



Laufen und mehr – Ü20

MONTAG, ca. 18.30 – 20 Uhr

Start: ab 17. JUNI

Egal ob (Wieder-)Einsteiger(in) oder regelmäßige(r) Sporttreibende(r), wir möchten uns gemeinsam bewegen und auch mal an Belastungsgrenzen kommen. So schaffen wir es ganz nebenbei, dass wir uns häufiger und regelmäßiger bewegen und fit bleiben.

Der Spaß steht dabei im Vordergrund und daher gibt es auch ein abwechslungsreiches Programm mit Ausdauer- und Kraftfokus. Alle Level sind herzlich willkommen!



Über mich

Lisa Müller-Kümmerle, 38 Jahre alt – ich wohne mit Steffen & Eva seit 2018 in Lutzenreute. Seit Kindesbeinen bin ich mit der Leichtathletik verbunden. Ich habe über 10 Jahre hinweg Kinder, Jugendliche und Erwachsene trainiert und auch einen Trainerschein erworben. Darüber hinaus trainiere ich seit über 15 Jahren regelmäßig Yoga, bin leidenschaftliche Skitourengeherin und bin gern sportlich in den Bergen unterwegs.

Ich freue mich nun auf ein neues sportliches Kapitel am Eichenberg – meldet euch mit euren Fragen gern telefonisch unter der [+49 173 8562767](tel:+491738562767)