



Joggen in Zürich. Mit CityRunning ein motivierender Spass.

Erlebe Austausch, Fitness und Training in der motivierenden, offenen CityRunning Atmosphäre und lerne dabei Zürich und seine Menschen von neuen Seiten kennen.

CityRunning Lauffreffe 2012

CityRunning Weekend

Sonntag um 9.30 Uhr ab Bürkliplatz
90 Minuten Erlebnis- und Trainingslauf
Tempo: 6 min/km (10 km/h)

CityRunning Nord

Dienstag um 19 Uhr ab Marktplatz Oerlikon
60 Minuten Fitness Jogging
Tempo: 6 min/km (10 km/h)

CityRunning Workout "6"

Mittwoch um 19 Uhr ab Hafen Enge (Kiosk)
60 Minuten Fitness Jogging
Tempo: 6 min/km (10 km/h)

CityRunning Workout "7"

Mittwoch um 19 Uhr ab Hafen Enge (Kiosk)
60 Minuten Fitness Jogging
Tempo: 7 min/km (8.5 km/h)

Deine Guides: (alphabetisch) Jean-Daniel Fivaz, Philippe Egger, Karin Flach*, Roland Flach, Ursi Gassmann**, Judith Huonder, Ciril Jenzer*, Peter Jenzer*, Martina Jöhr*, Judith Klemenz, Markus Koller*, Claudia Meier*, Robert Peterhans**, Silvia Ritschard**, Martina Sommerhalder, Bruno Schäffer, Dani Thörig*, Lara Wyss.

* zertifizierte Runningleiter/in ** zertifizierte Runningleiter/in und Trainingsleiter/in Swiss Athletics

Einfach fit. Bei CityRunning kannst Du anmeldefrei und kostenlos mitjoggen. Infos zur Finanzierung und zu den Specials von CityRunning haben wir für Dich auf cityrunning.ch unter Friends und Specials aufgeschaltet. Kontakt: Robert Peterhans, CityRunning Gesamtleitung, Tel. 043 266 93 81, info@cityrunning.ch.

Auf Wiederjoggen bei CityRunning!

cityrunning.ch

Facebook