



Lauftreff Neu-Isenburg e.V.

www.lauftreff-neu-isenburg.de
Postfach 1505, 63235 Neu-Isenburg



Der Lauftreff Neu-Isenburg e.V.
lädt herzlich zu einer Veranstaltung ein:

„Fit durch den Winter“

ein Vortrag von Paul Barth

Mittwoch, 14. November 2018, um 18:00 Uhr
Günter-Salzmann-Raum, Sportparkhalle Neu-Isenburg

Paul Barth ist Sportwissenschaftler und lizenzierter Fitnesstrainer sowie Ernährungsberater, z. B. für Triathleten, Läufer und Bundesliga-Vereine.

Er wird in seinem Vortrag gesunde Ernährung und Stoffwechselaktivierung, stärkere Belastbarkeit und Verletzungsschutz durch Kräftigung des Bindegewebes, starkes Immunsystem und neue effektive Erholungsstrategien ansprechen.

Nach seinem Vortrag steht er für Fragen zur Verfügung.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos!

brother
at your side