

Lauftreff Ganderkesee

Herbert Müller
Lauftreffbetreuer

Ganderkesee, im März 2014
Telefon 04222 / 6980

6. Frühlingslauf im Naherholungsgebiet "Große Höhe"

Liebe Joggerinnen und Jogger, liebe WalkerInnen!

Gemäß Besprechung vom 14. Januar 2014 lade ich zum 6. Frühlingslauf herzlich ein.

Termin: Samstag, den 26. April 2014, ab 14:14 Uhr Anreise.

Zur Vorbereitung der Kaffeetafel können einige Teilnehmer gerne bereits um 14:04 Uhr kommen.

Fotoshooting: 14:24 Uhr:

Für Werbezwecke machen wir noch einige Fotos. Laufen, Springen, Koordinieren und Lächeln.

Start: 14:30 Uhr

Kosten und Anmeldung:

3,50 € für Heimbenutzung und Getränke, ausgenommen sind die Kuchenspender.

Bei Manfred liegt eine Liste aus, in der sich bitte die Teilnehmer und Kuchenspender eintragen. Ich bedanke mich bereits im Voraus für die Kuchen, Torten und Sahne, sowie für die freundliche Mitwirkung.

Weitere Hinweise:

Bei Fragen bitte Herbert anrufen.

Wir bilden wiederum Laufgruppen und zwar mit:

- Marc ca. 17 km
- Axel und Ronald ca. 15 km
- Birgit und Herbert ca. 13 km
- Bei Bedarf auch kürzere Strecke in langsamen Tempo

Gäste sind willkommen!

Gegen 16:00 Uhr sollten die Laufgruppen wieder beim Sportlerheim eintreffen.

Nach dem Duschen treffen wir uns in gemütlicher Runde an der Kaffeetafel.

Es besteht Versicherungsschutz, jedoch nicht für Gäste.

Bitte Handy und Fotoapparat mitbringen und evtl. an eigene Getränke denken.

Herbert sorgt für den Kaffee - Wer spendet den Kuchen? Bitte eintragen!

Mit sportlichem Gruß,

Herbert Müller

Laufen, Lieben, Lernen, Lachen ist das Rezept von Martin Korte, Hirnforscher