

# ÖES LAUFTREFF

IM SPORTCENTER  
PRATERSTERN

Hauptallee 2a, 1020 Wien

FÜR  
ÖES MITGLIEDER

jeden  
**Mittwoch**  
**17:00 UHR**

ab  
**01.04.**  
2026

**Gemeinsam laufen macht mehr Spaß!**

Unser Community Lauftreff richtet sich an alle, die sich gerne bewegen,  
neue Leute kennenlernen und gemeinsam aktiv sein möchten -  
ganz egal ob Anfänger:in oder regelmäßige Läufer:in.

## TRAININGSINHALT:

- ✓ *Tempoläufe*
- ✓ *kurze Intervalle*
- ✓ *Laufübungen*

angepasst an Teilnehmer:innen  
und Gruppengröße

**Dauer: max. 60 Minuten**

MEHR INFOS FINDEST DU  
IN DER STRAVA GRUPPE:



Teilnahme auf eigene Verantwortung, der Veranstalter übernimmt keine Haftung.  
Duschen und Kabinen stehen dir im Sportcenter Praterstern zur Verfügung.



← **HIER GEHTS ZUM ÖES BEITRITTSFORMULAR**

QR Code scannen, Formular ausfüllen und per Mail  
an **office@oes.at** senden und dabei sein!