

Laftermine



Trainingszeiten

Der Laufteff bietet etwas für jeden. Unsere Vorgaben sind Richtwerte und kein Muß. Wir laufen auch gerne mal schneller oder langsamer. Jeder ist wichtig und auf jeden wird Rücksicht genommen.

Der Lauftreff trifft sich wie folgt :

Dienstag : 19:00 (Fortgeschrittene <5:45 m/km, 12-14 km) Mittwoch : 18:45 (Anfängerkurs. (Aktueller Status = 8-10 KM)) Donnerstag : 19:00 (Jedermänner ~6:00 m/km, ~10 km) Sonntag : 14:00 (WK Vorbereitung) Treffpunkt Sportzentrum Seevetal / Haupteingang Sonntags nach Abstimmung per Mail / Tel.
