

Lauftreff am HTZ für Fortgeschrittene

Kurzbeschreibung:

Der Lauftreff richtet sich an Läuferinnen und Läufer, die bereits Erfahrungen im Laufsport gesammelt haben. Organisiert und begleitet wird dieser Kurs von Herrn Berg. Gelaufen wird am Burbacher Weiher oder entlang der Saar. Distanz ist regelmäßig 4-15 km, nach vorheriger Absprache sind auch weitere Distanzen möglich. Es werden Intervall-Läufe als auch lockere Dauerläufe angeboten. Die Startzeit wird per Signal-Messenger abgesprochen.

Ansprechpartner: Jan-Marco Berg

Zeitraum: **Start nach vorheriger Absprache
zwischen 7-9 Uhr**

Wann: **Montag / Mittwoch / Freitag**
Treffpunkt: HTZ (vor den Umkleiden)

Niveau: Fortgeschrittene
Geschwindigkeit: **7:00 bis < 5:00 min/km**
Zielgruppe: Studierende und Beschäftigte
Teilnehmerzahl: keine Begrenzung
Kosten: keine

Anmeldung: <https://moodle.htwsaar.de/course/view.php?id=819>