



Die „Roten“ aus Mondorf bei einem ihrer Läufe. Foto: TuS

Sommer im Lauftreff

Nun bewegt sich der Lauftreff wieder in den Siegauen

Mondorf. Der Lauf- und Walking-Treff TuS Mondorf trifft sich zur Saison-Eröffnung und zum Trimm-Trab in den Frühling am Dienstag, 10. April, um 18 Uhr am Lauftreff-Treffpunkt auf dem Parkplatz an der Rheinallee.

Der Lauftreff trifft sich nach der Saison-Eröffnung, wie gewohnt, dienstags um 18.30 Uhr am Lauftreff-Treffpunkt, in Mondorf an der Rheinallee. Von dort wird gemütlich und ohne Auflagen in bis zu sechs Gruppen in den Siegauen gelaufen. Beim Laufen werden mehrere Gruppen vom „wirklichen“ Einsteiger bis zum Fortgeschritten angeboten.

Ebenso zur gleichen Zeit, auch dienstags um 18.30 Uhr, trifft sich der Nordic Walking-Treff. Allerdings ist hierfür, wegen der komplexen Nordic Walking-Technik, vorher der Besuch eines der vom Lauftreff TuS Mondorf angebotenen Kurse erforderlich. In diesem Jahr sind wieder folgende Termine vorgesehen und Interessierte sollten sich mit Maria Eichel-Wilke, Telefon siehe unten, in Verbindung setzen: 9. und 10. April, 7. und 8. Mai, 4. und 5. Juni, 2. und 3. Juli, 30. und 31. Juli, 3. und 4. September.

Ab Mittwoch, 11. April, trifft man sich zum ersten „Sommer“-Walkingtag um 18.30 Uhr, ebenfalls am Treffpunkt an der Rheinallee. Zum Walken werden mehrere Gruppen für Einsteiger, langsames und schnelles Mittelfeld und für Fortgeschrittene angeboten.

Ab Donnerstag, 19. April, trifft sich der Jugend-Lauftreff um

17.15 Uhr ebenfalls am Lauftreff-Treffpunkt an der Rheinallee. Dieses Angebot richtet sich an Kinder ab sieben bis ca. zwölf bis 13 Jahren. Hierzu treffen sich die Kinder 14-tägig in den geraden Wochen.

Die einzelnen Gruppen aller Lauf- und Walking-Teile werden von beim Leichtathletik-Verband Nordrhein (LVN) ausgebildeten Betreuerinnen und Betreuer begleitet und können deshalb auch die wesentlichen Grundkenntnisse an die Aktiven vermitteln.

Zwanglos kann sich jeder Walking- oder Laufinteressierte an den Trainingstagen zum Reinschnuppern und Kennenlernen einfinden. Nähere Infos zum Laufen, Jugend-Lauftreff, Walken und Nordic Walken bei: Michael Schoring, Eifelstr. 22e, Mondorf, 0228-9096954 oder 0176-43490251, Mail: schorings@web.de; Ulrike Woll, Walking, 0228-454554; Kirstin Gehder, Walking, 02208-770166; Walter Pecher, Jugend-Lauftreff, 02208-72006; Maria Eichel-Wilke, Nordic Walking, 02208-2931.

NWE, 07-04-18