

Leiter: Rita Fassbind / Werner Stalder / Ernst Gisler

Ziel: Im Frühling 30 - 45 Minuten ohne Unterbruch laufen

Datum:	Strecke:	Bemerkung:
09. Nov 2011	Rotsee	
16.	St. Anna	
23.	Root	
30.	Buchrain	
07. Dez 2011	Rotsee	Adventsapéro BZ Dreilinden
14.	St. Anna	
21.	Root	
28.	Buchrain	
04. Jan 2012	Rotsee	
12.	St. Anna	
18.	Root	
25.	Buchrain	
01. Feb 2012	Rotsee	
08.	St. Anna	
15.	Root	
22.	Buchrain	
29.	Rotsee	
07. März 2012	St. Anna	
14.	Root	
21.	Buchrain	
28.		Start LZ-Lauftreff Sommer 2012

Während dem Wintertraining (Nov – April) laufen die Gruppen *LäuferInnen 1* und *LäuferInnen 2* zusammen. Je nach Bedürfnis wird in zwei Gruppen gelaufen.