

# Alles **NEU** macht der Mai

**Laufen und Walking im SVM**

\* Aktion von Anfang Mai bis Ende Juni

DI	18:30	Lauf-Training – Individuell nach Absprache	
MI	19:00	Outdoor Active – Workout an der frischen Luft*	Ulli
DO	8:30	Lauf-Treff – Early Bird Runners	Nadine, Ulli
DO	18:30	Lauf-Technik – Koordination und Laufkraft*	Katharina, Ulli
DO	19:00	Walking-Treff – Gemeinsam draußen unterwegs	Kerstin, Manu, Karin, Nathalie
DO	19:00	Lauf-Treff – Plausch, Hobby oder Ambitioniert	Christine, Karin, Ulli



# Alles **NEU** macht der Mai

## Laufen und Walking im SVM

\* Aktion von Anfang Mai bis Ende Juni

DI	18:30	Lauf-Training – Individuell nach Absprache	
MI	19:00	Outdoor Active – Workout an der frischen Luft*	Ulli
DO	8:30	Lauf-Treff – Early Bird Runners	Nadine, Ulli
DO	18:30	Lauf-Technik – Koordination und Laufkraft*	Katharina, Ulli
DO	19:00	Walking-Treff – Gemeinsam draußen unterwegs	Kerstin, Manu, Karin, Nathalie
DO	19:00	Lauf-Treff – Plausch, Hobby oder Ambitioniert	Christine, Karin, Ulli