

SPARTA MOTION

Øvrige træningstilbud – alle niveauer



Tidspunkt	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Kl. 6:30			SPARTA EARLY RUNNERS		SPARTA ERLY RUNNERS		
Kl. 9:00/ 9:30						SPARTA BANETRÆNING (TEAM JP & R)	SPARTA MARATHON TRÆNING
Kl. 10:00						SPARTA BAKKETRÆNING (Dyrehaven)	
Kl. 17:30	HVERDAGSTRÆNING – SE DEN ANDEN OVERSIGT						
Kl. 17:40	SPARTA STUDENT RUNNERS		SPARTA STUDENT RUNNERS		SPARTA STUDENT RUNNERS		
Kl. 19:15	SPARTA CORE TRÆNING		SPARTA CORE TRÆNING	SPARTA STYRKE TRÆNING			
Kl. 19:30		SPARTA LATE RUNNERS		SPARTA LATE RUNNERS			