




Lauf-Treff und Nordic Walking



Wann	Jeden Donnerstag ab 29. März 2018
Zeit	Von 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Start / Ziel	Lauf, Waldparkplatz Schützenstraße
Laufgruppen	7 km / 8-9 km / 10 km / 11 km und mehr
Nordic Walking	Gruppen nach Teilnehmern
Leitung und Info	Andreas Neumann 0171 2866105   

Alle Gruppen werden von erfahrenen Läufern geleitet – Laufen ganz ohne Leistungsdruck – Keine Vereinszugehörigkeit erforderlich – Einstieg jederzeit möglich, unverbindlich und kostenfrei – Teilnahme auf eigene Verantwortung

Der vom Ski-Club Lauf angebotene Lauftreff ist für alle geeignet, die in der Lage sind, eine Stunde zu laufen. Für Wiedereinsteiger oder Sportler aus anderen Sportarten, die sich einmal in der Woche unseren Laufgruppen anschließen möchten. Für Sportbegeisterte die gemeinschaftlich laufen und dabei noch etwas für ihre Fitness tun wollen. Auf geht's! Kommt! Lauft mit!

Der Ski-Club Lauf e.V. bietet für alle Sportler, Familien und Jugendliche vielfältige Sportgruppen an, z.B. Rennrad, Schwimmen, Triathlon, Gymnastik, Kinderturnen, Ski-Wintersport ... besucht unsere Homepage <http://www.skiclub-lauf.de/>