

# Kostenlose Vorbereitungstrainings

## für den Zürcher Silvesterlauf



Erfahrene Läuferinnen und Läufer des Leichtathletik-Club TV Unterstrass laufen mit dir im richtigen Tempo über Strassen- und Feldwege und geben wertvolle Tipps.

### **Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene**

18.11. / 25.11. / 2.12., 10:00 – 11:30 Uhr  
Sportanlage Sihlhölzli, mit Garderobe und Duschen

### **Lauf auf der Originalstrecke (nur Erwachsene und Jugendliche)**

9.12. ab 10:00 Uhr  
ab Pavillon am Bürkliplatz, KEINE Garderoben und Duschen

**Jetzt anmelden unter [www.lactvu.ch](http://www.lactvu.ch)**