



LAUFTRAINING



**

KINDERSPORT



FIRMENSSPORT



ERNÄHRUNG

SIMPLY RUN

YOUR LIFE™

JETZT
BUCHEN

*

Herausgeber:

SIMPLY RUN
c/o betahaus
Prinzessinnenstraße 19 - 20
10969 Berlin
hello@simplyrun.berlin

Bildnachweis:

* Über Images/Shutterstock.com
** 2xSamara.com/Shutterstock.com



SIMPLY RUN

DER EINSTIEG IN DEN LAUFSPORT IST LEICHTER ALS DU DENKST! WIR ZEIGEN DIR WIE ES GEHT.

Wir sind **SIMPLY RUN** – drei begeisterte Laufsportler und engagierte Köpfe. Gemeinsam entwickeln wir mit großer Leidenschaft **zertifizierte Running Sessions** und unterschiedliche Workshops für Einzelpersonen und Firmen. Wir unterstützen Dich aber auch gerne bei einem Personal Training oder bieten spielerische Bewegungsförderung für Kids an. Die Angebote richten sich an alle Altersgruppen, bei denen die entsprechenden Module auf Wunsch sportmedizinisch begleitet werden. Trainiert wird immer nach dem Motto: **SIMPLY RUN YOUR LIFE!**

Seit Sommer 2017 sind wir offiziell von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert. Unser Kurs **SIMPLY RUN YOUR LIFE** wird von den meisten Krankenkassen mit mindestens 80% der Kursgebühr bezuschusst. Bitte erkundige Dich im Einzelfall bei Deiner Krankenkasse.

Am Ende des Kurses erhältst Du von uns eine Teilnahmebestätigung, die Du bei Deiner Krankenkasse für die Rückerstattung der Kursgebühr einreichen kannst.



Spaß und Community spielen für uns in den Running Sessions eine große Rolle. Von strikten Diät-Plänen, Leistungsorientierung und Verzicht halten wir nicht viel. Vielmehr wollen wir Druck rausnehmen und einen gesunden Ausgleich zum Alltag schaffen. Wir wollen die Köpfe wieder frei kriegen für neue Ideen, Stress abbauen, Krankheiten vorbeugen und Bewegungsmangel reduzieren.

Es geht nicht nur darum, wie viele Kalorien Du verbrannt hast oder wie viele Kilometer Du gerannt bist. Es geht um die Basics, Digital Detox, persönliche Kontakte und Zufriedenheit. Wir wollen die eigene Balance wiederfinden und ein Gefühl für den eigenen Körper entwickeln.

Let's get moving!

Weitere Infos & Buchung unter:

www.simplyrun.berlin