



Vorbereitungsläufe zum Bottwartal-Marathon 2010

(Start: Bottwartal-Kellerei Großbottwar, Ausnahme: Volksläufe Murr & Oberstenfeld)

Läufe in 4 Gruppen (abhängig von Teilnehmerzahl)

Gruppe 1 Tempo ca. 5:00 min pro Km

Gruppe 2 Tempo ca. 5:30 min pro Km

Gruppe 3 Tempo ca. 6:00 min pro Km

Gruppe 4 Tempo ca. 6:30 min pro Km

Termine:

31.01.2010	09:30 Uhr	10 Km
28.02.2010	09:30 Uhr	10 Km
28.03.2010	09:30 Uhr	15 Km
24.04.2010	15:00 Uhr	10 Km / 21,1 Km Volkslauf Murr
02.05.2010	09:00 Uhr	15 Km (Nord-Schleife)
30.05.2010	09:00 Uhr	15 Km / 21,1 Km (Süd-Schleife)
27.06.2010	09:00 Uhr	21,1 Km (Nord-Schleife)
17.07.2010	17:00 Uhr	10 Km / 21,1 Km Volkslauf Oberstenfeld
25.07.2010	09:00 Uhr	15 Km und 25 Km (Süd-Schleife)
29.08.2010	09:00 Uhr	21,1 Km und 30 Km (Nord-Schleife)
26.09.2010	09:00 Uhr	21,1 Km und 30 Km (Süd-Schleife)
10.10.2010	09:00 Uhr	10 Km (neue 10 km-Strecke auf der Nord-Schleife)

Aktuelle Infos unter www.bottwartal-marathon.de bzw. Tagespresse.