



Test di corsa

C.O. AGET Lugano



Ciao a tutti,

si avvicinano le vacanze ed è ormai tradizione verificare il nostro stato fisico da sfoggiare sulle spiagge.

Certo che con questo lungo inverno tutti abbiamo risentito una certa pigrizia... ed è per questo che all'annuale **Test di corsa** tutti noi dobbiamo cercare di migliorare o perlomeno mantenere la migliore prestazione ottenuta finora.

Sappiamo bene che buona parte di noi mira piuttosto a godersi il momento conviviale facendo passare in seconda linea... appunto la linea e così non mancherà la più che abbondante **grigliata!**

Il tutto è previsto per

**lunedì 17 giugno 2019,
alle ore 18.00 al Parco Vira di Savosa**

In caso di brutto tempo, perché quest'anno non si sa mai, la serata verrà rinviata a data da stabilire (verrete avvisati tramite mail entro le ore 16.00).

Per la grigliata (carne, pannocchie, verdura, ecc.) **ognuno dovrà provvedere a se stesso.**

Quale contributo ognuno dovrà portare antipasti, insalate e torte (da buoni agetini il tutto dovrà essere rigorosamente di ottima qualità).

Le **iscrizioni** alla grigliata, indicando cosa si porta (antipasti, insalate, torte, ecc.), ed al test di corsa sono da inoltrare a

Rachele

rachirache84@bluewin.ch

Tel. 076 753 41 86.

Per migliorare la performance degli scorsi anni potete vedere i tempi dei vari test sul nostro sito www.coaget.ch nell' "area soci/i nostri test".

A presto - il Comitato



P.S.: vista l'umidità degli ultimi tempi sono consigliate coperte isolate e seggiolini... purtroppo non si possono riservare i tavoli e entro le ore 22.00 dobbiamo sgomberare il tutto!!!