

22. Mai 2025

Reminder: Gesundheitsreihe für Ärzt*innen – Lauftraining

Unsere Gesundheitsreihe geht in die nächste Runde – diesmal mit einem Lauftraining unter professioneller Anleitung, das sowohl Einsteiger*innen als auch Fortgeschrittene anspricht. Und auch danach bleibt es aktiv: Im Juni erwarten Sie weitere vielfältige Bewegungsangebote.

Das Lauftraining beginnt mit einer kurzen Aufwärmphase, bevor die gemeinsame Laufeinheit startet. Unsere Trainer*innen geben dabei gezielte Hinweise zur Lauftechnik und teilen hilfreiche Tipps für ein gesundes und effektives Lauftraining.

Bitte achten Sie auf kurzfristige Terminänderungen bei Schlechtwetter!

Für den 27. Mai gibt es noch Restplätze:

- **[27.05.2025](#)**

Für die Anmeldung bitte auf das Datum klicken.

Wann: 18.00 Uhr

Wo: Gelaufen wird im Augarten, der genaue Treffpunkt wird Ihnen mit der Anmeldebestätigung zugeschickt. Jeder Termin ist auf max. 20 Teilnehmer*innen begrenzt.