



Von 0 auf 5 km in 6 Wochen

Fit in

den

Frühling

laufen

in der Einsteigergruppe des Lauffreunds des TSV
Uetersen
mit Katja und Team

In netter Gesellschaft unter Gleichgesinnten
geht es ganz langsam mit 2 Minuten laufen und
1 Minute gehen los.

Nach 6 Wochen
läufst Du dann entspannt 5 km durch.

vom 23.02.2022 - 30.03.2022

6x mittwochs von 17.30-18.30 Uhr



Anmeldung und Fragen (bis 20.2.2022) an:

0auf5@zuehr.de

Kosten: 30,00 €

eine Mitgliedschaft im TSV ist nicht erforderlich

für Mitglieder des TSV ist der Kurs kostenfrei