**Fit für den 4KellergassenLauf am 6. Oktober 2019**



Gut vorbereitet lässt sich jede Aufgabe mit Spaß erledigen!

**Wir trainieren für DAS Laufevent in Hollabrunn**

Treffpunkt für alle Läuferinnen und Läufer

sowie Walkerinnen und Walker

**jeden Donnerstag um 18:45 Uhr beim Studentenheim Hollabrunn**

5. September, 12. September, 19. September, 26. September
und 3. Oktober

Es wird in drei Gruppen je nach Bedarf trainiert

* die 5 km Laufstrecke (Evi, Maria,….)

die 10 km Königsdisziplin Laufstrecke (Rainer, Anita, Andrea,….)

* die 5 km Walkingstrecke (Maria, ……)

Es sind immer erfahrene Läuferinnen und Läufer sowie Walkerinnen und Walker vor Ort

Das Training findet bei jedem Wetter statt und ist kostenlos.

Keine Voranmeldung erforderlich!