

Start-Event „lauf dich fit“

Sonntag, 22. Oktober 2017, 14 Uhr
Kleiner Teich Bernhardsthal
(bei Schlechtwetter Gasthaus Donis)

PROGRAMM

- **Lauf- und Hüpfspiele mit Fito Fit**
- **Lauftipps** mit dipl. Laufinstructor **Angelika Artner**
(Landesmeisterin im Duathlon 2015)



Für Getränke sorgt die Jugend Bernhardsthal,
Aufstrichbrote kredenzt die Gesunde Gemeinde.

**Wir freuen uns
auf euch!**

...und so soll's weiter gehen

- **Lauftraining: 5x Lauftraining** mit
dipl. Laufinstructor Angelika Artner für
Gruppe 1 → 5 bis 10jährige (14 – 15 Uhr)
Gruppe 2 → 11 bis 14jährige (15 – 16 Uhr)
Termine: Fr., 17.11./ Mo., 04.12./ Fr., 12.01.
Fr., 09.02./ Fr., 09.03.
Kosten: EUR 25,00 pro Kind (für alle 5 Laufeinheiten)
Anmeldung: beim Start-Event oder bei
Johanna Tanzer 0676 6028924



- **Teilnahme beim Silvesterlauf**
- **Abschluss-Event** im Frühling mit Wettbewerb und Zeitnehmung