



**CARSTEN MOCH.**

*Modernes Handwerk für den Fuß*

## **Vortrag**

### **"Richtig laufen - Mach mehr aus deinem Training"**

**04.03.2020 18:30 Uhr**

Optimierung Ihres Lauftrainings & Verbesserung Ihrer Ausdauerfähigkeit

#### **Teilnehmergebühr**

10,00 € für Kunden Fa. Carsten Moch & Robert Pirmajer (Normalpreis: 15,00 €)

**Anmeldeschluss: 26.02.2020**

## **Leistungsanalyse von DYNOSTICS**

**21.03.2020 10:00-16:00 Uhr (jeweils 1 Std.)**

Durchführung eines Stufentests mittels Atemgasanalyse auf dem Laufband  
Gezielte Analysierung & individuelle Ermittlung Ihrer Trainingsbereiche  
Optimierung Ihres Lauftrainings mit dem Ziel der Leistungsverbesserung!

#### **Referent**

**Robert Pirmajer** - Personal Trainer

#### **Teilnehmergebühr**

69,00 € für Kunden Fa. Carsten Moch & Robert Pirmajer (Normalpreis 79,00 €)

**Anmeldeschluss: 13.03.2020**

## **"Gang- & Laufanalyse"**

**26.03.2020 18:30-20:30 Uhr**

Funktionelle Analyse Ihrer Bewegungsabläufe & Optimierung Ihres Laufstils

#### **Referentin**

**Jessica Mathiak**

Physio- und Sporttherapeutin | Deutschen Olympischen Sportbund | DSC Arminia Bielefeld  
Saison 2014/2014 | Privatpraxis für Physiotherapie, Gang- & Laufanalyse

#### **Teilnehmergebühr**

25,00 € für Kunden Fa. Carsten Moch & Jessica Mathiak (Normalpreis: 35,00€)

**Anmeldeschluss: 20.03.2020**

**Sind Sie interessiert oder haben noch Fragen? Dann sprechen Sie uns einfach an!**