

Marathonkurs (Laufkurs für Marathon-Erstläufer und Fortgeschrittene)

(05. Juli bis 06. September 2020 – 8 Termine, jeweils am Sonntag)

Ort: Steglitz & Grunewald (die Startpunkte werden in der Gruppe abgesprochen)
Fahrrad- und Auto-Parkplätze vorhanden, Buslinien & S-Bahn in der Nähe!

Kalenderwoche	Sonntag (7:30 Uhr)	Strecke
27	05. Juli	ca. 25 km
28	12. Juli	ca. 25 km
29	19. Juli	ca. 25 km
30	26. Juli	ca. 30 km
31	02. August	ca. 30 km
32	09. August	ca. 30 km
33	--	Laufpause
34	--	Steglitzer Halbmarathon
35	30. August	ca. 30 km
36	06. September	ca. 30 km

Preis: 120 Euro (8 Sporteinheiten mit jeweils 180 Minuten Länge / 3 Stunden)

Herbstkurs (Laufkurs für Einsteiger)

(21. September bis 29. Oktober 2020 – 12 Termine, jeweils Montag + Donnerstag)

Ort: in Steglitz (für Steglitzerinnen & Steglitzer maximal 3 km von Deinem Wohnort entfernt!)
Fahrrad- und Auto-Parkplätze vorhanden, Buslinien in der Nähe!

Kalenderwoche	Montag (19 Uhr)	Donnerstag (19 Uhr)
39	21. September	24. September
40	28. September	01. Oktober
41	05. Oktober	08. Oktober
42	12. Oktober	15. Oktober
43	19. Oktober	22. Oktober
44	26. Oktober	29. Oktober

Preis: 120 Euro (12 Sporteinheiten mit jeweils 55 Minuten Länge)

Adventskurs (Laufkurs für Einsteiger)

(02. November bis 10. Dezember 2020 – 12 Termine, jeweils Montag + Donnerstag)

Ort: in Steglitz (für Steglitzerinnen & Steglitzer maximal 3 km von Deinem Wohnort entfernt!)
Fahrrad- und Auto-Parkplätze vorhanden, Buslinien in der Nähe!

Kalenderwoche	Montag (19 Uhr)	Donnerstag (19 Uhr)
45	02. November	05. November
46	09. November	12. November
47	16. November	19. November
48	23. November	26. November
49	30. November	03. Dezember
50	07. Dezember	10. Dezember

Preis: 120 Euro (12 Sporteinheiten mit jeweils 55 Minuten Länge)

Weitere Angebote und (*wirklich sehr seltene!!*) Änderungen werden auf der Homepage aktualisiert und direkt an die angemeldeten Kursteilnehmer*innen gemeldet bzw. gemeinsam neu geplant:

Fitness-Coach-Martin.de/kurse

Stand: März 2020

Coach Martin – Kontakt: 0178 – 811 22 33 und Kontakt@Fitness-Coach-Martin.de

FITNESS-COACH-MARTIN.DE