

<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Zielgruppe</b>	<b>Treffpunkt</b>
Montag	18.00 Uhr	<p style="text-align: center;"><b>Alle</b></p> <p>Gruppe 1 5:00 bis 5:30 ca. 10 Km          Gruppe 2 5:30 bis 6:00 ca. 10 Km          Gruppe 3 6:00 bis 6:30 ca. 8 Km          Gruppe 4 6:30 bis 7:00 ca. 8 Km          Gruppe 5 7:00 bis 7:30 ca. 7 Km          Gruppe 6 7:30 bis 8:00 ca. 6 Km</p>	<p>Parkplatz Fa. Wölte</p> <p>Brookweg</p>
Dienstag	18.00 Uhr	<p style="text-align: center;"><b>Alle</b></p> <p>Koordinations –und Intervalltraining</p>	<p>Salvus Stadion</p> <p>Grevener-Damm</p>
Mittwoch	18.00 Uhr	<p style="text-align: center;"><b>Alle</b></p> <p>Gruppe 1 5:00 bis 5:30 ca. 10 Km          Gruppe 2 5:30 bis 6:00 ca. 10 Km          Gruppe 3 6:00 bis 6:30 ca. 8 Km          Gruppe 4 6:30 bis 7:00 ca. 8 Km          Gruppe 5 7:00 bis 7:30 ca. 7 Km          Gruppe 6 7:30 bis 8:00 ca. 6 Km</p>	<p>Parkplatz Fa. Wölte</p> <p>Brookweg</p>
Samstag	13.00 Uhr	<p style="text-align: center;"><b>Erfahrene Läufer/Innen</b></p> <p>Ca. 11 Km im Tempo 5.30 und schneller</p>	<p>Lintels Kotten</p> <p>Nordwalder Str.</p>
Sonntag	10.30 Uhr	<p style="text-align: center;"><b>Alle</b></p>	<p>Finnenbahn</p> <p>Hansestr.</p>
<p><i>Kurzfristig werden Mitteilungen an euch gehen. Dann wird kurzfristig Training im Teuto angeboten.</i></p> <p>Laufkurs „Fit in das Frühjahr“ : Hier werden die Termine noch rechtzeitig angekündigt!</p>			