

Laufkurse 2018



Laufkurs 30min
für Anfänger

Laufkurs 60min
für Fortgeschrittene



www.vfl-waldbreitbach.de

VfL-Laufkurse 2018

Laufkurs 30 Min. mit Ziel 30 Minuten Dauerlauf

Laufkurs 60 Min. mit Ziel 60 Minuten Dauerlauf

Dauer: 16. April bis 8. Juni 2018 (8 Wochen)

Voraussetzung: Sportgesundheit bzw.

30 Min. Dauerlauf für Laufkurs 60

Termine: Montags und mittwochs, 18.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Sporthalle Waldbreitbach

Info-Treffen: Montag, 19. März 2018, 19.00 Uhr

Mehrzweckraum der Grundschule
Waldbreitbach

Kursabschluss: DLV-Laufabzeichen mit Urkunde
(30 Minuten Laufen ohne Pause),
Teilnahme am 5 km / 10 km-Volkslauf
in Koblenz am 8. Juni 2018

Teilnehmer: Jugendliche und Erwachsene

Kursgebühr: **25,00 €** für **Nicht-Vereinsmitglieder**,
kostenfrei für Vereinsmitglieder

Kursleitung: Wolfgang Bernath
und weitere Betreuer(innen)

Anmeldung: Voranmeldung bis zum **18.03.2018** ist
auch für Vereinsmitglieder **erforderlich**.

Informationen und Anmeldungen:

02638-94 56 85 - laufkurs@vfl-waldbreitbach.de

Wir laufen bei jedem Wetter!

www.vfl-waldbreitbach.de

www.facebook.com/vflwaldbreitbach

