Leitbild

Lauftreff

Das Lauferlebnis in der Gruppe steht im Vordergrund.

Im Winter laufen wir nur im Grundlagenbereich. Um möglichst allen Läuferinnen und Läufern gerecht zu werden, trainieren wir in der Sommerzeit in verschiedenen Leistungsgruppen.

Zu Beginn eines jeden Trainings kann die Gruppe frei gewählt werden. Innerhalb der Laufeinheit passen wir die Geschwindigkeit der/dem langsamsten Teilnehmer an. Während der Trainingseinheit gibt es keine Gruppe mit weniger als zwei Personen!