

# 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.

---