

Trainingsmaterial Lauftraining



- ✓ Dem Wetter angepasste Laufbekleidung und einwandfreie, nicht abgelaufene Laufschuhe mit [Schnellverschlüssen](#) (für aussen)
→ ganzjährig
- ✓ Zusätzliche Laufbekleidung und Laufschuhe (für die Halle innen)
→ Kids/Schüler Fun und Schüler A/B: Oktober bis März
→ Challenger und Next Generation: ganzjährig für das Training am Donnerstag
- ✓ Gefüllte Trinkflasche