Lauftraining für Fortgeschrittene

Dieser Aufbaukurs ist für alle gedacht die bereits Lauferfahrung haben und ihre Lauftechnik verbessern möchten.
Mitmachen kann jeder, der problemlos 5 – 6 km joggen kann.
Laufen in der Gruppe als Motivation, Bewegung an der frischen Luft und in der Natur tut gut.

Kursleitung:	**Ellen Janßen**
Kursbeginn:	Dienstag 7.März 17:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	5 Einheiten
Ort:	Start am Parkplatz Rodeckstadion
Kursgebühr:	15,-€ für Mitglieder 45,-€ für Nichtmitglieder bei Verhinderung keine Rückerstattung oder Gutschrift der Kursgebühr
Anmeldung:	nur über das Buchungsportal unter www.tv-kappelrodeck.de / Kursangebote
Infos auch unter:	TVK – Geschäftsstelle Tel. 07842-996980 geschäftstelle@tv-kappelrodeck.de

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 15 Personen begrenzt, daher schnell anmelden.

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

TVK 05