

# LÄUFT BEI UNS tsg 1874

lieber gemeinsam als einsam



## 10-Wochen Lauftraining

Mittwochs 18:30 Uhr ab 25. September

von Anfänger bis Fortgeschrittene, ab Ballspielhalle Schnaitheim

ZIEL: Mit Spaß zur Fitness

Donnerstags 18:00 Uhr ab 26. September

Bahntraining für Wettkampfläufer im Sparkassen-Sportpark HDH

ZIEL: 10 Km unter 50 Minuten laufen

Abschlusslauf am 07.12.2019:

5 Km / 10 Km am Nikolauslauf in Schnaitheim

Für TSG-Mitglieder kostenlos, für Externe 25 €



ANMELDUNG auf <http://tsg->

[leichtathletikrasenkraftsport.heidenheim.com/](http://leichtathletikrasenkraftsport.heidenheim.com/)

Bei Fragen: E-Mail an [Lauftraining@doutlook.de](mailto:Lauftraining@doutlook.de)