

Informationsabend zu neuen Laufkursen

26.02.2010, 17:24 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *DIE BERGISCHE KRANKENKASSE*



Fit für den 4. Sambatrassenlauf und den 3. BERGISCHEM Firmenlauf? Wer Technik und Ausdauer bis Juni noch verbessern möchte, zum ersten Mal bei dem Event starten will oder einfach nur Spaß am Laufen hat, ist bei den neuen Laufkursen von Laufsport Bunert und der BERGISCHEM Krankenkasse willkommen – als Anfänger, Hobbyläufer oder Ambitionierter.

Ein kostenloser und unverbindlicher Infoabend findet am Freitag, 12. März, um 19 Uhr statt.

Muss ich fürs Laufen Grundkenntnisse im Laufen haben? Eignet sich einer der Laufkurse für mich? Benötige ich eine besondere Ausstattung? Wie kann mein individuelles Training aussehen? Was ist sonst zu beachten? Diese und weitere Fragen können Interessenten bei der Infoveranstaltung stellen. Treffpunkt für den Austausch am Freitag, 12. März, 19 Uhr, ist Laufsport Bunert, Friedrich-Ebert-Straße 87, 42103 Wuppertal.

Die Laufkurse selbst beginnen am Montag, 22. März. Sie bestehen aus zwölfwöchigen individuellen Trainingsplänen inklusive einer Leistungsdiagnostik und werden von erfahrenen Trainern betreut. Die Schwierigkeitsgrade sind angepasst auf Anfänger, Hobbyläufer und Fittere, die ihr Potenzial verbessern wollen. Die Kosten pro Kurs betragen 159 Euro. Darin enthalten ist die Startgebühr für den 4. Sambatrassenlauf im Juni. Mitglieder der BERGISCHEM zahlen 149 Euro.

Weitere Informationen und Anmeldung bei Laufsport Bunert unter Ruf 0202- 747 28 08, per E-Mail unter ausdauerschule@bunert.de und online unter www.bunert.de.

Portrait

DIE BERGISCHE KRANKENKASSE ist eine für NRW und Hamburg geöffnete, gesetzliche Krankenkasse. 135 Jahre Tradition und Innovation im Bergischen Land, 100 Mitarbeiter in unseren Kundenzentren in Solingen und Wuppertal und rund 70.000 Versicherte stehen für die Verbundenheit mit der Region. Hervorragende Leistungen und Zusatzleistungen, bester Service und ideenreiche Angebote unserer Kooperationspartner bestätigen ausgezeichnete Qualität. Auf die BERGISCHE ist Verlass – Heute und in Zukunft.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/402443/Informationsabend-zu-neuen-Laufkursen.html>