

Nordic Walking

wie schon mal mündl. angekündigt, wollen wir am **Mittwoch den 21. Mai um 18 Uhr auf dem Sportplatz Schwedenschanze** gemeinsam einen Test über die Strecke von 2 km (5 Runden) auf Zeit machen.

Es geht uns hierbei nicht darum wer ist die (der) schnellste, sonder darum, mal zu einem späteren Zeitpunkt Vergleichsmöglichkeiten zu haben bezgl. unseres Fitnesszustandes.

Zu den erreichten Zeiten sage ich Euch anschließend etwas. Alle Walker und natürlich auch Läufer sind eingeladen. (Die Läufer nehmen natürlich nicht die Innenbahn und laufen auch nur für sich trainingsmäßig)

Treffpunkt ca. 17.30 Uhr auf dem Sportplatz (ist offen für uns)

Rainer