

Ab dem 2. April wird wieder gelaufen

Run Up 2019: Saisonöffnung mit dem Lauf- und Walking-Treff TuS Mondorf am 2. April um 18.15 Uhr

Mondorf. Beim Lauf- und Walking-Treff beginnt ab dem 1. April das Sommer-Halbjahr. Dazu sind alle Interessierten eingeladen.

Unter dem Motto „Trimm-Trab ins Grüne mit dem Lauftreff TuS Mondorf“ bietet der Lauftreff am Dienstag, 2. April, ab 18.15 Uhr wieder Schnuppertraining an. Dieses Angebot und fast alle anderen Angebote des Lauf- und Walkingtreffs sind kostenlos. Das Programm sieht vor, dass in unterschiedlichen Gruppen, je nach Lauf- bzw. Walkingstärke, die spezifischen Einheiten in einer Laufstunde absolviert werden können. Die Nordic Walker erhalten zunächst eine kurze Technikeinführung. An der Veranstaltung können Erwachsene, Jugendliche und Kinder teilnehmen. Sie werden von den Betreuern des Lauftreff- und Walkingtreffs betreut. Für das leibliche Wohl

und alle Erfrischungen ist durch den Rewe-Markt Mondorf gesorgt.

Für alle Lauf-, Walking- und Nordic-Walking-Angebote stehen nicht nur an diesem Tag und bei diesem „Trimm-Trab“, sondern auch an den Übungsabenden für die einzelnen Angebote erfahrene beim Leichtathletik-Verband Nordrhein (LVN) ausgebildete Betreuer zur Verfügung, die das dort Erlernte kostenlos weitergeben möchten.

Zu den Übungsabenden trifft man sich ebenfalls auf dem Parkplatz an der Rheinallee in Mondorf, dienstags um 18.30 Uhr zum Nordic Walking und Laufen, mittwochs um 18.30 Uhr zum Walking und donnerstags um 17.15 Uhr zum Jugend-Lauftreff für Kinder ab sieben Jahren. Der Jugend-Lauftreff findet außerhalb der Schulferien 14-tägig in den geraden Wochen statt.

Weitere Infos bei Michael Schoring, 0228-9096954 oder 0176-43490251 oder unter www.lauftreff-mondorf.de.

FOTO: PIXABAY



NWE, 30-03-19