



**Kraft. Das Murtal**  
+43 676 4737681  
kraft@dasmurtal.at



## Laufworkshop Part II

zur Vorbereitung für den Sparkassen Businesslauf am Red Bull Ring in Kooperation mit Norbert Wastian.

"Intervalltraining – Warum es für eine Verbesserung deiner Leistung wichtig ist und wie du es durchführen kannst"

