



DEPRESSION!

TROTZDEM LAUFEN

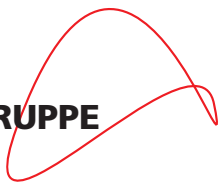
LAUFGRUPPE FÜR ALLE
MIT DEPRESSION,
FREUNDE & ANGEHÖRIGE

WWW.MUENCHEN-DEPRESSION.DE

WWW



LAUFGRUPPE



Auch an
Feiertagen
Bei jedem
Wetter

LAUFGRUPPE.

Jeden Montag, Start 18:30 - ca. 19:30 Uhr

Laufort: Englischer Garten in München

Treffpunkt ab 18:15 Uhr: Veterinärstraße 1 (vor dem Gebäude)


Anfahrt MVV: U3, U6 Universität, Bus 154 Universität


Bitte mitbringen: Getränk, Sportbekleidung, Laufschuhe

Schließfächer: Können mit 1-Euro- und 2-Euro-Pfandmünzen im UG des Uni-Gebäudes genutzt werden

Egal ob Anfänger:in (Grundkondition erforderlich) oder routiniertere:r Läufer:in. Bei jedem Treffen werden Sie von ehrenamtlichen Lauftrainer:innen unterstützt. Programm je nach Kondition und Erfahrung.

Anmeldung nicht nötig | Kostenlos | Bei Interesse bitte melden

 info@muenchen-depression.de

 089 540 45 120

„Sport ist ein Antidepressivum
mit den Nebenwirkungen
Fitness, soziale Kontakte und
Selbstvertrauen.“

Schirmherrin

Frau Dr. med. Isabel Maurus
Fachärztin für Psychiatrie und
Psychotherapie an der LMU München,
Leiterin der Forschungsgruppe
Sportpsychiatrie



münchener
bündnis
gegen

DEPRESSION



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat