

2. + 3. gemeinsames Lauftraining

Lasst Euch weiterhin unterstützen und Euer Training vielleicht noch etwas optimieren.



6. Juni 2024

Für alle Lauftraining-Niveaus

#speedyourteamspirit

**Weiter gehts mit dem Lauftraining
am Samstag, den 04. Mai 2024 um 10 Uhr
diesmal auf der TV64 Landshut - Laufbahn.**



**abschließendes Lauftraining
am Samstag, den 25. Mai 2024 um 10 Uhr
auf der neuen Firmenlauf-Strecke.**

(Treffpunkt vorderer Parkplatz am Speedwaystadion)

Kostenlos!

Dazu stehen auf unserer Internetseite weiterhin unter ...Medien/Downloads verschiedene Trainingspläne kostenlos zur Verfügung.

▶ Trainingsplan 5 km Durchhalten

▶ Trainingsplan Zielzeit < 23min

▶ Trainingsplan Zielzeit < 25min

▶ Trainingsplan Zielzeit < 30min

Solltet Ihr vorab Fragen haben oder für Euer Team ein ganz individuelles Lauftraining organisieren wollen, hier stehen Euch richtige Profis zur Seite.

Auch Fragen zu den Plänen können gern per E-Mail, Telefon, oder Instagram etc. beantwortet werden. Das crossfit-Team steht auf allen Kanälen zur Verfügung.

CROSSFIT
LANDSHUT



+49 176 20087240

info@crossfit-landshut.de

Industriestr. 20b, 84030 Ergolding

