

Kursplan



Mo

Di

Mi

Do

Fr

Sa

So

17:30 - 18:30

Yoga für Läufer

18:00 - 19:00

**Individuelle
Betreuung und
Neulinge**

18:00 - 19:00

**Lauftechnik-
Training**

18:00 - 19:00

**Einsteiger
Bahntraining**

18:40 - 19:40

Athletiktraining

18:30 - 19:30

Athletiktraining

18:40 - 20:30

**Intervalltraining
Fortgeschritten**