



Beatr  
Heinri  
meist  
nächs  
Piber

## MACHEN SIE METER!

**KROATIEN.** Vor rund zweieinhalb Jahren gründete der Grazer Unternehmer Johannes Huber *Alphalauf*, eine Kombination aus Ausdauerlauf und Entspannungstechnik, die wissenschaftlich erwiesen, Wohlbefinden erzeugt. Seitdem feiert der Steirer große Erfolge und bietet weltweit Seminare an. Nun geht Huber einen Schritt weiter: Er kombiniert den entspannenden *Alphalauf* mit therapeutischem TriYoga & lädt vom 24. bis 26. Oktober zum Spezialkurs ins kroatische Zadar. Anmeldungen: [alpha-lauf.at](http://alpha-lauf.at)



DA  
GRA  
(r.)  
Ate  
8. N  
Erw  
nur  
Sku  
Lar  
Wu