



Bliv fartholder med Team Nellie Dellies

Har du mod på en ekstra udfordring til årets kvindeløb? Kan du holde et tempo, og har du lyst til at hjælpe andre til at gøre det samme?

Så kom med i front på Team Nellie Dellies, og bliv fartholder på sommerens og forårets kvindeløb sammen med vores ambassadører Charlotte Kolters, Rikke Rønholt og Anne Lolk. Nellie Dellies lakridser er uden tilsat sukker, og er i stedet for sukker tilsat plantefibre, hvilket giver færre kalorier. Læs mere på Nelliedellie.dk

Som fartholder på Team Nellie Dellies får du en ballon hæftet på trøjen med den sluttid, du skal ramme. De løbsdeltagere, der ønsker den samme sluttid, kan derefter slutte sig til din gruppe. Det er din opgave at løbe på den tid, der er afsat og i et jævnt tempo igennem hele løbet, og dermed guide andre til at komme i mål til tiden. Hvad tiden skal være, er du selv med til at bestemme.

Hvorfor være fartholder for Nellie Dellies?

Vi vil, som tak for hjælpen, udstyre dig med løbetøj fra Newline, gratis adgang til løbet, gavekort til Newline, forplejning under løbene og så selvfølgelig en masse Nellie Dellies, i alt med en værdi på omkring **3500 kr.**

Desuden opretter vi et forum kun for fartholdere på nelliedellies.dk/teamnelliedellies.dk, hvor I kan snakke sammen, udveksle tips, råd og erfaringer med hinanden og med vores kendte løbeambassadører.

Hvem er du?

Du skal hverken være professionel atlet, fysioterapeut eller have en særlig BMI for at blive fartholder for Team Nellie Dellies. Du **skal** dog kunne holde et konstant tempo og komme i mål på den tid, som står på din ballon, hvad enten tiden er 5 kilometer på 25 eller 40 minutter. Det er ikke hastigheden, men din vilje til at hjælpe andre til løbene, det kommer an på.

Vi søger i alt 20 fartholdere: 10 løbere i Københavnsområdet og 10 fra Vestdanmark.

Sådan bliver du fartholder for Team Nellie Dellies:

Kunne du tænke dig at blive fartholder for Team Nellie Dellies? Så send en mail til: fartholder@teamnelliedellies.dk, hvor du skriver lidt om dig selv og din træning, hvilke løb, du ønsker at deltage i, samt hvilken distance (5 eller 10 km) og tid, du vil løbe. Ansøgningsfrist 15. april.

Hvis du har spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte Maja Clæsøe på tlf.: 51 64 23 59.

Datoer og tider:

Hvis du bor i Københavnsområdet, ligger dine løb på disse dage:

Iform Kvindeløb 8. maj
Iform kvindeløb 15. maj
Femina Kvindeløb 17. maj
Femina Kvindeløb 18. maj
IN Kvindeløb 11. sep.

Vi håber at høre fra dig.

Venlig hilsen, Toms Nellie Dellies

Hvis du bor i Jylland, ligger dine løb på disse dage:

Iform kvindeløb 30. april (Aarhus)
Iform Kvindeløb 1. maj (Aalborg)
Femina Kvindeløb 8. maj (Aarhus)
Århus Kvindeløb 7. juni (Aarhus)
Femina Kvindeløb 8. juni (Aalborg)
Femina Kvindeløb 13. juni (Fredericia)

Toms
Nellie Dellies