

## Sunday Runday

### LiWa Lauftreff vom TSV Lichtenwald

Ort, Treffpunkt	Reichenbach/Fils Parkplatz am Freibad TSV Lichtenwald Parkplatz beim TSV Gelände
Trainingszeit	Dienstags 19 Uhr in Reichenbach Donnerstags 19 Uhr in Lichtenwald
Trainingsdauer	1 – 1,5 Stunden
Trainingsstrecke	Waldwege, Schotter, Asphalt von allem etwas
Lauftempo	Für jeden was dabei, von langsam bis ziemlich schnell
Gruppengröße	30 -70
Besonderheiten (Zusatzevents, Geselligkeit, Lauf-Wettbewerbe,...)	Immer wieder vereinsinterne Events ( z.B. Sport Aktiv Tag, aber auch gemeinsame Wettkämpfe)  LIWA LaufLust – Projekt für Laufeinsteiger: <a href="https://www.liwalauf.tsv-lichtenwald.de/liwa-lauftreff/projekt-0-auf-21">https://www.liwalauf.tsv-lichtenwald.de/liwa-lauftreff/projekt-0-auf-21</a>  LIWA LaufTreff Stammtisch, donnerstags nach dem Lauftreff
Laufen/Walking	Alle willkommen, Läufer, Walker und Nordic Walker
Freies Feld (beispielsweise nette Worte an potenzielle neue Mitglieder)	Wir freuen uns immer über neue Gesichter, einfach mal vorbeikommen. <a href="https://www.liwalauf.tsv-lichtenwald.de/liwa-lauftreff">https://www.liwalauf.tsv-lichtenwald.de/liwa-lauftreff</a>
Ansprechpartner, LaufTREFF-Leiter,...	Daniel Guggenmos (dani(@)tsv-lichtenwald.de)