



physicum  
KLUG MACHT FIT

# **PHYSICUM-Lauftreff**

Sie wollten schon immer mit dem Laufen beginnen oder lieber in einer Gruppe laufen?

## **Start:**

**– an jedem Sonntag, 9.30 Uhr**

## **Treffpunkt:**

**– Parkplatz am Trimpfad**

(oberhalb vom Hansenhaus Links)

### **Gruppe 1: Einsteiger**

Wir geben kurze Infos über den richtigen Einstieg, Tipps zum Schuhwerk etc. Pulsuhren sind von Vorteil!

In Absprache mit den Teilnehmern wird eine Strecke von ca. 3 bis 5 km gelaufen.

### **Gruppe 2: Lauferfahrene**

Geplante Strecken nach Absprache. Eventuelle Aufteilung in Gruppen nach Leistungsstand.

### **Anmeldung**

Die Anmeldeleiste liegt an der Rezeption aus. Bitte tragen Sie sich hier verbindlich ein und vermerken Sie, mit welcher Gruppe Sie laufen möchten.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Ihr PHYSICUM-Team