**Hardloop vir Hoop 06 November 2021**

Ons is van AfriForum se Trauma-eenheid en wil graag die vrymoedigheid neem om julle na ons Hardloop vir Hoop dag uit te nooi:

**Wanneer**:                          Saterdag, 6 November

**Waar**:                                Voortrekker Monument, Eeufees weg, Pretoria

**Roetes**:                             5km,10km en 15km hardloop / 10km fietsry

**Kostes**:                             R50.00 per persoon **(kaartjies is te koop op** [**www.virhoop.co.za**](http://www.virhoop.co.za)**).**

**Wegspringtyd**:                 07:00 die oggend en enige tyd gedurende die dag tot 19:00

**Vat5 kompetisie**:             Jy kan ’n span van 5x persone inskryf en die 5x persone gaan beurte maak om die 5km roete in 12 ure soveel as moontlik te hardloop.  Die eerste man, vrou en gemengde span gaan pryse wen.

Elke span wat inskryf vir die Vat5 kompetisie is ook verantwoordelik om ’n borg te kry wat die span borg per rondte.  Die fondse word dan in AfriForum se slagofferfonds inbetaal wat weer aangewend word vir slagoffers van geweldsmisdaad.  **(Besoek** [**www.virhoop.co.za**](http://www.virhoop.co.za) **om in te skryf vir die Vat5 kompetisie).**

**Wegspringtyd**:                 06:00 – 18:00 (hardloop soveel 5km rondtes in 12xure)

 Stuur asseblief die aangehegte e-kaarte asook die video na al julle groepe, hardloop klubs, fietsry klubs, familie, skole se landloop spanne en die gemeenskap.  Enige iemand is welkom die dag.  Daar gaan ook ’n gemeenskap mark wees die dag.

Ons sien baie uit om julle almal daar te verwelkom.

Kom daag vir Bennie Roux en sy span by die Vat5 kompetisie uit!

**Izel Kruger**  
  
Kantoor- en Projekbestuurder    
AfriForum Trauma-eenheid

Office and Projectmanager  
AfriForum Trauma Unit

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| [izel.kruger@afriforum.co.za](mailto:izel.kruger@afriforum.co.za) 012 880 1954 |064 870 8312 |  |



