

## **Profilkurs Jogging**

### **Run like a pro!**

Komm zu uns ins Laufteam! Wir joggen jeden Dienstag draußen an der frischen Luft. Wir werden nicht nur unsere Runden drehen, sondern auch grundlegende Lauf- und Aufwärmtechniken erlernen.

Ziel unseres Kurses wird ein Stadtlauf über 5 km oder 10 km sein, den wir gemeinsam aussuchen und darauf trainieren. Zur Seite steht euch das kompetente Konopka-Treidler-Coaching-Team mit Marathonerfahrung und unzähligen absolvierten Laufstunden, sowie der Motivation, euch zu Höchstleistungen anzutreiben.

Wir freuen uns auf ein gemeinsames Training, bei dem ihr an eure Grenzen gehen könnt, wir aber vor allem hoffentlich viel Spaß miteinander haben werden.

Denkt dran: Halle ist für Lutscher!