

AKTIWITEITE

Ons bied die oefengroep meer as net afrigting. Daar is ook 'n verskeidenheid van aktiwiteite waaraan atlete jaarliks deelneem.

Dit verseker dat die atlete op 'n wye terrein ontwikkel.

Van die aktiwiteite is:

- Groepdrafsessies, spanspele ,**
- Ken-mekaar, Eindjaarfunksie,**
- Erkenningsaand**
- Deurlopende prestasietoekennings**
- Oefenkampe en toere**
- Kwartaallikse tydskrif (Drafnuus)**
- Ontbytdrafsessies, Padwedlope,**
- Landloopbyeenkomste (AGN & Skole)**
- Atletiekbyeenkomste (400m – 3000m)**
- Waterpункompetisies tydens padwedlope**
- Padwedlope (5 - 10 Km)**