

Nochenstart



Lauffrett, ein Verein mit 180 Mitgliedern, bietet Joggingskurse für unterschiedlichste Gruppen an: für Anfängerinnen und Anfänger, wöchentliche Trainings mit Sehbehinderten, Kurse für Übergewichtige, Unsportliche, Rekonvaleszenten, Wertschöler, Raucher, Früh-

rentenvereine und Pensionierte. Ob Gruppen- und Einzelkationen – alle finden den Einstieg in die wunderbare Welt der natürlichsten Bewegungsart. Für ambitionierte Läuferinnen und Läufer gibt's Kurse zur Vorbereitung für den Halb- bzw. den Marathon. Zudem besta-

ben Angebote speziell für Firmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Weitere Infos gibt's unter Tel. 061 227 88 25, www.lauffrett.ch.

Auf dem Foto sieht man einige Läufer, die Trainer und Mitarbeiter des Sekretariats.