

Training – Stirnlampenlauf am Manhartsberg

- Wann:** Erste Möglichkeit: Do., 19. Dezember 2019, um 20.00 Uhr
Zweite Möglichkeit: Fr., 27. Dezember 2019, um 20.00 Uhr
- Treffpunkt:** Parkplatz Freizeitzentrum Schönberg am Kamp
(Badgasse, 3562 Schönberg am Kamp, siehe Seite 2)
- Dauer:** ca. 50 bis 60 Minuten
- Pace:** Bergauf: nach Leistung und Können
Flach, Bergab: 6'00" bis 6'30" / km
- Strecke:** Naturlehrpfad – Jägerkapelle – Stiefern – Schönberg am Kamp
- Guide:** Johann

Es sind auch Gäste (Freunde, Bekannte, Verwandte, Nachbarn, ...) und Läufer, die einfach eine Runde in der Gruppe drehen wollen, herzlichst willkommen.

JA, es wird anstrengend.

JA, es macht Spaß und bringt Abwechslung in das Training.

JA, nach den Anstiegen wird immer zusammen gewartet.

Der gemeinsame Lauf steht im Vordergrund.



TREFFPUNKT



<https://www.google.at/maps/place/Parkplatz+Freizeitzentrum+Schönberg,+Badgasse,+3562/@48.5203166,15.69557,537m/data=!3m1!1e3!4m5!3m4!1s0x47729bf7bdc33915:0x9897a27f9b28e958!8m2!3d48.5205214!4d15.6940569>