



LAUFEN – ABER RICHTIG!

STARTEN SIE MIT UNS IN DIE NEUE SAISON!

Lauftechnik? Nur die wenigsten Laufbegeisterten beherrschen die optimale Technik. Das KSV-Lauftraining ist ein spezielles Angebot an Läuferinnen und Läufer, die ein **körpergerechtes, ökonomisches und gesundes Laufen** erlernen wollen.

Unsere Trainer zeigen Ihnen mit gezielten Übungen die für Sie richtige Technik, damit es sich einfach leichter läuft.

Top-Angebot für 9 Einheiten:

€ 25,- für Gewerkschaftsmitglieder (younion)

€ 60,- für Nicht-Mitglieder

Termine:

ab 1.4.2020 bis 27.5.2020

jeden Mittwoch von 17:00 bis 18:00 Uhr

Anmeldung bis spätestens 31.3.2020:

per E-Mail an michael.witzmann@wien.gv.at

Alle Infos unter www.ksv-wien.at/lauftraining



**REIN IN DIE LAUFSCHUHE
UND RAUS AUS DEM ALLTAG!**