



D.21/6 kl. 18-21 kommer Jonathan Small

Jonathan er Newton specialist og tidligere elite triatlet. Han har næsten 30 års erfaring som løber fra en ungdom i det Britiske cross-løb miljø, via baneløb til en triatlon karriere, der indeholdt 13 optrædener på Europa Cup niveau på OL-distance. Han har en stor personlig passion for løb og især løbeteknik, og fungerer til daglig som løbetræner og U23 træner i Århus 1900Triathlon.

Kom og hør Jonathan fortælle om den store nyhed indenfor løb – Newton. Newton har sine rødder i Natural Running, som tager udgangspunkt i en effektiv løbestil, ligesom når man løber barfod. Der vil blive drøftet løbeteknik, skofilosofi og -teknologi.

Der er 30 pladser. Tilmelding foregår i butikken, efter "først til mølle princippet"