

Buchs rännt!

Nach den Festtagen und viel gutem Essen und Trinken, meldet sich irgendwann wieder das schlechte Gewissen. Gute Vorsätze werden gefasst, alle Schokolade verschenkt und ein teures Abo in einem Fitnessstudio gekauft, welches ein paar Wochen später kaum benutzt in der Schublade liegenbleibt. Das Problem, alleine Sport treiben ist für viele langweilig und wenig motivierend! Aus diesem Grund ruft der Turnverein Buchs in seinem hundertsten Jubiläumsjahr „Buchs rännt“ ins Leben.

Die Idee: **Lockere Joggingrunde jeden Sonntagmorgen, 8.30 Uhr ab Gemeindehaus Buchs.** Mindestens ein Mitglied des Turnvereins ist mit Vorschlägen für Laufrunde und Dehnen dabei. Man trifft sich ohne Anmeldung und Verpflichtung

Wer: Frauen /Männer / Kinder, kurz alle die sich etwas mehr bewegen wollen / sollen. Falls die Nachfrage besteht, könnte evtl. zusammen mit der Damenriege eine Walkinggruppe organisiert werden.

Der Versuch startet am 8.1.12 und wird mindestens drei Monate weitergeführt mit der Hoffnung, dass sich bis dann ein fixer Treff gebildet hat. Bei Fragen melden Sie sich bitte bei Simon Isler unter 079 478 93 85.