



LEICHTATHLETIK
labtv chur

~~-Sollte ...~~
~~-Hätte ...~~
~~-Müsste ...~~
~~-Könnte ...~~
~~-Würde ...~~

... MACHEN!!!

Jetzt anmelden zum

RUNNING CRASH KURS !

Infos

Daten 2022

total 4 Trainings am
Donnerstag Abend
28. April &
5./ 12./ 19. Mai

Zeit

19.00-20.00 Uhr

Ort

Waldhausstall
Fürstenwald

Kosten

CHF 40.00

info@labtvchur.ch

- ✓ verschiedene Stärkeklassen
 - ✓ gezieltes Techniktraining, auch als Vorbereitung für den Trail Run geeignet
- ✓ Tricks für die Trainingsplanung
 - ✓ fachkundige Leitung
- ✓ Tipps für eine ideale Ernährung
 - ✓ jeder Teilnehmer erhält ein funktionelles T-Shirt
- ✓ Anmeldung bis 25. April 2022: www.labtvchur.ch