

ERFOLGREICHES TRAINING MIT EINEM CONCONI-TEST



Warum ein Ausdauerstest?

- ♥ Ermittlung des IST Zustandes
- ♥ Einschätzung der Leistungsfähigkeit
- ♥ Messung der Leistungsfähigkeit
- ♥ Aufzeigen von Risikobereichen
- ♥ Trainingssteuerung
- ♥ Kontrolle des Trainingseffektes
- ♥ Kontrolle der Leistungsverbesserung

Gezieltes Lauftraining setzt nicht nur optimale Laufschuhe voraus. Kompetente Laufsportpartner bieten für Läufer und Läuferinnen ideale Laufconconi-Testabende an. Dann stimmt das Training vom Kopf bis zu den Füßen! Voranmeldung erwünscht.

05.04.2008	Affoltern am Albis	Gut Training AG, Mettmenstetten	044 768 30 15	info@gut-training.ch
08.04.2008	Zug, Stadion Herti	Intersport Ehrler, Zug	041 711 92 48	info@ehrler-sport.ch
10.04.2008	Fribourg, Stadion pres de St. Leonard	Trilogie, Belfaux	026 475 10 15	info@trilogiesport.com
16.04.2008	Delémont, Stadion, Rue des Sports	TopTen Sport, Delémont	032 423 01 57	info@toptensport.ch
17.04.2008	Willisau, Sportzentrum Schlossfeld	Meyer Schuhe + Sport, Willisau	041 970 18 41	schuhmode.meyer@freesurf.ch
19.04.2008	Rothenburg, Fahrrad-Ergometer-Test	pedros bikeshop, Rothenburg	041 252 05 05	info@pedrosbikeshop.ch
22.04.2008	Langenthal, Stadion Hard	Intersport Ingold, Herzogenbuchse	062 961 12 45	info@ingold-sport.ch
22.04.2008	Bern, Turnhalle Schönau	4feet AG, Bern	031 312 05 12	www.4feet.ch
23.04.2008	Nottwil, 400m Bahn des SPZ	Paka Sport, Sempach	041 460 05 05	info@pakasport.ch
07.05.2008	Landquart, Sportplatz 400m Bahn	Bieler Sport, Bonaduz	081 650 20 50	bieler@bielersport.ch
07.05.2008	Rothenburg, Sportanlage Chärnsmatt	Paka Sport, Sempach	041 460 05 05	info@pakasport.ch
14.05.2008	Weinfeld, Sportzentrum Güttingersreuti	Westpark Sport, Weinfeld	071 622 56 31	info@westparksport.ch
27.05.2008	Uster, Sportanlage Buchholz	TimeOut Sportshop, Uster	044 942 06 16	mail@sportshop-timeout.ch
28.05.2008	Langenthal, Stadion Hard	Intersport Schumacher, Langenthal	062 923 26 26	info@schumacher-sport.ch
03.09.2008	Frauenfeld, Sportplatz «Kleine Allmend»	Intersport Ski Gubler, Hörhausen	052 762 73 73	skigubler@bluewin.ch
10.09.2008	Nottwil, 400 m Bahn des SPZ	Paka Sport, Sempach	041 460 05 05	info@pakasport.ch
7.04., 5.05., 2.06., 8.09., 6.10. 2008	Opfikon-Glattbrugg	www.conconi.ch		info@conconi.ch
1.04., 29.04., 27.05., 17.06., 26.08., 30.09., 28.10.2008	Locarno, Stadio Lido	Centro di Medicina, www.cmcs.ch	091 811 48 48	medicina.sportiva@eoc.ch

Weitere Informationen sind direkt unter www.conconi.ch abrufbar!

FIT FOR LIFE
SCHWEIZER FACHMAGAZIN FÜR DEN AUSDAUERSPORT



Etonic®
First one there.

POLAR®
LISTEN TO YOUR BODY

Conconi  **ch**
www.conconi.ch