

## Kurzvorstellung der Lauf - Arbeitsgemeinschaft im Schuljahr 2020/2021

# Lauf-AG

Veranstaltungsort und -zeit

Sportplatz der Schule

14.30 Uhr

Inhalte

**Lauftraining (Sprint und Ausdauer)** auf dem Sportplatz an der Schule, auf der Straße und im Park, nach Absprache auch an der Krummen Lanke und am Schlachtensee.

**Vorbereitung auf Crossläufe, Mini-Marathon und den Avon-Frauenlauf sowie den 12min-Coopertest.**

Für alle, die Spaß am Laufen haben und ihre Kondition verbessern wollen.

AG begann am

06.08.2020

AG- Leitung

Frau Kühne

Kontakt

kuehne@shadow-gymnasium-berlin.de

Foto



Vorkenntnisse/  
Voraussetzungen?

keine

mögl. Kosten?

keine

Für Alter/  
Sekundarstufe?

5.-10. Klasse und Oberstufe

Anmerkungen

keine