

Seminar / Séminaire

mit / avec Matthias Klotz

Dienstag / mardi 22.06.2010, 19.30 - 21.00

...damit es läuft beim Laufen!

Sie wollen Laufen, doch es klappt nicht mit der Motivation? In diesem Seminar gibt Ihnen Matthias Klotz Anregungen und Tipps wie das Laufen zu einem normalen und festen Bestandteil in Ihrem Leben wird.

...afin de courir tout en avançant !

Vous voulez courir, mais ne trouvez pas la motivation ? Lors de ce séminaire, Matthias Klotz vous apporte des idées et astuces pour que la course fasse partie de votre quotidien, de manière tout à fait naturelle.

Treffpunkt / lieu CTS SA, Kasse Hallenbad / caisse piscine couverte

Kosten / prix CHF 25.- (zahlbar an der Kasse, a régler à la caisse)

Weitere Anlässe / Davantage d'ateliers:

Berglauf (praktisch), course de montagne (atelier pratique)

Dienstag / mardi 07.09.2010 18.30 - 20.00

