

Trainingszeiten an der Lauftreffhütte

Winterzeit

Ab dem 1. Oktober ändern sich wieder die Trainingszeiten an der Lauftreffhütte. Läufer und Walker treffen sich dann montags und mittwochs um 17.00 Uhr. Mit der Umstellung der Uhrzeit (Sonntag den 28.10.2012), gelten folgende Zeiten.



Laufen
Montag und Mittwoch
ab 16.00Uhr
Dienstag und Freitag
ab 10.00Uhr
Samstag
alle Leistungsklassen
ab 16.00Uhr
Sonntag
lange meist ruhige Läufe ca. 10-20km
ab 10.00Uhr

Walken
Montag, Mittwoch und Samstag
ab 15.30Uhr

Nordic Walken
Mittwoch und Samstag
ab 15.30Uhr

Trainingszeiten bei MetaFey

Fit im Freien

Mittwochs um 19:00 Uhr
an der Lauftreffhütte

Fit um 9

Donnerstags von 09:00—10:30
in der Jahnturnhalle großer Saal.