

TG Biblis Lauftreff



Für wen eignet sich der Lauftreff:

Der Lauftreff ist für Frauen und Männer jeden Alters und für jeden Leistungsstand vom Einsteiger bis zum sportlich ambitionierten Läufer geeignet.

Was bieten wir:

Gemeinsames Laufen ohne Leistungsdruck. Wir bieten Unterstützung beim Lauftraining und geben Lauftipps.

Für alle Einsteiger, bieten wir donnerstags eine individuelle Betreuung an, mit dem Ziel, langfristig 60 Minuten durchlaufen zu können.

Unsere Gruppen:

- Dienstagmorgen: „**Early-Bird Training**“ mit Gabi Start zw. 7 und 8 Uhr nach vorheriger Absprache ab Okt. 2019 – Gabi Stein 0176-72862878
- Dienstagabend-Stammgruppe 18:15 Uhr: „**Die Ambitionierten**“ für Läufer mit Vorerfahrung - Stefan Weidl 0151-40392256
- Donnerstagabend 18:15 Uhr: Die „**Allrounder**“ für „Einsteiger“, „Gemütliche“ und „Ambitionierte“ für jeden eine Geschwindigkeit dabei – Anne-Karien Weidl 0176-81173273 – Start für Einsteiger ab 17.10.19
- Samstag: „**Flexi-Gruppe**“ mit Klaus (Oktober bis März) ab 14:00 Uhr. Laufstrecken in der näheren Region, Lauf-ABC, Intervalle, Berglauf – Klaus Hartweck 0176-23249837
- Sonntag: Die „**Genussläufer**“ – für den lockeren Lauf am Wochenende. Achtung: Treffpunkt 10:15 Uhr am Knudi! Dimitri Neumaier 0151-61038207 und Wolfgang Nowak 0152-53749958

Lust mal vorbei zu schauen? Es ist keine Anmeldung erforderlich! Einfach vorbei kommen und mitlaufen.

Fit sein, heißt glücklich sein

Fragen: Kontaktiert das Lauftreff-Team unter den oben genannten Rufnummern oder per E-Mail an lauftreff@tg-biblis.de



TG Biblis Lauftreff



unsere Stammgruppen jeden
Dienstag und
Donnerstag

Treffpunkt: Jahnturnhalle Biblis 18:15 Uhr



www.tg-biblis.de/Turnen
www.facebook.com/TGBiblis
lauftreff@tg-biblis.de

