



Vorbereitungstraining

Marathon Deutsche Weinstraße 2018

Auch zum 11. Marathon Deutsche Weinstraße bietet der Lauftreff der TSG Grünstadt wieder ein Marathon-Vorbereitungstraining an. Obwohl dies eine rein private Veranstaltung ist, freut sich das Team der Lauftrainer wieder auf zahlreiche Teilnahme.

Außer den Lauftreffterminen unter der Woche (dienstags ab 18:00 Uhr und freitags nach Absprache ab 17:30 Uhr im Stadion in Grünstadt) kommen ab 21.01.2018 wieder die langen Läufe sonntags hinzu. Hier werden wir uns im Verlauf des Aufbautrainings von anfänglichen 15 km bis auf ca. 33 km steigern. Mit Sicherheit sind auch wieder Teile der Originalstrecke, sowie profilierte Abschnitte darunter.

Wie schon in der Vergangenheit, werden die geplanten, wöchentlich wechselnde Strecken, in der Woche davor auf unserer Homepage veröffentlicht.

Bis dahin,
ein schönes besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr 2018.

Wir sehen uns.....spätestens **21.01.2018, 09:00 Uhr**
auf dem Parkplatz vor dem Rudolf-Harbig-Stadion in Grünstadt.
Duschkmöglichkeiten sind vorhanden.



Harry Brand
Ute Turznik
Timo Rokitta