

# RUN4FUN - laufe und werde fit

WORKSHOP FÜR ANFÄNGER- UND WIEDEREINSTEIGER / INNEN



<b>Leitung</b>	Regina & Nic Kindschi, Marianne Balmer
<b>Treffpunkt</b>	Kurpark beim Spielplatz (bei jeder Witterung)
<b>Wochentag</b>	Donnerstag
<b>Zeit</b>	19:00 Uhr
<b>Dauer</b>	45 - 60 Minuten
<b>Datum</b>	1. Block (7 Trainings): <b>16. Mai - 4. Juli 2019</b> 2. Block (7 Trainings): <b>22. August - 3. Oktober 2019</b>
<b>Kosten</b>	Mitglieder gratis Nichtmitglieder 5.- pro Training / 30.- pro Block
<b>Ziel</b>	Genussvolles Laufen ohne Zeitdruck Lauerlebnis in der Davoser Natur mit Gleichgesinnten Verbesserung der Lauftechnik Eine Seerunde ohne Gehpause zu laufen
<b>Kontakt / Infos</b>	<a href="mailto:info@trackclub.ch">info@trackclub.ch</a> / 078 771 28 05

Anmeldung nicht erforderlich!

Laufen in der Gruppe macht mehr Spass und ist keine Frage des Alters