

Trailrunning Treff für Kinder

Bewegung, Natur und Spass ist genau deins?

Dann komm vorbei, um auf Waldwegen und Kies Trailrunning auszuprobieren. ☺

Zeit und Ort

Jeden Dienstag von 17-18 Uhr am Fürstenwald Chur (genaue Infos folgen per Mail)

Zielgruppe

Alle Kinder zwischen 6 und 12 Jahren, die sportbegeistert sind oder einfach mal gern etwas Neues ausprobieren möchten.

Ob du schnell rennen kannst oder nicht, spielt dabei keine Rolle, es ist jeder herzlich willkommen.

Stundenaufbau

Aufwärmen

Laufen/ Spielerische Technikeinheit

Auslaufen/Dehnen/Kraftübungen

Kosten

Ein Schnuppertraining kann kostenlos absolviert werden. Danach belaufen sich die monatlichen Beiträge auf 30 CHF pro Kind.

Anmeldung und Infos

Für Anmeldungen oder Fragen gern an leonie.muth@gmx.de

Ich freue mich auf euch! ☺

