



Laufgruppe Horn Gebenstorf

Trainings der LG Horn

Nachfolgend unsere wöchentlichen Trainings, zu denen wir gerne neue Läuferinnen und Läufer einladen.

Samstag, 9:00h

Treffpunkt: Sandstrasse 66 in Gebenstorf

Strecke: Traditionelle 14km lange Hornrunde. Für Läufer*innen, die es etwas langsamer angehen möchten, bieten wir auch eine verkürzte Runde an.



Fragen und Anmeldung:

julia@tebbel.ch

Montag, 18:00h

Treffpunkt: Stadion Au in Brugg

Jugendtraining

Fragen und Anmeldung:

lghornjugend@gmx.ch



Mittwoch, 18:30h

Treffpunkt: Geissenschachen oder Stadion Au in Brugg.

Abwechslungsreiche Trainings gemäss Programm.

Training für Neueinsteiger*innen

Für Laufneulinge und leicht Fortgeschrittene bieten wir individuelle Einstiegstrainings an.

Bitte setze Dich mit unserem Präsidenten Ronald in Verbindung

(ronaldnau@outlook.com oder 079 384 94 11) und vereinbare mit ihm, wann und wo ihr zusammen laufen wollt.

LG Horn – Mittwochstraining 2026

Start: jeweils um 18.30 Uhr

Dauer: ca. 1 Stunde

Datum	Ort	Training
8. April	Brugg, Geissenschachen	Intervall
15. April	Brugg, Geissenschachen	Dauerlauf
22. April	Brugg, Geissenschachen	Intervall
29. April	Brugg, Geissenschachen	Dauerlauf
6. Mai	Brugg, Geissenschachen	Hügelsprints (Training für Johanniterlauf)
13. Mai		Kein Training (Johanniterlauf)
20. Mai	Brugg, Parkplatz blaue Bahn	Dauerlauf
27. Mai	Brugg, Parkplatz blaue Bahn	Dauerlauf oder Crossfit

Brugger Abendrennen ab 20. Mai, Schacheninsel gesperrt