop: Beweeganalyse - Nottebohm Brecht
15 november	Spartacus: Neptunus Run - Lombardsijde
15 november	Marathon Kasterlee
20 november	Total Running Club Clubfeest
19 december	GvA Santa Run - Antwerpen
21 december	Brussels 10K Gaston Roelants

**Voor slechts €10 per jaar ben je reeds lid.** Enkele voordelen:

- inschrijvingsgeld voor 50% terugbetaald voor deze wedstrijden.
- 1x/jaar een korting van €15 op loopschoenen en op hartslagmeters.
- zeer voordelig kwalitatieve loopkledij aankopen.+ Loopworkshops
- eenvoudig een *gezondere* en *gelukkigere* collega zijn en blijven !

Haal je loopschoenen uit de kast en schrijf je *nu* nog in bij :

Dirk Degroeve (TRA), Ronald Heremans (TOA)

Loopkalender, inschrijvingsformulier en meer info op onze website

**[www.totalrunningclub.be](http://www.totalrunningclub.be)**

facebook Total Running Club

twitter

@TotalRunClub