



Die Zentralschweiz bewegt sich – schliess dich an!

SWISS
Lauftreff
LAUFEN WALKING
swisslaufftreff.ch

**«Die GRÖSSTE Lauf- und Walking-Veranstaltung der Zentralschweiz»
34 Standorte**

SOMMERPROGRAMM 2017

27.03. – 25.10.2017

Standort

Tag / Zeit / Treffpunkt / Angebot

Standortssponsoren

Schüpfheim

Mittwoch, 19.00 Uhr
Haus an der Emme
Laufen | Nordic Walking



Wolhusen

Montag, 09.00 Uhr
Spital, altes Schützenhaus
Laufen | Nordic Walking



Montag, 19.00 Uhr
Schulhaus Rainheim
Laufen | Walking | Nordic Walking



(Versicherung ist Sache der Teilnehmenden)

Willkommen zum Mitbewegen!

- kostenlos
- vereinsunabhängig
- diverse Stärkeklassen
- Einstieg jederzeit möglich
- kein Leistungsdruck
- für alle offen

Tel. 041 211 12 34 | swisslaufftreff.ch

Seminare & Kurse, die dich weiterbewegen ...

- **10-teilige Laufkurse «Lauf- und Konditionstraining»**
Mi. + Do. in Luzern; mit Kaspar Zemp
- **3-stündiges Laufseminar L1 «Stärker, effizienter Laufen»**
Samstagsmorgen in Luzern; mit Kaspar Zemp

Anmeldung, detaillierte Infos, laufend weitere Angebote sowie Newsletter unter **swisslaufftreff.ch**

Medienpartnerin



Hauptpartner



Co-Sponsoren

