

# Ferienland Ostsee - Geltinger Bucht e.V.

Heinrich Nissen

Nordstraße 2, 24395 Gelting

<https://www.ferienlandostsee.de>

info@ferienlandostsee.de



## Maurice Köhler

**Datum:**

Samstag 15.03.2025, 10:15 Uhr - 11:45 Uhr

**Adresse:**

Sportplatz Rude, Sportplatz Rude, 24960 Glücksburg

**Telefon:**

015144541070

**E-Mail:**

[slowjogging@sachte.net](mailto:slowjogging@sachte.net)

**Link:**

<http://sachte.net>

**Beschreibung:**

In 90 Minuten Gruppen- oder Einzeltraining lernst Du etwas über die Entstehung und Nutzen von Slow Jogging und wir konzentrieren uns in Ruhe auf deine erste Praxiserfahrung. Gemeinsam schauen wir uns deine Lauftechnik in der Videoanalyse an und üben die praktische Umsetzung. Ein Handout für zu Hause enthält alle wichtigen Infos zum nachlesen.

**Preis:**

75€ im Einzelkurs

55€ im Gruppenkurs

\*Rentner, Menschen mit GdB ab 50 und Inhaber eines Sozialpasses erhalten 50% Ermäßigung

**Veranstalter:**

sachte machen "Slow Jogging"

**Karte:**

<https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=54.8243731,9.572222>