



Erfolgreiches Training mit Lauf-Conconi-Test

conconi.ch
einfach mehr leisten 

Der Lauf-Conconi-Test ist ein äusserst effizienter Test, um die optimalen Trainingsherzfrequenzwerte zu bestimmen und wird auf einer 400m-Bahn durchgeführt. Spezialisten von INTERSPORT Ingold und conconi.ch führen diesen Test durch.

Dabei brauchst Du keine Vorkenntnisse mitzubringen – lediglich die Freude am Laufen und die Bereitschaft, Dich für eine kurze Zeit möglichst auszulasten. Da mit einer tiefen Geschwindigkeit gestartet wird, eignet sich der Test auch für Einsteiger.

Testdaten Jeweils DIENSTAG
27. April, 15. Juni, 7. September 2021

Ort: 400m-Bahn Stadion Hard, Bern-Zürichstrasse 32, 4900 Langenthal

Kosten: CHF 50.– inkl. Auswertung und schriftlicher Trainingsempfehlung

Anmeldung: Telefon +41 62 961 12 45 oder info@ingold-sport.ch

Bitte melde Dich per Mail mit folgenden Angaben: Name/Vorname/Jahrgang,
Adresse/Telefon- oder Mobile-Nummer und gewünschte Startzeit (18.15/19.45 Uhr)

THE HEART OF SPORT

INTERSPORT Ingold
Kirchgasse 6
3360 Herzogenbuchsee

Telefon +41 62 961 12 45
info@ingold-sport.ch
www.ingold-sport.ch


INGOLD
Herzogenbuchsee