



**KRAFT:**  
dasMurtal

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



## Das war der dritte KRAFT:vital "?????????????"

Bereits zum dritten Mal trafen sich die motivierten Läufer:innen mit Coach Lizz im Sportzentrum Zeltweg um sich optimal auf den Sparkassen Businesslauf am Red Bull Ring vorzubereiten.

Bei diesem Training ging es um das Thema: „Krafttraining und Ausdauersport – Beides optimal kombinieren und das Maximum herausholen.“

*Wir wünschen allen Läufer:innen nächste Woche viel Erfolg.*

