




# Laufanfängerkurs ab dem 17.03.2022

**Für Neueinsteiger – Wiedereinsteiger – Quereinsteiger**

- Dauer** 6 Monate
- Umfang** 2x wöchentlich – montags und donnerstags – um 18:30 Uhr für jeweils ca. 1 Stunde
- Ort** Stadion Niederrhein, Lindnerstr. 78, 46149 Oberhausen
- Inhalt** Betreutes Training, Training in der Gruppe, motivierte Trainer + 3 Abende Ernährungscoaching mit **BARBARA STÖCKL** 
- Preis** 115,- € pro Kurs\* inkl. Ernährungscoaching  
max. 15 Teilnehmer / \* für RWO Mitglieder: 95,- €

**Du brauchst mehr Infos? Komm zum Infoabend am 10.03.2022 um 18:30 Uhr am Stadion Niederrhein oder schreib uns:**

**[info@rwo-endurance-team.de](mailto:info@rwo-endurance-team.de)**

Die ersten beiden Kursstunden gelten als Schnupperstunde. Im Anschluss ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.

## Wir freuen uns auf Dich!