


Die WINTER-Trainingszeiten aller Laufgruppen

Winterlaufzeiten - LAUFTREFFS

ab **Dienstag, den 24. September 2024**

alle Laufgruppen

Dienstags: (ab 24. Sept 2024)

Treffpunkt: ca. 18:30 Uhr
Laufstart: 18:45 Uhr
Ort: Parkplatz am Lettenbachweg 12 – (Lettenbachsee), 95028 Hof/ Saale

Donnerstags: (ab 26. Sept 2024)

Treffpunkt: ca. 18:30 Uhr
Laufstart: 18:45 Uhr
Ort: Parkplatz an / unterhalb der Realschule Hof / Reinhardt Gymnasium
Max-Reger-Straße 71, 95030 Hof

(neu! und alternativer, zusätzlicher Termin bei Tag)

Samstags: (ab 05. Okt 2024)

Treffpunkt: ca. 13:45 Uhr
Laufstart: 14:00 Uhr
Ort: Untreusee Parkplatz PKW, Untreusee 2, 95032 Hof/Saale
(am Ende der Stelzenhofstraße)

Wichtige Hinweise für die Winterlaufzeiten – IfL-LAUFTREFFS:

- Bei Blitzeis, Gewitter und Temperaturen unter **-10 °C = kein Lauftreff**
- Bitte denkt an Beleuchtung /Stirn – oder Laflampen und an geeignete Kleidung & Schuhwerk
- Für die Lauftreffermine im Winter, können wir keine Garantie von Vorläufer/ *innen für jede Gruppe geben
- Erfahrene Läufer / * innen stimmen sich untereinander ab, bilden Laufgruppen und achten auf sich und die Mitläufer/ *innen

Seit auch im Winter sportlich, bleibt gesund und fit und lauft in Zukunft auch weiterhin zahlreich mit 😊

LG
Eure Team - „Laufen, Nordic Walking & Walking,,

So machen wir es und wollen mal Testen, Sehen, wie es angenommen wird

LG

leitung.laufen@ifl-hof.de
Abteilungsleiter
Laufen, Walking/Nordic Walking in der IfL Hof e.V.IfL Hof e.V.
www.ifl-hof.de
95028 Hof, Schlossgasse 7

