

Gemeinsam Laufen mehr bewegen

Eine Initiative von

**SPORT
UNION**
EIDENBERG



**SPORT
UNION**
G E N G



Auftaktveranstaltung mit Impulsvorträgen
10. Februar 2017, 20:00 Uhr DLZ Eidenberg

Sporternährung – Mag. Martina Honsig
Sportwissenschaftl. Aspekte zum Thema Laufen - Mag. Alwin Mold

3 Lauftreffs mit geschulten Coaches im März

1. Lauftreff: 3. März, 18:00 Uhr

Laufschule mit Kirsten Wakolbinger u. Willi Rammerstorfer

2. Lauftreff: 18. März, 10:00 Uhr

„Neu bewegt“ Vor und Nachbereitung des Laufes mit Steffi Neu

3. Lauftreff: 25. März, 10:00 Uhr

„schneller werden“ mit Mag. Alwin Mold

Treffpunkt Lauftreffs:

Biesenfeld Bad – Laufen am Donau-Damm, im Anschluss Duschköglichkeit
Abfahrt in Untergeng u. Eidenberg immer 30 min. vor den Treffen

Sei dabei und hol dir ein cooles Laufshirt!

Voraussetzung:

*) du hast an einer der 4 oben genannten Veranstaltungen
und am Linz-Marathon 2017 teilgenommen (egal welche Distanz) oder

*) du warst bei 3 der 4 oben genannten Veranstaltungen dabei