

# TRI RUNNERS BADEN

Bankverbindung: Sparkasse Baden  
ATO6 2020 5010 0002 8652  
BIC SPBDAT21XXX



ZVR-Zahl: 735443126

[www.trirunnersbaden.at](http://www.trirunnersbaden.at)

## LAUFSCHULUNG mit Reinhard Kiefer

Termine:	<b>Oktober</b>	<b>09.10. und 23.10.2022</b>
	Jänner	15.01. und 29.01.2023
	Februar	12.02. und 26.02.2023
	März	12.03. und 26.03.2022
	April	OUTDOOR

je nach Witterung wird der Termin für Outdoor bekanntgegeben

**Info über Whats App Gruppe SWIM und Triathlon der Tri Runners Baden  
PTS Baden Trainingsstart 10:00 – 11:30**

**Kontakt bezüglich Aufnahme in die entsprechenden Gruppen - siehe  
NEWSLETTER 13 OKTOBER 2022**

Kosten: Kosten je Teilnehmer € 10,00 (nur für Vereinsmitglieder Tri Runners Baden)  
€ 20,00 (nicht Vereinsmitglieder)

Trainiert wird Indoor in der Turnhalle der PTS Baden, (Hildegardgasse 8, 2500 Baden). Geeignet ist dieses Training für alle, die ihre Technik verbessern wollen, ökonomischer und effizienter laufen wollen.

Wir schulen die kraftmäßigen Voraussetzungen, die Beweglichkeit und die (allg. und spezifische) Koordination. Pünktliches Erscheinen ist wichtig – da dann kein offener Zugang zum Turnsaal sein wird.

