

Hinweis!



Lauftreffs der LG Emsdetten (Sommerzeit)

Tag:	Uhrzeit:	Zielgruppe:	Treffpunkt:
Montag	18:00	erfahrene Läufer/ Anfänger	Sternbusch / Ecke Brookweg
Dienstag	18:00	Intervalltraining erfahrene Läufer/ Anfänger	Salvusstadion
Mittwoch	18:00	erfahrene Läufer	Finnenbahn Austum
Samstag	13:00	erfahrene Läufer	Lintels Kotten
Sonntag	10:30	erfahrene Läufer/ Anfänger	Finnenbahn

- Perfektes Lauf-Training
- Mehr Lust am Laufen
- Es stärkt das Herz-Keislauf-System
- Es lässt überflüssige Pfunde purzeln, usw.