

Test Tag und Workshops zum Thema Trailrunning



Unsere Partner:



salomon
DESIGNED FOR FREEDOM



WINFORCE[®]
Swiss Premium Nutrition



Run on clouds.

Datum: Samstag 1. April 2017

Zeit: 10.00-ca.15.00Uhr Begrüssung, Vorstellung Mitwirkende,
anschliessend Workshops in 3 Gruppen à je 30min

1. Workshop Physio (unterstützende Übungen für Trailrunning mit
Martina (Physiotherapeutin) und Gary Lechner (Fitness Instruktor)

2. Workshop Ärzte Tipps (Fragerunde und Ratschläge mit Dr.
Edith Kortekaas (Ärztin, Ausdauerläuferin) und Dr. Jeroen Amelsfoort
(Hausarzt, Sportbegeisterter)

3. Workshop Trailrunning Psychologie Hinweise,
Anregungen aus psychologischer Sicht mit Silvan Jäger
(Masterstudent Psychologie, Sportbegeisterter)

Anschl. **Trailschuhe testen** Testmaterial von Salomon, On und Leki

Treffpunkt: Sportanlage Sand in Chur - bei der Rundbahn

Kosten: Gratis Test mit Workshops - Hol dir deinen Rabatt Gutschein

Marken: Salomon, ON, Leki Stöcke, Resoxx, Sponser, Winforce,
Footbalance (Einlegesohlen)

Anmeldung: Mark Sport Chur, Tel. 081 533 15 22 / chur@marksport.ch



Mark Sport | City Shop Chur

Quaderstrasse 2/8 | 7001 Chur | Tel. 081 533 15 22



www.city-shop-chur.ch



Ihre Sportfachhändler!



Chur

Die Alpenstadt