SPORTSCHULE FFB-PUCH
MEHR SPASS AM SPORT

www.gettingtough-race.de

für das GETTING TOUGH THE RACE 2017 SSP-TEAM am 02.12.2017

Was erwartet dich?

- 24km Laufstrecke und 150 Hindernisse
- Eiswasser – Kletterhindernisse – Schlamm

Was musst du können?

- mind. 15 bis 20 km am Stück laufen
- einen starken Willen haben

Was bieten wir dir?

- 1-mal wöchentliches gemeinsamesTraining Beginn: 1. August Woche
- Optimale Vorbereitung auf das Rennen
- Langsames und kontrolliertes Heranführen an die Belastungsgrenze
- Military Training (Instruktor: Max – GETTING TOUGH FINISHER 2015)
- Einen **GEMEINSAMEN START** und **ZIELEINLAUF** – Teamwork ist alles
- Ein unvergessliches Erlebnis

Bist du hart genug **EUROPAS HÄRTESTEN HINDERNISLAUF** zu bestehen?
Willst du an und über deine Grenzen gehen?
Sind dir Stadtläufe, Halbmarathons und Mud-Races zu langweilig?

Dann melde dich an – Teilnehmerliste an der Theke

Verbindliche Zusage bis **25.06.2017**

Teilnahme Gebühr **90€** (inkl. Startgebühr, Training und Getting-Tough Shirt)

Bei Fragen, wende dich an **MAX**

>>Teilnehmer frieren nicht, sondern zittern vor Wut, dass es nicht noch kälter ist<<