

Willst du an einem Laufevent teilnehmen und ein Finisher werden?

Dann bist du bei uns richtig

Wir helfen dir dein Ziel zu erreichen und führen dich Schritt für Schritt zum grossen Lauf durch Liestal.



Der Sportevent im Herzen von Liestal

Ort: Altstadt, Liestal, Startzeit: ab 17:00 Uhr

Sei dabei!

Unser Physiotherapeut Michael begleitet dich während 5 Monaten (16.03. bis 17.08.26) mit einem Infoabend, einer Leistungsermittlung und insgesamt 3 Vorträgen zu den Themen Laufen, Ernährung, Erholung und vieles mehr. Dazu erhältst du einen individuell auf dein Niveau zugeschnittenen 12-wöchigen Trainingsplan mit Trainingsempfehlungen.

Voraussetzung

Deine Motivation

Kosten

Unsere Unterstützung ist kostenlos

Interesse

Melde dich am Empfang im Therapiezentrum Futuro, mit E-Mail unter therapiezentrum-futuro@hin.ch oder per Telefon 061 923 30 63. Dort erhältst du weitere Informationen.

Anmeldeschluss

6. März 2026