

TEAM oberpfalz

LAUF10! startet wieder



Werdet zu 10 Kilometer Läufern!!

Los geht's am:

Dienstag 18.04.2017 – 18.30 Uhr
Realschule Weiden (Eingang Schwimmbad)

Von Null auf zehn Kilometer: LAUF10! macht Sportmuffel innerhalb von zehn Wochen fit für einen Zehnkilometerlauf. Wir trainieren Euch Dienstag und Donnerstag. Ziel: Abschlußlauf in Wolnzach am 30.06.2017.

Zusätzlich könnt Ihr alle unsere Trainingsmöglichkeiten (Krafttraining, Gymnastik, Schwimmen) nutzen.

Ihr braucht nur eine Kurz-Mitgliedschaft (Kosten 36,- €, Startgebühren Abschlußlauf und Laufshirt incl.) bei uns.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

☎ 0177/8668931

www.team-oberpfalz.de – Projekte

lauf10@team-oberpfalz.de