

LAUF-AG



MITTWOCHS
7. + 8. Stunde
Sportplatz
(draußen)
Jahrgänge 9-13
Start: 09.02.2023

Ziele der AG:

- bis zum Sommer 30 min am Stück laufen können
- die Lauftechnik zu verbessern, um sich weniger anstrengen zu müssen
- Spaß am Laufen zu entwickeln

Ich freue mich auf euch!

Wg

FRAGEN AN:

WG@GYMANSIUM-BRAKE.DE

WARUM LAUFEN?

ES IST DIE NATÜRLICHSTE FORM DER FORTBEWEGUNG.

**DER FRÜHE VOGEL FÄNGT DEN WURM! -
JE FRÜHER IN DER JUGEND
MAN MIT LAUFEN BEGINNT,
DESTO EINFACHER FÄLLT ES IM
RESTLICHEN LEBEN. :)**