

Gemeinsam Spaß haben und frische Waldluft genießen.

Wir vom Laufftreff des Post-SV Tübingen laden Euch ganz herzlich ein, teilzunehmen.

- Voraussetzungen:** Lust sich zu bewegen, zwei gesunde Beine, Laufschuhe
- Ziel:** 45 Minuten am Stück laufen
- Training:** Über 12 Wochen (Start: 13.05.2023, Ende: 15.07.2023)
- 2x wöchentlich angeleitetes Training**
- samstags 17:00 Uhr (1. Termin: 15:00), mittwochs 18:30 Uhr
- 1x wöchentlich Selbsttraining** (montags)
- Treffpunkte:** Wechselnde Orte bei Tübingen Waldhäuser-Ost
(Genauere Bekanntgabe jeweils per E-Mail / Messenger)
- Verpflegung:** Getränk wird nach jedem Training bereitgestellt
- Weitere Infos:** www.post-sv-tuebingen.de
- Anmeldung:** Per E-Mail laufkurs@post-sv-tuebingen.de
oder telefonisch **07071 – 687013** (Christine Gafner)
- Kosten:** 35 Euro, vor Kursbeginn auf Post-SV Konto überweisen:
IBAN: DE05 6415 0020 0001 4120 82, BIC: SOLADES1TUB
- Verantwortlich:** Christine Schmid Christine Gafner Wolfgang Gross
Sportliche Leitung Organisation Laufftreff-Leitung



Ein Angebot des



Flyerdesign: Fabian Knisel | kniselmedia.de

Laufkurs

POST-SV TÜBINGEN
GEMEINSAM AKTIV

für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen

Tu was für Deinen Körper!

Unser Ziel: 45 Minuten am Stück laufen



Start: Samstag, 13. Mai 2023, 15:00 Uhr
Treffpunkte in Tübingen Waldhäuser-Ost

Weitere Infos: post-sv-tuebingen.de
Kontakt: laufkurs@post-sv-tuebingen.de