



Friedrichsdorfer RunUp 2020

5. April

11:00 – 14:00

11:00 Welcome

11:15 Lauf ABC & Warm Up

12:00 Walking

(Anfänger/ Fortgeschrittene)

12:00 Jogging

(Anfänger/Fortgeschrittene)

13:00 Cool Down Yoga

14:00 Ende der Veranstaltung

Strecken Anfänger, nach Leistungsvermögen

Strecke Fortgeschrittene 5 – 10 km

Veranstaltungsort:

TV Seulberg

Landwehrstraße 5A, 61381 Friedrichsdorf

www.tv-seulberg.de

