



© UNSER LAGERHAUS

Alle Teilnehmer waren begeistert von der ALPHA-Lauftechnik als neue Methode für Ausdauertraining, Regenerations- und Entspannungseinheit

Völlig neues Lauferlebnis

Ein großer Erfolg war das **1. Kärntner ALPHA-Laufseminar**. Das Fortbildungs- & Begegnungszentrum inca&kompetenz hat entsprechend seinem Motto „Balance im Tun & Sein“ in Kooperation mit dem LAGERHAUS das ALPHA-Laufseminar veranstaltet. Auf einer der schönsten Laufstrecken Kärntens, beim Café Sunseit'n direkt am Keutschachersee, und unter professioneller Anleitung von Dr. Johannes Huber vom ALPHA-Laufteam, konnten

die Teilnehmer ein völlig neues Lauferlebnis kennenlernen: sanfte Bewegung mit Entspannung, für jedermann leicht erlernbar.

TERMIN

Samstag, 5. September 2015
(9-17 Uhr), Café Sunseit'n am Keutschachersee. Begrenzte Teilnehmerzahl!

Infos & Anmeldung:

Sigrid Kronhofer,
Tel.: 0664/12 53 168
E-Mail: kronhofer@
inca-kompetenz.at
www.inca-kompetenz.at