

Sportverein Rinn

Oberdorf 5b - 6074 Rinn
www.sportverein-rinn.at
ZVR-Zahl:172344469



Lauftreff: Technik, Kraft und Spass



- Zeit:** jeweils Montag vom 1.4. bis zum 3.6.2019,
18:00 bis 19:30 Uhr
- Ablauf:** ca. 30 Min. laufspezifisches Kraft- und
Koordinationstraining, anschl. gemeinsame Laufrunde
- Ort:** 1. Treffpunkt: Fußballplatz Rinn
- Kursleiter:** Marcel Mayr, SV Rinn, Thomas Raitmair, SV Sistrans
- Motivation:** Der nächste Teufelsmühlenlauf kommt bestimmt 😊
- Zielgruppe:** vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen
- Gruppe:** min. 8, max. 25 Teilnehmer/innen
- Kosten:** € 30, offen für alle Laufbegeisterten im Mittelgebirge
- Ausrüstung** Lafschuhe, Laufbekleidung
- Anmeldung:** über die Homepage www.teufelsmuehlenlauf.at
- Specials:** Sportmotorikworkshop
Workshop Bewegungsapparat, Dehnen etc.
Laufschuhtest mit Fußanalyse (Sport Spezial)

Wir freuen uns um zahlreiche Teilnahme und eine nette gemeinsame Zeit

Mit sportlichen Grüßen

Das Laufteam des Sportverein Rinn und des Sportverein Sistrans



Sport