

Lauftreff für Einsteiger

- montags Winterpause -

- donnerstags 18:00 – 19:30 Uhr -

- samstags 09:30 – 11:00 Uhr -

Liebe Mitglieder,

ab dem 26.10.2020 geht der Lauftreff montags in eine Winterpause.

Samstags und donnerstags findet der Kurs auch während der kälteren Jahreszeit wie gewohnt statt. Aufgrund der schlechten Sichtverhältnisse donnerstagabends solltet ihr Stirnlampen oder eine ähnliche Beleuchtung für die Teilnahme am Kurse selbst mitbringen.

Kursleiter: Marcus Lorre

Treffpunkt: Empfang RochusFit

Kleidung: Lafschuhe und dem Wetter angepasste leichte Kleidung,
Stirnlampe oder ähnliche Beleuchtung für donnerstagabends

Da wir den Lauftreff erst ab einer Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen anbieten können, ist eine Anmeldung am Empfang des RochusFit bis spätestens einen Tag vor Kursbeginn unbedingt nötig!

Wir wünschen euch viel Spaß!

Euer KölnBäder-Team

RochusFit