



LEICHTATHLETIK
btv chur

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

... MACHEN!!!

Jetzt anmelden zum

RUNNING CRASH KURS !

Infos

Daten 2026

total 4 Trainings am
Dienstag Abend
28. April, 5./ 12./ 19. Mai

Zeit

19.00-20.00 Uhr

Ort

Waldhausstall
Fürstenwald

Kosten

CHF 40.00

Kontakt

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 21. April 2026: www.labtvchur.ch