

Kalender 2021 **Klassisch** (KarlsRUNiversity)

Stand: 17.03.2021 - Änderungen vorbehalten

April	Mai	Juni	Juli	August	September
1 Do	1 Sa Tag der Arbeit	1 Di	1 Do <small>Athletik / Info Ver- letzungsprohylaxe</small>	1 So 9:00 oder VL Lichtbund	1 Mi
2 Fr Karfreitag	2 So	2 Mi	2 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	2 Mo ³¹	2 Do Athletiktraining
3 Sa	3 Mo ¹⁸	3 Do 9:00 Europahalle	3 Sa	3 Di	3 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>
4 So Ostern	4 Di <u>KarlsRUNiversity Start</u>	4 Fr	4 So 9:00 Graf-Rhena-Weg	4 Mi	4 Sa
5 Mo Oster- montag	5 Mi ¹⁴	5 Sa 9:00 Graf-Rhena-Weg	5 Mo ²⁷	5 Do Athletiktraining	5 So 9:00 VL memler oder Knielin
6 Di	6 Do	6 So	6 Di	6 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	6 Mo ³⁶
7 Mi	7 Fr	7 Mo ²³	7 Mi	7 Sa 16:00 HM Ettlingen <small>MA</small>	7 Di Info Wettkampf
8 Do	8 Sa	8 Di	8 Do Athletiktraining	8 So 9:00 Sangerhalle Knielingen <small>H M</small>	8 Mi
9 Fr	9 So Muttertag	9 Mi	9 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	9 Mo ³²	9 Do 17:30 10 km Stadtwerkelauf
10 Sa	10 Mo ¹⁹	10 Do <small>Athletik / Skinfitt Presentation</small>	10 Sa 9:00 Knielingen	10 Di	10 Fr
11 So	11 Di <small>Pulskontrolle / Info Trainingsplan</small>	11 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	11 So	11 Mi	11 Sa 9:00 Europahalle
12 Mo ¹⁵	12 Mi	12 Sa	12 Mo ²⁸	12 Do Athletiktraining	12 So
13 Di	13 Do 9:00 Europahalle	13 So 9:00 Festungslauf Philippsburg	13 Di	13 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	13 Mo ³⁷
14 Mi	14 Fr	14 Mo ²⁴	14 Mi	14 Sa 9:00 entweder Golfrunde	14 Di
15 Do	15 Sa	15 Di	15 Do Athletiktraining	15 So 9:00 oder VL Lichtbund	15 Mi
16 Fr	16 So	16 Mi	16 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	16 Mo ³³	16 Do
17 Sa	17 Mo ²⁰	17 Do Athletiktraining	17 Sa 9:00 entweder Hardtwald	17 Di	17 Fr
18 So 9:00 Schnupperlauf	18 Di	18 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	18 So 9:00 oder VL LSG	18 Mi	18 Sa
19 Mo ¹⁶	19 Mi	19 Sa 9:00 Knielingen	19 Mo ²⁹	19 Do	19 So Baden-Marathon
20 Di	20 Do Athletiktraining	20 So	20 Di	20 Fr	20 Mo ³⁸
21 Mi	21 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	21 Mo ²⁵	21 Mi	21 Sa 9:00 entweder Hardtwald	21 Di
22 Do	22 Sa 9:00 Polzeisportverein	22 Di <small>Intervalle / Info Energiebereitstellung</small>	22 Do <small>Info Ernahrung / Bahntraining</small>	22 So 9:00 oder VL LT Sudwest	22 Mi
23 Fr	23 So Pfingsten	23 Mi	23 Fr	23 Mo ³⁴	23 Do
24 Sa	24 Mo Pfingst- montag ²¹	24 Do	24 Sa 9:00 entweder Hardtwald	24 Di	24 Fr
25 So	25 Di	25 Fr	25 So 9:00 oder VL LSG	25 Mi	25 Sa
26 Mo ¹⁷	26 Mi	26 Sa	26 Mo ³⁰	26 Do Athletiktraining	26 So
27 Di	27 Do	27 So 9:00 Funkturm ab PSV	27 Di	27 Fr <i>Lauf in Eigenregie</i>	27 Mo ³⁹
28 Mi	28 Fr	28 Mo ²⁶	28 Mi	28 Sa 9:00 entweder Hardtwald	28 Di
29 Do	29 Sa	29 Di	29 Do	29 So 9:00 oder VL LT Sudwest	29 Mi
30 Fr	30 So 9:00 Hardtwald	30 Mi	30 Fr	30 Mo ³⁵	30 Do
	31 Mo ²²		31 Sa 9:00 entweder Golfrunde	31 Di	

Lauftraining Di und Do
Praxis zB Athletiktraining
V = Vortrag / Info
Landschaftslauf
Wettkampf-Moglichkeit
Stammtisch

VL = Vorbereitungslauf