

| <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 style="text-align: center;">Gruppe 1 5:30 bis 5:45<br/>           Gruppe 2 6:15 bis 6:30<br/>           Gruppe 3 6:45 bis 7:00<br/>           Gruppe 4 ca. 7:30</p> | <p>Parkplatz Fa. Wölte</p> <p>Brookweg</p>   |
| Dienstag  | 18.00 Uhr      | <p style="text-align: center;"><b>Alle</b></p> <p style="text-align: center;">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 style="text-align: center;">Gruppe 1 5:30 bis 5:45<br/>           Gruppe 2 6:15 bis 6:30<br/>           Gruppe 3 6:45 bis 7:00<br/>           Gruppe 4 ca. 7:30</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 style="text-align: center;">Ca. 11 Km im Tempo ca. 6.30</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> |                |   |  |