

Legende Trainingsgruppen

A	Anfängerinnen: Laufen und Gehen	N	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 68 min
B	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 40 min	O	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 65 min
C	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 37,5 min	P	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 63 min
D	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 35 min	Q	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 60 min
E	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 32,5 min	R	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 58 min
F	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 30 min	S	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 55 min
G	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 27,5 min	T	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 53 min
H	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 27 min	U	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 50 min
I	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 25 min	V	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 48 min
J	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 22,5 min	W	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 45 min
K	Zielzeit nach 12 Wochen: 5km unter 20 min	X	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 43 min
L	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 75 min	Y	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 40 min
M	Zielzeit nach 12 Wochen: 10km unter 70 min	Z	Nordic Walking