



Der Winter klopft bereits an die Tür und lockt uns mit glitzerndem Schnee und klirrender Kälte nach draußen, oder an den gemütlichen Kamin. Für Bewegungsfreudige bietet der Winter eine einzigartige Atmosphäre. Ins besonders das Laufen im Winter hat seinen eigenen Charm. Findet doch heraus, warum das Laufen in der kalten Jahreszeit so besonders ist. Am besten in Begleitung der Grabenseeläufer!

Ein weiteres Jahr Grabensee Challenge!

Auch wenn die Strecke regelmäßig gelaufen wird - an diesem Tag wird versucht persönliche Bestzeiten zu erreichen oder sich mit anderen Läufern zu messen.

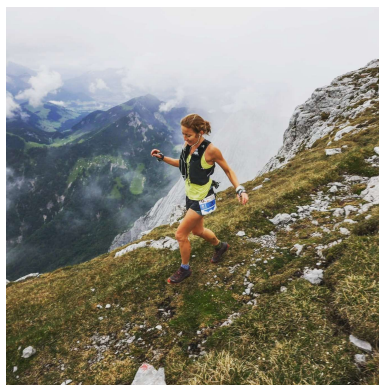
Damit sich nach den Strapazen alle gut erholen konnten, wurden die Vereinsmitglieder und deren Familienmitglieder mit lokalen Spezialitäten verköstigt.

Wer danach noch Kraft hatte spielte ein paar Runden „Spikeball“. (ein Spiel bei dem ein Ball möglichst so auf ein am Boden stehendes „Trampolin“ zu schlagen, dass der Gegner nicht mehr an den Ball rankommt).



Saalbach, Scheffau am Wilden Kaiser

oder das Nassfeld. Diese Orte in den österreichischen Alpen sind bestimmt vielen Skifahrern ein Begriff und des Weiteren ein Teil der Skyrunner Austria Series (SAS) bei denen Johanna dieses Jahr startete. Abgesehen vom Hochkönigmann, bei dem sie sich für den Marathon Trail entschied, absolvierte sie drei von vier SAS Rennen und schloss die Saison mit einem unverhofften dritten Platz dieser Wahnsinns Rennserie in den Wolken ab.



Zu finden sind wir unter
www.team-grabensee.at



Fotoquelle: Team Grabensee



Wir starten immer wieder gerne bei der Herbstrosen Trophy in Lengau. Das herbstliche Ambiente gepaart mit einer kurzen, fünf Kilometer langen hügeligen Strecke aus Asphalt und Schotter, vorbei am Geburtenwald und der gemütliche gemeinsame Ausklang danach bei einem Getränk oder 2.

Auch bei der diesjährigen Auflage der Trophy durfte ein Grabenseeläufer, beziehungsweise eine Läuferin, eine Trophäe mit nach Hause nehmen.

Johanna holte sich den ersten Platz in der Alterklasse W-AK30 nachdem sie sich bereits im Vorjahr den zweiten Platz erreichte.

Zum Abschluss wünschen die Weihnachtswichtel vom Team Grabensee noch **Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!**



Termine

**Training:
Treffpunkt
Sportplatz Perwang**

**Dienstag 18:30
Erwachsene**

**Silvesterlauf
Seekirchen
31.12.2023**

**Skiausflug
Samstag 27.01.2024**

**Jahresabschlussfeier
Samstag 10.02.2024**

Mit Unterstützung von



Zu finden sind wir unter
www.team-grabensee.at



Fotoquelle: Team Grabensee