

# LAUF CAMP

**METRO GROUP**  
**MARATHON**  
**DÜSSELDORF**



'14

# Das Laufcamp - optimales Training

für Einzelstarter , Firmenstaffelläufer und ganze Staffelteams.

Das METRO GROUP Marathon Düsseldorf Laufcamp bietet Dir professionelle Trainingsvorbereitung für Deinen Marathon oder Staffelstart. Von Profis zusammengestellt, erhält jeder Teilnehmer einen individuell zugeschnittenes Trainingsprogramm.

## 6 Monate - Das Marathonpaket

Start: 1. November 2013

Leistungsdiagnostik, Trainingsplanerstellung, Marathon-Startplatz, zwei geführte Lauftrainings pro Woche davon einmal inkl. funktionalem Krafttraining, 3 mal Physiotherapie, High5 Starterpaket, Shirt Erdinger Alkoholfrei Überraschungspaket, u.v.m.

**449,00 €**  
inkl. USt. p.P.

## 3 Monate - das Firmenstaffelpaket

Start: 20. Januar 2014

u.a. inkl. Trainingsplanerstellung, zwei geführte Lauftrainings pro Woche, Motivationsshirt, High5 Starterpaket, Pastaparty

**169,00 €**  
inkl. USt p.P.  
**599,00 €**  
inkl. USt  
p.Team

Noch unsicher? Dann komm zu unserer

**kostenlosen Infoveranstaltung am 10. Oktober 2013**

Anmeldung im Online-Shop: [www.metrogroup-marathon.de](http://www.metrogroup-marathon.de)