

ottobock.

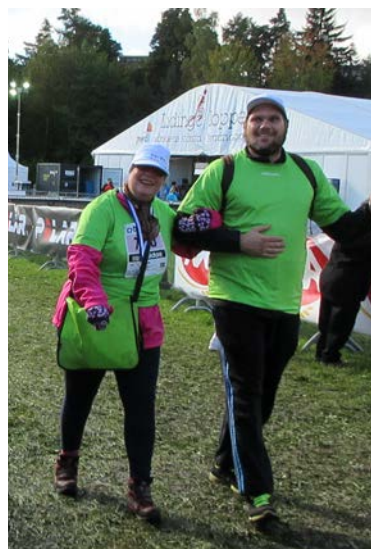
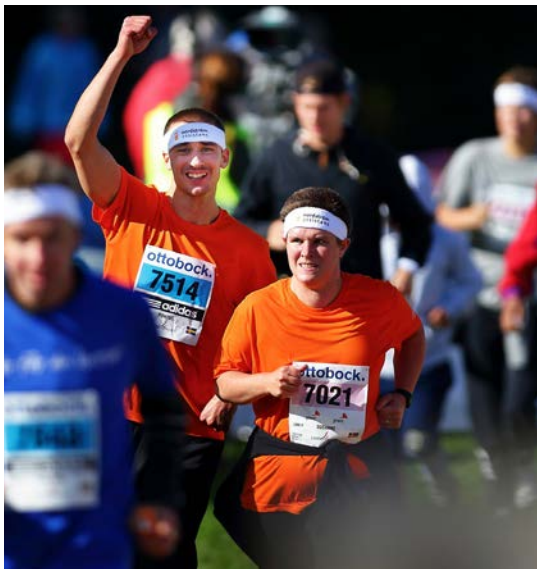
Quality for life

Lidingöruset och Lidingörullet 2017

Delta i Lidingöruset och Lidingörullet med Ottobock!

Nu är det dags att anmäla sig till årets upplaga av Lidingöruset och Lidingörullet. Utmana dig själv och dina vänner och ta chansen och var med i succégänget Team Ottobock! Den 22 september springer och rullar Team Ottobock de båda loppen. Ni hänger väl med?

Team Ottobock deltog i Lidingöruset och Lidingörullet under 2015 och 2016, och varje år har vi vuxit i antal och visat på allt starkare kämparglöd. Och vi har kul tillsammans! Nu hoppas vi att ni vill följa med oss till årets upplaga av en av världens största löparfester. Välkommen med din anmälan!



Lidingöruset 1,7 km
4,0 km

Lidingöruset är för dig som har någon form av funktionsnedsättning, går i särskola eller arbetar i daglig verksamhet eller på dagcenter. Välj mellan 1,7 och 4 kilometer. Spring, jogga eller gå i det tempo som passar dig. Ta gärna med ledsagare eller assistent om du vill! Start och mål sker på Grönsta gårde. Alla som deltar får medalj, frukt och dryck. De sex främsta i respektive distans får pris. Dessutom lottas det ut fina priser bland alla deltagande.

Lidingörullet 2,0 km

Lidingörullet är ett lopp som är öppet för alla som tar sig fram med hjälp av rullande hjälpmedel. Banan är 2,0 kilometer – och du kan tävla ensam eller tillsammans med en assistent. Lidingörullet startar på Lidingövallen. Målet är på Grönsta gårde. Medalj, frukt och dryck till alla deltagande. Även här får de sex främsta i varje klass pris, men det lottas också ut priser bland alla deltagande.

Team Ottobock

Vi gör deltagandet till något mer än bara ett lopp och en tävling. Genom att vara en del av Team Ottobock blir uppladdningen inför loppet tillsammans med upplevelsen på Lidingö en del av den stora resan vi gör tillsammans. Vi vill uppmuntra och inspirera till ett aktivt och hälsosamt liv.

Samtliga deltagare kommer att få ta del av ett inspirerande träningsprogram där det ingår gemensamma träningspass. Vi fokuserar på träning utefter dina behov och förutsättningar. Vid mötestillfällena diskuterar vi även kost och hälsa för att lära oss mer kring vad vi behöver för att må bra i vardagen och klara en utmaning som Ruset och Rullet.

Lidingöloppet är världens största terränglopp och arrangeras av IFK Lidingö Skid- & Orienteringsklubb samt IFK Lidingö. Lidingöloppshelgen går av stapeln den 22-24 september 2017.

www.lidingoloppet.se

Ottobock är ett av världens ledande varumärken på den ortopedtekniska marknaden. Via den Nordiska organisationen erbjuds högkvalitativa, innovativa och tekniskt avancerade produkter och tjänster som hjälper människor att återställa och förbättra sin rörlighet och självständighet.

www.ottobock.se



ottobock.