Laufen mit Kathrin - Der Einstieg zur MILA

Der Lauftreff MILA Rheintal führt erstmals ein spezielles "Schnuppertraining" durch. Die Einladung dazu geht an Jugendliche und Erwachsene aller Altersgruppen, die an einem Mittwochabend zusammen mit Gleichgesinnten unter kundiger Führung laufen möchten. Das MILA-Führungsteam ist überzeugt, dass den TeilnehmerInnen das Lauftraining in dieser speziellen Gruppe gefällt und hofft, dass einige in Zukunft in einer der drei bestehenden MILA-Trainingsgruppen zu sehen sein werden.

Freitag, 28. März 2014 - von Felix Benz

Geleitet wird das Schnuppertraining von Kathrin Hensch. Ihr Programm ist voll und ganz auf die Leistungsmöglichkeiten von typischen "Laufeinsteigern" ausgerichtet. Ihr Ziel ist es, die TeilnehmerInnen zu motivieren, die Freude am Laufen zu entdecken oder entwickeln, sie zu erhalten und fördern. Fühlst du dich angesprochen, dann komm zum MILA-Schnuppertraining und lass dich begeistern.

Treffpunkt: am 2., 9.,16. oder 23. April 2014 um 18.15 Uhr
beim Eingang zum Hallenbad Balgach.

Garderoben und Duschmöglichkeiten sind vorhanden. Anmeldung ist keine erforderlich - einfach Laufschuhe schnüren, hingehen und mitlaufen. Das Schnuppertraining dauert ca. eine Stunde.

FINISHER 2013

MIGROS