Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 17.11.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Grundlagenlauf

◷ 17.11.26, 18:30 - 19:30 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Lauftraining

◷ 18.11.26, 18:30 - 20:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 24.11.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Grundlagenlauf

◷ 24.11.26, 18:30 - 19:30 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Lauftraining

◷ 25.11.26, 18:30 - 20:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 01.12.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Grundlagenlauf

◷ 01.12.26, 18:30 - 19:30 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Lauftraining

◷ 02.12.26, 18:30 - 20:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 08.12.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Grundlagenlauf

◷ 08.12.26, 18:30 - 19:30 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Lauftraining

◷ 09.12.26, 18:30 - 20:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 15.12.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Grundlagenlauf

◷ 15.12.26, 18:30 - 19:30 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Lauftraining

◷ 16.12.26, 18:30 - 20:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 22.12.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Grundlagenlauf

◷ 22.12.26, 18:30 - 19:30 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 29.12.26, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 05.01.27, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 12.01.27, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 19.01.27, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 26.01.27, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen

Laufen Dienstag Intervalle !

◷ 02.02.27, 17:30 - 19:00 ● Sportpark Sentruper Höhe ▦ Münster ▤ NRW ◆ Laufen