

Leiter: Martin Koch

Ziel: Im Frühling ca. 30 Minuten ohne Unterbruch laufen

Zielgruppe: Einsteiger sowie Fortgeschrittene

| Datum: | Strecke: | Bemerkung: |
|----------------------|---|------------|
| 09. Nov 2022 | Root | |
| 16. | Buchrain | |
| 23. | Rotsee | |
| 30. | St. Anna | |
| 07. Dez 2022 | Root | |
| 14. | Buchrain | |
| 21. | Rotsee | |
| 28. | St. Anna | |
| 04. Jan 2023 | Root | |
| 11. | Rotsee | |
| 18. | St. Anna | |
| 25. | Buchrain | |
| 01. Feb. 2023 | Rotsee | |
| 08. | St. Anna | |
| 15. | Root | |
| 22. | Buchrain | |
| 01. März 2023 | Rotsee | |
| 08. | St. Anna | |
| 15. | Root | |
| 22. | Buchrain | |
| 29. März 2023 | Start Swiss-Laufftreff Sommer 2023 | |