



VORTRAG

BESSER & SCHNELLER LAUFEN

# LAUFTECHNIK VORTRAG

## Wie Technik und Schuh dich weiterbringen!

Laufen ist mehr als nur Bewegung: Es ist Leidenschaft, Ausgleich und Gesundheit. Doch viele Läufer:innen kennen das Problem – Knieschmerzen, die Achillessehne zwickt oder die Motivation lässt nach. Warum? Oft liegt es an der Technik oder am falschen Schuh.

In diesem kostenlosen Impulsvortrag zeigt dir Laufexperte Dominik Hofer, warum eine gute Lauftechnik und der richtige Schuh untrennbar zusammengehören.

### TERMIN

Mittwoch, 11. März 2026 18.30 Uhr - 20.00 Uhr

### ORT

GO-IN Sportshop Sursee

### KOSTEN

Der Vortrag ist kostenlos.



Mehr erfahren & anmelden  
[go-in.ch/events](http://go-in.ch/events)

