

schwarzes brett

LAUFKURSE FÜR ANFÄNGER

Wir bieten erste Schritte in die wunderbare Welt des Laufsports unter professioneller Begleitung an. Basel: montags ab 7. April, um 19 Uhr. Frenkendorf: samstags ab 29. März, um 9 Uhr. Das Programm besteht aus Einturnen, Laufen und Ausdehnen und dauert 60 bis 70 Minuten. Zehn Lektionen kosten total 80 Franken. Übergewicht, Alter, Rauchen oder Unsportlichkeit sind keine Hindernisse, um am Kurs teilzunehmen! Wir bauen den Hobbysportler langsam auf. Weitere Infos unter 061 227 88 35 oder info@lauftreff.ch
> www.lauftreff.ch