

Anfängerlaufkurs

Infoabend

Voranmeldung erwünscht



Wo: Phillip-Reis-Str. 3
31832 Springe
Wann: Montag, 20.03.2017
Um: 19:00 Uhr

Unterstützt durch:



Wir von der LangLaufGemeinschaft Springe möchten Dich gerne zu einem Infoabend für ein Laufseminar einladen. Dieses Laufseminar richtet sich an alle, die Spaß und Freude am Laufen haben, es aber einfach nicht schaffen sich aufzuraffen.

Mit einem erfahrenen Trainerteam möchten wir Dich 12 Wochen in lockerer, freundschaftlicher Atmosphäre trainieren.

Unser Ziel ist es, Dich/Euch innerhalb dieser Zeit so fit zu machen, dass Du zumindest 40min. oder sogar länger ohne Pause laufen kannst.

Das Seminar wird speziell für Anfänger im Laufen angeboten.

Aktive betreute Trainingseinheiten gepaart mit der Vermittlung von theoretischem Grundlagen gehören zu diesem Programm.

LLG Springe

LangLaufGemeinschaft Springe e.V.

Ansprechpartner:

Heike Heinemeyer

Mobil 01523 4711079

llgspringe@gmx.de

www.llg-springe.de
