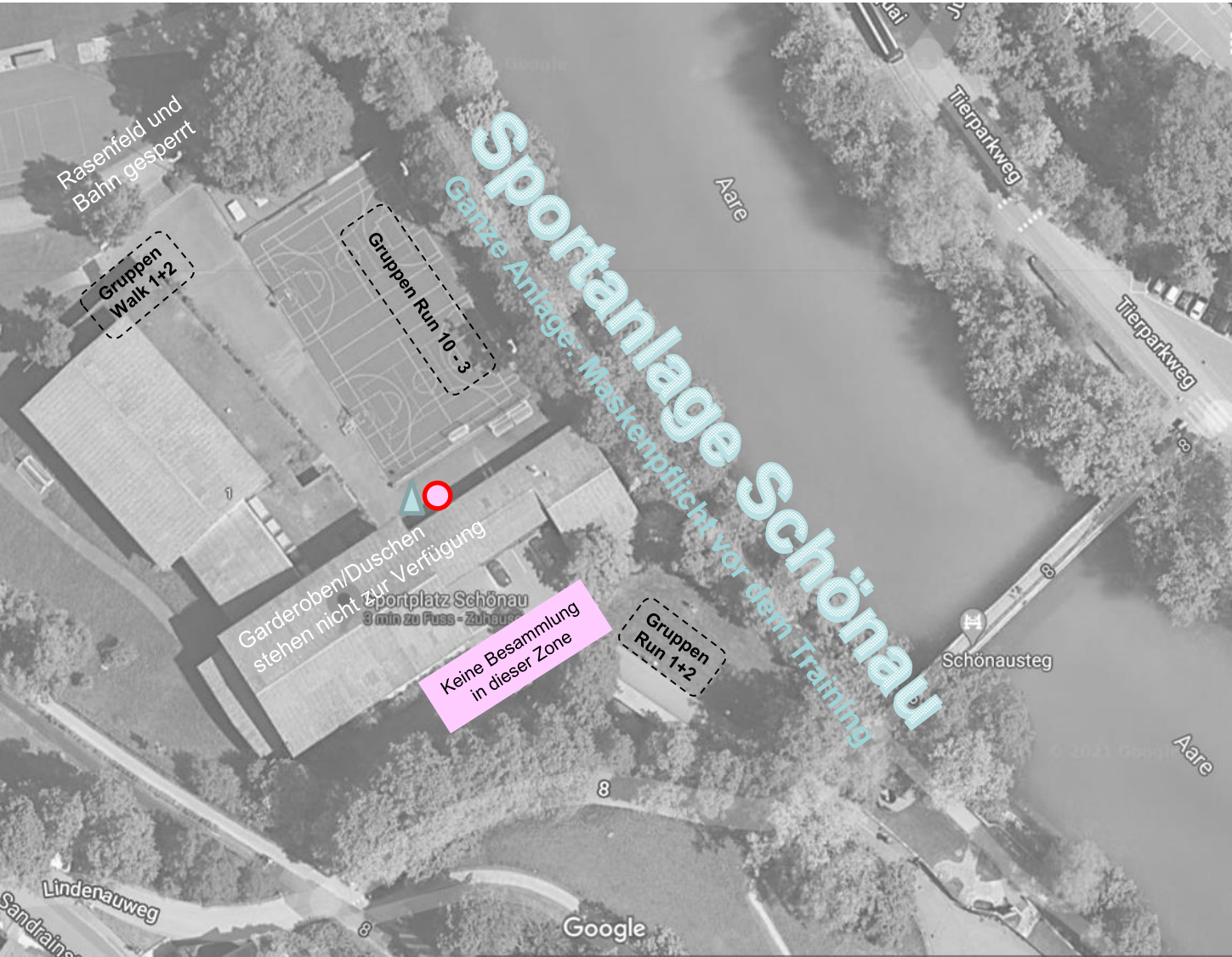





STB Running/Walking BESAMMLUNG / Training



LEGENDE

-  Besammlungszone
Mindestabstand 4 m
-  Standort
Desinfektionsmittel
-  Infostelle
Head Coach, Stv.

TRAINING

- Generell alle Personen
Mindestabstand 1,5 m
Maskenpflicht vor dem Training
- Dauerläufe
Max. Gruppengröße: 15 Personen
- Intervalle
Einzelstarts
(Hügel, Treppen, Bahn)
- Warm-up, Cool down
Ausserhalb Sportanlage
(Eichholz, Marzili usw.)