

Inschrijvingsformulier voor de 26<sup>ste</sup> Dam tot Damloop op zaterdag 18 september en zondag 19 september 2010 met Lijf en Balans.



Naam: \_\_\_\_\_  
Straat en huisnummer: \_\_\_\_\_  
Postcode en Woonplaats: \_\_\_\_\_  
E-mail: \_\_\_\_\_  
Telefoon (vast): \_\_\_\_\_  
Telefoon (mobiel): \_\_\_\_\_  
Geboortedatum: \_\_\_\_\_

Ik draag (in september 😊) maat:  
 Small       Medium       Large       Extra Large  
(aankruisen wat van toepassing is).

***Ik wil op zaterdag 18 september meedoen met wandelen:***

- 9 kilometer. Kosten € 11,--  
 9 kilometer (Nordic). Kosten € 11,--  
 17 kilometer. Kosten € 14,--  
 17 kilometer (Nordic). Kosten € 14,--  
 25 kilometer. Kosten € 15,--

***Ik wil op zondag 19 september meedoen met hardlopen:***

- 4 EM (ca. 6,4 kilometer). Kosten € 15,-- (inclusief chip)  
 10 EM (ca. 16,1 kilometer). Kosten € 27,50 (inclusief chip)

Ik heb  wel  geen  
interesse voor een speciale Lijf en Balans voorbereidingstraining (nog onder  
voorbehoud)

Ik heb  wel  geen shirtje van vorig jaar

Voor vragen: [secretariaat@lijfenbalans.nl](mailto:secretariaat@lijfenbalans.nl)

Contant € \_\_\_\_\_       Pin € \_\_\_\_\_       Bank € \_\_\_\_\_

---

Betaald d.d. \_\_\_\_\_

Paraaf consulent: \_\_\_\_\_

***De uiterste inschrijftermijn bij ons is vrijdag 26 maart a.s. De inschrijving is pas geldig inclusief betaling.***