

LAUFEN

Ansprechpartner *Leitungsteam*



Friedhelm Kuche
Tel. 0 61 96 / 48 36 39
Mobil: 01 71 / 2 66 36 37
Mail: friedhelm.kuche@t-online.de



Manfred Wind
Tel. 0 69 / 70 39 48
Mail: wind.frankfurt@freenet.de

Gruppen	Pausen	Dienstags	Freitags
5,5 km	viele	18.30 bis 19.30 Uhr	18.30 bis 19.30 Uhr
6,5 km	5	Alle Gruppen	Nicht alle Gruppen
7,0 km	3		
7,5 km	2		
8,0 km	ohne		
8,5 km	ohne		
9,0 km	ohne		
9,5 km	ohne		
10 km	ohne		
10,5 km	ohne		
11,0 km	ohne		
11,5 km	ohne		
12,0 km	ohne		

Sonntags
Im Sommer 9 bis 10 Uhr
Im Winter 10 bis 11 Uhr
Zwei Gruppen mit
ca. 8,5 bis 9,5 km
siehe auch Marathon

MARATHON

Ansprechpartner



Manfred Wind
Tel. 0 69 / 70 39 48
Mail: wind.frankfurt@freenet.de

Gruppen	Sonntags
7,5 km	Im Sommer um 9 Uhr
8,0 km	Im Winter um 10 Uhr
8,5 km	Laufzeit zwischen
9,0 km	1,5 und 3 Stunden
9,5 km	
10,0 km	

WALKING

Ansprechpartner



Manfred Diehl
Tel. 0 61 73 / 51 92



Heinz Ortwein
Tel. 0 69 / 53 16 64

Gruppen	Dienstags	Freitags	Sonntags
5,5 km	18.30 bis 19.30 Uhr	18.30 bis 19.30 Uhr	Im Sommer 9 bis 10 Uhr
6,0 km	Alle Gruppen	6,4 und 6,8 km-Gruppe	Im Winter 10 bis 11 Uhr
6,4 km			6,4 und 6,8 km-Gruppe
6,6 km			
6,8 km			
7,0 km			

NORDIC WALKING

Ansprechpartner



Erwin Scheller
Tel. 0 69 / 7 89 26 86



Martina Vogt
Tel. 0 69 / 57 12 53

Gruppen	Dienstags	Freitags
ca. 5 km für Anfänger	18.30 bis 19.30 Uhr	9 bis 10 Uhr
ca. 6 km für Fortgeschrittene	Alle Gruppen	ca. 5 km-Gruppe
ca. 7 km für Schnellere		18.30 bis 19.30 Uhr
		ca. 5 km-Gruppe