



“Laufen statt Couch(-en)”

Friedrichshafen - “Laufen statt Couch(-en)” heißt der Anfängerkurs des Lauftreffs Friedrichshafen, der am Mittwoch, 18. Februar, startet. Unter fachkundiger Anleitung treffen sich die Laufanfänger über sechs Wochen hinweg zweimal in der Woche zum gemeinsamen Laufen.

Am Ende des Kurses sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 30 Minuten am Stück joggen können. Um das Ziel zu erreichen, treffen sich die Laufanfänger jeweils samstags (15.30 Uhr) und mittwochs (18 Uhr) zu einem einstündigen Training. „Jetzt schnell anmelden“, rät Lauftreffleiter Wolfgang Kleinertz, „denn die 20 Plätze sind schnell ausgebucht.“

Der Kurs kostet zehn Euro. Weitere Infos gibt's von Wolfgang Kleinertz per E-Mail unter info@lauftreff-fn.de oder im Internet unter www.lauftreff-fn.de. Dort befindet sich auch das Anmeldeformular.